

“O Sporting de Espinho tem um passado enorme e uma Direção com dinâmica muito boa”

páginas 2 e 3



Arménio Pinho, presidente da Direção da Associação de Futebol de Aveiro



página 5

Investidos cerca de 400 mil euros para eficiência da Nave Polivalente

Faleceu o ex-vereador Armando Jacinto

página 5

Cinanima projeta Espinho no mundo

página 6

Multimeios enche “aos olhos da Rita”

página 7

Duas centenas e meia na apresentação dos “100 Anos d’Alma Vareira” de João Freitas com as “estórias” tigras

páginas 15

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.



“O Sporting de Espinho tem um passado enorme e uma Direção com dinâmica muito boa, que me parece ser uma aposta muito credível”

Arménio Pinho, presidente da Direção da Associação de Futebol de Aveiro



Arménio Pinho foi eleito, este ano, presidente da Associação de Futebol de Aveiro. Imbuído de um espírito inovador, com uma grande equipa de trabalho, muitos jovens, o novo presidente da AFA quer uma nova dinâmica para o futebol de Aveiro, tendo já implementada uma plataforma, a AFA TV (www.afatv.pt) onde poderão ser visualizados todos os jogos do Campeonato Distrital da 1.ª Divisão, em futebol, os jogos do futsal e os melhores golos. Uma medida inovadora que pretende trazer “transparência” e “promover os jogadores e os clubes de Aveiro”. O presidente da Associação de Futebol de Aveiro, na entrevista que concedeu ao jornal *Defesa de Espinho*, fala ainda do clube centenário, o Sporting Clube de Espinho, fundador da Associação de Futebol de Aveiro, do futebol popular e do Novasemente, campeão nacional de futsal feminino.

Manuel Proença

- Quem é Arménio Pinho?

“É alguém que tem uma atividade profissional, que nada tem a ver com o futebol e que desde há 30 anos está ligado ao fenómeno associativo, autárquico e que atualmente está no desportivo. Estou há oito anos na Direção da Associação de Futebol de Aveiro e, no último ato eleitoral, candidatei-me numa lista composta por mais 51 pessoas, ao cargo de presidente”.

- Por que razão se candidatou a presidente da Associação de Futebol de Aveiro?

“Sempre fui muito dado a causas sociais e a trabalhar em prol dos outros. Como estava na Direção, achando-me com capacidade e competências para liderar uma equipa; e como tinha a oportunidade de escolher a minha equipa, no fundo alargada e inovadora, achei que com pessoas novas poderíamos incrementar, ainda mais, o desporto no distrito de Aveiro. Foi com este propósito que o fiz. Quando estou metido numa instituição, tenho de gostar e de me sentir bem. Com as pequenas vitórias do dia-a-dia, ainda mais motivado me sinto. Foi com tudo isto que quis avançar”.

- Como encontrou (em que estado) a Associação de Futebol de Aveiro?

“A Associação de Futebol de Aveiro tem uma situação económica e financeira boa. É estável. Conheço bem a casa por dentro e por fora. Nada de anormal se passa”.

- Qual vai ser a sua grande aposta e o seu grande objetivo?

“A Associação de Futebol de Aveiro tem 91 anos de

existência. Neste período, só em duas vezes, concorreram mais do que uma lista nas eleições. Foi há 30 anos quando era presidente o professor Leão e apareceu outra lista liderada por Gilberto Madail, que venceu as eleições. E foi agora neste último ato eleitoral, que voltaram a aparecer duas listas. Foi dada aos clubes, a possibilidade de se escolher entre dois projetos. E quando são apresentados dois projetos, as pessoas têm de evoluir naturalmente e é salutar para as Instituições. Foi isso que ao longo de alguns meses fomos preparando, colocando algumas ideias daquilo que eramos capazes de fazer em prol dum ainda melhor Associação de Futebol de Aveiro. A verdade é que temos mexido em muita coisa em tão pouco tempo! As eleições foram em maio e nós tomamos posse em 10 de julho, com a época a decorrer. Porque a época já estava iniciada, não conseguimos alterar/modificar, algumas coisas que pretendíamos, nomeadamente no que respeita à reestruturação dos campeonatos. Por isso, durante esta época, juntamente com os clubes, vamos analisar algumas ideias, discuti-las com todos e tentar implementar um novo formato, na próxima época. Elencamos muitas medidas e a todos, parecia a mais difícil era o projeto da AFA TV (www.afatv.pt). Dissemos que iríamos colocar em prática uma plataforma online que oferece uma multiplicidade de serviços e de informações, que irá estar virada para os beneficiários, clubes e agentes desportivos do distrito de Aveiro e para todo o público em geral, sem qualquer custo para os utilizadores. Temos um mandato de quatro anos e, ao fim de pouco mais de um mês conseguimos colocar a AFA TV em andamento e fomos capazes de arranjar patrocínios, que, no fundo, suportam todo este projeto. Atribuímos ‘naming’s’, ao Campeonato da 1.ª Divisão (Pecol) e da 1.ª Divisão de futsal que se chama ‘Safina’.

Reconhecemos hoje, que a nossa marca AFA é valorizada por 91 anos de existência.

Por isso, quero prestar uma homenagem a todos os que passaram pela Associação de Futebol de Aveiro durante todo este tempo, quer dirigentes, atletas e clubes. Não posso deixar de dar uma palavra de muito apreço e estima a um grande espinhense, o senhor Carlos Padrão, que terminou recentemente a sua ligação à AFA e que muito deu ao desporto distrital e nacional.

Só histórias destas e uma marca que cumpre e que tem boa visibilidade leva a que consigamos arranjar patrocinadores para toda esta estrutura que implementamos”.

- O que pretendem, concretamente, fazer em relação à reestruturação dos campeonatos?

“Durante a nossa campanha eleitoral sempre dissemos que um dos nossos compromissos era admitir um coordenador técnico distrital, porque o nosso objeto principal é a prática desportiva.

Há alguns anos atrás, quando a FPF teve suspenso o Estatuto de Utilidade Pública, as seleções distritais ficaram inativas. Com a entrada da atual Direção da Federação Portuguesa de Futebol, houve gradualmente, um incremento à atividade das seleções distritais. E a Associação de Futebol de Aveiro passou a ter um coordenador técnico em part-time. Só que nos dias de hoje, isso não chega. É necessário termos uma pessoa a tempo inteiro que nos ajude a coordenar os quatro cursos de treinadores que vamos implementar nesta época, as várias seleções distritais, que nos ajude na criação dum pro-

jecto de reestruturação dos campeonatos distritais, que nos apresente propostas/opções, para que as possamos apresentar a todos os clubes do distrito. Temos o campeonato Pecol muito competitivo, com muitas equipas históricas como o Sporting Clube de Espinho, Águeda, União de Lamas, Fiães, S. João de Ver e outras que andaram nos campeonatos nacionais. Podemos estudar, se será possível, dar-lhe ainda mais competitividade. Na 2.ª Divisão Distrital, achamos que com o elevado numero de equipas participantes, poderemos propor a discussão, se não será oportuno, ter outra divisão intermédia: por exemplo, uma Divisão Elite, 1.ª Divisão e 2.ª Divisão. No entanto, iremos ver o que os clubes pretendem”.

- Qual a razão que o levou a implementar a AFA TV?

“Concebemos esse projeto, que é único no país. Fomos os primeiros e, claro, outras associações irão implementar no futuro! Pretendemos projetar o futebol e o futsal, dando visibilidade máxima aos nossos atletas, aos clubes e, acima de tudo, queremos que a verdade desportiva seja o nosso farol. Fazemos 17 jogos por semana (nove jogos de futebol e oito jogos de futsal), num total de 540 jogos numa época. Os jogos são filmados integralmente, sem cortes e ficam à disposição de todos. Adicionalmente são também colocados online, dois vídeos com todos os golos da jornada (um para o Futebol e outro para o Futsal), que são postos à votação do público. No fim da semana, os três melhores golos da semana (em futebol e também em futsal) vão entrar num ranking, para fazerem parte da grande Gala anual, que iremos levar a efeito no fim da época. Por outro lado, os atletas sabem que estão a ser vistos permanentemente, bem como os árbitros. Durante as primeiras jornadas dos dois campeonatos, tudo tem decorrido normalmente. Atualmente, torna-se possível, poder confirmar qualquer dúvida ou questão, através da visualização do vídeo dum jogo.

Por outro lado, com esta ideia, pretendemos chegar até aos emigrantes. Pretendemos, por exemplo, que um espinhense que resida nos Estados Unidos possa ver o jogo do Sporting Clube de Espinho, sossegadamente, no seu sofá e possa partilhar o mesmo jogo, através das redes sociais, comentando-o. Os clubes não têm despesas com esta ferramenta, uma vez que são os patrocinadores que suportam este projeto. Dentro da AFA TV, já temos uma outra rubrica, ‘AFA na Rua’, que todas as sextas-feiras, emite uma reportagem semanal, sobre a realidade dum clube do nosso distrito. Durante o nosso mandato de 4 anos, iremos a todos os clubes nossos filiados, independentemente da sua dimensão desportiva. Começamos com o Clube Albergaria, esta semana teremos o Ossela e na próxima semana será a vez do Fiães.

O nosso site atingiu cerca de 200 mil visualizações num mês! Os nossos jogos estão a ser vistos em todo o mundo. No estrangeiro, os países que lideram as visualizações, são a Suíça e a França, num lote de, aproximadamente, 50 países.

Mas queremos que ainda mais emigrantes nos vejam, vamos continuar a tentar entrar em contacto com mais comunidades portuguesas no estrangeiro, para que sejam ‘ondas de propagação positiva’, aderindo ao nosso projeto (também através do Facebook, <https://www.facebook.com/AFAtv.pt/?fref=ts>). Não vamos ficar por aqui, estamos a preparar um outro projeto complementar e revolucionário no mundo do



“Pretendemos chegar até aos emigrantes. Pretendemos, por exemplo, que um espinhense que resida nos Estados Unidos possa ver na AFA TV (www.afatv.pt) o jogo do Sporting Clube de Espinho, sossegadamente, no seu sofá e possa partilhar o mesmo jogo, através das redes sociais, comentando-o”

Foto
MANUEL PROENÇA



“Nós acreditamos muito nesta Direção presidida pelo Bernardo Gomes de Almeida. Achamos que esta juventude está no caminho certo, pois consegue congregiar as forças vivas da cidade em torno do clube. Por isso, só desejamos grande sucesso ao Sporting de Espinho”

“Gostaríamos muito de ver o futebol popular integrado na Associação de Futebol de Aveiro. Queremos crescer, ultrapassar rapidamente os 14 mil atletas que temos neste momento. Em dimensão, ocupamos a quarta posição nas associações do País e gostaríamos de ambicionar sermos a terceira do ranking nacional”

“O Novasemente conseguiu fazer história e está de parabéns. Num ano ganhar o Campeonato e a Supertaça é motivo de grande orgulho e regozijo. Foi a primeira vez que Aveiro teve um vencedor em Futsal feminino”



desporto, que iremos apresentar brevemente, mas que não o posso anunciar para já!...”

– Considera a Associação de Futebol de Aveiro inovadora?

“A Associação de Futebol de Aveiro já lidera a inovação no nosso futebol. Vamos implementar as inscrições e revalidações online que, aliás, já funcionam, por exemplo, no andebol. Com isto evitamos que as pessoas de longe tenham de se deslocar a Aveiro. Até ao final desta época, coabitaram as duas modalidades: papel e online”.

– O que pensa a Federação Portuguesa de Futebol sobre tudo aquilo que a Associação de Futebol de Aveiro tem feito?

“A Federação portuguesa de Futebol tem avançado muito a nível de tecnologia e tem trabalhado bem. Há uma boa dinâmica. Temos tido muitas palavras de apreço. A AFA TV tem recebido palavras elogiosas. No entanto, estamos sempre abertos a fazer sugestões de melhoria, porque nos dias de hoje a tecnologia desatualiza-se a cada segundo”

– Como vê o Sporting Clube de Espinho (clube centenário), agora no Distrital?

“O Sporting Clube de Espinho é fundador da Associação de Futebol de Aveiro. Vim cá várias vezes representar a Associação de Futebol de Aveiro e o clube não é só o futebol, pois tem várias modalidades e talvez milhares de atletas. É um clube muito eclético que, infelizmente está a atravessar uma situação complicada. Nós acreditamos muito nesta Direção presidida pelo Bernardo Gomes de Almeida. Achamos que esta juventude está no caminho certo, pois consegue congregiar as forças vivas da cidade em torno do clube. Por isso, só desejamos grande sucesso ao Sporting Clube de Espinho. A Associação de Futebol de Aveiro está disponível para colaborar, dentro das suas limitações. Estamos disponíveis para estar ao seu lado, pois é essa a nossa obrigação, como é, aliás, o nosso dever em relação a todos os clubes nossos filiados. O clube tem um passado enorme e tem uma Direção com uma dinâmica muito boa, que me parece ser uma aposta muito credível”.

– O Sporting Clube de Espinho, fundador da Associação de Futebol de Aveiro, completa 101 anos. Que mensagem gostaria de lhe deixar?

“Acautelados, temos de estar preparados para as adversidades, pois são sempre mais do que as glórias. Com os pés bem assentes no chão, puxando pelas nossas forças e capacidades, devemos aproveitar para fazer tudo aquilo que pudermos, de forma a sentirmos sempre a nossa consciência em paz”.

– O que acha do futebol popular (27 clubes, duas divisões, uma taça cidade de Espinho e a participação interconcelhia) do concelho de Espinho?

“No ano passado foi publicado o Decreto-Lei nº 45/2015, que visa regulamentar o fenómeno desportivo, definindo no seu artigo 6.º, que cabe às Federações Desportivas, o direito exclusivo de promover, regulamentar, organizar, atribuir títulos de campeão nacional ou regional no âmbito dos respetivos campeonatos, etc. A verdade é que, até ao momen-

to, não se atingiram os efeitos que se pretendem com esta Lei, que até estabelece quem tem o dever de fiscalizar. Não há dúvidas de que quem tem a competência para desenvolver o futebol em Portugal, é a Federação Portuguesa de Futebol. Em Portugal o rácio de atletas federados na FPF é de apenas 1,6% (160.000 atletas num universo de 10 milhões de habitantes), um dos mais baixos da Europa. — Todavia entendemos que este assunto deve ser gerido com bom-senso, através de reuniões e negociações, porque é com diálogo que se resolvem os problemas.

Gostaríamos muito de ver o futebol popular integrado na Associação de Futebol de Aveiro.

Queremos crescer, ultrapassar rapidamente os 14 mil atletas que temos neste momento. Em dimensão, ocupamos a quarta posição nas associações do País e gostaríamos de ambicionar sermos a terceira do ranking nacional. Porém, essa é uma das questões que ainda não tivemos tempo para nos debruçarmos e que poderemos vir a equacionar daqui para a frente. Gostaríamos de ter mais atletas e mais competições. Até poderíamos englobar uma prova para o futebol amador na reestruturação que pretendemos levar a efeito para os campeonatos distritais”.

– Qual a sua opinião sobre o crescer das escolinhas de futebol? Recordo que em Espinho existem a ADF Anta (Eliseu), Marfoot, Geração Paramos, Sporting de Silvalde e Sporting Clube de Espinho.

“As escolas de futebol estão a competir nos campeonatos da Associação de Futebol de Aveiro. Estão a desenvolver um excelente trabalho, tanto social, escolar como desportivo. A Associação de Futebol de Aveiro quer crescer e vai ajudar. Nos próximos tempos, lançaremos mais um projeto – o futebol de rua – que estará no âmbito do coordenador técnico distrital. Temos de ir buscar mais atletas. Este projeto poderá ser feito em qualquer lado e só esperamos que os clubes possam aproveitar estes atletas. Serão os clubes que irão encaminhar estes atletas para o futebol, futsal ou para o futebol de praia”.

– Considera que o futsal no distrito está de boa saúde?

“O futsal está de boa saúde. É a modalidade de pavilhão mais praticada em Portugal. Está com crescimento. Prometemos que iríamos criar a Taça de Honra de Aveiro, com equipas que disputam campeonatos nacionais, e já a concretizamos”.

– O que pensa do projeto do Novasemente Grupo Desportivo?

“O Novasemente conseguiu fazer história e está de parabéns. Num ano ganhar o Campeonato e a Supertaça é motivo de grande orgulho e regozijo. Foi a primeira vez que Aveiro teve um vencedor em Futsal feminino. O projeto do Novasemente é muito bom e está bem liderado pelo Norberto Moreira. Penso que o clube irá continuar a dar cartas porque tem um bom plantel e um excelente sponsor”.

– O que pretende que seja feito a nível de futsal na Associação de Futebol de Aveiro?

“Cada elemento da Direção da Associação de Futebol de Aveiro tem atribuído um pelouro para trabalhar/desenvolver. No futebol temos o José Neves Coelho, que até reside em

Espinho. No futsal é o Ilídio Resende e, antes dele, esteve o espinhense Alberto Monteiro, pessoa que pensa na modalidade de noite e de dia’ e que hoje está no Conselho de Arbitragem da FPF. O Ilídio Resende é uma pessoa muito dedicada e que quer sempre o melhor para o desenvolvimento do futsal no distrito, apresentando ideias novas e arrojadas. Vamos organizar o primeiro torneio Interassociações (sub-15), com final concentrada no Pavilhão Municipal das Travesas, em S. João da Madeira, onde estarão presentes 22 associações de futebol do País, incluindo as ilhas. Escolhemos esse local porque tem a possibilidade de ter quatro jogos em simultâneo dentro do mesmo pavilhão. Será de 28 de março a 1 de abril de 2016 e irá envolver 396 pessoas das comitivas, mais a da Federação, o que perfaz 440 pessoas, no total. Por isso, iremos dar movimento, durante estes dias, a toda a região. Destes jogos serão selecionados 20 atletas que irão formar a Seleção Nacional de sub-15”.

– O futebol de praia é uma aposta da Federação Portuguesa de Futebol. É também uma sua aposta?

“Em Aveiro, ainda só temos, dois clubes a praticarem futebol de praia nos campeonatos nacionais: o Sporting Clube de Espinho e o S. Jacinto. Durante Campeonato do Mundo de Futebol de Praia em Espinho organizamos três campeonatos: um em seniores masculinos, outro em sub-20 masculinos e um outro em seniores femininos. Foram feitos 60 jogos. A FIFA atribuiu 6000 euros de prémios para instituições de solidariedade social que os vencedores indicaram. Participaram 30 equipas, o que acabou por ser o primeiro passo para a promoção do futebol de praia no âmbito da AFA.

Queremos, ainda durante esta época, fazer um campeonato distrital de futebol de praia. Temos uma costa imensa e, juntamente com as câmaras municipais, queremos fazer o campeonato distrital. Queria aproveitar a oportunidade para agradecer ao presidente da Câmara Municipal de Espinho, Pinto Moreira e na sua pessoa, a toda a sua vasta estrutura de colaboradores, pela excelente ajuda que nos deram durante a realização dos jogos que levamos a efeito nos três campos de futebol de praia, por ocasião do Mundial. Estiveram sempre disponíveis para nos ajudar e colaborar connosco”.

– Qual a sua opinião sobre a realização do Campeonato do Mundo de Futebol de Praia que decorreu em Espinho no verão passado?

“Nunca mais o nome de Espinho sairá deste evento! É imortal! Porque foi em Espinho que Portugal foi Campeão do Mundo! Foi em Espinho e no distrito de Aveiro. O estádio esteve sempre cheio e eu pude marcar presença todos os dias. Foi um verdadeiro sucesso e a Câmara Municipal de Espinho trabalhou incansavelmente para isso. Foi uma aposta acertada”.

– Gostaria de deixar alguma nota final?

“Queremos continuar a ser uma associação respeitável. É nossa firme intenção, continuar a crescer. O futebol/futsal no distrito de Aveiro será cada vez melhor quanto melhores forem as infraestruturas dos seus clubes. Uma das nossas apostas foi incrementar o apoio aos clubes do futebol, nas instalações com campos sintéticos ou relva natural. Para esta época estamos a apoiar com cinco mil euros o primeiro campo relvado ou sintético que o clube concretize”.

