



“Estou farto de artistas de cinema!”

“Não queria nem tenciono voltar à política, mas não me obriguem a fazê-lo!” - José Aleixo, presidente da centenária Associação Comercial de Espinho. “A classe política está muito passiva! Ou rumamos todos para o caminho do sucesso, ou vão ver como isto vai ficar!” E no que concerne ao estacionamento pago... Não veem que estão a matar o nosso comércio e as nossas empresas?” páginas 2 e 3

Cem anos “D’Alma Vareira” em livro

“Não podia deixar este mundo sem que o clube da minha paixão não tivesse a própria história”

- João Freitas reconta a história do futebol do Sporting de Espinho

páginas 16 e 17

Documentos previsionais aprovados para 2016

página 5

Novos parques de estacionamento na Unidade I do Centro Hospitalar de Gaia/Espinho

página 7

PUB.

Ligue Grátis / 800 999 888

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.



“Estou farto de artistas de cinema!”

“Não queria nem tenciono voltar à política, mas não me obriguem a fazê-lo!”

– José Aleixo, presidente da centenária Associação Comercial de Espinho

“Tivemos que inovar para ter as contas em dia, e mesmo assim há pessoas que nesta cidade em vez de ajudar, ainda tentam ignorar e esquecer-se da Associação Comercial de Espinho, mas um dia vamos ver como fica a história, e quem fica nela.” Em entrevista ao jornal *Defesa de Espinho*, José Aleixo congratula-se com o seu nome na presidência da Associação Comercial de Espinho aquando da efeméride do centenário. “Se não querem ajudar que nos deixem pelo menos caminhar sozinhos, e não se metam no nosso caminho. Espinho é de todos, e não de alguns que chegaram há dois dias e que pensam que podem destruir tudo. Mas calma aí, que isto não é assim, nem vai ficar assim. Aguardemos...” Entretanto, aproxima-se o dia 27 de novembro, data da fundação da Associação Comercial de Espinho.

Lúcio Alberto

– Presidir à Associação Comercial de Espinho na efeméride do centenário afigura-se mais do que uma honra. É uma responsabilidade... Trata-se do homem certo no lugar certo?

“Mais do que uma honra, é uma grande responsabilidade. O centenário da Associação Comercial de Espinho é uma efeméride importante. Vivemos tempos difíceis. Eu e a minha Direção sempre quisemos celebrar este centenário com trabalho, dignidade, ambição e muito sucesso associativo. Vejam bem o salto qualitativo, e quantitativo, que deu a Associação Comercial de Espinho!”

– Quando integrou os órgãos sociais da Associação Comercial de Espinho, logo se perspetivou que despontava em si potencial para a presidência diretiva. Considerava que na altura e na circunstância outras figuras poderiam assumir o cargo ou a Associação Comercial de Espinho debatia-se com a necessidade de se revitalizar e potenciar a sua existência rumo ao centenário?

“Cheguei à Associação Comercial de Espinho pelas mãos do Manuel da Pá Velha, que me endereçou o convite. Todos os dias ele me falava em integrar os corpos sociais da Associação Comercial de Espinho. Nessa altura eu fazia parte da AMPEP – Associação dos Pequenos e Médios Empresários. Tinha pouco tempo disponível. Era sócio-gerente de quatro empresas, mas mesmo assim aceitei fazer parte da Direção liderada pelo meu querido Dr. Manuel Marques. Orgulho-me muito de ter trabalhado nessa altura com todos os diretores da Associação Comercial de Espinho, e com este grande homem. Nunca me passou pela cabeça vir a liderar os destinos da Associação Comercial de Espinho dada a minha vida profissional, mas a vida é mesmo assim. Fui ‘encostado à parede’ pelos meus colegas numa reunião, e todos fizeram questão que fosse eu o futuro presidente da Associação Comercial de Espinho. E cá estou até hoje. Já lá vão doze anos.”

– A aquisição da atual sede foi um ato de projeção e/ou afirmação da Associação Comercial de Espinho? Ou um investimento na criação de condições para potenciar a atividade geral? Novas valências e novos serviços...

“A atual sede foi o grande salto que esta associação precisava para se afirmar no mundo associativo. Tivemos ambição e visão para um futuro que se aproximava. Tínhamos o QREN (Quadro de Referência Estratégico Nacional) que acabava em 2013, e era preciso ir mais além. Comprar a sede não foi uma vaidade, mas sim uma forma de sermos mais abrangentes. Foi o facto de podermos distribuir a formação por vários locais, que nos permitiu construir património. Temos a nossa sede quase paga e esse é o melhor presente dos diretores da Associação Comercial de Espinho para este centenário! As direções passam e a sede fica. Sentimos que com novas instalações podíamos (e devíamos) ir mais longe, e fomos! Veja bem os números da formação. Em 2000 tínhamos 58 formandos e 990 horas de formação, em 2015 fechamos um ciclo com 10 mil horas de formação e



mais de 3000 formandos. Criamos igualmente empregabilidade no concelho com mais de 50 postos de trabalho na área da educação/ formação. E se a isto juntarmos os nossos consultores dos vários projetos em que estivemos inseridos podemos afirmar com toda a segurança que somos das maiores empresas de Espinho porque geramos mais de 80 postos de trabalho. A procura foi tanta que as nossas salas não chegaram. Abrimos dois centros de formação em S. Paio de Oleiros, um no antigo hospital e outro na MASSPO, num protocolo com a Junta daquela freguesia. Ainda em Santa Maria da Feira fizemos uma outra parceria, desta feita com a Junta de Freguesia de S. Miguel do Souto e Mosteirô. Proporcionamos aos nossos alunos a melhor formação com as mais altas tecnologias. Não nos podemos esquecer que abrimos também na Associação Comercial de Espinho um Centro de Formação de Cabeleireiros totalmente equipado, e que proporcionou a 15 alunos a obtenção da Carteira Profissional. Muitos cabeleireiros não funcionam diariamente com estes modernos e arrojados equipamentos. Temos muito orgulho no que conseguimos, e alcançamos. Não somos melhores nem piores que ninguém. Somos diferentes.”

– A modernização e superada por conjunturas sucessivas... O que é ainda almeja para a Associação Comercial de Espinho?

“Todos queremos o melhor para a Associação Comercial de Espinho. Sabemos das dificuldades com que nos deparamos todos os dias. Acho, e tenho a certeza (já o disse muitas vezes) que associações como a nossa têm um papel muito importante no mundo empresarial. Somos o motor do comércio e dos serviços. Quero que a Associação Comercial de Espinho seja tão reconhecida a nível local como o é a nível nacional. Quero que todos os empresários que fazem parte desta instituição se orgulhem da sua associação. Sim, porque a nossa área de jurisdição vai além de Espinho, e contempla Santa Maria da Feira, Arouca e Castelo de Paiva. Quero que os autarcas respeitem (que é sua obrigação) uma associação com esta grandeza, e com esta dimensão, uma associação centenária!”

– Dinamizar e Investe significam mais que as próprias

palavras? Projetos/programas aos quais a Associação Comercial de Espinho aderiu para valorizar os seus associados... Portas abertas para novos associados e novos beneficiários das ações e estratégias da Associação Comercial de Espinho?

“Sabe que para se chegar a este patamar foi preciso muito trabalho e sacrifício. Enganem-se os empresários e alguns arautos da desgraça se pensam que as coisas caem do céu, se pensam que as coisas nos caem no colo. Se pensam assim, estão tolinhos e bem tolinhos! Hoje, somos conhecidos e reconhecidos em todo o país como uma grande associação! O que para os empresários e para a minha direção é um sinal de orgulho, e o deveria ser para todos os espinhenses. O Programa Dinamizar proporcionou a mais de uma centena de empresas do nosso concelho, e não só, a elevação da capacidade competitiva das mesmas, mediante um conjunto integrado de ações de formação e consultoria. Fomos uma das 37 entidades a nível nacional, com competências no domínio da formação que recebemos este projeto, o que se deveu à nossa capacidade de intervenção e de trabalho. Estivemos num dos patamares mais elevados a nível nacional com uma intervenção direta no apoio das nossas empresas em áreas como o marketing, a gestão, finanças e recursos humanos. Trouxemos mais-valias ao concelho, elevamos o nome de Espinho a nível nacional. Prova disso é a reunião que fizemos numa grande unidade hoteleira da cidade, juntamente com a Confederação do Comércio Português, e que trouxe mais de 500 empresários a Espinho. Mexemos com a economia local, e orgulhamo-nos muito disso porque este encontro poderia muito bem ter ido para outro ponto do país. E fomos nós que o trouxemos para cá. Relativamente ao Comércio Investe, tivemos a coragem de fazer uma candidatura arrojada, tendo sido aprovada como uma das maiores do país. Queremos ter uma zona de intervenção ativa e dinâmica, contribuindo para isso com a nossa candidatura que traz 50% a fundo perdido. Todos os empresários da zona de intervenção podem usufruir dela, contactando a nossa associação. Todos os empresários podem remodelar as suas lojas mudando o seu interior apostando numa imagem renovada. Tudo fazemos para que tenhamos uma cidade e um comércio mais bonito, mais atrativo e mais moderno.”





- A formação e a qualificação dão corpo ao lema da Associação Comercial de Espinho?

"Sabe que estas coisas, ou se anda ou não se anda, ou se empenha ou não empenha, ou se tem visão ou não se tem visão. Nós, quando cá chegamos estávamos muito atrasados em relação a outras associações. Foi preciso muito trabalho, empenho, e dedicação para apanharmos o pelotão da frente. Graças a Deus conseguimos, e conseguimos muito mais que isso. Conseguimos liderar a Federação Empresarial Portuguesa há quatro anos, indo já para um terceiro mandato. Portanto, como vê, a federação tem uma abrangência de âmbito nacional com associações de todo o país. Temos reuniões por várias zonas de Portugal o que enriquece o nosso tecido económico, com novas ideias e novas ferramentas. Os órgãos sociais da Federação Empresarial Portuguesa depositaram na Associação Comercial de Espinho, e no seu presidente, toda a confiança que é necessária para que as associações andem na linha da frente."

- Não basta saber que, por exemplo, que os organismos intermédios existem... É preciso agir até lá se chegar...

"Temos conseguido inúmeros projetos que enaltecem a Associação Comercial de Espinho, os seus empresários e as suas empresas. Tivemos, o Dinamizar I, II e III, onde foram investidos muitos milhares de euros em capital humano com milhares de horas de formação e consultoria. Fizemos com que mais de uma centena de empresas do nosso concelho beneficiassem de 3 projetos ao mais alto nível. Foi difícil, moroso, mas no último fôlego conseguimos."

- A Confederação do Comércio e Serviços de Portugal é também uma janela aberta para a Associação Comercial de Espinho...

"Quando cá chegamos sabíamos muito bem como estava a Associação Comercial de Espinho e quantos empresários por cá passavam ou apareciam. Hoje tudo mudou. Temos muita capacidade de intervenção, tanto junto do governo, como junto da confederação do comércio português, como do IAPMEL, do CIG ou do POPH. Todos conhecem e reconhecem a Associação Comercial de Espinho. Andamos sempre sem apoios da autarquia, não nos deram nem um euro para ajudar na compra da sede. Somos a única instituição de Espinho que não recebe apoio do Jogo. Tivemos que inovar para ter as contas em dia, e mesmo assim há pessoas que nesta cidade em vez de ajudar, ainda tentam ignorar e esquecer-se da Associação Comercial de Espinho, mas um dia vamos ver como fica a história, e quem fica nela."

- Os apoios aos investimentos e à requalificação empresarial, logística e edificada dos associados (e eventuais interessados) têm conferido à Associação Comercial de Espinho capacidade de intervenção. Mas o reconhecimento é generalizado? O que é que falta para que a Associação Comercial de Espinho tenha mais impacto?

"O estado atual do comércio não será, neste momento, a nível nacional e local, muito bom. Como sabe temos muitos milhares de desempregados em Espinho, não há indústria, e há sim bastante comércio, onde os autarcas e a Associação Comercial de Espinho têm de andar de mãos dadas. Nós já estamos a fazer, e iremos continuar a fazer o nosso trabalho. Cabe agora aos outros intervenientes fazer o trabalho deles e deixarem a Associação Comercial de Espinho em paz. Se não querem ajudar que nos deixem pelo menos caminhar sozinhos, e não se metam no nosso caminho. Espinho é de todos, e não de alguns que chegaram há dois dias e que pensam que podem destruir tudo. Mas calma aí, que isto não é assim, nem vai ficar assim. Aguardemos..."

- Já estamos na antecâmara do Natal! O que é que a Associação Comercial de Espinho equaciona para a promoção do comércio nesta quadra? E porque é que não fez no ano passado? Ou ainda antes...

"Temos em vista uma grandiosa campanha de Natal. Iremos inaugurar em breve uma loja de guarda de crianças, teremos outdoors e muppies espalhados pelo nosso comércio, animação de rua, palhaços, pai natais, carros alegóricos, brindes, e um sensacional sorteio! Teremos ainda um carro da Associação Comercial de Espinho para ajudar os comerciantes a fazer entregas ao domicílio. Como vê, estamos atentos, e bem atentos. Só espero que os responsáveis camarários, desta vez, não nos impeçam de trabalhar como fizemos o ano passado. Espero que tenham sensibilidade e que estejam do lado de quem trabalha e tanto faz pelas empresas do nosso concelho."

- Mas o comércio não é só no Natal...

"Há já alguns anos, que falo noutra política comercial para o nosso comércio. Mas, poucos percebem o que digo. Acham que mandam em tudo, e em todos. E, os outros têm medo que passemos por eles. Sofremos dois anos de

"Não veem que estão a matar o nosso comércio e as nossas empresas?" - José Aleixo e o estacionamento pago

- Como é que encara a modalidade de estacionamento pago? Há vantagens e/ou desvantagens para a atividade do comércio?

"Em relação ao estacionamento querem acabar com o resto. Já ando a falar nisso há anos. Não é assim que se fazem as coisas. Acho que a área foi exagerada, muito cara, e não houve, nem há um papel de sensibilidade da Câmara. Quando é bom é sempre deles, quando não é bom a culpa é sempre da empresa. Tem de haver mais formação e atenção, o que não existe por parte dos fiscais da ESSE. Não se pode multar, ofender e maltratar, com arrogância, os consumidores, e muito menos os empresá-

rios. Esses devem ser tratados com educação, respeito, e carinho, para que regressem ao nosso comércio. O que se está a ver é que sempre que alguém é multado, lá se vai mais uma família de consumidores para outro lado fazer compras. Parem com isso! Basta! Não veem que estão a matar o nosso comércio e as nossas empresas? Já chamei à atenção para isso, já mostrei a minha dureza, e indignação por causa deste assunto, por diversas vezes, mas os responsáveis continuam a fazer de conta, e a ignorar este assunto importantíssimo para a cidade, e para o comércio."

Lúcio Alberto



requalificação, mais dois anos de intervenção no mercado municipal, mais quatro anos de obra de enterramento de linha férrea. Quem aguenta tantos anos a sofrer? Só bons empresários como os nossos. Já nessa altura falei disso, mas a parte política continua a fazer ouvidos moucos. Está na hora de haver união, e não separação, não sei onde isto vai parar com estas políticas! Sempre critiquei a forma como decidem, e os timings. Como sabe, podemos criticar na maioria das vezes, mas devemos fazê-lo com críticas construtivas e com boas ideias, mas o nosso panorama político tem toda a legitimidade para decidir, mas também vão ter que assumir as suas responsabilidades políticas."

- O facto de ter assessorado a anterior presidência da Câmara Municipal de Espinho e a experiência advinda da presidência que exerce na Associação Comercial de Espinho, fatores aliados à sua noção de cidadania cívica, enquadraram numa eventual candidatura autárquica? Ou a política não o seduz ou o convence?

"Passei quatro anos na Câmara Municipal de Espinho a trabalhar dia e noite para os espinhenses. Não tive um dia de férias, nem um centímo para ajudas de custo. Ajudei toda a gente e sofri muito para ajudar os espinhenses. Conheço muito bem o nosso concelho e as nossas instituições, e já nessa altura o pessoal do PS não gostou porque passei por cima de todos. Mas o PSD também não! Porque se até ali não era fácil ganhar a Câmara, mais difícil seria comigo dentro da Câmara. Afastei-me quatro anos da política para que nem o PS nem o PSD dizerem que estava a influenciar algum partido. O povo decidiu, está: decidido. Estamos em democracia. Não queria nem tenciono voltar à política, mas não me obriguem a fazê-lo! Cuidado, muito cuidado! Estou farto de mentiras, estou farto de hipocrisias, estou farto de artistas de cinema!"

- A justiça prevalece em Espinho? Por vezes, dá vontade de dar um murro na mesa ante a injustiça...

"Justiça ou injustiça depende do ponto de vista. Justiça é ajudar os milhares de desempregados que temos na nossa cidade e que nos torna um dos grandes flagelos a nível nacional. Justiça é distribuir riquezas, justiça é partilhar ideias e ajudar quem mais precisa. Justiça é ajudar os pobres, e os doentes, os desempregados e os reformados. Isso sim é justiça."

"A classe política está muito passiva! Ou rumamos todos para o caminho do sucesso, ou vão ver como isto vai ficar!"

- O que é os seus olhos veem em Espinho?

"Os meus olhos veem preocupação quanto ao futuro, muita preocupação. Hoje vivemos num mundo global, num mundo em que não há regras na importação de produtos, num mundo em que temos de competir com economias muito mais baixas, num mundo em que ao virar da esquina há uma loja igual ou melhor que as nossas. Vivemos num mundo em que alguns empresários ainda não acordaram, num mundo em que a autoridade tributária nos sufoca com impostos, num mundo em que parece que ninguém se lembra de nós, num mundo em que quando fecharmos, aí sim, as autarquias, e os governos irão gastar milhares de euros, para que o centro urbano não esteja às moscas. Somos nós, o comércio, que trazemos alegria aos centros da cidade. É o comércio que ilumina e dá vida às cidades. Gostaria que a nossa economia fosse me-

lhora distribuída. O dinheiro não acabou, está é mal distribuído. Espinho também sofre com isso. Sofremos com o IVA da restauração, sofremos com o exagero de impostos que asfixiam a nossa economia, sofremos com elevadas rendas que fazem com que também estejamos preocupados. Não bastam dois meses de turismo, os empresários não vivem com 60 dias de boa faturação. As empresas têm de pagar 14 meses de vencimentos, e milhares de euros de impostos! Ao longo destes anos tenho alertado para isso. Por vezes, fazem ouvidos de mercador, o tempo vai passando e as nossas empresas vão ficando cada vez mais aflitas. É preciso fazer mais alguma coisa. É preciso união. A classe política está muito passiva, e não há milagres! Ou rumamos todos para o caminho do sucesso, ou vão ver como isto vai ficar!"

Lúcio Alberto

Política, cidadania e confusão

Hoje, o assunto deste escrito relaciona-se com receio demonstrado pelo cidadão comum em participar na vida da sua comunidade e do seu país. Trata-se de uma situação demasiado frequente e, por isso, preocupante, porque são cada vez em maior número os cidadãos que evitam pronunciar-se sobre assuntos relevantes da vida nacional, mesmo dos que provocam danos no seu bem-estar e no dos seus. E a razão está no medo de sofrerem represálias. Sente-se que a generalidade dos cidadãos têm algo a dizer quando as coisas não andam bem no país, quantas vezes um desabafo ou um lamento por se sentirem impotentes para alterar o curso dos acontecimentos. E também é visível o seu temor de que tal opinião possa ser mal entendida por quem tem poder. Por outro lado, é curioso verificar que quando os cidadãos menos temerosos se permitem dizer o que pensam, mormente quanto à governança do país, logo são apelidados do contra, incluindo por aqueles que, pensando do mesmo modo, optam pelo silêncio. E ser do contra, neste caso, é ter ideias esquerdistas ou antidemocráticas. Este temor, que é notório, dá que pensar e deveria merecer uma campanha de esclarecimento reparador.

É bem possível que tal estado de espírito resulte do trama do passado, quando era arriscado falar de política, especialmente se fosse para dizer mal do regime. Ora, volvidos que são mais de quatro décadas e depois do mundo ter mudado radicalmente e ainda pelo facto de existir uma Constituição suficientemente garantística, aquele medo já devia ter deixado de oprimir tanta gente. Poderá não ser despidendo admitir que alguns dirigentes políticos têm parte da culpa na persistência do trauma. Com efeito, têm sido eles que, não raro, querendo ou não, acabam por deixar no ar



OPINIÃO

ASSIM, NÃO!

Messias Pinto

ameaças e medos implícitos, os quais criam incertezas, que acabam por afectar a saúde física e mental dos cidadãos. E essa não é, seguramente, a via que leva um cidadão a participar e a contribuir para a melhoria das condições políticas, económicas e sociais do seu país. Muito pelo contrário. Pobre do país onde os cidadãos se demitem de o ser, julgando que isso é política proibida e que, por o ser, nela não se devem intrometer. E é um país pobre sob vários aspetos, a começar pela incapacidade de escolher os melhores para o dignificar e para conduzir os seus destinos. Tenha-se presente que um povo dignificado e orgulhoso do seu país e dos seus constituiu-se numa mais-valia de valor incalculável.

Por isso, é aqui que cabe especificar e desmistificar alguns conceitos como, por exemplo, os de política, cidadania, ética e democracia; isto por forma a integrá-los no exercício de direitos fundamentais. Então o que é essa coisa, temida por tantos, que se chama política? Pois bem, o termo "política" deriva do grego "polis", que significa o que é público, e constitui um conjunto de regras autoimpostas por uma coletividade (cidade/país), com a finalidade de lhe garantir segurança. Logo, a política é segurança e não medo. Se se pretender ampliar o conceito, dir-se-á que a política é a ciência da gestão de um país, tendo em vista conciliar os vários interesses da sociedade por parte dos que a governam. Por isso, se há alguém que tem que temer o julgamento é quem governa e não o cidadão comum. E quem deve fazer esse julgamento

são os mesmos cidadãos comuns, mas de forma permanente e não apenas quando exerce o seu direito/dever de votar. Logo, a sua participação na vida pública é tão importante quanto fundamental.

Quanto ao termo "cidadania", diga-se, desde já, que corresponde a um exercício nobre e de grande significado democrático para todos os cidadãos de um país. A palavra "cidadania" vem do latim "civitas", que quer dizer cidade e está ligada ao exercício dos direitos e deveres civis, políticos e constitucionais por parte dos habitantes (cidadãos) da cidade (país). Em termos mais simples, mas simultaneamente mais amplos, dir-se-á que a cidadania corresponde ao direito a ter direitos, direitos esses que, no caso português, constam da Parte I da Constituição da República. E sobre o direito do cidadão exprimir livremente, repita-se livremente, as suas opiniões, tal é garantido, sem ambiguidades, pelo artigo 37.º daquela lei fundamental (Constituição). Não faz sentido, por conseguinte, que qualquer cidadão tenha receio de ser cidadão, isto é, de exercer cidadania, que é participar nas coisas que respeitam ao seu país, emitindo a sua opinião. E quando o cidadão fala de política, o que está a fazer é, tão somente, a exercer cidadania e não a ser um qualquer agente subversivo.

O termo "ética" também deriva do grego "ethos" e significa carácter, querendo dizer que corresponde à atitude dos indivíduos e à forma como interagem uns com os outros. Está ligado à moral. Daí a ética ser exigível aos dirigentes de qualquer sector de atividade, seja política, social ou económica.

Finalmente o termo "democracia", que é o sistema político no qual o poder emana do povo e pertence ao povo, ou seja aos cidadãos que têm o dever de exercer cidadania.

Este conjunto de conceitos, que, quando levados à prática correspondem à defesa dos valores morais, são essência e sustentáculo da sociedade justa onde todos desejam viver.

Resíduos produzidos (77%) no Mundial de futebol de praia enviados para valorização multimaterial e orgânica

Durante o Campeonato do Mundo de futebol de praia, que teve lugar em Espinho, de 9 a 19 de julho, foram produzidas 3,2 toneladas de resíduos, das quais 45% foram enviadas para reciclagem, 32% para valorização orgânica e 23% para valorização energética.

O material encaminhado para reciclagem e valorização orgânica representou 77% do total produzido, o que demonstra as boas práticas implementadas na gestão de resíduos.

O processo de gestão dos resíduos produzidos no evento foi levado a cabo pela Câmara Municipal de Espinho com a colaboração da Lipor que asseguraram a colocação no espaço das infraestruturas necessárias para a separação de papel e cartão, embalagens plásticas e metálicas, vidro e resíduos orgânicos, acompanhados da respetiva sinalética em formato bilingue.

Os excelentes resultados obtidos demonstram

que foi cumprido o objetivo de promover a sustentabilidade do evento através da implementação de boas práticas de separação de resíduos e da sensibilização do público para a sua adoção.

A Lipor é a entidade responsável pela gestão, valorização e tratamento dos resíduos urbanos produzidos pelos Municípios associados: Espinho, Gondomar, Maia, Matosinhos, Porto, Póvoa de Varzim, Valongo e Vila do Conde.

