

# DEFESA DE ESPINHO

PUBLICAÇÕES PERIÓDICAS

AUTORIZADO A CIRCULAR EM INVÓLUCRO FECHADO DE PLÁSTICO OU PAPEL PODE ABRIR-SE PARA VERIFICAÇÃO POSTAL DE02152012GSCP/SNC



TAXA PAGA PORTUGAL ANTA (ESPINHO)

Av.ª 8, n.º 456 - 1.º - Sala R  
APARTADO 39 - 4501-853 ESPINHO Codex  
Telef. 22 734 15 25 • Fax 22 731 99 11  
Email: defesadeespinho@mail.telepac.pt

Diretor: LÚCIO ALBERTO □ Fundador: BENJAMIM COSTA DIAS □ Semanário □ Ano 83 □ Número 4346 □ Quinta-feira, 23/julho/2015 □ Preço: €0,65 (Incluindo IVA)

## Jovem espinhense desaparecido em Brighton (Inglaterra)

Visto pela última vez no dia 13, depois de um festival de música

PUB.

### SILVALDE EM FESTA

Insufiáveis todos os dias da Festa Gratuitamente para as crianças!

### TASQUINHAS 2015

24 JULHO	SEXTA FEIRA - DAS 21.30H ÀS 01H <b>ESTRELAS IMCOMPARÁVEIS</b>	
25 JULHO	SÁBADO - DAS 21H ÀS 23.30H <b>RANCHOS</b> SÁBADO - DAS 23.30H ÀS 01H <b>PAULO FERNANDES</b>	
26 JULHO	DOMINGO - DAS 21H ÀS 01H <b>JORGE BANDEIRA</b> <b>IMPECÁVEIS BAND</b>	
27 JULHO	SEGUNDA FEIRA - DAS 21H ÀS 01H <b>ARTMÉDIA BAND</b> <b>JOSÉ MANUEL BATISTA</b>	

COM O APOIO DE:

O jovem espinhense, Diogo Manuel Martins Alves Moreira, estudante e trabalhador no Reino Unido, em Brighton, East Sussex, cidade a sul de Inglaterra, encontra-se desaparecido desde o passado dia 13.

O jovem espinhense, de 29 anos e foi visto pela última vez, depois de um festival de música, no fim-de-semana, próximo de Brighton. página 3

## MISSING



**Diogo Moreira 29**  
Missing since Monday 12th July  
If you have seen him  
Please contact Sussex Police  
or  
07828225455 / 07411485407

## Portugal campeão do mundo em Espinho

Foto: BEACH SOCCER WORDWIDE

páginas 4, 5 e 6



PUB.

Ligue Grátis 800 999 888 [www.opticenter.pt](http://www.opticenter.pt)

# OptiCenter

ÓPTICA · OPTOMETRIA · CONTACTOLOGIA

**ESPINHO**  
☎ 224 082 790 Rua 23, 374 (junto ao Mercado)

**APROVEITE JÁ!**  
**OFERTA DO 2º PAR!**  
PARA SI OU PARA QUEM QUISER.

**249€** ARMAÇÃO + LENTES PROGRESSIVAS  
Anti-risco e Anti-reflexo até 3 Diop. de esfera e cil. até 2

**79€** ARMAÇÃO + LENTES DE LONGE OU PERTO  
Anti-risco e Anti-reflexo até 3 Diop. de esfera e cil. até 2

Promoção Válida de 01 Janeiro até 30 Junho 2015.



O edifício do tribunal de Espinho vai ser aproveitado nas suas funcionalidades pela Comarca de Aveiro.

O Tribunal vai entrar em obras de remodelação e ampliação por forma a receber os designados mega-julgamentos, ficando apetrechado com uma sala de audiências com capacidade para 36 advogados, 70 arguidos e outros intervenientes processuais.

O primeiro destes julgamentos está marcado para o dia 3 de setembro e terá três sessões semanais, revelou o Juiz-Coordenador do Tribunal de Santa Maria da Feira, Luis Miguel Martins.

Trata-se de uma decisão que visa aproveitar as potencialidades e a capacidade instalada do edifício do Tribunal de Espinho, permitindo aliviar outras estruturas judiciais da Comarca de Aveiro.

O presidente da Câmara de Espinho, Pinto Moreira,

# Tribunal de Espinho vai receber mega-julgamentos



Obras de remodelação e ampliação com sala de audiências com capacidade para 36 advogados, 70 arguidos e outros intervenientes processuais

considera esta decisão "uma excelente notícia que vai permitir rentabilizar o edifício do Tribunal construído de raiz com esse fim e com capa-

cidade e potencialidade para realizar audiências de julgamento e todos os atos processuais do Direito".

Pinto Moreira reafirma

que "não irei desistir de trazer para o Tribunal de Espinho as competências na área do Direito de Família e Menores".

Recorde-se que o autarca espinhense defendeu desde o início da Reforma Judicial a manutenção das valências do Tribunal de Espinho, alegan-

do a funcionalidade, localização e acessibilidades do edifício para servir os vários intervenientes em processos de Justiça.

## Contratos Interadministrativos (65 mil euros) com Silvalde para manutenção de infraestruturas e gestão da praia Pau da Manobra

O presidente da Câmara Municipal de Espinho, Pinto Moreira e o presidente da Junta de Freguesia de Silvalde, Marco Gastão, assinaram, na terça-feira, o contrato interadministrativo de delegação de competências no âmbito de manutenção de infraestruturas, que visa a requalificação de vias municipais na freguesia de Silvalde e prevê a correspondente transferência de uma verba de 45 mil euros. Os dois autarcas celebraram, também, um contrato interadministrativo com o objetivo da delegação de competências da Câmara Municipal de Espinho na Junta Freguesia Silvalde, em matéria de Gestão da Praia Pau da Manobra, com a transferência de 20 mil euros.



## Bispo do Porto no aniversário da Santa Casa da Misericórdia de Espinho

No próximo fim de semana a Santa Casa da Misericórdia de Espinho comemora o seu 78.º aniversário.

A comemoração deste aniversário conta com a presença de sua Eminência o Bispo do Porto, D. António Francisco dos Santos, que celebrará eucaristia nas instalações do Lar da Terceira Idade pelas 11 horas de sábado.

Seguir-se-á uma visita das individualidades convidadas e dos membros dos órgãos sociais às instalações da Instituição, e

depois, um almoço, também servido no Refeitório da Misericórdia.

Da parte da tarde, pelas 15 horas, terá lugar uma sessão solene, com a presença, para além do Bispo do Porto, do presidente da Câmara Municipal de Espinho, Pinto Moreira, do presidente da Assembleia Municipal de Espinho, Guy Viseu, e do presidente do Centro Distrital de Aveiro do Instituto da Segurança Social.

Nessa sessão solene, que se iniciará com um breve "momento musical"

proporcionado por um grupo da Academia de Música de Espinho, terá ainda lugar a entrega de lembranças a funcionários que completam este ano 10 e 25 anos de serviço à Instituição, e ainda uma homenagem a José Manuel Morais Júnior, presidente do Conselho de Administração da Eurospuma, recentemente nomeado "Irmão Benemérito" da Instituição em recente assembleia geral, dessa forma se manifestando a gratidão e reconhecimento pelos apoios por ele prestados ao longo dos anos.

No domingo, haverá uma romagem ao Cemitério Municipal pelas 12 horas, e da parte da tarde, pelas 14.30 horas, uma Festa dedicada aos utentes do Centro Residencial, Lar, Centro de Dia e Apoio Domiciliário e familiares, com a atuação do Grupo de Cavaquinhos da Universidade de Sénior de Espinho.

Semanário Registado na Direção-Geral de Comunicação Social sob o n.º 100594

**DEFESA DE ESPINHO**

Fundado em 27/Março/1932  
PROPRIEDADE - EMPES - Empresa de Publicidade de Espinho, Lda.  
Matriculada na Conservatória do Registo Comercial de Espinho sob o n.º 59, folhas 30 do livro C-1  
Capital Social: 5.200,00 Euros  
Contribuinte: 500 095 540

#### Administração

Fernando Cunha (gerente)  
Joaquim Vasconcelos (gerente)

#### Detentores com mais de 10% do capital

Solverde - Soc. de Investimentos Turísticos da Costa Verde, Lda.

#### Direção

Lúcio Alberto  
Email - lucio.alberto@mail.telepac.pt

#### Redação

Manuel Proença - miproenca@sapo.pt

#### Colaboradores

Albertino Ferreira; Ana Ribeiro; Carlos Salvador; Daniela Martins; Filipe Couto; Hugo Viegas; Joana Amorim; Paulo Malheiro e Vitor Lancha.

#### Colunistas

André Faria Silva; António Duarte Estêvão; António Regedor; Ferreira de Campos; Francisco Goulão; Joaquim Ribeiro; Jorge Madureira; José Sarmento; Manuel Sancebas; Messias Pinto; Padre Rodrigo Lynce de Faria; Paulo Torres; Regina Bastos, Rita Pereira e Serafim Marques.

#### Departamento de Produção

António Guerra

#### Secretaria de Administração e Redação

Cristina Fonseca e Fernanda Oliveira

#### Serviços Administrativos e Publicidade

Av.º 8, 456 - 1.º andar - Sala H  
Ap. 39 - 4501-853 ESPINHO Codex  
Telef. 22 734 15 25 • Tlm. 936 540 320  
Fax 22 731 99 11 • Email-empes@sapo.pt

#### Departamento de Redação

Av.º 8, 456 - 1.º andar - Sala H  
Ap. 39 - 4501-853 ESPINHO Codex  
Tlf. 227 319 912 • Tlm. 934 032 770  
Fax 227 319 911  
Email-defesadeespinho@mail.telepac.pt

#### Impressão

NÁVEPRINTER - Indústria Gráfica do Norte, SA - E.N. 14 (km 7,05)  
Apartado 121 - 4471 MAIA Codex

#### Tiragem média

3.700 exemplares

Depósito Legal n.º 1604/83

#### Internet:

www.defesadeespinho.pt

Os textos (e ilustrações) de Opinião publicados nesta edição são da inteira responsabilidade dos seus autores, não vinculando, direta ou indiretamente, o cariz editorial e informativo deste jornal.



# Jovem espinhense desaparecido em Brighton (Inglaterra)

## Visto pela última vez no dia 13, depois de um festival de música

O jovem espinhense, Diogo Manuel Martins Alves Moreira, estudante e trabalhador no Reino Unido, em Brighton, East Sussex, cidade a sul de Inglaterra, encontra-se desaparecido desde o passado dia 13. O jovem espinhense, de 29 anos, foi visto pela última vez, depois de um festival de música, no fim-de-semana, próximo de Brighton e em casa de um amigo, que deu pela falta dele às 4 horas da madrugada de terça-feira, quando terá ido à casa de banho.

O desaparecimento de Diogo Moreira, filho do antigo presidente da Junta de Freguesia de Anta, Boaventura Moreira já mobilizou as redes sociais, nomeadamente o Facebook.

Já foram espalhados pelas ruas da cidade britânica de Brighton e nos seus arredores, centenas de cartazes, com a fotografia do jovem espinhense.

Concretamente não se sabe o que aconteceu ao jovem espinhense, mas contam os amigos que saiu do festival, foi deixar a sua mochila a casa e foi dormir a casa de um amigo.

De acordo com um artigo publicado na edição on-line de "A Gazeta" (<http://www.agazeta.co.uk/>), um amigo de adolescência de Diogo, Vítor Rodrigues, "ele só foi dormir a casa de um amigo, porque o 'house mate' (colega com quem partilha o espaço) tinha os pais lá em casa. Ele chegou a casa desse amigo, viram um filme e foram dormir. Às 4 horas da manhã esse amigo acorda para ir à casa-de-banho e o Diogo já não estava lá".

Segundo 'A Gazeta', "na terça-feira (dia 14) começou a preocupação a sério. Diogo faltou ao trabalho sem avisar, algo 'impensável vindo dele'. O telemóvel, perdeu-o no festival e a carteira deixou-a em casa do amigo onde passara metade da

noite. A polícia foi avisada no dia seguinte, mas nada pode fazer, porque toda a documentação foi deixada em casa. Nos hospitais não deu entrada ninguém sem identificação".

À 'Gazeta', "Vitor contou também que uma rapariga alertou no Facebook que tinha encontrado alguém 'com aspeto idêntico ao de Diogo, mas visivelmente desorientado', em Peaceheaven, localidade próxima de Brighton. 'Fomos à procura naquela zona e nada. Depois soube que já alguém lá tinha estado à procura dele, porque havia cartazes dele colados nas ruas', acrescentando que o jovem 'tem muito amigos que estão preocupados e à procura dele'".

Segundo a 'Gazeta', "Diogo vive em Inglaterra há seis anos, trabalha num café bastante conhecido na cidade, é também estudante e nunca deu qualquer indício de perturbação psicológica. 'Ele é muito responsável e muito atinado. Não fazemos ideia do que aconteceu. É tudo muito esquisito, finalizou'".

O seu pai, Boaventura Moreira, terá falado com Diogo no dia 10. "Estava todo contente porque tinha passado de ano, com muito boas notas. Nada previa que isto pudesse acontecer", referiu Boaventura Moreira ao jornal Correio da Manhã.

Diogo Moreira vive em

## Secretário de Estado das Comunidades acompanha caso de Diogo Moreira

O secretário de Estado das Comunidades, José Cesário, afirmou estar a acompanhar o caso do jovem espinhense desaparecido na zona de Brighton, no sul de Inglaterra.

José Cesário, disse ter entrado em contato com a embaixada e com o consulado de Portugal em Inglaterra, após ter tido conhecimento do desaparecimento de Diogo Moreira.

"Até à altura em que falei com Londres ainda ninguém da família do jovem tinha pedido auxílio, não sei se terá acontecido mais para o final do dia (de segunda-feira). Nem o meu gabinete foi contactado pela família do jovem, mas estamos a acompanhar o caso", explicou José Cesário à Agência Lusa.

# MISSING

Fotos DIREITOS RESERVADOS



**Diogo Moreira 29**  
Missing since Monday 12th July  
If you have seen him  
Please contact Sussex Police  
or  
**07828225455 / 07411485407**

Inglaterra há cerca de seis anos, trabalha num café e frequenta o curso de Ciências Ambientais e Geologia, na Universidade de Brighton.

Não há, até agora, explicação para o desaparecimento.

A polícia do condado de Sussex foi informada na quinta-feira, dia 16, e desde então já emitiu vários comunicados.

Os dois irmãos de Diogo Moreira já estão em Inglaterra para ajudar nas

buscas e terão estado, até agora, a visualizar algumas imagens das câmaras de segurança de alguns espaços e edifícios, conjuntamente com as autoridades locais.

Entretanto, nas redes sociais, sobretudo no Facebook, espalham-se os apelos, tanto em português como em inglês, numa página especialmente criada para o efeito <https://www.facebook.com/groups/1078625782166458/?pnref=story> e onde se pode

acompanhar, a par e passado, todos os desenvolvimentos.

Qualquer informação sobre o paradeiro do Diogo Moreira deve ser dada pelo email [101@sussex.pnn.police.uk](mailto:101@sussex.pnn.police.uk) com a referência "857 of 16/07" ou ligar para o 101 (chamadas no Reino Unido).

Podem ainda tentar o contacto pelos números 00447 828 225 455 ou 00447 411 485 407.