Manuela Aguiar
Em três palavras



Reinventar a Democracia

1 - A democracia foi considerada um sistema perfeito quando excluía a metade feminina da humanidade, e não só na antiga Atenas, mas universalmente, até às primeiras décadas do século passado. A luta pelo sufrágio foi longa e em alguns países heróica (a propósito, vale a pena ver, como documentário de época, o filme "As sufragistas"). Uma vez alcançado o voto das mulheres, os progressos foram acontecendo, gradualmente, com ritmos diversos, na caminhada para a meta da igualdade de participação política, facilitada pela (recente) imposição de quotas.

A meu ver, as chamadas leis da paridade só se justificam para eliminar os muros que protegem "cidadelas" de poder

"Foi um ano de aprendizagem"

Francisco Azevedo Brandão,
presidente da Confraria da Caldeirada
de Peixe e do Camarão de Espinho

A Confraria da Caldeirada de Peixe e do Camarão de Espinho assinalou o primeiro aniversário da data da sua constituição notarial, com o registo dos seus Estatutos.

"Foi um ano de aprendizagem, graças à amável disponibilidade e experiência do nosso amigo e confrade da Confraria da Caldeirada da Fogaça da Feira, Celestino Portela, que nos elucidou sobre todos os procedimentos a levar a cabo neste género de confrarias gastronómicas e que culminaram com a cerimónia de entronização dos confrades da Confraria da Caldeirada de Peixe e do Camarão de Espinho, realizado no dia 24 de Junho, no FACE - Fórum de Arte e Cultura de Espinho, e respetivo jantar da Caldeirada no refeitório da Escola Secundária Dr. Manuel Gomes de Almeida", dá nota Francisco Azevedo Brandão, presidente da Direção.

"Consolidada e com perspectivas do aumento dos seus confrades, como aconteceu hoje com a entronização de duas personalidades ligadas à cultura espinhense e não só - Francisco Goulão e Manuel Sancebas, a Confraria da Caldeirada de Peixe e do Camarão de Espinho irá prosseguir no próximo anos o exarado nos seus objetivos e que são: o estudo, defesa e divulgação da genuína caldeirada de Peixe e do Camarão de Espinho; a defesa da arte xávega, praticada nesta costa desde o século XVIII, trazida pelos pescadores do Furadouro, Ovar e que constitui hoje um produto histórico, etnográfico, social, económico e turístico

co que urge conservar; a promoção de iniciativas que visem um melhor conhecimento das relações entre a caldeirada de Peixe e do Camarão de Espinho e as tradições ligadas ao domínio da gastronomia, das artes, da literatura, da história e da cultura."

Entre as iniciativas previstas para alcançar parte destes objetivos, a Confraria da Caldeirada de Peixe e do Camarão de Espinho está a preparar um Concurso da Melhor Caldeirada de Peixe e do Camarão de Espinho, com os restaurantes de Espinho que se queiram inscrever, em disputa de interessantes prémios.

"Neste momento, cumpro-nos destacar um notável acontecimento passado precisamente há uma semana. Estamos a falar do Protocolo Internacional, com dezanove parceiros de dez países diferentes, no âmbito do EU-FIN - European Union Fishing Network, que estabelece e define uma estratégia de cooperação entre municípios envolvidos no que concerne à pesca artesanal - arte xávega, designadamente a sua defesa e sustentabilidade como oportunidade estratégica para o sector das pescas e do turismo - protocolo esse, assinado em Siracusa, Sicília, pelos presidente e vice-presidente da Câmara Municipal de Espinho, Pinto Moreira e Vicente Pinto."

Nesta conformidade, "a Confraria da Caldeirada de Peixe e do Camarão de Espinho congratula-se vivamente com a adesão neste importante e oportuno protocolo internacional do nosso município, pois a maior parte dos seus objetivos co-

masculino. A quota é a fenda na muralha... De facto, a estas medidas subjaz, sempre, a presunção de uma igual capacidade dos dois sexos, amplamente demonstrada nas sociedades contemporâneas. São, pois, uma via de procura de um novo equilíbrio de género, potencialmente portador de mais qualidade e competência nas listas compostas, à porta fechada, pelos partidos, e não um meio de promoção imerecida - que, a existir, deriva de má aplicação de uma boa lei.

2 - O governo paritário de Justin Trudeau (15 mulheres e 15 homens) acaba de tomar posse no Canadá.

Após uma década de domínio conservador, marcado pelas políticas de austeridade e pela obsessão securitária de Stephen Harper, o partido liberal, de esquerda moderada, chegou ao poder, com maioria absoluta, e fez a diferença logo no primeiro dia..

Os imigrantes portugueses do Canadá são maioritariamente liberais, muitos deles não por perfilarem ideologias de esquerda, mas porque sabem, por experiência vivida, que este partido é o grande defensor dos seus direitos, como trabalhadores, como estrangeiros, como cidadãos.

Justin usa um apelido célebre. É filho de Pierre Trudeau, homem público de primeiro plano no século XX. Fascinante, é o adjetivo com que o definiria, numa só palavra. Bastará acrescentar que no seu funeral, em 1984, estiveram milhões de admiradores anónimos, e, entre os Chefes de Estado, Jimmy

Carter e Fidel de Castro.

Justin começou "à Trudeau", levando o mundo a olhar o futuro da própria ideia de democracia, e não, nostalgicamente, o passado do seu nome.

Quando lhe perguntaram o porquê de um governo paritário respondeu, simplesmente: "Porque estamos em 2015". Veio, assim, dizer ao mundo que o equilíbrio de uma representação multifacetada é da essência da democracia. A igualdade de género é, aliás, um de múltiplos equilíbrios conseguidos no seu governo, que reflete, como afirmou, "a imagem do Canadá": dois inuites (uma mulher, Jody Wilson-Raybould na pasta da Justiça e Hunter Tootoo nas Pescas), dois sikhs, uma refugiada muçulmana, um astronauta, um milionário de Toronto (nas Finanças), um antigo atleta em cadeira de rodas, vários ministros de cabelos brancos ao lado de rostos jovens...

A cerimónia de posse foi simbolicamente informal, portas abertas ao povo, e ao som de música aborígine. O "jamaica vu".

3 - Em Portugal, teremos, neste ano, previsivelmente, uma sucessão de três governos, dois de Passos, um de Costa. Este último, se vier a existir, consubstancia uma viragem à esquerda, tal como no Canadá. Mas trará, também, consigo a mais-valia democrática de novos equilíbrios, entre eles, o de geração e o de género, "porque estamos em 2015"?

Tarifário (social) para 2016 (água, saneamento e resíduos sólidos urbanos)

Vereadores do PS contra registo
"demasiadamente restrito" de famílias
mais desfavorecidas abrangidas

Os vereadores do PS votaram contra o tarifário proposto para o ano de 2016, por considerarem que o universo de famílias mais desfavorecidas atingidas é "demasiadamente restrito" e o regulamento tarifário "não está em conformidade" com as recomendações da Entidade Reguladora dos Serviços de Águas e Resíduos.

"Não temos dúvidas que só a obrigatoriedade de introdução do tarifário social em 2016 fez com que este executivo se visse obrigado a introduzir esta medida no tarifário da água, saneamento e resíduos sólidos urbanos do concelho. Desde 2003 que existe a obrigatoriedade do princípio do equilíbrio financeiro nos sistemas de abastecimento de água, saneamento e resíduos sólidos urbanos, onde as despesas deste tipo de sistemas deverão ser iguais ou inferiores às receitas arrecadadas. Desde agosto de 2009 que a recomendação de 2009 da Entidade Reguladora dos Serviços de Águas e Resíduos não só harmoniza a forma de estabelecer os escalões, como se refere à introdução do tarifário social para utilizadores domésticos de menor rendimento e para famílias numerosas independentemente do seu nível de rendimento. A Câmara Municipal de Espinho implementou a uniformização dos escalões a partir de 2010, mas nunca teve intenção de introduzir os tarifários especiais que visam dar acesso ao sistema às famílias mais

carenciadas e de menor rendimento. Não introduziu o tarifário social de forma voluntária (foi um dos 82 concelhos de Portugal Continental que não o fez), uma vez que existia, no limite, uma potencial perda de receita de cerca de 3%."

No entanto, "aumentou 2,4% os preços do tarifário em anos em que a inflação foi nula ou negativa e não se ouviu o executivo contra o Governo, (ao contrário dos seus homólogos de Gaia e Porto), quando este decidiu aumentar os preços dos concelhos do litoral em 40% nos próximos cinco anos."

"Apenas em 1 de janeiro de 2016 é que a Câmara Municipal de Espinho vai introduzir o tarifário social e de uma forma obrigatória com caráter de Lei, demonstrando que não queria que os mais desfavorecidos tivessem acesso a um tarifário que correspondesse à situação de fragilidade económica de mais de 40% da população espinhense, menosprezando e violando o princípio da acessibilidade económica", acrescentam (em declaração de voto na última reunião de Câmara) os vereadores do PS.

"Este executivo, com a introdução destes tarifários especiais, não consegue atingir a maior parte das famílias carenciadas deste concelho e subverte parte das recomendações da Entidade Reguladora dos Serviços de Águas e Resíduos", dá ainda nota a representação socialista na vereação.

"O tarifário para 2016 com a introdução dos tarifários especiais (social e para famílias numerosas) não consegue ser suficiente abrangente para englobar a maior parte da população mais vulnerável, nomeadamente, os idosos, famílias monoparentais e famílias com subsídio de desemprego, devido à introdução de uma 'per capitação' com o montante de uma pensão social de 201 euros e 53 centimos. Para além de ser claramente insuficiente, revela uma sensibilidade social perigosa e que limita o acesso da maior parte dos mais desfavorecidos ao sistema. A Câmara Municipal de Espinho, através da introdução desta medida (a 'per capitação', não prevista na recomendação da Entidade Reguladora dos Serviços de Águas e Resíduos, não quis introduzir limites mais transparentes e que permitiriam, sem qualquer tipo de dúvida, o acesso mais alargado de agregados familiares mais vulneráveis e de menor rendimento, (muitos deles abaixo do limiar da pobreza), nomeadamente, através da isenção das taxas fixas que permitiriam uma redução de 10 euros e 92 centimos/mês ou impor um limite de acesso mais linear como o salário mínimo nacional, 505 euros, uma vez que na recomendação de 2009 da Entidade Reguladora dos Serviços de Águas e Resíduos o limite para ter acesso ao tarifário social é de dois salários mínimos nacionais, 1.100 euros."

Faleceu o ex-vereador Armando Jacinto



Armando José Teixeira Jacinto faleceu segunda-feira na sua residência em Espinho, devido a doença prolongada.

O coronel e ex-vereador fora distinguido no pretérito Dia (16 de junho) da Cidade com a Medalha de Honra da Cidade e o Título de Cidadão de Espinho.

As cerimónias fúnebres realizaram-se na terça-feira.

O jornal *Defesa de Espinho* apresenta sentidas condolências à família de Armando José Teixeira Jacinto.

Editorial

Lúcio Alberto

Até sempre, Coronel!

Espinho perdeu uma das suas maiores referências. Armando Jacinto não foi só coronel e vereador. Era um Homem de Espinho e apaixonado por Espinho.

Entre causas altruístas e socioculturais a que se dedicou em Espinho - a sua Terra! -, a Associação dos Diabéticos e a Associação dos Antigos Alunos do Colégio de S. Luís são apenas alguns exemplos de uma

imensidão de contributos. E em todos os registos destacavam-se sempre a abnegação e a retidão que o identificavam.

Era vasto o rol de coletividades e associações do concelho a que se associara, como extenso era igualmente o seu currículo militar e cívico.

O tom da sua voz era forte, de um Homem (Militar) que elevava a disciplina, mas não era uma figura de bicos em pé... Era educado e não se deslumbrava. Era um cidadão exemplar. E amava Espinho!



Foto MÁRIO CALES

Investidos cerca de 400 mil euros para eficiência da Nave Polivalente

Novos pisos para desportos

O presidente da Câmara Municipal de Espinho, Pinto Moreira e o vice-presidente, Vicente Pinto estiveram na segunda-feira ao final da tarde, na Nave Polivalente, para uma visita às obras de que foi alvo aquele equipamento. Foram cerca de 400 mil euros, com uma taxa de participação do FEDER de 85% e 15% a cargo do Município de Espinho, para uma obra que foi realizada no âmbito do ON2- Programa Operacional Regional do Norte-Eixo Prioritário IV-Coesão Local e Urbana.

Pinto Moreira e Vicente Pinto tiveram a oportunidade de ver explicado por parte dos responsáveis técnicos da

autarquia, Álvaro Duarte (Obras), Jorge Crespo (Desporto) e José Gouveia, de todos os pormenores que envolveram esta intervenção.

No final, Pinto Moreira reconheceu a importância da intervenção naquele equipamento municipal que acolhe, diariamente, cerca de seis centenas de jovens praticantes das mais diversas modalidades nos mais variados clubes do concelho e sublinhou "a poupança e a eficiência energética" que corresponderá a uma redução no consumo de energia que deverá andar na ordem dos "40% por ano".

Pinto Moreira explicou, também, que a partir de agora, "a Nave Polivalente terá a

possibilidade de acolher grandes competições internacionais", quer pela iluminação que foi implementada, quer pelos pisos que foram instalados, quer para o andebol e futsal, quer para o voleibol.

A requalificação da Nave Polivalente sofreu intervenções no sistema de ar condicionado do edifício, na substituição de lâmpadas em todo o edifício, na substituição de todas as lâmpadas dos holofotes da arena.

Há agora a possibilidade de ligação de lâmpadas conforme o tipo de atividade, fazendo a ligação manual de cada holofote ou por setor, através de duas consolas: con-

sola instalada na receção; outra consola que poderá ser ligada junto ao terço norte na arena da Nave.

A Nave Polivalente foi, ainda, intervencionada com a substituição da cobertura central da arena, com a resolução de infiltrações de água, aumento da incidência de luz natural minimizando o consumo de eletricidade.

Foi colocado um piso desportivo modelar, tipo Sport Court - modelo defense com marcações de voleibol - 1/3 Norte Nave Polivalente; piso desportivo modelar, tipo Sport Court - modelo defense com marcações de andebol/futsal - 1/3 Centro Poente; duas bancadas outdoor com 64 lugares cada (utilizadas no Mundial de Futebol de Praia); um marcador eletrónico de mesa (jogos oficiais) ma; dois Postes AFF de voleibol - Em utilização 1/3 norte; duas redes de voleibol - em utilização 1/3 norte; tatami Puzzle Reversível - Para utilização em competições artes marciais, ginástica Rítmica e que atualmente está em armazém.

Manuel Proença



A ATLAS SEGUROS Consultores e Corretores, SA, é a nova denominação social da antiga Patris Seguros na sequência da aquisição integral da sociedade por parte do grupo GI 10.

A ATLAS Seguros integra-se assim num importante grupo que gere uma carteira de seguros de 37 Milhões de euros, mais de 15.000 Clientes e acesso a uma "International Broker Service Network" representada em mais de 130 países.

A nossa energia está focalizada em analisar, construir e gerir soluções específicas na exacta medida das necessidades dos nossos Clientes e Parceiros.

Rua de Santa Catarina, 706, 3º/4º 4000-446 PORTO
T. 222 007 500 · F. 222 082 387
geral.seguros@atlas-seguros.com
www.atlas-seguros.pt

ATLAS
SEGUROS

Grande Farmácia



DIRECTOR TÉCNICO

Manuel João Ribeiro Pais Clemente de Paiva

RUA 8, N.º 1025 - 4500 ESPINHO

Telef. 22 734 0092

Idosos do concelho em baile de S. Martinho

Na tarde de domingo, o salão nobre da Piscina Solário Atlântico acolheu espinhenses com idade superior a 60 anos, aposentadas ou reformadas, num baile de São Martinho.

Foi um momento de alegria e convívio para a popu-

lação sénior do concelho, com música, castanhas e vinho como é tradição.

O presidente da Câmara Municipal, Pinto Moreira, e a vereadora da Ação Social, Leonor Fonseca, também marcaram presença no baile de S. Martinho.

Festas de S. Martinho em Anta

Decorrem (até domingo) em Anta os festejos de S. Martinho. O programa foi encetado ontem com missa solene, distribuição de castanhas aos possuidores de rifas e atuação do conjunto Irmãos Leais.

Para a noite desta quinta-feira está prevista a participação do conjunto Estrelas Incompatíveis, seguindo-se na noite de sexta-feira "The Movement" e o conjunto Impecáveis.

No sábado atuam "Top Dance" (às 20 horas) e a banda Tekos (às 21h30.)

E para domingo o programa consta da entrada da Tuna Musical de Anta (9 horas); eucaristia solene, seguida de procissão, acompanhada pela Tuna Musical de Anta e pela Fanfara dos Bombeiros Voluntários do Concelho de Espinho (11 horas); atuações da Tuna Musical de Anta (15h30), do Duo Mário e Hermínio (21h30).

"Vozes da Rádio" no Casino Espinho

Nas noites de sexta-feira e sábado, o Casino Espinho recebe o quinteto "Vozes da Rádio" para uma noite repleta de temas conhecidos cantados "a cappella" que promete ser memorável para o público. A música aliada ao bom humor são as principais características que fazem deste quinteto um projeto musical de excelência em Portugal.

O quinteto "Vozes da Rádio" nasceu no ano de 1991. No seu curriculum, contam com centenas de concertos por todo o país, ilhas e Macau, têm várias participações em discos e espetáculos de outros artistas portugueses como os Gaiteiros de Lisboa, Ala dos Namorados, Rui Veloso, Delfins, Clã, Sara Tavares, Rui Reininho ou Mafalda Arnauth.



A iniciativa (caminhada) solidária da Associação Independente SIGA também integrou uma aula de fitness na praia



Solidariedade

A Associação Independente SIGA realizou na manhã de domingo (com partida e chegada ao Lar-

go do Souto - Anta) uma caminhada solidária (com fitness), cuja receita reverteu para a Liga Portuguesa Contra o Cancro - Direção Regional do Norte. "A concretização de um

projeto como este não dependia apenas da vontade, determinação e capacidade desta associação, mas principalmente da obtenção de determinadas parcerias como a que realizamos."

Cinanima projeta Espinho no mundo

Evocação à memória de António Gaio

O autarca Pinto Moreira presidiu à sessão solene de abertura do Cinanima, ocorrida na noite de segunda-feira, no Centro Multimeios, evocando a memória de António Gaio, o espinhense que concebeu e dinamizou o Festival Internacional de Cinema de Animação e falecido recentemente,

"Espinho tem marcado a diferença pela qualidade dos eventos que promove", registou o presidente da Câmara. "O Cinanima não de Espinho é um excelente exemplo."

Por seu turno, António Cavacas, diretor do evento, deu nota da colaboração entre a Câmara Municipal e a Cooperativa Nascente, promotora do Cinanima (já com 39 edições).

"O reino gelado 2", do russo Alexey Tsisilin", foi o filme escolhido para a sessão de abertura.

Com estreias mundiais, as obras a concurso resultam de uma seleção entre 1.237 filmes provenientes de 61 países. Ao nível nacional concorrem 24 obras, dez das quais são candi-

datas ao Prémio António Gaio e catorze ao Prémio de Jovem Cineasta Português. O quadrante internacional envolve cinco longas-metragens e 53 curtas-metragens.

Entretanto, no que se refere ao programa de formação do festival, dividido em conferências e ateliês, a escolha de 2015 recaiu sobre a ilustradora Patrícia Figueiredo, os cineastas João Ferreira e Miguel Braga, o produtor holandês Ton Crone e o realizador Bruno Simões.

Foto VÍTOR LANCHÁ



Espectáculo do Grupo dos Amigos dos Bombeiros Voluntários de Espinho

Realizou-se na noite de sábado, no auditório da Junta de Freguesia de Espinho, uma festa de angariação de fundos para a Associação Humanitária Bombeiros Voluntários de Espinho.