Espinho em destaque no jornal francês L'Équipe

O jornal L'Équipe marcou presença na competição de nível mundial que se realizou no passado mês de julho, em Espinho.

Segundo o diário francês, "a praia de Espinho já recebeu grandes provas internacionais de voleibol e de surf" e "nestes dias, a música e os gritos do apresentador que anuncia o início dos jogos não parece perturbar a tranquilidade dos turistas presentes na praia."

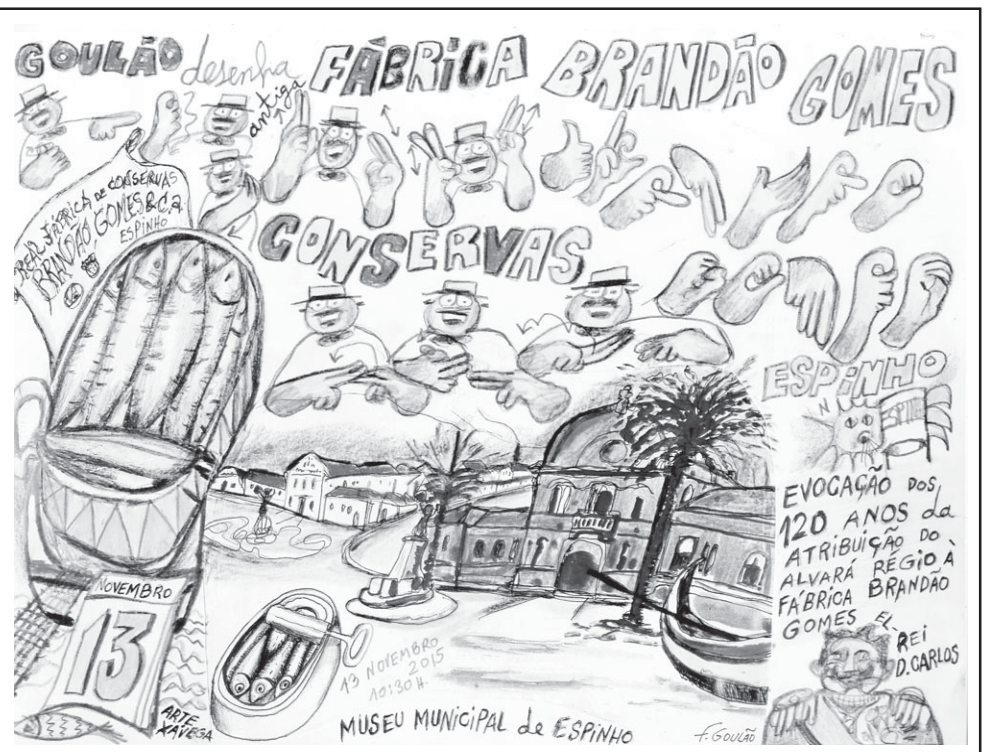
O campeonato de futebol de praia, que culminou com a vitória (5-3) da se-

leção nacional sobre o Taiti, foi retratado em reportagem fotográfica de nove páginas da prestigiada publicação francesa.

As claqueas que animaram os intervalos em todos os jogos, as paisagens com as praias repletas de veraneantes, bancadas cheias de apoiantes da modalidade em êxtase durante alguns dos melhores momentos do campeonato, bem como as reações dos jogadores nos últimos momentos da final, foram alguns dos apontamentos fotográficos mere-

cedores de destaque pelo L'Équipe.

Por isso, segundo dá nota a Câmara Municipal, "durante o verão, Espinho foi levado aos olhos de todo o Mundo, como uma cidade tipicamente costeira, com muito para oferecer, e com grande capacidade na organização de eventos internacionais que atraem milhares de adeptos, ou simplesmente na hospitalidade a todos os turistas que a cada ano chegam para passar férias e recarregar energias na nossa cidade."



Evocação dos 120 anos da atribuição do Alvará Régio à Fábrika de Conservas Brandão Gomes & C.ª

A evocação dos 120 anos da atribuição do Alvará Régio à Fábrika Brandão Gomes & C.ª está calendarizada para a sexta-feira de 13 de novembro, às 10h30, no Museu Municipal.

O programa consta do lançamento do jornal "Real Fábrika de Conservas Brandão, Gomes & C.ª", da encenação teatral de "entrevista a El-Rei D. Carlos" com leitura do Alvará Régio e de visita guiada à exposição permanente "Fábrika Brandão, Gomes & C.ª".

Junta de Freguesia



Espinho

«Defesa de Espinho» - 4361 - 2015-11-05

EDITAL 2/2015

Rui Manuel Martins Torres, Presidente da Junta de Freguesia de Espinho:

Faz público, em cumprimento da deliberação tomada por esta Junta de Freguesia em reunião de 12 de Outubro de 2015 e em Assembleia de Freguesia no dia 19 de Outubro de 2015, que no próximo dia 7 de Dezembro de 2015, com início às 10.00h, na Sala de Reuniões da Junta de Freguesia, realizar-se-á o procedimento de venda de Bem Imóvel por hasta pública, do prédio urbano integrado na esfera patrimonial privada do Freguesia, designada de "Terreno da Tourada", inscrita na matriz predial urbana sob o artigo 3833, da freguesia de Espinho, concelho de Espinho, distrito de Aveiro e descrita sob o n.º 1509/20000107, na Conservatória do Registo Predial de Espinho.

O Regulamento e as peças documentais relacionadas com este procedimento de Hasta Pública encontram-se à disposição de eventuais interessados nos Serviços de atendimento da Junta de Freguesia de Espinho, todos os dias úteis, durante o horário normal de funcionamento.

E para constar se passou este e outros de igual teor que vão ser afixados nos locais de estilo e publicados Defesa de Espinho e Jornal de Notícias.

Espinho, 4 de Novembro de 2015

O Presidente da Junta de Freguesia de Espinho
(Rui Manuel Martins Torres)



Rua da Guimbra (em Anta) já está limpa Menos perigosidade

As sebes e as ervas junto à berma da estrada na Rua da Guimbra, em Anta, foram cortadas esta semana.

Na quarta-feira, ao início da tarde, ainda se faziam acertos nas sebes que tombavam para a estrada e que obrigavam os peões a passar pela faixa de rodagem.

Com esta ação a via de circulação ficou mais limpa e um bocadinho menos perigosa.

Manuel Proença

Documentos previsionais aprovados para 2016

Voto contra dos vereadores do PS

A proposta apresentada pelo executivo camarário para os Documentos Previsionais para o ano de 2016 foi aprovada na reunião de Câmara realizada na sexta-feira.

A reunião estava prevista para a segunda-feira anterior, mas a participação do presidente da Câmara Municipal, Pinto Moreira, e do vice-presidente Vicente Pinto em Itália, na assinatura de protocolo internacional com dezanove parceiros, de dez países diferentes situados junto ao Mediterrâneo, incluindo as autoridades locais, organizações e associações do sector das pescas, justificou a alteração da agenda quinzenal.

No entanto, os vereadores do PS votaram contra os documentos previsionais para o ano de 2016, por considerarem que "este orçamento apresenta, mais uma vez, receitas de duvidosa arrecadação, o que reflete um inflacionamento artificial que poderá cair num exercício orçamental de risco elevado."

"O facto de não serem objetivos e pragmáticos na obtenção da receita, este executivo tem sempre a tentação de através de receita extraordinária de difícil arrecadação (de forma a elevar o défice orçamental a um saldo primário positivo), para dar cumprimento ao disposto na Lei dos Compromissos e dos Pagamentos em Atraso e conseguir o almejado princípio do equilíbrio orçamental preconizado pela Lei das Finanças Locais", consta assim a declaração de voto da representação socialista.

"Existem receitas neste

documento previsionais que transitam de orçamento em orçamento desde 2013 (cerca de 1,2 milhões de euros), indiciando essa prática que há na realidade um desequilíbrio orçamental e que para o equilibrar se empola a receita, uma vez que as verbas da despesa estão comprometidas", dão ainda os vereadores eleitos pelo PS. "É recorrente este tipo de prática no atual executivo e não deixa de ser estranho que este montante continue por arrecadar ao fim de três anos."

Entretanto, "a grande prioridade em termos de obras para o ano 2016, a 'intervenção no canal ferroviário e articulação com a envolvente', possui apenas financiamento garantido em 12,35%, dos cerca de 16,6 milhões de euros previstos." Para esta obra estruturante, "o financiamento já deveria estar substancialmente mais adiantado, nomeadamente quando se iniciar esta requalificação em 2016."

Por outro lado, "A única medida de redução de despesa que se encontra contemplada no PAEL, a 'Instalação de Estação de Transferência', está por fazer e deveria estar a funcionar desde 2014." Na ótica socialista, "não se perspectiva o início da obra, uma vez que nunca esteve inscrito nos diversos documentos previsionais desde o compromisso de o executar em 2013, ou seja, este executivo nunca teve intenção de cumprir com o compromisso que estabeleceu com o Estado, aquando do PAEL."

O Plano de Atividades e o Plano Plurianual de Investimentos hã "revelam que há

claramente um desinvestimento em equipamentos que necessitam ter uma relevância turística assinalável e que se encontram há longos anos inscritos nos documentos previsionais da Câmara Municipal de Espinho e que continuam sem qualquer tipo de financiamento." O Plano Plurianual de Investimentos "deveria apontar para uma estratégia futura bem delineada e continua a ser alimentado com projetos do passado ainda por efetuar, muitos deles ultrapassados e sem qualquer valor acrescentado para o município."

"Há discriminação, falta de equidade e igualdade promovida pelo executivo municipal em inúmeras áreas de competências entre as freguesias do concelho", acrescentam os vereadores do PS. "Achamos estranho que as freguesias de Anta / Guetim e Espinho recebem apenas 25% das verbas correspondentes aos contratos interadministrativos e foram as únicas que acionaram grande parte, senão todas as competências plasmadas no conceito de delegação legal."

Por último, "consideramos que o empréstimo de curto prazo para 2016 de 1 milhão de euros é necessário porque vai servir para colmatar problemas de tesouraria, tal como preconiza a Lei." No entanto, "temos a sensação que o montante do empréstimo de curto prazo contraído para o ano corrente (1,8 milhões de euros) não serviu apenas para fazer face aos crónicos problemas de tesouraria e que o documento financeiro de controlo do executivo evidencia plenamente."



Espinho na peregrinação mundial dos ciganos a Roma

Um pequeno grupo de mulheres de Espinho esteve presente na peregrinação mundial dos ciganos a Roma, organizada pelo Conselho Pontifício para a Pastoral dos Migrantes e Itinerantes, com a colaboração da Fundação Migrantes e da Comunidade de Santo Egídio.

Participaram na peregrinação mais de 8.000 ciganos e agentes da pastoral de todo o mundo. Portugal fez-se representar por seis ciganos das Dioceses de Viana do Castelo, Porto e Guarda, que foram acompanhados por res-

ponsáveis da Pastoral Nacional dos Ciganos e das Pastorais Diocesanas dos Ciganos do Porto e Vila Real (Cáritas).

A peregrinação incluiu uma visita às Catacumbas, uma Via Sacra no Coliseu, sendo o texto da autoria do Padre Claude Dumas, cigano, diretor da Pastoral Nacional dos Ciganos de França e presidente do Comité Católico Internacional para os Ciganos. A sexta estação foi rezada em português e a eucaristia seria celebrada no Santuário de Nossa Senhora do Amor Divino, em Pomezia, local do encontro do Beato Papa Paulo VI com os ciganos há 50 anos e onde existe uma capela ao ar livre dedicada ao Beato Zeferino, o único santo cigano, mártir da Guerra Civil Espanhola. Realizou-se também um concerto de música cigana na Basílica de Nossa Senhora, em Trastevere. Na homilia da

eucaristia, o cardeal António Maria Vegliò lembrou o sofrimento de tantos ciganos, sobretudo dos ciganos vítimas do Holocausto ("Porajmos em Romani").

Nesta peregrinação destacou-se a participação das diversas populações ciganas e a transformação que fizeram numa eucaristia e no concerto musical. De repente, a liturgia da eucaristia animou-se com a vivacidade dos cânticos, dos aplausos, e com a participação das crianças. Uma das orações dos fiéis foi lida em português pelo jovem cigano da Diocese do Porto, Cristiano Carmo, da OVAC - Espinho. Identicamente, o concerto de música cigana de súbito animou-se com palmas e danças da assistência que dava as mãos e percorria a igreja.

O Papa Francisco recebeu os peregrinos ciganos na Igreja Beato Paulo VI.

O voto na institucionalização do poder (conclusão)

Foi muito intencionalmente que só agora me dispus a concluir as minhas reflexões sobre este tema: é que não quis que em tempo de pré ou de plena campanha eleitoral para as eleições legislativas do passado dia 4 de Outubro o meu pensamento pudesse ser interpretado como um qualquer modo de participação nessa campanha, eu que resolvi nela manter-me silencioso, embora atento às propostas apresentadas pelas diversas forças partidárias concorrentes ao sufrágio popular, sem prejuízo da não faltar (tal como nunca faltei em todas as eleições efectuadas após o 25 de Abril) à minha obrigação de depositar o meu voto nas urnas e desse modo fazer as minhas escolhas.

E em boa hora tomei essa decisão, pois que, pelo que digo a seguir, entendi que haveria algum interesse em que o enfoque que dei às duas primeiras reflexões sobre o tema deveria agora ter um rumo diferente.

É que, entretanto, e em plenas férias de Verão, e com mais tempo para ler, resolvi regressar a um livro que marcou o tempo da minha juventude e que julgo que já referi em anteriores escritos: "O Processo Histórico" de Juan Clemente Zamora, Professor de Ciência Política nas universidades de Havana e de Miami, obra publicada no já remoto ano de 1938 e que nesse tempo era como que a Bíblia do Marxismo para quem queria aprofundar os seus estudos sobre teoria política, sendo certo que resulta claramente do seu conteúdo que são tantas as reproduções de extensas frases dos próprios Marx e Engels que o livro não é apenas um comentário e um desenvolvimento das ideias destes.

E, recentemente, também me chegou às mãos um precioso livro, "A Democracia Europeia", dos "Cadernos D. Quixote", do qual faz parte um perturbante e recentíssimo estudo de Wolfgang Merkel, professor de Ciência Política na Universidade Humboldt, de Berlim, publicado no Inverno de 2014, que pretende precisamente alertar para determinadas dificuldades no processo de esclarecimento dos cidadãos sobre as suas escolhas no acto

de votar, e, mesmo, no real valor dos resultados apurados, tendo em conta, entre muitos outros factores, o grau de participação dos eleitores no acto eleitoral.

Clemente Zamora, marxista convicto, estava no seu papel de depreciar a democracia parlamentar e representativa, resultante do voto: "os parlamentos, os partidos políticos e, sobretudo, a propaganda, praticada por meio da imprensa, a rádio, as assembleias, os comícios, as manifestações, as demonstrações, os actos da rua, a publicidade e todos os outros processos de conseguir despertar a atenção das massas e manter vivo nelas o entusiasmo pelos mitos políticos" (Sic). Se fosse nos dias de hoje, incluiria seguramente os debates televisivos e as "arruadas" pelas principais artérias das cidades, além dos gabinetes de tratamento de imagem e de produção de Marketing...

Mas talvez nada tivesse a opor ao costume bem inglês de os deputados irem bater humildemente à porta dos eleitores e, abertas as portas por estes, sentarem-se com eles e apresentarem-lhes as suas propostas eleitorais...

Já Merkel (o referido Professor... e não a Senhora que dá pelo mesmo nome) é estranhamente, ou não, muito mais ousado, e dá ao seu artigo o sugestivo nome "A democracia está em crise?"

Começa naquilo que denomina "O Modelo Minimalista" da democracia, escrevendo que: "Através das eleições... os diferentes agentes políticos - em especial os partidos - oferecem o seu produto programático, que é questionado, revisto, seleccionado ou rejeitado pelos eleitores. A oferta mais procurada obtém o contrato para representar temporariamente os interesses e as preferências da maioria dos eleitores. Como as eleições ocorrem periodicamente, os representantes eleitos são responsáveis perante aqueles que representam, que podem ou não escolher reelegê-los nas eleições seguintes".

E termina, quanto aos modelos, no "Modelo Maximalista", cujos seguidores "incluem a dimensão dos resultados na sua noção de



OPINIÃO

REFLEXÕES E MEMÓRIAS

Ferreira de Campos

democracia... bens públicos, tais como a segurança interna e externa, bem-estar económico, justiça na distribuição de bens básicos, rendimentos, segurança social e oportunidades de vida. Enfatizam especificamente a necessidade de evitar desigualdades extremas na distribuição dos rendimentos, e veem a provisão de bens primários e sociais como o núcleo da democracia", advertindo, todavia que "os conceitos maximalistas... possuem padrões normativos tão altos que apenas um pequeno número de democracias consegue passar o seu "teste social-democrata".

Quanto ao regime eleitoral alerta para as consequências da crescente abstenção. Nos direitos políticos realça "a liberdade de expressão e os direitos de associação, de protesto e de elaboração de petições", não esquecendo que "Os mais importantes actores políticos em regimes democráticos estabelecidos são os partidos".

Muitas outras interrogações o Autor lança quanto ao modo como a democracia é, nos tempos de hoje, principalmente na Europa, interpretada e concretizada. Limite-me a indicar as que mais me chamaram a atenção e vão ao encontro da minha sensibilidade e experiência pessoais. E remeto os leitores para o pequeno (na extensão, não no conteúdo) artigo de opinião a que me venho referindo. O livro está à venda... e é barato!

Enfim... e em síntese necessária, citando pensadores que sugerem vários "desafios à democracia" no que diz respeito ao Regime Eleitoral, aos Direitos Políticos, aos Direitos Cívicos, "à perda da confiança dos cidadãos nas instituições centrais da democracia representativa (partidos, parlamento)", lembrando que "Os parlamentos têm sido enfraquecidos durante as últimas décadas para beneficiar o poder executivo e

as formas supra ou transnacionais de governação" e que "As democracias nacionais perderam prerrogativas de soberania democrática para regimes supranacionais, que são menos transparentes, dificilmente responsabilizáveis e afastados da participação cidadã", interroga-se se estas eventuais fragilidades da democracia poderão, na verdade, converter-se numa efectiva "Crise" da Democracia", que, no entanto, nunca poderia atingir a solidez das democracias bem estabelecidas".

Conclui, no entanto, que "Movimentos de protesto e uma sociedade civil politizada podem influenciar a agenda política e tornar a democracia mais adaptável às exigências sociais, económicas e políticas, Mas ainda são demasiado fracos para mudar o curso da globalização, a influência dos mercados e a crescente desigualdade socioeconómica e política nas nossas sociedades e sistemas políticos. Além disso falta-lhes a profundidade da legitimidade democrática, de que os parlamentos desfrutam, visto serem eleitos por eleições gerais e justas. Em grande medida, o futuro da democracia continua portanto a ser o " futuro da democracia representativa".

Confesso que, não obstante os seus alertas e as suas preocupações, que inteiramente subscrevo, me congratulei pela forma como o Professor Merkel aborda e termina o seu artigo.

Numa formulação bem conhecida quanto a outras "crises", e numa linguagem corrente, eu diria que, tal como nas eventuais debilidades da democracia, também quando alguém tem dores de cabeça o caminho a seguir (para além de procurar encontrar as suas causas) é procurar curar essas dores... e não cortar a cabeça!

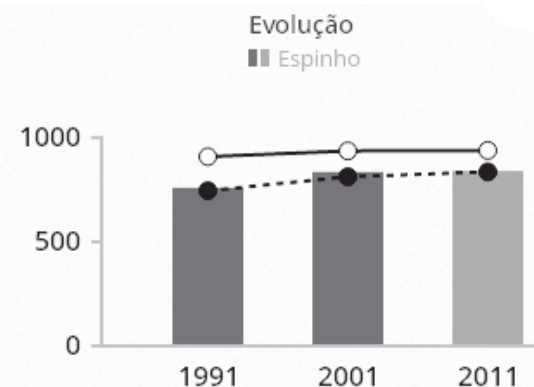
E, para mim, a verdadeira democracia, em qualquer modelo, maximalista, intermédio ou minimalista, é a representativa, obtida através do voto livre, plural e secreto dos cidadãos, depositado nas urnas no dia das eleições. E que cada um faça as escolhas de acordo com a sua consciência!

E penso que, dizendo isto, termino da melhor maneira as minhas reflexões sobre "O voto na Institucionalização do Poder".

Espinho



○ Valor Top10: 938,6
● Valor de Referência: 835,5



A saúde do concelho

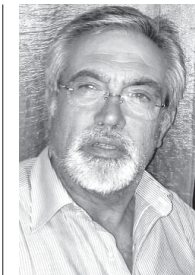
Foi divulgado um estudo de um grupo de investigação da Universidade de Coimbra sobre a saúde da população portuguesa por concelho, em que Espinho apresenta uma evolução positiva, de 1991 a 2011, tendo valores acima da média nacional.

Os refugiados

Atualmente vive-se o drama dos refugiados. Todos ou quase todos os dias assiste-se, através da comunicação social, a cenas de grande tristeza. Crianças, homens e mulheres a dar à praia, já sem vida. Todos os dias entra pela nossa casa a informação de mais e mais refugiados, que fogem da guerra, das bombas das armas pesadas que matam sem dó nem piedade.

São relatos de botes e mais botes que se afundam com lotação esgotada, na esperança de chegarem a um porto seguro, para aí começarem uma nova vida. Pessoas a viverem só com um pão e pouco mais. É o que se já vê na Europa... Enquanto existirem governantes que só olham para o seu umbigo e assobiam para o lado, não saímos desta situação. Enquanto não se cortar o mal pela raiz, meus caros senhores, não há solução. Temos que ir ao fundo da questão; resolver, em primeiro lugar através do diálogo, um problema, a meu ver, social, que existe no país de origem.

Os refugiados saem do seu país como aves migratórias, para procurarem melhores condições de vida. Sofrem e ainda sofrem tanto, por vezes, em condições desuma-



OPINIÃO

DISCURSO DIRETO

Manuel Vieira da Rocha

nas. É triste ver pais a perder os seus filhos, pais a terem de decidir qual dos filhos se vai salvar, como aquele pai que no mar salvou dois e perdeu um... Ou como aquela família que vê o seu filho dar à costa...

É, de facto, um grande drama. Só que as aves migratórias saem voluntárias mas voltam. Os refugiados raramente voltam ao seu país de origem. Sei que há bons e maus em todas as sociedades, mas não podemos medir todos pela mesma bitola. Vamos, sim, dar uma segunda oportunidade.

Gostaria de deixar aqui a minha solidariedade e a minha singela homenagem a todos aqueles que fogem da guerra e que vêm para Portugal. Que se sintam bem no nosso país e que recomecem uma nova vida.

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

DEFESA 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 - mijproenca@sapo.pt

Colaboradores

Carlos Salvador; Cláudia Lima Lobo; Paulo Malheiro; Vitor Lancha; e Manuel José Macedo.

Colunistas

António Duarte Estêvão; André Faria Silva; António Regedor; Arcelina Santiago; Esmeralda Laranjeira; Ferreira de Campos; Francisco Goulão; Joaquim Ribeiro; Jorge Madureira; José Sarmento; Manuel Sancebas; Manuela Aguiar; Margarida Fernandes; Margarete Gomes; Marta Oliveira; Messias Pinto; e Padre Rodrigo Lynce de Faria.

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 R
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.

Novos parques de estacionamento na Unidade I do Centro Hospitalar de Gaia/Espinho

Com o início da empreitada de construção do novo edifício, a Unidade I do Centro Hospitalar de Gaia/Espinho deixou de ter cerca de 700 lugares de estacionamento, sendo necessária a construção de novos parques de estacionamento. Dados os constrangimentos financeiros para a realização do investimento inerente à construção dos parques, foi necessário

lançar um procedimento concursal para a construção e concessão da exploração dos mesmos, por forma a garantir lugares de estacionamento aos funcionários e utentes.

A entrada em funcionamento dos parques vai permitir o estacionamento dentro do perímetro hospitalar a funcionários e utentes, situação que não era possível desde o início da empreitada em

Agosto de 2014.

Os funcionários do do Centro Hospitalar de Gaia/Espinho terão acesso aos parques através de avenças mensais diurnas no valor de 15 euros (IVA incluído) e avenças noturnas no valor de 7 euros e 50 centimos euros mensais (IVA incluído). O valor do estacionamento para utentes é de 1 euro e 50 centimos/hora (IVA incluí-

do) pago em frações de quinze minutos. Mais se informa que a entrada e saída no perímetro hospitalar por um período máximo de quinze minutos é gratuita.

Neste momento, já foram celebradas cerca de 700 avenças de um total de 1100 lugares disponíveis.

Ainda durante esta semana serão aceites novas propostas de avenças que estão dependentes da conclusão dos trabalhos de construção do novo edifício hospitalar, que provocou o atraso na abertura da totalidade dos parques. O acesso aos parques e perímetro hospitalar da Unidade I teve início na segunda-feira e decorre de forma normal.