Manuel Proença

tura | Desporto | Institucionais | Sapo | A BOLA | Jornais | Instituições | PT EMPRESAS | Login | Homepage >> Escola ... | Website X5 Answers | Vodafone

Help find Diogo Moreira

Manuel Proença E Paula

FAVORITOS

- Feed de notícias
- Mensagens 20+
- Eventos 2
- Guardados 2

GRUPOS

- Help find Diogo M...
- Viagem de Final d... 20+
- Grupos novos 5
- Criar grupo

APLICAÇÕES

- Jogos 20+
- Neste dia
- Quem é você? Co...
- Frases de Família
- Fotos
- Feed de jogos 20+

AMIGOS

- Amigos chegados 20+

**HAVE YOU SEEN DIOGO?**  
Please share!

help find diogo moreira

101@sussex.pnn.police.uk with the reference "857 of 16/07" or call 101 (calls in the UK). You can also try the numbers 00447828225455 or 00447411. Aderiu | Partilhar | Notificações

Discussão | Membros | Eventos | Fotos | Ficheiros

Publicação | Foto ou vídeo | Pergunta | Ficheiro

MEMBROS 9.189 membros (6.000+ novos)

Adicione pessoas ao grupo

CONVIDAR POR E-MAIL

DESCRIÇÃO

Have you seen Diogo Manuel Martins Alves Moreira? The University of Brighton student has not been... Ver mais

Publicação MARCADA

Nuno Oliveira

Ontem às 14:20 · Espinho · Editado

Este é o grupo público sobre este caso. Vamos começar a enviar convites para amigos e conhecidos para aderirem. Era importante alguém fazer o ponto da situação também em inglês.



# Portugal campeão do Mundo de futebol de praia em Espinho

## Estádio da Baía sempre lotado nos jogos dos portugueses

Portugal, depois de ultrapassar a fase de grupos do Campeonato do Mundo de futebol de praia, nunca mais soube o que era a derrota. Os portugueses, nos quartos-de-final ultrapassaram a equipa da Suíça, vencendo o seu adversário por 7-3 e, nas meias-finais, bateu os campeões do mundo, a Rússia, por 4-2. Na final, diante o Taiti, os portugueses foram irrepreensíveis e alcançaram a vitória por 3-5 e conquistaram o título de campeões do Mundo. Não foi nada fácil o percurso dos portugueses, num campeonato que se revelou extremamente competitivo. Seleção das Quinas contou sempre com o estádio da praia da Baía completamente cheio.

### Manuel Proença

Na passada quinta-feira, realizaram-se os quartos-de-final, com a equipa do Brasil a ser afastada pela Rússia, por 5-6, num estádio completamente cheio. Depois, Portugal venceu a Suíça, por 7-3, num jogo que não foi nada fácil, embora os números façam crer o contrário.

A equipa das Quinas passou para a frente num autogolo de Stephan Leu, no primeiro minuto, o que acabou por dar alguma confiança aos jogadores



### Resultados Quartos-de-final

Brasil-Rússia .....	5-6
Portugal-Suíça .....	7-3
Itália-Japão .....	3-2
Taiti-Iráo .....	5-4

### Meias-finais

Itália-Taiti .....	6-6 (7-9, gp)
Portugal-Rússia .....	4-2

### 3.º e 4.º lugar

Itália-Rússia .....	2-5
---------------------	-----

### Final

Taiti-Portugal .....	3-5
----------------------	-----



Foto BEACH SOCCER WORDWIDE



Foto BEACH SOCCER WORDWIDE



Fotos BEACH SOCCER WORDWIDE



A equipa classificada em segundo lugar, o Taiti e a terceira, a Rússia





comandados por Mário Narciso. Aliás, a enorme claqué da Suíça acabou por vibrar poucos segundos depois, com o seu ídolo, Noel Ott a restabelecer a igualdade.

Mas o 'mágico' Madjer acabou por dar a volta ao resultado, logo no segundo períodos e o guardarede Andrade ampliou, com um pontapé de longa distância, seguindo-se-lhe Belchior a fazer o 4-1.

Stankovic reduziu e Madjer e Coimbra chegaram ao resultado de 6-2. Noel Ott ainda reduziu, mas Madjer 'deu a estocada final' com o 7-3.

No jogo seguinte, a equipa da Itália acabou por vencer o Japão por 3-2 e o Taiti bateu o Irão por 5-4.

Nas meias-finais, a equipa do Taiti foi a primeira a alcançar a passagem à final, vencendo os italianos, apenas na marcação de grandes penalidades

O resultado, após o final do tempo regulamentar e do prolongamento era de 6-6. O italiano Frainetti marcou a primeira grande penalidade e o taitiano, Tairui a segunda. Depois, Palmacci falhou e Naea Bennett e Li Fung Kuee marcaram.

O Portugal-Rússia que se seguiu foi um jogo muito encaracterístico, com dois cartões vermelhos para os russos. Makarov abriu a contagem a favor dos russos aos 7 minutos e um minuto depois Jordan empatou (1-1). Bé Martins colocou a equipa portuguesa à frente do marcador ainda antes do fim do primeiro período e, quase a abrir o segundo período, Shishin acabou por fazer o empate.

No entanto, o árbitro

polaco acabou por expulsar o jogador da Rússia, com cartão vermelho direto, por este fazer um gesto para a bancada, considerando o mesmo uma conduta antidesportiva grosseira. A partir daí, Portugal passou a controlar a partida, passando para a frente do marcador no início do terceiro período, por Bruno Novo. Bé Martins acabou por fazer o quarto golo, matando o jogo.

Na luta pelo terceiro e quarto lugar, a Rússia acabou por levar de vencida os italianos, por 2-5. Na final, Portugal entrou muito bem, com o capitão Madjer a abrir a contagem logo aos três segundos, com um pontapé de saída potentíssimo.

Depois, Belchior colocou os portugueses com a vantagem de dois golos e Coimbra ampliou para o 0-3.

Os taitianos não se entregaram e fizeram dois golos em dois minutos, só que Bruno Novo acabou por fazer o 2-4.

Li Fung Kuee fez o 3-4 e Alan acabou por sentenciar, com um grande golo (3-5). Seguiu-se a festa do público português e da equipa campeã do mundo.

Cerca de 3500 espetadores vibraram com a vitória da seleção das Quinas. Uma festa dentro e fora do estádio.

### Portugal, 7 Suíça, 3

Jogo no estádio da praia da Baía, em Espinho.

Árbitros: Bakhtiyor Namazov (Uzbequistão) e Suhaimi Mat Hassan (Malásia).

Terceiro árbitro: Turki Al Salehi (Omã).

Portugal – Andrade, Torres, Jordan, Madjer



Foto: BEACH SOCCER WORDWIDE

(cap.), Belchior, Petrony, Coimbra, Leo, Alan, Zé Maria, Bruno Novo e Bé.

Treinador: Mário Narciso.

Suíça – Stalder, Leu, Spaccarotella, Mo Jaeggy (cap.), Stankovic, Lutz, Schirinzi, Hodel, Misev, Borer, Ott e Valentin Jaeggy.

Treinador: Georg Klausser.

Marcadores: 1-0, por Stephan Leu (1, pb); 1-1, por Noel Ott (10); 2-1, por Madjer (13); 3-1, por Andrade (13); 4-1, por Belchior (14); 4-2, por Stankovic (14); 5-2, por Madjer (24); 6-2, por P□□Coimbra (26); 6-3, por Noel Ott (28); 7-3, por Madjer (31).

Disciplina: cartão amarelado a Misev (4), Stalder

(14), Zé Maria (14), Stankovic (17) e Borer (25).

### Portugal, 4 Rússia, 2

Jogo no estádio da praia da Baía, em Espinho.

Árbitros: Lukasz Ostrowski (Polónia) e Ivo de Moraes (Brasil).

Terceiro árbitro: Turki Al Salehi (Omã).

Portugal – Andrade, Jordan, Madjer (cap.), Bruno Novo, Belchior, Petrony, Coimbra, Leo, Alan, Zé Maria, Bé e Torres. Treinador: Mário Narciso.

Rússia – Bukhlitskiy, Makarov, Shkarin, Leonov (cap.), Shaikov, Gorchinskiy, Romanov, Krashennnikov, Shishin, Paporotnyi, Perevitin e Ostrovskii.

Treinador: Mikhail Likhachev.

Marcadores: 0-1, por Makarov (7); 1-1, por Jordan (8); 2-1, por Bé (11); 2-2, por Shishin (13); 3-2, por Bruno Novo (33); 4-2, por Bé (34).

Disciplina: cartão amarelado a Leonov (22), Krashennnikov (23 e 33), Belchior (34), Makarov (34)

e Bé (35). Cartão vermelho direto a Shishin (13) e por acumulação a Krashennnikov (33).

### Taiti, 3 Portugal, 5

Jogo no estádio da praia da Baía, em Espinho.

Árbitros: Ruben Eiriz (Espanha) e Gionni Matticoli (Itália).

Terceiro árbitro: Hugo

Pado (Ilhas Salomão).

Taiti – Torohia, Taia-rui, Tapa, Li Fung Kuee (cap.), Tavanae, Tchen, Lehartel, R. Bennett,

Labaste, Zaveroni, Revel e N. Bennett.

Treinador: Tehina Rota.

Portugal – Andrade, Jordan, Madjer (cap.), Bruno Novo, Belchior, Petrony, Coimbra, Leo, Alan, Zé Maria, Bé e Torres.

Treinador: Mário Narciso.

Marcadores: 0-1, por Madjer (1); 0-2, por Belchior (6); 0-3, por Coimbra (16); 1-3, por Labaste

(16); 2-3, por Li Fung Kuee (18); 2-4, por Bruno Novo (20); 3-4, por Li Fung Kuee (24); 3-5, por Alan (35). -

Disciplina: cartão amarelado a Taia-rui (20), Bruno Novo (25) e Coimbra (34).

## Estádio e Alameda cheios

Os portugueses aderiram a este Campeonato do Mundo de forma extraordinária. E se já era esperado o estádio da praia da Baía lotado, com 3500 pessoas,

nos jogos de Portugal, foi surpreendente a participação noutros encontros. Nos encontros do Brasil, o estádio também esteve com lotação esgotada.

Mas muitos dos adeptos não conseguiram entrar no estádio e deslocaram-se para a Alameda 8, para a

Fanzone, onde puderam assistir aos jogos de Portugal, num ecrã gigante. A Alameda vestiu-se das cores portuguesas, com muitos milhares de adeptos.

Manuel Proença

Fotos CARLOS SALVADOR





**Mário Narciso (Selecionador de Portugal)** – “Se me dissessem, há três anos, que ia ser campeão do mundo, não acreditaria. Esta equipa mereceu, hoje tivemos um encontro muito difícil e penso que ficou aqui provado que estas são as duas seleções em melhor forma no Mundo, neste momento. Portugal jogou sempre da mesma forma, esteve sempre ao mesmo nível. Tivemos alguns deslizes no jogo com o Senegal, que resultaram numa derrota, mas em termos exibicionais estivemos sempre ao mesmo nível. Foi esse o segredo, nunca caímos. Este público foi extraordinário, não digo ‘da boca para fora’ que foi o sexto jogador. Foram mesmo!”

**Madjer (capitão da Seleção Nacional de futebol de praia)** – “O título mundial é merecido. Só nos sabemos os sacrifícios que passamos, só nos sabemos aquilo de que abdicamos e a única forma de conseguirmos colmatar estas ausências é com vitórias. Esta é mais uma vitória importante, é um triunfo de toda esta família, de todos os portugueses. Estamos todos de parabéns. Estamos numa modalidade coletiva e o mais importante é sempre a vitória da equipa. É bom trabalhar quase diariamente com família, que é o que nós somos. Esta é a continuação de um ciclo. A seleção portuguesa nunca vai acabar, portanto este ciclo vai ter sequência.”

**Alan (jogador da Seleção Nacional)** – “Esta é uma sensação inexplicável. Quero, em primeiro lugar, agradecer a esta maravilhosa seleção, que já ganhou tudo - em ‘casa’ não podia ser diferente. Só quem ganha pode perceber o que sente um campeão. Quero, também, agradecer aos adeptos, que estão de parabéns. Quando não temos força, sabemos onde a podemos ir buscar. Esta vitória é para todos os portugueses e para esta seleção.”

**Belchior (jogador da Seleção Nacional)** – “Esta é a realização de um sonho. Há muito tempo que andávamos atrás deste título e é uma felicidade imensa consegui-lo, ainda por cima em ‘casa’, com este público maravilhoso a acompanharnos. Foi a coisa mais maravilhosa que podia ter acontecido, a mim e a toda a equipa. Vou festejar muito, de certeza, e depois sim descansar porque foi tudo muito duro. Agora queremos aproveitar a alegria das pessoas, deste povo maravilhoso.”

**Andrade (guarda-redes da Seleção Nacional)** – “Foi a primeira vez que coloquei uma medalha da minha esposa e do meu filho nas luvas...deu certo! A partir de agora vou pedir para ter sempre este talismã. Estou muito feliz, nas nuvens, nem sei o que dizer. Chegar aqui, no meu primeiro Mundial, ser logo campeão do mundo...estou sem palavras”.

## Portugueses premiados

Foto BEACH SOCCER WORLDWIDE



O taitiano, Tairui foi o grande vencedor do prémio para o melhor jogador, seguindo-se-lhe os portugueses, Alan e Madjer. Pedro Moran, do Paraguai conquistou o prémio para o maior goleador da prova, seguindo-se-lhe Madjer (Portugal) e Noel Ott (Suíça). O guarda-redes do Taiti, Jonathan Torohia também foi considerado o melhor deste Campeonato do Mundo e a equipa do Brasil recebeu o troféu correspondente ao fair-play.



...com legenda!  
Fotos MP

O ‘tigre da Costa Verde’, João Carlos, acompanhou o Campeonato do Mundo de Futebol de Praia e fez questão de dar um grande abraço ao seu antigo ‘mister’, Mário Narciso, que não deixou escapar a emoção

## Gesto solidário

A Câmara Municipal de Espinho e FIFA ofereceram diverso material logístico do Campeonato do Mundo de Beach Soccer

à Cerciespinho.

Estiveram presentes o presidente da Câmara, Pinto Moreira, Lino Rodrigues, presidente da Cerciespinho, Pedro Dias, vice-presidente da Federação Portuguesa de Futebol e Gabino Renales, World Soccer Cup Coordinator in FIFA Beach Soccer.

Tratou-se de “um gesto

que demonstra a consciência social deste projeto, que surge após a incorporação da Cerciespinho como parceiro social do Mundial de Praia, à semelhança do que tinha já ocorrido no ano anterior, no caso do Mundialito também realizado na nossa cidade”, sublinhou o presidente da Câmara, Pinto Moreira.

Por sua vez, o presidente da Cerciespinho, Lino Rodrigues, manifestou a sua satisfação “pelo respeito e reconhecimento demonstrados tanto pela Câmara, como também pela FIFA, ao trabalho que esta instituição tem vindo a desenvolver para servir a comunidade e os seus elementos”.



## Juntos num jogo especial

A Cerciespinho gerou uma onda de simpatia junto da FIFA e da Beach Soccer Foundation que promoveu um jogo onde participaram jogadores das equipas de Portugal, Taiti, Rússia e Itália,

as equipas semifinalistas deste Campeonato do Mundo, com atletas da Cerciespinho. Um momento único, extraordinário, sentido quer pelos responsáveis daquela instituição

de solidariedade, quer pelos envolvidos na prova do Mundial.

Joan Cuscó e Mário Narciso fizeram ‘uma perninha’ e bateram-se com os jogadores da Cerciespinho. O mesmo aconteceu com os jogadores portugueses, Petrony e Leo Martins.

O momento foi acompanhado, com um brilhinho nos olhos, por parte do presidente da Cerciespinho, Lino Rodrigues e pelo vice-presidente da Federação Portuguesa de Futebol, Pedro Dias.

Manuel Proença



Foto BEACH SOCCER WORLDWIDE



# OITO24 volta a trazer arte às ruas de Espinho

Mais de duas dezenas de espetáculos, de arte contemporânea, em três dias fazem de Espinho a capital artística do norte por estes dias

A partir de amanhã (sexta-feira), até domingo, as ruas de Espinho transformam-se novamente em palcos para receber a terceira edição do Festival OITO24. Ao longo de três dias, a arte invade o espaço público para ir de encontro aos habitantes e a todos aqueles que visitam Espinho.

Nesta terceira edição, o cartaz apresentado pela Câmara Municipal de Espinho compreende um conjunto eclético de expressões artísticas contemporâneas, da música ao teatro de rua, da performance ao cinema animado, passando pela instalação, gastronomia, novo circo e com criações não só portuguesas como também do Brasil, Espanha, Angola, França ou Austrália.