O evento foi promovido pelo Grupo dos Amigos dos Bombeiros Voluntários de Espinho (na foto).



Foto VÍTOR LANCHÁ

Festa da pequenada na Biblioteca Municipal

Na manhã de sábado houve sessão especial de "Letras e Chupetas" (segundo aniversário) na Biblioteca Muni-

cipal de José Marmelo e Silva. Com a presença da vereadora da Cultura (e Ação Social), Leonor Fonseca, be-



OPINIÃO

CONTRA A CORRENTE

Manuel Sancebas

S. Martinho ainda é assim

*O sol não se esqueceu
E fez honra a S. Martinho
Que é festejado em Anta
Nesta cidade de Espinho.*

*E por isso é que da baixa
Na zona encostada ao mar
Toda a malta vai lá acima
E as castanhas estão a assar.
O cheirinho é apelativo
Logo "à baila" vem o vinho
E o pior é vir para baixo...
Há mais curvas no caminho.*

*Oh que velha é a tradição
Da nossa gente do mar
Mas não só eles lá vão
A elite sabe lá estar
E um pouco mais pela calada
Sabem bem emburrucar.*

*Viva lá o S. Martinho!
Já foi patrono de Espinho...*

Vazio Visível

O Projeto Vazio Visível regressou ontem ao Mercado Municipal. Numa parceria com o Cinanima, realizou-se uma visita guiada pelo autor (João Machado) à exposição dos 39 cartazes do Festival Internacional de Cinema de Animação de Espinho.

Oportunidade ainda para os jovens espinhenses desenharem imagens promotoras da "expo/venda (de Natal)" Projeto Vazio Visível no Mercado Municipal.

bés, crianças e pais fizeram a festa!

Entretanto, decorre um concurso fotográfico.

Sessão evocativa dos 120 anos da atribuição do Alvará Régio à Fábrica de Conservas Brandão, Gomes & C.^a

Conforme o jornal *Defesa de Espinho* já noticiou, a evocação dos 120 anos da atribuição do Alvará Régio à Fábrica de Conservas Brandão, Gomes & C.^a, irá ocorrer às 10h30 desta sexta-feira, no Museu Municipal.

O programa consta do lançamento do jornal Real Fábrica de Conservas Brandão, Gomes & C.^a, e da encenação teatral da "Entrevista a El-Rei D. Carlos".

Fotos
VÍTOR LANCHÁ



Multimeios enche "aos olhos da Rita"

"Como sinto e vivo a paralisia cerebral" - Rita Bulhosa (filha do jornalista Mário Augusto)



O auditório (Sala António Gaio) do Centro Multimeios ficou lotado às 18 horas de sábado para a apresentação do livro "Aos Olhos de Rita".

"Como sinto e vivo a paralisia cerebral", assim apresentou Rita Bulhosa o seu livro com prefácio de Valter Hugo Mãe e textos de Francisco José Viegas, do pai e do cronista brasileiro Diogo Mainardi, pai também de um menino com paralisia cerebral.

Sónia Araújo contribuiu

na apresentação do livro numa sessão que contou com as presenças António Sala, Jorge Gabriel e do maestro Rui Massena, para além do presidente da Câmara Municipal de Espinho, Pinto Moreira, e da vereadora da Cultura (e da Ação Social), Leonor Fonseca.

Trata-se de um livro escrito na primeira pessoa, com base nos textos que Rita Bulhosa partilha na sua página de Facebook, onde conta com milhares de seguidores.

"Aos Olhos da Rita", eis de desmistificação de uma doença que se apresenta, aos olhos dos outros... como difícil de entender e coabitar... Mas "aos olhos da Rita" Bulhosa tudo faz sentido. Principalmente... a vida! E sempre ativa! Por isso, assim esteve no palco do Centro Multimeios e até autografou os seus exemplares literários (ou, melhor, as suas vivências).

Lúcio Alberto



Saudoso(s) Dias

Naqueles dias eu achava engraçado que alguém se chamasse Dias, até porque não consegui achar um nome mais apropriado para quem me proporcionou os melhores dias da minha vida.

Devorava-se o asfalto da estrada nacional até chegar à Curia, destino eleito por muitos espinhenses, para retemperar forças e desfrutar dos benefícios das águas termais. O quartel-general destas gentes, que rumavam em direção ao sul, chamava-se Imperial, Pensão Imperial.

Era então que entrava em cena o Sr. Dias, como proprietário daquela afamada casa, recebendo-nos com toda a pompa e circunstância, dando-nos as boas vindas, como se soubesse que, desde aquele momento até ao dia da nossa partida, tudo aquilo iria permanecer na minha memória.

Apesar do nome pomposo com que batizou a sua casa, o Sr. Dias não era nada imperialista, muito pelo contrário - era extremamente humilde e discreto. A pensão, de imperial, só tinha o nome, primando pelo conforto e simplicidade, de forma acolhedora, fazendo com que nos sentíssemos em casa.

O destino, por si só,



OPINIÃO

APENAS REFLEXÕES

Jorge Madureira

continua a ser lembrado por mim, passando a ser sinónimo do início dos anos 80. O nome "Curia", pela sua simplicidade e sonoridade, tinha todas as características para ser adotado pelo meu (ainda reduzido) vocabulário, naquela altura. A Curia, para mim, era também sinónimo de parque, daquele parque onde a vegetação centenária se conjugava com elementos construídos por mão humana, mas que eu achava que sempre ali tinham existido desde o início dos tempos. Aos meus olhos, tudo aquilo era obra do Criador, de tal forma estava feita a junção entre pedra e vegetação.

Para mim, era como se ao passar o portão de entrada daquele espaço, estivesse a desfrutar de um microclima, uma bolha fechada em si mesma, que me acolhesse e me protegesse da agressividade do mundo, dando-me a sensação de que ali a sociedade de consumo ainda não tinha chegado.

Mas eu estava enganado, pois não me esqueço também daquele menino que, mais velho do que eu, passou por mim, de bicicleta, a cantarolar aquela que iria tornar-se a minha banda sonora, durante aqueles dias.

A referida canção chamava-se "Chiclete" e era interpretada por um grupo musical que se autodenominava "Táxi". Tudo isto se me apresentava com um toque de surrealismo e "nonsense", características curiosamente marcantes, que iriam despertar o meu interesse em vivências futuras. O rapaz cantava a vida como uma chiclete, que se mastiga e se deita fora, com uma indiferença e uma insolência notáveis.

Mais tarde vim a perceber que se tratava de uma crítica à sociedade de consumo, que estava a emergir muito timidamente por aqueles tempos e que também já tinha chegado ao parque da Curia. Os Táxi pretendiam que se divulgasse a mensagem, e o rapaz da bicicleta estava a cumprir esse desígnio na perfeição.

Era como uma profecia que se veio a revelar verdadeira uns anos mais tarde, embora para mim, com poucos anos de vida, me aguçasse somente a curiosidade de saber o que é uma chiclete e qual a razão pela qual deve ser deitada fora, depois de "consumida" avidamente e com indiferença.

Especialistas debatem (no Hotel Solverde) o tratamento da dor

A Associação Portuguesa para o Estudo da Dor promoveu o VI Encontro Nacional das Unidades de Dor, no Hotel Solverde, com o objetivo de promover o debate, entre especialistas de saúde, sobre o tratamento da dor em Portugal.

Foi uma oportunidade de debate multi e interdisciplinar, de reflexão, de discussão, de introspeção,

de apresentação de propostas e de sugestões conducentes a um melhor tratamento da dor.

Com a participação da maioria dos profissionais portugueses dedicados à Medicina da Dor, o evento da Associação Portuguesa para o Estudo da Dor, presidida por Duarte Correia, reuniu também as principais sociedades médicas científicas com o objetivo de

estabelecer parcerias para otimizar o tratamento da dor em Portugal.

A prescrição de opióides em dor crónica não oncológica, a sua rotação e o tratamento da dor irruptiva constaram na agenda que incluía ainda os temas “envelhecer com dor; iniquidade ou inevitabilidade?”, “o serviço social e as unidades de dor: realidade e expectativa”, “escalas de avaliação funcional” e “analgesia pós operatória: status quo”, “o internato e a formação no tratamento da dor”, “a medicina geral e familiar, a medicina da dor e as uni-

dades de dor”, “dor orofacial”, “organização dos cuidados de tratamento da dor na criança” e “avaliar a dor em Portugal: mito ou realidade”.

De acordo com a Associação Internacional para o Estudo da Dor, a dor é uma experiência multidimensional desagradável, envolvendo não só uma componente sensorial mas também uma componente emocional, e que se associa a uma lesão tecidual concreta ou potencial, ou é descrita em função dessa lesão. Em Portugal, mais de 30 por cento da população adulta sofre de dor crónica.

Alerta para rastreio da retinopatia diabética

A retinopatia diabética é uma manifestação oftalmológica da diabetes mellitus, sendo considerada uma das principais causas de cegueira nos países desenvolvidos. Pelo menos 25 mil indivíduos têm perda de visão devido à diabetes (10 por cento) e 13 mil estão cegos por retinopatia diabética em Portugal. Todos os anos mais de 3 mil pessoas cegam de forma irreversível no nosso país devido a esta doença. Por outro lado, o número de doentes para tratamento tem aumentado, passando de 3425 em 2010 para 8110 em 2013, correspondendo a um aumento de 137 por cento, informa a Sociedade Portuguesa de Oftalmologia por ocasião do Dia Mundial da Diabetes, que se assinala a 14 de novembro.

A retinopatia diabética ocorre por alterações dos vasos de pequeno calibre (microangiopatia), aumento do fluido no espaço extra-vascular (edema), redução do fluxo sanguíneo (isquémia) e formação de novos vasos (neovasos). A investigação no desenvolvimento desta patologia foca-se principalmente nos mecanismos moleculares que contribuem para estas alterações que ocorrem de forma assintomática.

Rita Flores, secretária-geral da Sociedade Portuguesa de Oftalmologia, explica que “como a retinopatia diabética é silenciosa, as alterações na visão surgem em fases avançadas da doença. O rastreio oftalmológico é fundamental na deteção precoce, antes do aparecimento dos sintomas e de lesões irreversíveis.”

“O rastreio é realizado pelo oftalmologista através de um exame oftalmológico periódico, no qual é observado o fundo ocular após dilatação (oftalmoscopia). Para rastreios em grandes massas populacionais, a observação oftalmoscópica pode ser substituída por fotografias do fundo ocular. O exame oftalmológico deve ser realizado nos diabéticos tipo I, cinco anos

após o seu diagnóstico e nos diabéticos tipo II, aquando do diagnóstico. Posteriormente deverá ser realizado anualmente. Na gravidez o rastreio deve ser efetuado trimestralmente”, refere a especialista.

Rastrear e prevenir é fundamental porque o tratamento da retinopatia diabética é difícil e envolve várias etapas e objetivos. “O doente assume um papel fundamental, uma vez que é de extrema importância o controlo da glicemia, da tensão arterial, do perfil lipídico, evitar fatores de risco como obesidade (controlo do perímetro abdominal e índice de massa corporal), praticar exercício físico regularmente e realizar uma alimentação saudável com fibras, verduras e frutos). O doente deve ter consciência da importância da sua colaboração e o seu médico de família deve ser informado”, defende Rita Flores.

A oftalmologista ainda afirma que “neste momento, dispomos de diversos tratamentos para a retinopatia diabética, nomeadamente fotocoagulação laser, injeções intra-vitreas de fármacos anti-VEGF e corticóides. Diversos estudos têm mostrado a importância da combinação de tratamentos potencializando os seus efeitos. No entanto cada doente deve ser considerado individualmente e a orientação terapêutica deve ser adequada a cada situação clínica.”

A diabetes mellitus atinge 371 milhões de pessoas em todo o mundo e estima-se que em 2030 atinja os 552 milhões, correspondendo a um aumento de cerca de 50% da população afetada. Em Portugal 13,0% da população entre os 20 e os 79 anos apresenta Diabetes (estudo de 2013). O estilo de vida sedentário, obesidade, hábitos alimentares e envelhecimento progressivo da população são os grandes fatores de risco para a evolução desta doença.



Novos resultados preconizam mudanças no tratamento do AVC agudo

A reorganização da rede de cuidados para o acidente vascular cerebral (AVC) é uma prioridade. O AVC continua a ser uma doença devastadora, com um índice elevado de incapacidade funcional e morte. No entanto, existe um potencial de reversibilidade completa dos défices incapacitantes que o AVC provoca.

A trombectomia é uma técnica que recentemente provou, em estudos clínicos, benefícios muito significativos no tratamento do AVC agudo. Esta técnica – que consiste na desobstrução de um trombo sanguíneo – é altamente eficaz em situações muito específicas, nomeadamente na desobstrução de um grande vaso cerebral. Observa-se uma melhoria funcional que se traduz na independência do doente. Mas só uma percentagem reduzida dos doentes com AVC agudo, que se estima em 10%, beneficiará desta nova terapêutica. No entanto, os seus benefícios são tão significativos que se impõe uma reorganização dos cuidados de saúde no AVC agudo.

Este tratamento obriga a repensar as decisões de triagem do doente e as decisões de orientação do doente para os centros de intervenção apropriados. Esta evolução nos resultados tem a ver com a seleção de doentes, com as técnicas avançadas de imagem utilizadas, com as técnicas de atuação e com o tempo até ao tratamento.

E o que está sempre subjacente a este e a todos os tipos de tratamento do AVC agudo – e que é



Maria Teresa Cardoso (*)

determinante para o seu sucesso – é o tempo. A rapidez com que o doente consegue chegar ao hospital vai ditar todo o sucesso na recuperação da sua independência.

A trombectomia é agora o tratamento de primeira linha para o AVC grave com obstrução de grandes vasos cerebrais. Estes resultados têm, de forma inevitável, repercussões na abordagem do AVC na fase aguda, implicando uma reorganização da rede de cuidados para o AVC, com centros de intervenção bem planeados. A consciencialização política deste facto é fundamental.

Uma elevada consciência em relação à importância dos tempos e da necessidade de uma maior eficiência em todas as etapas é indispensável para a obtenção de melhores resultados.

*Coordenadora do Núcleo de Estudos da Doença Vascular Cerebral da Sociedade Portuguesa de Medicina Interna – médica interna do Hospital de S. João (Porto)

Cirurgia de ambulatório pode melhorar funcionamento dos blocos operatórios

A Associação Portuguesa de Cirurgia Ambulatória defende que uma maior atenção dada à cirurgia de ambulatório poderá contribuir para uma melhoria dos índices de funcionamento dos blocos operatórios nacionais.

“A Direção da Associação Portuguesa de Cirurgia Ambulatória aplaude a pertinência do relatório elaborado pela Comissão Nacional sobre avaliação nacional dos blocos operatórios, onde se apresenta a situação global nacional e onde se conclui que ainda existe muito a melhorar em termos de organização, planeamento e programas nos blocos operatórios em Portugal”, comenta Carlos Magalhães, presidente da Associação Portuguesa de Cirurgia Ambulatória, à margem da publicação do relatório da avaliação da situação nacional dos blocos operatórios.

“No entanto, lamentamos que tenham sido feitas tão poucas referências à área da cirurgia de ambulatório no

decorrer do relatório e nas recomendações finais, uma vez que esta área tem potencial para melhorar os índices de funcionamento dos blocos operatórios nos hospitais nacionais”, acrescenta ainda Carlos Magalhães.

O relatório da avaliação da situação nacional dos blocos operatórios, divulgado em outubro, teve como objetivo caracterizar os blocos operatórios quanto à sua capacidade física, recursos humanos, produção e qualidade; analisar comparativamente as diferenças de otimização do bloco operatório; identificar os principais desajustamentos bem como propor medidas com vista à melhoria global do funcionamento dos blocos operatórios.

A Associação Portuguesa de Cirurgia Ambulatória existe em Portugal desde setembro de 1998, resultado da necessidade de criação de uma estrutura que desenvolvesse e divulgasse o conceito de ambulatório no nosso país.

Associação Portuguesa de Psoríase denuncia discriminação dos doentes psoriáticos

No âmbito do Dia Mundial da Psoríase, que se assinalou no dia 29 de outubro, a Associação Portuguesa de Psoríase revela que ainda existem muitos doentes que são discriminados social e profissionalmente por causa da doença e que o estigma pode levar a casos de isolamento e depressão com risco de suicídio.

“A psoríase não é contagiosa e por isso não há necessidade de agir de forma diferente perante um doente psoriático”, declara Jaime Melancia, presidente da Associação Portuguesa de Psoríase, acrescentando que “mesmo com toda a informação que existe nos dias de hoje ainda nos chegam muitas denúncias de doentes que são discriminados, postos de lado, prejudicados profissionalmente e mesmo impedidos de seguir a carreira que querem por terem psoríase e isso é inaceitável.”

“A psoríase é uma doença de pele que se manifesta geralmente no couro cabeludo, cotovelos, joelhos, região lombar, mãos e pés, e é por isso que grande parte dos doentes, apesar da muita informação que existe, sofrem um grande estigma e têm com frequência dificuldades no relaciona-

mento social e profissional”, diz o dermatologista Paulo Ferreira, sublinhando ainda: “Este impacto negativo da psoríase na vida dos doentes pode resultar no desenvolvimento de outras doenças como a depressão e os problemas associados como a tristeza, a baixa produtividade laboral, a baixa empregabilidade e a discriminação social, relacional e até profissional, diminuição da autoestima, pensamento suicida, má adesão aos tratamentos e problemas na relação médico doente.”

Mas esta não é uma realidade apenas portuguesa. Daí o tema escolhido internacionalmente para assinalar o Dia Mundial da Psoríase em 2015: “Esperança, ação e mudança”. De acordo com Jaime Melancia, este tema pretende “dar aos doentes a esperança de que é possível alterar a perceção da doença e tomar medidas que contrariem a sua condição atual mas para isso é importante que os psoriáticos unam esforços e juntos denunciem todos os casos de discriminação de que são alvo, quer social quer profissionalmente.”

A psoríase é uma doença crónica da pele que afeta 250 mil portugueses e mais de 125 milhões de pessoas em todo o mundo.



“Bens de utilidade pública” - Serviço Móvel de Apoio à Comunidade e (En)Caminhar o Futuro



Atividades do Centro Social de Paramos e da ADCE divulgadas à população paramense

Realizou-se na sexta-feira, na Junta de Freguesia de Paramos, a primeira sessão de esclarecimento público promovida pelo Centro Social de Paramos e pela Associação de Desenvolvimento de Espinho, através das respostas SMACTE - Serviço Móvel de Apoio à Comunidade e projeto (En)Caminhar o Futuro. Cerca de cinquenta pessoas assistiram a esta sessão que decorreu de forma informal e foi dirigida ao público em geral.

Teve como objetivo principal apresentar o trabalho desenvolvido pelos projetos na área das dependências no concelho de Espinho, claramente elogiado pela sua qualidade de intervenção.

Esta primeira sessão fica rubricada pela participação ativa da plateia e dos convidados João Doce (representante do CRI Porto Central),

Conductor detido

Na madrugada de sexta-feira, a PSP de Espinho deteve um homem, de 43 anos, por condução de veículo automóvel, acusando uma taxa de alcoolemia de 2,00 g/l.

Alegadas injúrias a polícia

Na terceira noite de novembro, um homem, de 34 anos, foi detido por alegadas injúrias a elemento policial.

Esclerose múltipla em conversa e desafios

Realiza-se no sábado, no Auditório da Junta de Freguesia de Santa Joana, em Aveiro, a sessão “Esclerose Múltipla EM Conversa e Desafios”, organizada pela Sociedade Portuguesa de Esclerose Múltipla e pelos Amigos da Esclerose Múltipla de Aveiro.

Em Portugal estima-se que a esclerose múltipla afete cerca de 8.000 pessoas.

Nesta sessão, profissionais de saúde, doentes e familiares, de forma informal e descontraída, são convidados

a abordar algumas dimensões da esclerose múltipla que contribuem para o controlo da doença.