Foto CASAL RIBEIRO

Colisão frontal na Idanha provoca quatro feridos ligeiros

Uma colisão frontal entre dois veículos ligeiros de passageiros, na Idanha, no sábado de manhã, resultou no ferimento ligeiro de quatro jovens (todos do mesmo veículo), com idades compreendidas entre os 15 e os 25 anos.

O condutor, com 25 anos e duas das jovens, ambas de 15 anos, foram assistidos no local e uma jovem de 17 anos acabou por ser transporta-

da ao Hospital de Vila Nova de Gaia pelos Bombeiros Voluntários da Cidade de Espinho.

Os ocupantes de outra das viaturas, um adulto e uma criança, acabaram por escapar ilesos ao acidente.

Este acidente acabou por causar a interrupção do trânsito na estrada que liga Grijó à Idanha durante algum tempo.

Lions em colheitas de sangue

O Lions de Espinho tem colaborado dinamizado colheitas de sangue e de inscrições de potenciais doadores de medula óssea - trinta colheitas em 2015 -, em parceria com o Instituto Português do Sangue e da Transplantação (IPST) de Coimbra.

São feitas anualmente en-

tre 2500 e 2750 colheitas/doadores.

Entretanto, o Lions de Espinho promove colheitas de sangue na manhã do próximo dia 9, na Santa Casa da Misericórdia de Espinho, e no dia 13, das 18 às 21 horas, na zona da Marinha - Silvalde.

Flores e velas "desaparecem" do Cemitério de Espinho

Com o Dia de Todos os Santos e os Finados, o Cemitério de Espinho encheu-se de flores e de velas que enfeitaram as campas.

No entanto, houve quem se queixasse de que algu-

mas das flores e das velas, 'misteriosamente', desapareceram!

Fruto da crise (?)... ou simplesmente, oportunismo e falta de respeito do 'amigo do alheio'?!

Carro contra poço de quintal em via sem saída

Já escurecera na última quarta-feira de outubro quando um veículo conduzido por uma mulher, de 25 anos, chocou contra um poço num quintal situado no final de uma artéria sem saída.

Foi na Rua Dinâmica, da zona industrial que se deu a

ocorrência, tendo a condutora sido retirada da viatura pelos bombeiros, queixando-se de dores cervicais.

A proteção do poço ficou destruída e em escombros e os moradores privados do acesso à água.

A PSP de Espinho tomou conta da ocorrência.

Condutores com altas taxas de alcoolemia

Na madrugada de sábado, a PSP de Espinho deteve um homem de 42 anos, por condução de automóvel, acusando uma taxa de alcoolemia de 2,13 g/l.

Na mesma madrugada foi também detido um ho-

mem, de 37 anos, por condução de velocípede adaptado com motor de combustão, acusando uma taxa de alcoolemia de 1,38 g/l.

Entretanto, a PSP de Espinho registou onze acidentes de viação com sete feridos ligeiros.

Tráfego e posse de estupefacientes

Na noite de sexta-feira, a PSP de Espinho deteve um desempregado, de 21 anos, por suspeita de tráfico de estupefacientes. Foram-lhe apreendidas cerca de 35 do-

ses de haxixe.

Na mesma noite foi Identificado um homem, de 28 anos, por posse de cerca de 17,5 doses de haxixe e uma dose de cocaína.

INATEL Viagens
ESPINHO
Rua 25, nº 409 (Mercado Municipal de Espinho) - Espinho
tlf. 234 043 920 | tlm. 930 685 697

CAFÉS
seleccionamos e torrmos na nossa fábrica as melhores qualidades aos melhores preços
Casa Alves Ribeiro Rua 19, 294 - ESPINHO

VENDE-SE PIANO
novo marca *Gustav Lehmann* c/ banco
Vende-se guarda-fatos em castanho, mais proteção de cama de bebé
Tlm. 917 538 910

ABERTO / EVENTOS RESTAURANTE
aniversários / baptizados / casamentos
festas temáticas / work-shops
COMPLEXO DE TÊNIS DE ESPINHO
Tlf 227 312 146 - Tlm 919 854 137 - www.ct-apam.com - geral@ct-apam.com

DOMUSGEST
Administração de Condomínios - Desde 1996
Confie na nossa experiência **www.domusgest.net** A melhor relação QUALIDADE / PREÇO
Consulte-nos
Rua 21, 755, 1.º Dto. (junto às Finanças) - 4500-204 Espinho
Telf./Fax: 227 320 866 - Tlm. 964 875 154 - geral@domusgest.net

Harmonia Caffé
It's a kind of magic...
AGENTE PayShop
PAGAMENTO DE FATURAS, PORTAGENS, RENDAS SOCIAIS, CARREGAMENTO TELEMÓVEIS
PAYSAFECARD, PAG. AO ESTADO, ETC. Rua da Igreja, 1100 ANTA - ESPINHO



...com legenda!

Foto VÍTOR LANCHÁ

O Núcleo de Espinho da Liga dos Combatentes assinalou na segunda-feira o Dia dos Finados com cerimónias nos cemitérios de Espinho (incluindo eucaristia do pároco Artur Pinto e a presença do autarca Pinto Moreira), S. Félix da Marinha e Santa Maria da Feira

Esmeralda Laranjeira

Temas e poemas



Dia de Finados

Origem do Dia de Finados: o costume de homenagear os falecidos remonta ao ano de 998.

Quando o abade francês São Odílio de "Cluny" decretou que todos os mosteiros de sua circunscrição orassem pelos mortos.

O decreto virou tradição, tornando-se cada vez mais popular, até que, no século XIII, o dia 2 de Novembro foi escolhido como a data oficial da celebração.

Por estes dias, pegou moda...

Andarem por aí à solta, bruxas e feiticeiros...

Uma tradição pagã, chamada de Halloween.

Em Portugal, há uma tradição Celta em Trás-os-Montes que se insere, na mística católica celebrativa de Todos os Santos; mesmo que não seja feriado, ainda é solenizado, no dia 1 de novembro.

O Dia de Todos os Santos... os Bem-aventurados...

Neste dia já se fazem cerimónias dos fiéis defuntos, em algumas localidades!

O Dia de Finados, no dia 2 de novembro, é celebrado por todo o povo cristão.

Milhares de pessoas rumam aos cemitérios nesse dia, levando velas, flores e lágrimas, àqueles que já partiram.

Quem acredita ou não, todos eles lá vão...

Porque será? O que os move? Será só a tradição?

Acho que não!...

Mesmo os que se dizem agnósticos, ou não crentes

Nesses dias andam diferentes...

Porque se pensam um bocado... sabem que vamos para o outro lado...

O nosso lugar não é aqui... estamos de passagem, para a outra margem!

Mas quem acredita na outra vida, aceita com naturalidade esta festividade!

Por isso sufragam a alma dos que já partiram, com missas e cânticos alusivos.

Porque, para quem acredita, a morte não é vista como um fim, mas uma passagem

Entre a vida humana e a vida eterna...

Nesse dia lembramos os nossos entes queridos

Os pais, mães, irmãos, avós e amigos...

Principalmente aqueles que muito amamos

Não é só neste dia que os lembramos...

Vivem no nosso coração, e a sua lembrança

Será sempre recordação...

Com amor e emoção, no nosso coração!

Porque para quem acredita, a vida não acaba

Apenas se transforma; deixamos esta vida terrena

E entramos noutra dimensão espiritual...

Coisas que ninguém sabe explicar...

É só preciso ter fé e acreditar!

Que estejam no amor de Deus

Aqueles que nos deram Amor!

Que descansem em paz.



Centro Social de Paramos promove convívio interinstitucional sénior

Na última sexta-feira de outubro, o Centro Social de Paramos promoveu, através das respostas de apoio à terceira idade, a segunda edição do Convívio Interinstitucional Sénior que contou com a presença de utentes da Santa Casa da Misericórdia de Espinho, do Centro Comunitá-

rio da Ponte de Anta, do Centro Social Paroquial de Silvalde e, claro, do Lar S. José (do Centro Social de Paramos).

Estimulou-se o convívio intergeracional e assim cerca de 150 pessoas assistiram à atuação da Tuna Académica da Faculdade de Economia

do Porto, que proporcionou uma verdadeira "tarde portuguesa" que permitiu, através da música, viajar pelo tempo e pelo mundo. Em representação da Câmara Municipal de Espinho esteve a vereadora da Ação Social e Cultura, Leonor Fonseca, que motivou os presentes com a sua constante boa disposição.

A iniciativa, ocorrida no FACE - Fórum de Arte e Cultura de Espinho e realizada no âmbito da comemoração do Dia Internacional do Idoso, enquadrou-se no plano de dinamização das atividades ocupacionais que o Centro

Social de Paramos desenvolve com os seus idosos, permitindo a socialização e uma melhor integração na comunidade, bem como com utentes de outras instituições do concelho proporcionando o bem-estar, a ocupação de tempo útil e o aumento da auto-estima de todos os idosos.

"O propósito do Centro Social de Paramos foi totalmente cumprido: Todos os idosos se divertiram e interagiram com os estudantes de forma fantástica e muito animada. Juntos, promovemos o bem-estar da terceira idade."

Dependências

O Centro Social de Paramos e a Associação de Desenvolvimento do Concelho e Espinho (ADCE) realizam no próximo dia 13 a segunda sessão de esclarecimento público sobre o trabalho desenvolvido, no território de Espinho, pelos projetos SMACTE - Serviço Móvel de Apoio à Comunidade dinamizado pelo Centro Social de Paramos e o projeto (En)Caminhar o Futuro promovido pela ADCE, no âmbito das Dependências. Esta sessão terá a participação de Paula Beleza, técnica de Serviço Social e coordenadora do Serviço Local de Espinho do Instituto da Segurança Social.

Prazo para listas candidatas a eleição na Associação de Socorros Mútuos de Anta

Em cumprimentos do regime estatutário da Associação de Socorros Mútuos de S. Francisco de Assis de Anta, as listas candidatas à eleição dos órgãos sociais para o triénio 2016-2018 poderão ser entregues ao presidente da Assembleia Geral durante o mês de novembro.

Assim, a Associação de Socorros Mútuos de S. Francisco de Assis de Anta realizará em dezembro o ato eleitoral.

Campanha da Saca

O Lions de Espinho agendou para sábado recolhas de bens alimentares nas lojas do Pingo Doce de Espinho e de S. Félix da Marinha, no âmbito da tradicional Campanha da Saca, integrada no plano anual de atividades.

Lions de Espinho em jornada de saudade

O Lions de Espinho marcou missa "em memória dos companheiros falecidos" para as 15 horas de sábado, na Igreja Matriz, seguida de romagem ao cemitério.

Entretanto, o Lions de Espinho já organiza um jantar solidário, em 19 de dezembro, "aberto à pessoas e famílias carenciadas do concelho".

Cerca de centena e meia de alunos da Escola Secundária Dr. Manuel Laranjeira que concluíram o 12.º ano receberam os respetivos diplomas e diplomas do Quadro de Excelência Académica, numa cerimónia realizada na sexta-feira no auditório (antigo cinema) do Casino Espinho, que contou com a presença, entre outros, do vice-presidente da Câmara Municipal de Espinho, Vicente Pinto, do presidente do Conselho Geral e da Diretora do Agrupamento de Escolas Dr. Manuel Laranjeira, respetivamente Jorge Teixeira e Ana Gabriela Moreira e do representante da Associação de Pais e Encarregados de Educação da Escola Dr. Manuel Laranjeira, Paulo Silva. O destaque foi para o momento da entrega do diploma a Filipe Santiago Lopes, o melhor aluno da escola do ensino regular, aluno da turma de Economia e para a melhor aluna do ensino profissional, Diana Martinho. Um momento presenteado com uma magnífica atuação da orquestra da Escola Dr. Manuel Laranjeira.



Auditório do Casino cheio

Centena e meia de alunos da Laranjeira recebem diplomas do 12.º ano

No momento das intervenções, o vice-presidente da Câmara Municipal, Vicente Pinto, considerou tratar-se de "um momento importante para a escola e para os alunos. Trata-se de uma etapa muito importante para os alunos e para o País", sublinhou.

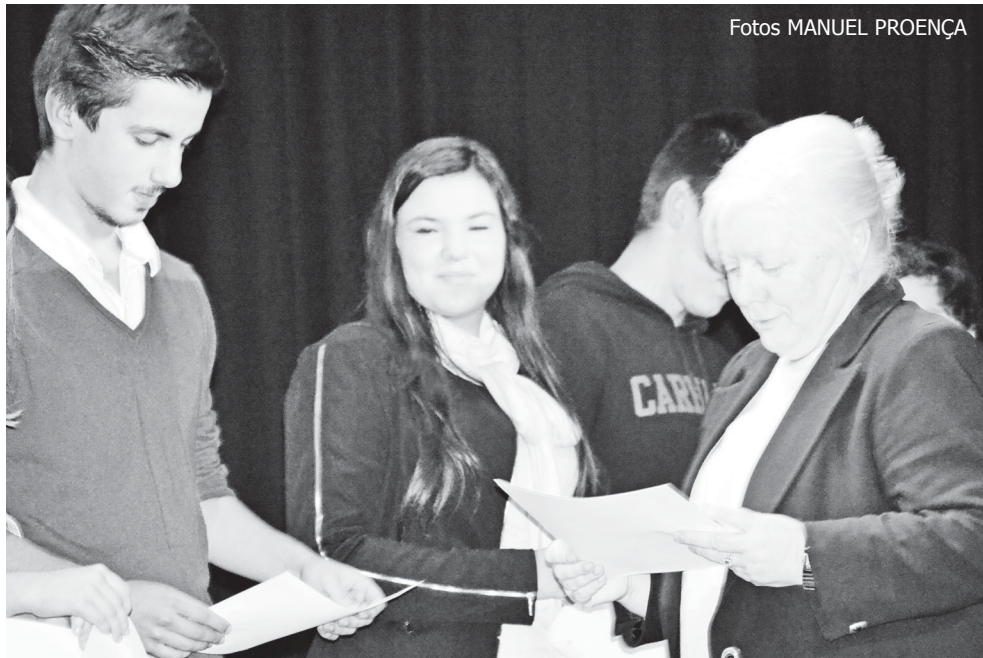
Entretanto, a Diretora do Agrupamento de Escolas Dr. Manuel Laranjeira, Ana Gabriela Moreira afirmou que "todos os alunos são um orgulho e estamos a festejar a conclusão do ensino secundário, a excelência académica de alguns e o mérito académico de uma aluna que obteve a classificação máxima no exame nacional de História A".

Para Ana Gabriela Moreira, "nenhum de nós se esquece dos momentos bons e menos bons que vivemos ao longo destes anos que serão memória da passagem por esta escola e pelo nosso agrupamento". Por isso, "todos os alunos sentem orgulho, tal como as suas famílias, por este reconhecimento. Todos os professores reconhecem o vosso valor e, por isso, fizeram questão de estar a comemorar o vosso sucesso, que também é o nosso".

Na sua intervenção, o presidente do Conselho Geral, Jorge Teixeira lembrou que "a escola está a festejar 40 anos, de muitas vicissitudes, mas de muita entrega e dedicação à causa do ensino".

No entender de Jorge Teixeira, "a nossa escola é uma referência no ensino no concelho de Espinho e nos concelhos limítrofes" e recordou que "há hoje homens e mulheres na sociedade que vestiram a camisola da Manuel Laranjeira e, por isso, é um legado pesado".

Jorge Teixeira considera que "somos o exemplo vivo



Fotos MANUEL PROENÇA



do que é a Escola Pública e o modelo daquilo que deverá ser o rumo do ensino secundário em Portugal".

E concluiu:

"Os pais e encarregados de educação serão os avaliadores do nosso trabalho. Por isso, a nossa escola está de parabéns, bem como os alunos, os pais e encarregados de educação, os professores que com estes alunos trabalharam, pelo menos, durante estes 12 anos, os

diretores de turma, os funcionários".

Por fim, o representante da Associação de Pais e Encarregados de Educação, Paulo Silva fez questão de "dar os parabéns para os alunos e seus familiares, para todos os que foram homenageados".

Paulo Silva considerou tratar-se de "um evento de homenagem e de alegria para todos nós", pois em seu entender "todos trabalhamos para que isto seja possível e

todos assumimos papéis de relevo ao longo deste percurso um momento onde se recordam, entre outras coisas, os professores, os funcionários e os colegas".

E concluiu:

"Novos voos se anunciam, quer para a continuidade dos estudos, quer para o ingresso no mercado de trabalho. Cabe aos alunos continuar a construir o seu caminho".

Manuel Proença

Arcelina Santiago
Em três palavras



Estamos a olhar ou a ver o mundo?

"Tudo tem o seu lado superficial e o seu lado profundo, o visível e o invisível, a realidade imediata e a outra. E é isto que nos afeta, para sermos quem somos, naquilo que nos rodeia (...)"
- Vergílio Ferreira (1992, p. 78)
ênfase do autor

A partir desta ideia, Vergílio Ferreira explica-nos a dicotomia entre olhar e ver, envolta em dois níveis de perceção: "olhar" significa, fixar, mirar. No lexema "ver" há um alcance de um nível superior de perceção. Nele é definida cumulativamente o perceber, compreender, ponderar, deduzir, prever, imaginar ... conhecer.

Contemplar, por exemplo, uma obra criativa segundo esta perspetiva, significa que, um mero olhar, mesmo que atento, não chega para absorver plenamente, deixarmo-nos seduzir por ela, no sentido de a apreciarmos completamente. Vê-la, permitir-nos-á a descoberta, atingir o invisível, conduzir-nos-á a uma leitura crítica do universo que o artista tem para nos oferecer. Desta forma, seremos intérpretes desse mundo artístico, construtores de uma nova interpretação perante as pistas que o autor nos sugere. Isto acontece em muitos outros aspetos da nossa vida, nas relações interpessoais, acontecimentos sociais, políticos, profissionais.

Se "olhar" nos remete para uma fugaz e muitas vezes imponderada ou precipitada análise, ficando-nos apenas pelo visível e imediato, "ver" envolverá "sentir", implicará uma sensata e construtiva análise, uma reflexão, estádio superior que nos permitirá não ficar meramente preso, formatado, mas antes liberto para a nossa própria construção, onde integrare-

mos todo o nosso ser, enquanto pessoas.

Como disse um dia o poeta, "o mundo pula e avança sempre que um homem sonha..." e eu acrescentarei, sempre que o homem puder "ver" as coisas, as pessoas, os acontecimentos, o mundo que o rodeia, então sim, o mundo avançará.

Na verdade, fazer crescer em nós esta perspetiva será dotar-nos de uma capacidade que tem tendência a ser esquecida se não for praticada ou seja, usar a nossa massa crítica para fazer pular o mundo, permitindo-nos ser construtores de mudanças.

Sabemos que o mundo está em mudança, orquestrada por alguns, enquanto a maior parte continua, alheia, distraída, preguiçosa em fazer um esforço, limitando-se a olhar e não a ver e, como diz o velho ditado em tom de reforço: é preciso ver com olhos de ver.

Será que todos vemos com olhos de ver? Ou seremos apenas seres superficiais, enganando-nos a nós próprios na forma como contemplamos o mundo que nos rodeia? Queremos absorver-lo apenas no superficial, naquilo que é visível e imediato? Estaremos a querer, deliberada ou inconscientemente, alhear-nos daquilo que temos de mais precioso - a nossa capacidade crítica?

Despeço-me com estas interrogações em guisa de reflexão, lembrando a mensagem intemporal e sábia da raposa do conto de Antoine de Saint-Exupéry. "Agora vou-te contar o tal segredo. É muito simples: só se vê bem com o coração. O essencial é invisível aos olhos..." E o Príncipezinho repetiu para nunca mais se esquecer: "O essencial é invisível aos olhos..."

Margarete Gomes

Conversas com...



Conversas com... pretende ser um ponto de encontro com especialistas das áreas de saúde nutrição, psicologia e desporto...

Esta semana, o Dr. Rodrigo Belard (www.rodrigobelard.com), especialista de Medicina Tradicional Chinesa, vai abordar um tema que é muito importante para todos nós: "Não tenho tempo". Talvez ao ler este artigo, possamos refletir e organizar melhor, segundo as prioridades de cada um, a nossa vida.

A moda do "não tenho tempo"

De facto, serve para tudo. "Não tenho tempo", parece ser um cliché que encaixa na perfeição na falta de vontade do ser humano de não se responsabilizar e assumir a maturidade que deveria chegar, de forma natural, com o passar dos anos.

"Não tenho tempo", então, não vou ouvir com mais frequência e atenção as palavras da minha/meu companheira/o; não posso passar mais tempo com o meu filho; não posso arrumar a garagem ou organizar os meus documentos; não posso passear ou conversar com a minha avó; dedicar algum tempo ao meu cão; não vou planejar um novo estilo de vida porque não tenho tempo para o exercício físico, para me alimentar com mais qualidade, para dormir mais cedo, para passar mais tempo na natureza; basicamente "não tenho tempo para viver."

Talvez pense que vou sempre acordar no dia seguinte? Talvez porque dou tudo e todos como garantido? Talvez pense que viver é o mesmo que sobreviver? Talvez...

Mas afinal o que é o "tempo"? Como se expressa? É palpável, real ou é como a conta bancária, quase virtual, em que só se visualizam os números?

O tempo é o barómetro que existe para "cronometrar" o conjunto de experiências que designamos como "vida".

A "esquizofrenia social" a que estamos expostos não contribui em nada para orientar, priorizar e estruturar o tempo disponível. Facilmente se começa a "patinar" em relação ao que fazer, como fazer, quando fazer, aonde fazer e com quem fazer. Surge a confusão, a ansiedade, o medo, a dúvida e a dispersão. Acha que esta é uma visão ou abordagem exagerada? Eu não.

É bastante realista para quem ousa efetuar uma introspeção séria e verdadeira.

Obviamente, e felizmente, o padrão até agora descrito não se aplica de forma generalista, no entanto, até os mais atentos correm sério risco de "contágio", visto a manutenção do equilíbrio e harmonia interior ser um enorme desafio. Levanta-se agora outra questão: qual o



Rodrigo Belard

conceito de "vida" que tem? No início, referi que o culminar da dispersão se poderia resumir nas palavras: "não tenho tempo para viver" (sintaxo de forma consciente ou inconsciente).

De facto, viver é uma arte. Todos conhecem o ditado: "O que custa não é viver; é saber viver". O que define a vida, a existência, são as prioridades que seleciona. Definem a estrutura e a qualidade da sua vida. São as prioridades que coloca na base da pirâmide que vão alicerçar ou não o dia a dia e definir, através da ação, quem realmente é e os valores (diferente de moralismo) pelos quais se pauta, sempre na prática, visto falar ser um atributo que qualquer um pode soltar para o ar de forma mais ou menos eloquente.

Quem quer encontra um meio, quem não quer encontra uma desculpa. Optar, via livre arbítrio, por uma escala de valores que coloca as pessoas em primeiro lugar não é só mais sensato como é basicamente aquilo que até os animais ditos irracionais praticam de forma geral.

O que leva o ser humano a priorizar de forma absurda o seu umbigo? As fugas à realidade sob a máscara de excesso de trabalho, violência, sexo, droga ou álcool? O alheamento e indiferença em relação a quem sofre e a quem poderíamos oferecer um sorriso, uma palavra, um olhar, um saco de pão, uma nota em vez de uma moeda de pequeno diâmetro? A condução paranoica e quase suicida de muitos condutores nas nossas estradas? O ato de colocar o "poder pessoal" nas mãos de seitas religiosas, pseudo mestres ou de modas fúteis "new age", de uma relação amorosa, de pais e/ou che-

fes? A paranoia de estar sempre a produzir, em movimento, a pensar pensamentos, a julgar, manipular e aceitar de braços abertos o medo e a culpa? Mas final o que se passa com as pessoas?

Este é mesmo o cerne da questão, a ferida onde o ser humano deverá colocar o seu dedo sob pena de se tornar num "zombie" sem aspas, em que o piloto automático e os impulsos mais arcaicos e animais tomam conta da mente e apagam o coração, secando o rio da alma. O planeta não vai tolerar que continuemos a abusar dele, não vai tolerar que continuemos a abusar de nós mesmos e do semelhante, que continuemos a encarar a dádiva "mágica" que é a natureza como uma peça de ornamento, como apenas um meio para alcançar um fim. Aí vai uma novidade que de novo não tem nada. A única realidade que confere ao tempo sentido e verdadeira utilidade é o AQUI e o AGORA. Tudo o que necessita para resolver, para se resolver, para alcançar a mestria que sempre habitou em si está aqui, neste momento. Não precisa de esperar por um messias, por um "nirvana", por um buraco celeste no céu, por encontrar alguém que...

É necessário escolher um lado. Ou se escolhe a si, ao caminho que se propôs cumprir a quando da vinda a esta vida, à felicidade, ou escolhe a estrada da vitimização, da culpa, do medo, da manipulação, da demagogia, tornando vida insuportável e afastando tudo e todos que poderiam fazer a real e subtil diferença no sorriso e brilho do coração.

O momento é claro. As opções também. A dificuldade existe. Existem espinhos, renascimentos e lágrimas. Cruzam-se cortes e golpes de alma, mas no final o que diremos a nós próprios? Com que olhar e bravura nos conseguiremos encarar? Tentaremos levar a farsa até ao fim ou decidiremos abrir as asas a tempo de levantar voo para o nosso destino, para a coragem de ser diferente, mais responsável, mais esclarecido?

