

DEFESA DE ESPINHO

MUNICÍPIO DE ESPINHO
BIBLIOTECA MUNICIPAL

DIRECTOR: ÁLVARO GRAÇA

FUNDADOR: BENJAMIM COSTA DIAS

SEMANÁRIO — ANO 56.º — N.º 2893

QUINTA-FEIRA, 17 DE SETEMBRO DE 1987

PREÇO: 30\$00

ALGUMA COISA MUDOU EM QUARENTA ANOS...

O futebol trouxe no domingo a Espinho, não diremos milhares, mas umas largas centenas de adeptos do Desportivo de Chaves.

Para aquelas bandas o momento é de euforia. Alguns desses adeptos seguiram na segunda-feira, com a equipa, para a Roménia onde, como se sabe, os flavienses foram disputar um jogo relativo à Taça UEFA.

Continuam a não ser fáceis as deslocações de e para Trás-os-Montes. A distância junta-se o sinuoso e o acidentado do percurso. E, pelos vistos, vai levar anos a que o litoral e o interior se aproximem.

Por amizade e gratidão a uma família radicada em Chaves, servimos de seu ciclerone nesta sua vinda a Espinho, a qual já não via há mais de quarenta anos. Também nós, quando vamos a Chaves, somos ali recebidos carinhosamente. Amor com amor se paga...

A primeira grande surpresa dos nossos visitantes foi a travessia dos caminhos-de-ferro pelo centro da cidade. Quando o mais velho do grupo daqui saiu, há quatro décadas, estava «imminente» a passagem da via para outras zonas citadinas. Na sua ideia, já Espinho «se havia libertado desse estorvo ao seu desenvolvimento».

O Casino Solverde foi considerado por essa família como «coisa de luxo». Aliás, toda a zona periférica mereceu de todos os membros os mais rasgados elogios. «Na nossa terra não há disto».

Calcorreámos ruas e avenidas, entrámos em restaurantes e cafés, onde almoçámos e tomámos «bicas».

Uns e outros não havia braços que chegassem para tanta gente. Ao sol de Verão que parece eternizar-se, juntou-se o futebol entre clubes de duas cidades distantes, mas amigas.

Passámos e parámos na Rua 19. Um dos circunstâncias levantou esta questão: «é por ser domingo que a rua está encerrada ao trânsito?».

Respondemos que não e demos uma explicação pormenorizada. Registamos a aprovação de «muito bem!», com o acrescento «ou não fosse Espinho uma cidade moderna».

Registámos, ainda, um reparo relacionado com as dificuldades das ligações rodoviárias entre Gaia e Espinho. «Vimos mais depressa de Braga ao Porto do que da Ponte da Arrábida (ou um pouco mais à frente) aqui».

Claro que não falámos nada sobre a famigerada variante. Para quê se, afinal, o projecto não anda?

Em resumo, as impressões recolhidas pelos flavienses amigos foram positivas. De facto, em quarenta anos, alguma coisa mudou. Só não mudou nem mudará a via férrea. «Ad vitam eternam»...

ÁLVARO GRAÇA

CAIXA DE CRÉDITO: OS TRUNFOS QUE ELA TEM

■ PÁGINA 5

NOVO CEMITÉRIO MUNICIPAL DENTRO DE UM OU DOIS ANOS

Um novo cemitério municipal, contíguo ao que serve a freguesia de Espinho, poderá começar a construir-se dentro de um ou dois anos.

Trata-se, afinal, da concretização de um projecto há muito esboçado mas até agora por levar à prática.

O novo cemitério surge dadas as limitações de espaço no campo sagrado da zona norte da cidade, que já não pode ser alargada pois está «entalado» entre arruamentos e a ribeira do Rio Largo.

DOMINGO, ÀS 15.30 H.

«ADEUS» DE JOÃO CARLOS APADRINHADO PELO BRAGA



■ PÁGINA 9 (DEFESA DESPORTIVA)

ALTERAÇÕES DE VULTO NO PARQUE

JOÃO DE DEUS

INCLUINDO CONSTRUÇÃO DE CASA DE CHÁ

■ PÁGINA 3

FESTAS DO CONCELHO ENTRAM NOS MELHORES DIAS

Festival Folclórico Nacional (precedido de desfile etnográfico) e variedades, por um lado; procissão, por outro — estes os pontos fortes do programa das festas do concelho nos próximos dias.

O Festival, o mais importante do país de entre os que contam apenas com grupos nacionais, desenvolver-se-á sábado, à noite, simultaneamente em dois palcos, como temos vindo a anunciar, e contará com a presença de catorze grupos, todos filiados na Federação do Folclore Português. Um dos palcos está instalado na Rua 19 e outro no largo a poente do Aparthotel (antigo quarteirão da «Marisqueira»). Trata-se de uma organização da Câmara Municipal, com a colaboração muito directa do rancho «Recordar é Viver» e da Federação do Folclore. Colaboram, ainda, os ranchos S. Tiago de Silvalde e Nossa Senhora dos Altos Céus, os quais dão também uma mão na semana da cultura popular que está a decorrer e no desfile etnográfico, que terá lugar sábado à tarde.

Quanto às variedades, estão anunciadas para domingo, à noite, no largo a poente do Aparthotel. Cabeça-de-cartaz é o artista José Malhoa, que se apresentará em palco com a sua filha, recém-entrada no mundo da canção. A artista Vanessa e um bom lote de cançonetistas locais (Joseca, Olímpio Capela, Rosita, etc.) completam o cartaz.

Para além disto, e de outros atractivos do programa, que são anunciados com pormenor na página 4 desta edição, destaque especial para a procissão, que será o ponto alto das celebrações religiosas. Procissão que terá início às 17 horas de domingo e inclui a tradicional bênção ao mar.

Em relação ao programa desenvolvido até à ocasião em que fechou esta edição, de registar uma adenda ao programa logo no primeiro dia, ou seja, no último domingo, com um espectáculo de variedades, preenchido por artistas cedidos pelo Casino.

No terceiro dia, ou seja, na terça-feira, houve também uma alteração ao programa, sendo o anunciado encontro de coros substituído pela actuação de um conjunto.

Aspecto a realçar prende-se com a ornamentação, de extremo bom gosto, nomeadamente na Avenida 8 e na Rua 19.

PÁGINA DA MULHER

SEIO MELHOR QUE BIBERÃO

■ ÚLTIMA

A DANÇA

DOS PREÇOS

LOCAL E DATA	FRUTOS	LEGUMES
FEIRA SEMANAL (última)	Banana 150\$00	Abóbora 30\$00
	Figos 100\$00 / 130\$00	Alface (pé) 20\$00
	Laranja 125\$00	Batata 27\$50
	Limão 90\$00	Cebola 35\$00
	Maçã 60\$00	Cenoura 35\$00
	Maracujá 80\$00	Couve Branca 50\$00
	Melão 75\$00	Espinafre 40\$00
	Meloa 70\$00	Feijão Verde 120\$00
	Pêra 75\$00	Pepino 55\$00
	Pêssego 120\$00 / 150\$00	Pimento 30\$00
	Romã 100\$00	Salsa (ramo) 10\$00
Uvas 55\$00 / 75\$00	Tomate 50\$00 / 90\$00	
MERCADO MUNICIPAL (3.ª-feira)	Banana 200\$00	Abóbora 30\$00
	Figos 100\$00 / 150\$00	Alface (pé) 50\$00
	Laranja 180\$00	Batata 30\$00
	Limão 100\$00	Cebola 30\$00
	Maçã 90\$00 / 150\$00	Cenoura 40\$00
	Maracujá 80\$00	Couve Branca 80\$00
	Melão 50\$00	Espinafre 50\$00
	Meloa 75\$00 / 110\$00	Feijão Verde 10\$00 / 150\$00
	Pêra 75\$00 / 110\$00	Pepino 100\$00
	Pêssego 200\$00 / 250\$00	Pimento 30\$00
	Romã 65\$00 / 110\$00	Salsa (ramo) 10\$00
Uvas 65\$00 / 110\$00	Tomate 90\$00	

CASOS

CRIANÇA MORRE ATROPELADA

Victor Manuel Guedes, de 4 anos de idade, encontrou morte instantânea, na Avenida João de Deus, ao ser atropelado pelo veículo automóvel JC-53-99, conduzido por Alutério Moreira Silva Coelho, residente no Porto.

Para além da morte do pequeno Victor há ainda a registar alguns danos materiais na viatura.

Um outro acidente ocorreu, na passada quinta-feira, na Rua 16, quando o motociclo 2 ESP-18-18, conduzido por Manuel Dias da Silva, atropelou Ramiro Oliveira Relvas, ambos moradores em Espinho.

Os dois indivíduos sofreram alguns ferimentos e a motorizada ficou danificada.

Por injúrias a dois agentes da polícia, foi detido João Oliveira Fernandes, militar, de 23 anos de idade, residente em Guimarães. Após julgamento em processo sumário, João Fernandes foi condenado no pagamento de uma multa de 11 mil escudos, mais as custas do processo. Como alternativa cumprirá 40 dias de prisão.

Outros dois indivíduos foram capturados por tentarem furtar duas viaturas. Trata-se de David Francisco Maia Raposo, e Américo Fernando Ferreira Pinto, ambos residentes em Espinho.

Após comparência no Tribunal de Instrução Criminal de Vila Nova de Gaia, os dois assaltantes aguardam julgamento em liberdade depois de terem pago uma caução de 18 mil escudos cada.

ADMISSÃO DE PESSOAL

Fábrica, nesta cidade, admite operários dos 18 aos 24 anos de idade, para aprenderem a trabalhar com máquinas têxteis.

Telefonar para 721454

EMPREGADO

Para trabalhar em stand de móveis metálicos e equipamentos de escritório. Com o 11.º ano, conhecimentos de línguas e também computadores. Trata-se de um lugar aliciante e de grande expectativa.

Resposta ao Apartado 122 - 4502, Espinho Codex, com o máximo de detalhe possível.

INSTITUTO DE INGLÊS
DE ESPINHO

APRENDA CONNOSCO A LÍNGUA DO PRESENTE
E DO FUTURO

GARANTIMOS:

- Qualidade de ensino
- Professores de origem
- Turmas reduzidas
- Aulas de vídeo

Inscreva-se já. Rua 20, n.º 296-2.º Esq.º
Telef. 722963 - ESPINHO

COSTUREIRA/
/CORTADEIRA

ADMITE FÁBRICA DE MALHAS EXTERIORES
NESTA CIDADE.

Telefonar para 721454

EMPREGADO
DE
ESCRITÓRIO

Fábrica, nesta cidade, admite jovens do sexo masculino, dos 18 aos 24 anos de idade, com conhecimentos de francês e inglês.

Telefonar para 723959

CONTABILISTA

FIRMA EM ESPINHO ADMITE PESSOA ATÉ 40 ANOS,
COM EXPERIÊNCIA.

Carta manuscrita pormenorizada a este jornal
ao n.º 18496

ACADEMIA DE MÚSICA DE ESPINHO
1961 - 1987
ESCOLA DE MÚSICA OFICIALIZADA

- Cursos Oficiais de Música
- Cursos dos Institutos de Línguas
- Escola Infantil

— INSCRIÇÕES ATÉ 25 DE SETEMBRO —
Rua 19, n.º 723 - ESPINHO - Telef. 720469

Pavilhão do
Sporting Clube de Espinho

CONCERTO AO VIVO

Sábado, 19 de Setembro de 1987 • 22 horas
CONJUNTO MUSICAL

"Os Afonsinhos
do Condado"!



EM ESPINHO

Organização da secção de Voleibol

SPORTING CLUBE DE ESPINHO

COM A EMPES A SUA PUBLICIDADE RESULTA

ASSEMBLEIA MUNICIPAL DE ESPINHO

EDITAL

SESSÃO PÚBLICA NO DIA 25/9/1987

MARIA GRAZIELA VIEIRA PIRES MARQUES PIRES, 1.º Secretário da Assembleia Municipal supra:

Faz público, de acordo com as disposições legais aplicáveis, que no próximo dia 25 de Setembro de 1987 se realizará nos Paços do Concelho a 4.ª sessão ordinária desta assembleia, que versará a seguinte ordem de trabalhos:

- 1 - DELIBERAR SOBRE A PROPOSTA DE REVISÃO AO PLANO E ORÇAMENTO MUNICIPAL PARA O CORRENTE ANO;
- 2 - DELIBERAR SOBRE O PEDIDO DE AUTORIZAÇÃO DA CÂMARA PARA REALIZAÇÃO DA OBRA DE CONSTRUÇÃO DE 54 FOGOS NA PONTE D'ANTA, EM MAIS DE UM ANO ECONÓMICO;
- 3 - DELIBERAR SOBRE O REGULAMENTO PARA A CONCESSÃO DE MEDALHAS DA CIDADE DE ESPINHO.

Para constar se publica este e outros de igual teor, que vão ser afixados nos lugares do estilo do concelho.

Espinho, aos 9 de Setembro de 1987

O 1.º SECRETÁRIO,

Maria Graziela Vieira Pires Marques Pires

CONVITE

O Externato OLIVEIRA MARTINS vai assinalar o início do ano lectivo, com uma sessão solene de ABERTURA DAS AULAS, a realizar no próximo dia 21 de Setembro, pelas 21.30 horas, nas suas instalações à Rua 19.

Porque se trata de um acontecimento em que, para além da formalidade, haverá um momento de reflexão sobre o papel da Escola na Cidade, fazemos imenso gosto em convidar as pessoas interessadas a associarem-se, com a sua presença, à nossa Festa.

O desenvolvimento deste tema estará a cargo dos Drs. Alves Maia, Azevedo Brandão e Borges Pinho, e contemplará, em particular, a função da Escola no meio envolvente, o panorama do ensino no Concelho e o papel que caberá ao Externato e que se propõe realizar, como programa de acção, para o ano lectivo de 1987/88.

ANIMAÇÃO DE VERÃO: O BALANÇO

**ROMEU VITÓ:
«NOVAS INICIATIVAS
APARECERÃO»**

Com um concerto pela Banda de Música espinhense na Rua 19, terminou o programa de animação turística que a Junta de Freguesia urbana entendeu por bem levar a efeito este Verão. «Na hora da despedida», pedimos ao presidente da Junta que nos fizesse um balanço deste conjunto de iniciativas.

Disse-nos Romeu Vitó:
«Julgo que, na generalidade, podemos considerar positivo o programa de animação turística que levamos a efeito nos meses de Verão na nossa cidade. Pelo menos, não nos poupamos a esforços para que isso fosse uma realidade.

«Embora com poucos elementos no nosso executivo da Junta de Freguesia de Espinho (cinco ao todo) e sem pessoal assalariado para realização de trabalhos por vezes bastante demorados e trabalhar na sua pré-execução para os diferentes programas, valeu-nos a ajuda de um grupo de amigos nossos e de Espinho para voluntariamente nos ajudarem nessas realizações, não esquecendo a acção dos Bombeiros Voluntários de Espinho no concurso de construções na areia, bem como a prestímosa colaboração da Câmara Municipal, que aproveitou para publicamente agradecer.

«Reportando-me, ainda, ao referido programa, julgo que uma das maneiras de se poder analisar a parte positiva ou negativa do mesmo é fazer uma análise das presenças em maior ou menor número, quer de participantes, quer de espectadores nessas realizações. Como se pôde verificar, foram em número bastante razoável essas presenças, o que nos leva a acreditar que valeu a pena».