Monitorizar e controlar a esclerose múltipla - a importância da eficácia e segurança da terapêutica, o papel da rotina numa equipa vencedora e vida em movimento com esclerose múltipla são os painéis, que vão contar, entre outros, com a intervenção de Filipe Palavra, médico especialista do Centro Hospitalar e Universitário de Coimbra.

Sessão de esclarecimento público na Junta de Silvalde

O Centro Social de Paramos e a Associação de Desenvolvimento do Concelho e

Espinho (ADCE) realizam às 14h30 desta sexta-feira, na Junta de Freguesia de Silvalde, a segunda sessão de esclarecimento público sobre o trabalho desenvolvido, na área das dependências, 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).

Com a participação de Paula Beleza, técnica de serviço social e coordenadora do Serviço Local de Espinho do Instituto da Segurança Social.

tante do CRI Porto Central), Marta Pinto (psicóloga, docente e investigadora na FPCEUP e na APDES) e Manuel Dias, presidente da Junta de Freguesia de Paramos, que reforçaram não só a importância da continuidade destes projetos enquanto “bens de utilidade pública”, como também a pertinência e o impacto positivo que estas sessões de discussão pública

têm na comunidade e consequentemente no trabalho de proximidade desenvolvido com os utentes.

Ficou também patente um sentimento de grande positividade face ao futuro desta área. Um sinal de “boa mudança” é “a heterogeneidade das pessoas que se juntaram para abordar este tema”, que ainda há pouco era um estigma para a sociedade.

Fonseca
TECIDOS - MODAS
RUA 19, N.º 275 - Telefone, 22 734 04 13 - ESPINHO

Clínica Dentária de Reabilitação Orofacial



- IMPLANTOLOGIA
- CIRURGIA ORAL
- ESTÉTICA DENTÁRIA
- REABILITAÇÃO ORAL
- ORTODONTIA
- ODONTOPEDIATRIA
- OCLUSÃO
- 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@clenicaspacheco.com

**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

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 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

“A hora dos maiores” na Biblioteca Municipal

O envelhecimento é um processo adaptativo, lento e contínuo, que traz consigo uma vasta sequência de alterações marcadas por fatores biológicos, psicológicos e sociais, tornando-se num processo universal e complexo que decorre ao longo de toda a nossa vida.

Pensando nestas alterações e na geração sénior, que possui um imenso espólio de conhecimentos e experiências de vida, a forma encontrada pelo Serviço Educativo dos Serviços de Cultura e Museologia da Câmara Municipal de Espinho, para tornar os dias dos “maiores” mais coloridos, combatendo também a monotonia, foi envolvê-los, transportando-os para outras realidades, através da atividade “A Hora dos Maiores”.

Esta é dinamizada mensalmente na Biblioteca Municipal José Marmelo e Silva ou no Museu Municipal de Espinho.

A sessão do quinto dia de novembro decorreu na biblioteca e contou com a presença de vinte “maiores”. Esta sessão teve como mote o Cinanima. Foram visionadas curtas-metragens e deu-se lugar a uma conversa sobre o fato de nunca ser tarde demais para se aproveitar a vida.

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. Adolfo Carvalho, Professor e Hipnoterapeuta na Clínica Dr. Alberto Lopes (Aveiro e Porto), com Consultório em Espinho na clínica “Adolfo Carvalho & Associados - Desde...o Interior Hipnoterapia”, vai abordar a aplicação terapêutica da hipnose. A maioria das doenças tem origem psicossomática, há quem as considere como um vírus, alojam-se primeiramente no subconsciente, podendo transformarem-se ou não em doenças físicas. Procurando a causa que afeta o paciente, a hipnoterapia altera o comportamento “negativo” da pessoa e ajuda-a a enfrentar, ou minorar o problema. Mas vamos perceber o que é a hipnoterapia.

Hipnose + terapia = hipnoterapia

Já pensou no que significa a palavra acordar?

Vamos fazer um jogo e separar as sílabas da palavra acordar: a-cor-dar.

Significa dar a cor, colocar o coração em tudo que se faz.

Tive um amigo que acordou quando tinha 56 anos de idade. Passou esses anos todos a fazer o que não gostava e ao lado de quem não queria.

Mas acordou quando descobriu quem era, de quem gostava e o que queria fazer. Na realidade, ele passou “a cor dar” aos seus dias, a partir desse momento.

Muitas vezes, esquecemos de lembrar que, como refere Kaufman: “A forma como escolhemos ver o mundo, cria o mundo que vemos”. Quer isto dizer, entre outros significados, que não é o que nos acontece que tem valor positivo ou negativo, mas sim



Adolfo Carvalho

a percepção que nós damos ao que nos acontece. Assim sendo, cada um de nós tem a possibilidade e a capacidade de poder definir a forma como vemos e sentimos cada evento e situação da nossa vida e utilizar isso para aprender e crescer.

Todos sabemos que as nossas experiências passadas condicionam o nosso comportamento presente. Em

suma, o que aconteceu no passado tem muito que ver com o que somos hoje. Jean Piaget costumava dizer: “Dai-me a criança e eu dar-vos-ei o adulto”, pois sabia que desde tenra idade a base da nossa personalidade é formada, logo, se nada fizermos para alterar isso, essas aprendizagens irão acompanhar-nos até ao final da nossa vida.

É um facto que não podemos alterar o que aconteceu no passado. No entanto, podemos sempre alterar o nosso ponto de vista. Pois o ponto de vista é a vista do ponto onde se está. E se se mudar o ponto... a vista também muda.

Mas como fazer isso? Como é que podemos controlar a nossa percepção de forma a podermos viver mais plenamente e com maior qualidade?

Uma das formas mais rápidas e eficazes que eu conheço para fazer isto é através da Hipnoterapia.

E o que é hipnoterapia?

A hipnoterapia, de uma forma muito simples, é a aplicação terapêutica da hipnose. É uma forma de comunicação muito eficaz dirigida ao inconsciente que utiliza procedimentos psicológicos para gerar mudança e facilitar a cura.

O uso médico da hipnose começou há milhares de anos e o transe hipnótico tem sido utilizado de formas muito diversas desde essa altura.

Todos os dias, todos nós experienciamos estar em transe de várias formas: se já conduziu até casa e não se lembrou que caminho fez até lá, ou quando estava tão absorto na leitura de um livro, um filme ou num jogo de computador que perdeu a noção de

tempo, você estava em transe. O transe é natural e normal e todas as pessoas podem ter acesso a ele.

Nesse estado, você é capaz de comunicar diretamente com aquela parte da mente mais comumente denominada de inconsciente. O inconsciente é responsável pelas suas emoções e, entre outras funções reguladoras, é onde estão reservadas todas as suas memórias e todas as aprendizagens automáticas, as quais permitem que você economize tempo no seu dia-a-dia. É por isso que aprendemos, por exemplo, a abrir portas uma única vez. E como o cérebro aprende tão bem (por vezes bem demais!) generaliza para todas as portas, o que faz com que nos tornemos mais rápidos e automáticos. Como advento das neurociências, nos últimos anos foi possível, graças à investigação e estudo com modernas técnicas de imagiologia, compreender uma parte muito significativa do funcionamento do Sistema Nervoso Central e dos processos cognitivos e emocionais envolvidos nos nossos comportamentos.

De forma sucinta, deixei-me fazer uma analogia de como funciona o seu cérebro. O cérebro de certa forma assemelha-se a um computador muito sofisticado - tem o seu próprio “software”, a mente, que o ajuda a organizar o seu pensamento e comportamento. Se ao longo da sua vida criou hábitos e/ou comportamentos “defeituosos” o seu cérebro aceita essas ordens como certas e verdadeiras e, por isso, cria um programa “defeituoso”. Isto é, o seu cérebro vai ser o seu melhor amigo, ajudando-o a manter esses hábitos que

manteve durante longos anos. A hipnose, através da hipnoterapia que utiliza a sugestão como principal premissa, permite “reprogramar” esse software para que se torne mais ágil e funcional, tal como aconteceria com um portátil Magalhães transformando-se num Asus.

Um bom hipnoterapeuta irá levá-lo a entrar em transe gentilmente e sem mesmo você perceber. E do mesmo modo que desliza para o sono quando vai dormir à noite, sem mesmo saber quando é que começou mesmo a dormir, entrar em transe é subtil e passa despercebido. Uma vez que está em transe, o hipnoterapeuta começará a fazer com que trabalhe com o seu inconsciente, a sua mente interior. É desse modo que as mudanças são feitas.

A partir de que idade pode ser utilizada a hipnoterapia?

É uma questão que me é colocada frequentemente. A minha resposta é sempre a mesma. A hipnose, para mim, mais do que uma fantástica técnica, é uma paixão e filosofia de vida. Tenho um amigo que diz que a hipnose é tão natural quanto respirar. E é verdade. Recordo que a Hipnose é uma forma de comunicação muito eficaz, por isso, pode ser aplicada em qualquer circunstância e idade, porque nós estamos sempre a comunicar. Aliás, há formações específicas para pessoas que querem aprender hipnose para o seu quotidiano, para poderem comunicar melhor com os filhos, familiares e até no emprego. Num contexto clínico e terapêutico, a hipnoterapia normalmente pode ser utilizada a partir dos 8 anos de idade, se bem que antes desta idade também

pode ser aplicada.

Em que patologias pode intervir a hipnoterapia?

De um modo geral, a hipnoterapia pode intervir na resolução de diversas perturbações de etiologia emocional e psicopatológica. Ansiedade, pânico, depressão, medos e fobias, adições (vícios), distúrbios alimentares, dor crónica, são alguns dos exemplos onde a hipnoterapia apresenta resultados notáveis. Pode ainda dar um contributo relevante noutros tipos de perturbações mentais, podendo servir de complementaridade à medicina convencional para acelerar o processo terapêutico.

A British Medical Association recomenda o uso da hipnose para todos os profissionais de saúde desde 1953, e define hipnose como: “um estado alterado e temporário de atenção do sujeito”. Nos Estados Unidos, a hipnose foi aconselhada desde 1958 pela American Medical Association para uso na medicina e odontologia. Uma das principais características da hipnoterapia que muitas vezes entra em conflito com outras abordagens psicoterapêuticas, trata-se do facto de ser considerada uma terapia breve, elaborada à medida de cada pessoa, inócua e com resultados duradouros.

Em jeito de conclusão...

Cada vez mais, as pessoas procuram os métodos que resultam e que realmente ajudam a melhorar significativamente a qualidade das suas vidas. E terminando como se começou, se por um lado há uma exagerada preocupação em acrescentar anos à vida, a base da hipnoterapia passa por acrescentar vida aos anos... e ensinar como “a cor dar”.

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

PIMPOLHO □ DESENHO E TEXTO DE: © José Sarmento • 1026

A internet aproxima quem está longe...

... e distancia...

... quem está perto???!...!



Telefones úteis

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

| | |
|---------------------------|--------------|
| Clínica Costa Verde | 22 734 58 85 |
| Clínica N.º S.ª d'Ajuda | 22 734 26 95 |
| Clínica S. Pedro | 22 734 47 14 |
| COGE - Clínica Santa Casa | 22 733 09 60 |
| Policlínica | 22 733 06 40 |
| CTT - Rua 19 | 22 733 06 31 |
| EDP - Avarias | 800 506 506 |
| EDP - Leituras | 800 507 507 |
| EDP - Comercial | 808 505 505 |
| Estação CP | 808 208 208 |

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

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

Anta

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

Guetim

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

Paramos

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

Silvalde

| | |
|--------------------------|--------------|
| Junta Freguesia | 22 734 40 17 |
| Unidade Saúde Marinha | 22 734 31 01 |
| Unidade Saúde Silvaldino | 22 734 36 42 |

Fotos DIREITOS RESERVADOS



Escola de Espinho 2 promove feira de outono

A Escola EB1/JI de Espinho 2 realizou a primeira feira de outono, na tarde de ontem (Dia de S. Martinho). O evento foi franqueado

à comunidade para apreciação das diversas iguarias apropriadas à época dos festejos de S. Martinho e da estação do outono.



“Palavras no tempo” (e na Biblioteca Municipal)

A Biblioteca Municipal José Marmelo e Silva acolheu na noite de sexta-feira um debate com Luís Grosso e Joaquim Azevedo e intitulado “Palavras no tempo: Religião e Educação”.

Tratou-se de mais uma sessão do projeto “Palavras no Tempo”, numa parceria da Universidade do Porto, do Centro Nacional de Cultura e da Universidade Católica.

“O projeto Palavras no Tempo recria estilos de comunicação e diálogo de outros tempos, contextualizados à nossa realidade,



Foto LÚCIO ALBERTO

carente ainda de efetiva reflexão e debate, apesar do ruído dos media.”

Este projeto tem a sua génese na obra Educação, Ciência e Religião (Gravida, 2002). São dinamizadas várias conferências/debates, focadas regionalmente, com o apoio das respetivas câmaras municipais, das escolas e de outras instituições de cada região. Os temas em debate têm sempre presente a religião e a cultura,

envolvendo o olhar reflexivo em várias áreas, perspetivadas por crenças e não crenças. “Todos os temas são pretextos de conversa e cidadania, na base comum dos direitos humanos e do respeito pela diferença. O cerne deste projeto é dialogar, no eixo da crença e da não crença. Thomas Halik diz bem que a crença e a não crença são dois olhares arriscados sobre o mesmo mistério e, quando nos abrimos, sentimo-nos muito mais próximos uns dos outros, sem rótulos, mais solidários.”



Foto MANUEL PROENÇA

Do sucesso da Facestore ao comércio tradicional voltado para a Internet

Bruna Nunes, uma das responsáveis pela empresa Facestore, e o presidente da Associação Empresarial Viver Espinho, Nunes da Silva, foram os oradores de uma conferência sobre ‘Marketing Digital’ que decorreu na terça-feira de manhã na Escola Dr. Manuel Gomes de Almeida.

Com o auditório daquele estabelecimento de ensino com alunos do curso de Comunicação (Marketing, Relações Públicas & Publicidade) do 12.º ano, do professor Gonçalo Pina, Bruna Nunes teve a oportunidade de dar a conhecer a empresa Facestore - venda online através do Facebook e de tudo o que

envolve esta ideia da venda através das redes sociais.

Por seu turno, Nunes da Silva lançou algumas ideias sobre o comércio tradicional e a venda através da Internet (e-commerce), citando, inclusive, um exemplo de um estabelecimento comercial de Espinho cuja faturação, em cerca de 50 por cento, vem das vendas online.

O evento foi antecedido de uma coffee-break organizado pelas turmas e professores de Restauração do Agrupamento de Escolas Dr. Manuel Gomes de Almeida.

O seu a seu dono



Por lapso, na reportagem relativa à entrega de diplomas da Escola secundária Dr. Manuel Laranjeira, referimos que Filipe Santiago Lopes, o melhor aluno da escola do ensino regular, pertencia à turma de Economia, quando efetivamente estudava na turma de Científico Tecnológico (12.º A).

Ao visado as nossas desculpas.

Esmeralda Laranjeira Temas e poemas



Um dia de alegria na Junta de Freguesia de Espinho

Hoje foi, um dia de Alegria
Na Junta de Freguesia
Porque tivemos o Padre Artur
Na nossa companhia...

As mesas estavam preparadas
Muito bem ornamentadas
Cada qual com uma poesia
Cujo tema era “A alegria”

A alegria evita mil males e prolonga a vida...
Dizem que Alegria é um misto de Amor e dor
Mas na verdade, é uma flor que cuidamos
Para oferecer a quem amamos...

A Alegria adquire-se. É uma atitude de coragem
Ser alegre não é fácil, é um ato de vontade!
A Alegria não está nas coisas, mas está em nós...
Cultiva a Alegria e verás, que coisas boas
Podem acontecer a qualquer momento...
Que o desânimo e a tristeza, sejam vencidos
Pela vontade e a Fé, que habita em nós...

A Alegria é um combustível poderoso...
Encha o tanque e seja feliz...
O segredo da Felicidade, é encontrar a nossa Alegria
Na Alegria dos outros...
A Alegria está na luta, na tentativa
No sofrimento envolvido
E não na vitória, propriamente dita...

A Alegria compartilhada, é uma Alegria dobrada
Quando pensamos que Deus levou a Alegria
Que estávamos sentindo, não nos devemos preocupar
Pois ele certamente, está providenciando, algo melhor...
Muitas vezes procuramos Alegrias pelas ruas...
Pelas avenidas, e nos outros... e de repente descobrimos
Que ela está dentro de nós...
E quando estamos juntos, há mais Alegria...
Foi o que aconteceu, na Junta de Freguesia...
Obrigada Padre Artur, pela sua companhia...

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

DEFESA DE ESPINHO

Fundado em 27/Março/1932
PROPRIEDADE - EMPES - Empresa de Publicidade de Espinho, Lda.
Matriculada na Conservatória do Registo Comercial de Espinho sob 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 - mjproenca@sapo.pt

Colaboradores
Carlos Salvador; Cláudia Lima Lobo; Francisco Azevedo; Paulo Malheiro; Vítor 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

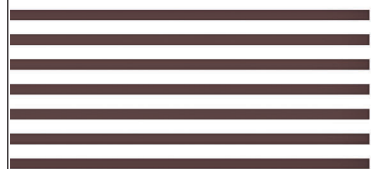
Departamento de Redação
Av.º 8, 456 - 1.º andar - Sala H
Ap. 39 - 4501-853 ESPINHO Codex
Tlf. 227 319 912 • Tlm. 934 032 770
Fax 227 319 911
Email-defesadeespinho@mail.telepac.pt

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

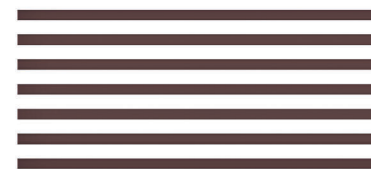
Tiragem média
3.700 exemplares
Depósito Legal n.º 1604/83

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.



CASINO ESPINHO



13 • 14



NOV

Vozes da Rádio

JANTAR CONCERTO

27 • 28 NOVEMBRO

RÃO KYAO

JANTAR CONCERTO



Tributo Acústico - 80/90

we rock the 80's

20 & 21 NOV
JANTAR CONCERTO



"Fashion Kids" é um projeto de solidariedade social que teve como principal objetivo, possibilitar às crianças do Serviço de Pediatria do IPO (Porto), a oportunidade de, durante vários dias, "vestirem a pele" de um(a) manequim de moda. Num conjunto de sessões fotográficas que protagonizaram, foram vestidas pelos designers de moda Miguel Vieira, Katty Xiomara, Ágatha Ruiz de la Prada e marcas como Lion of Porches e Zippy. Este projeto, da responsabilidade da espinhense Cristina Jorge, designer e produtora de moda, e de Jorge Castro, fotógrafo de moda, materializou-se em várias produções de fotografia onde estas crianças entraram em contacto com o mundo da moda, vivenciando toda a sua dinâmica e magia, dando a sua imagem para as marcas que nele participaram.

"Fashion Kids" surgiu da vontade de Jorge Castro e de Cristina Jorge (que assumiu a ilustração, a produção de moda e a conceção dos cenários) contribuírem, cada um na sua área artística, para o bem-estar de pessoas que, por razões de saúde, se sentem mais desmotivadas e debilitadas.

À ideia do "Fashion Kids" por parte de Cristina Jorge, que criou a própria imagem do projeto (ilustração), do público-alvo serem crianças juntou-se a sensibilidade e qualidade do registo fotográfico de Jorge Castro.

Após contactarem o IPO e terem uma grande receptividade por parte dos pais e das crianças do serviço de Pediatria, foram feitos contactos com várias marcas e designers que se mostraram sensíveis à causa e que apoiaram este projeto. Das várias marcas e designers de moda contactados, prontamente responderam de forma positiva e sensível à causa a Zippy, Lion of Porches, Miguel Vieira, Katty Xiomara e Ágatha Ruiz de la Prada.