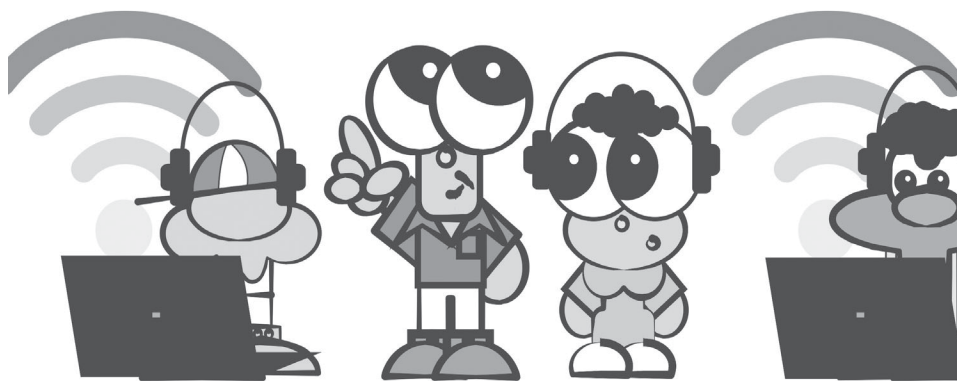
É importante que abordemos o "tempo" à luz de todas estas nuances porque todas elas condicionam a visão do "tempo" que pensamos ter ou não, do tempo que nos resta, do tempo que passa mais depressa ou mais devagar, do nosso tempo, do tempo em que vivemos, do início dos tempos, do final dos tempos, do SEU tempo. Vai encher o peito de ar e avançar mesmo correndo riscos e não sabendo o que está para lá da linha do podre e bolorento ou vai cristalizar na amargura da inércia? Não é fácil, mas é bem mais fácil do que ser uma farsa.

Algumas dicas para iniciar a sua caminhada e se fundir com o lado iluminado do "tempo":

- Numa folha de papel, efetue da forma que fizer mais sentido, uma retrospectiva da

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

PIMPOLHO □ DESENHO E TEXTO DE: © José Sarmento • 1025
A internet... ... aproxima... ... ou distancia???!...!



sua vida, hábitos/rotinas, pessoas que gostaria de rever, ideias, "sonhos", projetos, processos e pessoas que não lhe fazem bem, atitudes e características que não aprecia em si (sempre sem culpa), etc. Em introspeção sincera, distinga o trigo do joio, analise em consciência e opte.

- Comece por pequenas mudanças. Não dê um passo maior que a perna ou ficará desanimada/o. Pequenas mudanças, se colocadas em prática com disciplina e plena intenção, podem produzir grandes efeitos e resultados. O que faz a diferença é a constância. A força certa no momento certo. O coração será o guia, ele nunca se engana, tal apenas parece acontecer quando a mente impregnada de temores e traumas não sarados interfere.

- Conviva com pessoas mentalmente saudáveis e que a/o inspirem; vá a locais que sejam especiais. Se necessário recorra a ajuda especializada, ninguém é uma ilha e heróis com efeitos especiais só mesmo nos filmes. Seja herói da simplicidade e da autoestima. Cuide de si, mime-se.

- Execute as tarefas que lhe pareçam mais chatas e difíceis em primeiro lugar.

- Se não estiver com trabalho externo ou em alguma situação delicada, desligue o telemóvel quando chegar a casa. A família e a sua paz de espírito agradecem. Terá assim mais disponibilidade interior; igual a mais tempo para o que e quem realmente é importante.

- Escolha a hora de despertar antes de se deitar. Ao deitar, poderá sentir a tentação de achar que determinada hora é demasiado madrugadora;

- Levante-se meia hora mais cedo do que o habitual para ter algum tempo apenas para si. Vá acrescentando tempo a essa meia hora, de forma gradual e realista. Não espere obter resultados a este nível se se deita tarde e/ou se tem um estilo de vida masoquista e esgotante.

- Aprenda a arte do "não fazer nada". É nesse aparente vácuo que o Universo e a vida muitas vezes se move oferecendo grandes e inesperadas dádivas.

- Se fez sentido para si, coloque em prática o que leu ou terá sido "tempo perdido".

Recordar...

Ao recordar o verão que já lá vai, tempo de férias e descanso, fui atingido por uma nostalgia a que não estava habituado. Não sei se foi uma daquelas crises existenciais e sem darmos conta estamos a percorrer caminhos trilhados e já arrumados na gaveta das recordações, ou se foi o desejo simples de recordar. Lembremo-nos de estar deitado sobre a toalha estendida na areia da praia, (eu, que apesar da proximidade, poucas vezes aproveitei esta modalidade de descanso e bronzeio), "limpei a poeira que encobria algumas imagens há muito guardadas" e viajei no tempo. Naquele dia ao chegar a casa, fui rever fotos antigas. Dos muitos álbuns fotográficos, revii amigos e tempos de felicidade que as fotos comprovam. E pensei como será daqui a uns anos tendo em conta que hoje tiramos muitas mais fotos mas deixamo-las no computador ou noutra registo informático, sem as revelar em papel. Imbuído neste sentimento, visitei alguns amigos de longa data, marquei encontro com outros para mais tarde, a uns telefonei falando-lhes algumas destas fotos que marcaram uma época de juventude e divertimento. Prometi enviar alguns destes registos fotográficos pelas redes sociais, e os comentários não tardaram. Revi alguns locais descritos no romance que escrevi e recentemente editado, que foram a razão de muitos diálogos entre amigos de infância com perspetivas e registos diferentes daquela época. Depois de tudo isto, fui rever os escritos partilhados há quase três décadas com os leitores. Fiz a passagem pelo tempo percorrido e tentei perceber o porquê desta razão, o que me trouxe até aqui. Registo a passagem por cinco títulos de jornais diferentes. Artigos e crónicas diferenciadas, mas com um ponto em comum: debater as fragilidades e desigualdades reinantes na so-



OPINIÃO

"PORTUGA ESPINHENSE"

Joaquim Ribeiro

tugaespinhense@gmail.com

cidade. Tudo começou com uma homenagem a um familiar quando este, ainda jovem, depois dum acidente de moto, viria a falecer. Figura incontornável, conhecido pela sua bravura desportiva, deixou saudades a quem o conheceu. A partir daqui e sem o prever, o percurso foi-se construindo com registo mais ou menos ajustado. Mas os reparos que vou recebendo são o garante da continuidade. Ao rever o portefólio dos recortes que guardo quase religiosamente, ao longo destes anos, dou comigo a ler alguns artigos que me parecem ter sido escritos recentemente. Estão lá as mesmas necessidades, as mesmas reclamações e exigências. Estão lá registados as mesmas corrupções e compadrios de hoje; algumas das obras e reformas que o país ainda não viu; algumas promessas eleitorais que a nossa cidade ainda carece. E cheguei à confirmação: só os registos desta natureza fazem prova. Os de memória atraíam-nos pelo passar do tempo. As nossas afirmações já são algo deturpadas e confusas; não são exatas. Mas os registos fotográficos e escritos, esses não mentem. E o que revii dos meus escritos e de muitos outros jornais que guardo, levam-me a pensar que em matéria de gestão governativa autárquica e do país, pouco se fez que merecesse condecorar a classe política. E é o que mais vemos.

Lara Li no Casino Espinho

Lara Li tem espetáculo marcado para a noite desta sexta-feira no Casino Espinho.

A carreira artística de Lara Li começou em 1979 com o lançamento do single "Teu Ponto Final". Um ano mais tarde participou no Festival da Canção com "E Pouco Mais", tema que lhe serviu de rampa para o sucesso. Foi no entanto com "Telepatia" que se celebrou como artista junto do público português. Durante as mais de três décadas de carreira, Lara Li editou uma dezena de singles, cinco álbuns de originais e seis coletâneas.

Noite de S. Martinho do Orfeão

O Orfeão de Espinho vai assinalar amanhã, sexta-feira, pelas 20h30, no Centro Luso Venezolano, um jantar dançante, "Noite de S. Martinho".

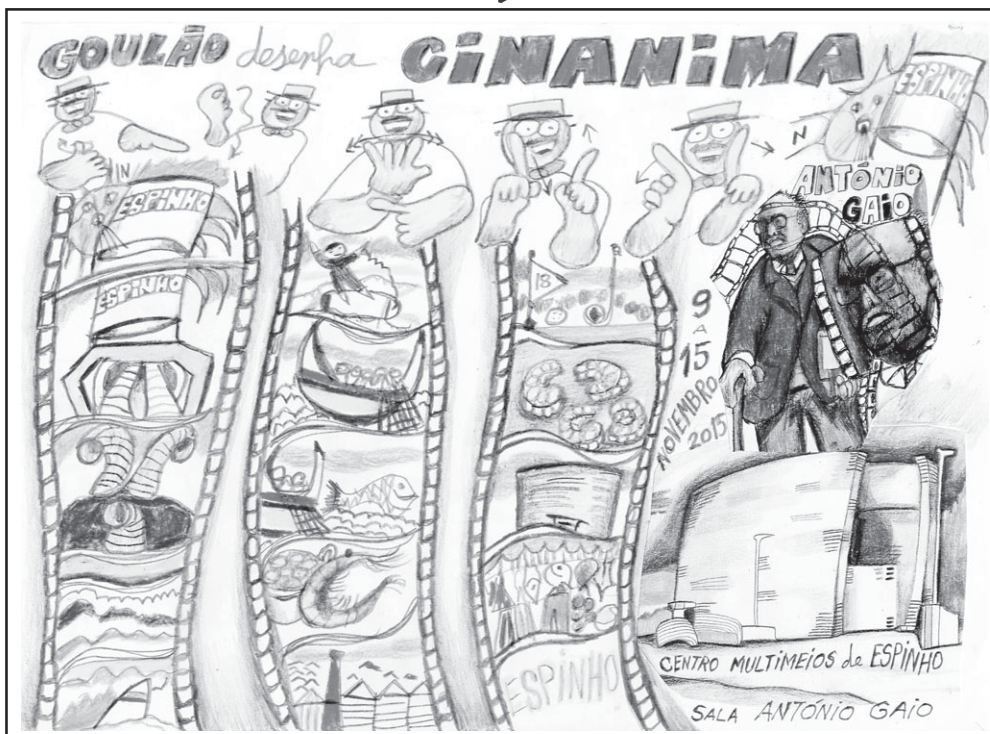
As marcações poderão ser feitas através dos telefones 918279031, 917416450 e 927030110.

Nuno Prata no Auditório de Espinho

Nuno Prata atua às 21h30 de sábado no Auditório de Espinho (Academia de Música).

Outrora baixista dos Ornatos Violeta, Nuno Prata foi um dos primeiros elementos da banda portuense a reencontrar-se com os palcos, logo após o término da mesma. Se num momento inicial se apresentou ao público em parceria com o multi-instrumentista Nicolas Tricot, num projeto apropriadamente intitulado "Nuno Nico", logo assumiu o seu nome próprio, pelo qual editou em 2006 o primeiro longa-duração "Todos os dias fossem estes/outros".

Atualmente o cantautor portuense apresenta-se no formato trio, trazendo consigo o terceiro capítulo de um já longo percurso, um disco homónimo que teve, sem surpresas, uma entusiástica aclamação.



Cinanima a um ano de quatro décadas

As sessões especial e oficial de abertura da 39.ª edição do Festival Internacional de Cinema de Animação de Espinho ocorrerão, respetivamente, às 18 e às 21 horas de segunda-feira, no Centro Multimeios - Sala António Gaio.

Na sessão especial de abertura será exibido o filme "Sarilhos a Triplicar", de Aloert't Hooft e Paço Vinn (Holanda), para maiores de 6 anos, e que contara com a presença dos realizadores.

Na sessão oficial de abertura será exibido "O Reino Gelado 2", de Alexey Tsitsilin (Rússia), para maiores de 6 anos, e que contará com a presença do produtor execu-

tivo, bem como o filme "O Lobo Bobo", realizado por crianças no âmbito do workshop resultante da parceria com a Academia de Verão, que será sonorizado ao vivo pelas próprias crianças.

Com 82 filmes a concurso, o Cinanima abrange (ao longo de uma semana) o Centro Multimeios, o Casino Espinho e a Biblioteca Municipal com projeções e workshops.

A 39.ª edição do Festival Internacional de Cinema de Animação de Espinho conta com conhecidos nomes do mundo da animação que tiveram a árdua tarefa de deliberar quais os filmes que passaram à fase competitiva, "fa-

zendo-o graciosamente, pela amizade e prestígio que reconhecem num festival com a dimensão do Cinanima". Integraram o júri de seleção Catarina Sobral, Manuel Matos Barbosa, Osvaldo Medina e Vítor Lopes, que durante três dias visionaram quase 27 horas de filmes. Vítor Lopes e Manuel Matos Barbosa tiveram também "uma inestimável ajuda" de Ricardo Blanco na avaliação de quase 1300 inscrições. José Rodrigues, Paulo Fernandes e Tiago Almeida, do Serviço Educativo do Festival, estiveram encarregues da seleção dos filmes a exibir nos programas "As Escolas Vêm ao Cinanima".

Clement Shimizu no Multimeios - um dos pioneiros da projeção em planetários

Por forma a estreitar a colaboração e no seguimento de um trabalho conjunto de vários anos, um dos pioneiros na projeção em planetários, o norte-americano Clement Shimizu, esteve em Espinho a trabalhar com a equipa do Multimeios durante um curto período.

Clement Shimizu tem desenvolvido o seu trabalho no domínio da projeção em cúpulas, sobretudo fazendo uso de projeção com a utilização de lentes olho-de-peixe, desenvolvendo bibliotecas de software que permite a muitas aplicações informáticas poderem facilmente serem adaptadas para projetar em ambientes esféricos, como planetários.

Hoje em dia, o seu trabalho prende-se também com o desenvolvimento de software em colaboração com a NASA, estando algum desse software disponível para ser utilização livre. Trata-se do projeto "NASA Eye's" ("Os Olhos da NASA"), que permite visualizar muito dos



dados que a NASA obtém a partir de satélites e de sondas interplanetárias. Entre outras componentes, esta aplicação compreende o "Eyes on the Earth" ("Olhos na Terra"), que permite voar pela Terra e observar fenómenos diver-

sos, como os locais onde se estão a verificar erupções ou onde existem incêndios florestais.

Clement Shimizu foi, entretanto, a Londres (Inglaterra) e regressa a Espinho ainda este mês.

"Aos Olhos da Rita" - livro escrito na primeira pessoa

Conforme o jornal *Defesa de Espinho* na pretérita edição, o livro "Aos Olhos da Rita" - "como sinto e vivo a paralisia cerebral", da espinhense Rita Bulhosa e filha do jornalista de televisão Mário Augusto, será apresentado às 18 horas de sábado, na Sala António Gaio do Centro Multimeios.

Este é um livro escrito na primeira pessoa, com base nos textos que Rita partilha

na sua página de Facebook, onde conta com milhares de seguidores.

Seis meses depois de Rita Bulhosa nascer foi-lhe detetado um quadro de paralisia cerebral que lhe afetava os movimentos, impedindo-a de se sentar ou levantar. Hoje, quase a fazer 16 anos, Rita Bulhosa assume com determinação a diferença e mostra como é (sempre) possível dar a volta aos problemas da vida...

S. Martinho com Gisela João no Casino Espinho

A barcelense Gisela João marca presença no Casino Espinho na Gala de São Martinho reservada para sábado.

Depois de vários anos a viver no Porto, rumou a Lisboa para conquistar um merecido lugar na música. Em 2014, ano em que se estreou com um disco, foi consagrada com o Globo de Ouro de Melhor Intérprete. O seu primeiro álbum, que alcançou o "top" de vendas nacional duas semanas depois do lançamento, foi entusiasticamente acolhido pela crítica especializada, sendo considerado o melhor álbum nacional.

Gisela João recebeu o prémio revelação Amália, com quem o seu talento é comparado várias vezes.

Entretanto, o artista Marco Horácio é o grande convi-

dadado da Gala de São Martinho no Hotel Casino Chaves, da Solverde, que acontece no dia 7 de novembro.

Marco Horácio veste a pele de um típico Fadista dos bairros Lisboetas: Rouxinol Faduncho que acompanhado por um trio musical de "fado", guitarra portuguesa, viola e viola baixo, apresenta em Portugal o primeiro e único espetáculo de fado humorístico.

Em novembro, o Rouxinol comemora dez anos no mercado humorístico e musical português, com mais de 400 espetáculos e cerca de um milhão de espectadores.

O humor, o fado, a representação e uma equipa em constante diversão fazem noites memoráveis para o público.

Semana árabe encerra com espetáculo no Casino

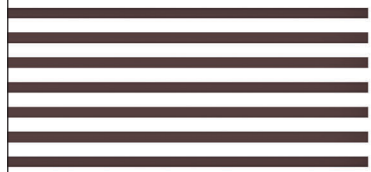
A Semana de Cultura Árabe e de Solidariedade que a Cooperativa Nascente está a promover encerra neste fim de semana com três iniciativas bem distintas, mas todas com o mesmo o duplo objetivo de angariar fundos para apoiar a ação da Plataforma de Apoio aos Refugiados e de divulgar aspetos da cultura árabe e da problemática das pessoas que se deslocam para a Europa.

Na sexta-feira, pelas 21h30, no Auditório Nascente (Rua 16), realiza-se uma mesa-redonda em que estarão presentes convidados que têm acompanhado de perto os problemas dos refugiados que chegam à Europa. É o caso de Jorge Sá, enfermeiro com trabalho voluntário realizado na Sérvia, e de Milica Bogdanov, que tem dado o seu apoio nos acampamentos de Preševo, junto à fronteira com a Macedónia, e em Sid, na fronteira com a Croácia. Estará também presente André Gouveia, fotógrafo, com imagens recolhidas em vários locais de chegada de refugiados e ainda um representante da PAR. Este debate será moderado por Rosa Couto, da Cerciespinho.

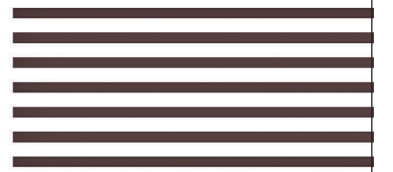
No sábado, são duas as

iniciativas. Assim, às 15 horas, é inaugurada uma exposição fotográfica sobre o Irão, de autoria de Mário Mouraz, que conversará sobre a sua experiência de viajante por diversos países árabes. À noite, às 21:30, a Semana encerra com um espetáculo de solidariedade no Auditório do Casino Espinho, essencialmente voltado para a cultura árabe, onde estarão as bem conhecidas danças orientais, com a participação das companhias Zafirah, Arabesk e Tribo Ta-Meri, e também a música árabe, com os grupos Azkar e Sons de Santa Maria, a que se juntam ainda a poesia, o conto e outros momentos.

Os bilhetes para este espetáculo estão à venda nas escolas secundárias, na Universidade Sénior, na Casa de Chá 20 Intensus, na sede da Nascente e junto de diversas pessoas particulares. As entidades locais que se associaram a esta iniciativa foram o Centro Social de Paramos, o Lions de Espinho, a Delegação da Cruz Vermelha, a Cerciespinho e a Universidade Sénior, havendo ainda a registar o apoio da Câmara Municipal/Biblioteca e da Solverde.



CASINO ESPINHO



LARA

LI NOV 06

JANTAR CONCERTO

GISELA JOÃO | 07 NOV

GALA · S. MARTINHO · CONCERTO



13 • 14



NOV

Vozes da Rádio

JANTAR CONCERTO





Novo romance "A Sombra" de Augusto Canetas apresentado no Auditório do Casino

O Auditório do Casino acolheu na última noite de outubro a apresentação do novo romance de Augusto Canetas: "A Sombra".

No género, é o seu segundo trabalho. Combinando ficção com realidade, o autor narra uma epopeia pungente de um angolano e sua família, pertinente à guerra civil angolana, tendo como seus destinatários principais luso-angolanos, em particular angolanos.

A sessão, que contou com a participação da vereadora da Cultura, Leonor Fonseca, foi valorizada por um espetáculo musical.

Laço humano na Biblioteca para a prevenção do cancro da mama

Realizou-se na tarde de sexta-feira, no jardim interno da Biblioteca José Marmelo e Silva, uma ação visando sensibilizar os utilizadores daquela valência municipal (e não só) para a prevenção do cancro da mama.

E assim se fez uma roda colorida de rosa, formando um laço humano, ao qual se associou a vereadora da Ação Social e da Cultura, Leonor Fonseca.



Foto VÍTOR LANCHÁ

"Palavras no tempo: Religião e Educação"

Vai ter lugar mais uma sessão do projeto "Palavras no Tempo", uma parceria da Universidade do Porto, do Centro Nacional de Cultura e da Universidade Católica. O evento deste mês conta com Luís Grosso e Joaquim Azevedo e realiza-se pelas 21h15

desta sexta-feira, em Espinho, na Biblioteca José Marmelo e Silva. Trata-se de um projeto que recria estilos de comunicação e diálogo de outros tempos, contextualizados à nossa realidade, carente ainda de efetiva reflexão e debate, apesar do ruído dos media.



"Duas estrelas, o mesmo palco" da espinhense Ana Poças



Realizou-se na tarde de sábado a apresentação do livro "Duas estrelas, o mesmo palco", da autoria de Ana Poças.

Cerca de uma centena quase encheu o no auditório do FACE - Fórum de arte e Cultura de Espinho, incluindo a vereadora da Cultura, Leonor Lêdo da Fonseca.

Ana Poças nasceu a 16 de agosto de 1991, em Espinho. Licenciou-se em Educação Básica e concluiu o Mestrado em Ensino dos 1.º e 2.º ciclos do Ensino Básico em 2014.

A sua primeira obra publicada relata a história de duas mulheres muito influentes no mundo da representação.