— De todo o vasto conjunto de iniciativas, quais as que, do seu ponto de vista, mais sucesso tiveram?

«As realizações que maior impacto tiveram no público e nos participantes

foram o concurso do balão, a prova de desenho para crianças, as construções na areia e a procura do tesouro (mau grado o tempo não ter ajudado). No respeitante à prova de perícia de «skate», os participantes foram poucos mas bastantes e interessados foram os espectadores que, durante aproximadamente uma hora, apreciaram e aplaudiram a perícia dos participantes. Na prova do papagaio de papel, julgo que faltou um pouco mais de propaganda na própria praia mas, mesmo assim, se não fosse por mais nada, valeu a participação, à última hora, de um concorrente com um papagaio feito de canas com papel de seda às cores e «fio de vela» a unir a sua estrutura; foi feito em Agosto de 1987 por um jovem de 14 anos!!! Os programas musicais atentamente ouvidos por dezenas de espectadores e executados pela Banda de Música dos Bombeiros Voluntários de Espinho, que é uma das melhores do país, foram, sem dúvida, uma das partes altas das nossas iniciativas.

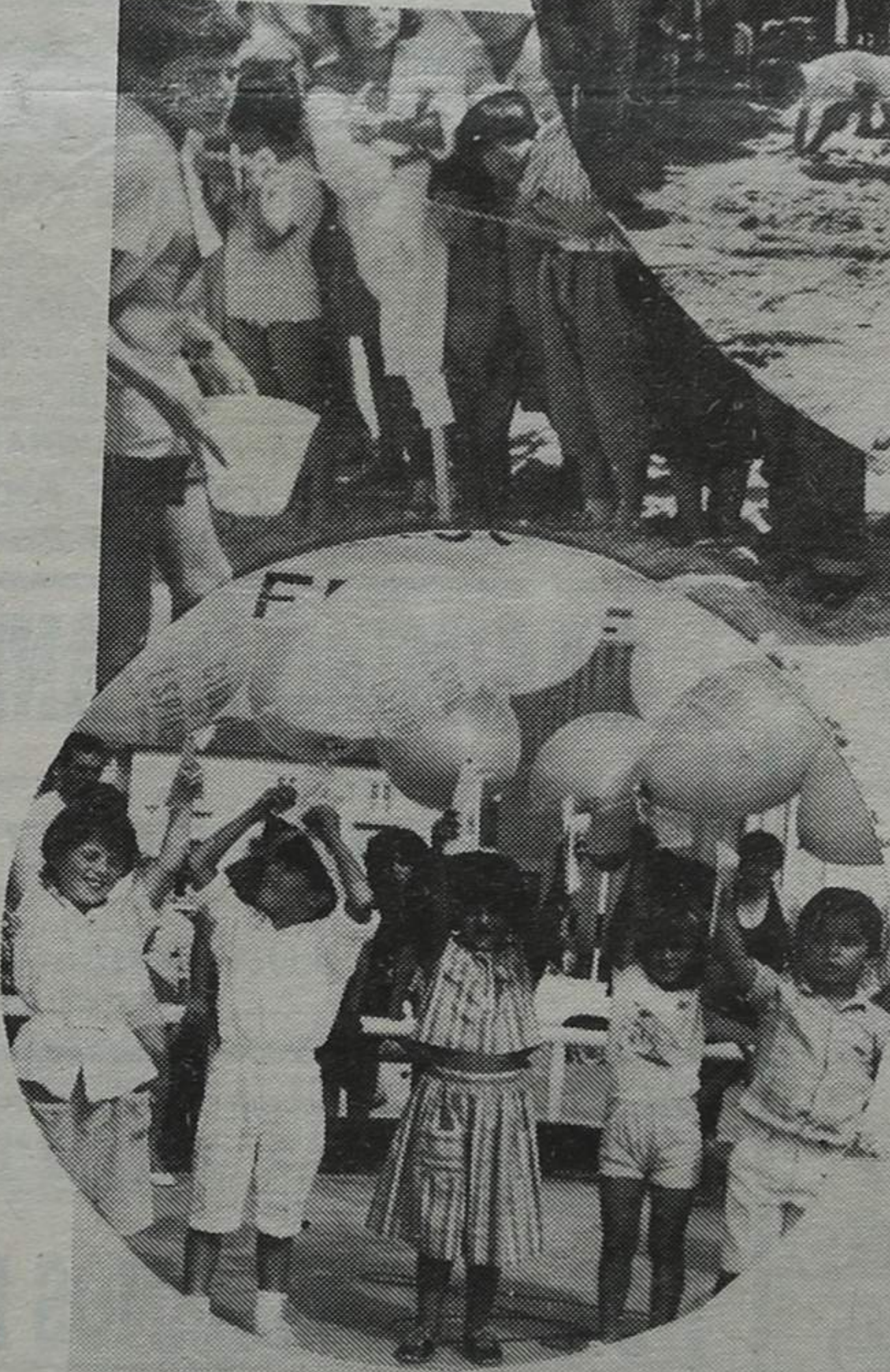
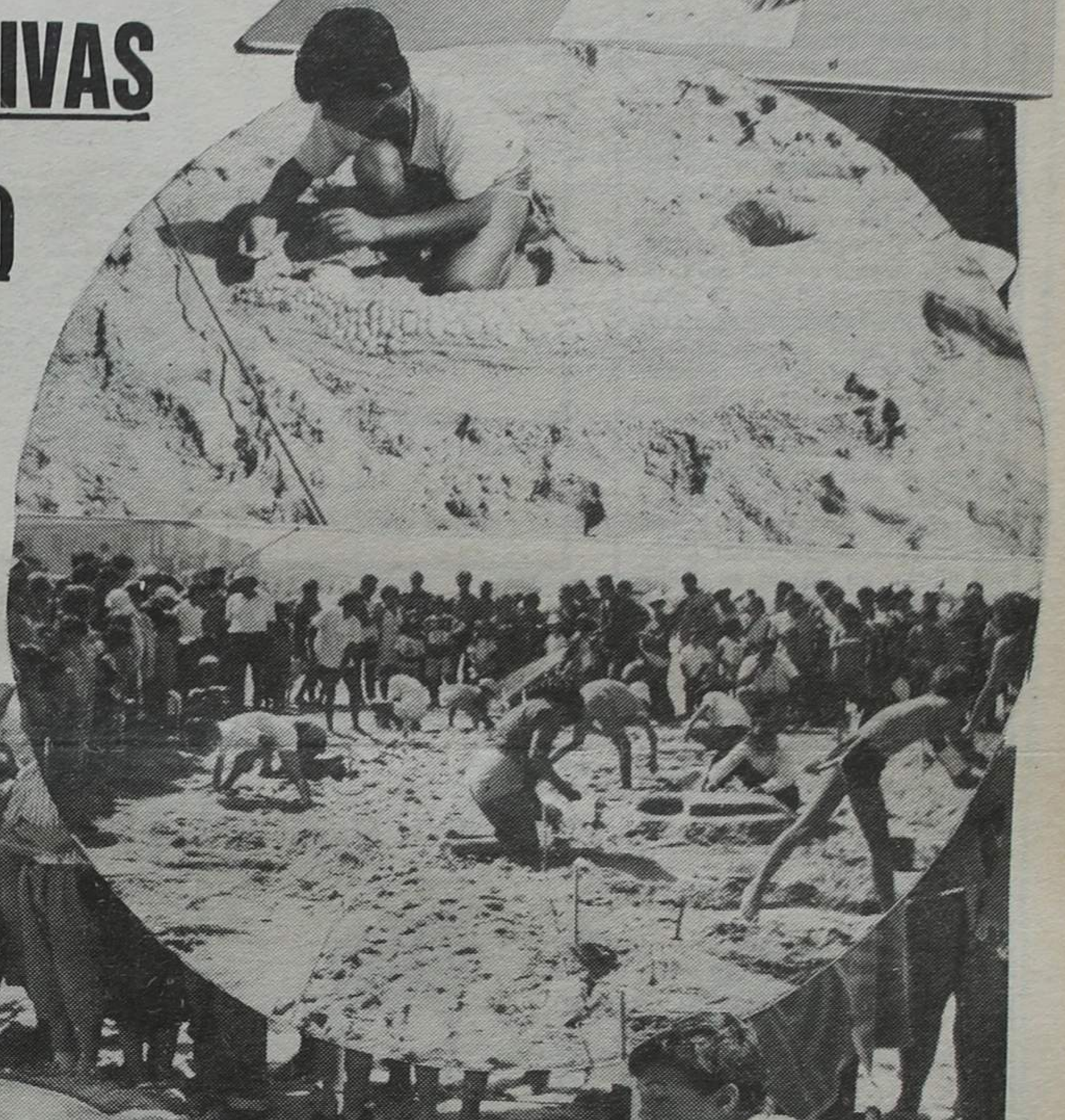
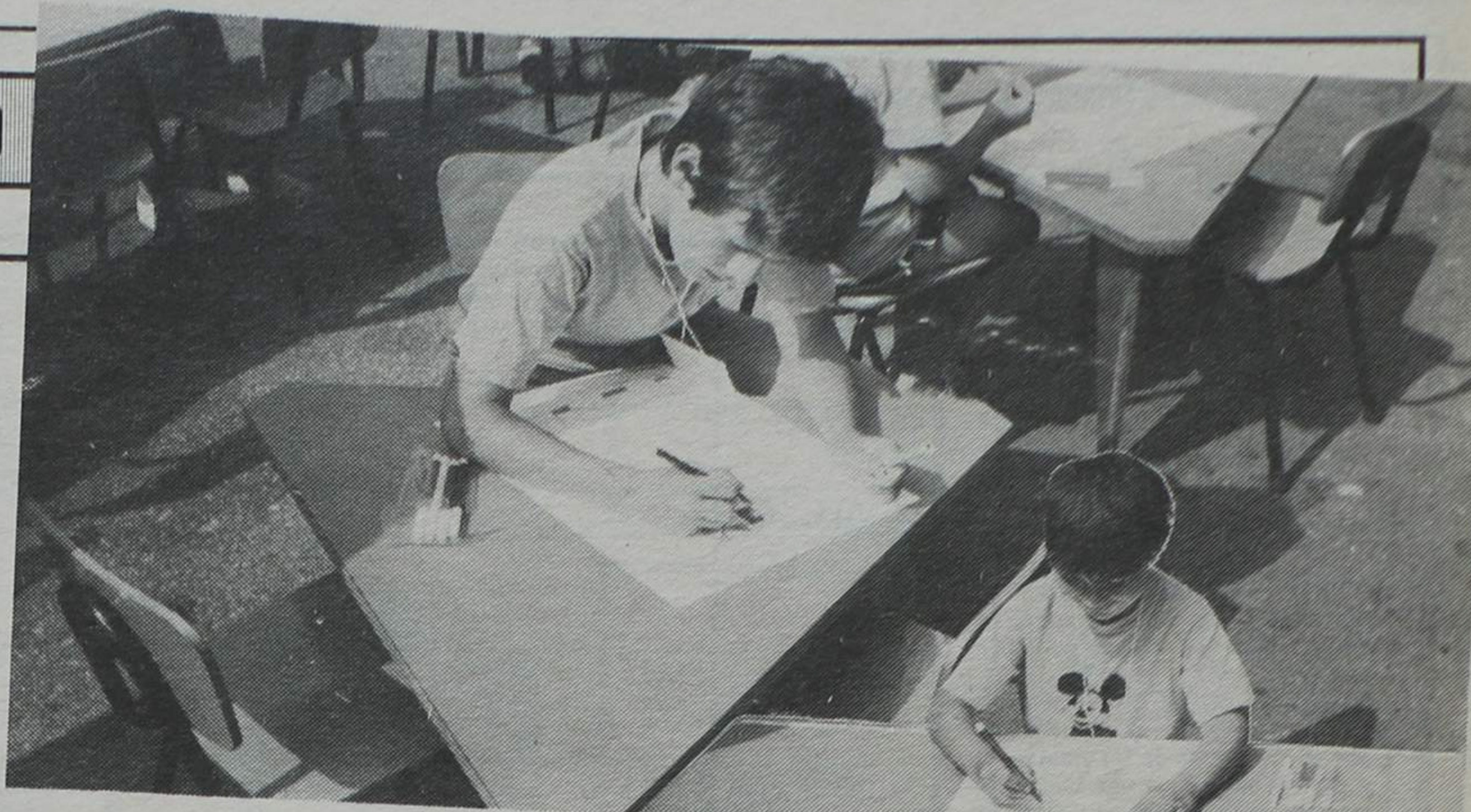
«Por fim, os ranchos folclóricos da nossa cidade deram um retumbante brilho ao programa estival de carácter turístico com as suas actuações na Rua 19, agora encerrada ao trânsito rodoviário.

— Podemos anunciar já idêntico programa de animação para 1988?

«Pelo exposto anteriormente e como, se Deus quiser, seremos ainda executivo no próximo ano, com a ajuda de todos os espinhenses bairristas faremos as mesmas realizações deste ano. Claro que rectificaremos o que não esteve bem e novas iniciativas aparecerão para assim podermos proporcionar aos nossos visitantes períodos de divertimento, para que levem para as suas terras uma boa impressão desta cidade de Espinho.

J.G.J.

**AS INICIATIVAS
(ALGUMAS)
NA
OBJECTIVA**



CÂMARA

VAI DAR-NOS CHÁ

Transformações de vulto irão operar-se em breve no conjunto parque João de Deus/antigo parque de campismo. A sebe que separa os dois espaços será derrubada e uma casa de chá dará nova vida ao local.

Em construção por iniciativa da Câmara e por administração directa,

a casa de chá deverá estar pronta em Fevereiro ou Março do próximo ano, ao que apurou o nosso jornal.

O edifício da casa de chá incluirá instalações sanitárias, na cave, e divisões para os serviços de jardins; assim, serão derrubados os actuais WC(s) do parque bem como as arrecadações agora existentes.