As roupas com características diferentes umas das outras marcadas pelo estilo próprio de cada marca e designer

Projeto da espinhense Cristina Jorge (designer e produtora de moda) e Jorge Castro (fotógrafo de moda) em Espinho, com exposição itinerante no primeiro mês de 2016



Fotos DIREITOS RESERVADOS



Crianças do IPO "vestem a pele" de manequins de moda

proporcionaram uma produção de moda bastante dinâmica e diversificada.

Os cenários foram previamente pensados consoante o tipo de peças que iriam ser fotografadas e as próprias idades dos seus intervenientes, que iam dos 3 aos 16 anos.

Cristina Jorge e Jorge Castro referem o facto de todos os intervenientes neste projeto terem para ele contribuído sem fins lucrativos. "Desde nós próprios (com o nosso contributo ao nível da ilustração imagem do projeto, conceção dos cenários, produção de moda, o registo fotográfico - fotografia de moda, como as marcas e os designers de moda que ofereceram os coordenados, a 'Laranja' que patrocinou as impressões das fotos, Louças Vergada que emprestou adeços para os cenários e a Nouo que tratou da parte da comunicação."

Foi um trabalho de equipa "com um resultado muito feliz espelhado nos rostos das crianças que nele participaram", tanto nas diversas sessões fotográficas como na sua apresentação final no Institu-



to Português de Fotografia, no Porto.

"O sucesso do projeto foi igualmente sentido durante todo o seu percurso", registam ainda os autores. "Pois

estávamos a fotografar crianças numa sessão e já estavam outras crianças e pais a perguntar se podiam participar na seguinte."

As sessões fotográficas

foram dinamizadas em outubro no Serviço de Pediatria do IPO-Porto, pontualmente transformado num estúdio de fotografia. As crianças envolvidas no evento foram acom-

panhadas pela equipa de produção, pelos seus familiares e a equipa pedagógica do serviço que apoio todo o processo.

De carácter, itinerante esta exposição de fotografia de moda, de forma a servir a sua missão, percorrerá várias localidades do país, passando por Espinho, em janeiro de 2016, "em espaços com a devida visibilidade mas igualmente com os requisitos adequados à especificidade e natureza do projeto em si", terminando no IPO-Porto, onde nasceu.

"Durante este projeto e também na fase final houve uma grande preocupação que todos os seus intervenientes, crianças, seus familiares, a instituição IPO e as marcas/designers que nele participaram, fossem devidamente respeitados conforme a situação e causa do projeto exigem."

Para Jorge Castro e Cristina Jorge, este projeto foi um grande desafio e surpreendeu-os pela positiva. Apesar das várias condicionantes com que foram deparando ao longo do projeto (o espaço, as condições limitadas das crianças), "o resultado final foram imagens de grande qualidade expressiva e técnica, como as crianças, de manequins profissionais se tratassem."

Lúcio Alberto

ANTONIO BANDERAS



LEVA 2
PAGA 1
EM TODOS OS ÓCULOS GRADUADOS

EM MARCAS
EXCLUSIVAS

MONOFOCAIS E PROGRESSIVOS

OPTICALIA® ESPINHO

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

AGENDA

12 de novembro
9h15 - Multimeios - Sala António Gaio
Cinanima - Grande Panorama - pré-escolar e 1.º ciclo

9h15 e 11 horas - FACE - Auditório (entrada gratuita)
Cinanima - Grande Panorama - pré-escolar e 1.º ciclo

10 horas - Escola Secundária Dr. Manuel Gomes de Almeida (entrada gratuita)
Cinanima - Masterclass: Patrícia Figueiredo

14 horas - Multimeios - Sala António Gaio
Cinanima - Grande Panorama - Sereia Animada 3

14 horas - Multimeios - sala polivalente
Cinanima - Catalunha - Panorâmica Histórico 2

14 horas e 15h30 - FACE - Auditório (entrada gratuita)
Cinanima - Grande Panorama - escolas 2.º e 3.º ciclos

14h30 e 16 horas - Biblioteca Municipal - sala polivalente (entrada gratuita)
Cinanima - Grande Panorama - escolas secundárias

16 horas - Multimeios - Sala António Gaio
Cinanima - Catalunha - Panorâmica Histórico 1

18 horas - Multimeios - Sala António Gaio
Cinanima - Longas-metragens - Competitiva 3 - "Contos Extraordinários", de Raul Garcia (Luxemburgo)

18 horas - Multimeios - sala polivalente
Cinanima - Masterclass: João Ferreira e Miguel Braga

21h30 - Multimeios - Sala António Gaio
Cinanima - Curtas-metragens - Competitiva 3

21h30 - Multimeios - sala polivalente
Workshops Noites do Cinanima

21h45 - Casino - Auditório (entrada gratuita)
Cinanima - BD & Animação 3: "Persépolis" (longa-metragem), de Vincent Paronnaud e Marjane Satrapi (França, Irão e EUA 2007), para maiores de 12 anos

23 horas - Multimeios - Sala António Gaio
Cinanima - Longas-metragens - Competitiva 4 - "Banido", de Diego Guerra (Colômbia)

13 de novembro
9h15 - Multimeios - Sala António Gaio
Cinanima - Grande Panorama - pré-escolar e 1.º ciclo

9h15 e 11 horas - FACE - Auditório (entrada gratuita)
Cinanima - Grande Panorama - Pré-Escolar e 1.º Ciclo

9h30 - Aula Magna da Faculdade de Belas Artes da Universidade do Porto (entrada gratuita)
Cinanima - Masterclass: Ton Crone

9h30-12h30; 14 horas-17 horas - Multimeios - sala polivalente
Cinanima - Workshop: Layout para Animação 3D, de Bruno Simões

9h30-12h30; 14-17 horas - Biblioteca Municipal - sala polivalente (entrada gratuita)
Cinanima - Workshop: Perceção e Movimento - Catarina Sobral

10 horas - Escola Secundária Dr. Manuel Laranjeira (entrada gratuita)
Cinanima - Masterclass: Patrícia Figueiredo

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

14 horas - Multimeios - Sala António Gaio
Cinanima - Irlanda - Panorama Atual

14 horas e 15h30 - FACE - Auditório (entrada gratuita)
Cinanima - Grande Panorama - escolas 2.º e 3.º ciclos

14h30 e 16 horas - Biblioteca Municipal - sala polivalente (entrada gratuita)
Cinanima - Grande Panorama - escolas secundárias

14h30 - Junta de Silvalde 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

16 horas - Multimeios - Sala António Gaio
Cinanima - Sessão Especial - Diáspora Portuguesa

18 horas - Multimeios - sala polivalente
Cinanima - Debate - Diáspora Portuguesa - apresentação e diálogo com realizadores portugueses que trabalham no estrangeiro (entrada gratuita)

18 horas - Multimeios - Sala António Gaio
Cinanima - Curtas-metragens - Competitiva 4

18 horas - Casino - Auditório (entrada gratuita)
Cinanima - Sessão Especial: Fraturas 2: "Truth Has



Fallen" (longa-metragem), de Sheila Sofian (EUA 2013), para maiores de 12 anos

21h30 - Multimeios - Sala António Gaio
Cinanima - Curtas-metragens - Competitiva 5

21h30 - Multimeios - sala polivalente
Workshops Noites do Cinanima

21h45 - Casino - Auditório (entrada gratuita)
Cinanima - BD & Animação 4: "O Mundo de Seth" (longa-metragem), de Luc Chamberland (Canadá 2014), para maiores de 12 anos

23 horas - Multimeios - Sala António Gaio
Cinanima - Curtas-metragens - Competitiva 5 - "A História de Little", de Jan Balej (República Checa)

23 horas - Casino - Auditório (entrada gratuita)
Cinanima - Grande Panorama - Sereia Animada - Longas 1: "Possuído", de Sam (Espanha)

13 e 14 de novembro
9h30-12h30; 14-17 horas - Biblioteca Municipal - sala polivalente
Cinanima - Workshop: perceção e movimento - Catarina Sobral

10 horas - Multimeios - sala polivalente
Cinanima - Masterclass, de Bruno Simões

11 e 16 horas - Biblioteca Municipal - sala polivalente
Cinanima - sessões infantis

12h30 - Biblioteca Municipal - sala polivalente
Cinanima - Sessão de autógrafos com Catarina Sobral

14 horas - Multimeios - Sala António Gaio

Cinanima - Dofus: apresentação especial

14 horas - Multimeios - sala polivalente
Cinanima - Apresentação de projetos portugueses em produção

16 horas - Multimeios - Sala António Gaio
Cinanima - Prémio António Gaio

18 horas - Multimeios - Sala António Gaio
Cinanima - Curtas-metragens - Competitiva 6

18 horas - Casino - Auditório (entrada gratuita)
Cinanima - BD & Animação 5: "Nausicaä no Vale do Vento" (longa-metragem), de Hayao Miyazaki (Japão - 1984), para maiores de 6 anos

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

21h30 - Multimeios - Sala António Gaio
Cinanima - Sessão de Encerramento

23 horas - Multimeios - Sala António Gaio
Cinanima - Premiados 2015 - curtas-metragens

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

14 e 15 de novembro
15h30 - Planetário do Multimeios
"Lendas do Céu noturno: Perseu e Andromeda" (projeção imersiva a 360°)

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

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

15 de novembro
11 horas - Multimeios - Sala António Gaio
Cinanima - Grande Panorama - Sereia Animada - Longa 2: "Sinbad Uma Princesa Voadora e uma Ilha Secreta", de Shinpei Miyashita (Japão 2015), para maiores de 6 anos

14 e 18 horas e 21h30 - Multimeios - Sala António Gaio
Cinanima - Premiados 2015 - curtas-metragens

16 horas - Multimeios - Sala António Gaio
Cinanima - Premiados 2015 - longas-metragens

16h30 - Auditório do Casino (entrada gratuita)
Cinanima - BD & Animação 6: "Astérix: O Domínio dos Deuses" (longa-metragem), de Louis Clichy, Alexandre Astier (França e Bélgica 2014), para maiores de 6 anos

17 e 24 de novembro
"Ponto a ponto... se faz um conto!"
Público-alvo: 1.º e 2.º ciclos do Ensino Básico, durante o período letivo (uma turma)
Inscrição prévia: <http://goo.gl/VUFAYu>

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 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

21h30 - Centro Multimeios "A Chave do Clube Secreto" - musical original para miúdos e graúdos numa história apaixonante

21 e 28 de novembro
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

26 de novembro
10 horas - Biblioteca Municipal "Quintas tecnológicas" (sessões gratuitas) para adultos com mais de 25 anos (inscrição prévia) tema: Currículo Europeu

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)

28 de novembro
17 horas e 21h30 - Centro Multimeios
"A Chave do Clube Secreto" - musical original para miúdos e graúdos numa história apaixonante

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

“100 Anos d’Alma Vareira”

Cerca de duas centenas e meia para a apresentação do livro de João Freitas com as “estórias” do centenário tigre



“100 Anos d’Alma Vareira”, o livro da autoria de João Rodrigues de Freitas, com “estórias” e “muitos intervenientes que marcam um percurso centenário” do Sporting Clube de Espinho, foi apresentado, na sexta-feira, numa cerimónia que decorreu no Centro Multimeios e que contou com a presença de cerca de duas centenas e meia de pessoas, entre as quais, o presidente da Câmara Municipal de Espinho, Pinto Moreira, o vice-presidente da Câmara, Vicente Pinto, o deputado Luís Montenegro, o presidente dos tigres, Bernardo Gomes de Almeida e muitas outras figuras ligadas ao clube centenário e à sua história.

Manuel Proença

Uma cerimónia que teve música e a expressão da ‘alma vareira’, com a Rusga de S. Pedro a interpretar uma música de Manuel Sancebas e a representação da criação do clube, pela Oficina de Teatro de Espinho. Um magnífico momento que trouxe ‘à tona’ as recordações gloriosas do clube. Um momento onde o presidente do Sporting de Espinho, Bernardo Gomes de Almeida, aproveitou para entregar o cartão de sócio ao autor, com a atualização do seu número e da antiguidade, já que João Freitas, “por ter de partir para a guerra do Ultramar deixou de poder pagar as quotas”. Um momento em que o autor aproveitou para anunciar o seu novo livro sobre o voleibol.

Foi a “concretização de um sonho que há muito venho perseguindo”, disse o autor do livro, João Freitas, na sua intervenção. Uma obra que me “roubou muitas horas de sono” mas que o leva a afirmar que acabou por fazer “ganhar anos de vida”.

João Freitas não escondeu que “o Sporting Clube de Espinho é a minha grande paixão. Uma paixão que por vezes se sobrepõe a tantas outras coisas que deviam vir em primeiro lugar. Mas quando nos dedicamos a um clube desta forma, esquecemo-nos de tudo para pôr em prática estes projetos loucos”.

O autor revelou que começou “esta caminhada há mais de três anos, convencido de que o Espinho merecia ter este trabalho ao dispor de sócios e simpatizantes. Com o tempo, percebi que esta obra – que é quase uma enciclopédia – seria de utilidade pública e de interesse para toda a comunidade, para todos os amantes do futebol e até do desporto”.

João Freitas disse, também, que “é difícil resumir a um número de horas que passei em investigação, em visitas a bibliotecas e arquivos municipais, a bater a portas em busca de fotografias e informação. ‘Queimei muita pestana’, como se diz na gíria popular. E não foi em vão”.

O livro contém “mais de 300 páginas de informação detalhada, época a época, com um conjunto de estatísticas e curiosidades, muitas delas até hoje desconhecidas” onde “espero que encontrem o mesmo prazer que eu ao descobrir um passado de grandes glórias”.

João Freitas não escondeu que encontrou dificuldades e que “apesar de muitas desilusões ao longo deste percurso, a única coisa que guardo é uma grande alegria e satisfação por ver lançado este livro, e por poder oferecer ao meu clube do coração algo que acrescentará valor à sua história”.

O autor agradeceu a “todos aqueles que me ajudaram. Todo o apoio que fui recebendo ao longo deste tempo – da minha família, dos meus colaboradores mais próximos, dos órgãos institucionais – deu-me o ânimo que precisava para cumprir este meu objetivo”.

É concluiu: “É-me difícil colocar em palavras este sentimento de ‘ser Espinho’. Apenas vos posso garantir que só al-

guém com uma verdadeira alma vareira seria capaz de se aventurar em algo assim. Nunca procurei o reconhecimento... o meu objetivo sempre foi dar o melhor pelo meu clube, pelo nosso clube!”

Por sua vez, o presidente da Câmara, Pinto Moreira, fez questão de dizer que “o João Freitas é o exemplo do amor que o Sporting Clube de Espinho merece. É de uma riqueza humana absolutamente notável. Tem uma visão muito particular do clube. Está aqui um trabalho digno de louvor”.

Também o antigo presidente do Sporting de Espinho, Ilídio Silva teve uma intervenção para falar do autor:

“Quando o João Freitas me pediu para me aliar a este projeto não pude recusar, não apenas pelos laços de amizade que nos ligam, mas também pelo meu percurso enquanto dirigente do Sporting Clube de Espinho”.

Ilídio Silva traçou um pouco do perfil do autor, citando, nomeadamente o seu percurso, enquanto atleta e dirigente.

Sobre o livro de João Freitas, o empresário espinhense recordou as horas que o autor passou em claro “seguinto a paixão ao clube, dedicou mais de três anos numa pesquisa exaustiva acerca do futebol, com a compilação de informação detalhada ao nível de dados e estatísticas”.

Segundo Ilídio Silva “este é um trabalho pioneiro que representa a alma vareira que vive em cada um de nós. Não há nenhum outro livro sobre a modalidade num clube com informação tão detalhada. É uma enciclopédia sobre o futebol durante 100 anos de vida do Sporting Clube de Espinho”.

“Fica o meu compromisso público de ser o motor deste movimento, mas não posso fazer tudo sozinho!”

Pinto Moreira responde a desafio lançado por Ilídio Silva, ex-presidente dos tigres, para a construção de um campo para o futebol

O antigo presidente do Sporting Clube de Espinho, Ilídio Silva aproveitou para lançar alguns desafios, nomeadamente ao presidente da Câmara:

“Vamos aproveitar para fazer um complexo desportivo parecido com um dos que existem em Vila Nova de Gaia. Dentro das minhas pequenas possibilidades estou disponível para ajudar, mas vamos fazer o complexo desportivo. Não importa o nome que lhe querem por!”

Pinto Moreira respondeu:

“O clube está a viver um momento peculiar e de grande dificuldade. Sempre fomos capazes de superar as dificuldades pela alma vareira que caracteriza a nossa personalidade. Tenho a mais firme convicção de que com esta alma vamos conseguir dar a volta”.

O autarca lembrou que “já no jantar dos 100 anos foi lançado um desafio relativamente ao estádio que não caiu em saco roto. Já analisamos todas as possibilidades”.

Contudo, adiantou que “estamos a viver em Portugal circunstâncias especiais e a saúde financeira da Câmara está longe de ser completamente boa”.

Mas Pinto Moreira referiu que “a Câmara Municipal de Espinho e eu, em particular, estamos disponíveis para analisar a possibilidade de construir nos terrenos afetados para

esse efeito, o campo que permita a prática desportiva ao Sporting Clube de Espinho. Mas quero que fique claro que essa não é, nem pode ser, uma responsabilidade única e exclusiva do Município. Tem de ser uma responsabilidade partilhada por várias entidades e por várias pessoas”.

Para o presidente da Câmara, “o Estado Central não pode eximir-se à sua responsabilidade, qualquer que seja o Governo que aí venha. Deverão sentar-se à mesa a Câmara Municipal de Espinho, Federação Portuguesa de Futebol, o Governo e outras instâncias para se encontrar uma solução para a construção do campo para a prática desportiva do Sporting Clube de Espinho. Mas isto por si só não é suficiente! A sociedade civil tem de se unir ao Sporting Clube de Espinho e a este movimento – empresários, empresas, comércio... todos temos de dar as mãos para alcançarmos este objetivo”, advertiu.

E concluiu:

“Fica o meu compromisso público de ser o motor deste movimento, mas não posso fazer tudo sozinho! Preciso da ajuda de todos – dos órgãos sociais do clube, do Luís Montenegro, que é o nosso porta-voz em Lisboa e de todos vós”.

Manuel Proença

Na correspondência dirigida à secção do “Correio do leitor” – por carta, fax, ou e-mail – os interessados devem identificar-se com o nome, o endereço, o contacto telefónico e o número do Bilhete de Identidade, mantendo-se, todavia, apenas no rodapé dos textos publicados o nome e a localidade dos autores.

CORREIO DO LEITOR

O orgulho de ser do Rio Largo

Parabéns João!

A festa de apresentação do teu livro ‘100 anos d’alma vareira’ foi bonita pá! E tu mereces todas as referências elogiosas que te fizeram, mas uma delas também me toca. Foi evidenciado o teres nascido no Rio Largo e no clube do sítio seres formado atleta e dirigente.

E não é que o outro autor de livros do Sporting Clube de Espinho, o professor Jorge Teixeira também nasceu aqui! Este lugar que deu um dirigente como o teu saudoso irmão Américo, um poeta e músico popular como o meu irmão Manuel Sancebas, o toureiro Joaquim Silva, ator Américo Patela, o hoquista Jorge Maceda e os futebolistas Ângelo Bessa, Alberto Ribeiro, António Cântara, José Alcobia, Manuel e Fernando Gonçalves, Acácio Casimiro, Manuel Santos, Alberto Oliveira ‘Betinho’, entre outros. É aqui que a referência me toca.

Sem a evidência das pessoas descritas, eu também nasci no Rio Largo, e sinto orgulho nisso.