Pelas ruas, as marionetas do 'Mãos de Sal' interpretam o imaginário das varinas espinhenses, o jogo de percepções onde a água é o elemento central das Estufas de Água convidam-nos a entrar, o espetáculo Guarda Mundos faz-nos viajar ao mundo das emoções e o novo circo de Contigo e Deal, combinam dança, acrobacia e arte, pela Rua 19 podemos ser surpreendidos pela alegria do grupo português Banda às Riscas ou por concertos irrepetíveis.

Novos Hábitos musicais são propostos pela mão de Mr. Herbert Quain e João Paulo Fonseca, num 'live-act' criado para o planetário de Espinho, pelos australianos Ginger and the Ghost, Nor-

Foto DIREITOS RESERVADOS

Márcia  
Gonçalves  
estará no  
'Fresquinho',  
no Mercado  
Municipal



berto Lobo, o Rockuduro dos Thrones e The Shine que contagiará a Piscina Solário Atlântico, o compositor brasileiro Momo ou a espanhola Lorena Álvarez acompanhada pelo coro 'Espinho e Mar' a cantar num momento irrepetível.

Um dos momentos altos do festival é o concerto da Banda do Mar, composta por dois nomes de peso da música brasileira, Malu Magalhães e Marcelo Camelo e o português Fred Ferreira e subirão ao palco da Praça Município no sábado.

Também no sábado, o Jardim Centro Multimeios apresenta o filme de animação baseado na Canção "O Lobo Bobo", de João Gilberto, re-

sultado do workshop Cinanima/Academia de Verão promovido, a convite do OITO 24, pela Academia de Música de Espinho e pela Cinanima, com sonorização feita ao vivo pelas crianças que participaram no workshop. Segue-se uma mostra do panorama de curtas-metragens de animação brasileiro.

A animação nas ruas entra Mercado Municipal dentro, onde, ao longo dos três dias se desenrolam várias ações que visam promover hábitos de alimentação mais saudável tendo como base, produtos de qualidade e locais. Showcookings com Chefs e Bloggers de culinária, em que os participantes

## Festival Oito24 (também) na Biblioteca e no Mercado

No âmbito do Festival oito24, a Biblioteca Municipal José Marmelo e Silva estará presente no Mercado Municipal com uma mostra de livros e com sessões de "Conto um conto para ti", às 11 horas e às 15h30 de sexta-feira e sábado. Entrada livre.

"Oficinas de água" também integram o programa com sessões às 10 e às 11 horas de sexta-feira e domingo, no jardim interior da Biblioteca Municipal.

Água e comunicação são o mote da oficina de exploração material sensorial, por Graça Ochoa e Margarida

Chambel.

"Brincaremos com ideias micro e macro da nossa paisagem aquática e ambiental, tempestades podem acontecer num copo de água! A brincar propomos observar os grandes ecrãs como espelhos que nos influenciam, como imitamos um cartaz publicitário ou seguimos uma moda, cantamos uma canção, damos a mão. Assim, seguir algumas instruções 'até à última gota' desta vez para uma experiência sensorial de contacto com a água, por dentro e por fora do corpo e do copo e do cano e já agora, sem des-

perdício! É à partida um desafio pensar sobre este 'bem' que flui sem parar como a vida!"

Duração: uma hora. Destinatários: crianças dos 6 aos 10 anos. Máximo de participantes: vinte.

Requisito: "Trazer roupa apropriada - aquela que levamos para a praia ou piscina - calção, t-shirt e chinelos e em duplicado para no caso de molha haver a possibilidade de uma roupa seca!"

E no sábado, às 14h30, haverá concerto de Norberto Lobo no jardim interior da Biblioteca Municipal.



Animação de Rua com a Banda as-riscas

Foto HUGO LIMA



Performance Estufas de Água

Foto Lauren Maganete

aprendem não só a confeccionar receitas saborosas mas também a selecionar os produtos mais adequados ou o concurso 'Chef da Família', que procura a famí-

lia espinhense que apresente a melhor receita, são apenas algumas das atrações que por estes dias estarão disponíveis no mercado, sob a alçada do 'Fresqui-

nho - Frescos do Mercado de Espinho'.

Os eventos do Festival OITO24 destinam-se a todos os públicos e são de entrada gratuita.

## Hafla da Tribo Ta-Meri no sábado no Casino Espinho

O segundo espetáculo Hafla da Tribo Ta-Meri está marcado para a noite de sábado, no Casino Espinho.

Hafla não é mais que uma celebração da dança na qual se junta a comunidade da dança oriental em todas as suas vertentes para partilhar saberes, enriquecer esta forma de arte e promover o convívio de uma cultura milenar que vai sofrendo alterações ao longo dos tempos e, ao mesmo tempo, preservando as suas raízes. É neste espírito festivo que a Tribo Ta-Meri realiza anualmente este Hafla, assinalando assim o aniversário da sua existência como companhia de dança profissional, e congrega, num ambiente familiar e fraternal, bailarinas e academias de dança, amigos e familiares para um espetáculo ímpar e cheio de emoções. Para tal, este ano, "apresentamos a Tribo Tael, dando a conhecer quem somos e o trabalho que temos vindo a realizar, ao jeito peculiar e único que só a Tribo Ta-Meri sabe ter!"



Foto DIREITOS RESERVADOS





## Banda União Musical Paramense em Zamora

A Banda União Musical Paramense atuou este fim de semana no IX Festival Hispano-Luso, de “bandas de música Y ensemble de viento”. O evento organizado pela banda de Zamora decorre na mesma cidade e termina hoje.

O concerto decorreu na noite de sábado na Praça da Constituição e o público, vibrante e apaixonado por bandas, foi presenteado com um excelente concerto.

Do programa, delineado pelo maestro Manuel Silva, fizeram parte as seguintes obras: Ferrer Ferran, António Estevan Lopez; Juan Gonzalo Gomez deval, Muralles; Bert Appermont, Egmont; Ferrer Ferran, Al-Manzah; Arr. Harold L. Walters, Bands around the Word; Arr. Giancarlo Gazzani, Santana a Portrait; Arr. Alberto Madureira, Sonhos de Portugal.

O concerto foi encerra-



do com o passodoble “ El Gato Montés” do compositor Manuel Penella Moreno e cuja interpretação

causou o delírio total das largas centenas de pessoas que assistiram ao espetáculo musical.

O presidente da direção da Banda União Musical Paramense, Luís Martins chefiou a comiti-

va que contou com a presença do presidente da Junta de Freguesia, Manuel Dias.

## Festival Internacional de Folclore Silvalde 2015

Realiza-se no sábado, o Festival Internacional de Folclore Silvalde 2015. A iniciativa do Rancho Folclórico S. Tiago de Silvalde está inserida na 5.<sup>a</sup> Edição das Tasquinhas de S. Tiago, que irá realizar-se durante o fim de semana naquela freguesia.

Irá contar com a participação, além do grupo organizador, da Companhia Nacional de Danza Folklórica del México (México), Rancho Folclórico do Cartaxo, Rancho Folclórico Vale do Lis ‘Amor’ (Leiria) e Groupe Folklorique Landais “Lous Lanusquets de Béga” (França).

Eis o programa:  
Às 18h30, concentração,

chegada dos grupos ao Largo da Junta de Freguesia de Silvalde; às 18h45, recepção, sessão de boas-vindas, e entrega das lembranças aos grupos participantes no Salão Nobre da Junta de Freguesia de Silvalde; às 19h30, jantar na Escola da Quinta da Seara, em Silvalde; às 21h30, Desfile Etnográfico, saindo da Escola da Quinta da Seara até ao largo da Junta de Freguesia de Silvalde (100 metros); às 21h35, Festival - passagem, pelo palco de todos os grupos participantes; às 21h45, início das atuações dos grupos participantes - Companhia Nacional de Danza Folklórica del México - México (21h45 às 22h10), Rancho Folclórico S. Tiago de Silvalde - Espinho (22h10 às 22h30), Rancho Folclórico do Cartaxo - Cartaxo (22h30 às 22h50), Rancho Folclórico Vale do Lis (Amor) - Leiria (22h50 às 23h10) e Groupe Folklorique Landais “Lous Lanusquets de Béga” - França (23h10 às 23h35).

## Festa de Nossa Senhora do Mar em Silvalde com desfile “O Pescador” e procissão

Os festejos em honra de Nossa Senhora do Mar, em Silvalde, estão programados entre 30 de julho e 3 de agosto.

Para as 17 horas da última quinta-feira do mês em curso está marcada uma arruada com os Bombos de Guetim Cavalinho e às 22 horas exhibe-se o conjunto Estrelas Incomparáveis.

Na sexta-feira seguinte há karaoke com José Correia, às 15 horas, e desfile “O Pescador” às 19h30; seguem-se o grupo Top Dance (21 horas), o Duo Mário e Hermínio (22h30) e Ricardo e Henrique (23h30).

No primeiro sábado de agosto, grupos de dança

da ADCE (15 horas), karaoke com Bruno Arantes (16 horas), banda Lusomix (21h30), sessão de fogo piromusical (23h30) e à meia-noite Pedro Miguel e a sua banda.

No domingo de 2 de agosto, a Banda Musical S. Tiago de Silvalde anuncia-se às 8 horas e a Fanfara do Agrupamento das Associações de Bombeiros Voluntários da Cidade de Espinho às 10 horas, antecedendo a missa solene das 11 horas.

A majestosa procissão está marcada para as 17 horas.

A banda Fusiforme atua às 21h30 e Paulo Fernandes e as suas bailarinas sobem ao palco às 23h30.

No terceiro dia de agosto, às 22 horas, Zé Amaro e a sua banda fecham o cartaz das festividades de Nossa Senhora do Mar, em Silvalde.

## Tasquinhas de S. Tiago animam Silvalde

‘Estrelas Incomparáveis’, Paulo Fernandes, Jorge Bandeira, ‘Impecáveis Band’, ‘Artmédia Band’ e José Manuel Batista, são os grupos e músicos que irão animar as Tasquinhas 2015 de Silvalde, que irão realizar-se durante o fim de semana, no Largo da Junta de Freguesia.

As coletividades locais, desportivas, recreativas e culturais e os artesãos silvaldenses juntam-se para celebrar o Santo Padroeiro, S. Tiago de Silvalde.

Músicos convidados, petiscos vários e muita

animação durante os dias da iniciativa da Junta de Freguesia de Silvalde, com insufláveis, todos os dias da festa, gratuitamente para as crianças.

Eis o programa:  
Amanhã (sexta-feira) - ‘Estrelas Incomparáveis’, das 21h30 à 1 hora.

Sábado - Ranchos, das 21 horas às 23h30; Paulo Fernandes, das 23h30 à 1 hora.

Domingo - Jorge Bandeira e ‘Impecáveis Band’, das 21 horas à 1 hora.

Segunda-feira - ‘Artmédia Band’ e José Manuel Batista, das 21 horas à 1 hora.

## ‘Sandocha - Sandes, tostas e outras coisas’

‘Sandocha - Sandes, tostas e outras coisas’ é a iniciativa levada a efeito pela Câmara Municipal de Espinho a partir de sábado até ao próximo dia 30 de agosto.

Trata-se de um evento gastronómico, organizado

pela primeira vez, com base na sandes, tostas e outras coisas, tendo com base a comida no pão.

O iniciativa decorre na tenda instalada na Alameda 8 onde não faltará animação e diversão à mistura.



## Orquestra Clássica encerra Festival Internacional de Música de Espinho

A Orquestra Clássica de Espinho irá encerrar a edição deste ano (a quadragésima primeira) do Festival Internacional de Música de Espinho (FIME), que vem a decorrer desde junho passado.

O concerto irá realizar-se amanhã, sexta-feira, pelas 22 horas, no largo José Salvador (Câmara Municipal de Espinho).

Sob a direção musical do maestro Pedro Neves, a Orquestra Clássica de Espinho contará com a participação do violoncelista Romain Garioud que se tem afirma-

do como um dos mais sólidos intérpretes do repertório para o seu instrumento, e tocará com a Orquestra Clássica de Espinho o célebre concerto de Dvorak. O concerto incluirá ainda a música bem-disposta de Leonard Bernstein.

Eis o programa: Leonard Bernstein (1918-1990)

Candide, Abertura Antonín Dvorak (1841-1904) Concerto para violoncelo e orquestra op 104 em si m Leonard Bernstein West Side Story, Danças Sinfónicas

## Festa dos Tremoços e procissão matinal no cartaz de Nossa Senhora da Guia e Santo Estêvão em Guetim

O programa das festas de Santo Estêvão e Nossa Senhora da Guia, em Guetim, enche-se às 8 horas do sábado de 1 de agosto com alvorada, seguida de uma feirinha de artesanato no Largo da Igreja Paroquial, estando marcada para as 22 horas a atuação do grupo: "Pé de Dança".

No primeiro domingo de agosto prossigue a feirinha de artesanato, prevendo-se para as 10 horas a chegada dos juizes à Igreja Paroquial. Às 10h30 há eucaristia

solene em honra dos padroeiros, seguida de majestosa procissão, acompanhada pela Tuna Musical de Anta e pela Fanfara dos Bombeiros Voluntários de Esmoriz.

O cartaz consta também da Festa dos Tremoços no Largo da Igreja Paroquial e aula de zumba ao ar livre (16 horas) e das atuações dos grupos de dança TheMovement (17h30) e Top Dance (19 horas) e ainda do Grupo de Cavaquinhos de S. Félix da Marinha (19 horas).

## Giselle Academia de Dança junta 130 alunos em palco

Concretizou-se mais um espetáculo de encerramento de ano letivo, promovido pela Giselle Academia de Dança (GAD). Foi dado corpo e movimento à história do Pinóquio, numa festa que contou com coreografias de Eva Ramirez, Carolina Freire, Alexander Vorontsov, Diogo Fernandes e Vitor Kpez.

Perante uma plateia de 700 espectadores, as piruetas de 130 alunos de algumas modalidades da escola espi-

nhense - ballet clássico, contemporâneo e hip-hop -, deram vida ao boneco de madeira criado por Gepetto, na noite de domingo passado, 19 de julho, no Euro-parque, em Santa Maria da Feira.

A GAD prepara agora o arranque do próximo ano letivo. As aulas recomecem a 14 de setembro e os interessados já se podem matricular nas instalações da escola, na Rua 22, n.º 1200, em Espinho.

## Jantar Vínico no Casino Espinho

Os Sabores Solverde, no Casino Espinho, apresentam, no sábado, uma sugestão gastronómica que cruza as melhores iguarias com vinhos de eleição: um Jantar Vínico.

Com a Unicer como parceiros do jantar, no Restaurante Bacará serve-se uma ementa cuidadosamente pen-

sada para acompanhar os Vinhos Verdes brancos e tintos propostos pela enóloga da marca.

Os Sabores Solverde são um conceito de degustação e demonstração de pratos e produtos tradicionalmente temáticos que ocorre mensalmente no Casino Espinho ou no Hotel Casino Chaves.

## Castro Almeida hoje em Espinho

A Juventude Social Democrata (JSD), Concelhia de Espinho, irá realizar uma conferência, hoje (quinta-feira), pelas 21h30, no auditório pequeno do Centro Multimeios.

A mesma estará adstrita a

Empreendedorismo e ao programa Portugal 2020 e contará com a presença do Secretário de Estado, Castro Almeida e do presidente da Câmara Municipal de Espinho, Pinto Moreira.

## 'Identidade em perspetivas' no FACE

"Identidade em perspetivas" é o tema da exposição de pintura de Magali Candéias e Viviana Borges que irá estar patente ao público no Fórum de Arte e Cultura de Espinho (FACE), a partir de sábado às 15 horas, até 29 de agosto. O evento está inserido no projeto 'Vem Expor nos Átrios...'

As cenas imagéticas são selecionadas pelo indivíduo na construção das suas memórias como uma parte integrante do processo formador de identidade.

Processo esse que se mostra através de reminiscências da história individual, social ou coletiva do sujeito nos remete para uma temporalidade onde passado, presente e futuro podem andar lado a lado. A exposição intitulada "Identidade em perspetivas" é o elo de ligação pelo qual as duas artistas, através de diferentes abordagens presentes nas obras, apresentam fragmentos dessa construção de identidade convidando assim o espectador a refletir sobre essa mesma temática.