MANUELA SEOANE (IGLÉSIAS)

— MÉDICA CLÍNICA GERAL —

INTERNISTA DE PATOLOGIA CLÍNICA
DO HOSPITAL DE STO. ANTÓNIO

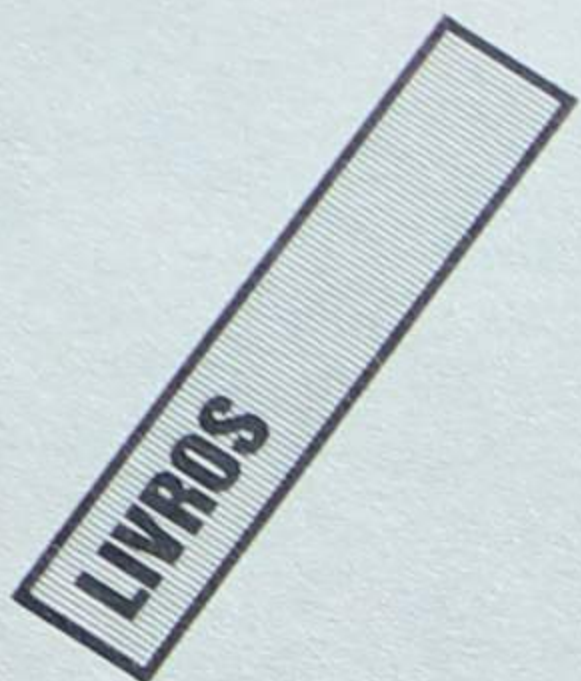
Rua 19 n.º 204-2.º — Telef. 723512 — ESPINHO

SENHORA DA AJUDA

ROTEIRO

DIAS	MANHÃ	TARDE	NOITE
DOMINGO, 13	09.00 h – Abertura das festas com uma salva de morteiros. *	15.00 h – Desfile de Majorettes. *	
SEGUNDA, 14			22.00 h – Actuação da Tuna de Mozelos, no coreto do Largo da Capela.
TERÇA, 15			22.00 h – Encontro com os corais do concelho, no largo poente do Aparthotel. "
QUARTA, 16			21.30 h – Jogos Tradicionais, na Avenida 8. "
QUINTA, 17			21.30 h – Exibição dos ranchos do concelho (não federados), no largo poente do Aparthotel. "
SEXTA, 18			21.30 h – Actuação dos conjuntos musicais S.O.S. e Conchas da Costa Verde, no largo poente do Aparthotel. *
SÁBADO, 19		15.00 h – Desfile Etnográfico. Concentração no Largo da Feira, com recepção nos Paços do Concelho. " 16.00 h – Desfile das Bandas de Música de Silvalde e Paramos e dos Grupos Folclóricos, com o percurso habitual dirigindo-se as bandas, de seguida, para os coretos do largo da capela. "	21.30 h – Festival Folclórico Espinho/87: na Rua 19 Actuação dos ranchos na Rua 19 e no largo poente do Aparthotel. " 22.00 h – Continuação dos concertos pelas Bandas de Música, até à 1 hora da manhã. * 24.00 h – Fogo preso na Baía. *
DOMINGO, 20	08.00 h – Missa dominical. * 09.00 h – Banda de Música de Espinho actua no coreto do largo da capela. 10.00 h – Missa solene. * 10.00 h – 1.ª Corrida da Bandeja da cidade de Espinho. ** 11.00 h – Missa de festa. *	14.30 h – Entrada das Bandas de Música de Espinho e Pevidém no coreto. * 17.00 h – Majestosa procissão com bênção ao mar. À mesma hora será efectuada a largada de pára-queidistas na praia da Baía. *	21.00 h – Variedades no largo poente do Aparthotel, com José Malhoa à frente do cartaz. * 22.00 h – Continuação dos concertos pelas Bandas de Música, nos coretos, até à 1 hora da manhã. * 01.00 h – Sessão de Fogo de Artificio. *
SEGUNDA, 21	Durante todo o dia, tradicional feira das cebolas. *		21.30 h – Entrada das Tunas de Anta e Fiães, nos coretos do largo da capela. * 22.00 h – Actuação do conjunto musical «Os Semi-Breve». *

(*) Organização da Comissão de Festas de Nossa Senhora da Ajuda.
 (**) Iniciativa do Sindicato da Indústria Hoteleira.
 (") Organização da Comissão do Festival Folclórico Espinho/87.



«Duas Senhoras Bem Comportadas», de Jane Bowles, edição Presença, edição portuguesa de 1987 – Jane Bowles nasceu em Nova Iorque, em 1917, e morreu em Málaga, em 1973, depois de ter viajado e vivido um pouco por todo o mundo. Considerada por grandes escritores e críticos, entre os quais Tennessee Williams e Truman Capote – que escreveu o prefácio para esta novela – como um dos maiores vultos da moderna literatura americana, Jane Bowles é uma verdadeira lenda, uma espécie de «Rimbaud» no feminino. A sua vida atormentada foi marcada pela doença e a sua obra, escrita até aos 30 anos de idade, compõe-se apenas, para além da presente novela, de uma peça teatral, «In the Summer House», e sete contos que foram publicados sob o título de «Plain Plessures». Esta primeira edição, entre nós, de «Duas Senhoras Bem Comportadas» é, portanto, um acontecimento de particular importância, ao revelar ao público português um grande nome da ficção contemporânea.

CASINO SOLVERDE ESPINHO

- JANTAR CONCERTO E ESPECTACULO
- BOITE COM ESPECTACULO
- SALAS DE JOGO, BANCADO, SLOTS e BINGO ao nível das melhores da Europa
- CINEMA e CAFETERIA

GALERIA DE ARTE EXPOSIÇÕES PERMANENTES

FONSECA

MODAS – TECIDOS

RUA 19, N.º 275 – Telefone 720413 – ESPINHO

J. NUNES DE MATOS

MÉDICO ESPECIALISTA — RAIOS X — DIAGNÓSTICO

Especialista no Instituto Português de Oncologia
 Ex-assistente da Faculdade de Medicina
 Consultório: Rua 20, n.º 1436-r/c Dt.º — Telef. 721975
 — MAMOGRAFIA E ECOGRAFIA —
 Consultório: Av. da Boavista, 2297-1.º Dt.º — PORTO — Tel. 674313

CASIMIRO DE ANDRADE

MÉDICO DENTISTA

Consultório: RUA 22 (junto à Câmara) — TELEF. 724909

CLÍNICA DENTÁRIA DR. CARLOS RAMOS PEREIRA

Av. 8, n.º 784-1.º
 ESPINHO • TELEF. 723472
 Rua Elias Garcia, 55-1.º
 OVAR • TELEF. 52401

MANUEL PEREIRA FONTES & CA., LDA.

— FÁBRICA DE TAPEÇARIAS —
 Importação - Exportação

Tapetes e carpetes manuais – Passadeiras, tapetes, carpetes e alcatifas mecânicas «Wilton» e «Axminster» com desenho «REALCE».
 Telex: 22255 – Fontes-P • Telef.: 721316/7/8
 SILVALDE – ESPINHO

FERNANDO RODRIGUES LIMA

Distribuidor de papéis COLOWALL, com novas colecções para 1987 e 1988, acabadas de sair. Vimura, Parêta, Parati, etc.

DESCONTOS ESPECIAIS A EMPREITEIROS

Trav. da Rua 5 (traseiras da garagem Sousa) • Telefone 721739
 — ESPINHO —

JORGE PACHECO

MÉDICO DENTISTA

EVA PACHECO

MÉDICA INT. ESTOMATOLOGIA

Rua 8, n.º 381-1.º E (Esq. R. 8/11) — Telef. 722718
 — 4500 ESPINHO —

NOVO – DIFERENTE

JARDIM-DE-INFÂNCIA

EXTERNATO OLIVEIRA MARTINS

Rua 19, n.º 786 (Praceta) – Telef. 721468 – 4500 ESPINHO

- Pré-escrita
- Expressão verbal
- Expressão lógico-matemática
- Expressão Plástica
- Educação sensorial
- Psicomotricidade
- Ensino oficializado
- Educação personalizada
- Único no meio/Raro no País
- Instalações confortáveis

O SEU FILHO MERECE ESTA ESCOLA ESTÃO ABERTAS AS INSCRIÇÕES PARA O NOVO ANO LECTIVO

JUNTA JÁ INDICOU UM TERRENO PARA O POLIDESPORTIVO AO VEREADOR DAS FREGUESIAS



Abel Gomes Gonçalves, o presidente da Junta de Silvalde, está satisfeito com a Câmara. «Estamos muito bem relacionados», observou ele, outro dia, quando contactado por «Defesa de Espinho», a propósito das obras da sede da autarquia - 2ª fase. Obras que continuam em bom ritmo e que se prevê possam estar concluídas dentro dos prazos previstos.

A razão primeira do excelente relacionamento Câmara - Junta reside na atenção que os problemas de Silvalde têm mere-

cido à edilidade e, em particular, ao vereador do pelouro de freguesias Valdemar Ribeiro.

No caso específico da 2ª fase da Junta, mais uma vez se notou esse bom relacionamento com a atribuição de um novo subsídio camarário, sem o qual não se poderia avançar - e isto porque, como se sabe, os meios financeiros da Junta são escassos.

O ponto da situação em relação a esta obra é o seguinte: quinta-feira, 10, foram abertas as propostas para alguns traba-

lhos finais e, dois dias volvidos, foram feitas as adjudicações. Neste momento tais trabalhos devem já ter começado.

Enquanto última a sua sede, a Junta de Silvalde está a trabalhar já para dotar a freguesia com um recinto polidesportivo idêntico ao de Cassufas - e também aqui com a indispensável colaboração camarária.

No orçamento municipal para este ano há 2 mil contos reservados ao melhoramento mas o presidente Abel Gonçalves crê que antes de se avançar um pouco mais com idêntico empreendimento em Paramos, nada de palpável se verá em Silvalde nesta matéria.

Como quer que seja, Abel Gonçalves e a sua equipa não estão parados e indicaram já ao vereador das freguesias um terreno que, do ponto de vista do executivo besouro, era ótimo para o poli desportivo. Trata-se de uma área na antiga quinta da Seara, traseiras das novas escolas - terrenos que são, em parte, pertença da Junta.

J.G.J



Colaboração Junta/Câmara funciona bem - diz Abel Gonçalves aludindo à sua própria experiência

CRÉDITO AGRÍCOLA MAIS FÁCIL EM ESPINHO

A Caixa de Crédito Agrícola Mútuo de Espinho tem por principal objectivo ajudar os pequenos agricultores e levá-los a fomentar a agricultura no nosso concelho - disse o gerente desta parabancária, Rui Américo.

Isto não significa que ela não funcione como um banco, aceitando depósitos de qualquer pessoa independentemente de ser ou não agricultor. Deste modo os seus clientes podem dispor de duas contas - à ordem ou a prazo - como em qualquer instituição bancária.

Esta parabancária foi criada como uma cooperativa de crédito e como tal está isenta de impostos, nomeadamente o de capitais. Este ponto resulta em vantagem do cliente que, deste modo, recebe juros mais eleva-

dos pois, tal como a instituição, também ele não está sujeito ao imposto de capital.

Mas existem diferenças. A Caixa de Crédito não desconta letras. Igualmente não trabalha com câmbios. Não significa isto que um seu cliente deixe de depositar dinheiro por se encontrar em moeda estrangeira. Pode fazê-lo. Imediatamente a seguir ao depósito, a própria instituição se encarrega de, junto da banca, trocar a moeda para escudos.

Segundo Rui Américo, não será apenas o concelho de Espinho que irá beneficiar com a Caixa Agrícola. Os seus objectivos estendem-se aos concelhos limítrofes, nomeadamente ao de Vila Nova de Gaia enquanto ali não for implantada uma cooperativa de crédito. Assim, os

habitantes do concelho vizinho, para além de poderem movimentar as suas contas, poderão ainda, se for caso disso, dispor de financiamentos para a agricultura.

Os lucros desta parabancária não são distribuídos pelos seus dez sócios - embora estes tenham participação na cooperativa - contribuindo para aumentar o Capital Social no fim de cada ano. Este Capital Social, tal como a responsabilidade, é ilimitado.

De referir igualmente que a Caixa de Crédito Agrícola Mútuo de Espinho é, como todas as instituições de crédito no nosso país, controlada pelo Banco de Portugal, para onde deve enviar, todos os meses, um registo contabilístico. Além disso, o Banco de Portugal faz uma ou

duas inspecções anuais às instalações desta instituição.

Quanto aos quadros administrativos salientamos três: a Direcção, que tem por finalidade gerir a cooperativa; o Conselho Fiscal, que acompanha o comportamento da Direcção e a Assembleia Geral, a quem cabe aprovar ou não as contas e decisões a tomar. Assim, é presidente da direcção o dr. Carlindo Ferreira de Sá Ribeiro, sendo secretário Carlos Silva Pereira e tesoureiro Horácio Ferreira Pinho. Os presidentes do conselho fiscal e da assembleia geral são, respectivamente, dr. Noé Monteiro Oliveira e dr. Joaquim Rafael do Couto Devesas.

Não queremos deixar de referir que a Caixa de Crédito está aberta a pretensos associados, podendo estes ser «pessoas singulares ou colectivas, seja qual for a sua forma jurídica, que exerçam na área de acção da Caixa actividades produtivas nos sectores da agricultura, silvicultura e pecuária e as que exerçam actividades que constituam efectivo complemento directo e imediato daquelas actividades». Quanto à respectiva admissão «será decidida pela direcção, a pedido do interessado, sob propostas de dois associados que confirmam estar aquele em condições legais e estatutárias, de ser admitido».

Quanto ao balanço do movimento e procura, ainda é cedo para o fazer - disse-nos Rui Américo - pois a instituição só abriu há pouco mais de oito dias. No entanto, passado o mês de Dezembro, far-se-á uma reunião para minibalço. Então sim, será altura de apurar se a iniciativa é positiva ou não.

EMPREGADA DE ESCRITÓRIO

PRECISA-SE

Para trabalhar a 7 km a sul de Espinho
Com transporte à porta

Carta a este Jornal ao n.º 18412, indicando habilitações e estado civil

TRESPASSE RESTAURANTE/MARISQUEIRA

Bem equipado com secção de sauna anexa. Trespasa-se em Santa Maria da Feira.

Bom preço. Contactar: telef. 32176

PREDICASTER, LDA.

Rua Jornal Correio da Feira, 5-1.º - Ap. 53
St.ª M.ª da Feira - 4520 FEIRA

PRECISA-SE EMPREGADO DE ESCRITÓRIO

De preferência 1.º emprego, livre de serviço militar e com carta de condução.

CARTA A ESTE JORNAL AO N.º 18.438

LUSOTUFO

TAPETES - CARPETES - ALCATIFAS

Telefone 72005 - CORTEGAÇA

EMPREGO

FIRMA DE TRANSFORMAÇÃO DE MATÉRIAS PLÁSTICAS POR INJECCÃO, EXTRUSÃO E INSUFILAÇÃO, PRETENDE ADMITIR ELEMENTO COM CONHECIMENTOS DE MECÂNICA E ELECTRICIDADE DE MÁQUINAS DESTE TIPO DE INDÚSTRIA.