José Ribeiro
(Rio Largo – Espinho)

Exibição categórica do hóquei em patins da Académica de Espinho

A equipa de hóquei em patins sénior da Associação Académica de Espinho recebeu e venceu de forma inequívoca (5-0) o também candidato à subida de divisão, o Infante de Sagres. A Associação Académica de Espinho entrou em jogo de forma determinada, com ataques seguros baseados numa defesa sólida, e poderia ter inaugurado o marcador logo nos primeiros instantes se não fosse o poste devolver um remate à entrada da área. Golo esse que acabaria por surgir a meio da primeira parte numa altura em que Académica dominava o jogo. Com naturalidade e conse-

quências do ascendente que a Académica de Espinho tinha na partida, o marcador voltou a funcionar por duas vezes antes do intervalo a favor dos visitados. Após o intervalo a equipa do Infante de Sagres arriscou, tentando inverter o sentido de jogo, mas a Académica foi contrariando as investidas dos visitantes com uma defesa em bloco aliada a uma grande exibição do guarda-redes, sem nunca deixar de atacar de forma segura e criteriosa. Com a estratégia bem definida, solidariedade e inteligência competitiva bem vincada, a Académica de Espinho acabou por sen-

Empate injusto

A equipa de futebol de juvenis do Sporting Clube de Espinho foi a Santa Maria da Feira empatar com o Feirense (2-2), em jogo a contar para o Distrital da 1.ª Divisão.

Com uma entrada mais forte pela equipa da casa tal como lhe competia, o Sporting de Espinho foi equilibrando a partida embora sem conseguir evitar que o Feirense numa bola fortuita se adiantasse no marcador. A perder por uma bola a zero, os tigres não acusaram o golo sofrido continuando a pressionar o seu adversário até que chegaram ao empate. No entanto, o intervalo não chegaria sem que o Feirense saísse a vencer pela margem mínima.

Se a primeira metade acabou com o jogo equilibrado entre os dois conjuntos, a segunda foi completamente do Espinho: deu para chegar ao empate falhar uma grande

penalidade e ver o árbitro a não assinalar mais duas na parte final do jogo.

Feirense, 2 Sporting de Espinho, 2

Jogo no Campo n.º5 Complexo Desportivo Feirense, em Santa Maria da Feira.

Árbitro: Xavier Gomes (AF Aveiro). Árbitros assistentes: Humberto Pereira e Bruno Melo.

Clube Desportivo Feirense - Alexandre Rodrigues; Gonçalo Silva, Henrique Gonçalves, Vicente Silva e Filipe Guerra; João Pinto (cap.), Gonçalo Costa e Rui Silva; Rui Castanheira, Vasco Vieira e Eduardo Silva.

Jogaram ainda: Frederico Pinto, Gustavo Schneider e Mário Oliveira.

Treinador: Sérgio Barreto.

Sporting Clube de Espinho - Diogo Barbosa; Leonardo Rocha, João Moreira, Diogo Magalhães e Tiago Oli-

tenciar o jogo já nos 10 minutos finais com mais dois golos a culminar duas excelentes movimentações coletivas.

A Associação Académica de Espinho continua assim na liderança da tabela classificativa. No próximo sábado, os academistas têm uma das mais difíceis deslocações da época, ao terreno do candidato Valença.

Entretanto, a equipa de sub-20 da Associação Académica de Espinho perdeu, em casa, com o Lavra, por 7-8, em jogo do Campeonato Distrital.

Os sub-17 academistas foram ao Sobreira vencer os locais por 0-3 e os sub-13 bateram o Académico do Porto por 5-2.

Por fim, os escolares e os benjamins saíram vitoriosos dos jogos que realizaram, com os primeiros a baterem o Ola Mouriz por 3-6 e os outros a golearem aquele

adversário por 2-13.

Eis os jogos para o próximo fim-de-semana:

Valença-Académica de Espinho (seniores), sábado, às 21h30, em Valença do Minho; Juventude Pacense-Académica de Espinho (sub-20), domingo, às 11h30, em Paços de Ferreira; Académica de Espinho-Valongo (sub-17), sábado, às 16h15, no Pavilhão Arquitecto Jerónimo Reis, em Espinho; Vila Boa do Bispo-Académica de Espinho (sub-13), sábado, às 15 horas, em Vila Boa do Bispo; Cucujães-Académica de Espinho (veteranos), sábado, às 16 horas, em Cucujães; Académica de Espinho-Infante de Sagres (escolares), domingo, às 16 horas, no Pavilhão Arquitecto Jerónimo Reis, em Espinho; Académica de Espinho-Infante de Sagres (benjamins), domingo, às 12 horas, no Pavilhão Arquitecto Jerónimo Reis, em Espinho.



veira; Eduardo Ferreira (cap.), José Sá e Miguel Castro; Sandro Oliveira, João Guilherme e André Pinhal.

Jogaram ainda: Adriano Silva, Simão Fernandes e Bruno Cardoso.

Treinador: Ivan Santos. Treinador adjunto: Diogo Silva.

Ao intervalo: 2-1. Marcadores: Henrique Gonçalves e João Pinto; André Pinhal (2 golos).

Disciplina: Cartão amarelo a Henrique Gonçalves; Diogo Magalhães e André Pinhal.

Manuel de Magalhães

Núcleo Sportinguista de Espinho em crise

O Núcleo Sportinguista de Espinho reúne os associados no próximo dia 21, pelas 15h30, em Assembleia Geral extraordinária, para apresentação do historial e da actual situação económica e mobilização para a formação de uma comissão administrativa.

Ainda em agenda na reunião magna do Núcleo Sportinguista de Espinho a equação da interrupção ou cessação da atividade.

Perder pela força

A equipa de futebol de iniciados do Sporting Clube de Espinho foi derrotada pelo Lourosa, por 1-4, em jogo a contar para o Campeonato Distrital da 2.ª Divisão.

O Lusitânia de Lourosa apresentou-se em Espinho, com quatro vitórias em outros tantos jogos e rotulada de forte candidata à subida, entrou em campo fazendo jus aos atribuídos e com uma forte pressão não deixava os espinhenses sair do seu meio campo.

Contudo, os donos da casa iam resistindo ao poderio atacante dos forasteiros e aos poucos o jogo começou a ser disputado nos dois meios campos. Os alvinegros não conseguiram sair a jogar pois esbarravam sempre no poderio físico dos jovens de Lourosa.

O resultado de 0-1 ao intervalo era o reflexo do domínio forasteiro.

A segunda parte foi um pouco a continuação dos primeiros 35 minutos, com os espinhenses a sentirem muito o poderio físico do adversário e só por duas vezes foram capazes de chegar com perigo à baliza do adversário.

Numa primeira ocasião com uma grande defesa do

guarda-redes e já perto do final a jogada que deu o tento de honra.

Vitória justa do Lourosa perante uma equipa do Sporting de Espinho que nunca foi capaz de lutar de igual para igual fruto da diferença atlética dos intervenientes.

Arbitragem sem problemas.

Sporting de Espinho, 1 Lourosa, 4

Jogo no Parque Desportivo do Sporting Clube de Espinho.

Árbitro: José Silva (AF Aveiro).

Sporting Clube de Espinho - Rui; Guilherme, Gonçalo Sousa, Diogo Ferreira (cap.) e Gonçalo Santos; Vasco Marques, Tomás, Brito e Filipe; Diogo Vieira e Diogo Ramos.

Jogaram ainda: Diogo Souza, Albertino e Diogo Paiva.

Treinador: Paulo Costa.

Lusitânia Futebol Clube - Ruben Boia; Daniel, Gil Oliveira, Vitor Hugo e Daniel Vieira; Pedro Martins, Joao Sá e Daniel Sá; José Pedro, Rui Pedro e Gonçalo Gaspar.

Jogaram ainda: Luis Filipe, Frederico Paulino, André Carvalho e Diogo Amorim.

Ao intervalo: 0-1.

Marcador: Diogo Vieira (64').

Final de jogo emocionante em S. João da Madeira dos iniciados de futsal da Novasemente

A equipa de futsal de iniciados do Novasemente Grupo Desportivo foi até S. João da Madeira defrontar o Dínamo Sanjoanense e trouxe um empate a cinco bolas.

Na primeira metade do encontro os pupilos de Diana Rosadas estiveram um pouco abaixo do habitual e o resultado ao intervalo estava 2-1 para a equipa da casa.

Na segunda parte os "Sementinhas" entraram novamente apáticos e o Dínamo chegou ao 5-1.

A faltar 10 minutos para o final, o Novasemente tomou conta do

jogo, conseguiu chegar à igualdade e com um pouco de sorte até conseguir trazer os três pontos! Até porque, nos instantes finais, surgiram várias situações de golo para a formação de Anta.

Em suma, pode-se dizer que foi melhor o resultado do que a exibição...

Pelo Novasemente jogaram: Simão, Gonçalo (1 golo), Kalu (2), Vieira, Bruno, Diogo, Pedro (2), Bernardo (cap.), Nocas, Samuel, Magano e Félix.

Treinadores e delegados: Diana Rosadas, Fabiana, Nuno e José Carlos.





Futebol tigre ganha alento na casa do vizinho

Foto VÍTOR LANCHA

A equipa de futebol sénior do Sporting Clube de Espinho alcançou mais uma vitória no Campeonato Distrital da 1.ª Divisão. Os espinhenses bateram o Esmoriz por 2-0, com golos apontados por Van Zeller, aos 8 minutos, e por Lima, aos 74. Os tigres assumiram o jogo desde o início e conseguiram chegar à vantagem bem cedo, com um grande remate de Van Zeller.

Os espinhenses tiveram, assim, o domínio do jogo e acabaram por ampliar no segundo tempo, a cerca de 15 minutos do fim, com um golo alcançado de cabeça pelo ponta-de-lança, Lima.

Sporting de Espinho, 2 Esmoriz, 0

Jogo no Estádio Comendador Manuel de Oliveira Violas, em Espinho. Árbitro:

Seidi entra e sai (para o Benfica e Castelo Branco)

Carlitos Seidi, guineense de 30 anos, jogou na equipa do Sporting Clube de Espinho, no encontro com o Esmoriz. Foi uma estreia de um novo reforço, apenas utilizado em um único jogo pelos tigres, pois está de partida para o Benfica e Castelo Branco, para jogar no Campeonato de Portugal.

Ricardo Salvador (AF Aveiro). Árbitros assistentes: Luís Bastos e Ricardo Ferreira.

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: Pipa por Seidi (64), Lima por Murillo (76) e Van Zeller por Rui João (84). Treinador: António Cerqueira.

Sporting Clube de Esmoriz - Ricardo; George, Dani, Mendes e David; Ruca, Fred e Peixinho; Jorginho, Pedrito e Bruno.

Substituições: Jorginho por Joca (65), Bruno por Narciso (71) e Fred por Rabã (80). Treinador: José Ribeiro.

Ao intervalo: 1-0. Marcadores: 1-0, por Van Zeller (8); 2-0, por Lima (74).

| Resultados | |
|----------------------------------|------------|
| São Roque-At. Cucujães | 0-2 |
| Oliv. Bairro-AC Famalicão | 4-2 |
| Avanca-Fiães SC | 0-1 |
| Milheiroense-Calvão | 3-3 |
| P. Brandão-Águeda | 0-0 |
| Carregosense-Alba | 1-1 |
| Sporting Paivense-U. Lamas | 1-0 |
| Sp. Espinho-Esmoriz | 2-0 |
| AD Valonguense-S. João Ver | 1-4 |

| Próxima jornada (15/11) | |
|--------------------------------|--|
| At. Cucujães-AD Valonguense | |
| AC Famalicão-São Roque | |
| Fiães SC-Oliv. Bairro | |
| Calvão-Avanca | |
| Águeda-Milheiroense | |
| Alba-P. Brandão | |
| U. Lamas-Carregosense | |
| Esmoriz-Sporting Paivense | |
| S. João Ver-Sp. Espinho | |
| (S. João de Ver/15 horas) | |

| Classificação | | | | | | |
|--------------------|-----------|----------|----------|----------|----------|-------------|
| P | J | V | E | D | GM-GS | |
| Oliv. Bairro | 24 | 9 | 8 | 0 | 1 | 24-7 |
| Fiães SC | 22 | 9 | 7 | 1 | 1 | 18-4 |
| Sp. Espinho | 22 | 9 | 7 | 1 | 1 | 15-7 |
| Águeda | 22 | 9 | 7 | 1 | 1 | 19-5 |
| Sporting Paivense | 16 | 9 | 5 | 1 | 3 | 13-11 |
| U. Lamas | 14 | 9 | 4 | 2 | 3 | 14-8 |
| At. Cucujães | 14 | 9 | 4 | 2 | 3 | 9-9 |
| Avanca | 12 | 9 | 3 | 3 | 3 | 7-9 |
| Carregosense | 11 | 9 | 3 | 2 | 4 | 17-15 |
| Calvão | 10 | 9 | 3 | 1 | 5 | 19-22 |
| S. João Ver | 9 | 9 | 2 | 3 | 4 | 10-15 |
| AC Famalicão | 8 | 9 | 2 | 2 | 5 | 10-12 |
| Alba | 8 | 9 | 2 | 2 | 5 | 10-18 |
| P. Brandão | 8 | 9 | 2 | 2 | 5 | 9-12 |
| AD Valonguense | 7 | 9 | 2 | 1 | 6 | 13-19 |
| Esmoriz | 7 | 9 | 2 | 1 | 6 | 10-21 |
| Milheiroense | 7 | 9 | 1 | 4 | 4 | 11-23 |
| São Roque | 6 | 9 | 1 | 3 | 5 | 6-17 |

Mundial de futebol de praia o "melhor evento do ano"

O Campeonato do Mundo de Futebol de praia foi considerado o 'Melhor Evento do Ano, galardão atribuído da Gala Internacional do Futebol de Praia que decorreu no Dubai.

Nesta gala, Madjer foi eleito o melhor jogador do mundo de futebol de praia de 2015, sucedendo ao brasileiro Bruno Xavier, que venceu a edição inaugural, em 2014.

Mário Narciso foi eleito o melhor treinador, Bé Martins o jogador em ascensão e Madjer o autor do golo do ano e a figurar ainda na equipa do ano 2015.

Cantinho da Ramboia e Rio Largo "derrapam" no futebol popular

O Cantinho da Ramboia e o Rio Largo saíram derrotados dos jogos do Campeonato de Futebol Popular do Concelho de Espinho (1.ª Divisão) que se realizaram durante o fim-de-semana. O Cantinho perdeu co a equipa da Juventude dos Outeiros por 3-0, que desta forma passou para a liderança, provisória, da tabela classificativa. O Rio Largo foi derrotado pelo Grupo Desportivo da Ronda, por 3-1.

Entretanto, no próximo fim-de-semana realiza-se a primeira eliminatória da Taça Cidade de Espinho.

1.ª DIVISÃO

Quinta Paramos-Cruzeiro Silvalde ... (a)
Magos Anta-Estrelas Vermelhas 4-2
Corga Silvalde-Novasemente 2-1
Águias Paramos-Leões Bairristas a)
Juv. Outeiros-Cantinho Ramboia 3-0
GD Outeiros-Desportivo P. Anta 2-1
GD Ronda-Rio Largo 3-1
a) Adiados para ontem, depois do fecho da edição

Classificação

| P | J | V | E | D | F-C | |
|--------------------|---|---|---|---|-----|-----|
| Juventude Outeiros | 7 | 3 | 2 | 1 | 0 | 5-0 |
| Leões Bairristas | 6 | 2 | 2 | 0 | 0 | 6-0 |
| GD Ronda | 6 | 3 | 2 | 0 | 1 | 6-4 |
| Magos Anta | 6 | 3 | 2 | 0 | 1 | 6-5 |
| GD Outeiros | 6 | 3 | 2 | 0 | 1 | 3-5 |
| Rio Largo | 4 | 3 | 1 | 1 | 1 | 7-8 |
| Corga Silvalde | 4 | 3 | 1 | 1 | 1 | 4-4 |
| Cantinho Ramboia | 4 | 3 | 1 | 1 | 1 | 4-6 |
| Águias Paramos | 4 | 2 | 1 | 1 | 0 | 4-1 |
| Novasemente | 4 | 3 | 1 | 1 | 1 | 7-5 |
| Quinta Paramos | 3 | 2 | 1 | 0 | 1 | 1-1 |
| Cruzeiro Silvalde | 0 | 2 | 0 | 0 | 2 | 0-4 |
| Desportivo P. Anta | 0 | 3 | 0 | 0 | 3 | 3-8 |
| Estrelas Vermelhas | 0 | 3 | 0 | 0 | 3 | 4-9 |

Próxima jornada (21 e 22 de novembro)

Novasemente-GD Ronda
Leões Bairristas-Estrelas Vermelhas
Quinta Paramos-Águias Paramos
Juventude Outeiros-Magos Anta
Rio Largo-GD Outeiros
Desportivo P. Anta-Cruzeiro Silvalde
Corga Silvalde-Cantinho Ramboia

Melhores marcadores

Miguel Oliveira (Leões Bairristas) 4
Luciano Silva (GD Ronda) 4
João Barbosa (Cantinho Ramboia) 3

2.ª DIVISÃO

GD Idanha-Estrelas Divisão 2-1
Águias Anta-Império Anta 1-0

Bairro Ponte Anta-Lomba Paramos .. 3-2
Morgados Paramos-AD Guetim 3-1
Aldeia Nova-Associação Esmojães ... 2-5
Estrelas P. Anta-Juventude Estrada .. 4-1
Folgou o Desportivo Regresso

Classificação

| P | J | V | E | D | F-C | |
|---------------------|---|---|---|---|-----|------|
| Águias Anta | 9 | 3 | 3 | 0 | 0 | 11-3 |
| Morgados Paramos | 9 | 3 | 3 | 0 | 0 | 6-1 |
| Estrelas Ponte Anta | 7 | 3 | 2 | 1 | 0 | 8-4 |
| Associação Esmojães | 6 | 3 | 2 | 0 | 1 | 7-4 |
| Império Anta | 6 | 3 | 2 | 0 | 1 | 3-1 |
| Bairro Ponte Anta | 6 | 3 | 2 | 0 | 1 | 6-5 |
| GD Idanha | 4 | 2 | 1 | 1 | 0 | 3-2 |
| AD Guetim | 3 | 3 | 1 | 0 | 2 | 5-5 |
| Lomba Paramos | 1 | 3 | 0 | 1 | 2 | 5-7 |
| Aldeia Nova | 1 | 3 | 0 | 1 | 2 | 5-9 |
| Estrelas Divisão | 0 | 2 | 0 | 0 | 2 | 1-4 |
| Desportivo Regresso | 0 | 2 | 0 | 0 | 2 | 0-3 |
| Juventude Estrada | 0 | 3 | 0 | 0 | 3 | 4-16 |

Próxima jornada (21 e 22 de novembro)

Morgados Paramos-Águias Anta
Império Anta-Estrelas Ponte Anta
Bairro Ponte Anta-Juventude Estrada
Associação Esmojães-GD Idanha
Lomba Paramos-Aldeia Nova
Desportivo Regresso-Estrelas Divisão
Folga a AD Guetim

Melhores marcadores

Simão Alves (Águias Anta) 2
João Silva (Águias Anta) 2
Pedro Barbosa (Águias Anta) 2

TAÇA CIDADE DE ESPINHO

(14 e 15 de novembro)

Associação Esmojães-Desp. Regresso (Cassufas/sábado/15h)
Águias Paramos-Estrelas Ponte Anta (Idanha/sábado/15h)
Leões Bairristas-Corga Silvalde (Paramos/sábado/17h15)
Novasemente-Lomba Paramos (Guetim/sábado/15h)

Morgados Paramos-Desportivo P. Anta (Seara/sábado/15h)
Águias Anta-GD Idanha (Cassufas/ domingo/10h)
Magos Anta-AD Guetim (Idanha/ domingo/10h)
Juventude Estrada-Aldeia Nova (Paramos/ domingo/10h)
Estrelas Divisão-GD Outeiros (Guetim/ domingo/10h)
Cruzeiro-Silvalde-Estrelas Vermelhas (Seara/ domingo/10h)
GD Ronda-Rio Largo (Cassufas/ dia 18/20h30)

Isentos: Juventude dos Outeiros, Cantinho da Ramboia, Quinta de Paramos, Bairro da Ponte de Anta e Império de Anta.