Fotos VÍTOR LANCHÁ

AGENDA

5 de novembro

15 horas - Biblioteca Municipal
"A Hora dos Maiores" - atividade mensal de convívio e partilha de leituras e saberes
Público-alvo: seniores (instituições ou individualmente)

6 de novembro

14h30 - Junta de Paramos
Sessão de esclarecimento público no trabalho desenvolvido na área das dependências no território concelhio - Centro Social de Paramos e Associação de Desenvolvimento do Concelho de Espinho

21 horas - Casino Espinho
Concerto de Lara Li (com jantar)

21 horas - Centro Multimeios (Sala António Gaio)
Apresentação do livro "D'Alma Vareira", sobre estatísticas e curiosidades do centenário do Sporting Clube de Espinho, da autoria de João Rodrigues Freitas

21h15 - Biblioteca Municipal
"Palavras no tempo: Religião e Educação" - debate com Luís Grosso e Joaquim Azevedo

21h30 - Auditório de Espinho (Academia de Música)
Espetáculo da fadista Gisela João

7 de novembro

11 horas - Biblioteca Municipal
Sessão especial do segundo aniversário de "Letras e Chupetas" com divulgação dos resultados do concurso de fotografia subordinado ao tema "o meu bebé, a letra e a chupeta"

15 horas - Biblioteca Municipal
Inauguração da exposição fotográfica "Irão: revelação" de Mário Mouraz, seguida de palestra do autor, no âmbito da semana de cultura árabe e de solidariedade promovida pela Nascente

15 horas - Biblioteca Municipal
"Conto um conto para ti"
Público-alvo: crianças dos 5 aos 12 anos (entrada livre e gratuita)

16 horas - FACE - Fórum de Arte e Cultura de Espinho (átio norte)
Inauguração da exposição de pintura de Paula Bacelar

18 horas - Centro Multimeios (Sala António Gaio)
Apresentação do livro "Aos Olhos da Rita" - "Como vivo e sinto a paralisia cerebral", Rita Bulhosa, filha do jornalista de televisão Mário Augusto

21 horas - Casino Espinho
Gala de S. Martinho com Gisela João

21 horas - Hotel Casino Chaves (Solverde)
Gala de São Martinho com Marco Horácio - "Rouxinol Faduncho"

21h30 - Junta de Freguesia de Espinho (auditório)
11.º aniversário do grupo "Os Amigos dos Bombeiros Voluntários de Espinho", com a atuação da Orquestra Juvenil da Banda S. Tiago de Silvalde, da Orquestra Típica e Coral dos Altos-Céus e do grupo de "Os Amigos dos Bombeiros Voluntários de Espinho"

21h30 - Auditório de Espinho (Academia de Música)
Concerto do "cantautor" portuense Nuno Prata

23 horas - Hotel Casino Chaves (Solverde)
Música ao vivo no Bar Plaza (entrada livre) com Royal Band Trio

7 e 8 de novembro

15h30 - Planetário do Multimeios
"Lendas do céu noturno: Perseu e Andromeda" (projeção imersiva a 360º)

16h30 - Planetário do Multimeios
"Nanocam": uma viagem pela biodiversidade (projeção imersiva a 360º)

17h30 - Planetário do Multimeios
"Luas do sistema solar (sessão ao vivo)"

12 de novembro

10 horas - Biblioteca Municipal
"Quintas tecnológicas - sessão gratuita sobre informática com o tema "palavras pass (password)"
Público-alvo: adultos com mais de 25 anos

13 de novembro

10h30 - Museu Municipal
Evocação dos 120 anos da atribuição do Alvará Régio à Fábrica Brandão Gomes & C.^a

14h30 - Junta de Silvalde
Dependências - sessão de esclarecimento público

13 e 14 de novembro

21 horas - Casino Espinho
Concerto do quinteto "Vozes da Rádio" (com jantar)

14 de novembro

20 horas - Hotel Casino Chaves (Solverde)
"Sabores Solverde" - jantar-buffet italiano

23 horas - Hotel Casino Chaves (Solverde)
Música ao vivo no Bar Plaza (entrada livre) com a dupla João Gusmão e Rui Maio

20 de novembro

14h30 - Junta de Anta/Guetim
Dependências - sessão de esclarecimento público

20 e 21 de novembro

21h30 - Casino Espinho
MT80: acústico tributo aos anos 80/90 jantar-concerto)

21 de novembro

15 horas - Biblioteca Municipal
Apresentação do livro "Casador de Muros" de Ana Filomena Amaral

20 horas - Casino Espinho
"Sabores Solverde" - jantar-buffet italiano

21h30 - Auditório de Espinho (Academia de Música)
Concerto da Orquestra Clássica de Espinho, sob direção de Jean-Marc Burfin e com a colaboração da soprano Patrycja Gabrel

21h30 - Auditório da Junta de Freguesia de Espinho
Espetáculo solidário a favor da "Patinhas sem Lar", com Rusga de São Pedro, Grupo Coral e Grupo de Cavaquinhos da Universidade Sénior, Irene Vieira, Adérito Carvalho e Filipe Pinto

21 e 28 de novembro

17 horas e 21h30 - Centro Multimeios
"A Chave do Clube Secreto" - público geral
Musical original para miúdos e graúdos "numa história apaixonante"

23 horas - Hotel Casino Chaves (Solverde)
Música ao vivo no Bar Plaza (entrada livre) com Track it back duo

21 de novembro a 8 de dezembro

Exposição de ilustração e de presépios de Alice Rocha
Centro Multimeios - galeria
Terça a sexta-feira: 9h30 às 18h30 e das 21 às 22 horas
Sábado e domingo: 14 às 19 horas e das 21 às 22 horas

24, 25, 26 e 27 de novembro
10h30, 14h30 e 16 horas - Centro Multimeios
"A Chave do Clube Secreto" - público-alvo: escolas

27 de novembro

14h30 - Junta de Espinho.
Dependências - sessão de esclarecimento público

21h30 - Auditório de Espinho (Academia de Música)
Espetáculo da Companhia Erva Daninha

27 e 28 de novembro

21 horas - Casino Espinho
Concerto de Rão Kyao (com jantar)

1, 2, 3 e 4 de dezembro

10h30, 14h30 e 16 horas - Centro Multimeios
"A Chave do Clube Secreto" - público-alvo: escolas

Até 2 de janeiro de 2016

Exposição "sulla terra feconda di parole" do pintor italiano Alberto Galligani
Museu Municipal (FACE) - Galerias Amadeo de Souza-Cardoso

10-19 horas de segunda a sexta-feira e 11 horas-13h30 e 14h30-19 horas ao sábado



Escola de Paramos no projeto "EcoEscovinha"

A Escola Básica de Paramos, no âmbito do projeto "EcoEscovinha", que consiste na recolha de escovas de dentes usadas, participou num encontro em Lisboa, entre diferentes escolas, no parque do Jamor (Oeiras).

Lá, tiveram a oportunidade de realizar diferentes atividades desportivas, no-

meadamente atletismo, futebol, escalada, estafetas e insufláveis. Havia também pinturas faciais, prova de sumos naturais de Alcobaça, um workshop "De fio a pavio" - criação de velas a partir de óleo usado e carrinhas informativas dos exércitos, da Força Armada e da Marinha.

Também esteve lá Fran-



cis Obíkwelu, campeão mundial em corrida dos 100 metros.

"Foi um dia muito bem passado. Agradecemos à Associação de Pais, que nos proporcionou esta viagem."

"Pausa para Ler" na Escola Gomes de Almeida



O poeta popular Manuel Sancebas numa "pausa para ler"

A equipa da Biblioteca da Escola Secundária Dr. Manuel Gomes de Almeida promoveu mais um encontro de artistas, escritores locais, alunos, ex-alunos, encarregados de educação, professores aposentados, elementos da autarquia e da comunidade local, para comemorar o Dia Internacional da Biblioteca Escolar, na

última segunda-feira de outubro, com a iniciativa "Pausa para Ler"; uma pausa simbólica em todo o agrupamento, que decorreu da parte da manhã, para celebrar a leitura. Pretendeu-se com esta ação "dar maior visibilidade à importância da Biblioteca junto das crianças e jovens, pelo trabalho que desenvolvem nas

áreas da leitura e das literacias, no acesso à cultura e no desenvolvimento da cidadania".

Cada turma recebeu a visita de um leitor convidado, que partilhou uma ou várias leituras na sala de aula e promoveu uma reflexão conjunta em torno da(s) mesma(s).

A equipa da Biblioteca "agradece a todos os convidados pela sua disponibilidade e entusiasmo na concretização desta iniciativa, a todos os docentes envolvidos na iniciativa, bem como aos alunos e professores do Curso de Comunicação (Relações Públicas) e de Restauração que acompanharam esta atividade.

Uma palavra também de agradecimento ao pessoal não docente da Escola Secundária Dr. Manuel Gomes de Almeida, pelo empenho e dedicação; fatores igualmente decisivos para o sucesso desta ação".

Espetáculo solidário para "Patinhas sem Lar"

O Auditório da Junta de Freguesia de Espinho recebe no próximo dia 21, pelas 21h30, um espetáculo solidário a favor da associação "Patinhas sem Lar", com atuações da Rusga de São Pedro, do Grupo Coral e do Grupo de Cavaquinhos da Universidade Sénior, de Irene Vieira, Adérito Carvalho e Filipe Pinto. Bilhetes à venda (5 euros) na loja solidária no Mercado Municipal.

"Palavras pass (password)" na Biblioteca

Decorrem as inscrições (prévias e gratuitas) para a sessão de 12 de novembro, às 10 horas, na Biblioteca Municipal das "Quintas Tecnológicas", com o tema "palavras pass (password)".

O projeto destina-se a adultos com mais de 25 anos.

Degustação

No sábado, das 15 às 18 horas, haverá degustação de compotas e licores na casa de chá/gourmet "20 Intensus", na Rua 20.

Sabores

O Casino Espinho propõe a Francesinha para o mês de novembro. "Esta tradicional e única sanduíche faz-se acompanhar em novembro de uma agradável bebida de pressão. Na Solverde o Outono tem outro sabor."

Futebol tigre vence dérbi em Lamas

A equipa de futebol sénior do Sporting

Clube de Espinho

conquistou uma

vitória ante o

União de Lamas,

por 1-2, em encontro

da oitava jornada

do Campeonato

Distrital

da 1.ª Divisão.

Os tigres, ao intervalo, venciam os lamacenses por 2-0, com um golo apontado por Van Zeller, aos 32 minutos e o outro por Carlos Manel, de grande penalidade, quatro minutos depois, na sequência de uma carga dentro da área do defesa Américo Rocha sobre o ponta-de-lança alvinegro, Lima.

Num dérbi de Aveiro, como há muito não se realizava, foi a equipa do Sporting Clube de Espinho que levou a melhor. Os tigres, com uma excelente primeira parte, acabaram por construir um resultado que lhes deu os três pontos e a quarta posição da tabela classificativa, ficando a escassos dois pontos do topo, que é ocupado pelas equipas do Águeda e do Oliveira do Bairro.

A entrada em campo dos tigres acabou por ser determinante no desfecho da partida. Mais afoitos e objetivos, os espinhenses tiveram um melhor desempenho que o seu adversário. Contudo, foi na sequência de um lance de bola parada (um pontapé de canto) que os pupilos de António Cerqueira chegaram à vantagem.

O golo deu mais alento à equipa do Sporting de Espinho que, ainda antes do intervalo ampliou, na conversão de uma grande penalidade.

No segundo tempo, a equipa do União de Lamas



Foto A. GRAÇA

entrou melhor, inconformada e mais ofensiva. Os lamacenses acabaram por reduzir, também na marcação de uma grande penalidade que castigou um derrube de Américo dentro da área.

Os tigres voltaram a 'pegar' no jogo e poderiam ter chegado ao terceiro se o juiz da partida tivesse assinalado um penalti por mão na bola de um defensor adversário.

Depois disto, a equipa do União de Lamas pressionou, mas acabou por ter pela frente uma 'barreira' quase intransponível.

União de Lamas, 1 Sporting de Espinho, 2
Jogo no Estádio Comendador Henrique Amorim, em Santa Maria de Lamas.
Árbitro: André Castro (AF Aveiro).
Árbitros assistentes: Catarina Amorim e Diogo Oliveira.

Clube de Futebol União de Lamas - Saúl; Marcelo, Joel, João Marques e Américo Rocha; Edu, Luís e Américo;

Rio Largo empata com Novasemente - futebol popular

A equipa do Rio Largo empatou, 3-3, com o Novasemente, em jogo da segunda jornada da 1.ª Divisão do Campeonato de Futebol Popular do Concelho de Espinho. O encontro foi realizado na quarta-feira de 28 de outubro, já depois do fecho da edição.

Com este resultado, a equipa dos Leões Bairristas é líder da prova.

No próximo fim-de-semana realiza-se a 3.ª jornada.

1.ª DIVISÃO
Próxima jornada
Quinta Paramos-Cruzeiro Silvalde (Paramos/sábado/15h)
Magos Anta-Estrelas Vermelhas (Cassufas/sábado/15h)
Corga Silvalde-Novasemente (Seara/sábado/15h)

Pena, Maia e Quim Pedro.
Substituições: Edu por Xavi (61), Pena por Ricardo Gomes (67) e Maia por Tintim (75).

Não utilizados: Hélio, Xavier, Ameriquinho e Vitinha.
Treinador: António Remelgado.

Sporting Clube de Espinho - Rui Pedro; Sanguedo, Fábio Gonçalves, Rui Silva e Bruno Gomes; Ministro, Rui Lopes e Pipa; Van Zeller, Carlos Manuel e Lima.

Substituições: Lima por Murillo (70), Rui Lopes por Coronel (75) e Ministro por Bruno Resende (85).

Não utilizados: Bruno, Aidos, André e Rui João.
Treinador: António Cerqueira.

Ao intervalo: 0-2.
Marcadores: 0-1, por Van Zeller (32); 0-2, por Carlos Manuel (36, gp); 1-2, por Luís (53, gp).

Disciplina: cartão amarelo a Américo Rocha (36), Américo (40), Joel (58) e Marcelo (90+2); Carlos Manuel (40), Bruno Gomes (78), Rui Pedro (90) e Van Zeller (90+2).

Águias Paramos-Leões Bairristas (Paramos/sábado/17h15)
Juventude Outeiros-Cantinho Ramboia (Seara/sábado/17h15)
GD Outeiros-Desportivo Ponte Anta (Seara/domingo/10h)
GD Ronda-Rio Largo (Guetim/domingo/10h)

2.ª DIVISÃO
Próxima jornada
GD Idanha-Estrelas Divisão (Idanha/sábado/15h)
Águias Anta-Império Anta (Cassufas/sábado/17h15)
Bairro Ponte Anta-Lomba Paramos (Cassufas/sábado/19h)
Morgados Paramos-AD Guetim (Paramos/domingo/10h)
Aldeia Nova-Associação Esmojães (Cassufas/domingo/10h)
Estrelas Ponte Anta-Juventude Estrada (Idanha/domingo/10h)
Folga o Desportivo Regresso

Futsal feminino

ZONA NORTE

Resultados

Lusitano Vildemoinhos-Vermoim 0-4
Restauradores Avintenses-Chaves ... 3-0
Nun' Álvares-Santa Luzia 4-7
Canidelo-Novasemente 2-4

Classificação

| | P | J | V | E | D | F-C |
|-------------------|----|---|---|---|---|-------|
| Vermoim | 22 | 8 | 7 | 1 | 0 | 42-13 |
| Novasemente | 20 | 8 | 6 | 2 | 0 | 43-17 |
| Santa Luzia | 16 | 7 | 5 | 1 | 1 | 33-14 |
| Rest.Avintenses | 15 | 7 | 5 | 0 | 2 | 37-17 |
| Nun' Álvares | 7 | 8 | 2 | 1 | 5 | 21-36 |
| Chaves | 6 | 8 | 2 | 0 | 6 | 11-29 |
| Canidelo | 4 | 8 | 1 | 1 | 6 | 21-36 |
| Lus. Vildemoinhos | 0 | 8 | 0 | 0 | 8 | 4-50 |

Próxima jornada

Santa Luzia-Canidelo
Chaves-Lusitano Vildemoinhos
Vermoim-Nun' Álvares
Novasemente-Rest. Avintenses (Cassufas/sábado/18h)

CAMPEONATO DISTRITAL SENIORES MASCULINOS

1.ª DIVISÃO

Resultados

CRECUS-Dinamo Sanjoanense 0-3
Arrifanense-Feirense 6-1
Beira Ria-Atlético Luso 4-3
ARCA-Lobitos 4-4
Azagães-Juventude Canedo 2-2
Bairros-ADREP 5-3
Sp. Silvalde-Atómicos 2-3
Saavedra Guedes-Juventude Fiães 5-1

Classificação

| | P | J | V | E | D | F-C |
|--------------------|----|---|---|---|---|-------|
| Saavedra Guedes | 15 | 5 | 5 | 0 | 0 | 24-4 |
| Bairros | 15 | 5 | 5 | 0 | 0 | 25-11 |
| Juventude Canedo | 11 | 5 | 3 | 2 | 0 | 24-13 |
| Lobitos | 10 | 5 | 3 | 1 | 1 | 24-14 |
| Atómicos | 10 | 5 | 3 | 1 | 1 | 15-11 |
| Azagães | 8 | 4 | 2 | 2 | 0 | 15-7 |
| ARCA | 8 | 5 | 2 | 2 | 1 | 22-20 |
| Atlético Luso | 7 | 5 | 2 | 1 | 2 | 13-14 |
| Arrifanense | 6 | 5 | 2 | 0 | 3 | 23-21 |
| Juventude Fiães | 6 | 5 | 2 | 0 | 3 | 14-20 |
| Sp. Silvalde | 4 | 5 | 1 | 1 | 3 | 12-10 |
| ADREP | 4 | 4 | 1 | 1 | 2 | 9-13 |
| Dinamo Sanjoanense | 3 | 5 | 1 | 0 | 4 | 11-19 |
| Beira Ria | 3 | 5 | 1 | 0 | 4 | 15-31 |
| Feirense | 1 | 5 | 0 | 1 | 4 | 8-27 |
| CRECUS | 0 | 5 | 0 | 0 | 5 | 3-22 |

Próxima jornada

Atómicos-Saavedra Guedes
Dinamo Sanjoanense-Sp. Silvalde (SJ Madeira/sábado/17h)
Feirense-CRECUS
Juventude Fiães-ARCA
Lobitos-Beira Ria
ADREP-Arrifanense
Atlético Luso-Azagães
Juventude Canedo-Bairros

| | Resultados | | | | | Classificação | | | | |
|---------------------------------|------------|---|---|---|---|---------------|--|--|--|--|
| | P | J | V | E | D | GM-GS | | | | |
| São Roque-AD Valonguense | 3 | 2 | | | | | | | | |
| At. Cucujães-Oliv. Bairro | 1 | 0 | | | | | | | | |
| AC Famalicão-Avanca | 0 | 0 | | | | | | | | |
| Fiães SC-Milheiroense | 4 | 1 | | | | | | | | |
| Calvão-P. Brandão | 3 | 0 | | | | | | | | |
| Águeda-Carregosense | 3 | 0 | | | | | | | | |
| Alba-Sporting Paivense | 1 | 1 | | | | | | | | |
| U. Lamas-Sp. Espinho | 1 | 2 | | | | | | | | |
| Esmoriz-S. João Ver | 1 | 1 | | | | | | | | |
| Oliv. Bairro | 21 | 8 | 7 | 0 | 1 | 20-5 | | | | |
| Águeda | 21 | 8 | 7 | 0 | 1 | 19-5 | | | | |
| Fiães SC | 19 | 8 | 6 | 1 | 1 | 17-4 | | | | |
| Sp. Espinho | 19 | 8 | 6 | 1 | 1 | 13-7 | | | | |
| U. Lamas | 14 | 8 | 4 | 2 | 2 | 14-7 | | | | |
| Sporting Paivense | 13 | 8 | 4 | 1 | 3 | 12-11 | | | | |
| Avanca | 12 | 8 | 3 | 3 | 2 | 7-8 | | | | |
| At. Cucujães | 11 | 8 | 3 | 2 | 3 | 7-9 | | | | |
| Carregosense | 10 | 8 | 3 | 1 | 4 | 16-14 | | | | |
| Calvão | 9 | 8 | 3 | 0 | 5 | 16-19 | | | | |
| AC Famalicão | 8 | 8 | 2 | 2 | 4 | 8-8 | | | | |
| Esmoriz | 7 | 8 | 2 | 1 | 5 | 10-19 | | | | |
| AD Valonguense | 7 | 8 | 2 | 1 | 5 | 12-15 | | | | |
| P. Brandão | 7 | 8 | 2 | 1 | 5 | 9-12 | | | | |
| Alba | 7 | 8 | 2 | 1 | 5 | 9-17 | | | | |
| Milheiroense | 6 | 8 | 1 | 3 | 4 | 8-20 | | | | |
| S. João Ver | 6 | 8 | 1 | 3 | 4 | 6-14 | | | | |
| São Roque | 6 | 8 | 1 | 3 | 4 | 6-15 | | | | |

Próxima jornada (08/11)

São Roque-At. Cucujães
Oliv. Bairro-AC Famalicão
Avanca-Fiães SC
Milheiroense-Calvão
P. Brandão-Águeda
Carregosense-Alba
Sporting Paivense-U. Lamas
Sp. Espinho-Esmoriz (15 horas)
AD Valonguense-S. João Ver

Hóquei em patins academista longe do habitual

A equipa de hóquei em patins sénior da Associação Académica de Espinho deslocou-se no sábado até Barcelos para defrontar o Oquei de Barcelos "B", onde perdeu os primeiros pontos da temporada, por 'culpa' de uma exibição muito abaixo daquilo que já demonstrou esta temporada.

A Associação Académica de Espinho entrou na partida inaugurando o marcador logo nos primeiros dois minutos de jogo, vantagem que se conservou até ao intervalo e que podia ter ampliado nas diversas ocasiões de contra-ataque que criou.

Após o intervalo, o Óquei de Barcelos "B" conseguiu chegar à igualdade numa recarga a um remate de meia distância. Os academistas ainda conseguiram ganhar vantagem quando faltavam 10 minutos para o final da partida, mas no mesmo minuto permitiram o empate e o golo da reviravolta.

A perder, a Associação Académica de Espinho 'correu atrás do prejuízo', e tentou o golo de todas as formas, o que até conseguiu, mas a dupla de arbitragem, inexplicavelmente, invalidou-o.

O Óquei de Barcelos acabaria por sentenciar a partida a dois minutos do fim, de livre direto. A Associação Académica de Espinho continua a liderar a tabela classificativa, no entanto, acompanhada dos Carvalhos.

Os golos dos academistas foram apontados por João Paulo Marques e Pedro Silva.

No próximo sábado (18,30 horas) a Associação Académica de Espinho recebe o também candidato à subida de divisão, o Clube Infante de Sagres.

Entretanto, a equipa de sub-17 de hóquei em patins da Associação Académica de Espinho perdeu com o Futebol Clube do Porto por 11-2 e os sub-13 academistas foram derrotados, em Valongo, por 6-1, em jogos a contar para os

respetivos campeonatos distritais.

No próximo fim-de-semana realizam-se os seguintes jogos:

Académica de Espinho-Infante de Sagres (seniores), sábado, às 18h30, no Pavilhão Arquiteto Jerónimo Reis, em Espinho; Académica de Espinho-Lavra (juniores), domingo, às 17h30, no Pavilhão Arquiteto Jerónimo Reis, em Espinho; Sobreira-Académica de Espinho (sub-17), sábado, às 16h15, no pavilhão do Sobreira; Académica de Espinho-Académico do Porto (sub-13), domingo, às 11 horas, no Pavilhão Arquiteto Jerónimo Reis, em Espinho; Ola Mouriz-Académica de Espinho (escolares), sábado, às 16h15, no pavilhão do Ola Mouriz; Ola Mouriz-Académica de Espinho (benjamins), sábado, às 15 horas, no pavilhão do Ola Mouriz.

2.ª DIVISÃO - NORTE

Carvalhos-Riba D'Ave 5-4
Valença-Juv. Pacense 5-2
Infante Sagres-Famalicense 3-2
O. Barcelos B-AA Espinho 4-2
EL Azeméis-Cart 2-3
Lavra-Cucujães 5-4
CD Póvoa-Marco 6-6

Classificação

| | P | J | V | E | D | F-C |
|----------------|----|---|---|---|---|-------|
| AA Espinho | 12 | 5 | 4 | 0 | 1 | 36-21 |
| Carvalhos | 12 | 5 | 4 | 0 | 1 | 22-15 |
| Riba D'Ave | 10 | 5 | 3 | 1 | 1 | 32-16 |
| Marco | 10 | 5 | 3 | 1 | 1 | 28-30 |
| Valença | 9 | 5 | 2 | 3 | 0 | 16-11 |
| Cart | 9 | 5 | 3 | 0 | 2 | 12-19 |
| CD Póvoa | 8 | 5 | 2 | 2 | 1 | 22-21 |
| Famalicense | 6 | 5 | 2 | 0 | 3 | 18-18 |
| EL Azeméis | 6 | 5 | 2 | 0 | 3 | 19-24 |
| O. Barcelos B | 6 | 5 | 2 | 0 | 3 | 14-21 |
| Juv. Pacense | 4 | 5 | 1 | 1 | 3 | 15-20 |
| Lavra | 4 | 5 | 1 | 1 | 3 | 18-20 |
| Infante Sagres | 4 | 5 | 1 | 1 | 3 | 16-23 |
| Cucujães | 0 | 5 | 0 | 0 | 5 | 17-26 |

Próxima jornada

Riba D'Ave-CD Póvoa
Juv. Pacense-Carvalhos
Famalicense-Valença
AA Espinho-Infante Sagres (Espinho/sábado/18h30)
Cart-O. Barcelos B
Cucujães-EL Azeméis
Marco-Lavra

“Não podia deixar este mundo sem que o clube da minha paixão não tivesse a própria história” - “100 Anos D’Alma Vareira”

Livro de João Freitas reconta a história do futebol do Sporting de Espinho

A apresentação do livro “100 Anos d’Alma Vareira” da autoria de João Rodrigues de Freitas está agendada para as 21 horas desta sexta-feira, no auditório do Centro Multimeios.

A publicação reconta a história de 100 anos de futebol do Sporting de Espinho através de um conjunto de dados, estatísticas, curiosidades e imagens. João Freitas, apaixonado pelo clube (sócio n.º 663), fez uma investigação e recolha exaustiva que apresenta agora em formato de livro, “com a promessa de trazer à luz as estórias que estavam ainda por contar. A apresentação dos “100 Anos d’Alma Vareira” é abrilhantada por um espetáculo de entretenimento com artistas e coletividades espinhenses - Rusga de São Pedro, Oficina de Teatro de Espinho, Grupo Entre Lá e Cá, mágico João Soares, Cheerleaders do Sporting de Espinho e Dj Disca Riscos. “O livro é uma enciclopédia completa sobre o futebol no Sporting Clube de Espinho, com base em pesquisas feitas durante três anos em mais de 53 mil jornais.”

Lúcio Alberto

- Quando é que encetou e como é que desenvolveu esta produção documental?

“Este projeto abracei-o em 5 de fevereiro de 2012, já lá vão quase quatro anos (1360 dias!) e garanto que dificilmente falhava um dia, nem que uma hora que fosse. E nos fins de semana era quando pesquisava os jornais de Artur Faustino, dono de um rico espólio, a quem agradeço toda a disponibilidade e paciência que teve para comigo. Além da cedência de informação escrita, também é dono de um saber do que é a história do Sporting de Espinho e da cidade. Quando tocava a férias, não deixava de levar o computador e sempre que podia lá estava eu a enriquecer a vida do passado do Sporting de Espinho. E por ele desmazelei a minha vida pessoal familiar e empresarial, mas não me arrependo. Agora estou aliviado, porque a obra fez-se.”