## Blaya em aula de Kuduro

A organização Nascente de Ritmos em parceria com o Time Out Caffé traz a Espinho pela primeira vez a Blaya, vocalista e bailarina de Buraka Som Sistema, com o apoio da Câmara Municipal de Espinho, para uma aula aberta de Kuduro.

O evento, gratuito, decorrerá no exterior da Nave Desportiva no próximo domingo e para além da artista convidada vai contar com a animação de Djs convidados pela tarde até às 20 horas num formato de Picnic Eletrónico.

## Centro Social de Paramos completa 35 anos

O Centro Social de Paramos assinala hoje o seu 35.º aniversário. A Instituição Particular de Solidariedade Social situada na Freguesia de Paramos, concelho de Espinho tem como objetivo "a promoção de todo e qualquer cidadão que recorra aos serviços da Instituição, com o fim último de lhe ser satisfeita uma necessidade".

Esta instituição foi fundada a 23 de Julho de 1980,

comemorando assim 35 anos de existência. Neste momento dispõe de uma Creche, Jardim de Infância e CATL, Centro de Dia, Serviço de Apoio Domiciliário, Estrutura Residencial para Idosos, Centro de Intervenção Comunitária e a Equipa de Rua S.MACTE.

Esta instituição emprega mais de 80 colaboradores e em 2014 prestou apoio social a mais de 1355 pessoas.

## Cuidado com as quedas

Cair pode trazer consequências físicas, psicológicas e sociais. Dependendo da idade e da condição de saúde de cada indivíduo, uma a queda pode ser mais ou menos grave, levar à perda da autonomia (como deixar de caminhar) ou mesmo à morte.

Qualquer um de nós pode cair, mas o risco aumenta com a idade uma vez que o envelhecimento é acompanhado por várias alterações a nível do organismo que propiciam quedas com consequências mais catastróficas. Como exemplo posso dizer que, por um lado, com o avançar da idade o indivíduo perde qualidade de visão e como tal maior é o risco de cair, por outro lado, quanto maior a idade, mais frágeis os ossos ficam e assim maior a probabilidade do osso partir.

O segredo para evitar estas catástrofes reside em dois fortes pilares: ter ossos saudáveis e evitar as quedas.

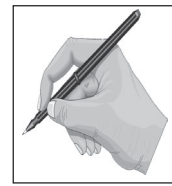
Como ter ossos fortes/saudáveis?

Independentemente da idade é fundamental evitar o excesso de peso/obesidade. A estrutura do esqueleto das pessoas com peso a mais é em tudo semelhante ao daquelas com peso adequado. Dessa forma, quem tem excesso de peso/obesidade vai ter um peso acrescido sobre os ossos e articulações e essa sobrecarga, a longo prazo, trará ossos e articulações "mais gastos/as". Para me explicar melhor faço esta comparação: imagine um estendal de roupa preparado para no máximo suportar 10 Kg de roupa molhada e coloca, frequentemente, 20 a 30 Kg; ao fim de algum tempo de uso indevido o estendal vai enfraquecendo, curvando, podendo mesmo partir.

Podendo contrariar esta sobrecarga é fundamental ter um peso ajustado à altura de cada indivíduo. Isto é dependente do exercício físico e da alimentação. Em relação ao primeiro, ainda que deva ser sempre ajustado às condições de cada pessoa, de uma forma global posso dizer que é recomendado fazer cerca de 30 minutos de atividade aeróbica (seja por caminhada, corrida, bicicleta, natação) 5 dias por semana. Além de contribuir no controlo de peso, a prática de exercício físico funciona como "lubrificante" das articulações. A alimentação deve conter alto teor de vegetais (uma vez que os alimentos "mais verdes" são excelentes fonte de cálcio), baixa ingestão de gordura e um consumo de cerca de 1,5L de água por dia (exceto se contraindicação médica).

Nesta questão é ainda necessário falar da vitamina D, que funciona como "a porta aberta" para que o cálcio entre nos ossos. A vitamina D é fabricada pelo organismo perante a exposição solar (cerca de 15 min/dia) - de ressaltar que para esta exposição só é preciso sair à rua e não implica a exposição direta como se faz na época balnear.

Em suma, ter peso adequado, praticar exercício físico (ajustado às capacidades de cada indivíduo), fazer uma alimentação saudável e apanhar sol (respeitando as regras de exposição



OPINIÃO

(Defesa da) SAÚDE

Lia Rafaela Gonçalves Pereira Belezal(\*)

solar) são pilares para que os ossos sejam saudáveis.

Como evitar quedas?

Existem imensas medidas para prevenir as quedas! Vou mencionar algumas que me parecem mais relevantes nomeadamente para os indivíduos com mais de 65 anos e aqueles com limitação da mobilidade (independentemente da idade). Contudo, estas medidas servem para todos:

- usar um apoio como uma bengala (principalmente após 75-80 anos) não impede que caia, mas protege do impacto e da gravidade de uma queda;
- boa iluminação em toda a casa e uma luz acesa na entrada principal;
- lâmpadas de fácil manutenção e substituição;
- os fios (elétricos, de telefone, ou outros) devem estar protegidos, presos à parede para evitar que tropece neles;
- evitar tapetes soltos no chão nomeadamente nas escadas - o ideal será remove-los da casa, mas se quiser usá-los compre materiais colantes que fixam o tapete ao chão, em especial nas pontas;
- sempre que possível use piso antiderrapante, principalmente na casa de banho (com tapete antiderrapante na banheira);
- procure não fechar a porta à chave, em especial a da casa de banho;
- os sapatos e chinelos devem ser fechados à frente e atrás;
- lembre-se que roupões compridos podem provocar que tropece (em especial quando se levanta a meio da noite);
- procure guardar objetos em locais de fácil acesso de forma a que não precise de subir para cadeiras;
- faça por proporcionar muito espaço nos corredores de forma a que as pessoas se movimentem bem;
- procure ter um mesa de cabeceira e moveis com bordos arredondados e procure também fixá-los ao chão ou à parede;
- os interruptores devem estar ao alcance da mão quando a pessoa estiver deitada na cama para evitar que se levante no escuro;
- tenha um telefone em local de fácil acesso para o caso de precisar de pedir ajuda.

Estas ideias têm enorme importância quando analisamos os números e constatamos que 1 em cada 3 pessoas com pelo menos 65 anos sofre um acidente doméstico por ano e que 1 em cada 20 quedas termina em fratura (osso partido).

As fraturas do colo do fémur (raiz da coxa), do punho, do úmero (do braço) e da bacia são as mais frequentes. Estas lesões comumente precisam de cirurgia e podem diminuir a capacidade para fazer determinados movimentos ou à completa inatividade tornando a pessoa dependente da ajuda de terceiros. Pense o quão maravilhoso é poder prevenir... Por isso cuide de si! Olhe por si!

\* Interna de Medicina Geral e Familiar USF Vale do Vouga

## Construções de Lego no Centro Multimeios

De 1 de agosto a 13 de setembro, estará patente na galeria do Centro Multimeios de Espinho, a segunda exposição "Peça a Peça", que mais uma vez irá fazer as delícias dos aficionados das construções Lego, agradando tanto a miúdos como a graúdos.

São dezenas de construções, que vão desde cidades, carros, aviões, naves espaciais, monumentos, piratas, entre outros. Este ano o ex-libris da exposição é o Castelo de Guimarães e uma Catedral Gótica construída em grande escala.

As crianças terão um espaço onde poderão dar largas à sua criatividade, com dezenas de peças para construção, bem como jogos de computador ligados à temática Lego.

Outra das novidades, é o Concurso "Peça a Peça" onde

crianças dos 6 aos 12 podem dar azo à sua criatividade e participar com as suas originais construções. As inscrições estão abertas e as construções poderão ser entregues até dia 30 do corrente. Existem prémios para os vencedores.

Nos dias 12, 19 e 26 de agosto, os interessados poderão inscrever-se numa atividade muito divertida: construir uma amostra de um tapete das Tapeçarias Ferreira de Sá, em peças LEGO e também criar a amostra de tapete, usando a criatividade. Para se inscrever necessita de ter entre os 6 e os 12 anos. A atividade realiza-se durante a tarde, pelas 15 horas e aceitam-se inscrições no máximo de oito crianças.

A inauguração terá lugar no dia 1 de agosto (sábado), pelas 15 horas, com a presença de uma animadora e modelagem de balões. A entrada é livre.



CASINO ESPINHO

*Let's*  **JAZZ**

GLEN MILLER | FRED ASTAIRE | NICOLAS BROTHERS | FRANK SINATRA | COUNT BASIE | SAMI DAVIS JR | MICHAEL BUBLE

DE MAX OLIVEIRA

JULHO · SEXTAS E SÁBADOS\* · JANTAR ESPECTÁCULO

\* SESSÃO EXTRA DIA 16 JULHO



CASINO ESPINHO

TRIBUTO  
**RAY**  
**CHARLES**  
 31.JUL e 01.AGO

JANTAR CONCERTO





# 'O mar entra cidade dentro'

'O mar entra cidade dentro', foi o tema da iniciativa levada a efeito na sexta-feira pela Companhia de Teatro de Rua, Sarruga.

As personagens 'Peixos' (peixes gigante, em cima de uma estrutura sobre rodas), que partiram da Alameda 8, percorreram as ruas da cidade e despertaram a curiosidade de centenas de veraneantes.



## ESPECIALIDADES

andrologia  
anestesiologia  
cardiologia  
cirurgia geral  
cirurgia pediátrica  
cirurgia plástica  
cirurgia vascular  
dermatologia  
endocrinologia  
endocrinologia pediátrica  
gastroenterologia  
ginecologia  
maternidade  
medicina geral e familiar  
medicina interna  
nutrição  
obstetrícia  
ortopedia  
ortopedia pediátrica  
otorrinolaringologia  
otorrinolaringologia pediátrica  
pediatria  
pneumologia  
procriação medicamente assistida  
psicologia  
psicologia pediátrica  
psiquiatria  
terapia da fala  
terapia da fala pediátrica  
tratamento infertilidade  
urologia

# COGE

Clinica da Santa Casa - Espinho  
rua da idanha (junto à Santa Casa) | Espinho



tel.: 227 330 960  
www.coge.pt



Em Espinho,  
a tradição tem um nome



ANTONIO BANDERAS  
DESIGN



LEVA 2  
PAGA 1  
EM TODOS OS ÓCULOS GRADUADOS

EM MARCAS  
EXCLUSIVAS

MONOFOCAIS E PROGRESSIVOS

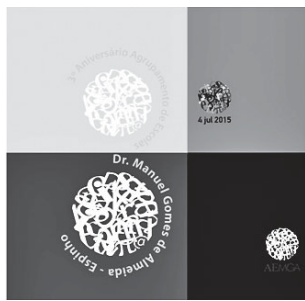
OPTICALJA<sup>®</sup> ESPINHO

Rua 19, 343 r/c Dto ESPINHO. Telf: 227 322 340/ 964 706 973

Promoção válida de 1 de Maio a 31 de Agosto de 2015 e limitada à disponibilidade do stock existente. Leva 2 Paga 1 Graduado: A graduação será a mesma para os dois pares de óculos (graduações compreendidas na gama dos fornecedores Valsart), tanto para monofocais como para progressivos e o cliente pagará sempre o par de óculos com o valor PVP mais elevado. 1º par de óculos: armações de qualquer marca, com lentes com tratamento anti-reflexo obrigatório. 2º par de óculos (sem custo): modelos seleccionados das marcas: Mango, H.E. by Mango, Pope Avanti, Custo Borrallera, Javier Larcenar e Antonio Banderas com lentes com tratamento anti-reflexo incluído. Promoção não acumulável com outras ofertas.



## Agrupamento de Escolas Dr. Manuel Gomes de Almeida - Três anos de vida... Tempo de fazer mais um balanço...



O Agrupamento de Escolas Dr. Manuel Gomes de Almeida (AEMGA) assinalou no passado dia 4 de julho o seu terceiro ano de vida... Foram inquestionavelmente três anos de muitos e enormes desafios! Estando, neste momento, o ano letivo de 2014/2015 prestes a ser encerrado e encontrando-se, desde já, a preparar o próximo ano escolar, é tempo de fazer um breve balanço...

O início do ano escolar, em setembro de 2014, ficou marcado no AEMGA pela inauguração e entrada em funcionamento Escola Básica de Paramos (EBP). Prestes a completar o seu primeiro ano de vida, a EBP confirmou ser um excelente exemplo de um desafio plenamente alcançado, sobretudo se tivermos em conta toda a dinâmica instituída naquele estabelecimento por toda a comunidade escolar. Aguardamos, por isso, com enorme expectativa a inauguração da Escola Básica de Silvalde já no início do ano escolar de 2015/2016. Ansiamos igualmente que sejam executadas obras de melhoramento na Escola Básica Domingos Capela e Escola Básica n.º 2 de Espinho.

O Plano Anual de Atividades (PAA) relativo ao ano letivo 2014/2015 materializa um documento onde se reflete, de modo inequívoco, a forte vitalidade do AEMGA. Trata-se, mais uma vez, de um documento estruturante de grande riqueza se tivermos em conta a



OPINIÃO

DISCURSO DIRETO

José Ilídio Alves de Sá\*

quantidade, a qualidade e a diversidade das atividades e projetos propostos e entretanto executados. De facto, o PAA reflete (e consolida) a dinâmica do AEMGA e o envolvimento dedicado de toda a comunidade escolar... Foram tantas as iniciativas de relevo promovidas ao longo do presente ano que corremos (certamente) o sério risco de esquecermos muitas... No entanto, no âmbito da promoção de Valores e da sua vertente relacional com a Comunidade, merecem especial realce momentos inesquecíveis como o foram a celebração do Dia Mundial da Prevenção contra o Cancro da Mama, do Dia Internacional das Pessoas com Deficiência, do Dia Mundial da Criança, do Dia Internacional da Família ou ainda a evocação do Dia Internacional da Mulher ou do Dia Mundial sem Tabaco.

Outros momentos memoráveis e marcantes no AEMGA passaram pela Caminhada Solidária a favor do Instituto Português de Oncologia (Porto), pela comemoração do "Dia do Ensino Profissional", pela dinamização da mega atividade "Rumos - Oferta Formativa" ou pela participação na "Feira das Profissões" (em colaboração com o Centro Social de Paramos). O Desporto Escolar, por outro lado, contou com a participação entusiástica de centenas de alunos nas mais diversas modalidades (atletismo, danças de salão, futebol, natação, voleibol, ténis de mesa...), confirmando a crescente procura e consolidação do projeto na instituição. Em termos competitivos, as duas equipas de voleibol do AEMGA sagraram-se campeãs nos seus respetivos escalões (Iniciados e Juvenis) no Centro da Área Educativa Entre Douro e Vouga (CAE-EDVouga). Presentes nas Finais Regionais do Desporto Escolar, classificaram-se em 2.º (em São João da Madeira) e 3.º lugar (em Famalicão), respetivamente.

Uma palavra igualmente especial para as inúmeras atividades (exposições, palestras, encontros...) dinamizadas pelas Bibliotecas Escolares do AEMGA que permitiram, por exemplo, o contacto

de escritores (Ana Luísa Carapinheiro, Ana Rita Soares, Anthero Monteiro, Pedro Rui Sousa, Pedro Seromenho...), de realizadores (Nuno Rocha, Paulo D'Alva...) e de ilustradores (Anabela Pedrosa) com os nossos alunos... Ou ainda os concursos (de Presépios de Natal... de Poesia... Concurso de maquetes - 1.ª Guerra Mundial...), certames fortemente potenciadores da participação e da criatividade.