Manuel Proença



Foto VÍTOR LANCHA

SOLVERDE
CASINOS · HOTÉIS

Solverde - Sociedade de Investimentos Turísticos da Costa Verde S.A. – pretende recrutar para a sua equipa de Manutenção do Hotel Solverde SPA & Wellness Center:

Electromecânico

Requisitos:

- Sólidos conhecimentos de sistemas eléctricos em baixa e média tensão.
- Domínio de automatismos e sistemas de controlo eléctrico e electrónico, tanto em infraestruturas de edifícios terciários como de equipamentos autónomos.
- Conhecimento profundo de máquinas eléctricas, tanto na vertente eléctrica como mecânica.
- Disponibilidade imediata e disponibilidade para trabalhar por turnos.

Se se revê neste perfil, envie o seu CV detalhado para o endereço de e-mail recrutamento@violas.pt com o Assunto Electromecânico

Dupla vitória do hóquei de sala da Académica de Espinho

As equipas de hóquei de sala de sub-13 e de sub-15 da Associação Académica de Espinho conquistaram duas vitórias para os respetivos campeonatos. A primeira venceu a Associação desportiva de Lousada por 4-5 e a segunda venceu o CAMIR por 7-2.

Os primeiros a darem início a este campeonato foram os mais novos, sub-13, que logo no primeiro encontro tinham pela frente o campeão em título.

No sábado, a equipa de sub-13 academista recebe, no Pavilhão Arquiteto Jerónimo Reis, às 18 horas, o União de Lamas. Os sub-15 jogam no domingo, às 15 horas, no Viso, com os locais.

Sub-13 - Pedro Maranhão (cap.); Davide Santos, Guilherme Caramalho (2 golos), Rodrigo (3), Ângelo e Vasco Silva. Treinador: Márcio Marques. Delgado: Joaquim Magano.

Sub-15 - Pedro Maranhão; André Rodrigues, Paulo Plasta (cap.), Ruben Silva, (4 golos), Rodrigo Gomes (2), João Gomes, João (1), Ricardo Silva, Carolina Costa (1) e Rafael França. Treinador: Hugo Gonçalves. Delegado: Joaquim Magano.



Novasemente (futsal) vence Restauradores

A vitória alcançada este fim-de-semana pela equipa de futsal de seniores femininos do Novasemente Grupo Desportivo, traduz, efetivamente, o amplo domínio das antenses. Uma vitória por 4-1, ante os Restauradores Avintenses, a contar para a 9.ª jornada do Campeonato nacional, Fase Regular, mantém a equipa antense na corrida à liderança, que é ocupada pelo Vermoim, com mais dois pontos que as campeãs nacionais.

Os tentos das antenses foram apontados por Suka (2 golos), Pisko e por Juninha.

A equipa liderada por Mário Rui Sá só irá jogar para o Campeonato no dia 5 de dezembro, tendo uma deslocação ao pavilhão do Lusitano de Vildemoinhos.

Andebol tigre vitorioso

A equipa de andebol de seniores masculinos do Sporting Clube de Espinho bateu o Monte por 28-27 (16-13, ao intervalo), em jogo a contar para o Campeonato Nacional da 3.ª Divisão.

Os tigres, liderados por Pedro Lagarto, ocupam o quinto lugar da tabela classificativa, com menos três jogos e cinco pontos que o líder, o Monte.

No próximo fim-de-semana, os espinhenses irão ter de jogar para o Campeonato, no sábado e no domingo irão disputar a segunda eliminatória da Taça de Portugal, recebendo o Clube Andebol de Leça.

Entretanto, a equipa de juvenis masculinos do Sporting Clube de Espinho bateu o Andebol Club Lamego por 32-26 (16-13, ao intervalo), em encontro a contar para o Campeonato Nacional da 1.ª Divisão, Zona 2. Os tigres ocupam o sexto lugar da tabela, com menos seis pontos que o líder, o Futebol Clube do Porto.

Seniores - Tiago Sousa, Vitor Pereira e Hugo Costa (guarda-redes); Pedro Almeida, João Domingues (7 golos), André Machado (5), Manuel Sousa, Filipe Lagarto (1), Bruno Antunes (6), Francisco Lopes, João Fonseca, Eduardo Oliveira (1), Ricardo Soares (3)

Gustavo Silva (2), Tiago Ferreira (3) e José Capela. Treinador: Pedro Lagarto.

Juvenis - Bruno Aguiar e Francisco Vasconcelos (guarda-redes); Jorge Ferreira (3 golos), João Póvoa (3), Tiago Fonseca, Tiago Guedes (4), António Pinto (7), João Soares (1), José Cruz (1), Leonardo Morgado, José Caetano, Tiago Soares, João Furtado (10), Guilherme Baptista e Ivo Bernardo (3). Treinador: Mário Lopes.



A equipa de andebol de bábmbis do Sporting Clube de Espinho realizou, no sábado, de manhã, um treino de conjunto com a Associação Desportiva Sanjoanense

Próximos jogos:

Carregal do Sal-Sporting de Espinho (seniores masculinos, campeonato), sábado, às 19 horas, no pavilhão de Carregal do Sal; Sporting de Espinho-Leça (seniores masculinos, 2.ª Eliminatória da Taça de Portugal), domingo, às 15 horas, na Nave Polivalente de Espinho; Sporting de Espinho-Penedono (juvenis masculinos), sábado, às 16 horas, na Nave Polivalente de Espinho; Sanjoanense-Sporting de Espinho (iniciados masculinos), domingo, às 11 horas, no Pavilhão Municipal das Travessas, em S. João da Madeira; Feirense 'A' - Sporting de Espinho (infantis masculinos), sábado, às 18 horas, no Pavilhão da Lavandeira, em Santa Maria da Feira; Sanjoanense 'B' - Sporting de Espinho 'A' (minis masculinos), domingo, às 9h30, no Pavilhão Municipal das Travessas, em S. João da Madeira; Sporting de Espinho 'B' - S. Paio de Oleiros, domingo, às 15 horas, na Nave Polivalente de Espinho.

Minis academistas entram em prova

No sábado, as duas equipas de andebol da Associação Académica de Espinho que estiveram em competição, foram as juvenis e as infantis. Em Salreu, as infantis, após uma primeira parte tranquila, chegaram ao intervalo a vencer por 1-7, o que permitiu que a equipa do Salreu 'crescesse' acabando o jogo com o marcador em 11-14. As juvenis à mesma hora, em Oliveira de Frades, fizeram com que a longa deslocação valesse a pena, e venceram a equipa da casa, por uns expressivos de 18-30.

As últimas a entrarem em competição esta época, foram as minis, que receberam a sempre difícil equipa do Vacariça, na Nave Polivalente de Espinho e conseguiram manter-se sempre apenas a um ou dois golos de diferença do adversário, tendo-se deixado ir abaixo apenas nos últimos minutos, e perderam por 13-18.

No pavilhão Arquiteto Jerónimo Reis, as iniciadas tiveram uma dura batalha, frente ao Alavarium, num jogo bastante



equilibrado, conforme se pôde constatar no resultado final, que se saldou com um empate a 26 golos.

Juvenis - Sara Silva, Regina Rocha (1 golo), Sofia Mota, Maria Leite (2), Mariana Sousa (4), Inês Almeida (1), Rita Mota (3), Viviana Silva (2), Sara Moutinho (1), Leonor Gonçalves (12), Maria Cáliz, Bárbara Malta, Maria Mota, Fabiana Moreira (2) e Inês França (2). Treinador: Miguel Barbosa.

Iniciados - Maria Cáliz, Renata Couto (7 golos), Silvana Lopes, Luísa Oliveira, Mariana Valente, Ana Ribeiro, Maria Pimenta, Maria Catarino, Carolina Loureiro (3), Rita Gomez (6), Clara Bohnke, Ana Silva, Sofia Gonçalves (8), Rita Correia (2) e Mariana Pereira.

Infantis - Mariana Loureiro, Luna Gomes, Lara Marques, Iris Marques, Ana Pereira, Maria Carvalho, Inês Ramos, Fran-

cisca Cardoso (4 golos), Raquel Tavares, Maria Sousa, Lia Gomes, Joana Campos (4), Luana Ferreira, Ana Branco (5) e Joana Pimenta (1). Treinador: Adelino Pinto.

Minis - Maria Moreira, Beatriz Ferreira, Carolina Marques, Matilde Sousa (4 golos), Matilde Oliveira, Lara Dias (1), Luana Redol, Sara Silva, Clara Loureiro, Mariana Lima (3), e Mariana Ferreira (5). Treinadora: Sara Magalhães.



Fotos FRANCISCO AZEVEDO/FOCAL POINT

Tigres mais fortes no dérbi de voleibol



O Sporting Clube de Espinho elevou para cinco o número de vitórias consecutivas no Campeonato Nacional de Voleibol de seniores masculinos da 1.ª Divisão, depois de bater a Associação Académica de Espinho pela margem máxima.

Num dérbi sempre apetecido, os tigres assumiram desde cedo o controlo do jogo e nunca permitiram que os academistas se aproximassem perigosamente no marcador. Já no segundo set, a equipa de Filipe Vitó teve uma maior réplica e foi obrigada a aplicar-se numa emocionante parte final para conseguir aumentar a vantagem.

Mesmo a vencer por 2-0, o Sporting Clube de Espinho não facilitou e aproveitou a maior desmotivação dos adversários para fechar rapidamente o encontro.

No final do jogo, Filipe Vitó mostrou-se satisfeito com a "atitude competitiva da equipa". "Fizemos um jogo consistente", sublinhou. "Tentamos aproveitar alguma falta de confiança da Académica e entramos bem no jogo. O segundo set foi o nosso pior set. Cometemos

alguns erros não forçados, estávamos em desvantagem na parte final, mas conseguimos recuperar e ainda fomos vencer. A partir daí, penso que a Académica acabou por entregar o jogo", analisou o treinador do Sporting Clube de Espinho.

"Estivemos bem de uma forma geral e foi importante para começarmos já a pensar na próxima semana de trabalho e no jogo com a Académica de São Mamede, que sabemos que será difícil, mas vamos lá para vencer", concluiu o técnico dos tigres.

**Académica de Espinho, 0
Sporting de Espinho, 3**

Jogo no Pavilhão Arquitecto Jerónimo Reis, em Espinho.

Árbitros: Vítor Gonçalves e Raquel Portela (AV Porto).

Parciais: 20-25 (23m), 23-25 (28m) e 16-25 (26m).

Associação Académica de Espinho - Filipe Sousa (3 pontos), Daniel Marques, Januário Alvar (4), Jorge Iglésias (1), Ricardo Alvar (3), Pedro Figueiredo (10) e Sandro Mota (líbero); Gonçalo Iglésias, Paulo Reis (1), Daniel Canas (5) e José Soares (1).

Treinador: Paulo Brenha.

Sporting Clube de Espinho - Jose Rojas (15 pontos), Filipe Pinto (13), Kibinho (5), Miguel Maia (2), Phelps (10), Alejandro Sanoja (11) e Hugo Ribeiro (L); Jonathan Nunes, Pedro Maia, Kevin Carabali (1) e José Neto.

Treinador: Filipe Vitó.

Manuel José Macedo

Surpreendente Renato Sousa (Rio Largo) na Maratona do Porto

No domingo, o Rio Largo fez-se representar com cinco atletas, numa das mais prestigiadas provas do atletismo nacional, a Maratona do Porto. Renato Sousa foi o rápido do clube de Espinho a concluir os 42,194 metros prova. O estreante na nesta distância precisou de apenas 3 horas e 31 segundos.

Seguiram-se-lhe José Rodrigo, outro estreante na distância com o também surpre-

endente tempo de 3h 28m 46s, e o carismático Joaquim Gomes, que tem-se debatido nos últimos tempos com várias lesões e que registou o tempo de 3h 56m 52s. Adriano Queirós não teve a mesma sorte, desistindo com problemas físicos que incapacitavam de correr. Na distância mais curta, a Family Race de 15 km, alinhou Wouter de Broeck, que completou o percurso em 1h 07m 14s.



Bilhar tigre em segundo

A equipa de bilhar do Sporting Clube de Espinho voltou a vencer no Campeonato Nacional da 3.ª divisão de Pool Português. Os tigres bateram a equipa do Perosinho Mirante B no jogo referente à 4.ª jornada. O 'score' final de 9-4 para os espinhenses reflete um jogo em que foram claramente superiores (0-1;1-1;1-2;2-2;3-2;4-2;4-3;5-3;6-3;6-4;7-4;8-4;9-4).

A equipa constituída por Henrique Tavares, Juliano Correia, Paulo Pinto, Paulo Veiga, Luis Santos e Samuel Pereira conseguiu amealhar mais três pontos, o que permite alcançar já o segundo lugar na tabela classificativa.

Esta noite pelas 21h30 o Sporting Clube de Espinho desloca-se à sede da equipa AB Trofa B para disputar a 5.ª jornada.

Infantis academistas somam vitória

No passado fim-de-semana, a equipa de infantis de voleibol da Associação Académica de Espinho recebeu e venceu sem dificuldade o Ala Gondomar, somando mais uma vitória para o campeonato. O jogo não ofereceu qualquer dificuldade para os academistas que com a atitude e concentração necessária para a disputa dos pontos em questão, aproveitaram para, além de dar mais possibilidade e tempo de jogo a alguns atletas, consolidar novos processos de jogo.

Assim a partida teve a duração de menos de uma hora (53 minutos), tendo terminado com a vitória dos mochos pela margem máxima de 3-0 (25-10, 25-7 e 25-14). Os mochos lideram assim a classificação invictos até ao momento, no próximo fim-de-semana, 15 de novembro, deslocam-se até Gueifães para jogarem a 6.ª jornada frente do GDC Gueifães.

No campeonato regional de juvenis masculinos de voleibol, a equipa da Associação Académica de Espinho recebeu o Ginásio Clube de Santo Tirso tendo perdido por 1-3 (18-25, 16-25, 25-15 e 23-25). A jovem equipa da Académica entrou no jogo algo nervosa, permitindo ao Santo Tirso ganhar alguns pontos de vantagem logo no início que foram cruciais para fecharem o primeiro e o segundo set. No terceiro parcial, a equipa da Associação Académica de Espinho mostrou a sua verdadeira garra vencendo por 10 pontos. O quarto parcial foi, sem dúvida, o mais equilibrado e emocionante com a equipa da Académica à frente do marcador quase até ao final, perdendo a possibilidade de empatar nos pontos decisivos. Os academistas demonstraram uma ambição e o querer que era característica desta equipa no ano anterior.

A próxima etapa será no próximo sábado, frente ao CD Fiães.

A equipa de juniores da Académica de Espinho venceu, em casa, o Ala Gondomar por 3-0 (28-26, 25-18 e 25-16), tendo o jogo a duração de uma hora e quarenta minutos. A equipa da Académica entrou algo nervosa sentiu algumas dificuldades em assentar o seu jogo, o que veio a acontecer no decorrer do próprio set, vencendo pela margem mínima. No segundo e terceiro set o treinador Rogério Lopes conseguiu passar a mensagem o que facilitou a vitória nos dois parciais seguintes, com uma margem mais folgada.

O próximo jogo será no domingo, com o Amares Vólei, na Escola Secundária de Amares, pelas 15 horas.

LLIGA Resultados table with columns for team names and scores.

LLIGA Classificação table with columns for team names and league positions.

LLIGA Próximas jornadas table listing upcoming matches and dates.

LLIGA Resultados table with columns for team names and scores.

LLIGA Classificação table with columns for team names and league positions.

LLIGA Próximas jornadas table listing upcoming matches and dates.

totobola Concurso dos Órgãos de Informação n.º 47/2015 de 22/11/2015. Prognóstico "Defesa de Espinho".

FUTEBOL CAMPEONATO DISTRITAL AVEIRO JUNIORES - 1.ª DIVISÃO Resultados

FUTEBOL CAMPEONATO DISTRITAL AVEIRO JUNIORES - 1.ª DIVISÃO Classificação

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

FUTEBOL JUNIENS - 1.ª DIVISÃO Resultados

FUTEBOL JUNIENS - 1.ª DIVISÃO Classificação

FUTEBOL JUNIENS - 1.ª DIVISÃO Próximas jornadas

FUTEBOL JUNIENS - 2.ª DIVISÃO - SÉRIE A Resultados

FUTEBOL JUNIENS - 2.ª DIVISÃO - SÉRIE A Classificação

FUTEBOL JUNIENS - 2.ª DIVISÃO - SÉRIE B Próximas jornadas

FUTEBOL JUNIENS - 2.ª DIVISÃO - SÉRIE B Resultados

FUTEBOL JUNIENS - 2.ª DIVISÃO - SÉRIE B Classificação

FUTEBOL JUNIENS - 2.ª DIVISÃO - SÉRIE B Próximas jornadas

FUTEBOL INICIADOS - 1.ª DIVISÃO Resultados

FUTEBOL INICIADOS - 1.ª DIVISÃO Classificação

FUTEBOL INICIADOS - 1.ª DIVISÃO Próximas jornadas

FUTEBOL INICIADOS - 2.ª DIVISÃO - SÉRIE A Resultados

FUTEBOL INICIADOS - 2.ª DIVISÃO - SÉRIE A Classificação

FUTEBOL INICIADOS - 2.ª DIVISÃO - SÉRIE B Próximas jornadas

FUTEBOL INICIADOS - 2.ª DIVISÃO - SÉRIE B Resultados

FUTEBOL INICIADOS - 2.ª DIVISÃO - SÉRIE B Classificação

FUTEBOL INICIADOS - 2.ª DIVISÃO - SÉRIE B Próximas jornadas

FUTEBOL INFANTIS A - GRUPO 1 - SÉRIE A Resultados

FUTEBOL INFANTIS A - GRUPO 1 - SÉRIE A Classificação

FUTEBOL INFANTIS A - GRUPO 2 - SÉRIE A Resultados

FUTEBOL INFANTIS A - GRUPO 2 - SÉRIE A Classificação

FUTEBOL INFANTIS B - GRUPO 1 - SÉRIE A Resultados

FUTEBOL INFANTIS B - GRUPO 1 - SÉRIE A Classificação

FUTEBOL INFANTIS B - GRUPO 2 - SÉRIE A Resultados

FUTEBOL INFANTIS B - GRUPO 2 - SÉRIE A Classificação

FUTEBOL INFANTIS B - GRUPO 2 - SÉRIE A Próximas jornadas

FUTEBOL BENJAMINS A - SÉRIE A Resultados

FUTEBOL BENJAMINS A - SÉRIE A Classificação

FUTEBOL BENJAMINS A - SÉRIE A Próximas jornadas

FUTEBOL BENJAMINS B - SÉRIE B Resultados

FUTEBOL BENJAMINS B - SÉRIE B Classificação

FUTEBOL BENJAMINS B - SÉRIE B Próximas jornadas

FUTEBOL BENJAMINS B - SÉRIE B Próximas jornadas

FUTEBOL TRAQUINAS A - SÉRIE A Resultados

FUTEBOL TRAQUINAS A - SÉRIE A Classificação

FUTEBOL TRAQUINAS A - SÉRIE A Próximas jornadas

FUTEBOL TRAQUINAS A - SÉRIE B Resultados

FUTEBOL TRAQUINAS A - SÉRIE B Classificação

FUTEBOL TRAQUINAS B - SÉRIE A Resultados

FUTEBOL TRAQUINAS B - SÉRIE A Classificação

FUTEBOL TRAQUINAS B - SÉRIE A Próximas jornadas

FUTEBOL TRAQUINAS B - SÉRIE B Resultados

FUTEBOL TRAQUINAS B - SÉRIE B Classificação

totobola Concurso Extra dos Órgãos de Informação n.º 47/2015 de 24 a 26/11/2015. Prognóstico "Defesa de Espinho".

Duas vitórias antenses fora de portas

As equipas de iniciados da Associação Desportiva da Freguesia de Anta/ "Os Baixinhos" conquistaram duas vitórias em três dos encontros disputados. A equipa 'A' de iniciados A foi a Bustelo arrancar uma vitória por 0-2, em jogo do Distrital da 1.ª Divisão. A equipa B, por seu turno, foi a Sanguedo vencer por 1-2 e a equipa C perdeu em Cortegaça por 2-0, em jogos do Distrital da 2.ª Divisão, respetivamente, Série A e Série B.