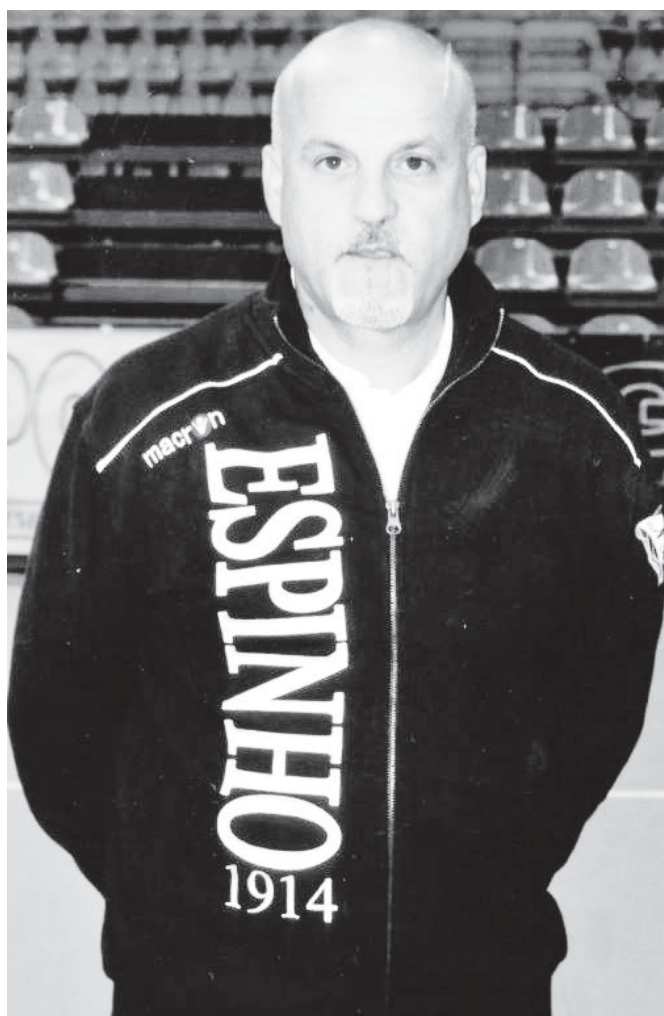
- O que é que o motivou a levar a cabo este projeto documental sobre o futebol (centenário) do Sporting de Espinho?

“Não podia deixar este mundo sem que o clube da

minha paixão não tivesse a própria história. O Sporting de Espinho está vivo e com certeza continuará pela vida fora, mas quase nada se sabe do seu passado, principalmente da modalidade que o fez nascer, ou seja o futebol. Por exemplo, imagine que quer saber o que aconteceu na época de 1966/67 aquando da conquista da Taça dos Reis. Saber qual foi o percurso até chegar à final no Estádio da Tapadinha, em Alcântara, Lisboa. Vão ficar surpreendidos que o clube mudou de treinador três vezes essa época e saiu vencedor de tão prestigiada competição, perante um clube que ganhou nessa época a Taça de Portugal ao Sport Lisboa e Benfica e que antes de jogar com os humildes rapazes cá do burgo tinha ganho nas meias-finais ao Almada por 9-1. Já que estou a falar deste jogo, quem vai ficar feliz é o meu amigo e revoltado Daniel Lázinha, porque nunca viu a foto da equipa da final ser publicada em qualquer livro ou exposição.”

- Mas numa centena de anos haverá muita coisa para mostrar...

“Em cada época em que apresento o futebol, com to-



dos os resultados, classificações, os atletas que participaram, os jogos que fizeram e os golos que marcaram, não deixo de apresentar curiosidades e apontamentos sobre as outras modalidades do clube que vão nascendo e o que vai acontecendo. Os adeptos do futebol, e principalmente os espinhenses, vão saber nos 100 anos, por ordem classificada, quais foram os presidentes da Direção que mais anos estiveram no clube, os jogadores que mais épocas fizeram, dos jogadores que mais jogos fizeram e os jogadores que mais golos marcaram. E isso também se estende aos treinadores. Vão saber também o total de jogos que o Espinho fez, as vitórias, empates, derrotas, golos marcados e sofridos.”

- Estatísticas, história... e estórias?!

“Há curiosidades fantásticas, como saber que o

- Eis, assim, a vida (centenária) de um clube na vida de um homem...

“Só podia ser um doido como eu para fazer este valioso espólio que vai enriquecer o nosso Espinhinho! O clube já tem cem anos e passaram décadas sem ninguém ter a coragem para esta aventura. Eu tive. E, por isso, sou um homem muito feliz. A minha querida mãe, que já tem 89 anos, é uma revoltada por me dedicar tanto ao Espinho. Só lhe digo como já diz o meu filho João Pedro, que está no sangue.”

- E voltando ao livro... O que é mais pode revelar antes de ser dado à estampa?

“Não deixo também de falar de acontecimentos extra Sporting de Espinho muito interessantes para o concelho de Espinho. Pouca gente saberá que o Império de Anta já existia em 1928 e que jogou ao lado do Sporting de Espinho, no escalão maior do futebol de então, em que só existiam os distritais em todo o país. E também desconhecem que o Sporting Clube de Silvalde, que se fundou em 1927, o Guetim Sport Club, que existia em 1926, e o Paramos Futebol Clube jogaram nos distritais de Aveiro, nas categorias abaixo. Também registo resultados destes clubes.”

- Este seu trabalho terá reflexos na projeção da imagem do Sporting de Espinho?

“Não tenho dúvidas que este trabalho vai ser importante para o Sporting de Espinho e para a cidade. Digo com toda a certeza que vão ver o impacto que vai ter. Vamos demonstrar que têm que nos respeitar, porque fazemos parte da história do desporto nacional. Cem anos são 100 anos com onze presenças no escalão maior do futebol português. E muito mais diria! Tenho a certeza que este trabalho é único no nosso país. Não há clube algum que tenha um trabalho de pesquisa tão profundo como a história do Sporting

“Sendo eu nascido e criado em Espinho, vivendo o clube desde praticamente o primeiro momento, tendo jogado e participado directamente no clube, deu-me muito gozo fazer este livro sem apoio.

Era lamentável que o clube não tivesse a sua história documentada em livro. Estamos a comemorar o centenário e nunca apareceu até hoje um livro com a história do futebol do clube. Temos uns pequenos tópicos num ou noutro livro, numa ou noutra exposição. Mas a história tinha de ser contada e o clube tinha de a ter. Havia muitas coisas do Sporting de Espinho que não se conhecia mas, fruto de um esforço muito grande, consegui dizer aos espinhenses de hoje e àqueles que hão-de vir que o Espinho tem 100 anos e uma história. E se ela não está completa, a culpa não é minha... Nem todos disponibilizaram os dados que têm nas sua posse é nem tudo tem a informação completa... É mais fácil, por exemplo, uma pesquisa sobre o Benfica...”

“Eu vou acreditar que o Sporting de Espinho tem margem para mais cem anos. Não podemos esquecer as raízes e não devemos ignorar aqueles homens que fizeram a história do Espinho. E seria uma ingratidão da parte da cidade e dos espinhenses ignorarem o Sporting de Espinho e deixá-lo acabar.”

“Eu vou acreditar que o Sporting de Espinho tem margem para mais cem anos. Não podemos esquecer as raízes e não devemos ignorar aqueles homens que fizeram a história do Espinho. E seria uma ingratidão da parte da cidade e dos espinhenses ignorarem o Sporting de Espinho e deixá-lo acabar.”

“Eu vou acreditar que o Sporting de Espinho tem margem para mais cem anos. Não podemos esquecer as raízes e não devemos ignorar aqueles homens que fizeram a história do Espinho. E seria uma ingratidão da parte da cidade e dos espinhenses ignorarem o Sporting de Espinho e deixá-lo acabar.”

“Eu vou acreditar que o Sporting de Espinho tem margem para mais cem anos. Não podemos esquecer as raízes e não devemos ignorar aqueles homens que fizeram a história do Espinho. E seria uma ingratidão da parte da cidade e dos espinhenses ignorarem o Sporting de Espinho e deixá-lo acabar.”

“Eu vou acreditar que o Sporting de Espinho tem margem para mais cem anos. Não podemos esquecer as raízes e não devemos ignorar aqueles homens que fizeram a história do Espinho. E seria uma ingratidão da parte da cidade e dos espinhenses ignorarem o Sporting de Espinho e deixá-lo acabar.”



“Não vejo a luz ao fundo do túnel no problema do estádio. Não há condições financeiras para responder para corresponder àquilo que tanto ansiamos, ou seja ter o nosso estádio. Já alertei para isso em vários artigos no jornal Defesa de Espinho, questionando o que é que vai ser do nosso clube... Houve precipitações em algumas atitudes que se tomaram e deveria ter-se dado a volta à situação já de então... Mas isso já é passado. Agora há o presente e há que pensar no futuro.”

“Sou sócio do Sporting de Espinho desde os 17 anos. Mas por força da vida militar e das minhas condições económicas, que não eram boas – posso dizer com orgulho que era pobre –, não reconhecera no clube que não tinha condições para pagar as quotas quando eu estava de serviço no Ultramar. E por isso tiraram-me de sócio. Mas nunca deixei de ir ver os jogos de futebol, pagando com muita dificuldade o bilhete. Voltei a ser associado do clube em 1986, na presidência do Dr. Manuel Violas e através do meu irmão Manuel Freitas. Tenho 63 anos mas com toda a justiça deveria ser considerado sócio do clube desde há 46 anos.”

“Fui juvenil e júnior no futebol do Sporting de Espinho. Era defesa esquerdo e não era mau jogador, ao ponto de subir aos seniores com o treinador José Sérulo Alcobia. Fui promovido a sénior juntamente com o Fernando Gonçalves e o Pereirinha que viariam a ser alguém no futebol. Eu tive de deixar o futebol, por causa dos horários do meu trabalho e das necessidades financeiras do meu lar.”



Clube de Espinho. Em caso contrário... provem-me. Vai haver clubes que vão me agradecer por este trabalho, porque também para eles está registado muito da sua história, principalmente as classificações em determinadas épocas. Sim, porque como o próprio Sporting de Espinho quase nada tem da sua história, outros também estarão na mesma situação.”

– Em que é que se inspirou para o título do livro?

“Com as várias pessoas que comigo colaboraram, pôs-se em cima da mesa muitos nomes para o livro. Mas a decisão final aconteceu quando assistia a um programa de televisão sobre a cidade de Espinho, em que o entrevistador pergunta ao Dr. Pinto Moreira, presidente da Camara Municipal de Espinho, o que é que mais caracteriza o povo de Espinho... A resposta foi rápida: ‘A alma vareira’. Logo liguei a Rui Fonseca e lhe disse que o livro ia ter o título de ‘100 Anos d’Alma Vareira’. Esse era um dos nomes na lista que eu muito gostava. Enfim, como havia muitos empates de opiniões, o ‘juiz’ decidiu... e está decidido.”

– Entretanto, ficou alguma dor d’alma?

“Bati muitas portas onde eu entendia que recolheria fotos e informações, mas saía muito triste porque, por isto ou por aquilo, não tinham ou não sabiam onde estavam os documentos. Enfim, é como se me batessem forte na cara. No momento em que me fechavam a porta caía em mim um mau estar enorme. Sentia que o meu coração saltava. Lamento imenso, pois poderia aqui e ali conseguir mais alguma informação. Conte seis as portas que não se abriram. É pena. Não pedia informações para mim, era para o nosso Espinho. Informações que iriam valorizar mais este trabalho que fica para os amantes do desporto e para a cidade. As pessoas que negaram vão e levam consigo a história que cá fazia muito jeito a quem por aqui fica e para aqueles que ainda virão. Também está dentro de mim um golpe bem profundo que dificilmente se estancará, mas com a ajuda de Deus vou suportando essa dor. Sou um homem de sacrifícios e não tenho receio das dificuldades da vida. Aliás, me dá mais força para prosseguir com outros objetivos. Para já reservarei para mim esta dor que também é do Sporting de Espinho. Podem crer que quem mal faz a este livro é fazer mal ao nosso Tigre!”

– Mas sobejam agradecimentos?!

“Se meia dúzia de portas se fecharam, foram muitíssimas as que se abriram para que este trabalho tornar-se

realidade. Tive a experiência de observar como muitas pessoas gostavam daquilo que ainda sentiam ser delas. Deixo também o meu agradecimento e saudações do ‘Tigre’ no jornal Defesa de Espinho como também no meu livro. E aproveito para transmitir que espero não me ter esquecido de ninguém; se o fiz... peço imensas desculpas. Na Biblioteca Municipal do Porto, em S. Lázaro, até este momento foram 102 presenças, em que entrava às 9 e saía às 19 horas; só parava um pouco para me alimentar. Criei grandes amizades, desde a diretora Dra. Paula até ao funcionário da receção, o que tornou mais fácil o meu trabalho. E daqui e através do jornal Defesa de Espinho aproveito para dizer a todos em geral o meu muito obrigado. Até porque eu sei que este jornal irá para lá; um abraço! Também não me posso esquecer o contributo prestado pela Biblioteca Municipal de Espinho, através dos seus funcionários que sempre foram prestáveis para comigo. Tive tratamento igual nas bibliotecas de Ovar e Aveiro nas várias vezes que lá me desloquei. Senti muitas vezes, nessas pessoas, o carinho que tinham ao meu clube. Isso me deixava muito feliz. Quero agradecer o contributo exaustivo que Rui Fonseca e Daniela Sá tiveram para que este trabalho se tornasse realidade. Foram centenas de horas nos últimos quatro meses. Chegou-se a fazer 17 horas num dia. A eles quero expressar o meu agradecimento. Sem eles não conseguia apresentar a ‘Alma Vareira’ no ano do aniversário. E por último não podia passar em claro o meu grande agradecimento à Camara Municipal de Espinho, através do seu presidente, o apoio dado ao meu ambicioso projeto que, segundo o Dr. Pinto Moreira, merece uma sala a altura deste livro, que é o Multimeios. Também agradecer ao assessor do presidente, Sr. Vítor Hugo, toda a colaboração prestada, e também à vereadora da Cultura, Dra. Leonor Fonseca.”

– E ainda resta “alma”?

“Como já disse atrás, espero que os espinhenses admirem este meu trabalho, porque é um reconhecimento de que vale a pena continuar com a história do Sporting Clube de Espinho. E até porque já se encontra quase concluído outro grande trabalho que é sobre o voleibol, modalidade que nos identifica também pelo país fora. E sendo o voleibol a segunda modalidade mais representativa do clube e a mais histórica no país, entendo que merece também um livro que retrate a riqueza da sua história que já leva 75 anos de existência. As outras modalidades, se Deus me der forças, virão a seguir.”

“Fui campeão nacional por quatro vezes e ganhei uma Taça de Portugal enquanto vice-presidente do voleibol. Vencemos um torneio na Holanda com oito equipas de vários países. Fomos convidados para um estágio a custo zero no Egito e a seleção egípcia viria a apurar-se para os Jogos Olímpicos.”

“O meu filho Joãozinho ainda estava na barriga da mãe e já vivia as grandes emoções do Sporting de Espinho. Os pavilhões estavam cheios, o barulho era ensurdecedor e o Joãozinho já sentia aquilo tudo. Até já dava pontapés... Entretanto, foi guarda-redes do futebol do Sporting de Espinho e considerado o melhor guarda-redes num torneio em Esmoriz. Tinha futuro na baliza, mas ele sabe que o pai também goistou muito de voleibol e como tem qualidades para o voleibol optou por iniciativa própria jogar vólei no nosso Espinho!”

“Falar sobre o Toninho não é fácil. É uma pessoa com uma história enorme na sua própria vida e no voleibol do clube e com um coração ainda maior. Precisávamos de muitos mais Toninhos no nosso Sporting de Espinho. O Toninho é um homem que sabe estar no desporto: sabe viver as grandes emoções, mas também sabe conviver com os momentos menos bons...”

Sporting de Espinho festeja 101.º aniversário em dia de S. Martinho

O Sporting Clube de Espinho vai assinalar na quarta-feira, 11 de novembro, o seu 101.º aniversário.

Eis o programa das festividades:

Dia 11 – Hastear da bandeira, na sede do Sporting Clube de Espinho, às 12 horas; sessão solene comemorativa dos 101 anos, às 21h30, no auditório da Junta de Freguesia de Espinho, com homenagem aos sócios com 50 e 25 anos de filiação e homenagem a atletas e personalidades.

Dia 15 – Romagem ao Cemitério Municipal de Espinho, às 11 horas, para prestar homenagem a sócios, atletas e dirigentes falecidos – colocação de lápides.

Surfista Luísa Meneses no Nacional de Esperanças



A surfista espinhense Luísa Meneses participou no seu primeiro Campeonato Nacional de Esperanças femininas, que decorreu na praia de S. Pedro do Estoril, alcançando os quartos-de-final da prova.

A final do surf esperanças, que contou com as

melhores atletas do país, teve condições muito exigentes para todas as atletas.

Foi o coroar do seu desempenho regular de Luísa Meneses ao longo da época e que serviu para ganhar experiência e ajudar na sua evolução no surf.

Nova vitória do bilhar tigre

A equipa de bilhar do Sporting Clube de Espinho venceu confortavelmente o Voxx C.B./ Dany Bar de Paços de Ferreira por 9-4. Após algum equilíbrio inicial (0-1, 1-1, 1-2, 2-2, 3-2, 4-2, 4-3, 5-3, 6-3, 6-4, 7-4, 8-4 e 9-4), a equipa espinhense conseguiu impor-se no jogo, conquistando uma vantagem que permitiu alcançar uma vitória justa. Com este triunfo, os tigres ocupam agora o terceiro posto na classificação com 7 pon-

tos (duas vitórias e um empate) desta Série 4 do Campeonato Nacional da 3.ª Divisão de pool português.

Jogaram pelo Sporting Clube de Espinho: Henrique Tavares, Juliano Correia, Paulo Pinto e Paulo Veiga (cap.). Luís Santos foi suplente, não tendo sido utilizado.

O jogo próxima jornada realiza-se hoje (quinta-feira) pelas 21h30 no Café Palácio com a equipa do CF Perosinho Mirante B.

Missão cumprida na Arena Tigre

A equipa sénior masculina de voleibol do Sporting Clube de Espinho cumpriu os objetivos a que se propôs neste fim-de-semanas e somou os seis pontos que estiveram em jogo. Depois da vitória da véspera sobre o Sporting Clube das Caldas (3-0), a equipa de Filipe Vitó voltou a ser mais forte no segundo jogo, com o Leixões, desta jornada dupla.

Manuel José Macedo

Os tigres entraram sólidos e não se deixaram surpreender quando o adversário, o Sporting das Caldas, reagiu. Mas essa reação deve servir de aviso para que não haja espaço para relaxamentos no futuro...

Depois de algum equilíbrio nos primeiros instantes, o Sporting Clube de Espinho disparou para se colocar à frente do marcador. E uma entrada forte no segundo set parecia indicar que a equipa de Filipe Vitó caminhava para um triunfo tranquilo. Puro engano. O Sporting das Caldas não 'atirou a toalha ao chão', recuperou e obrigou o Sporting de Espinho a 'puxar dos galões' para fazer o 2-0 nas vantagens, antes de selar a terceira vitória consecutiva. O venezuelano José Rojas

foi quem mais esteve inspirado neste encontro, assinando 15 pontos.

No dia seguinte, com o Leixões Sport Clube, o Sporting Clube de Espinho entrou melhor na partida, mas no segundo set cometeu alguns erros iniciais que permitiram que o conjunto de Matosinhos acreditasse. Contudo, os tigres reencontraram-se e carimbaram o quarto triunfo consecutivo no campeonato.

Jose Rojas voltou a ser o mais acertado nesta partida, com 20 pontos.

No próximo sábado, dia 7, às 15h30 o Sporting Clube de Espinho joga o sempre apetecido dérbi com a Associação Académica de Espinho, no Pavilhão Arquiteto Jerónimo Reis, em Espinho.

No final do jogo com o Leixões, no domingo, o treinador da equipa do Sporting Clube de Espinho, Filipe Vitó realçou que "o mais importante foi termos conseguido duas vitórias, seis pontos".

"Este jogo com o Leixões foi um pouco atípico. Entramos bem, depois começamos a cair um pouco, a cometer alguns erros e deixamos a equipa adversária crescer. Ainda equilibrámos, mas acabamos por perder o segundo set. Depois compusemos as coisas e conseguimos vencer. Cumprimos o objetivo", sublinhou. "Agora vamos começar a pensar no jogo com a Associação Académica de Espinho".

Relativamente ao jogo de sábado, com o Sporting das Caldas, Filipe Vitó reconheceu que o Sporting de Espinho "não fez a melhor das exibições", mas reiterou que "o objetivo foi cumprido. Foi melhor o resultado do que a exibição. Tivemos fases boas no jogo e outras menos boas, mas o objetivo foi cumprido", disse o treinador dos tigres. "Houve um momento em que tivemos de disputar o



Fotos FRANCISCO AZEVEDO/FOCAL POINT

"Duas vitórias, seis pontos" - Filipe Vitó



resultado, mas depois corrigimos algumas coisas e ganhámos 3-0, que era o principal objetivo", concluiu.

Sporting de Espinho, 3 Leixões, 1

Jogo na Arena Tigre, na Nave Polivalente de Espinho.

Árbitros: Vaz de Castro (AV Viseu) e Nuno Cunha (AV Braga).

Parciais: 25-18 (22m), 26-28 (30m), 25-17 (22m) e 25-19 (24m).

Sporting Clube de Espinho - José Rojas (20 pontos), Filipe Pinto (17), Kibinho (10), Miguel Maia (2), Phelps (1), Alejandro Sanoja (4) e Hugo Ribeiro (líbero); Robertão (3), Pedro Maia, Tiago Silva e Kevin Carabali (7).

Treinador: Filipe Vitó.

Leixões Sport Clube - Pedro Simões (6 pontos), Pedro Paraty (14), Valter Luz (9), Hélder Spencer (13), Ricardo Ventura (1), Gabriel Cardoso (4) e Francisco

Ferreira (líbero); Vasco Campos e José Casas (3).

Treinador: Bruno Carvalho.

Sporting de Espinho, 3 Sporting das Caldas, 0

Jogo na Arena Tigre, na Nave Polivalente de Espinho.

Árbitros: Rui Carvalho e António Moreira (AV Porto). Parciais: 25-21 (23m), 26-24 (28m) e 25-21 (24m).

Sporting Clube de Espinho - José Rojas (15 pontos),

1.ª Divisão de voleibol

5.ª Jornada

| | |
|---------------------------------|-----------------------------------|
| Esmoriz-Benfica | 0-3 (16-25, 19-25 e 16-25) |
| AAS Mamede-Leixões | 3-1 (24-26, 25-15, 25-15 e 25-23) |
| Vitória SC-Fonte Bastardo | 0-3 (16-25, 22-25 e 17-25) |
| Vilacondense-AA Espinho | 3-1 (26-28, 25-19, 25-16 e 26-24) |
| Madalena-Castêlo Maia | 0-3 (16-25, 18-25 e 16-25) |
| Sp. Espinho-Sp. Caldas | 3-0 (25-21, 26-24 e 25-21) |

6.ª Jornada

| | |
|---------------------------------|--|
| Esmoriz-Vitória SC | 3-2 (25-21, 15-25, 17-25, 25-21 e 15-12) |
| Vilacondense-AAS Mamede | 3-2 (21-25, 25-15, 25-14, 16-25 e 20-18) |
| Madalena-Benfica | 0-3 (21-25, 15-25 e 15-25) |
| Sp. Espinho-Leixões | 3-1 (25-18, 26-28, 25-17 e 25-19) |
| Sp. Caldas-Fonte Bastardo | 0-3 (21-25, 18-25 e 15-25) |
| Castêlo Maia-AA Espinho | 3-0 (25-15, 25-17 e 25-19) |

Classificação

| | P | J | D | F-C |
|----------------|----|---|---|-------|
| Benfica | 18 | 6 | 0 | 18-2 |
| Fonte Bastardo | 15 | 6 | 1 | 15-3 |
| Vilacondense | 12 | 6 | 1 | 16-11 |
| Sp. Espinho | 12 | 6 | 2 | 13-7 |
| Castêlo Maia | 12 | 6 | 2 | 12-8 |
| AAS Mamede | 12 | 6 | 2 | 15-10 |
| Esmoriz | 8 | 6 | 3 | 10-11 |
| AA Espinho | 6 | 6 | 2 | 8-14 |
| Vitória SC | 5 | 6 | 1 | 8-16 |
| Madalena | 5 | 6 | 1 | 7-15 |
| Sp. Caldas | 3 | 6 | 1 | 5-15 |
| Leixões | 0 | 6 | 0 | 3-18 |

Próxima jornada

AAS Mamede-Esmoriz
Benfica-Vitória SC
Leixões-Vilacondense
Fonte Bastardo-Madalena
AA Espinho-Sp. Espinho (Espinho/sábado/15h30)
Castêlo Maia-Sp. Caldas

Filipe Pinto (11), Kibinho (9), Miguel Maia (1), Phelps (6), Alejandro Sanoja (5) e Hugo Ribeiro (líbero); Robertão (1), Jonathan Nunes (3), Tomás Guerra e Kevin Carabali.

Treinador: Filipe Vitó.

Sporting Clube das Caldas - Ivo Rodrigues (6 pontos), Luca (14), Luís Moreira (8), José Vieira (12), André Henriques (6), José Jardim e Miguel Agapito (líbero); Afonso Reis.