A este propósito, destaque-se o desempenho meritório alcançado por alunos, turmas e docentes em projetos e/ou concursos a nível local, regional, nacional e mesmo internacional... O ano que agora termina fica efetivamente assinalado por momentos de grande visibilidade externa para o AEMGA... O 1.º lugar alcançado nos Prémios Nacional e Twinning 2014 através dos nossos Soundtrackers e posteriormente a mesma 1.ª posição a nível europeu, que culminou com a presença de uma delegação de alunos e docentes na cerimónia oficial de entrega de prémios em Bruxelas, na Bélgica. Realce ainda para os vencedores do concurso nacional "My School is no Island", promovido pela Texto Editores, que tiveram como principal recompensa uma viagem (certamente inesquecível) a Londres e até para os alunos do 8.º ano que subiram ao lugar mais alto do pódio no Scratch Challenge - 2015 (em Setúbal) com o Green Empire. No âmbito também da participação em concursos, uma referência para os excelentes três segundos lugares alcançados pelo grupo dos Azuis da Escola Básica n.º 2 de Espinho no Concurso Nacional "Uma Aventura... Literária 2015", pelas turmas do 5.º ano (1.ª & 2.ª) com o projeto "Come Tudo" (iniciativa que pretende combater o desperdício alimentar e valorizar a alimentação saudável na cantina escolar) no INOVA - Concurso de Ideias e pelos autores do "EcoLimpeza" na anteriormente mencionada competição de Scratch. No passado mês de junho, merece relevo a atribuição do Selo de Segurança Digital de Bronze.

O enfoque nos Resultados Escolares esteve necessariamente na linha da frente do Serviço Educativo que o AEMGA oferece à sua comunidade escolar. Tivemos anteriormente possibilidade de sublinhar que os resultados obtidos nos Exames Nacionais de 2014 (e não esquecendo a vertente interna da avaliação) deixam, por um lado, todos os professores, pessoal não docente e encarregados de educação muito satisfeitos pelo desempenho positivo e, por outro lado, transmitem-nos um sentimen-

to de maior responsabilidade para o futuro a médio e longo prazo. Cabe aqui, mais uma vez, recordar muito o honroso 4.º posto na área geográfica do Distrito de Aveiro (pouco atrás da Escola Secundária José Estevão - Aveiro - com média de 11,86; da Escola Secundária Dr. Mário Sacramento - Aveiro - com média de 11,52; e da Escola Secundária João Silva Correia - São João da Madeira - com média de 11,48). Relembre-se que a média global de 11,34 alcançada pelo Agrupamento superou claramente os 10,44 valores nacionais e os 10,53 de desempenho no distrito de Aveiro. Destacaram-se particularmente os excelentes resultados obtidos pelos nossos alunos nas disciplinas de Matemática (12.º ano), com um vistoso 43.º lugar na ordenação geral nacional, com um dignificante 14.º no grupo das escolas públicas ou com um brilhante 1.º lugar no distrito de Aveiro.

Um dos maiores desafios que tivemos de enfrentar e ultrapassar ao longo dos últimos três anos teve a ver com a consolidação do clima do AEMGA, tanto ao nível interno como na sua relação com os agentes externos. Apesar de todas as adversidades e pressões externas, procuraremos continuar a ser uma instituição dinâmica, coesa, inclusiva, empreendedora e aberta à comunidade. Este continuará indubitavelmente a ser um dos nossos desideratos no futuro mais próximo na busca continuado pelo rumo certo conforme o consagrado no Projeto Educativo do AEMGA.

Conforme mencionámos no início, aproxima-se, a passos muito largos, o início de um novo ano escolar... Vamos procurar atrair e manter a população estudantil, procurando contrariar a forte tendência da quebra demográfica da população... Vamos, por esse motivo, continuar a promover uma oferta formativa variada, que atenda à pluralidade de públicos que procuram o AEMGA (disponibilizando desde a Educação Pré-Escolar até ao 12.º ano de escolaridade, desde o Ensino Regular ao Ensino mais Profissionalizante) ... Vamos procurar promover estratégias diversificadas, adaptadas e mais imaginativas com vista à promoção do sucesso educativo e à redução das taxas de abandono escolar dos nossos jovens... Vamos procurar continuar a ser uma instituição de referência perante a comunidade pelos resultados que alcançamos, pelo espírito criativo, empreendedor e inovador que respiramos e pelo dinamismo que revelamos.

\* Diretor do Agrupamento de Escolas Dr. Manuel Gomes de Almeida



## Empresas pagam propinas aos melhores candidatos a Engenharia Física da Universidade de Aveiro

Diversas empresas nacionais e internacionais com presença em Portugal vão pagar as propinas do 1.º ano de curso aos seis estudantes com as melhores médias de ingresso do Mestrado Integrado de Engenharia Física (MIEF) da Universidade de Aveiro (UA) através do estabelecimento de prémios de mérito. O financiamento das propinas por parte da indústria, uma iniciativa com estreito no próximo ano letivo, pretende ajudar a reduzir as necessidades de engenheiros físicos, numa área de formação que é atualmente a quarta com maior taxa de empregabilidade do Ensino Superior nacional.

"Os prémios de mérito pretendem atrair um maior número de estudantes de elevado potencial para ingressarem no MIEF, contribuindo para suprir as necessidades regionais e nacionais de formação nesta área", aponta João Miguel Dias, diretor do Departamento de Física (FIS) da academia de Aveiro.

Destinado aos seis estudantes com as médias de acesso mais elevadas e superiores a 14 valores que ingressem no MIEF no ano letivo 2015/16, o pagamento da propina de 1063,47 euros, referente ao 1.º ano do curso, surge na sequência do reconhecimento deste curso da UA como o único no país distinguido com o selo de qualidade internacional EUR-ACE e, lembra João Miguel Dias, com "o facto de diversas empresas nacionais e internacionais reconhecerem a importância e a necessidade de formação de quadros superiores na área da Engenharia Física".

A cooperação com o tecido industrial e empresarial tem sido uma aposta contínua da formação oferecida pelo FIS. Em particular, sublinha o diretor, "o MIEF promove, no 5.º ano do curso, a realização da dissertação e do estágio em ambiente empresarial, estrategicamente enquadrada para a definição de diferentes perfis das indústrias e empresas de elevado valor tecnológico". Neste contexto, "a inovação neste tipo de indústrias e de empresas é favorecida com a atividade de diplomados de cursos das áreas científicas e tecnológicas, como por exemplo, o MIEF".

Com uma formação abrangente em áreas de elevado pendor tecnológico, "os diplomados do MIEF são reconhecidos em diversos setores de atividade". Empresas dos sectores automóvel, espacial, da energia, das telecomunicações, da robótica, medicina e biomedicina são apenas alguns dos exemplos onde os estudantes do FIS têm colocado em prática "a excelente formação que recebem". Esta, garante João Miguel Dias, "encontra-se alicerçada na transferência para a intervenção pedagógica dos resultados da investigação científica efetuada no FIS, desenvolvida em forte colaboração com a indústria através da prestação de serviços e projetos em parceria".

João Miguel Dias salienta ainda que "a qualidade científica deste departamento destaca-se a nível nacional, onde é o único que integra uma unidade de investigação excepcional e três excelentes segundo a recente classificação da FCT, e também internacionalmente, como demonstram os recentes prémios atribuídos aos seus investigadores assim como as publicações frequentes em revistas de grande fator de impacto".



Foto VÍTOR LANCHA



## Inaugurada placa com nomes de antigos combatentes no cemitério de S. Félix da Marinha

A Liga dos Combatentes realizou no domingo, uma homenagem aos Antigos Combatentes mortos em serviço nas antigas províncias ultramarinas entre 1961 e 1975, em S. Félix da Marinha. A iniciativa contou com uma missa e posterior romagem ao Monumento aos Mortos no Cemitério de S. Félix da Marinha, onde foi colocada uma coroa de flores e inaugurada uma placa com os nomes dos combatentes mortos ao serviço da Pátria.

Nacerimónia, o presidente do Núcleo de Espinho da Liga dos Combatentes, José Ganilho recordou os militares portugueses, dizendo que a homenagem "é um símbolo de orgulho e respeito de todos nós".

José Ganilho, também combatente em Angola no período de 1961 a 1963, sublinhou a importância do Monumento naquele cemitério, pois "aqui ficará para sempre na nossa história".

José Ganilho recordou que "tudo isto não seria possível, se não fosse a presti-

mosa colaboração da Junta de Freguesia que numa primeira fase, com a intervenção do ex-presidente, Joaquim Almeida, foi colocada a placa com a inscrição 'Neste cemitério encontram-se sepultados combatentes por Portugal que unidos repousam na paz e unidos lutaram na Guerra'".

José Ganilho explicou o motivo da substituição da placa anterior por uma nova, contendo os nomes dos combatentes, naturais de S. Félix da Marinha:

"A minha direção em concordância com a direção central da Liga dos Combatentes, achamos por bem substituir esta placa por um monumento mais digno e ao nível dos existentes espalhados por todo o país, com o nome dos nossos combatentes falecidos gravados numa lápide. A ideia foi colocada ao atual presidente da Junta de freguesia, Carlos Pinto, que se prontificou para colaborar nesta iniciativa e também suportar os custos inerentes à execução deste projeto".

A partir de agora, na placa constarão os seguintes nomes de antigos combatentes "que longe da sua terra e das suas famílias, deram as suas vidas ao serviço da nossa Pátria, e que partiram com o sentido de missão cumprida".

Armando da Silva Pereira, Manuel Armando Oliveira Marques, António Carvalho da Rocha, Carlos Zenha dos Santos Jardim, Adolfo Augusto Lopes da Silva, João Alfredo Teles Faria dos Santos, Alcino Dionísio Rodrigues Leal Gaio, Alcino Gonzaga Ferreira Araújo e José António Ferreira Gomes.

A cerimónia contou com a presença do presidente da Junta de Freguesia de S. Félix da Marinha, Carlos Pinto, o tenente-coronel Silva Fernandes, o pároco de S. Félix da Marinha, Padre Joaquim Paiva, o presidente do Núcleo de Espinho da Cruz Vermelha Portuguesa, Horácio Augusto e os Bombeiros da Cidade de Espinho e um grupo de clarins chefiado pelo adjunto do comando no Quadro de Honra, Artur Silva.

## Miguel Viegas em pré-campanha em Espinho

No quadro da pré-campanha eleitoral, em que as principais linhas programáticas da CDU foram já anunciadas, Miguel Viegas, deputado do PCP no Parlamento Europeu e candidato às próximas Eleições Legislativas tem estado em diversas ações pelo Distrito, contactando com as populações, esclarecendo e mobilizando para o voto.

Ao longo deste fim de semana, o candidato comunista, acompanhado por ativistas da CDU, esteve presente nos concelhos de Espinho, S. João da Madeira, Anadia e Albergaria-a-Velha.

Nas várias centenas de contatos realizados, Miguel Viegas destacou "a singularidade do projeto da CDU que propõe ao povo português uma verdadeira alternativa política, patriótica e de esquerda, para o País e para a região".

Nas intervenções sobre a situação política, realizadas num jantar, no passado sábado, de ativistas em S. João da Madeira, e no domingo em Albergaria-a-Velha, foi dado destaque ao programa eleitoral do PCP apresentado recentemente e que "demonstra a consistência de um projeto alternativo aos programas de exploração e empobrecimento com que PS (com os PEC 1, 2 e 3) e PSD-CDS (Pacto de Agressão assinado com

a Troika por PS, PSD e CDS) têm desgovernado o País".

O projeto da CDU, "asenta em cinco objetivos principais e nove eixos estratégicos, parte da necessidade de recuperar a soberania e independência nacional como condição necessária à implementação de uma política centrada na valorização do trabalho e no papel do estado como garante dos direitos fundamentais e motor do desenvolvimento".

No programa constam também "as propostas de financiamento dessas mesmas linhas estratégicas, desde logo através da renegociação de uma dívida cada vez mais claramente insustentável, de uma reforma fiscal que tribute as grandes fortunas e o combate às parcerias público-privadas".

Segundo os comunistas, "hoje, e a cada dia que passa, aumentam os sinais que apontam para a possibilidade do Distrito poder vir a ter representação da CDU na Assembleia da República. Através de uma campanha de contacto, amplamente participada, e através dos muitos ativistas e simpatizantes da CDU, reforçaremos os resultados eleitorais que se irá traduzir num reforço substancial da CDU no distrito e no País".



<http://opimpolho.no.sapo.pt> • <http://josesarmento.blogspot.pt> • <http://sarmento-news.blogspot.pt>

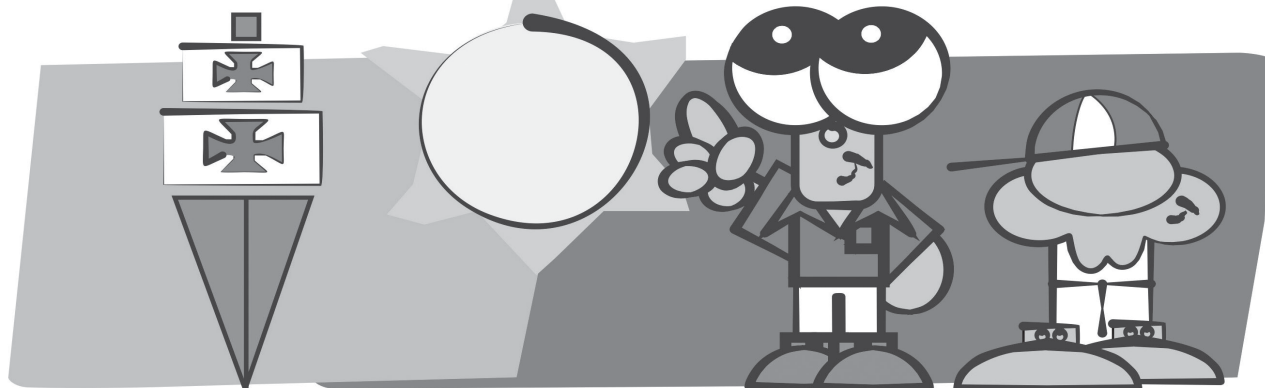
**PIMPOLHO**

DESENHO E TEXTO DE: © José Sarmento • 1010

Se o Sol fosse português...

... Portugal explorava...

... ou privatizava????!!!...



## Congresso das Testemunhas de Jeová no Europarque

As Testemunhas de Jeová irão destacar a chave para a felicidade familiar durante o congresso de 2015 com o tema "Imite Jesus!", a realizar no Europarque, na Feira, de sexta-feira a domingo.

"A série de congressos de três dias das Testemunhas de Jeová vai demonstrar como é que o exemplo de Jesus pode dar, a pais e filhos, as ferramentas para construir famílias mais fortes e unidas. O programa irá também incluir uma empolgante análise do famoso Sermão do Monte

proferido por Jesus."

Paulo Ribeiro, porta-voz do congresso, explica: "O Sermão do Monte apresenta conselhos intemporais que podem ajudar os pais a usar melhor o seu tempo e os seus recursos para construir um ambiente familiar mais seguro e baseado no amor."

As sessões dos três dias terão início às 9h20. A entrada é livre.

"Os congressos das Testemunhas de Jeová são custeados na totalidade por doadores voluntários."



## AGENDA

**23, 24, 28 e 29 de julho**  
9h30-18h30 e 21-22 horas -  
Centro Multimeios  
Exposição de fotografia de  
artes performativas, intitulada  
"In Motion", de Edgar  
Tavares

**23 a 29 de julho**

14h30 - Cinema do Multi-  
meios - sessão infantil  
"Mortadela e Salamão: mis-  
são não possível", anima-  
ção com realização de Javier  
Fesser e vozes de Pedro Ri-  
beiro, Vanda Miranda e  
Vasco Palmeirim

Jimmy, o Malandro, e o seu  
grupo de malfeitores rou-  
baram um documento ultra  
secreto da sede da TIA (Téc-  
nicos de Investigação Aero-  
terráquea) que pode ridicu-  
larizar toda a equipa e fazê-  
la perder a credibilidade  
perante as outras agências  
de espionagem. É assim que  
o superintendente se vê  
obrigado a mobilizar os  
agentes Mortadela e Sala-  
mão. Para tornar tudo ain-  
da mais catastrófico, o peri-  
goso vilão Trinca Ossos es-  
capou da cadeia decidido a  
vingar-se de Salamão, o  
grande responsável pela sua  
detenção. Determinados a  
encontrar Jimmy antes que  
seja demasiado tarde, Mor-  
tadela e Salamão vêm-se  
obrigados a formar equipa  
com Trinca Ossos. A ajudá-  
los terão a preciosa inven-  
ção do Professor Bactérico:  
a reverticina, um soro que  
transforma as pessoas no  
exacto oposto de si mesmas.  
O problema é que, se esta  
invenção funciona com  
Trinca Ossos, também pode  
resultar com todos os ou-  
tros, inclusivamente... eles  
próprios!

