

Moda nas ruas da "Cidade Encantada"

página 4

Foto CARLOS SALVADOR



Rancho Folclórico dos Altos Céus dinamiza ex-Escola de Esmojães

página 4

Rancho Folclórico de Silvalde distingue Padre Manuel António

página 5

Duas centenas de convivas no centenário da Associação Comercial de Espinho

"Não sou do PSD nem do PS, sou da ACE"
- José Aleixo

página 2

Pedro Louro comanda Bombeiros Voluntários do Concelho de Espinho

Novo quartel aguarda por financiamento do próximo quadro comunitário

página 3

Fazendo jus à tradição nesta quadra, o jornal DEFESA DE ESPINHO sugere compras natalícias no comércio tradicional do concelho e deseja a todos FESTAS FELIZES!

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.





Fotos VÍTOR LANCHÁ

Descerramento na sede da Associação Comercial de uma placa alusiva aos 100 anos



A Associação Comercial de Espinho procedeu a várias distinções no âmbito do seu centenário

Duas centenas de convivas no centenário da Associação Comercial de Espinho

“Não sou do PSD nem do PS, sou da ACE” – José Aleixo

Duzentas pessoas marcaram presença no jantar comemorativo dos 100 anos da Associação Comercial de Espinho, destacando-se representantes da confederação nacional e de diversas associações empresariais e comerciais de norte a sul, de entidades públicas e organismos privados, mas, com o devido destaque, de associados e dirigentes da atualidade e dos que outrora corporizaram os órgãos sociais da agora centenária Associação Comercial de Espinho. O salão da Quinta da Serração, em Anta, superlotou, proporcionando confraternização e memórias de vivências e experiências e oportunidade de novos conhecimentos pessoais e profissionais, mas era, sobretudo, uma noite de festa!

Lúcio Alberto

O sol brilhava na manhã de 27 de novembro quando a Associação Comercial de Espinho procedeu à inauguração da Loja de Guarda de Crianças (no edifício Palmeiras – lado da Rua 27) de apoio ao comércio local, iniciativa pioneira em Portugal. E houve também balões com as cores da Associação Comercial de Espinho junto à sede da centenária instituição, ao fim-

dar da tarde. E ao anoitecer... fogo-de-artifício, iluminação natalícia e descerramento de uma placa evocativa do histórico aniversário.

Momentos antes do bolo aniversariante e do culminar do festivo jantar (onde foi distribuída uma revista genericamente intitulada “100 anos de História ao serviço das empresas e dos empresários”), sucederam-se os discursos da praxe, emotivos como o de Manuel Marques, ex-presidente da Assembleia Geral da Associação Comercial de Espinho, ou como aquando das referências do presidente da Direção, José Aleixo, a figuras que o impulsionaram, sublinhando, por exemplo, Manuel Marques e “o também meu amigo Manel da ‘Pá Velha’...” e “todos associados, dirigentes e colaboradores da Associação Comercial de Espinho.

Entretanto, o vice-presidente da Câmara Municipal de Espinho, Vicente Pinto, deixava uma mensagem de disponibilidade da autarquia para com a centenária instituição, a par de uma nota de

registro da conjuntura socio-económica.

“Senhor vice-presidente da Câmara Municipal, reconheço a sua coragem pela sua presença”, observou, por seu turno, José Aleixo, assinalando um distanciamento autárquico de “seis anos”.

“Não sou do PSD nem do PS, sou da Associação Comercial de Espinho”, fez questão de frisar José Aleixo, solicitando o enquadramento da instituição a que preside nas estratégias e atividades de desenvolvimento comercial, empresarial e turístico do concelho.

Dando nota da exclusão a que, no seu entendimento, a Associação Comercial de Espinho tem sido alvo, José Aleixo acentuou a firmeza da instituição que agora ostenta um século de existência num posicionamento intransigente na respeitabilidade de uma atividade centenária em prol do comércio, do empreendedorismo e do concelho, a par do reconhecimento do papel da Associação Comercial na valorização socioeconómica de Espinho.



Foi inaugurada na manhã do centenário a loja lúdica para crianças (disponível na quadra natalícia)

José Aleixo partilhou o corte do bolo dos 100 anos da Associação Comercial de Espinho



Fotos CARLOS SALVADOR

Semanário Registrado 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 o n.º 59, folhas 30 do livro C-1
Capital Social: 5.200,00 Euros
Contribuinte: 500 095 540

Administração
Fernando Cunha (gerente)
Joaquim Vasconcelos (gerente)

Detentores com mais de 10% do capital
Solverde - Soc. de Investimentos Turísticos da Costa Verde, Lda.

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

Redação
Manuel Proença - mijproenca@sapo.pt

Colaboradores
Carlos Salvador; Cláudia Lima Lobo; 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; Margarete Gomes; Marta Oliveira; Mesias 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.



Central única de telecomunicações dos bombeiros no concelho

Depois de consolidada a fusão dos Corpos de Bombeiros de Espinho e Espinhenses e da tomada de posse do Quadro de Comando no passado sábado, entrou na madrugada de terça-feira em funcionamento a central única de telecomunicações dos Bombeiros do Concelho de Espinho, centralizando assim num único local todas as chamadas de socorro e gestão de meios. Apesar de os meios estarem distribuídos em duas companhias, nos antigos quartéis dos Bombeiros de Espinho e Espinhenses, a central recebe todas as chamadas num único local, o que permite uma maior rentabilidade e economia de escala dos recursos.

Em caso de emergência os cidadãos devem idealmente ligar via 112 ou, em alternativa, ligar qualquer um dos números dos antigos corpos de bombeiros - 227340005 ou 227340042.