Treinador: Júlio Reis.

Seniores femininos da AJM estreiam-se com vitória

Fim-de-semana cem por cento vitorioso para as equipas de voleibol da Academia José Moreira (AJM), vencendo os sete jogos em disputa, cedendo apenas um set no somatório dos jogos. No sábado, a primeira equipa a entrar em ação foi a de juvenis masculinos, que recebeu no pavilhão do Centro Social Luso Venezolano, o Esmoriz 'B', vencendo-o por 3-0 (25-12, 25-18 e 25-14). De seguida foi a vez das juniores se deslocarem à Maia para defrontarem o Gueifães, vencendo o adversário por 0-3 (16-25, 23-25 e 17-25).

Ainda no sábado, as cadetes receberam no pavilhão do Centro Luso Venezolano, do Clube Desportivo da Póvoa, vencendo, sem dificuldades, por 3-0 (25-14, 25-19 e 25-09).

No domingo, as juvenis da AJM receberam o Desportivo da Póvoa, vencendo por 3-1 (25-14, 22-25, 25-17 e 25-06).

Ainda da parte da tarde, os juniores masculinos deslocaram-se a Viana do Castelo, para defrontarem a equipa local, e num jogo em que se esperava alguma oposição, os atletas da AJM venceram

de forma concludente por 0-3 (14-25, 11-25 e 20-25). À mesma hora, as iniciadas da AJM, deslocaram-se a Busto, para defrontar o Frei Gil e no seguimento dos bons resultados e exibições ultimamente conseguidos, triunfaram uma vez mais por 0-3 (11-25, 11-25 e 19-25).

Para terminar, foi a vez das seniores da AJM fazerem a sua estreia em competição e deslocaram-se a Matosinhos para defrontarem o Leixões 'B'. Num jogo sem história e com fraca oposição, venceram claramente por 0-3 (7-25, 11-25 e 18-25).



Dupla derrota

A equipa sénior masculina de voleibol da Associação Académica de Espinho, perdeu os dois encontros que realizou no fim-de-semana, a contar para o Campeonato Nacional da 1.ª Divisão.

No encontro de sábado, a equipa deslocou-se a Vila do Conde para defrontar o Ginásio Clube Vilacondense, tendo perdido por 1-3 (26-28, 25-19, 25-16 e 26-24). No domingo, os academistas viajaram até ao Castelo da Maia para defrontar a forte equipa local, tendo sido novamente derrotada, desta feita por 0-3 (15-25; 17-25; 19-25).

Neste fim-de-semana de jornada dupla, a sorte não esteve do lado dos academistas.

Vilacondense, 3

Académica de Espinho, 1
Jogo no Pavilhão dos Desportos de Vila do Conde. Árbitros: Cesário Rama (AV Coimbra) e Avelino Azevedo (AV Porto).

Parciais: 26-28 (28m), 25-19 (24m), 25-16 (22m) e 26-24 (28m).

Ginásio Clube Vilacondense - Francisco Pombeiro (3 pontos), João Lemos (14), Joel Costa (3), Valdir Reis (36), Bernardo Leite (9), Mário Fontes (9) e Jorge Graça (líbero, 1 ponto); Tiago Lourenço, João Pontes, Fábio Lourenço, David Moreira e André Lourenço.

Treinador: José Pedro Pontes.

Associação Académica de Espinho - David Marques (1 ponto), Daniel Canas (5), Filipe Sousa (12), Pedro Figueiredo (21), Januário Silva (3), Jorge Iglésias (5) e Sandro Mota (líbero); Diogo Maia (6), Paulo, Gonçalo Sapage (2), Ricardo Alvar (9), José Soares e Paulo Reis.

Treinador: Paulo Brenha.

Castelo da Maia, 3

Académica de Espinho, 0
Jogo no Pavilhão do Castelo da Maia Ginásio Clube, em Castelo da Maia. Árbitros: Ricardo Ferreira (AV Porto) e Hélder Lácio (AV Braga).

Parciais: 25-15 (20m), 25-17 (26m) e 25-19 (28m).

Castelo da Maia Ginásio Clube - Manuel Silva (7 pontos), Hélio Sanchez (6), José Neves (4), Flávio Cruz (11), Filip Cveticanin (5), Lourenço Martins (6) e Gil Meireles (líbero); Diogo Salvador, Gustavo Figueiredo, Bernardo Martins (4), João Neves e José Pedro Gomes (2).
Treinador: Rui Pedro Silva.

Associação Académica de Espinho - Daniel Canas, Filipe Sousa (6 pontos), Pedro Figueiredo (10), Ricardo Alvar (12), Jorge Iglésias (1), David Marques e Sandro Mota (líbero); Diogo Ferreira (1), Álvaro Serrano, Januário Silva (3), Gonçalo Sapage e Paulo Reis (1).

Treinador: Paulo Brenha.

“Temos uma equipa jovem com vontade de trabalhar”

Filipe Pinto, jovem promessa do voleibol tigre



Foto MANUEL PROENÇA

O jogador de voleibol sénior do Sporting Clube de Espinho, Filipe Pinto divide o mérito das últimas quatro vitórias consecutivas dos tigres com todo o grupo. O espinhense de 24 anos, que tanto pode jogar a Zona 4 ou Oposto, chegou ao clube em 2007 para representar os juniores, foi campeão em 2009/10 e regressou aos tigres há duas temporadas.

- Depois de um início de época que já se previa complicado, o Sporting Clube de Espinho tem vindo a dar uma

excelente resposta nas últimas jornadas. Têm trabalhado alguma coisa diferente?

“Não acho que haja algo

de diferente, mas é sim o reflexo do trabalho e empenho de todo o plantel e equipa técnica sem exceção. Temos uma equipa jovem com vontade de trabalhar todos os dias por um melhor entrosamento entre todos, de forma que as qualidades de cada um levem ao crescimento da equipa.”

- Segue-se um dérbi com a Associação Académica de Espinho. É sempre um jogo especial...

“Claro, um dérbi é sempre um dérbi, e além disso é sempre especial porque é um jogo realizado por duas equipas da cidade de Espinho, a capital do voleibol.”

- Na inauguração da Arena Tigre, o Sporting Clube de Espinho fez uma bonita festa de apresentação da sua formação. Neste regresso a casa, que conselhos deixaria para os mais novos que um dia sonham chegar à equipa principal?

“É sempre bom ver jovens interessados em dar continuidade ao voleibol, principalmente no Sporting Clube de Espinho. A todos eles recomendo que treinem todos os dias com foco no seu objetivo, nunca descurando os estudos onde se devem empenhar de igual modo, a cem por cento.”

Manuel José Macedo

Académica de Espinho vitoriosa em dois dérbis

No passado sábado, a equipa de voleibol de infantis masculinos da Associação Académica de Espinho deslocou-se até à Nave Polivalente de Espinho para defrontar o Sporting Clube de Espinho em mais uma jornada da Série A do Campeonato Regional. O jogo iniciou-se com os mochos a assumirem o seu favoritismo e, sem grande oposição, venceram o primeiro set por 15-25. Já no segundo set, com várias alterações, os academistas entraram desconcentrados e os tigres, motivados, chegaram com facilidade aos 23-18, fruto de inúmeros erros de receção e ataque que a equipa do Mocho cometeu. Neste segundo set, mesmo tendo perdido, até ao seu final houve ainda alguma emoção com os mochos a recuperarem o parcial mas a não conseguirem a vitória no set que acabaram por perder por 26-24.

Após o treinador, António Natário, ter efetuado as necessárias correções, os mochos regressaram ao jogo com excelentes níveis de concentração, o que permitiu alcançar assim novamente um bom nível de jogo. Fortes no ataque, consistentes no serviço e na receção não tiveram dificuldades em vencer os dois sets seguintes por 16-25 e 15-25 vencendo assim por 1-3. Por sua vez, a equipa de juniores masculinos da Associação Académica de Espinho deslocou-se até ao Pavilhão Municipal Atlântico Madalena, para enfrentar Clube Atlântico da Madalena. Foi jogo bem disputado, com muita intensidade, em que a equipa da Associação Académica de Espinho conseguiu levar a melhor sobre o clube da casa por 3-0 (25-19, 25-21 e 25-20). Note-se que durante os três set's os mochos conseguiram manter a regularidade do seu jogo, mesmo no decorrer do segundo parcial, aquando da lesão do distribuidor academista, Bruno

Rodrigues, com o resultado, na altura, em 10-11. A equipa não baixou os braços e entrou o segundo distribuidor, Luís Silva, que conseguiu manter a regularidade do passe sem que a equipa se tenha sentido afetada.

Entretanto, os juvenis academistas deslocaram-se até ao São Mamede Infesta para um jogo fraco, com muito pouca intensidade, ante a Académica de S. Mamede. A partida foi favorável aos visitantes por 3-0 (25-18, 25-16 e 25-12). Durante os três set's a Associação Académica de Espinho ficou muito aquém do que era esperado.

A equipa de iniciados da Académica de Espinho defrontou o Sporting Clube de Espinho, saindo com uma vitória por 3-0 (25-8, 25-15 e 25-14). Jogo com domínio completo da Académica de Espinho, que controlou sempre a partida, permitindo ao treinador rodar todos os jogadores convocados.

Diogo Cabral pronto para o Mundial de trampolins



A Académica de Espinho esteve representada na décimaª edição Loulé Cup e 6.ª Taça do Mundo de Ginástica de Trampolins e Tumbling pelo ginasta Diogo Cabral, que apesar não estar nas melhores condições físicas, realizou uma prova de excelente nível, mostrando que está no bom caminho para os Mundiais que se irão realizar em finais do corrente mês, na Dinamarca.

A prova foi organizada pela Federação Portuguesa de

Ginástica no Pavilhão Municipal de Loulé e contou com a participação de 194 ginastas.

De salientar o excelente nível do torneio, que contou com a quase totalidade de ginastas internacionais que disputarão o próximo Campeonato do Mundo.

Diogo Cabral realizará, ainda, antes dos mundiais, a prova de apuramento para o Campeonato da Europa de 2016, onde acalenta grandes esperanças de ser um dos selecionados.

Andebol tigre em frente na Taça de Portugal

A equipa de andebol de seniores masculinos do Sporting Clube de Espinho passou à segunda eliminatória da Taça de Portugal ao vencer o Pombal por 23-39 (10-19 ao intervalo), em encontro realizado no pavilhão do adversário. Os Tigres irão jogar a segunda eliminatória da Taça do próximo dia 15, Na Nave Polivalente de Espinho, às 15 horas, defrontando a equipa do Clube Andebol Leça (Associação de Andebol do Porto), também da 3.ª Divisão.

Por sua vez, a equipa de juvenis masculinos foi ao Pavilhão da Escola Fontes Pereira de Melo, no Porto, bater o Boavista por 26-30 (13-15, ao intervalo), em encontro a contar para o Campeonato Nacional da 1.ª Divisão.

Por fim, a equipa de iniciados do Sporting de Espinho foi ao pavilhão de S. Paio de Oleiros perder com os locais por 27-20 (13-11 ao intervalo).

Seniores (Taça de Portugal) - Tiago Sousa, Vítor Pereira e João Ribeiro (guarda-redes); Bruno Antunes (8 golos), Pedro Almeida, João Domingues (2), André Machado (4), Manuel Sousa (1), André Sousa (4), Filipe Lagarto (1), Gustavo Silva (4), Francisco Lopes (3), Ricardo Soares (7), Tiago Ferreira (3) e José Capela (2).

Treinador: Pedro Lagarto.

Juvenis - Francisco Vasconcelos e João Castro (guarda-redes); Jorge Ferreira (2 golos), João Póvoa (3), Tiago Fonseca, Tiago Guedes (6), António Pinto (10), João Soares, José Cruz, Leonardo Morgado, Artur Pinto, José Caetano (2), Tiago Soares, João Furtado (3), Guilherme Baptista e Ivo Bernardo (4).

Treinador: Mário Lopes.

Iniciados - Gonçalo Loureiro, Bruno Aguiar e Ruben Aguincha (guarda-redes); João Félix, Sérgio Maganinho, Pedro Salvador (6 golos), André Sousa (2), Ricardo Silva (8), Bruno Lourenço (1), Bruno Castro, Manuel Melo (1), Manuel Campos, Gonçalo Pinto, Frederico Queirós e Nuno Lima (2).

Treinador: Vítor Pinhal.

Próximos jogos: Sporting de Espinho-Monte (seniores masculinos), sábado, às 20 horas, na Nave Polivalente de Espinho; Sporting de Espinho-Académico Viseu (juniores masculinos), domingo, às 17 horas, na Nave Polivalente de Espinho; Sporting de Espinho-Lamego (juvenis masculinos), sábado, às 16 horas, na Nave Polivalente de Espinho; Sporting de Espinho-Académica de Coimbra (infantis masculinos), sábado, às 18 horas, na Nave Polivalente de Espinho.



ILIGA Resultados table with columns for teams and scores. Includes teams like Tondela-Benfica, Braga-Belenenses, etc.

ILIGA Classificação table with columns for teams and statistics (P, J, V, E, D, GM-GS).

ILIGA Resultados table with columns for teams and scores. Includes teams like Atlético CP-Chaves, V. Guimarães B-Ac. Viseu, etc.

ILIGA Classificação table with columns for teams and statistics (P, J, V, E, D, GM-GS).

ILIGA Resultados table with columns for teams and scores. Includes teams like Desp. Aves-Famalicao, SC Braga B-Freamunde, etc.

totobola Concurso dos Órgãos de Informação n.º 46/2015 de 15/11/2015. Prognóstico "Defesa de Espinho", Redacção Desportiva. List of 13 teams with icons.

FUTEBOL CAMPEONATO DISTRITAL AVEIRO JUNIORES - 1.ª DIVISÃO Resultados table.

FUTEBOL CAMPEONATO DISTRITAL AVEIRO JUNIORES - 1.ª DIVISÃO Classificação table.

FUTEBOL CAMPEONATO DISTRITAL AVEIRO JUNIORES - 1.ª DIVISÃO Próximas jornadas table.

FUTEBOL CAMPEONATO DISTRITAL AVEIRO JUNIORES - 1.ª DIVISÃO Resultados table.

FUTEBOL CAMPEONATO DISTRITAL AVEIRO JUNIORES - 1.ª DIVISÃO Classificação table.

FUTEBOL CAMPEONATO DISTRITAL AVEIRO JUNIORES - 1.ª DIVISÃO Próximas jornadas table.

FUTEBOL CAMPEONATO DISTRITAL AVEIRO JUNIORES - 1.ª DIVISÃO Resultados table.

FUTEBOL CAMPEONATO DISTRITAL AVEIRO JUNIORES - 1.ª DIVISÃO Classificação table.

JUVENIS - 2.ª DIVISÃO - SÉRIE B Resultados table.

JUVENIS - 2.ª DIVISÃO - SÉRIE B Classificação table.

JUVENIS - 2.ª DIVISÃO - SÉRIE B Próximas jornadas table.

JUVENIS - 2.ª DIVISÃO - SÉRIE B Resultados table.

JUVENIS - 2.ª DIVISÃO - SÉRIE B Classificação table.

JUVENIS - 2.ª DIVISÃO - SÉRIE B Próximas jornadas table.

JUVENIS - 2.ª DIVISÃO - SÉRIE B Resultados table.

JUVENIS - 2.ª DIVISÃO - SÉRIE B Classificação table.

JUVENIS - 2.ª DIVISÃO - SÉRIE B Próximas jornadas table.

JUVENIS - 2.ª DIVISÃO - SÉRIE B Resultados table.

JUVENIS - 2.ª DIVISÃO - SÉRIE B Classificação table.

JUVENIS - 2.ª DIVISÃO - SÉRIE B Próximas jornadas table.

JUVENIS - 2.ª DIVISÃO - SÉRIE B Resultados table.

JUVENIS - 2.ª DIVISÃO - SÉRIE B Classificação table.

JUVENIS - 2.ª DIVISÃO - SÉRIE B Próximas jornadas table.

JUVENIS - 2.ª DIVISÃO - SÉRIE B Resultados table.

JUVENIS - 2.ª DIVISÃO - SÉRIE B Classificação table.

JUVENIS - 2.ª DIVISÃO - SÉRIE B Próximas jornadas table.

JUVENIS - 2.ª DIVISÃO - SÉRIE B Resultados table.

JUVENIS - 2.ª DIVISÃO - SÉRIE B Classificação table.

JUVENIS - 2.ª DIVISÃO - SÉRIE B Próximas jornadas table.

JUVENIS - 2.ª DIVISÃO - SÉRIE B Resultados table.

JUVENIS - 2.ª DIVISÃO - SÉRIE B Classificação table.

JUVENIS - 2.ª DIVISÃO - SÉRIE B Próximas jornadas table.

BENJAMINS A - SÉRIE A Resultados table.

BENJAMINS A - SÉRIE A Classificação table.

BENJAMINS A - SÉRIE A Próximas jornadas table.

BENJAMINS A - SÉRIE A Resultados table.

BENJAMINS A - SÉRIE A Classificação table.

BENJAMINS A - SÉRIE A Próximas jornadas table.

BENJAMINS A - SÉRIE A Resultados table.

BENJAMINS A - SÉRIE A Classificação table.

BENJAMINS A - SÉRIE A Próximas jornadas table.

BENJAMINS A - SÉRIE A Resultados table.

BENJAMINS A - SÉRIE A Classificação table.

BENJAMINS A - SÉRIE A Próximas jornadas table.

BENJAMINS A - SÉRIE A Resultados table.

BENJAMINS A - SÉRIE A Classificação table.

BENJAMINS A - SÉRIE A Próximas jornadas table.

TRAQUINAS A - SÉRIE A Resultados table.

TRAQUINAS A - SÉRIE A Classificação table.

TRAQUINAS A - SÉRIE A Próximas jornadas table.

TRAQUINAS A - SÉRIE A Resultados table.

TRAQUINAS A - SÉRIE A Classificação table.

TRAQUINAS A - SÉRIE A Próximas jornadas table.

TRAQUINAS A - SÉRIE A Resultados table.

TRAQUINAS A - SÉRIE A Classificação table.

TRAQUINAS A - SÉRIE A Próximas jornadas table.

TRAQUINAS A - SÉRIE A Resultados table.

TRAQUINAS A - SÉRIE A Classificação table.

TRAQUINAS A - SÉRIE A Próximas jornadas table.

TRAQUINAS A - SÉRIE A Resultados table.

TRAQUINAS A - SÉRIE A Classificação table.

TRAQUINAS A - SÉRIE A Próximas jornadas table.

Benjamins tigres perdem com fianenses. A equipa de futebol de benjamins A do Sporting Clube de Espinho/Mar-foot foi derrotada por 3-6, pelo Fiães, em jogo a contar para a Série B do Campeonato Distrital de Aveiro. E eis a constituição da equipa espinhense: Hugo, Simão, Duarte, Gustavo, Álvaro, André e Zé; jogou ainda Bruno. Treinador: Paulo Jesus.



Empate sem golos no dérbi Anta-Paramos do Distrital de iniciados

As equipas de futebol de iniciados da Associação Desportiva da Freguesia de Anta/"Os Baixinhos" alcançaram dois empates em três dos jogos disputados.

Os antenses empataram (0-0) no dérbi com o Clube Geração Paramos, em jogo a contar para o Campeonato Distrital da 1.ª Divisão e registou-se um nulo, também, na Série B da 2.ª Divisão Distrital, com o Milheiroense.

Os antenses foram derro-

tados, por 2-3, pelo Argoncilhe, no jogo do Distrital da 2.ª Divisão, Série A.

Equipa A - Mário; Fábio, Gabi, Ruben G e Bruno; Alex, Gui e Pedrito; Rafa, Costinha e Chang; jogaram ainda Zé Pedro, Leandro e Ruben B. Treinador: Nelson Capela.

Equipa B - Filipe Queiroz; D. Capela, Sérgio Silva, João Barros e Diogo Sousa; Luís Loureiro, Naná e João Pais; Gustavo Couto, Gustavo Barreiras e Duarte Garriapa; jogaram ainda Simão Marques,

Diogo Santos, Gonçalo Martins e Rodrigo Benigno. Treinador: Joaquim Gomes. Marcador: Naná (2 golos).

Equipa C - Henrique; Teixeira, David, Bernardo e Zé Pedro; Pedro O., Neiva e Pedro Dias; Leandro, Maganinho e Barbadães; jogaram ainda Daniel, Bulhosa, Gonçalo, Diogo Martins e Hugo. Treinador: Luís Limas.

Infantis tigres com sorte diferente

Os infantis A foram derrotados pelo União de Lamas, por 2-6, em jogo do Distrital - Grupo 2, fase regular. A equipa infantis B venceu o S. João de Ver por 1-0, no Grupo 1.

Neste clássico entre dois históricos de Aveiro, os forasteiros conseguiram sair por cima, muito graças a uma boa primeira parte em que tiveram mais bola, tendo sido significativamente perspicazes nas suas ações e conseguindo acertar na hora de finalizar.

Nos infantis B foi um jogo intenso e bem disputado por duas equipas que tudo fizeram para ganhá-lo. Com um futebol agradável e sempre com sentido ofensivo o nulo ao intervalo não mostrava a qualidade atacante de ambas as formações.

Na segunda parte a equipa do Sporting Clube de Espinho entrou ainda mais forte e criou mais situações de perigo junto da baliza de José Bernardes, sem conseguir desfazer a igualdade. Neste período assistiu-se a um futebol agradável e bem jogado pelos tigres e o S. João de Ver sempre a responder do mesmo modo.

Já quando tudo parecia satisfeito com o nulo, e depois de uma falta cometida pela defesa forasteira, na cobrança do livre os espinhenses chegam, finalmente, ao golo.

Sporting de Espinho, 2 União de Lamas, 6

Jogo no Parque Desportivo do Sporting Clube de Espinho. Árbitros: Hélder Resende e Tiago Azevedo (AF Aveiro).

Sporting Clube de Espinho - Miguel Silva, Nuno

Juvenis vitoriosos

A equipa A de futebol de juvenis da Associação Desportiva da Freguesia de Anta/"Os Baixinhos" foi a Fiães vencer os locais por 0-2, em jogo a contar para a Série A do Campeonato Distrital da 2.ª Divisão. A equipa B da ADF Anta, foi a Vale de Cambra golear o Valecambrense, por 0-5, em encontro da Série B.

Equipa A - Guedes; Rafael Figueiredo, Dias, Gonçalo e Diogo Correia; Dinis, Rúben e Simão; Francisco, Hugo Chang e Rafael Rocha; jogaram ainda J. Paulo e Resende. Treinador: Artur Quaresma. Marcadores: Dias e Hugo Chang.

Equipa B - Diogo; Manuel, João Miguel, André e Leandro; Varela, Rui Pedro, Daniel e Zinho; Sequeira e Micael; jogaram ainda Reis, Loureiro e Daniel Lopes. Treinador: Pedro Costa. Marcadores: Sequeira (2 golos), Zinho, Varela e Rui Pedro.

Castro, Pedro Alves, Gonçalo Alves, Rodrigo Amaral, Pedro Melo e Gustavo Tarabbia.

Jogaram ainda: Diogo Pinheiro, Samuel Pinto e Delfim Oliveira. Treinador: José António.

Clube de Futebol União de Lamas - Vitor Rodrigues, Rui Moura, André Martins, André Nunes, Bernardo Oliveira, Diogo Carvalho e Vitor Pereira.

Jogaram ainda: Marcelo Silva, Jorge Lima e Tiago Gomes. Treinador: José Espinheira.

Ao intervalo: 1-4. Marcadores: Gustavo Tarabbia (2 golos); Nuno Castro (pb), André Nunes (2), André Martins, Miguel Silva (pb) e Vitor Pereira.

Sporting de Espinho, 1 S. João de Ver, 0

Jogo no Parque Desportivo do Sporting Clube de Espinho. Árbitro: Tiago Azevedo e Hélder Resende (AF Aveiro).

Sporting Clube de Espinho - Mário Pereira, Simão, Rui Sousa, Martim, Gustavo Sotero, Sérgio Carvalho e Fábio Costa.

Jogaram ainda: Alberto Reis, Tiago Torres, António Seabra, Carlos Maia e Rodrigo Loureiro. Treinador: José António.

Sporting Clube de S. João de Ver - José Bernardes, João Silva, Lucas Oliveira, Gustavo Bastos, Diogo Monteiro, Gonçalo Ferreira e Gonçalo Veigas.

Jogaram ainda: José Soares, Gabriel Silva, João Leite e Rodrigo Ferradaz. Treinador: Nicolau.

Ao intervalo: 0-0. Marcador: Sérgio Carvalho (57).

Traquinas tigres dão nas vistas...

A equipa de futebol de traquinas A do Sporting Clube de Espinho bateu o Canedo por 1-4, em jogo a contar para o Campeonato Distrital.

O Sporting de Espinho entrou bem no jogo e cedo abriu o marcador.

Com algumas jogadas de encher o olho, a equipa espinhense desperdiçou algumas oportunidades e viria a chegar ao intervalo a vencer por 2-0. Escasso resultado

para tanto caudal ofensivo apresentado pelos comandados de Freitas.