Resposta ao Apartado 24
3886 ESMORIZ Codex

CONNOSCO A SUA CAMPANHA PUBLICITÁRIA RESULTA

SOMOS

EMPES
EMPRESA DE PUBLICIDADE DE ESPINHO E

RUA 26. N.º 601-2.º ESQ.º
APARTADO 39

4501 ESPINHO CODEX
TELEF. 721525

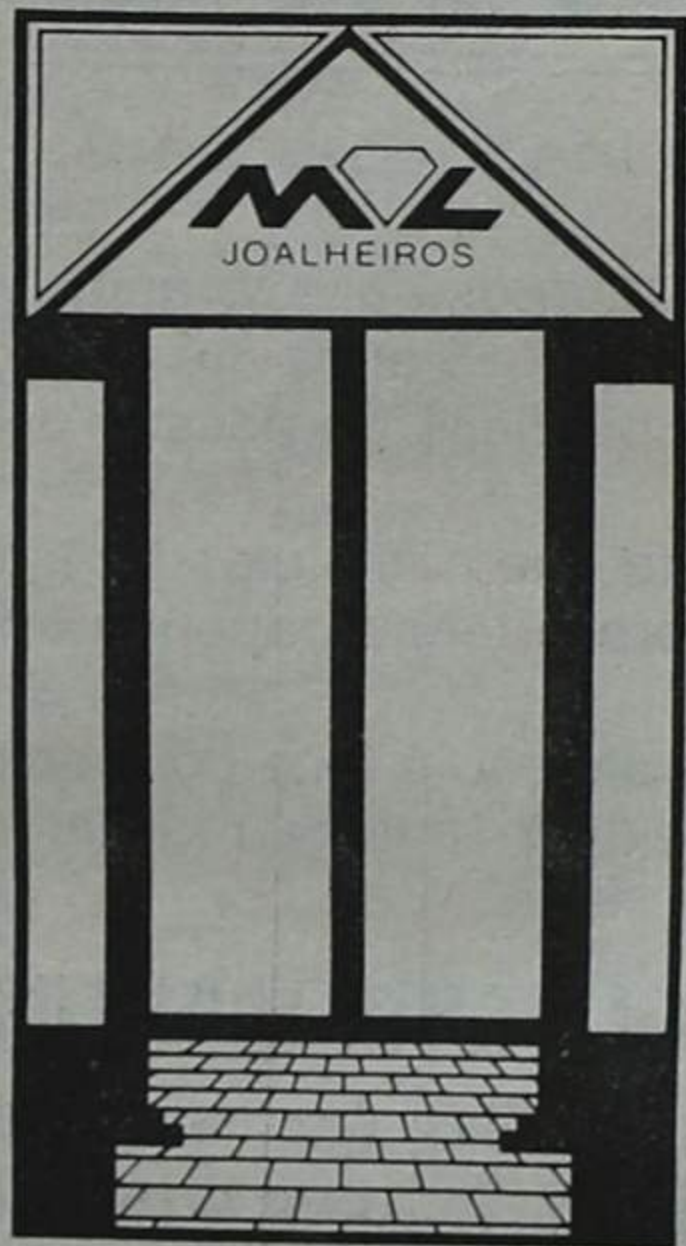
JÓIAS ML

- CRIAÇÃO
- EXCLUSIVIDADE
- SEGURANÇA
- INVESTIMENTO

Peça-nos catálogo informativo de jóias.

CENTRO COMERCIAL SOLVERDE II

LOJA 15 * 4500 ESPINHO
CODEX 323 * TEL. 723567



DEFESA DESPORTIVA

NACIONAL DA I DIVISÃO

ESCOLHA O MELHOR JOGADOR E GANHE UM PRÉMIO

Rádio e Jornal completam-se e foi tendo em conta este princípio que decidimos aceitar um esquema de colaboração que nos foi proposto pelo departamento de informação desportiva da Rádio Espinho, no sentido de se eleger o melhor jogador do Sporting de Espinho na época futebolística em curso.

Assim, todas as semanas publicaremos um cupão que os leitores interessados em colaborar preencherão e entregarão aqui no jornal ou na Rádio Espinho (as moradas estão no cupão)

até à terça-feira seguinte.

Reunidos os cupões recebidos nos dois órgãos de comunicação social far-se-á um sorteio entre todos os leitores/ouvintes participantes. O favorecido pela sorte terá direito a um prémio oferecido por uma casa de artigos desportivos da cidade.

Cada cupão com a votação para o melhor jogador corresponde a um voto e, no final da época, o futebolista «tigre» que reunir maior pontuação será distinguido com um troféu.

De referir que o anúncio do

leitor/ouvinte premiado semanalmente e a marcha da pontuação atribuível aos jogadores serão feitos na emissão do programa «Desportivamente» que vai para o ar na Rádio Espinho, às quartas-feiras, após o bloco informativo alargado das 19 horas.

Os leitores/ouvintes poderão votar quantas vezes entenderem mas não poderão fazer uso de fotocópias - princípio que este jornal tem por fundamental e que a Rádio Espinho aceita.

PLACARD

RESULTADOS

Penafiel-Braga	3-0
Rio Ave-Salgueiros	2-2
Espinho-Chaves	2-1
Farense-Elvas	1-3
Aadémica-Sporting	1-1
Benfica-Marítimo	0-1
Belenenses-Portimonense	4-2
V. Guimarães-V. Setúbal	1-3
Boavista-Covilhã	2-2
Varzim-F. C. Porto	0-2

CLASSIFICAÇÃO

	J.	V.	E.	D.	F-C	P.	
F. C. Porto	4	3	1	0	11	1	7
Belenenses	4	3	0	1	10	10	6
Sporting	4	2	2	0	7	2	6
V. Setúbal	4	3	0	1	8	4	6
Marítimo	4	2	2	0	4	2	6
Elvas	4	2	1	1	7	4	5
Penafiel	4	1	3	0	5	2	5
Chaves	4	1	2	1	7	4	4
Boavista	4	1	2	1	6	6	4
Benfica	4	2	0	2	5	3	4
Salgueiros	4	0	4	0	6	6	4
V. Guimarães	4	1	2	1	5	6	4
Espinho	4	1	2	1	3	5	4
Varzim	4	0	3	1	4	6	3
Académica	4	1	1	2	4	7	3
Rio Ave	4	1	1	2	5	10	3
Braga	4	0	2	2	2	7	2
Portimonense	4	1	0	3	7	8	2
Farense	4	0	1	3	2	9	1
Covilhã	4	0	1	3	3	9	1

CUPÃO

«Defesa de Espinho»
RUA 26, N.º 601-2.º ESQ.º

Rádio Clube de Espinho
RUA 18, N.º 815

Melhor JOGADOR S.C.E. no jogo com o SALGUEIROS

Nome do jogador

Nome

Morada Telef.

Recorte e envie para RÁDIO CLUBE DE ESPINHO ou DEFESA DE ESPINHO, até à próxima 3.ª-feira.



CLÍNICA FISIÁTRICA S. PEDRO
MEDICINA FÍSICA E REABILITAÇÃO
Rua 8, N.º 681 - Telef. 724714 - 4500 ESPINHO

- Acordo com as entidades
- ADSE
 - ACASA
 - ADMG
 - EDP
 - SAMS
 - SSMJ

Manuela Praça
MÉDICA ESPECIALISTA
Liana Pereira
FISIOTERAPEUTA

FÁBRICA DE ESTORES DE ESPINHO

COLOCAÇÃO DE TOLDOS EM ESTABELECIMENTOS
CARLOS MARICATO

EXECUTAM-SE REPARAÇÕES EM ESTORES E PERSIANAS DE TODOS OS TIPOS
COLOCAÇÃO DE ESTORES DE PLÁSTICO, ALUMÍNIO, LAMINADOS E VERTICAIS
— REPRESENTANTES DE ESTORES VITÓRIA E ARSOL —
Estrada do Golf, 1921-2.º D.º * 4500 ESPINHO
TELEFONE 724786 (a partir das 9 da noite até às 9 da manhã)

O FORNO DE ESPINHO

GOMES & PEREIRA, LDA.

Rua 19, n.º 1.278 — ESPINHO — Telef. 725338

Especialidades em:

PÃO D'ÁGUA, PÃO CENTEIO, PÃO HOLANDÊS

«DEFESA DE ESPINHO» A MAIOR AUDIÊNCIA NA REGIÃO

SUPERMERCADO DO LAR DO PICOTO

Agentes exclusivos dos LUSTRES CRISTALUZ e BRONZES SUPER
Distribuidores dos papéis:
VYMURA, PARETA, MAY-FAIR, F.P.D., PARADISE, COLOWALL, ETC.
Das alcatifas:
PÉROLA, LIDER, ROBILON, PENINA, TIPO INDUSTRIAL, etc.
CARPETES, MOBÍLIAS, electrodomésticos, louças, móveis, candeeiros Tosel,
plásticos, adornos, colchões, tapetes e tudo para o seu lar.
Sede: Estr. Nacional 1 - Telef. 7643575 - PICOTO/FEIRA
Filial: Rua 62, n.º 227-231 - Telef. 722986 - ESPINHO

SIMON, S. A.

COMPRA E VENDA DE PROPRIEDADES
RUA 28, N.º 574 — TELEF. 725454 — 4500 ESPINHO

FÁBRICA DE ARTIGOS DE CELULÓIDE E PLÁSTICOS

LUSO-CELULÓIDE

— DE —

HENRIQUES & IRMÃO, LDA.

APARTADO 22 — TELEFONE 722193
ESPINHO

INSCRIÇÕES

Estão abertas as inscrições para:

- Ciclo Preparatório (2 anos num só ano);
- «9.º ano» — Se fizeres 15 anos até 31 de Dezembro não precisas de possuir o 8.º ano;
- «11.º ano» — Basta que completes 17 anos até 31 de Dezembro e tenhas apenas o 9.º de escolaridade;
- «12.º ano» — A avaliação é feita por pontos de frequência e exame final a realizar no Externato.

EXTERNATO OLIVEIRA MARTINS
Rua 19, n.º 786 (praceta)
Telef. 721468 — ESPINHO

NACIONAL DA I DIVISÃO

COM CHAVES DE OURO



O «pequeno-gigante» Silvino, em grande, nas alturas. (Foto de M. Ribeiro).

Passar de vencido a vencedor é, em qualquer circunstância, muito difícil, e representa mérito para a equipa que consegue tal proeza. No entanto, quando o adversário ultrapassado é forte e beneficia de favoritismo, à partida, a proeza tem outro sabor.

Quando o Desportivo de Chaves se colocou em vencedor, doze minutos após o começo do jogo, foram poucos os que acreditaram na reviravolta dos números. Sobre o ânimo dos jogadores espinhenses pesava, ainda, a goleada de oito dias antes, em Elvas. Por outro lado, sabe-se como o público reage, mesmo sem gestos, perante a derrota da sua própria equipa. Tudo isso representa um «handicap» favorável para a turma visitante.

Apesar disso, no «Avenida», morava a esperança. O técnico alterara substancialmente o xadrez da equipa, relativamente aos primeiros jogos. Eliseu regressava, Nito estreava-se, Marcão «mostrava-se» ao público espinhense e Luís Manuel evidenciava, com a sua presença, a sua recuperação física.

As jogadas seguintes ao golo flaviense denotaram o firme propósito de os «tigres» responderem ao adversário. Luís Manuel foi quem deu o

primeiro sinal, através de um dos seus «raides» característicos, ilegalmente «cortado» por Diamantino que, por isso mesmo, viria a receber o primeiro «amarelo» da tarde.

Depois foi Vicente a travar Ivan; depois, ainda, foi o remate de Marcão, com a bola a bater no corpo de Padrão, guarda-redes visitante.

E é então que começa o grande assédio dos «tigres», traduzido por não sei quantas avançadas de perigo sobre a área oposta, com o Chaves a ceder não sei quantos livres de canto em minutos sucessivos.

UM BELO GOLO

Foi num desses livres (os primeiros sofridos pelo visitante) que o Espinho chegou ao empate. Vitorino atirou com boa conta, Ivan amortece com o peito e, de seguida, dispara sem possibilidades de defesa para Padrão. Foi um lance rápido, pleno de oportunidade por parte do brasileiro.

Sem dúvida que a partir daí as coisas se tornaram menos difíceis para os «tigres». A vantagem adquirida pelos transmontanos fora anulada. Faltava agora o golo do «volte-face». E ele surgiu, ainda que só lá mais para diante.

Até lá, o Espinho teve de suportar (e de superar) algumas dificuldades. David, nada preocupado em deixar simpatias

onde já as teve, no tempo em que andou por cá, deu nas vistas pela sua dureza; Vermelhinho e Radi fizeram algumas simulações com o intuito de quebrarem o ritmo aos seus adversários.

Mas o Espinho continuava a insistir. Ninguém lhe resistia. A 10 minutos do intervalo, beneficiou de um livre à entrada da área oposta que obrigou o Chaves a defender-se com sete elementos! Depois, era Luís Manuel a tentar o golo para, no derradeiro minuto da primeira parte, após um canto de Vitorino, Nito procurar rematar sem preparação.

IRRESISTÍVEL!

Foi irresistível a segunda parte do Espinho, sobretudo a partir do primeiro quarto de hora. A equipa actuou em bloco, bem sincronizada, com tudo a correr sobre esferas, desde lá atrás, dos defesas, ao último

dos avançados. Eliseu, Ralph, Luís Manuel, Amândio, Nito, Ivan, Vitorino e outros dos seus colegas, não escondiam o seu forte querer em alterarem as coisas. De uma vez, Luís Manuel «levou» nada menos de quatro adversários e só não foi mais em frente porque Jorginho, raivoso com tudo aquilo que vira, «abateu» o pequeno-grande jogador à entrada da área. Mais um metro e seria grande penalidade.

Depois, foram inúmeros os livres de canto de que beneficiou o Espinho. Houve quem contasse dez ou doze. Todos, porém, lhes perderam a conta.

Como «água mole em pedra dura tanto bate até que fura», o Espinho viria, a dezassete minutos do fim, a alcançar o golo da vitória. Foi outro de Ivan, de cabeça, a secundar uma outra «cabeça» de Carvalho, este a confirmar neste jogo com os flavienses as credenciais que trouxe do Rio Ave e a provar ter sido

bem escolhido para o quadro de Quinto.

Depois disso, ainda o Espinho poderia ter aumentado a vantagem e não o inverso, a significar que da sua parte não houve um cruzar de braços.

Enfim, os «tigres» evidenciaram forte personalidade, revelando, sobretudo, esta qualidade importante — que é o de saberem dar a volta a um resultado que lhe é adverso, tendo por adversário uma equipa que está na Europa. Logo, mais difícil do que qualquer outra.

DESABAFOS DE MAU PERDEDOR...

Ouvimos no final os dois treinadores, assim como os dois guarda-redes.

Padrão, do Chaves, declarou que «esta derrota não estava nas nossas previsões» e que «jogámos retraídos, pensando no jogo de quarta-feira, na Roménia, para a Taça UEFA».

Silvino, por sua vez, disse que «foi ótimo ganhar, tanto mais que o adversário, estando, como se sabe, na Europa, é presentemente dos mais difíceis do nosso futebol».

O técnico Quinto parecia sentir-se mais satisfeito com a exibição do que com o resultado, ao recordar ideias suas, transmitidas pelos jornais, segundo as quais «quem quiser ver bom futebol deve deslocar-se ao Estádio da Avenida e ver o Sporting de Espinho». Diria, ainda, que «as pessoas vêm cá mais com esse objectivo do que comer uma boa caldeirada».

Raul Águas, treinador do Chaves, criticou asperamente o árbitro, a quem atribuiu a derrota da sua equipa. Concretamente acusou-o de ter marcado faltas ao contrário, mas não disse que essas decisões haviam tido influência no resultado. Enfim, os desabafos habituais de quem não sabe perder...

ESPINHO, 2 CHAVES, 1

Jogo no Estádio da Avenida.