**23, 26, 28 e 29 de julho**

16h30 e 21h30 - Cinema do  
Multimeios  
"Magic Mike XXL", comé-  
dia/drama do realizador  
Gregory Jacobs, com os  
atores Amber Heard, Andie  
MacDowell, Channing Ta-  
tum, Elizabeth Banks, Joe  
Manganiello e Matt Bomer  
Continuação do sucesso "Mag-  
ic Mike" (2011). Após um  
tempo fora de cena, Mike  
(Channing Tatum), se re-  
úne novamente com antigos  
colegas, como Richie (Joe  
Manganiello) e Ken (Matt  
Bomer), em uma "road trip".  
O destino é Myrtle Beach,  
em Miami, onde o grupo  
pretende fazer uma última  
grande turnê de despedi-  
da...

**24 de julho**

21h30 - Praça Dr. José Salva-  
dor (Câmara Municipal)  
41.º Festival Internacional de  
Música de Espinho - encer-  
ramento do evento da Aca-  
demia de Música de Espi-  
nho  
Em ambiente de festa, o  
violoncelista Romain Gari-  
oud, que se tem afirmado  
como um dos mais sólidos  
intérpretes do repertório  
para o seu instrumento, to-  
cará com a Orquestra Clás-  
sica de Espinho, sob direção  
do maestro Pedro Neves, o  
célebre concerto de Dvorak.  
O concerto incluirá ainda a  
música bem-disposta de  
Leonard Bernstein!

**24 e 25 de julho**

16h30 - Cinema do Multi-  
meios  
"Magic Mike XXL", comé-  
dia/drama do realizador  
Gregory Jacobs, com os  
atores Amber Heard, Andie  
MacDowell, Channing Ta-  
tum, Elizabeth Banks, Joe  
Manganiello e Matt Bomer

**24 e 25 de julho**

21 horas - Casino Espinho  
Let's Jazz - espetáculo com  
produção e coreografia de  
Max Oliveira

**24 e 25 de julho**

21 horas - Hotel Casino Cha-  
ves (da Solverde)  
Espetáculos de música ao  
vivo com entrada gratuita  
Mário Correia e Cristóvão  
Ferreira aliam a guitarra  
ao piano e apresentam te-  
mas da atualidade que vão  
desde o pop/rock inter-  
nacional, ao rock portu-  
guês, ao reggae e, também,  
ao jazz

**24 e 25 de julho**

21h30 - Auditório do Casino  
Espetáculo "Love Story", que  
constrói-se a partir de uma  
história de amor de dois  
adolescentes. Ele é 'Nird',  
ela extravagante, dois opo-  
ostos que, numa idade em que  
os sentimentos estão à flor  
da pele, se atraem. Uma  
aventura superdivertida e  
enaltecida pelo sentimento  
mútuo que acaba por ser  
mais forte e ambos reconhe-  
cem que juntos serão mais  
fortes e mais felizes. Mais  
uma produção da Aca-  
demia Creative Move, com  
cerca de 100 bailarinos em  
palco!

**24, 25, 26 e 27 de julho**

Tasquinhas de S. Tiago de  
Silvalde - Largo da Junta de  
Freguesia de Silvalde  
As coletividades locais, des-  
portivas, recreativas e cul-  
turais e os artesãos sil-  
valdenses juntam-se para  
celebrar o santo padroeiro.  
Músicos convidados, peti-  
scos vários e muita anima-  
ção!

**25 de julho**

20 horas - Casino Espinho  
Jantar Vínico - os Sabores  
Solverde apresentam (no  
Restaurante Baccará) uma  
sugestão gastronómica que  
cruza as melhores iguarias  
com vinhos de eleição

**25 de julho**

21 horas - Hotel Casino Cha-  
ves (da Solverde)  
Espetáculo Bonsoir Paris com  
Mila Ferreira, dotada de  
uma voz poderosa e emo-  
tiva, interpretando canções  
como "Je Suis Malade", "Ne  
Me Quitte Pas", "La Vie en

Rose", "L'hymne à L'a-  
mour" ou, ainda, "Je Ne  
Regrette Rien"

**25 e 26 de julho**

14-19 horas e 21-22 horas -  
Centro Multimeios  
Exposição de fotografia de  
artes performativas, intitu-  
lada "In Motion", de Ed-  
gar Tavares

**25 e 26 de julho**

15h30 - Planetário do Multi-  
meios  
"Lendas do céu noturno:  
Perseu e Andromeda" (pro-  
jeção imersiva a 360º)

**25 e 26 de julho**

16h30 - Planetário do Multi-  
meios  
"Nanocam" (projeção imer-  
siva a 360º)

**25 e 26 de julho**

17h30 - Planetário do Multi-  
meios  
"Planetas Anões" (projeção  
imersiva a 360º)

**25 de julho/29 de agosto**

"Identidade em perspetivas"  
- FACE/Museu Municipal  
Exposição fotografia e pintura  
de Viviana Borges e Ma-  
gali Candeias  
Segunda a sexta das 10 às 19  
horas  
Sábado das 11 horas às 13h30  
e das 14h30 às 19 horas

**30 de julho**

14h30 - Cinema do Multi-  
meios  
"Max Atlantos" - animação  
(em 2D)  
Uma gananciosa empresa  
de minérios quer dedica-  
se à extração de materiais  
preciosos do fundo do  
mar, apenas para seu pro-

prio benefício, causando a  
fúria de Kain, um General  
do Conselho dos Tuba-  
rões. Com o temível poder  
da Pérola da Destruição  
em sua posse, Kain reúne  
um exército de tubarões  
para atacar a terra. Com  
os dois mundos, a Terra e  
o Mar, à beira da guerra,  
Max e os seus amigos têm  
de lutar para recuperar a  
paz e o equilíbrio entre  
todos. Para isso, terão de  
encontrar o único poder  
que pode travar a guerra -  
a lendária Pérola da Cria-  
ção!

**30 de julho**

Festa da Nossa Senhora do  
Mar - Silvalde  
17 horas - arruada com os  
Bombos de Guetim Caval-  
inho  
22 horas - conjunto Estrelas  
Incomparáveis

**30 e 31 de julho**

21 horas - Hotel Casino Cha-  
ves (da Solverde)  
"Exotic Dreams", um rema-  
ke do espetáculo "Tribal  
Dreams", sucesso de bilhe-  
teiras em todos os casinos  
Solverde pelos quais pas-  
sou. Uma sugestão exótica  
de cor, dança e muita músi-  
ca que pode ser acompa-  
nhada por um delicioso jan-  
tar!

**31 de julho**

Festa da Nossa Senhora do  
Mar - Silvalde  
15 horas - karaoke com José  
Correia  
19h30 - desfile "o Pescador"  
21 horas - grupo Top Dance  
22h30 - Duo Mário e Her-  
mínio  
23h30 - Ricardo e Henrique  
Continuação do Duo Mário e  
Hermínio

**Até 31 de julho**

Exposição de pintura "Africa  
Minha" de Leonor Sousa -  
Biblioteca Municipal  
Segunda-feira e sábado das  
10h30 às 17 horas  
Terça a sexta-feira das 9h30  
às 19 horas

**31 de julho e 1 de agosto**

21 horas - Casino Espinho  
Espetáculo de João Galante  
em tributo a Ray Charles. O  
pianista, compositor e can-  
tor nascido em Angola, con-  
vida os espectadores a uma  
viagem pelas grandes can-  
ções de um dos maiores  
gênios da música, dando  
som a temas como "Hit the  
road Jack" ou "Georgia On  
My Mind". Um espetáculo  
imperdível que se faz acompa-  
nhar de jantar no Restau-  
rante Baccará!

**1 de agosto**

Festa de Santo Estêvão e Nos-  
sa Senhora da Guia - Guetim  
8 horas - alvorada e (durante  
o dia) feirinha de artesanato  
no Largo da Igreja Paro-  
quial  
22 horas - "Pé de Dança"

**1 de agosto**

Festa da Nossa Senhora do  
Mar - Silvalde  
15 horas - grupos de dança  
da ADCE  
16 horas - Karaoke Bruno  
Arantes  
21h30 - Banda Lusomix  
23h30 - sessão de fogo piro-  
musical  
00h00 - Pedro Miguel com a  
respetiva banda

**2 de agosto**

Festa da Nossa Senhora do  
Mar - Silvalde  
8 horas - Banda Musical S.  
Tiago de Silvalde  
10 horas - Fanfarras do Agru-  
pamento das Associações de  
Bombeiros Voluntários da  
Cidade de Espinho  
11 horas - missa solene  
17 horas - majestosa procis-  
são  
21h30 - Banda Fusiforme  
23h30 - Paulo Fernandes com  
as respetivas bailarinas  
Continuação da Banda Fusi-  
forme

**2 de agosto**

Festa de Santo Estêvão e Nos-  
sa Senhora da Guia - Guetim  
10 horas - chegada dos juizes  
à Igreja Paroquial e (duran-  
te o dia) feirinha de artesanato  
no Largo da Igreja Pa-  
roquial  
10h30 - eucaristia solene em  
honra dos padroeiros, se-  
guida de majestosa procis-  
são, acompanhada pela  
Tuna Musical de Anta e pela  
Fanfarras dos Bombeiros  
Voluntários de Esmoriz  
16 horas - Festa dos Tremoços  
(Largo da Igreja Paroquial)  
16 horas - aula de zumba ao  
ar livre  
17h30 - "TheMovement"  
(grupo de dança)  
19 horas - "Top Dance"  
21h30 - Grupo de Cava-  
quinhos de S. Félix da Mari-  
nha

**3 de agosto**

Festa da Nossa Senhora do  
Mar - Silvalde  
22 horas - Zé Amaro com a  
respetiva banda

**Até 29 de agosto**

Bienal Internacional Mulhe-  
res d'Artes - FACE/Museu  
Municipal  
Segunda a sexta das 10 às 19  
horas  
Sábado das 11 horas às 13h30  
e das 14h30 às 19 horas

## Telefones úteis

A. Viação Espinho	22 734 12 96
Biblioteca	22 733 58 00
Bomb. V. Espinho	22 734 00 05
Bomb. V. Espinhenses	22 734 00 42
Câmara Municipal	22 733 58 00
Centro de Saúde	22 733 40 20
Cliesp	22 733 04 10
Clínica Costa Verde	22 734 58 85

Clínica N.ª S.ª d'Ajuda	22 734 26 95
Clínica S. Pedro	22 734 47 14
COGE - Clínica Santa Casa	22 733 09 60
Policlínica	22 733 06 40
CIT - Rua 19	22 733 06 31
CIT - Anta	22 733 06 61
EDP - Avarias	800 506 506
EDP - Leituras	800 507 507
EDP - Comercial	808 505 505
Estação CP	808 208 208

Fisioclínica	22 731 49 86
Brigada Fiscal	22 734 11 96
Hospital Espinho	22 733 11 30
Hospital V. N. Gaia	22 379 42 11
S. Sebastião (S.M.Feira)	256 37 97 00
Junta Freguesia de Espinho	22 734 44 18
PSP	22 734 00 38
Registo Civil	22 733 20 60
Repartição Finanças	22 733 20 70
Saneam. Básico (avarias)	22 733 58 40

Segurança Social	22 734 19 56
Táxis (Câmara)	22 734 31 67
Táxis (Conc. Espinho)	800 208 202
Táxis Costa Verde	22 734 01 18
Táxis (N.ª Sr.ª d'Ajuda)	22 734 00 10
Táxis União, Lda	22 734 80 17
Táxis Unidos	22 734 22 32
Táxis Verdemar	22 734 35 00
Tesouraria Fazenda Pública	22 733 20 87
Tribunal	22 733 13 30

## Anta

Assoc. Socorros Mútuos de S. Francisco de Assis de Anta	22 734 01 03
Farmácia	22 734 11 09
Farmácia MAIS	22 734 14 09
Junta Freguesia	22 734 64 53
Lar da 3.ª Idade	22 733 09 00
Unidade de Saúde	22 733 40 60
Táxi	96 652 7887 / 22 732 52 42

## Guetim

Junta Freguesia	22 734 42 26
-----------------	--------------

## Paramos

Centro Social	22 733 08 70
Farmácia	22 734 63 88
Junta Freguesia	22 734 27 10
Reg. Engenharia	22 734 20 23
Unidade de Saúde	22 734 50 01

## Silvalde

Junta Freguesia	22 734 40 17
Unidade Saúde Marinha	22 734 31 01
Unidade Saúde Silvaldinho	22 734 36 42



# João Girão vence na Estela

João Girão, do Oporto Golf Club, venceu o 4.º torneio do Circuito Liberty Seguros que a Federação Portuguesa de Golfe (FPG) organizou no Estela Golf Club, na Póvoa de Varzim. João Girão, do Oporto Golf Club, conquistou o seu segundo título seguido no Circuito Liberty Seguros, depois de se ter imposto em Montebelo, em maio, provando que está a atravessar um grande momento de forma, como se viu no último Campeonato da Europa Amador de Equipas Masculinas, no qual teve um papel importantíssimo para a subida de Portugal à primeira divisão. Destaque, também, para João Magalhães (Oporto Golf Club) que alcançou a terceira posição.

Curiosamente, João Girão não liderava aos 18 buracos e estava em segundo a uma pancada do comando. No final, João Girão foi superior a Vítor Lopes em três pancadas.

A participação masculina contou com 48 jogadores, sendo de realçar as

ausências de Pedro Lencart (a competir em Inglaterra) e de Tomás Silva, o triplo campeão nacional amador, convidado pelo Clube de Golfe da Ilha Terceira para competir no Open Pro-Am daquele clube açoriano, onde se sagrou vice-campeão pelo

segundo ano seguido.

Estas faltas não diminuíam em nada o mérito da vitória de João Girão, até porque, este ano, Tomás Silva e Pedro Lencart ainda não ganharam qualquer torneio do Circuito Liberty Seguros, ao contrário de Vítor Lopes e João Girão, os protagonistas na Estela.

Vítor Lopes, vencedor dos dois primeiros torneios, comandava aos 18 buracos, ao igualar o Par-72 do campo, graças a 3 birdies nos últimos seis buracos, num total de 5 birdies.

João Girão vinha logo a seguir em segundo, a uma pancada de distância, pelo que se previa mais um grande duelo destes rivais e amigos de longa data.

No segundo dia, o jogador do Clube de Golfe de Vilamoura não conseguiu qualquer birdie no front nine, sofrendo bogeys no 1 e no 8, exatamente os buracos onde João Girão converteu birdies, perdendo depois 1 pancada no 9. Vítor Lopes dobrou os primeiros nove com o agregado de +2, enquanto João Girão ia a Par do campo.

No back nine, ambos sofreram 1 duplo-bogey no 16, mas enquanto Girão teve 2 birdies e 1 bogey para o +1 final, Lopes somou também 2 birdies mas igualmente 2



João Girão com o seu treinador, Eduardo Maganinho

bogeys para o +4 definitivo.

João Girão mostrou-se mais sólido e mereceu o triunfo por 3 pancadas, enquanto o seu companheiro de clube, João Magalhães, foi 3º a 4 pancadas do vencedor.

Em Montebelo, João Girão

já tinha deixado em segundo o de Vilamoura com uma diferença de 2 'shots'.