De salientar os três golos obtidos por Simão e a evolução que estes "projetos de jogadores" estão a ter.

Eis a constituição da equipa tigre: Henrique, João, Ricardo, Luciano, Martim, Simão, Fernando e Duarte. Marcadores: Simão (3 golos) e Ricardo. Treinador: Freitas. Diretor: Daniel.

Muitas vitórias antenses

As equipas de futebol de sete da Associação Desportiva da Freguesia de Anta/"Os Baixinhos" conquistaram nove vitórias e dois empates em 12 dos jogos disputados nos diversos escalões etários, a contar para os respetivos campeonatos distritais da Associação de Futebol de Aveiro. Os Baixinhos venceram o Paivense por 9-1 (infantis A, equipa A), o Fiães por 7-1 (infantis A, equipa B), o Esmoriz por 6-2 (infantis B, equipa A), o União de Lamas por 0-9 (benjamins A, equipa A), o Vilamaiorense por 1-6 (benjamins B, equipa B), o S. João de Ver por 4-6 (benjamins B, equipa A), o Saleianos Arouca por 1-2 (traquinas A, equipa A), o Vilamaiorense por 8-0 (traquinas B, equipa A) e o Fajões por 4-1 (traquinas B, equipa B). A ADF Anta empatou com o Fiães, 2-2 (infantis B, equipa B) e com o Sanguedo, 3-3 (traquinas A, equipa B). A única derrota foi a da equipa B de benjamins A, ante o Paivense, por 4-2.

Os Baixinhos alcançaram uma vitória (ante a Oliveirense, por 1-4) e perderam um outro jogo (com o Feirense, por 5-6) no Interclubes de petizes, em futebol de cinco.

Infantis A (equipa A) - Fonseca, Bruno, Barros, Gonças, Vieira, Gonçalo e Guga; jogaram ainda Gustavo, Leo, Diogo T., Didi e Coutinho. Treinador: Pedro Costa. Marcadores: Guga (3 golos), Gonças (2), Gonçalo, Gustavo, Barros e Leo.

Infantis A (equipa B) - Edu, Pedro Carvalho, Pedro Diogo, Luis, Miguel, Fiães e Simão; jogaram ainda Marco, Rafa, Gonçalo R., Rafael e Naumenko. Treinador: Ruben Pereira. Marcadores: Simão (3 golos), Fiães, Naumenko, Pedro Carvalho e Rafael Gonçalo.

Infantis B (equipa A) - Abreu, Miguel, Bombas, Kiko, Faniqueira, Tomás e Iuri; jogaram ainda Rosas, Gui, Simão, Pedro e Diogo. Treinador: Filipe Silva. Marcadores: Tomás (2 golos), Faniqueira, Iuri, Gui e Kiko.

Infantis B (equipa B) - Cadete; Bruno, João Barge, Garreapa, João Rocha, Kiko e Joel; jogaram ainda Valdemar, João Couto, Afonso, JP e Salvador. Treinador: Renato Lima. Marcadores: João Couto e João Rocha.

Benjamins A (equipa B) - Bernardo, Hugo, Simão, Afonso, Fábio, Moutinho e

Gonçalo; jogaram ainda Preto, Gonçalinho, Alberto, Leo e André. Treinador: Nelson Capela. Marcadores: Hugo e Gonçalo.

Benjamins A (equipa A) - Guga, Tiago Sá, Nuno Guedes, João Ricardo, Rodrigo Sousa, Armando Correia e Nuno Pinto; jogaram ainda Rodrigo Pinto, Miguel César e Guilherme. Treinador: Joaquim Gomes. Marcadores: João Ricardo (3 golos), Nuno Pinto, Miguel César (2), Rodrigo Sousa e Nuno Guedes.

Benjamins B (equipa B) - Henrique, Ruben, Gonçalo, Gaby, JP, Marinheiro e Duarte; jogaram ainda Paulo, Renato, Tiago e Gabriel. Marcadores: Duarte (3 golos), Marinheiro e Gaby (2).

Benjamins B (equipa A) - Gustavo Relvas, Tomas Relvas, Nuno, Miguel, Rocha, Rodrigo e Gus; jogaram ainda Tomás Pinto, Miguel Coutinho, Vasco Ferreira e Pedro Filipe. Treinador: Gustavo Silva. Marcadores: Rodrigo (2 golos), Rocha (2), Pedro Filipe e Gus.

Traquinas A (equipa B) - Tiago, Rodrigo, Teixeira, Francisco, Simão, Tomás Sousa e Ivo; jogaram ainda Diogo, Morado, Filipe, Gu e Rodrigo. Treinador: Rui Riquito. Marcador: Ivo (3 golos).

Traquinas A (equipa A) - Salvador, Diogo, Bernardo, Tomé, Gomes, Belinha e Leonardo; jogaram ainda Tomás, Miguel, David e Renato. Treinador: Luís Limas. Marcadores: Tomé e Belinha.

Traquinas B (equipa A) - Vitó, Diogo, Rafael, Kiko, Vicente, Afonso e Tomás Pinto; jogaram ainda Bruno, Gui Amaral, Bé e Rodrigo. Treinador: Rui Riquito. Marcadores: Tomás, Afonso (2 golos), Rafael, Vicente (2), Kiko e Rodrigo.

Traquinas B (equipa B) - Afonso Lopes, Gabriel, Santiago, Manuel M, Liquito, Ruben S e Guilherme; jogaram ainda Luís Peralta, Martim, Diego, Tomas Ribeiro, Renato e Válder. Treinador: Rafael Gomes.

Petizes (equipa A) - Diogo, Sengo, Tomás, Dinis e Simão; jogaram ainda Rodrigo, Ivan e Diego. Treinador: Pedro Costa. Marcadores: Dinis (2 golos) e Simão (2).

Petizes (equipa B) - Diogo, Afonso, Liquito, Rúben, Guilherme, Santiago, Hugo e Dani. Treinador: Rafael Gomes.

Juvenis tigres goleiam sem complicações e com (mais) qualidade

Embora a equipa de juvenis de futebol do Sporting Clube de Espinho tenha goleado o Grupo Desportivo de Soutelo por cinco bolas a zero, em partida a contar para o Campeonato distrital da 1.ª Divisão, não fez um bom jogo, mas valeu apenas pela diferença de qualidade entre os dos planteis.

Por vezes quando uma equipa começa por marcar muito cedo acontece uma de duas coisas: ou realiza um grande jogo, ou passa a complicar o que é fácil. Neste caso, a situação que se verificou foi a segunda.

Com uma primeira parte ligeiramente melhor do que a complementar, os golos foram surgindo sem grande esforço devido à diferença de qualidade entre os dos conjuntos.

Sporting de Espinho, 5 Soutelo, 0

Jogo no Parque Desportivo do Sporting Clube de Espinho. Árbitro: Eduardo Ribeiro (AF Aveiro). Árbitros assistentes: Pedro Leite e Victor Pinto.

Sporting Clube de Espinho - Diogo Barbosa; Leonardo Rocha, João Moreira, Diogo Magalhães e Tiago Oliveira; Eduardo Ferreira (cap.), José Sá e Miguel Castro; Sandro Oliveira, João Guilherme e André Pinhal.

Jogaram ainda: Simão Fernandes, João Fonseca e Joel Viela.

Não utilizados: Pedro Lemos, Adriano Silva, Tiago Guimarães e Antero Gonçalves.

Treinador: Ivan Santos. Treinador adjunto: Diogo Silva.

Grupo Desportivo Soutelo - Jorge Silva; José Pereira, Fábio Pereira, Bruno Marques e Tiago Almeida (cap.); João Brandão, José Silva e Daniel Ferreira; Alexandre Pinto, Vasco Cunha e Tiago Duarte.

Jogou ainda: Fábio Martins. Não utilizado: Nuno Valente.

Treinador: João Amaral. Marcadores: Sandro Oliveira (2 golos), André Pinhal (2) e José Sá.

Manuel de Magalhães

MÉDICOS
DENTISTAS
JORGE FERREIRA
BRUNO MORRIS

SAMS QUADROS
 SAMS * CGD
 ADVANCE CARE * MÉDIS

Edifício S. Pedro
 Sala W
 Rua 23, n.º 174
 Telef. 22 734 86 93

Clínica Médico-Dentária
Rosa Neves, Lda.

CHEQUE DENTISTA • IMPLANTOLOGIA
PRÓTESE FIXA/REMOVÍVEL • ORTODONTIA

Rua 29, n.º 696 (entre as ruas 26 e 24)
 Marcações pelos telef.: **22 734 01 16 e 91 496 13 67**

Clínica Dentária de Espinho
Prof. Doutor Casimiro de Andrade

Rua 22 (Junto à Câmara)
 Telef. 22 734 4909 / 96 804 2300 / 91 900 2700

CLÍNICA MÉDICO
 LEOPOLDINA SANTOS TAVARES
 CRISTINA SANTOS TAVARES
MÉDICAS DENTISTAS

TERAPIA DA FALA - Andreia Tavares
Acordos: SAMS QUADROS - CGD - MULTICARE
 Rua 23, n.º 773 - 1.º Esq. - 4500-277 ESPINHO • Telef. 227324121 • Tlm. 967742865

Clínica Dentária de Reabilitação Orofacial

www.clinicaspacheco.com

— IMPLANTOLOGIA — ORTODONTIA
 — CIRURGIA ORAL — ODONTOPEDIATRIA
 — ESTÉTICA DENTÁRIA — OCLUSÃO
 — REABILITAÇÃO ORAL — ENDODONTIA

DR. JORGE PACHECO
 * Master em Implantologia
 DR. TOMÁS PACHECO
 Aberto aos sábados - Cheque-Dentista - EDP - CGD - SAMS - SAMS Quadros
 Saúde Prime - Victoria Seguros - Future - Healthcare - Salvador Caetano
 Rua 8, n.º 381 ESPINHO **227 342 718 / 929 074 937**
 espinho@clinicaspacheco.com  clínicas pacheco

OS NOSSOS CLASSIFICADOS

ALUGA-SE/ARRENDA-SE

QUARTOS, c/ casa de banho privativa, c/ cozinha, pequeno-almoço, tratamento de roupa, garagem e TV Cabo mais Sport TV. Tlf. 227340002 ou 227348972.

APARTAMENTOS T0, T1, T2 e T3. Totalmente equipados, com TV Cabo mais Sport TV, telefone, garagens, limpezas. Rua 62, n.º 156. Tlf. 227310851/2 - Fax 227310853.

ARRENDAMENTO 1.º ANDAR de uma vivenda T4, com 2 wc, situado na Rua 12, próxima da estação da CP, acabado de restaurar. Tlm. 916541581.

ALUGA-SE ARMAZÉM com 110m2, Rua do Requeijo, n.º 347 - Idanha - Anta - Espinho. Preço a combinar no local. Tlf. 220192816.

MÉDICOS

DR. JOAQUIM FERREIRA MENDES - Otorrino, mudou o seu consultório para a Rua 14, n.º 448, junto às camionetas Porto/Espinho, com o nome Clínica Médica Dr. Joaquim Mendes & Filha, Lda - Tlf. 227341710.

SERVIÇOS

ESTOFADOR - Restauro todo o tipo de sofás, cadeiras, etc. Orçamentos grátis. Tlf. 227344090 / Tlm. 917702872 - Rua do Paço Velho, n.º 217 - Anta.

OS NOSSOS GRATUITOS

PEDIDOS DE EMPREGO

SENHORA oferece-se para tomar conta de idosa que precise de cuidados higiénicos. Sou séria e com experiência. Só tardes. Ligar depois das 18 horas - Tlm. 919689586.

SENHORA oferece-se para passar a ferro às tardes em casas particulares. Passo todo o tipo de roupas e também coser. Caso precise, ligar depois das 18 horas. Moro perto. Tlm. 919689586.

SENHORA com o 9.º ano e Curso de Geriatria, oferece-se para tomar conta de idosos (dia ou noite), para dama de companhia e para limpezas. Também tenho experiência com crianças, trabalhei numa escola. Contato: 918540440 ou 220149841.

EFETUO TRADUÇÕES - Tradutor licenciado e certificado efetua traduções de inglês, francês e alemão para português e vice-versa de todo o tipo de documentação podendo esta ser autenticada notarialmente. Contate para o tlm. 968058321.

SENHORA oferece-se para trabalhar como empregada doméstica, a dias ou às horas, em Espinho ou arredores. Tlm. 919017178.

FARMÁCIAS (Serviço de turnos do concelho de Espinho)

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

| | |
|--------------|--|
| Sexta (06) | - CONCEIÇÃO..... R. S. Tiago, n.º 701 - Silvalde - Tel. 227 311 482 |
| Sábado (07) | - MAIS..... Rua 19, n.º 1412 - Anta - Tel. 227 341 409 |
| Domingo (08) | - MACHADO Av.ª Central Sul, 1275 - Paramos - Tel. 227 346 388 |
| Segunda (09) | - DE ANTA..... Rua Tuna Musical, 907 - Anta - Tel. 227 341 109 |
| Terça (10) | - TEIXEIRA... Ctr. Com. Solverde/1 - Av.ª 8 - Espinho - Tel. 227 340 352 |
| Quarta (11) | - SANTOS..... Rua 19, n.º 263 - Espinho - Tel. 227 340 331 |
| Quinta (12) | - PAIVA..... Rua 19, n.º 319 - Espinho - Tel. 227 340 250 |

Augusto Fernando Ferreira da Costa
 Missa do 1.º Aniversário do seu falecimento

Sua esposa e restante família vêm, por este meio, 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 quem comparecer.

Espinho, 5 de novembro de 2015
 FUNERÁRIA N. S. D'AJUDA - SANCEBAS E LUÍS ALVES - ESPINHO - TEL. 22 734 51 29



«Defesa de Espinho» - 4361 - 2015-11-05

ASSOCIAÇÃO DE SOCORROS MÚTUOS DE S. FRANCISCO DE ASSIS DE ANTA

ASSEMBLEIA GERAL ORDINÁRIA

António José dos Santos Neves, Presidente da Assembleia Geral, usando da faculdade que me confere a alínea a) do Artigo 50.º alínea a) e em conformidade com o estabelecido na alínea b) do Artigo 41.º dos Estatutos, convoco os senhores associados a reunirem em Assembleia Geral Ordinária, na sala das sessões dos corpos sociais, sita no Edifício Social, na Rua da Tuna Musical, n.º 987, da Vila de Anta, no dia **20 de novembro do corrente ano, às 17h00**, a fim de se tratar da seguinte:

ORDEM DE TRABALHOS

- 1) Leitura da Acta da Assembleia Geral Anterior;
- 2) Parecer do Conselho Fiscal sobre Programa de Ação e Orçamento de 2016;
- 3) Apresentação, discussão e votação do Plano de Ação e Orçamento para o ano de 2016;
- 4) Discussão e deliberação sobre a alteração dos artigos 3.º e 48.º dos Estatutos;
- 5) Trinta minutos para outros assuntos do interesse Associativo.

A Assembleia Geral só poderá reunir à hora marcada com a presença da maioria dos Associados, ou, trinta minutos depois (30 min.), com qualquer número de Associados presentes, (Artigo 44 n.º 1 dos Estatutos).

Anta, 30 de outubro de 2015

O Presidente da Assembleia Geral
 (António José dos Santos Neves)

«Defesa de Espinho» - 4361 - 2015-11-05

LIGA DOS COMBATENTES
 Núcleo de Espinho
Assembleia Geral
Convocatória

De acordo com o artigo 15.º dos Estatutos da Liga dos Combatentes e ponto 3.4 do Regulamento, convoco os Sócios deste Núcleo para uma Assembleia Geral a realizar no dia 21 de novembro de 2015. As urnas de voto têm início às 10,30 horas e encerram às 13 horas, na Sede do Núcleo de Espinho da Liga dos Combatentes, sita na Rua 41 / Avenida João de Deus, sala 35 do Fórum de Arte e Cultura de Espinho, nesta cidade de Espinho, com a ordem de trabalhos indicada:

Ordem de Trabalhos: Ponto Único - Eleição da Direcção do Núcleo de Espinho para o Triénio de 2015 a 2018.

Espinho, 29 de Outubro de 2015

O Presidente,
 José Coelho Ganilho Henriques

Notas: As listas candidatas à eleição da Nova Direcção, deverão ser apresentadas na Sede do Núcleo, até às 12 horas do dia 14 de novembro de 2015 (sábado). As listas estarão patentes à consulta dos Senhores Associados até ao dia das eleições.
 Só têm direito a voto os sócios em pleno uso dos seus direitos e quotas pagas até ao dia 14 de novembro de 2015.

| Telefones úteis | | Anta | | Paramos | |
|----------------------------------|--------------|--|----------------------------|------------------------|--------------|
| Clínica Costa Verde | 22 734 58 85 | Assoc. Socorros Mútuos de S. Francisco de Assis de Anta .. | 22 734 01 03 | Centro Social | 22 733 08 70 |
| Clínica N.ª S.ª d'Ajuda | 22 734 26 95 | Farmácia | 22 734 11 09 | Farmácia | 22 734 63 88 |
| Clínica S. Pedro | 22 734 47 14 | Farmácia MAIS | 22 734 14 09 | Junta Freguesia | 22 734 27 10 |
| COGE - Clínica Santa Casa | 22 733 09 60 | Junta Freguesia | 22 734 64 53 | Reg. Engenharia | 22 734 20 23 |
| Policlínica | 22 733 06 40 | Lar da 3.ª Idade | 22 733 09 00 | Unidade de Saúde | 22 734 50 01 |
| CIT - Rua 19 | 22 733 06 31 | Unidade de Saúde | 22 733 40 60 | | |
| EDP - Avarias | 800 506 506 | Táxi | 96 652 7887 / 22 732 52 42 | | |
| 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 | | | | |

O NOSSO ANÚNCIO GRATUITO

PEDIDO DE EMPREGO

Recortar o cupão e enviar por correio ou entregar directamente nas instalações do jornal **Defesa de Espinho** (só para particulares).

NOME _____

MORADA _____

TELEF. _____

ANTA (Rua da Divisão, n.º 926)

† Maria Aurora Cardoso de Sousa

Agradecimento e Missa de 7.º Dia



Seu marido, netos, bisnetos e restante família vêm agradecer às pessoas que se dignaram a tomar 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 7, sábado, pelas 19 horas, na Igreja Paroquial de Anta. Desde já agradecem a todos quantos participem na Eucaristia.

Anta, 5 de novembro de 2015

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

ESPINHO (Rua 37 B, n.º 101)

† Silvina da Silva Pinho Pinhal

Agradecimento



Seu marido, Manuel Ventura, filhos, nora, genros, netos e restante família vêm agradecer, reconhecidamente, às pessoas que se dignaram a tomar parte no funeral do seu ente querido e na missa do 7.º dia ou que de outro modo se associaram à sua dor.

Espinho, 5 de novembro de 2015

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

† Joaquim Catarino Júnior

Missa do 6.º Aniversário do falecimento

A família vem, por este meio, comunicar que será celebrada missa por alma do seu ente querido, na próxima quinta-feira, dia 12, pelas 19 horas, na Igreja Matriz de Espinho. Desde já agradece a quem comparecer.

Espinho, 5 de novembro de 2015

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



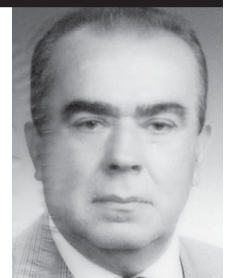
† Joaquim Mota Pereira

Missa do 2.º Aniversário do falecimento

Sua esposa, Ana Ferreira de Matos, e restante família vêm, por este meio, comunicar que será celebrada missa por alma do seu ente querido, dia 11, quarta-feira, pelas 19 horas, na Igreja Matriz de Espinho. Desde já agradecem a quem comparecer.

Espinho, 5 de novembro de 2015

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



† António Fernando Rodrigues Couto (Lord)

Missa do 9.º Aniversário do falecimento

Foste e serás sempre um Lord

Sua esposa, filha, genro, neta, mãe, irmãos e restante família vêm comunicar que será celebrada missa por alma do seu ente querido, dia 11, quarta-feira, pelas 19 horas, na Igreja Matriz de Espinho. Desde já agradecem a todos quantos participem na Eucaristia.

Espinho, 5 de novembro de 2015

Lídia Ferreira Coelho
Maria Antónia Couto
Hugo Gabriel
Margarida Couto Meneses Ferreira
Rosa Rodrigues



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

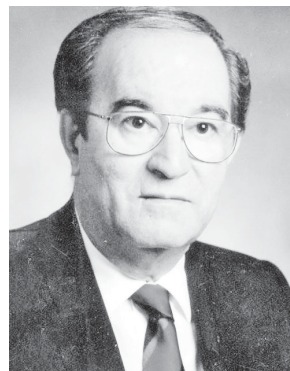


Maximiliano Rodrigues Dias

Missa do 30.º Dia

A família vem, por este meio, comunicar às pessoas de suas relações e amizade 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.

Espinho, 5 de novembro de 2015



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

ESPINHO (Rua 18, n.º 1007)

† Marina Gomes da Silva

Agradecimento e Missa de 7.º Dia

A família vem agradecer às pessoas que se dignaram a tomar parte no funeral do seu ente querido ou que de outro modo se associaram à sua dor. Comunica que a missa de 7.º dia será celebrada dia 7, sábado, pelas 19 horas, na Igreja Matriz de Espinho.

Desde já agradece a todos quantos participem na Eucaristia.

Espinho, 5 de novembro de 2015

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



Ana Paula Rodrigues da Silva Sousa

Missa do 5.º Aniversário do falecimento

A tua partida deixou uma dor que nada pode curar, mas o teu amor deixou lembranças que ninguém pode apagar

Será celebrada missa por alma do seu ente querido, dia 7, sábado, pelas 19 horas, na Igreja Paroquial de Anta. Desde já agradecem a todos quantos possam comparecer.



Manuel Alves Salgueiro

Missa do 3.º Aniversário do Óbito e Agradecimento

5 de novembro

Sua esposa, filhos, genro, nora e netos, vêm recordar esta data com grande pesar, tristeza, amor e saudade.

Participam que será celebrada missa do 3.º aniversário, hoje, quinta-feira, pelas 19 horas, na Igreja Matriz da cidade de Espinho.

Agradecem, desde já, a todos os que acompanham esta celebração.

A Família



ESPINHO (Rua 11, n.º 891)

† Leticia Portela de Azevedo

Agradecimento e Missa de 7.º Dia

Seus filhos, noras, genro, netos, bisnetos e restante família vêm agradecer, reconhecidamente, às pessoas que se dignaram a tomar 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 10, terça-feira, pelas 19 horas, na Igreja Matriz de Espinho. Desde já, e de igual modo, agradecem todos quantos participem na Eucaristia.

Espinho, 5 de novembro de 2015

Eng.º Alfredo Manuel Portela de Azevedo
Dr. Manuel José Portela de Azevedo
Rui Manuel Portela de Azevedo
Eng.ª Maria de Fátima Milheiro Azevedo
Maria José Seabra
Joana Kuski Eggers
Dr. Jorge Alberto Lobo Gonçalves Garrido

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



Maria Celeste de Amorim Santiago

Missa do 12.º Aniversário

Sua filha, Maria Fernanda Amorim da Silva (Fernandinha Enfermeira), vem por este meio, comunicar a todas as pessoas de suas relações e amizade que será celebrada missa por alma de sua mãe, dia 13, sexta-feira, pelas 19 horas, na Igreja Matriz de Espinho. Desde já agradece a todos quantos participem na Santa Eucaristia.

Espinho, 5 de novembro de 2015





Foto VÍTOR LANCHÁ

Grupo dos Amigos dos Bombeiros Voluntários de Espinho dá espetáculo no sábado

Integrada nas comemorações do 120.º Aniversário da Associação Humanitária Bombeiros Voluntários de Espinho, o Grupo dos Amigos dos Bombeiros Voluntários de Espinho, irá realizar pelas 21h30 de sábado, no auditório da Junta de Freguesia de Espinho, uma festa de angariação de fundos para a associação.

Os bilhetes estão à venda na secretaria da Associação Humanitária Bombeiros Voluntários de Espinho ou junto dos elementos do grupo e no local, no dia do espetáculo.

Caminhada solidária

A Associação Independente SIGA irá realizar uma caminhada solidária às 9h30 de domingo, com a receita a reverter para a Liga Portuguesa Contra o Cancro.

A partida será encetada no Largo do Souto, em Anta.

A iniciativa conta com o apoio da Junta de Anta/Guetim e de "Anta a Me-xer".

"Open day" com simulacros de acidentes e incêndios e desfile luminoso

Integradas no Programa Oficial das comemorações dos 120 anos da Associação Humanitária dos Bombeiros Voluntários de Espinho, realizaram-se no sábado várias atividades incluindo simulacros de acidentes rodoviários e incêndios na Alameda 8.

O "open day" dos bombeiros Voluntários constou também (à noite) de um desfile luminoso das viaturas da corporação, de simulacro de incêndio no Hotel Mar Azul e da recriação de três momentos históricos de 120 anos de atividade (com os equipamentos disponíveis à data).



Fotos VÍTOR LANCHÁ



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