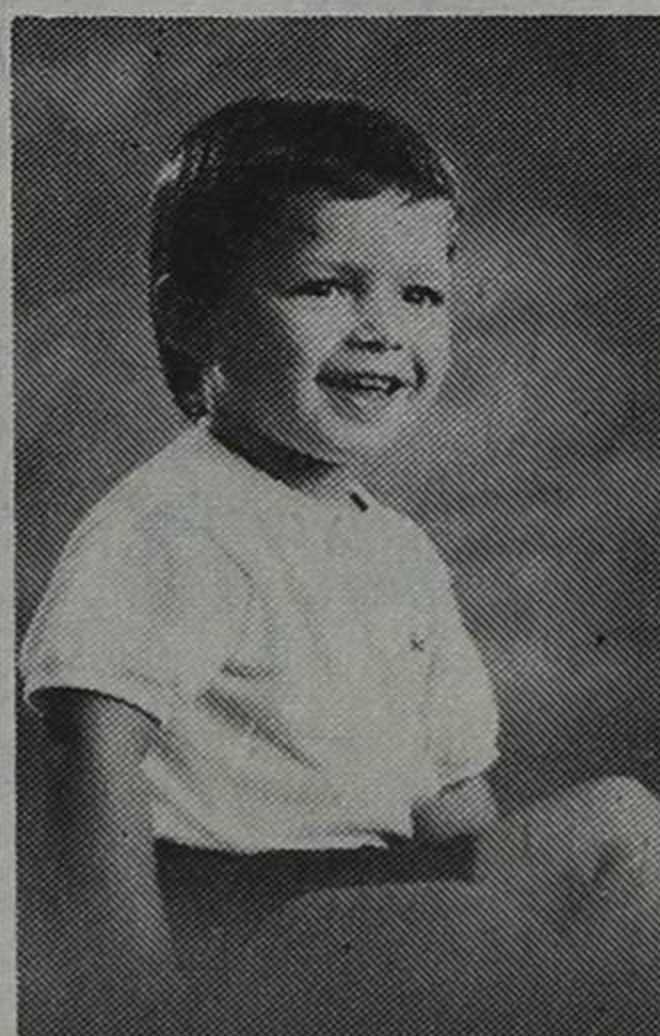
Árbitro: Manuel Noqueira (Porto).

ESPINHO — Silvino; Eliseu, Amândio, Ralph e Nito; Nelo, Luís Manuel e Marcão (Walsh, aos 46 m); Ivan (Aziz, aos 84 m), Carvalho e Vitorino.

CHAVES — Padrão; Cerqueira, Vicente, Jorginho e Garrido (Serra, aos 75 m); Diamantino, Radi e Gilberto (Luís Saura, aos 75 m); David, César e Vermelhinho.

Ao intervalo: 1-1. Marcadores: David (12 m), Ivan (26 e 73 m). Cartões amarelos para Diamantino (16 m), César (67 m) e Quinto (83 m).

SALVE 20/09/87



VÍTOR ALEXANDRE PINTO DA ROCHA

Teus avós paternos, na passagem do teu 3.º aniversário, desejam-te as maiores felicidades.

CIDÁLIA ROCHA
E ALBERTO ROCHA

TEMPOS LIVRES

MAIORES DE 5 ANOS

- Estudo orientado por professores do Ensino Primário
- Aulas de Inglês
- Introdução à Informática
- Karaté; Música; Ballet

EXTERNATO OLIVEIRA MARTINS

Rua 19, n.º 786 (Praceta) — Telefone 721468

CAMPEONATO POPULAR PRESTES A ARRANCAR

DUAS SÉRIES DE DEZ EQUIPAS E MAIS DISCIPLINA

□ ANTÓNIO MENDES

Dez equipas divididas por duas séries, em vez de uma única de dezoito — esta uma das novidades do campeonato popular concelhho 1987/88, que «está previsto começar na última semana».

Segundo o presidente da Associação de Futebol Popular do Concelho (AFPC), Fernando Fernandes, as dezoito equipas numa só série tornavam o campeonato muito longo e, se não se procedesse à divisão dos clubes, esta época o problema agravar-se-ia por haver mais dois clubes em competição.

O nosso entrevistado diz-nos que na época passada houve falta de campos e, por isso, perguntámos-lhe como é que com mais duas equipas vai a AFPC resolver o problema:

Responde:

«Se conseguirmos os campos que temos em vista, talvez o problema não seja tão grave esta época, pois estamos a contar poder utilizar os

campos do Regimento de Engenharia, do Rio Largo (só falta chegar a acordo com a utilização dos balneários), o da Zona e estamos em boas negociações com o campo de Guetim».

Em relação ao Campo Municipal de Cassufas, a opinião do presidente da AFPC é a seguinte:

«Eletrificando convenientemente o campo, para além de servir o Sporting e a Académica de Espinho, pode também ser utilizado pelos clubes filiados na AFPC, que poderiam jogar à sexta e sábado à noite».

MEDIDAS DISCIPLINADORAS

Desejamos saber a opinião do nosso interlocutor relativamente à colaboração dos responsáveis pelo desporto a nível da autarquia. Fernando Fernandes diz a este respeito: «Dentro dos condicionalismos que

existem, a vereadora do pelouro desportivo, sr.^a Elsa Tavares, tem colaborado».

Pretendemos, ainda, saber o que pode ser feito a nível disciplinar, já que em últimas edições do Campeonato Popular, os incidentes se têm sucedido.

Aqui, o presidente da AFPC avança algumas novidades:

«Pensamos obter melhorias neste aspecto, depois de tomadas as medidas que julgamos convenientes, aplicando multas aos clubes e pesados castigos aos atletas indisciplinados. Estas multas são aplicadas em função do relatório do árbitro. E podem ser de mil a cinco escudos».

Ainda sobre esta matéria, o nosso interlocutor deixa um apelo. Este: «Que toda a massa interessada neste quinto Campeonato Popular, dentro ou fora das quatro linhas, seja mais disciplinada. Será mais fácil se todos entenderem o desporto pelo desporto».

TOTOBOLA

Concurso dos órgãos de informação n.º 39/87, relativo a 27 de Setembro de 1987. Prognóstico «Defesa de Espinho»/«Defesa Desportiva»:

BRAGA-PORTO	2
SPORTING-BENFICA	2
PENAFIEL-RIO AVE	1
SALGUEIROS-ESPINHO	1
CHAVES-FARENSE	X
ELVAS-ACADÉMICA	1
MARÍTIMO-BELENENSES	X
PORTIM.-GUIMARÃES	2
SETÚBAL-BOAVISTA	X
COVILHÃ-VARZIM	1
FAMALICÃO-LEIXÕES	X
MANGUALDE-E. PORTALEGRE	1
ORIENTAL-OLHANENSE	2

Jogos deste concurso:

1 a 10 — I Divisão Nacional
11 a 13 — II Divisão Nacional

Concurso 82/87 (2.º concurso extraordinário de 1987), referente a 30 de Setembro de 1987. Vaticínio DE/DD:

VARDAR-PORTO	2
TIRANA-BENFICA	1
NÁPOLES-REAL MADRID	X
ANDERLECHT-MALMO	1
DINAMO BERLIM-BORDÉUS	1
GLASG. RANG.-DIN. KIEV	2
S. SÓFIA-BAYERN	X
TIROL-SPORTING	1
BELENENSES-BARCELONA	2
GUMARÃES-TATABANYAI	2
CHAVES-U. CRAIOVA	2
ESPAÑHOL-B. M'GLADBACH	X
B. DORTMUND-CELTIC	1

Jogos deste concurso:

1 a 7 — Taça dos Campeões
8 — Taça V. Taças
9 a 13 — Taça UEFA

MUNICÍPIO DE ESPINHO

CÂMARA MUNICIPAL

AVISO

DR. JOSÉ MANUEL AFONSO GOMES DE ALMEIDA,
PRESIDENTE DA CÂMARA MUNICIPAL DE ESPINHO:

Faz público de que a partir desta data foram transmitidas instruções à Polícia de Segurança Pública e à Fiscalização Municipal, no sentido de fazer cumprir rigorosamente a Postura de Trânsito actualmente em vigor neste Município.

Assim, alertam-se todos os proprietários de veículos utentes de locais reservados a parcómetros, de que a utilização destes, sem o respectivo pagamento acarretará além da respectiva multa, o reboque do veículo em transgressão para local a definir.

E, para constar, se passou este e outros de igual teor que vão ser afixados nos locais do estilo e publicados nos Jornais Locais, «Defesa de Espinho», «Maré Viva» e «Espinho Vareiro».

E eu, Dulce Amorim, a exercer em regime de substituição o cargo de Director do Departamento Administrativo, o subscrevi.

Espinho e Paços do Concelho, 8 de Setembro de 1987

O PRESIDENTE DA CÂMARA,

Dr. José Manuel Afonso Gomes de Almeida

FUTEBOL DE SALÃO

A Sapataria Pepe venceu o décimo-oitavo torneio de futebol de Salão da Académica de Espinho. O segundo lugar foi para o Café Brandoense e o terceiro para a Banda Paramense.

Na primeira fase, foram vencedores de série a Metalúrgica Mozelos, os Tigres de Silvalde e a DAC.

Já lá vão dezoito anos com a Associação Académica de Espinho ininterruptamente a organizar o seu torneio de futebol de salão. Este ano o torneio foi organizado sob a tutela da Federação Portuguesa de Futebol de Salão; por tal motivo, as regras bastante diferentes das dos anos anteriores, levaram a que o torneio tivesse um cariz diferente a todos os níveis.

Os casos de indisciplina foram bastante reduzidos, também as regras evitam que o choque entre os atletas seja agressivo dado o facto de considerarem bola fora ao bater na tabela do rinque. Foram portanto banidas as entradas duras contra a tabela que tantas vezes originavam conflitos entre os atletas. Também a bola pode tomar qualquer altura, o que dificulta aos árbitros e atletas poderem discutir critérios.

Teve este ano o torneio da Académica a particularidade das equipas de arbitragem serem nomeadas pela federação da modalidade, melhorando portanto.

Eram árbitros desconhecidos do nosso meio evitando talvez qualquer influência a que por vezes a simpatia e amizade conduzem.

A.M.

MEIA-MARATONA DE ESMORIZ

ACADÉMICO QUEIXA-SE DA ORGANIZAÇÃO

Não foi feliz a participação do Académico de Espinho, domingo último, na Meia-Maratona de Esmoriz.

Para além disso registaram-se deficiências na organização a causarem problemas a vários clubes, incluindo o Académico, que atempadamente fizeram as suas inscrições e quando se apresentaram para as levantar eram informados de que não estavam inscritos.

Essas inscrições dos clubes em causa foram confirmadas através dos ofícios enviados à organização e efectivamente encontravam-se em poder desta, como verificou o delegado do Académico.

Numa nota enviada à nossa redacção, onde se explica o supracitado, a secção de atletismo do Académico considera-se «muito prejudicada com tal situação». E comenta: «Nada fez a organização para remediar o mal cometido, prejudicando os clubes como o Académico, que tiveram de participar com inscrições alheias».

Em relação à prova, foi muito bem disputada, nela participando cerca de mil atletas. Saiu vencedor absoluto, com grande destaque, o portista Joaquim Silva, com o tempo de 1h4m3s.. Em senhoras venceu Rosária Paula, de S. Pedro da Cova, com 1-13-19. Em veteranos ganhou Manuel Augusto, da Rabor, com 1-13-19.

Os melhores representantes do Académico foram Rogério Aluai, com mais 14 segundos que o vencedor, e o júnior Jorge Teixeira, com 1-17-10.

De salientar a melhoria de alguns atletas do Académico, que fizeram os seguintes tempos:

JOSÉ GOMES	1-16-08	Veterano
ROGÉRIO ALUAI	1-16-22	Veterano
JORGE TEIXEIRA	1-17-10	Júnior
JOAQUIM AZEVEDO	1-19-39	Sénior
JOÃO FAUSTINO	1-19-44	Júnior
JORGE PIMENTA	1-23	Sénior
CASIMIRO	1-23-08	Sénior
LUIS MATOS	1-23-55	Sénior
PINTO LEITE	1-26-05	Veterano
TÁCITO LARANJEIRA	1-26-20	Veterano
JORGE AZEVEDO	1-28-58	Júnior
JOAQUIM SOUSA	1-29-45	Sénior
NUNO RENDEIRO	1-30-38	Sénior
ALBERTO SILVA	1-34-28	Veterano
PAULO RENATO	1-50	Júnior

SENHORAS

MARILIA MESQUITA	1-39-30	Sénior
------------------	---------	--------

Também o Esmojães Juventude Atlético participou nesta Meia-Maratona de Esmoriz. Os seus atletas conquistaram as seguintes posições: 126.º, António Nogueira, 1h20m; 150.º, Mário Nogueira, 1h21m; 317.º, Carlos Lopes, 1h30m; 472.º, Manuel Valente, 1h39m.

PRE-VETERANOS — 186.º, Alberto Teii, 1h23m; 310.º, Alberto Couto, 1h29m; 398.º, Albertino Sampaio, 1h34m; 431.º, Carlos Ferreira, 1h35m; 450.º, José Falcão, 1h37m.

Entretanto, nas festas de Grijó (em honra de Nossa Senhora da Graça), e numa prova promovida pelo Grupo Recreativo Moccidade Corveirenses, os representantes do Esmojães Juventude Atlético obtiveram as seguintes posições:

DOS 7 AOS 9 ANOS — MASCULINOS — 1.º, Fernando Teixeira; 8.º, Fernando Ferreira. FEMININOS — 1.º, Carla Alexandre; 3.º, Arminda Rosa.

DOS 10 AOS 13 ANOS — MASCULINOS — 20.º, Artur Rodrigues; 22.º, Joaquim Brito; 25.º, António Fernandes; 27.º, António Mendes; 36.º, José Manuel; 38.º, Daniel Teixeira; 52.º, Ricardo Miguel; 55.º, Paulo Viegas. FEMININOS — 1.º, Fátima Silva; 3.º, Ana Gomes; 12.º, Rosária Lopes; 13.º, Natália Vieira; 18.º, Carla Couto.

DOS 18 AOS 34 ANOS — 2.º, Carlos Silva; 5.º, António Nogueira; 6.º, Manuel Lopes. Nesta prova, os esmojanenses conquistaram o primeiro lugar por equipas.



Esta é a Banda de Música de Silvalde que se apresenta nas festas de N.ª Sr.ª D'Ajuda na cidade de Espinho, na sua máxima força, não há lesões. Dará entrada com a grande Marcha «Entrada às 14» do autor Ilídio Costa, quem o informa é o Luis Rocha

LEÕES VENCEM TORNEIO DOS MAGOS

Os Leões Bairristas (em seniores) e a ASS Jeanet, de França (em juvenis), foram os vencedores do I Torneio Internacional «Convívio e Amizade», organizado pelos Magos de Anta.

Resultados — juvenis — Magos-Guetim, 0-1; Rio Largo-ASS Jeanet, 1-1 (venceram os franceses por grandes penalidades). Apuramento 3.º e 4.º: Magos-Rio Largo, 0-1; Apuramento do campeão: Guetim-ASS Jeanet, 1-1 (venceram os franceses por «penalties»). **Seniores** — Leões Bairristas-ASS Jeanet, 3-0; Magos-CP Vence, 2-1. Apuramento 3.º e 4.º: CP Vence-ASS Jeanet, 3-1; apuramento do campeão: Leões Magos, 3-1.

Em termos disciplinares, o torneio decorreu da melhor maneira, sendo de registar o bom comportamento das equipas e do público, que compareceu em bom número.