Os principais resultados do 4.º torneio do Circuito Liberty Seguros de 2015 foram os seguintes:

Torneio masculino

1.º João Girão (Oporto), 145 (73+72), +1

2.º Vítor Lopes (Vilamoura), 148 (72+76), +4

3.º João Magalhães (Oporto), 149 (75+74), +5

Hugo Ribeiro/FPG

## Formação de futebol dos tigres já tem treinadores

Foto DIREITOS RESERVADOS



Ivan Santos (infantis A), Fábio Paquete (infantis B), Luís Pinto (benjamins A) e Carlos Rebelo (benjamins B) serão os treinadores nos escalões de formação (futebol de sete) do Sporting Clube de Espinho para a próxima temporada. A apresentação aos pais foi na terça-feira, na sede do clube e contou, também, com a presença do vice-presi-

dente, António Costa e de Rui Ferreira, entre outros.

Os campeonatos terão início a 19 de setembro (1.ª Divisão - juniores, juvenis e iniciados), 26 de setembro (juniores 2.ª Divisão), 4 de outubro (2.ª Divisão - juvenis e iniciados), 10 de outubro (infantis A e B), 17 de outubro (benjamins A e B e traquinas A).

## Faleceu mãe do presidente dos tigres

Faleceu ontem a mãe de Bernardo Gomes de Almeida, presidente da Direção do Sporting Clube Espinho. O funeral de Maria Gabriela Ferreira de Viterbo Gomes de Almeida, realiza-se hoje às 14h30, na Igreja Matriz de Espinho.

O jornal Defesa de Espinho apresenta à família enlutada as mais sentidas condolências.



Foto DIREITOS RESERVADOS

## Jogadores do Oporto Golf Club conquistam três títulos nacionais

O Oporto Golf Club soube tirar partido do fator casa para vencer metade dos títulos em disputa no Campeonato Nacional de Jovens que a Federação Portuguesa de Golfe organizou em Espinho, destinado aos escalões de sub-14, sub-16 e sub-18.

Teresa Alves em sub-14, Vasco Alves em sub-16 e Afonso Girão em sub-18, arrecadaram o primeiro lugar nos respetivos escalões, conquistando, assim, o título de campeão nacional.

Afonso Girão foi o único a conquistar o seu primeiro título nacional de jovens.

Estes três golfistas juntaram-se assim, a Diana Barros que já havia conquistado o título de campeã nacional em Miramar.

Destaque, ainda, para os jogadores do Oporto Golf Club, João Pedro Maganinho, que se sagrou vice-campeão nacional de sub-14 e para João Maria Pontes, vice-campeão de sub-16.

totobola	
Concurso dos Órgãos de Informação n.º 31/2015 de 02/08/2015. Prognóstico "Defesa de Espinho", Redacção Desportiva:	
1. PENAFIEL - OLHANENSE	..... 1
2. PORTIMONENSE - AVES	..... 2
3. OLIVEIRENSE - FARENSE	..... 1
4. MAFRA - LEIXÕES	..... X
5. CHAVES - VARZIM	..... 1
6. GIL VICENTE - AC. VISEU	..... 1
7. ORIENTAL - FREAMUNDE	..... 1
8. FEIRENSE - SP. COVILHÃ	..... 2
9. ELFSBORG - HALMSTADS	..... 1
10. IFK GOTEMBURGO - OREBO	..... 1
11. NORRKOPING - AIK	..... 1
12. AALESUND - START	..... X
13. MJONDALEN - ODD	..... 1



## Tigres nos Açores na primeira jornada do Nacional de voleibol

A equipa de voleibol sénior masculina do Sporting Clube de Espinho irá jogar, a 10 de outubro, com o Fonte Bastardo, na primeira jornada do Campeonato Nacional da 1.ª Divisão. Os tigres irão jogar com a equipa do Benfica, no segundo jogo, a 17 de outubro, na Nave Polivalente de Espinho.

A equipa da Associação Académica de Espinho irá deslocar-se às Caldas da Rainha, para defrontar o Sporting das Caldas no primeiro jogo do Campeonato. No segundo jogo da prova, os academistas recebem o Esmoriz. A primeira fase do campeonato terminará a 6 de fevereiro de 2016.

Eis o calendário dos jogos:

**1.ª Volta - 1.ª Jornada**  
**(10 outubro 2015)**  
Esmoriz-Castêlo Maia  
Caldas-AA Espinho  
Fonte Bastardo-Sp. Espinho  
Leixões-Madalena  
Benfica-Vilacondense  
V. Guimarães-AA S. Mamede

**2.ª Jornada**  
**(17 outubro 2015)**  
AA Espinho-Esmoriz  
Castêlo Maia-Fonte Bastardo  
Caldas-Leixões  
Sp. Espinho-Benfica  
Madalena-AA S. Mamede  
Vilacondense-V. Guimarães

**3.ª Jornada**  
**(18 outubro 2015)**  
Esmoriz-Fonte Bastardo  
Leixões-AA Espinho  
Benfica-Castêlo Maia  
AA S. Mamede-Caldas  
V. Guimarães-Sp. Espinho  
Vilacondense-Madalena

**4.ª Jornada**  
**(24 outubro 2015)**  
Leixões-Esmoriz  
Fonte Bastardo-Benfica  
AA Espinho-AA S. Mamede  
Castêlo Maia-V. Guimarães  
Caldas-Vilacondense  
Madalena-Sp. Espinho

**5.ª Jornada**  
**(31 outubro 2015)**  
Esmoriz-Benfica  
AA S. Mamede-Leixões

V. Guimarães-Fonte Bastardo  
Vilacondense-AA Espinho  
Madalena-Castêlo Maia  
Sp. Espinho-Caldas

**6.ª Jornada**  
**(1 novembro 2015)**  
Esmoriz-V. Guimarães  
Vilacondense-AA S. Mamede  
Madalena-Benfica  
Sp. Espinho-Leixões  
Caldas-Fonte Bastardo  
Castêlo Maia-AA Espinho

**7.ª Jornada**  
**(7 novembro 2015)**  
AA S. Mamede-Esmoriz  
Benfica-V. Guimarães  
Leixões-Vilacondense  
Fonte Bastardo-Madalena  
AA Espinho-Sp. Espinho  
Castêlo Maia-Caldas

**8.ª Jornada**  
**(14 novembro 2015)**  
Vilacondense-Esmoriz  
V. Guimarães-Madalena  
AA S. Mamede-Sp. Espinho  
Benfica-Caldas  
Leixões-Castêlo Maia  
Fonte Bastardo-AA Espinho

**9.ª Jornada**  
**(21 novembro 2015)**  
Esmoriz-Madalena  
Sp. Espinho-Vilacondense  
Caldas-V. Guimarães  
Castêlo Maia-AA S. Mamede  
AA Espinho-Benfica  
Leixões-Fonte Bastardo

**10.ª Jornada**  
**(22 novembro 2015)**  
Sp. Espinho-Esmoriz  
Madalena-Caldas  
Vilacondense-Castêlo Maia  
AA Espinho-V. Guimarães  
AA S. Mamede-Fonte Bastardo  
Benfica-Leixões

**11.ª Jornada**  
**(28 novembro 2015)**  
Caldas-Esmoriz  
Castêlo Maia-Sp. Espinho  
Madalena-AA Espinho  
Fonte Bastardo-Vilacondense  
V. Guimarães-Leixões  
Benfica-AA S. Mamede

**2.ª Volta**  
**12.ª Jornada**  
**(5 dezembro 2015)**  
Castêlo Maia-Esmoriz  
AA Espinho-Caldas  
Sp. Espinho-Fonte Bastardo  
Madalena-Leixões  
Vilacondense-Benfica  
AA S. Mamede-V. Guimarães

**13.ª Jornada**  
**(6 dezembro 2015)**  
Esmoriz-Leixões  
Benfica-Fonte Bastardo  
AA S. Mamede-AA Espinho  
V. Guimarães-Castêlo Maia  
Vilacondense-Caldas  
Sp. Espinho-Madalena

**14.ª Jornada**  
**(12 dezembro 2015)**  
Esmoriz-AA Espinho  
Fonte Bastardo-Castêlo Maia  
Leixões-Caldas  
Benfica-Sp. Espinho  
AA S. Mamede-Madalena  
V. Guimarães-Vilacondense

**15.ª Jornada**  
**(19 dezembro 2015)**  
Fonte Bastardo-Esmoriz  
AA Espinho-Leixões  
Castêlo Maia-Benfica  
Caldas-AA S. Mamede  
Sp. Espinho-V. Guimarães  
Madalena-Vilacondense

**16.ª Jornada**  
**(2 janeiro 2016)**  
Esmoriz-Caldas  
Sp. Espinho-Castêlo Maia  
AA Espinho-Madalena  
Vilacondense-Fonte Bastardo  
Leixões-V. Guimarães  
AA S. Mamede-Benfica

**17.ª Jornada**  
**(9 janeiro 2016)**  
Esmoriz-Sp. Espinho  
Caldas-Madalena  
Castêlo Maia-Vilacondense  
V. Guimarães-AA Espinho  
Fonte Bastardo-AA S. Mamede  
Leixões-Benfica

**18.ª Jornada**  
**(16 janeiro 2016)**  
Madalena-Esmoriz  
Vilacondense-Sp. Espinho

V. Guimarães-Caldas  
AA S. Mamede-Castêlo Maia  
Benfica-AA Espinho  
Fonte Bastardo-Leixões

**19.ª Jornada**  
**(23 janeiro 2016)**  
Benfica-Esmoriz  
Leixões-AA S. Mamede  
Fonte Bastardo-V. Guimarães  
AA Espinho-Vilacondense  
Castêlo Maia-Madalena  
Caldas-Sp. Espinho

**20.ª Jornada**  
**(30 janeiro 2016)**  
Esmoriz-AA S. Mamede  
V. Guimarães-Benfica  
Vilacondense-Leixões  
Madalena-Fonte Bastardo  
Sp. Espinho-AA Espinho  
Caldas-Castêlo Maia

**21.ª Jornada**  
**(31 janeiro 2016)**  
Esmoriz-Vilacondense  
Madalena-V. Guimarães  
Sp. Espinho-AA S. Mamede  
Caldas-Benfica  
Castêlo Maia-Leixões  
AA Espinho-Fonte Bastardo

**22.ª Jornada**  
**(6 fevereiro 2016)**  
V. Guimarães-Esmoriz  
AA S. Mamede-Vilacondense  
Benfica-Madalena  
Leixões-Sp. Espinho  
Fonte Bastardo-Caldas  
AA Espinho-Castêlo Maia

## Calado/Moreira imbatível no vôlei de praia



A dupla espinhense de voleibol de praia, Matilde Calado/Matilde Moreira arrecadou, no fim de semana, a sua quarta vitória consecutiva no Campeonato Nacional de Voleibol de Praia 2015, na quarta etapa, que decorreu em Portimão, no Algarve.

Apesar da forte oposição demonstrada por parte de uma dupla lisboeta na final, as atletas da Academia Maia/Brenha - Beach venceriam a final da Etapa por 2-1.

Segue-se a etapa de Carcavelos, que antecede a etapa a realizar na nossa cidade.



## Veteranos do Cruzeiro de Silvalde festejam 7.º aniversário

No passado domingo, a secção de futebol veterano do Cruzeiro de Silvalde comemorou o seu sétimo aniversário. Como vem sendo habitual, a festa decorreu num clima de total informalidade e possibilitou o convívio entre atletas, dirigentes e respetivas famílias, e o futebol desta vez foi deixado de parte. Ainda assim, o espírito competitivo da equipa esteve bem presente já que o dia foi passado entre animados jogos de voleibol, futevolei e sueca que iam sendo complementados com revigorantes mergulhos

na piscina que, como sempre, faz as delícias de miúdos e graúdos.

Após o almoço, teve lugar um breve discurso de Virgílio Silva, responsável pela secção. Este agradeceu "o esforço de todos os que contribuíram para mais uma temporada bem sucedida dos veteranos do Cruzeiro" e salientou "os laços de amizade que, ao longo do tempo, esta equipa tem sabido cultivar com as suas congéneres". Salientou, com agrado, que "são várias as equipas que nos contactam para realizar jogos", mas realçou que "tal só é possível com o esforço e dedicação de todos e atletas". Além disso, olhando para o futuro, Virgílio Silva reconheceu a "necessidade de proceder a algum rejuvenescimento no grupo e apelou a todos os presentes no sentido de cumprir este objetivo, de modo a assegurar a vitalidade e sustentabilidade deste projeto".

Paralelamente, procedeu-se à entrega do prémio 'Dedicação, Esforço e Humildade' ao atleta Manuel Ferreira que, "pela sua total disponibilidade e forma de estar no clube, representa fielmente o espírito veterano e os ideais cru-

zeiristas".

Concluída a breve cerimónia protocolar a festa seguiu em ritmo vivo e alegre e terminou já noite dentro com a celebração de aniversário e os habituais 'Parabéns a Você'.

## Leões Bairristas assinalam 39 anos

Os Leões Bairristas vão assinalar o seu 39.º aniversário, entre os dias 4 e 8 de agosto. O ponto alto das comemorações do clube do Bairro Piscatório será no dia 6, a partir das 21h25, com a inauguração de uma figura e um leão, símbolo do clube, no Largo Adriano Gonçalves, naquele bairro, junto à sede e a realização de uma sessão solene.

Eis o programa:  
Dia 4 de agosto - Às 19 horas, missa de sufrágio pelos associados falecidos, na capela do Bairro Piscatório.

Dia 6 de agosto - Às 9 horas, hastear das bandeiras na sede do clube; às 10 horas,

romagem aos cemitérios de Espinho e Silvalde; às 21h25, inauguração de uma figura de um leão, símbolo do clube, no Largo Adriano Gonçalves; às 21h30, sessão solene evocativa do 39.º aniversário no salão nobre do clube, com entrega de condecorações a atletas que se distinguiram na época 2014/2015 e emblema prateado do clube aos associados ativos com 25 anos (no decorrer da cerimónia será feita a apresentação da equipa técnica e dos atletas para a época de 2015/2016).

Dia 8 de agosto - Às 15 horas, jogo de futebol inter-sócios e simpatizantes do clube no Campo da Seara.



## Novasemente recebido pela AF Aveiro

A equipa de futsal do Novasemente Grupo Desportivo, campeã nacional de futsal feminino, foi recebida pela Direção da Associação de Futebol de Aveiro, para uma cerimónia de homenagem pela conquista do campeonato nacional de futsal.

A cerimónia decorreu nas instalações da Associação de Futebol de Aveiro e contou com a presença do presidente da direção daquela instituição, Arménio Pinho e o presidente do clube de Anta, Norberto Moreira, bem como das jogadoras campeãs.



## Atletismo do Rio Largo em destaque em São Brás

Sendo uma das apostas da equipa de atletismo do Rio Largo para a época em curso, os seus atletas não podiam deixar de marcar presença na sexta prova do Circuito Nacional de Montanha, o 9.º Cross de São Brás, com a distância de 22 quilómetros, que se disputou na freguesia de Mões, concelho de Castro Daire.



Tratou-se de uma prova pontuável para o Campeonato, onde os atletas se apresentaram com aspirações de amealhar o máximo de pontos possíveis.

Assim sendo, os resultados acabaram por aparecer, sendo António Caneca o primeiro atleta da equipa do Rio Largo com o tempo 1:52:22, sendo o 11.º classificado da Geral e 4.º classificado do escalão M40, seguido por Au-

gusto Silva com o tempo 2:14:37, o 29.º da Geral e 2.º do escalão M60; e fechando o pódio espinhense, Carlos Cardoso com o tempo 2:15:51, o 33.º da Geral e 7.º do Escalão M45.

Os restantes atletas espinhenses, com aspirações ao pódio do Campeonato para o escalão M60, obtiveram bons resultados para o somatório. José Falcão com o tempo de 2:40:51, obteve o 5.º lugar do

escalão, Adriano Queiroz com o tempo de 2:47:17, obteve o 6.º lugar e Joaquim Gomes com o tempo de 2:58:24, obteve o 8.º lugar.

A próxima prova do Campeonato Nacional de Montanha será o 15.º Trilhos dos Mouros - Arestal, que se disputará no próximo dia 1 de agosto, no concelho de Sever do Vouga.