A equipa A de iniciados da ADF Anta foi este fim de semana a Oliveira de Azeméis vencer a equipa do Bustelo. A equipa do Anta entrou bastante bem e nos primeiros instantes conseguiu superiorizar-se a uma equipa da casa que só em lances de bola parada ia criando alguma perigosidade. Os golos antenses haveriam de coincidir com este período de maior qualidade. Até ao intervalo assistir-se-ia a uma ligeira reação

dos da casa que não passou de um abeirar da área antense sem nunca ameaçar verdadeiramente a baliza de Mário. No segundo tempo, o Bustelo procurou ser mais empreendedor no capítulo ofensivo mas os de Anta foram controlando e disferindo aqui e ali contra ataques que por falta de melhor definição iam sendo desaproveitados e por esse motivo o 0-2 registado ao intervalo manter-se-ia até ao final. Num jogo bastante competitivo e ante um adversário de boa valia interessa ressaltar uma atitude de permanente conquista por parte da equipa antense que se consubstanciaria como o combustível para o regresso às vitórias.

Entretanto, a equipa B, com uma entrada na partida algo desconcentrada, viu-se a perder, quando num pontapé decanto, estendeu a 'passadeira vermelha' e a forma cerimonial com que disputou o lance, foi-lhe fatal! Con-



cientes de que ainda havia muito jogo para disputar, os antenses tentaram assentar o seu futebol e numa bela arrancada de Rui Giro pela direita, o empate passou a brilhar no placard, pouco tempo depois!

Por fim e talvez, na melhor jogada do encontro, o tridente (Rui Giro, Naná, Gonçalo Martins) ofensivo desbaratou a defesa contrária, cabendo ao Gonçalo carimbar uma vitória, que teve

o condão de libertar as garantas, dos fiéis apaniguados de Anta!

Este fim-de-semana a equipa C de iniciados da ADF Anta deslocou-se a Arada para defrontar a formação do Cortegaça. Primeira parte de fraca qualidade dos antenses permitiu aos pupilos do Cortegaça estarem confortáveis no jogo, colocando-se em vantagem antes do intervalo. Na segunda parte a equipa de Anta apresentou outra faceta,

mostrando-se mais concentrados e com outro empenho. Diogo Martins teve o empate nos pés mas deixou-o fugir após uma excelente jogada de Gustavo. A equipa da casa voltou a ser mais esclarecida e aumentou a vantagem após a cobrança de um livre direto.

Equipa A - Mário; Fábio, Gabi, Edgar e Bruno; Alex, Gui e Ruben B; Ruben G, Pedrito e Chang; jogaram ainda Zé Pedro e Naná. Treinador: Nelson Capela. Marcador: Ruben B (2 golos).

Equipa B - Henrique; Simão Teixeira, Diogo Capela, Sérgio Silva e Diogo Sousa; Luís Loureiro, Naaná e João Pais; Gustavo Couto, Rui Giro e Diogo Santos; jogaram ainda Filipe Queiroz, Gonçalo Martins e Rodrigo Benigno. Treinador: Joaquim Gomes. Marcadores: Rui Giro e Gonçalo Martins.

Equipa C - Filipe; Bulhosa, David, Bernardo e Hugo; Francisco Gonçalo, Maganinho e Pedro Dias; Leandro, Diogo Martins e Barbadães; jogaram ainda Fonseca, Gonçalo, Gustavo, Rui Garriapa e Roberto. Treinador: Luís Limas.

Apenas na segunda parte...

Vitória justa dos tigres no Campeonato Distrital de futebol de iniciados, 1.ª Divisão. Conscientes de não querer largar o primeiro lugar, os tigres apertaram o último reduto fogaceiro mas alguma imprecisão no último terço não lhes permitiu chegar ao golo.

Os forasteiros, bem organizados, tentavam sair em transições rápidas, mas o último reduto espinhense não concedeu facilidades.

Ao intervalo, o técnico espinhense refrescou a equipa e teve resultado imediato. O recém-entrado Rodrigo, na primeira vez que tocou na bola abriu o ativo num dos melhores lances ofensivos dos tigres.

Logo de seguida, numa jogada de estratégia, Edu a desviar para o segundo golo e a tranquilizar as hostes espinhenses.

Para coroar a boa exibição, Eduardo com uma bomba a fechar o score, com o

Feirense a cair animicamente por completo, incapaz de reagir às adversidades.

**Sp. Espinho, 3
Feirense, 0**

Jogo no Parque Desportivo do Sporting Clube de Espinho.

Árbitro: José Silva (AF Aveiro).

Sporting Clube de Espinho - Rúben; Resende, Edu, Costa e Simão; Rodrigo, Henrique e Marques; Sandro, Avelino e Ricardo; jogaram ainda Rodrigo Gonçalves, Rafa e Eduardo. Treinador: Fábio Paquete.

Clube Desportivo Feirense - André; Rui Monteiro, Lourenço, Miguel e Rui Pedro; Miguel Martins, João Pedro e Ruben; Gonçalo, Bernardo e João Martins; jogaram ainda Nuno Andrade, Paulo Alves e José Pinto. Treinador: Frederico Moreira.

Ao Intervalo: 0-0.
Marcadores: Rodrigo Gonçalves, Edu e Eduardo.

Benjamins batem vilamaiorenses

A equipa de futebol de benjamins do Sporting Clube de Espinho bateu o Vila-maiorense por 3-0, em jogo do respetivo campeonato distrital. Partida disputada entre o quarto e o quinto classificado da Série A do campeonato de Escolas (sub-10) da Associação de Futebol de Aveiro.

O jogo terminou com uma vitória do Sporting Clube de Espinho, que durante todo o jogo se apresentou sólido defensivamente e intenso ofensivamente.

mente e intenso ofensivamente.

A precipitação nos momentos do golo revelaram-se novamente como o maior problema da equipa da casa, apesar da elevada e atrativa capacidade de manter a posse de bola.

Elogiado pelo treinador da equipa vencedora, o defesa dos tigres, Rodrigo Marques, foi considerado o 'Homem do Jogo' pela sua postura, tanto em momentos ofensivos como defensivos.

Controlar e vencer

A equipa de futebol de infantis A do Sporting Clube de Espinho foi a Castelo de Paiva vencer o Paivense por 1-4.

Começando a partida a assumir a iniciativa de jogo, os tigres foram colecionando ocasiões de golo e, ao minuto oito, inauguraram o marcador. Os paivenses ainda tentaram reagir ao controlo de jogo por parte do Sporting de Espinho com algumas transições rápidas de qualidade, mas seria a equipa espinhense a materializar a sua superioridade ao alcançar o 2-0 ainda antes do intervalo, através de um corte infeliz da defesa local.

Na segunda metade, a toada do jogo manteve-se e a equipa alvinegra aproveitou a supremacia para alcançar o terceiro golo na fase inicial da etapa complementar. Sempre com mais bola e jogando próximo da baliza paivense, a equipa espinhense ainda consentiu que o Paivense reduzisse a diferença no marcador, ao aproveitar o adiantamento no terreno da equipa visitante. No entanto, seriam os tigreziños, a escassos minutos do final, a marcar o quarto golo e a fixar o resultado final, resultado esse que espelha claramente o que se passou no Municipal da Boavista.

Eis a constituição da equipa do Sporting de Espinho: Miguel; Bruno, Fernando e Maia; Magno; Pedro Martins e Diogo Mesquita; jogaram ainda Rafa, Diogo Filipe e Simão. Treinador: Ivan Santos. Marcadores: Magno (2 golos), Maia e Aníbal (autogolo).

Relâmpago não atinge Baixinhos

A equipa de futebol de juvenis da Associação Desportiva da Freguesia de Anta/"Os Baixinhos" bateu o Relâmpago por 5-1, em jogo a contar para o Campeonato Distrital da 2.ª Divisão, Série A.

Um jogo importante para a equipa de Anta, na medida em que ao saber do empate do Paivense perante o Paços de Brandão, a vitória seria fundamental. Um primeiro tempo não muito bom, talvez pela ansiedade de querer resolver todos os problemas em pouco tempo, a equipa de anta, mesmo assim, foi sempre muito superior em todos os aspetos. No entanto, os jovens de Nogueira foram organizados e provocaram muitos erros na circulação de bola dos seus adversários. O resultado ao intervalo, para além de ser justo, foi curto.

Na segunda parte, os antenses entraram com uma outra postura de encarar a partida, não sendo novidade que aos 42 minutos o resultado tenha sido alterado, e a partir daí foi tudo muito mais fácil. Assistiu-se então a um futebol já de alguma qualidade e sobretudo de envolvimento ofensivo de bom nível. A equipa forasteira ainda reduziu para dois golos, mas rapidamente a equipa da casa voltou a funcionar o marcador até aos cinco golos. Boa vitória, justa e sobretudo alicerçada numa boa segunda parte.

Entretanto, a equipa B da ADF Anta empatou (2-2) com o Bustelo, em jogo da 2.ª Divisão, Série B.

Com uma entrada muito pressionante, os antenses rapidamente chegaram à van-

tagem no marcador. Apesar de ser uma equipa fisicamente mais possante, o Bustelo não conseguia afastar o perigo das suas linhas recuadas e os Baixinhos só por mera infelicidade não aumentaram a vantagem. O jogo estava controlado mas um erro defensivo antense mudou o jogo, o Bustelo empatou e o jogo entrou numa toada de equilíbrio. Já em cima do intervalo os Baixinhos conseguiram chegar de novo à vantagem na sequência de uma bola parada.

O descanso trouxe uma equipa de Bustelo à procura da igualdade e os Baixinhos recuaram e iam sustendo o adversário até que novo erro defensivo originou nova igualdade. Até ao final da partida os locais tiveram que sofrer bastante pois os visitantes pressionaram imenso na procura dos três pontos mas as melhores situações para marcar pertenceram aos antenses que nos últimos cinco minutos tiveram por Rui Pedro, Francisco e Resende oportunidades para alcançar a vitória. Boa arbitragem.

Equipa A - T. Mendes; Rafael Figueiredo, Dias, Gonçalo e Diogo Correia; Dinis, Rúben e Simão; Francisco, Hugo Chang e Resende; jogaram ainda Reis, Varela e Mikel. Treinador: Artur Quarresma. Marcadores: Resende (2 golos), Rafael Figueiredo, Dias e Francisco.

Equipa B - Guedes; Manuel, João Miguel, André e Leandro; João Paulo, Varela, Rui Pedro e Daniel; Zinho e Micael; jogaram ainda Francisco e Resende. Treinador: Pedro Costa. Marcadores: Micael e João Miguel.

Um engano

A equipa de futebol de infantis B do Sporting Clube de Espinho foi a Esmoriz perder por 3-2, em partida do Campeonato Distrital.

Jogo efetuado no Estádio da Barrinha, onde as duas equipas entraram motivadas por ser num campo de relva natural.

Aos três minutos do jogo, os tigres têm um livre muito perigoso onde Sérgio Carvalho, mais uma vez, fez o 'gosto ao pé' e colocou os tigres em vantagem.

A partida tornou-se mais aberta e a equipa do Esmoriz soube aproveitar os erros defensivos do Sporting de Espinho, marcando duas vezes, indo para intervalo com resultado em 2-1.

Na segunda parte, os tigres entraram à procura do empate e o Esmoriz soube aproveitar mais um erro defensivo do adversário, fazendo o 3-1.

Nos últimos sete minutos, o Sporting de Espinho deu o 'tudo por tudo' e acabou por reduzir para 3-2.

Eis a equipa do Sporting de Espinho: Mário Pereira, Rui Sousa, Simão M, Martim, Alberto Reis, Sérgio Carvalho e Fábio Costa; jogaram ainda António Seabra, Gustavo Couto, Tiago Torres, Rodrigo Loureiro e Carlos Maia. Treinador: Fábio Paquete. Marcadores: Sérgio Carvalho e Alberto Reis.

Goleada tigre

A equipa de futebol de infantis do Sporting Clube de Espinho foi a Fiães vencer os locais por 1-8, em jogo do Distrital, Grupo 2.

Os tigres apresentaram-se em Fiães praticamente a ganhar, já que logo nos primeiros segundos de jogo se colocaram na frente do marcador.

Acusando o golo madrugador, a equipa da casa vê o "score" aumentado e de seguida para 0-3, também acabando por ser esse o resultado ao intervalo, sem que conseguissem criar adversidades à defesa alvinegra por forma a inverter o rumo do encontro.

Registo para duas grandes penalidades, uma para cada lado, a do Fiães foi parada pelo guarda-redes e a do Sporting Clube de Espinho cobrada com êxito, já perto do final o Fiães acaba mesmo por chegar ao tento de honra.

Eis a constituição da equipa dos tigres: José Lopes, Nuno Castro, Pedro Alves, Gonçalo Alves, Rodrigo Amaral, André Dias e Gustavo Tarabba; jogaram ainda Manuel Couto, Diogo Pinheiro, Samuel Pinto e Delfim Oliveira. Treinador: José António. Marcadores: Gustavo Tarabba (5 golos), Gonçalo Alves (2) e Delfim Oliveira.



D. Albertina Lopes do Couto

Missas
do 9.º Aniversário

Uma lágrima pelos que morrem,
evapora-se.

Uma flor sobre a campa,
murcha.

Uma oração pela sua alma,
recolhe-a Deus.

Rezaremos por ti, dia 13,
sexta-feira, pelas 18 horas, no
Mosteiro de Grijó e pelas 19 ho-
ras, na Igreja Paroquial de Anta.



Luís Tomás Loureiro

Missa do 4.º Aniversário do falecimento

Sua esposa, filhos, noras, netos e restante família vêm, por este meio, comunicar que será celebrada missa por alma do seu ente querido, dia 14, sábado, pelas 19 horas, na Igreja Matriz de Espinho. Desde já agradecem a quem comparecer.

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



Amarílio Jesus da Silva

Missa do 13.º Aniversário do falecimento

Sua esposa, filhos e restante família vêm comunicar que será celebrada missa, por alma do seu ente querido, dia 15, domingo, pelas 19 horas, na Igreja Matriz de Espinho. Desde já agradecem a quem comparecer.

Espinho, 12 de novembro de 2015

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



Júlia da Conceição Mateiro Domingues

Missas do 9.º Aniversário do falecimento

Seu filho, pais, irmã e sobrinha vêm comunicar que serão celebradas missas por alma do seu ente querido, dia 18, quarta-feira, pelas 19 horas, na Igreja Matriz de Espinho e dia 22, domingo, pelas 9,30 horas, na Capela da N.ª Sr.ª do Amparo (lugar de Espinho - S. Félix da Marinha). Desde já agradecem a quem comparecer.

Espinho, 12 de novembro de 2015

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



Possidónio Ferreira da Silva

Missa do 7.º Aniversário do falecimento

Sua esposa, filhas e restante família vêm comunicar que será celebrada missa por alma do seu ente querido, dia 15, domingo, pelas 19 horas, na Igreja Matriz de Espinho. Desde já agradecem a quem comparecer.

Espinho, 12 de novembro de 2015

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



ESPINHO (Rua 27, n.º 22) José Hermínio Machado de Castro

Agradecimento e Missa de 7.º Dia

Sua esposa, filho 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 15, domingo, pelas 19 horas, na Igreja Matriz de Espinho. Desde já agradecem todos quantos participem na Eucaristia.

Espinho, 12 de novembro de 2015

Maria Manuela da Rocha
José Hermínio da Rocha Machado



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

SÃO FÉLIX DA MARINHA

Alberto Guedes Martins

Agradecimento

Seus filhos, nora e netos vêm agradecer 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.

São Félix da Marinha, 12 de novembro de 2015

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



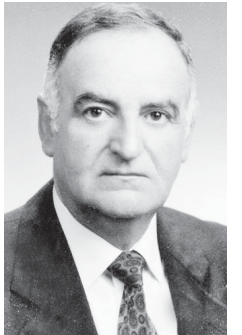
Coronel Armando José Teixeira Jacinto

Agradecimento e Missa de 7.º Dia

Sua esposa, filho, nora 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 15, domingo, pelas 19 horas, na Igreja Matriz de Espinho. Desde já agradecem todos quantos participem na Eucaristia.

Espinho, 12 de novembro de 2015

Maria Augustina Jacinto
Miguel Jacinto
Deolinda Jacinto



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

Sílvio Pinto de Oliveira

Missa
do 13.º Aniversário

Sua esposa, filhos e netos, vêm comunicar que será celebrada missa, por alma do seu ente querido, dia 14, sábado, pelas 19 horas, na Igreja Paroquial de Anta.

Desde já agradecem a todos quantos participem na Santa Eucaristia.



Diana Alberta Barbosa Ferreira de Almeida

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 15, domingo, pelas 19 horas, na Igreja Matriz de Espinho.

Desde já agradece todos quantos participem na Eucaristia.

Espinho, 12 de novembro de 2015

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



Joaquim Ferreira Dias

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 15, domingo, pelas 19 horas, na Igreja Matriz de Espinho. Desde já agradece todos quantos participem na Eucaristia.

Espinho, 12 de novembro de 2015

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



DVD para sempre

As cassetes de vídeo
estragam-se

Salve-as para sempre
em DVD

Agora os seus vídeos
editados em DVD

Carlos Salvador

Reportagens,
Fotografia e Vídeo

Rua 19, n.º 198 - 2.º andar

4500 ESPINHO

Tlm. 918 648 672



Licínio Pereira de Sousa

Missa do 16.º Aniversário
do falecimento

Sua esposa, filhos, nora e netos, recordando-o com profundo amor e saudade vêm comunicar que será celebrada missa por sua alma, dia 17, terça-feira, pelas 19 horas, na Igreja Matriz de Espinho. Desde já agradecem a todos quantos participem na Eucaristia.

Espinho, 12 de novembro de 2015

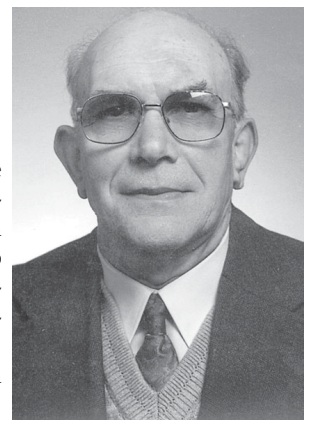
FUNERÁRIA N. S. D'AJUDA - SANCEBAS E LUÍS ALVES - ESPINHO - TEL. 22 734 51 29

SILVALDE Albertino Alves da Silva (Tino do Rolo)

Missa
do 15.º Aniversário

Sua esposa, filha, genro e neta vêm, por este meio, participar que será celebrada missa por alma do saudoso extinto, dia 15, domingo, pelas 8 horas, na Igreja Paroquial de Silvalde.

Desde já agradecem a quem comparecer.





XXII Raid Solverde

Realizou-se no fim de semana mais uma edição (XXII) do Raid Solverde, numa organização da secção de todo-o-terreno do Clube Automóvel de Espinho, com o apoio da Câmara

Municipal de Espinho e o patrocínio da Solverde e da Aipal.

O percurso, que ligou em três etapas Espinho-S. Pedro do Sul-Espinho, desenrolou-se essencialmente (cerca de 200 quilóme-

tros) fora de estrada, levando os participantes a desfrutar das paisagens únicas e das emoções fortes que o traçado, apimentado por alguns corta-fogos, propunha.

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

Fonseca

TECIDOS
MODAS

Rua 19, n.º 275
Telefone, 22 734 04 13
ESPINHO

Salvé 13/11/2015
66.º Aniversário de Casamento

**José
Leopoldina**

Parabéns por mais um aniversário. Esperamos que continuem a ser felizes com muito amor e carinho. São os votos dos seus filhos, netos e bisnetos. Beijinhos.

PORTUGAL

Espinho
PRAIA

Em Espinho,
a tradição tem um nome