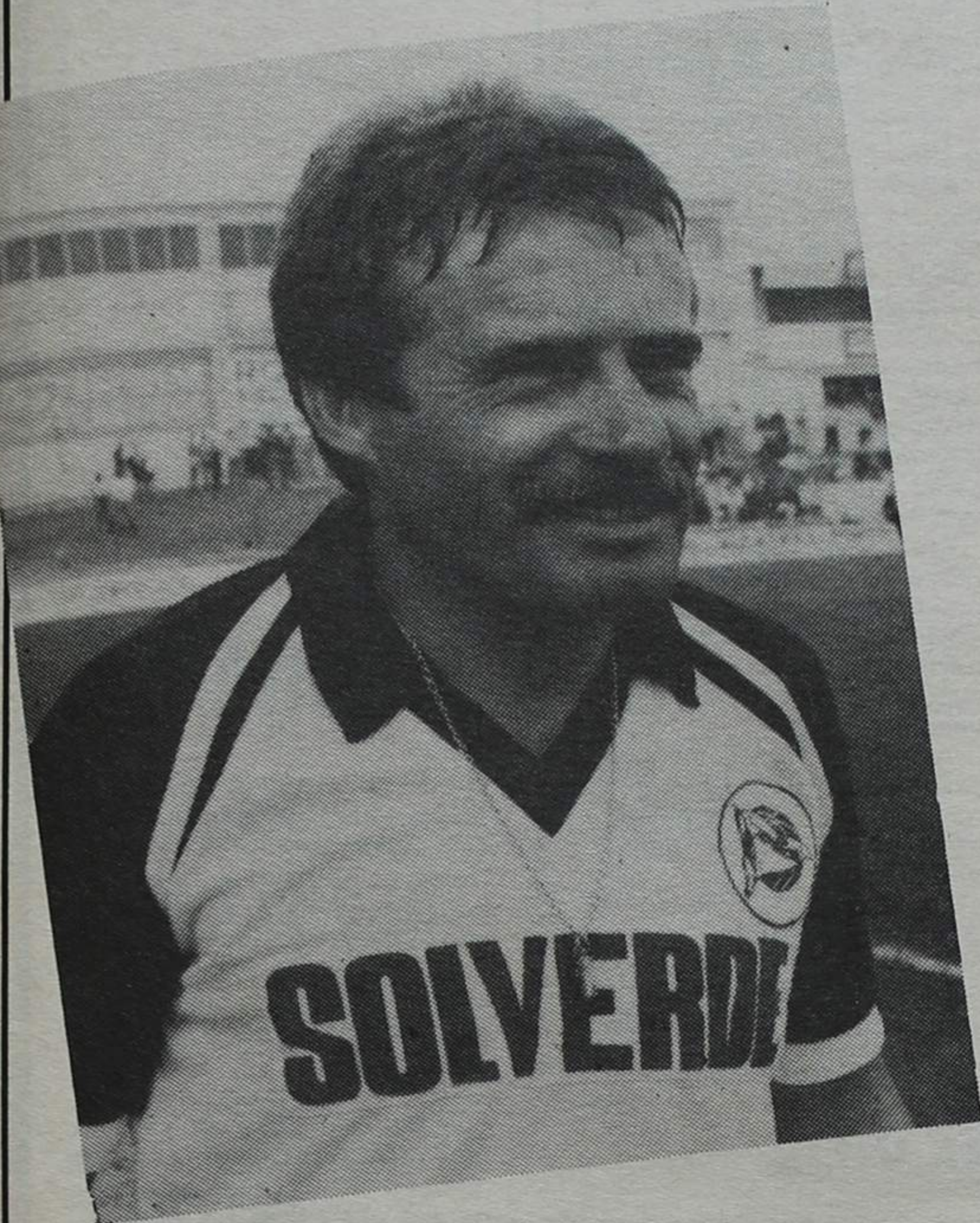
No campo social e do intercâmbio também decorreu da melhor forma pois a comitiva francesa, de 50 pessoas, e os emigrantes de Vence, tiveram um excelente convívio e viveram uma grande jornada de amizade.

Além de outras iniciativas de cariz social, é de salientar uma festa com música, sardinhas e caldo verde. Nesta festa esteve presente um assessor da Doutora Manuela Aguiar. No entanto, a Junta de Anta e a Câmara primaram pela ausência. «Apesar de terem justificado essa ausência» — diz um comunicado dos Magos enviado a Defesa de Espinho — «poderiam ter delegado a sua representação noutra pessoa».

No mesmo comunicado, os Magos salientam «os grandes sacrifícios económicos a que foram obrigados para alimentar e alojar 50 pessoas durante 5 dias». E agradecem algumas colaborações como da Dr.ª Manuela Aguiar, Junta de Anta, vereadora do pelouro desportivo e comércio da indústria.

COM O BRAGA A APADRINHAR

DOMINGO: JOÃO CARLOS DIZ «ADEUS» AOS ESTÁDIOS



João Carlos vai ter no domingo a festa que merece. Vai receber do clube e da cidade as homenagens devidas a um conjunto de qualidades que fazem dele um dos «maiores» que terão passado pelo Sporting Clube de Espinho ao longo de uma história que vai a caminho dos três quartos de século. «Eu nunca ganhei dinheiro no clube» — disse-nos João Carlos, quando uma destas manhãs o «obrigámos» a levantar da cama para recolhermos dados da sua vida desportiva, a propósito da homenagem que lhe vai ser prestada.

No seu desabafo, João Carlos quis significar que nunca auferiu no Sporting de Espinho um «bom ordenado», nem mesmo um «ordenado razoável», muito distante, sem dúvida, dos proventos que hoje auferem os

jogadores de futebol da maioria dos clubes. Diria mesmo que a esposa «ganhava bastante mais do que eu». Com 34 anos de idade e 15 no clube, João Carlos vê chegada ao fim a sua carreira, e conquanto pudesse continuar no futebol como treinador, entende que o seu futuro está no estabelecimento comercial que criou há cerca de um ano, quase em frente ao estádio onde se tornou futebolista e cimentou o seu prestígio em tantos anos de profícua e digna actividade.

3\$00 — O PRIMEIRO ORDENADO!

João Carlos Aluati da Silva era filho de um pescador espinhense e o mais velho de cinco irmãos. Nasceu (calculem!) no Sanatório de D. Manuel II, em Vila Nova de

Gaia, quando sua mãe ali se encontrava para tratar de um problema pulmonar. Completaram-se 34 anos no último dia de S. João. A família residia no Bairro Piscatório, em cuja escola o João fez a instrução primária. O pai era pescador. Como todos os que se encontram ligados a essa actividade, ganhava quando o mar dava. Um dia o sr. Silva emigrou para França e, então, houve necessidade de se reunirem novas receitas. É então que o João, nessa altura com 12 anos e já com a quarta classe, aceita emprego numa fábrica de cestos vizinha, onde passou a auferir o ordenado diário de 3\$00! «Estive lá dois anos após o que passei para uma fábrica de móveis, onde passei a ganhar mais dez tostões por dia!» Dessa fábrica de móveis, de que era polidor, João Carlos saiu com 19 anos de idade a ganhar pouco mais de vinte escudos diários.

ESTREIA EM 72/73

Vizinho do «Avenida», era natural que o jovem se deixasse atrair pela magia do desporto rei. Assim, no fim de cada dia de trabalho, lá estava ele às «voltas» com o futebol. Os responsáveis gostaram do puto e convenceram-no a fazer parte dos juvenis. Entre tantos outros colegas, João recorda um, o guarda-redes Fidalgo, alguns meses mais velho do que ele, que se notabilizou na baliza espinhense (dos mais jovens) e, depois, já sénior, nas do Sporting, do Braga e do Benfica, «virando» mais tarde técnico do Estoril.

Dali foi o «salto» para os juniores, «sob a orientação de Cântara», de que o Espinho chegou a ser finalista com o Avanca, «vindo a perder o segundo jogo durante o prolongamento».

Já então os clubes usavam o sistema de fazerem «rodar» os seus atletas em clubes de inferior categoria. Foi o caso de João Carlos que, em 71/72 foi emprestado ao Esmoriz, ali se mantendo durante toda essa temporada, após o que regressou definitivamente a Espinho.

— No tempo de Artur Quaresma? — perguntámos.

«Não! Com ele não cheguei a jogar. Apenas treinei. Não me lembro bem, mas penso que foi Palmeira o meu primeiro treinador».

— Sabe quando se estreou pela primeira categoria do Sporting de Espinho?

«Perfeitamente. Foi na época de 72/73, durante a disputa do Torneio da Costa Verde. Fui eu o autor do golo da vitória no jogo final».

NUNCA GANHEI DINHEIRO NO CLUBE

Tantos anos ao serviço do clube, é natural que João Carlos tenha tido tristezas e alegrias em número incontável. Quanto às primeiras, ele define-as assim:

«Foram todas aquelas em que perdemos os jogos e, sobretudo, quando descemos de divisão». As maiores alegrias «senti-as,

sobretudo, quando entramos para a 1.ª divisão, em especial no primeiro ano em que isso aconteceu».

Houve, também, uma alegria especial, «quando marquei em Alvalade um golo ao Damas e coloquel a nossa equipa a ganhar por 1-0».

João Carlos não se lembrava da data, ao certo, o que é natural, mas rebuscando os nossos arquivos, vimos que esse jogo se disputou em Lisboa em 23 de Março de 1975 e correspondia à 26.ª jornada do nacional da 1.ª divisão.

A um minuto do intervalo, à entrada da grande área, João Carlos disparou forte e não deu ao guarda-linha leonino quaisquer hipóteses de intervenção. O Espinho colocava-se em vencedor; porém, na segunda parte, viria a sofrer cinco golos sem resposta, pelo que o Sporting ganhou por 5-1. João Carlos sente um certo orgulho em ter batido Damas, componente, como ele, de uma equipa de «craques», quando o adversário (o Espinho) era um conjunto modesto.

Ao repetir que «nunca ganhei dinheiro no clube», João

Embora pudesse exercer as funções de técnico, para o que se encontra habilitado, acha que quinze anos «é muito tempo». Diz que se vai dedicar à sua casa comercial, de «comes e bebes» (a «Casa João Carlos») aliás muito bonitinha e aseada,

doze anos, João Carlos revelou-nos que o mais velho dos rapazes joga nos infantis do Sporting de Espinho, mas quando lhe perguntámos se «estará ali o seu sucessor, em termos desportivos», diz modestamente que não sabe,

JOGO ÀS 15.30 COM O BRAGA

Como se sabe no domingo não há futebol a nível oficial, em especial para as equipas da 1.ª e da 2.ª divisões.

A festa de despedida de João Carlos conta com a participação do Sporting de Braga e do Sporting de Espinho, que disputarão um jogo no «Avenida», a partir das 15.30 horas.

cujas paredes estão «ferradas» a fotos sobre a sua actividade futebolística.

Estão ali imagens de um passado de década e meia, com fotos de pose ou de grandes jogadas.

«Vê aqui o Eusébio?» — aponta ele orgulhoso, para a foto em que se vêem, em luta pelo esférico, João Carlos e o que foi grande futebolista do Benfica e

mas logo acrescenta que «seria bom que viesse a ter mais sorte do que eu, que nunca ganhei dinheiro no futebol». Finalmente, perguntámos se estava esperançado em que a sua festa viesse a render bom dinheiro, ao que ele respondeu que «não é isso que me preocupa. A minha grande alegria era que o estádio registasse uma enchente. Não vejo nisto a ambição de uma boa receita, mas o desejo de ver muita gente na minha festa de despedida».

Porque — é bom acentuar-se — a festa é mesmo de despedida. João Carlos vai calçar as botas pela última vez num jogo que nós desejamos venha a ser «grande». Posteriormente, se o vier a fazer, será apenas para entreter e para não esquecer o (muito) que sabe.

A.G.

DOS TÉCNICOS AO GOLÃO DE DESPEDIDA

Em quinze anos foram vários os treinadores de João Carlos como jogador do Sporting de Espinho.

Ao recordá-los, não deixamos de fazer um pouco de história sobre a responsabilidade técnica do clube ao longo desse tempo.

Assim:

72/73 — Monteiro da Costa

73/74 — Francisco Andrade

74/75 — Fernando Caiado

75/76 — Manuel Oliveira

76/77 — Mário Morais

77/78 — Mário Morais

78/79 — Manuel José (jogador-treinador, sendo Lusitano Gil secretário técnico).

79/80 — Manuel José

80/81 — Manuel José

81/82 — Manuel José

82/83 — Álvaro Carolino

83/84 — Álvaro Carolino e Hernâni Gonçalves

84/85 — Hernâni Gonçalves e Edmundo Duarte

85/86 — Edmundo Duarte e Fernando Freitas

86/87 — António Simões e Quinho

Como se sabe, João Carlos terminou a sua carreira na época anterior. O seu último jogo foi contra o Paços de Ferreira, no campo deste, em 28 de Dezembro de 1986. O Espinho perdeu por 2-1.

O seu último golo pelos «tigres», aliás um golão, marcou-o aqui frente ao Desportivo das Aves, em 14 daquele mesmo mês de Dezembro. Os espinhenses venceram por 3-0.

No relato do jogo, deixamos este título que recordamos aqui e agora em homenagem ao espinhense que vai deixar os relvados: «velho» João Carlos marcou o golo da sua vida.

Carlos recordou que em 74/75 o seu ordenado era de 1.500\$00 (mil e quinhentos escudos), vindo a ser aumentado mais tarde, primeiro para quatro contos e depois para seis.

«Quando Manuel José passou a ser o responsável, passei a ganhar 15 contos por mês». «Mas, mesmo assim — lamenta-se — minha esposa ganhava mais do que eu».

NUNCA FOI EXPULSO

Já o dissemos. João Carlos não quer continuar no futebol.

da selecção nacional. Quem quiser reviver o passado do Sporting de Espinho, na actividade do futebol, dos anos setenta para cá, tem na Casa de João Carlos uma boa oportunidade.

— Foi algumas vezes expulso? — quisemos saber.

«Nunca! As vezes que estive ausente da equipa por castigo, foram resultantes da acumulação do cartão amarelo. Não há ninguém que me acuse de eu alguma vez ter sido incorrecto».

Com dois filhos, um de cinco e outro de treze, e uma filha de

NA DATA MAIS TRISTE A MAIOR OVAÇÃO DA SUA VIDA

Em 25 de Janeiro faleceu o pai de João Carlos. Foi o golpe mais duro na vida de um filho que sempre respeitou o seu progenitor e o recorda, agora com profunda saudade.

No dia seguinte, a um sábado, teve lugar o funeral. João Carlos era uma pedra basilar da equipa então treinada por Manuel José.

Na tarde do dia 27 efectuou-se no «Avenida» o jogo com o Vitória de Guimarães, correspondente à segunda jornada da segunda volta da 1.ª divisão.

Apesar de abalado com o sucedido, João Carlos não deixou de corresponder à vontade do seu técnico. Ele mesmo sentia a necessidade da sua presença.

A primeira manifestação de carinho recebeu-a, ele, quando a equipa deu entrada no rectângulo, porém, a grande ovação («a maior ovação de toda a minha vida») ouviu-a, João Carlos, quando a quinze minutos do fim foi substituído por um colega, reconhecido que havia sido por Manuel José, o esforço que desenvolveu em campo e em condições psicológicas que facilmente se adivinham.

Assim, à data mais triste, correspondeu a maior ovação de toda a sua vida.

DEFESA
DE ESPINHOVENDE-SE
NO CAFÉ
CRISTAL
(RUA 62)VENDE-SE
NO CAFÉ
MIRONE
(IDANHA)

SEIO MELHOR QUE BIBERÃO

(Continuação da pág. 12)

O período de amamentação depende também de outros factores: condições sócio-económicas, trabalho da mulher fora do lar, recursos alimentares e gratificação psico-afectiva.

Se o crescimento da criança se mantiver adequado, o aleitamento materno pode continuar até aos 6 meses ou mais (até um ano). Isto não significa que a diversificação alimentar não possa iniciar-se em qualquer altura a partir dos 4 meses.

Para as mães que trabalhem fora do lar, amamentar durante os primeiros três meses de vida do seu filho (concedidos por lei) ou melhor ainda, continuar as férias da maternidade com as férias regulamentares de modo a prolongar a amamentação por 4 meses, seria muito satisfatório.