Este fim-de-semana também teve a participação do

atleta Rui Silva na 2.ª Corrida Popular da Costa Nova, considerada a prova de 10 quilómetros mais rápida do país. A prova disputa-se na ligação junto à Ria de Aveiro, entre a Costa Nova e a Praia da Vagueira, fazendo posteriormente o percurso inverso. O atleta espinhense obteve o tempo de 40m36s, e com isto arrecadou o 9.º lugar do escalão M45 e o 89.º lugar da classificação geral.

## Pedro Lagarto treinador dos seniores e coordenador técnico do andebol dos tigres



e tem o curso de Master Coach, o mais alto nível em andebol.

O novo treinador do Sporting Clube de Espinho foi praticante de andebol no Beira-Mar, Illiabum e Académico do Porto.

Além de ter assumido as funções de Seleccionador Regional de Aveiro em escalões de formação entre 1989 e 1993, foi Diretor do Centro de Formação de Andebol e Diretor do Centro de Treino da Associação de Andebol de Aveiro e Técnico da Associação de Andebol de Aveiro.

Foi, também, treinador dos escalões de juvenis, juniores e seniores femininos do S. Bernardo, do Alavarium e do S. Paio de Oleiros.

O professor Pedro Lagarto será o treinador da equipa sénior de andebol do Sporting Clube de Espinho na época de 2015/2016 e irá assumir, também, a função de coordenador técnico do andebol do Sporting de Espinho.

Pedro Lagarto é licenciado em Educação Física

em 1996/97.

## Paulo Pinto campeão das areias

No passado domingo, Paulo Pinto, o ultra maratonista das areias, voltou pelo segundo ano consecutivo às areias de Melides-Troia para participar e tentar melhorar a classificação assim como o tempo final na prova. Esteve um dia quente, o que não é nada bom em provas longas e duras como a Ultra Maratona das Areias Melides Troia na distância de 43 quilómetros. O atleta espinhense ia, com os objetivos traçados e com grande vontade de mostrar a garra varreria.

No fim, conseguiu ser o 3.º da classificação geral e o campeão do escalão de M45 com o tempo final de 3 horas e 7 minutos, um excelente tempo tendo em conta que a marca conseguida no ano anterior teria chegado para vencer, o que demonstra que este ano a competição foi ainda mais renhida, o que dá ainda mais valor ao atleta espinhense pelo seu novo recorde pessoal na distância. Demonstra, mais uma vez, que Paulo Pinto é um dos melhores atletas nacionais, algo que o deixa feliz:



“Estou muito feliz com o resultado final que alcancei. Foi um grande desafio para mim, correr nas areias, pois é a minha paixão. Sentia-me confiante e preparado para os 43 quilómetros nas areias”, referiu Paulo Pinto, que fez questão de “aproveitar para agradecer a quem me tem apoiado e apoio neste desafio em especial ao ao X5 Health Club de Esmoriz e amigo Vítor Sá”.

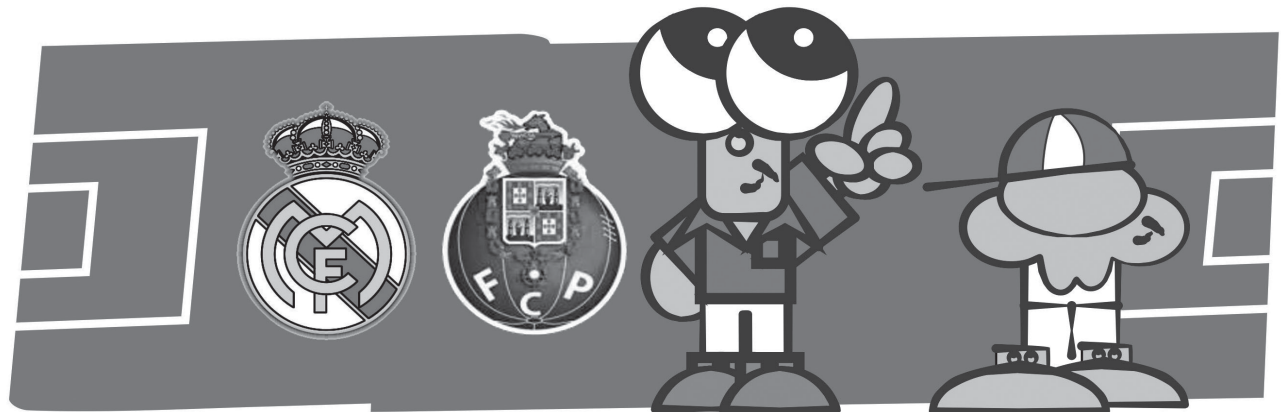
<http://opimpolho.no.sapo.pt> • <http://josesarmento.blogspot.pt> • <http://sarmento-news.blogspot.pt>

**PIMPOLHO** □ DESENHO E TEXTO DE: © José Sarmento • 1009

Casillas chorou na despedida do Real Madrid...

... é por vir representar agora...

... um clube da 2.ª B????!!!...



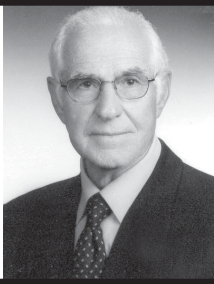






**Américo Pinto Amaral**

Missa do 3.º Aniversário do falecimento  
A família vem comunicar que será celebrada missa por alma do seu ente querido, dia 29, quarta-feira, pelas 19 horas, na Igreja Matriz de Espinho. Desde já agradece a quem comparecer.



Espinho, 23 de julho de 2015  
FUNERÁRIA N. S. D'AJUDA - SANCEBAS E LUÍS ALVES - ESPINHO - TEL. 22 734 51 29

**Joaquim Alves Ferreira**

Missa do 9.º Aniversário do falecimento  
Sua esposa, filho e restante família vêm comunicar que será celebrada missa, por alma do seu ente querido, amanhã, sexta-feira, pelas 19 horas, na Igreja Matriz de Espinho. Desde já agradecem a todos quantos participem na Eucaristia.



Flausina Ferreira Vaz Alves  
Joaquim Pedro Vaz Alves Ferreira  
FUNERÁRIA N. S. D'AJUDA - SANCEBAS E LUÍS ALVES - ESPINHO - TEL. 22 734 51 29

**João Manuel de Jesus Moreira**

Missa do 2.º Aniversário do falecimento  
A família vem comunicar que será celebrada missa por alma do seu ente querido, dia 28, terça-feira, pelas 19 horas, na Capela de Nossa Senhora do Mar. Desde já agradece a todos quantos participem na Eucaristia.



Silvalde, 23 de julho de 2015  
FUNERÁRIA N. S. D'AJUDA - SANCEBAS E LUÍS ALVES - ESPINHO - TEL. 22 734 51 29

**D. Carolina dos Santos Oliveira**

Agradecimento

Seu filho, noras, netos e restante família, na impossibilidade de o fazerem pessoalmente vêm, por este meio, agradecer a todas as pessoas de suas relações e amizade que tomaram parte no funeral da sua ente querida ou que de outro modo se associaram à sua dor.



A família  
Guetim, 23 de julho de 2015

AGÊNCIA FUNERÁRIA DE MARIA DE LOURDES - Anta - Espinho - Tlf. 227340609 - Tlm. 966225173

**Aníbal Augusto Varela**

Agradecimento e Missa de 7.º Dia

Sua esposa, filhos, nora, genros, netos e restante família vêm agradecer às pessoas que tomaram parte no funeral do seu ente querido ou que de outro modo se associaram à sua dor. Comunicam que a missa de 7.º dia será celebrada amanhã, sexta-feira, pelas 19 horas, na Igreja Matriz de Espinho, agradecendo a todos quantos participem na Eucaristia.



Espinho, 23 de julho de 2015  
Maria da Conceição de Sousa da Rocha Varela  
Isabel Cristina Miranda  
Marília da Rocha Varela  
José Luís da Rocha Varela  
José Paulo de Pinho Varela

FUNERÁRIA N. S. D'AJUDA - SANCEBAS E LUÍS ALVES - ESPINHO - TEL. 22 734 51 29

**Ramiro Alves dos Reis Maia**

Agradecimento e Missa de 7.º Dia

Sua esposa, filhos, nora, genro, netos, irmãos e restante família vêm agradecer às pessoas que tomaram parte no funeral do seu ente querido ou que de outro modo se associaram à sua dor. Comunicam que a missa de 7.º dia será celebrada dia 26, domingo, pelas 10 horas, na Igreja Paroquial de Paramos, agradecendo a todos quantos participem na Eucaristia.



Paramos, 23 de julho de 2015

FUNERÁRIA N. S. D'AJUDA - SANCEBAS E LUÍS ALVES - ESPINHO - TEL. 22 734 51 29

**Manuel Dias de Pinho**

Agradecimento e Missa de 7.º Dia

Suas filhas, genros, netos, bisnetos e restante família vêm, por este meio, agradecer a todas as pessoas de suas relações e amizade que tomaram parte no funeral do seu ente querido ou que de outro modo se associaram à sua dor. Comunicam que a missa do 7.º dia será celebrada sábado, dia 25 de julho, pelas 19 horas, na Igreja Paroquial de Anta. Desde já agradecem a todos quantos participarem nesta Santa Eucaristia.



A família  
Anta, 23 de julho de 2015

AGÊNCIA FUNERÁRIA DE MARIA DE LOURDES - Anta - Espinho - Tlf. 227340609 - Tlm. 966225173

**Beatriz Pereira da Silva**

Agradecimento e Missa de 7.º Dia

Seus filhos, noras, genros, netos, bisnetos e demais família, na impossibilidade de o fazerem pessoalmente vêm, por este meio, agradecer reconhecidamente a todas as pessoas que participaram no funeral do seu ente querido, bem como àqueles que de qualquer outra forma lhes manifestaram o seu pesar. Participam que será celebrada missa de 7.º dia, domingo, dia 26, pelas 10 horas, na Igreja Paroquial de Paramos. Agradecem desde já a todos quantos comparecerem.



Paramos, 23 de julho de 2015

AGÊNCIA FUNERÁRIA HENRIQUES & M. OTÍLIA, LDA. - Telef. 256 75 27 74

**Maria Gabriela Ferreira de Viterbo Gomes de Almeida**

Agradecimento e Missa de 7.º Dia



Seus filhos e restante família vêm agradecer às pessoas que tomaram parte no funeral do seu ente querido ou que de outro modo se associaram à sua dor. Comunicam que a missa de 7.º dia será celebrada dia 29, quarta-feira, pelas 19 horas, na Igreja Matriz de Espinho, agradecendo a todos quantos participem na Eucaristia.

Espinho, 23 de julho de 2015

FUNERÁRIA N. S. D'AJUDA - SANCEBAS E LUÍS ALVES - ESPINHO - TEL. 22 734 51 29

**António Casaca Botas**

Agradecimento e Missa de 7.º Dia

Seus filhos, genro, noras, netos, bisnetos e restante família vêm, por este meio, agradecer a todas as pessoas de suas relações e amizade que tomaram parte no funeral do seu ente querido ou que de outro modo se associaram à sua dor. Comunicam que a missa do 7.º dia será celebrada segunda-feira, dia 27 de julho, pelas 8 horas, na Igreja Paroquial de Silvalde. Desde já agradecem a todos quantos participarem nesta Santa Eucaristia.



A família  
Silvalde, 23 de julho de 2015

AGÊNCIA FUNERÁRIA DE MARIA DE LOURDES - Anta - Espinho - Tlf. 227340609 - Tlm. 966225173

**Joaquim Barbosa Marques dos Santos Quim dos Jornais**

Agradecimento e Missa de 7.º Dia

Seus filhos, genro, netos e demais família, na impossibilidade de o fazerem pessoalmente vêm, por este meio, agradecer reconhecidamente a todas as pessoas que participaram no funeral do seu ente querido, bem como àqueles que de qualquer outra forma lhes manifestaram o seu pesar. Participam que será celebrada missa de 7.º dia, sábado, dia 25, pelas 19 horas, na Igreja Matriz de Espinho. Agradecem desde já a todos quantos comparecerem.



Espinho, 23 de julho de 2015

AGÊNCIA FUNERÁRIA HENRIQUES & M. OTÍLIA, LDA. - Telef. 256 75 27 74

**Albino Ferreira**

Missa do 28.º Aniversário

Faz 28 anos que estás no Céu e agora com a mãezinha do teu lado. De ambos sentimos eterna saudade.

Rezaremos por vós no próximo domingo, dia 26, na Eucaristia das 11 horas, na Igreja Paroquial de Anta.



**Fotógrafo VÍTOR LANCHIA**

RECORDE SEU PASSADO

Gravo seus filmes p/ DVD  
Gravo discos vinil p/ CD  
Gravo cassetes música p/ CD

Contatos: 918 735 306 \* 962 788 407

**FARMÁCIAS (Serviço de turnos do concelho de Espinho)**

DISPONIBILIDADE - Das 24 às 9 horas (só para receitas do dia ou da véspera)

- Sexta (24) - DE ANTA ..... Rua Tuna Musical, 907 - Anta - Tel. 227341109
- Sábado (25) - TEIXEIRA .... Ctr. Com. Solverde/1 - Av.º 8 - Espinho - Tel. 227340352
- Domingo (26) - SANTOS ..... Rua 19, n.º 263 - Espinho - Tel. 227340331
- Segunda (27) - PAIVA ..... Rua 19, n.º 319 - Espinho - Tel. 227340250
- Terça (28) - HIGIENE ..... Rua 19, n.º 293 - Espinho - Tel. 227340320
- Quarta (29) - GRANDE FARMÁCIA ..... Rua 8, n.º 1025 - Espinho - Tel. 227340092
- Quinta (30) - CONCEIÇÃO ..... R. S. Tiago, n.º 701 - Silvalde - Tel. 227311482



# 'Faz da Mudança a tua Praia'

Atividades nas praias do Município de Espinho no âmbito de projeto integrado no programa Bandeira Azul 2015

Iniciaram-se na semana passada, as duas primeiras atividades dinamizadas pela Câmara Municipal de Espinho, nas praias do concelho, no âmbito do programa da Bandeira Azul 2015 com o tema "Faz da Mudança a tua Praia".

A eco-oficina "A Sacola de Passatempos", partiu da reutilização de jornais em que os entusiásticos participantes em representação das escolas de Espinho 2, Espinho 3, Marinha e

a Egiscola, tiveram a oportunidade de aprender a construir uma original sacola para transportarem os seus desenhos e passatempos nas suas idas à praia!

O desafio lançado aos participantes foi que, posteriormente, transmitissem aos restantes colegas aquilo que aprenderam, reforçando o efeito multiplicador desta atividade!

A atividade "De Mão em Mão Partimos para a Ação", realizada na passada sexta-feira, na praia de Silvalde, contou com um grupo muito bem-disposto de participantes, que aceitaram o desafio de serem, por uma manhã, 'eco-piratas em ação'

cujo objetivo era ultrapassarem uma série de etapas, com passagem de testemunho onde seguem as pistas, até alcançarem o tesouro final, sempre com a consciência de que a brincar não precisamos de sujar e a praia é de todos nós!

Mais atividades se seguem.

Para mais informações poderão ser consultados os painéis Informativos presentes nas praias do concelho galardoadas com a Bandeira Azul: Praia da Baía, Praia de Silvalde e Praia de Paramos ou através do Facebook: Serviço Educativo/Serviços de Cultura e Museologia da Câmara Municipal de Espinho.



Fotos DIREITOS RESERVADOS



## COMERCIAL TEC

Comercialização e Assistência Equipamentos de Escritório, Lda

felicita os **campeões mundiais**  
de **Futebol de Praia**

Os equipamentos de cópias/impressão que a COMERCIAL TEC comercializa estiveram ao serviço deste grandioso evento

*Parabéns Espinho*



COMERCIAL TEC

Comercialização e Assistência Equipamentos de Escritório, Lda

**DEVELOP**  
Soluções de Impressão

Rua 38, n.º264 | ap. 256 | Anta | 4500-910 ESPINHO  
Telf.: 227 319 021 | Fax: 227 319 023 | geral@comercialtec.pt  
<http://www.comercialtec.pt>