CUIDADOS COM OS MEDICAMENTOS

A mãe que amamenta deve consumir medicamentos só em caso de absoluta necessidade e sob vigilância médica.

Deve, sempre que possível, escolher princípios activos que

sejam inofensivos para o lactente.

Igualmente deve limitar ao indispensável a duração do tratamento que tenha iniciado sob vigilância de um outro médico. O uso de medicamentos de aparecimento recente no mercado não é recomendado.

Para concluir deve ponderar sobre a eventualidade do desmame quando for inevitável o uso de medicamentos que eventualmente possam ser perigosos para o lactente.

A GRÁVIDA FACE À LEI

Para proporcionar, quer à criança, quer à mãe, condições que favoreçam o aleitamento materno e que de uma maneira geral protejam a função da maternidade e da paternidade, existem disposições legais, que constam da Lei n.º 5 de 5 de Abril de 1984.

O Estado reconhece que a maternidade e a paternidade constituem valores sociais eminentes e «são garantidos aos pais iguais direitos e deveres quanto à manutenção e educação dos filhos». Em relação às mães «são garantidos direitos especiais relacionados com o ciclo biológico da maternidade».

No que respeita à protecção

da saúde é assegurado a mulher o direito de efectuar gratuitamente as consultas e os exames aconselhados pelo seu médico assistente durante a gravidez e no decurso dos 60 dias pós-parto. Se houver necessidade de internamento, durante esse período, será igualmente grátis.

Em relação à criança, e durante o primeiro ano de vida, será submetida a exames médicos periódicos e serão administradas as vacinas recomendadas pelos Serviços Centrais de Saúde.

Em relação ao trabalho — ainda dentro do espírito de protecção à maternidade e paternidade — aplicam-se, aos trabalhadores do sector privado em igualdade com os da administração pública, disposições legais de que salientamos as seguintes:

As mulheres têm direito a uma licença por maternidade de 90 dias, 60 dos quais necessariamente a seguir ao parto, podendo os restantes 30 dias serem gozados, total ou parcialmente, antes ou depois do parto;

A título excepcional, por incapacidade física ou psíquica da mãe, devidamente comprovada por atestado médico, os últimos 30 ou 60 dias de li-

cença de maternidade, não imediatamente subsequentes ao parto, poderão ser gozados pelo pai;

Em caso de situações de risco clínico que imponham internamento hospitalar, o período de licença anterior ao parto, poderá ser acrescido mais 30 dias, sem prejuízo do direito aos 60 dias de licença a seguir ao parto;

Em caso de internamento hospitalar da mãe ou da criança, também durante o período de licença a seguir ao parto, poderá este ser interrompido, a pedido da mãe, pelo tempo de duração do internamento;

Continuando no período pós-parto, se no decurso da licença ocorrer a morte da mãe, o pai tem direito a dispensa do trabalho para cuidar do filho, por período de duração igual ao que a mãe teria ainda direito sendo este não inferior a 10 dias;

A morte da mãe não trabalhadora, durante 90 dias imediatamente posteriores ao parto, confere ao pai do recém-nascido o direito a dispensa do trabalho nos termos referidos no ponto anterior, com as necessárias adaptações;

As trabalhadoras grávidas têm direito a dispensa de trabalho para se deslocarem a consultas pré-natais pelo tempo e número de vezes necessárias e justificadas;

A mãe que, comprovadamente, amamenta o seu filho tem direito a ser dispensada, em cada dia de trabalho, por dois períodos distintos de duração máxima de uma hora, para o cumprimento dessa missão, até o filho fazer um ano;

O direito à dispensa do trabalho, nestes dois casos, não confere perda de remuneração ou qualquer outra regalia;

Durante a gravidez e três meses após o parto, a trabalhadora tem o direito de se recusar a desempenhar tarefas clinicamente violentas, bem como o contacto com produtos perigosos ou tóxicos ou ainda a exposição a condições ambientais nocivas para a sua saúde. Não pode recusar-se a desempenhar tarefas diferentes das habituais, desde que estas não ponham em risco a sua saúde;

Igualmente durante a comprovada amamentação, a trabalhadora tem direito a não desempenhar funções que a exponham à absorção de substâncias nocivas a excretáveis no leite.

Além dos benefícios constantes desta lei, existem ainda os subsídios de maternidade e de aleitação, e o abono de família.

O subsídio de aleitação deverá, tanto quanto possível, em caso de amamentação materna, contribuir para melhorar a alimentação da mãe.

UM SONHO DE ESPERANÇA

Manhã cedo, ela sai de casa, passo ligeiro, rumo à estação. Oito quilómetros percorridos, quase sempre de pé, ao lado de outros corpos já cansados ainda o dia mal começou. Chegou o destino, de novo os passos ligeiros e mais dois quilómetros para calcorrear, rumo à fábrica onde trabalha.

Manhã cedo, o trabalho começa, corpo curvado sobre uma máquina que cose sapatos que pés de outras terras, outras gentes, vão calçar. Os dela, os seus pés, doem-lhe por causa dos calos que teimam em nascer junto aos dedos. Na hora do almoço, sempre curta, ingere uma sanduíche recheada quase de nada, come uma peça de fruta e engole com água tirada da torneira que há no local de recreio da fábrica.

Terminado mais um dia de trabalho, regressa a casa, calcorreando os dois quilómetros que separam o local do ganha-pão, do apeadeiro a que chamam estação. Quase sempre o comboio atrasa-se e ela olha, insistentemente, para o relógio, fazendo contas ao tempo e à vida. Chega a casa, os filhos pedem comida, o homem está para entrar e o corre-corre continua.

Findo o jantar, ela lava a roupa, engoma, limpa a casa, prepara o almoço do dia que vem para os pequenos e quando se deita já a noite vai alta, o cansaço já dói. Adormece sonhando acordada com uma vida diferente, com mais tempo para si, uma vida que não a deixe farta de ser o amparo de todos e não ter o amparo de nenhum. Enquanto dorme, não sonha. Na manhã seguinte, cedo, sai de casa e com passos ligeiros, rumo à estação. No comboio, escuta conversas de outras mulheres, de vida igual à sua, mulheres de olhos apagados e rostos sem sorrisos. E, egoísta e tristemente, sente-se acompanhada nesta vida de poucas compensações. A esperança, essa, continua firme. A esperança de que tudo irá um dia mudar. A esperança depositada num boletim de totoloto que todas as semanas regista e guarda religiosamente na bolsa coçada, à espera do sábado e dos resultados. Nunca se sabe...

Enquanto aguarda a chegada da sorte, calcorreia dois quilómetros, queixa-se dos calos e cose sapatos que outras esperanças não-de calçar.

MARGARIDA FONSECA

AGENDA

FARMÁCIAS DE SERVIÇO

DIA	FARMÁCIA	MORADA	TELEF.
17 Santos		Rua 19, n.º 263	720331
18 Paiva		Rua 19, n.º 319	720250
19 Higiene		Rua 19, n.º 293	720320
20 Grande Farm.		Rua 62, n.º 457	720092
21 Teixeira		C. Com. Av. 8	720352
22 Santos		Rua 19, n.º 263	720331
23 Paiva		Rua 19, n.º 319	720250

CÂMBIOS (EM NOTAS)

África do Sul	Rand	52\$60	58\$60
Alemanha	Marco	78\$15	79\$35
Bélgica	Franco	3\$554	3\$804
Brasil	Cruzado	1\$700	3\$200
Canadá	Dólar	106\$45	108\$95
Espanha	Peseta	1\$133	1\$253
E.U.A.	Dólar	141\$30	144\$80
Finlândia	Marca	32\$15	32\$75
França	Franco	23\$35	24\$05
Holanda	Florim	69\$40	70\$50
Itália	Lira	\$098	\$113
Inglaterra	Libra	233\$20	237\$70
Suécia	Coroa	22\$10	22\$60
Suíça	Franco	94\$40	95\$90
Venezuela	Bolívar	4\$05	5\$05

EM 14 DE SETEMBRO

TELEFONES ÚTEIS

Bombeiros Voluntários de Espinho	720005
Bombeiros Voluntários Espinhenses	720042
Hospital de Espinho	720327
Polícia de Segurança Pública	720038
Guarda Nacional Republicana	720035
Táxis da Graciosa	720010
Táxis do Largo da Câmara	723167
Rádio-Táxis Costa Verde	720118
Rádio-Táxis Unidos de Espinho	722232
Repartição de Finanças	720750
Câmara Municipal	720020
Junta de Freguesia de Espinho	724418
Registo Civil e Predial	720599
Tribunal da Comarca	722351
Estação de Correios	720335
«Defesa de Espinho»	721525

LAVANDARIA

LAVAR



RIBEIRO, VALENTE & CA., LDA.
Rua 12, n.º 640 — ESPINHO
Telefone, 723704
A MAIS AVANÇADA TÉCNICA
NA LIMPEZA E TRATAMENTO
DO SEU VESTUÁRIO
Limpeza a seco — Lavagem e secagem
de roupa branca, rendas e bordados
SERVIÇO RÁPIDO

AUTO BRANCO

— DE —

ARMANDO M. V. BRANCO
Oficina de reparações de automóveis
Compra e venda

Representante: Baterias, Peças, etc.
PRONTO-SOCORRO PERMANENTE
INSTALAÇÕES: Rua S. Martinho — Anta
Telef. 723394 — 4500 ESPINHO

DEFESA DE ESPINHO

VENDE-SE
NA CASA

GODINHO
(GUETIM)



TELEFONE 751263

3770 OLIVEIRA DO BAIRRO

CASINO SOLVERDE ESPINHO



CINEMA
TEL. 720238

Hoje, quinta-feira, às 21.30 h
CROCODILO DUNDEE — M/6 anos
As 24 h
DESEJO E VOLÚPIA — IM/18 anos
De 18 a 24 — VELUDO AZUL — M/16 anos
Sexta-feira, às 24 h
CHAMAM-LHE CLEOPATRA WONG — IM/13 anos
Sábado, às 24 h
PEDE PERDÃO A DEUS — IM/13 anos
Domingo, às 11 h — Matinée Infantil
O TESOURO DE TARZAN — Todos

DE BICICLETA A ESPANHA

O Grupo de Cicloturismo «Os Amigos de Espinho» vai pedalar até Espanha, no próximo fim-de-semana.

A partida será dada às 7 horas de sábado, no Porto. A chegada a Espinho está prevista para as 19 horas de domingo.

O trajecto a percorrer será Porto - Vigo/Vigo-Espinho.

A organização é da Associação de Cicloturismo do Norte (Porto) e tem o patrocínio de várias firmas industriais e comerciais do concelho.

Trata-se de uma iniciativa não competitiva que tem por finalidade o convívio entre ciclistas, nomeadamente os amadores.

CORRIDA DA BANDEJA É JÁ DOMINGO

Realiza-se, domingo, pelas 10 horas, na Avenida 8, junto ao casino, a I Corrida de Bandeja da Cidade de Espinho.

Esta iniciativa é do Sindicato dos Trabalhadores da Indústria de Hotelaria, Turismo, Restaurantes e Similares do Centro e está incluída no programa das festas de Nossa Senhora da Ajuda, a decorrer desde o passado domingo, e cujo programa pode encontrar na página 4 do nosso jornal.

ESPINHENSES EM 3.º LUGAR NO «NACIONAL» DE RALIS

A dupla espinhense Pedro Fonseca e Castro (piloto)/Óscar Ribeiro (pendura) encontra-se neste momento em 3.º lugar, com 26 pontos, no Campeonato Nacional de Ralis (Iniciados).

Esta posição foi alcançada depois de a equipa espinhense, tripulando um Golfe GTI, se ter classificado em 9.º lugar no Rali de Famalicão, disputado no último fim-de-semana.

Falando à nossa reportagem, Pedro Fonseca e Castro mostrou-se não totalmente satisfeito pela posição alcançada. Disse que poderia ter feito melhor, se tivesse oportunidade de conhecer mais atempada e minuciosamente o traçado desta prova, a segunda a contar para o «nacional» de iniciados.

Referindo-se à colaboração da sua assistência e dos patrocinadores, considerou-a fundamental e para eles quis deixar um agradecimento público.

A dupla espinhense garantiu já apoios para participar noutra prova deste «nacional»: o Rali de Monção, que se realiza em 3 de Outubro. A seguir... «a seguir se verá».

Voltemos, entretanto, ao rali de Famalicão, para dar os tempos da dupla espinhense:

Classificativa de Vilarinho - 1.ª passagem - 4m 41s; 2.ª passagem - menos 7 segundos; 3.ª passagem - menos 11 segundos em relação à primeira passagem.

Classificativa de Portela - 1.ª passagem - 4m 8s; 2.ª passagem - menos 4 segundos.

LEIA «DE»

LEOPOLDINA PEREIRA DA SILVA GODINHO

N. 10/12/1900 • F. 10/09/1987

AGRADECIMENTO

Seus filhos, genros, nora e netos, vêm, por este ÚNICO MEIO, agradecer a todas as pessoas que participaram no funeral da saudosa extinta ou que de qualquer outra forma lhes manifestaram o seu pesar. Agradecem também a todos quantos assistiram à missa do 7.º dia.



MARIA PEREIRA DA COSTA E SÁ

MISSA DO 2.º ANIVERSÁRIO

Sua família vem, por este ÚNICO MEIO, participar que manda celebrar missa, por sua alma, no dia 19, sábado, pelas 19 horas, na Igreja Matriz de Espinho. Agradece antecipadamente a todas as pessoas que se dignem assistir a este piedoso acto.



LUÍS GUEDES DA SILVA

MISSA DO 7.º ANIVERSÁRIO

Sua família vem, por este ÚNICO MEIO, participar que manda celebrar missa, por sua alma, no dia 24, quinta-feira, pelas 19 horas, na Igreja Matriz de Espinho. Agradece antecipadamente a todas as pessoas que se dignem assistir a este piedoso acto.



VISITA A MUSEU

A Cooperativa Nascente promove no próximo dia 26, uma visita guiada ao Museu Romântico da Quinta da Macieirinha - único no seu género - onde o ambiente do romantismo novecentista é recriado em toda a sua beleza e encanto.

O programa da visita prevê a saída de Espinho, pelas 15.30 horas do dia 26, e as respectivas inscrições podem ser feitas na secretaria da Cooperativa Nascente do dia 14 ao dia 22, entre as 10 e as 12.30 e das 15 às 18 horas.

HÓQUEI EM PATINS: PORTO NA APRESENTAÇÃO DA ACADÉMICA

No início de um novo ano desportivo, pretende a direcção da Associação Académica de Espinho dar a conhecer publicamente o seu plano de actividades e, muito especialmente, prestar informação relativa à total reestruturação da sua Secção de Hóquei em Patins.

Encontrada uma empresa para patrocinar a secção, são

legítimas aspirações para ressurgimento do Hóquei em Patins em grande força, ocupando o lugar que o Clube e a Cidade de Espinho merecem e justificam.

Para prestar dados, os esclarecimentos e informações sobre os assuntos referidos acima, e anunciar publicamente quem patrocina a equipa, terá lugar na

próxima sexta-feira, dia 18 do corrente, pelas 21.30 horas, uma Conferência de Imprensa, no Pavilhão Arquitecto Jerónimo Reis.

Entretanto, no dia 24, às 21.30, no «Jerónimo Reis», será feita a apresentação da equipa. Haverá, então, um jogo entre a Académica e o Futebol Clube do Porto.

HÓQUEI EM CAMPO

É já no próximo domingo, dia 20, pelas 10 horas, no campo de Cassufas que será inaugurado o campeonato Regional do Porto 87/88 com o encontro Académica de Espinho-Lousada. Fazemos votos para que os academistas do Mocho tenham uma presença compatível com os seus pergaminhos. Novas instruções estão a ser dadas pelo novo técnico, Lima Milheiro, antigo atleta do clube. Com espírito um pouco revolucionário e bastante louvável este técnico vai optar pelos atletas mais

jovens que o plantel possui. Portanto, os atletas a utilizar na equipa sénior serão: Alberto, irmãos Mendes, Alex, Beto do Chico, Vieira, Armando, Vilas, Justino, Tino, Albano, Miro, Magano, Cruz; Oliveira, Telmo, Raul e Matos.

A veteranaria do Sancebas, Meneses, Catarino, Cruz e Dias, junta a meia-dúzia de jovens a iniciar este ano, vai dar origem a que a Académica apresente também uma equipa de reservas.

DANIEL RODRIGUES DA COSTA

MISSAS DO 1.º ANIVERSÁRIO

Querido marido, com a nossa paixão, lágrimas e sofrimento, deixaste um vazio que jamais se encherá, mas quando se é tão querido nunca se morre e tu jamais serás esquecido.

Tua esposa, filho, nora e neto participam que mandam celebrar missas por tua alma, no próximo sábado, dia 19/9/87, às 8 horas, e no domingo, às 10.30 e 19 horas, na Igreja Matriz de Silvalde/Espinho.

Lembrar-te sempre e esquecer-te nunca.

O Senhor te dê o Eterno Descanso.

Desde já agradecem a quem possa assistir.

Querido avôzinho deixaste-nos há um ano, mas para nós continuas vivo dentro dos nossos corações. Jamais te esqueceremos.

Teu neto CARLOS MANUEL



CASA NOVELO

DEPÓSITO DE LÃS NACIONAIS E ESTRANGEIRAS

APRECIE N/ QUALIDADE E PREÇOS SEM CONCORRÊNCIA

DESCONTOS ESPECIAIS PARA TRICOTADEIRAS

LOJA E ARMAZÉM:

ESPINHO - RUA 18, N.º 584 - TELEF. 722303

ESMORIZ - AV. DA PRAIA (Edifício Rossio) - LOJA 24 TELEF. 71327

SEJA MAIS UM CLIENTE DA CASA MODELO!

CLASSIFICADOS

ADVOGADOS

FERNANDO GUIMARÃES - Rua 19, n.º 927 - Telef. 723731 - 4500 ESPINHO. Horário: até às 19 h. Sáb. até às 12 h.

ALUGUÉIS

ALUGA-SE QUARTO MOBILADO - No Centro de Espinho. A professor ou estudante. Inf. Telef. 721488.

ALUGA-SE SALA - No 1.º andar do prédio sito no ângulo das Ruas 20 e 62, com área de 65 m². - Trata telef. 7642423.

ALUGA-SE OU VENDE-SE - Moradia nos Altos Céus, Espinho. C/ 3 quartos, 2 q. banho, águas furtadas, garagem e grande quintal. Telef. 723318.

BOA MESA

A VARINA - Almoços, jantares, petiscos. Aberto todos os dias. Rua 2, n.º 1269 - ESPINHO - Telef. 724630.

COMPRAS

COMPRA-SE CASA COM QUINTAL - Em Espinho ou arredores. Telef. 9515167.

EMPREGOS

MOTORISTA OFERECE-SE - Com carta de pesados profissional. Bastante experiência. Telef. 725238.

ENSINO

CURSOS PRÁTICOS - Dactilografia - Informática/Computadores - Inglês - Contabilidade. Externato Oliveira Martins - Telef. 722272.

MÉDICOS

DR. JOAQUIM FERREIRA MENDES - Médico especialista em ouvidos, garganta e nariz. Clínica geral. Rua 9, n.º 295-2.º Esq. - Telef. 721710.

TRESPASSES

PASSA-SE BOM NEGÓCIO - Por motivo de viagem. De distribuição de toda a classe de bebidas de cápsulas para cafés, restaurantes, etc.. Café em grão, amendoim, etc.. Preço económico c/ 2 carros - Zona de Espinho - Contactar Trav. de Santa Cruz - Silvalde - Telef. 722916.

TRESPASSA-SE CASA REGRESSO - Em Sisto-Silvalde - Mercarias, vinhos, e petiscos. Bom negócio. Telef. 723601.

VENDAS

VIVENDA - Com 300 m² de área, mais arrumos de 70 m² e quintal. Telef. 720325.

SONY F-1 - VIDEO COMPO SYSTEM - + carreg. de bateria + acessórios (novo). - Inf. das 19.30 às 21 horas. Rua 30, n.º 500-2.º Esq. - Telef. 723125.

VENDE-SE PRÉDIO - Com estabelecimento e habitação na Rua 21, n.º 458 em Espinho. Telef. 721418

MORADIA - Em Silvalde. C/ 5 quartos; 3 q. banho e demais divisões. Preço 8.500 c. - TERRENO - Junto à ponte da Granja. Para moradia. C/ 475 m². Preço 3.300 c. - Telef.: 723630 e 720629.

POSIÇÃO A.C.P. (AUTOGRUPOS) - Vende-se. Contactar Rua 4 n.º 1127-1.º Esq. - 4500 ESPINHO. - Telef. 723714 (a partir das 20 horas).

DEFESA DE ESPINHO

O leite materno é o alimento mais rico e o melhor que a mãe pode dar ao filho. Durante os seis primeiros meses de vida qualquer criança pode manter-se e desenvolver-se, saudavelmente, só com o leite da mãe. No entanto, cada vez mais, as mulheres têm tendência a alimentar artificialmente os seus filhos; têm medo (ideia errada) de que ficam com o peito deformado devido a um período longo de amamentação. Segundo médicos especialistas este medo não tem razão de ser. Existem formas simples de evitar a flacidez: o uso de um bom «soutien»

LEITE MATERNO É O ALIMENTO MAIS RICO

Há a considerar três tipos de aleitamento: o natural, o artificial e o misto.

O aleitamento natural é feito com leite materno. Este é o alimento que melhor se adapta às necessidades da criança nos primeiros meses de vida.

O leite materno tem ainda muitas outras vantagens por ser um alimento vivo, estéril (isto é, livre de organismos que possam causar doenças). É aceite naturalmente por todas as crianças e é também o mais económico. Além disso, está sempre pronto a ser administrado a qualquer momento, em qualquer lugar e à temperatura conveniente. Por outro lado liberta a mãe do trabalho da preparação dos biberões e evita o risco de contaminação que estes, muitas vezes, acarretam.

O leite da mulher desempenha ainda um papel protector contra a invasão do intestino da criança por bactérias capazes de criarem doenças — principalmente diarreias e gastroenterites — porque contém substâncias protectoras que

não existem no leite de vaca nem nos chamados leite em pó.

Ainda em relação às vantagens do aleitamento materno, muito importante é o facto de este proporcionar à criança um contacto mais íntimo com a mãe, estreitando e reforçando os laços afectivos entre os dois.

Estas são algumas das razões que nos levam a optar pelo melhor e mais importante (porque mais rico) alimento para o bebé: o aleitamento materno — sempre ao nosso alcance e muito mais económico.

É importante, pois, que as mulheres grávidas se informem sobre as vantagens do aleitamento natural e se preparem para o praticar.

Importante é também a precaução que se deve tomar contra alguns maus conselhos de amigas e vizinhas (muito dizem e nada sabem). Devem igualmente lutar contra os efeitos de certa propaganda comercial que as levam, muitas vezes, a substituir desneces-

durante a gravidez e no período imediatamente a seguir ao parto, bem como alguns exercícios físicos que o seu médico pode recomendar-lhe.

Não devemos esquecer também o quanto é importante para a criança no ponto de vista afectivo, sentir o contacto com o seio materno.

Quanto ao trabalho, hoje em dia, isso já não serve como desculpa; a lei facilita às mães um determinado tempo para consultas médicas e cuidados a prestar ao filho.

SEIO MELHOR QUE BIBERÃO

sariamente o melhor alimento que poderiam dar ao seu filho — o seu próprio leite.

Qualquer leite em pó, por muito bom que seja, nunca é melhor que o materno.

Para reforçar a importância do leite da mãe deve-se ter em conta que a mortalidade dos lactentes amamentados, é sempre inferior à dos alimentados artificialmente. Quanto à má nutrição infantil é muito mais frequente no aleitamento não materno (por erros na reconstituição ou por contaminação dos leites em pó ao contacto com a água ou os biberões).

TÉCNICAS E VANTAGENS DA AMAMENTAÇÃO

A preparação para a amamentação ao peito deve começar logo durante a gravidez.

Nas consultas periódicas a grávida deve tentar elucidar-se sobre os cuidados a ter com a preparação dos mamilos assim como deve começar a usar um bom «soutien»

para o apoio e a não deformação do peito.

A mãe que amamenta deve lavar bem os mamilos antes e depois de cada mamada. No acto de amamentar a criança deve estar numa posição correcta e o mamilo deve ser introduzido profundamente na boca da criança para que esta sugue de modo a haver uma boa expressão dos canais do leite e evitar também que o seio seja ferido.

A criança deve mamar dos dois seios em cada refeição, podendo a mãe dar-lhe apenas um, se tiver muito leite, deixando o outro para mais tarde.

Os seios devem ser o mais completamente possível esvaziados porque isto constitui o melhor estímulo para a manutenção da secreção do leite.

A refeição da criança deve durar à volta de 15 a 20 minutos. Mas, não deve ser imposto ao recém-nascido um horário fixo de mamadas. Ela deve mamar quando tiver fome, acabando normalmente por fazer o seu próprio horário:

em regra aproximadamente de 3 em 3 ou de 4 em 4 horas, com uma pausa maior durante a noite.

Quanto à mãe, é indispensável uma alimentação adequada que inclua leite ou seus derivados, vegetais e frutos frescos. Não deve fumar nem ingerir bebidas alcoólicas. Deve evitar, sempre que possível, tomar medicamentos.

Ainda de ter em conta que a possibilidade de engravidar novamente é muito menor enquanto decorre o processo de amamentação, mantendo-se um intervalo médio entre os nascimentos à volta de dois anos, período necessário para que a mulher recupere do parto anterior.

Vantagem da criança é ainda o facto de esta poder manter-se sob a amamentação exclusiva de uma mãe bem alimentada, durante seis meses ou mais. Não há qualquer vantagem nutricional em efectuar o desmame antes dos 4/6 meses.

(Continua na página 10)

APRENDA A POUPAR COZINHANDO COM SEGURANÇA

Muitas donas de casa, principalmente as com menos prática de cozinha, sentem alguma dificuldade em confeccionar a comida porque, ou não sabem que quantidades gastar — os alimentos estão muito caros para se estragarem em sobras — ou então porque, subitamente, apareceram visitas inesperadas para jantar. Para as ajudar a resolver o problema da melhor maneira, deixamos uma tabela que, seguida mais ou menos à risca, as auxiliará bastante:

TABELA DE CÁLCULO DA QUANTIDADE DE ALIMENTOS (CRUS) POR PESSOA DE APETITE NORMAL

Alimento	Quantidade
Arroz	30 g
Aspargos	100 g
Batatas	150 g (ou 3 de tamanho médio)
Carne sem osso (vitela, vaca ou porco)	150 g
Carne com osso	200 g
Carneiro sem osso	150 g
Cenouras	100 g (ou 2 de tamanho médio)
Coelho (com osso)	200 g
Ervilha seca	30 g
Espinafre	100 g
Feijão	30 g
Fígado	110 g
Filé	150 g
Frango e galinha (com osso)	250 g
Língua	100 g
Lentilha	30 g
Massas (secas em pacotes)	75 g
Ovos como entradas	Um por pessoa
« estrelados ou pochês	Dois por pessoa
« mexidos ou em omeleta	Dois por pessoa
Pato (com osso)	250 g
Peru (sem osso)	100 g
Peixe (filés)	100 g
Peixe (postas)	150 g
Presunto em fatias	50 g
Saladas verdes	50 g
Vagens e ervilhas	50 g

Mas se tem problemas em utilizar a balança de cozinha porque não gosta ou por outro motivo qualquer, então deverá consultar as tabelas de equivalência de pesos. Importante é que utilize sempre as mesmas medidas, sejam elas um copo, uma chávena ou uma colher. Não respitar este requisito corre o risco de estragar o prato que pretende confeccionar. Vejamos então as tabelas de equivalência:

EQUIVALÊNCIA DOS SÓLIDOS (Medidas aproximadas, uma vez que há ligeiras diferenças no tamanho dos utensílios)

Ingredientes	Peso em g	Medida
Açúcar	130	1 xícara de chá rasa ou 10 colheres de sopa rasas
Araruta	100	1 xícara de chá ou 10 colheres de sopa rasas
Arroz	140	1 xícara de chá ou 10 colheres de sopa rasas
Banha	160	1 xícara de chá rasa ou 3 colheres de sopa cheias
Chocolate em pó	100	1 xícara de chá ou 8 colheres de sopa rasas
Farinha de trigo	115	1 xícara de chá rasa ou 10 colheres de sopa rasas
Farinha de Fubá	130	1 xícara de chá rasa ou 10 colheres de sopa rasas
Maizena	110	1 1/2 xícara de chá ou 10 colheres de sopa rasas
Manteiga ou margarina	100	1 xícara de chá rasa ou 3 colheres de sopa cheias
Polvilho	100	1 xícara de chá ou 10 colheres de sopa rasas
Sémola	115	1 xícara de chá ou 7 colheres de sopa rasas

EQUIVALÊNCIA DOS LÍQUIDOS

Sumo de 4 laranjas grandes (em média)	1 copo
Sumo de 1 limão galego (em média)	1 colher de sopa
Sumo de 1 limão siciliano (em média)	2 colheres de sopa
1 copo	15 colheres de sopa ou 250 g
1 copo	1 1/2 xícara de chá
1 litro	6 xícaras ou 4 copos
1 xícara	9 colheres de sopa
1 xícara	150 g

Mantenha sempre estas tabelas à mão para as consultar quando achar necessário. Com o tempo e a prática irá acabar por as decorar e muitas dores de cabeça deixarão de existir.

DEFESA DE ESPINHO

Fundado em 27 de Março de 1932 por Benjamim da Costa Dias
Propriedade da EMPES — Empresa de Publicidade de Espinho, Lda.
matriculada na Conservatória do Registo Comercial de Espinho, sob o n.º 59, fls. 30 do livro C-1
com o capital social realizado de 260 mil escudos
Redacção e Administração na Rua 26, n.º 601-2.º Esq. — Apartado 39 — 4501 ESPINHO Codex — Telefone 721525



Maquetagem da EMPES — Publicidade
Fotocomposição e impressão nas Oficinas Gráficas de «O Comércio do Porto»
Tiragem média de 3.500 exemplares
Depósito Legal n.º 1604/83

Porque podem não reflectir a linha editorial do «Defesa de Espinho», os textos assinados são da exclusiva responsabilidade dos seus autores

Semanário ☆ Sai à quinta-feira

PORTE PAGO

Biblioteca da Câmara Municipal

Apartado 150

4502 ESPINHO CODEX