“Este é um importante passo na melhoria do serviço prestado e rentabilização dos recursos existentes no novo Corpo de Bombeiros.”

Foi empossado no sábado o novo Comando dos Bombeiros Voluntários do Concelho de Espinho, a primeira estrutura do país resultante da fusão das corporações do mesmo território concelhio. O presidente da Câmara Municipal venceu que o novo quartel irá ser construído com financiamento do próximo quadro comunitário, ficando na expectativa de a nova ministra da Administração Interna validar a proposta de um financiamento reforçado correspondente a dois corpos de bombeiros que se fundiram. “Um mais um é igual a dois!” ... Um dado concreto é o de Pedro Louro como comandante dos Bombeiros Voluntários do Concelho de Espinho, cargo que exercia nos Bombeiros Voluntários Espinhenses.

O segundo comandante é António Proença, que era comandante interino dos Bombeiros Voluntários de Espinho.

Outro dado assegurado é o da presidência da Direção dos Bombeiros Voluntários do Concelho de Espinho por parte de Conde Figueiredo (presidente da Direção da Associação Humanitária dos Bombeiros Voluntários de Espinho) e também da presidência da Assembleia Geral, assumida por Adérito Santos (pre-

Pedro Louro comanda Bombeiros Voluntários do Concelho de Espinho

Novo quartel aguarda por financiamento do próximo quadro comunitário

Fotos VÍTOR LANCHÁ



sidente da Assembleia Geral da Associação Humanitária dos Bombeiros Voluntários de Espinho).

“Este é o primeiro caso em Portugal e não sei quando se verificará o próximo, porque foi um trabalho muito complicado e houve que gerir muitas sensibilidades.” As palavras são do comandante Pedro Louro. “Mas a prova de que é possível está à vista e as vantagens para bombeiros e população são evidentes, já que reunir numa só

entidade recursos humanos e materiais permite-nos economia de escala, redução de custos, ganhos operacionais e, no geral, a prestação de um serviço muito melhor. Espinho só foi o primeiro caso; há muitos outros municípios onde se devia fazer o mesmo.”

“É um dia histórico para os bombeiros portugueses pelo exemplo dado pelos bombeiros espinhenses”, enfatizou Pinto Moreira, recordando o antigo ministro

da Administração Interna, Miguel Macedo, “que desde a primeira hora se empenhou e ajudou a concluir este longo e complexo processo.”

Entretanto, o autarca registou igualmente os contributos das direções e dos comandos (sem esquecer Albertino Ventura) das direções (não descurando também Aires Poças) das duas associações humanitárias, “desde a primeira reunião que tivemos” e que agora re-

sultou na formalização do novo Comando sob a égide dos Bombeiros Voluntários do Concelho de Espinho.

Várias entidades discursaram na cerimónia apresentada por Gomes da Costa (comandante do Quadro de Honra dos Bombeiros Voluntários de Espinho), presenciada por bombeiros (atuais e antigos), cidadãos espinhenses de vários quadrantes e o vereador da Proteção Civil, Quirino de Jesus.

Acréscimo registar que os

Bombeiros Voluntários do Concelho de Espinho já estão em pleno funcionamento desde o primeiro dia de dezembro, com 142 operacionais e 31 viaturas.

Face à disponibilidade de espaço, a distribuição de bombeiros e máquinas/equipamentos continuará a processar-se nos quartéis das corporações extintas, passando a designar-se como companhias Alfa e Bravo.

Lúcio Alberto

Barbearia Silva
Cabeleireiro de Homens

ADMITE

Cabeleireiro ou Cabeleireira
com experiência

Contatar: Rua 19, n.º 343 – Tlf: 227340634

OCEANO AZUL - Viagens e Turismo

RNATV2643

Viagem a Fátima * Dia 08/12/2015
10 euros por pessoa

Compras de Natal * Dia 13/12/2015
Viagem a VALENÇA DO MINHO, TUY e VIGO
12,50 euros por pessoa

227 326 153 / 915 299 391 – 15 anos ao seu serviço

Salvé 03/12/2015

Margarida Dias dos Santos



Hoje é o dia do teu
90.º aniversário.
Nesta data tão especial
teus filhos,
netos, bisnetos
e demais
família, vêm
desejar-te
muitas
felicidades.
Beijinhos
e parabéns



DOMUSGEST
Administração de Condomínios - Desde 1996

Confie na nossa experiência
www.domusgest.net

Consulte-nos

Rua 21, 755, 1.º Dto. (junto às Finanças) – 4500-204 Espinho
Telf./Fax: 227320866 - Tlm. 964875154 - geral@domusgest.net

A melhor relação
QUALIDADE / PREÇO



seleccionamos
e torramos
na nossa fábrica as
melhores qualidades
aos melhores preços

Casa Alves Ribeiro Rua 19, 294 - ESPINHO



Fotos CARLOS SALVADOR



Moda nas ruas da "Cidade Encantada"

Chegada do Pai Natal "antecipada" para domingo

Integrada no programa de Natal "Espinho Cidade Encantada", realizou-se no do-

mingo, nas ruas 19 e 23, um desfile de moda com a participação de 22 lojas que pro-

duzem os seus próprios modelos. Milhares de pessoas encheram as principais artérias do comércio de Espinho. A iniciativa da Câmara Municipal e da Associação Empresarial Espinho Viver contou também com uma mostra de penteados e maquiagem nas ruas 19 e 23.

O evento anual que "tem vindo a suscitar maior interesse e adesão dos agentes económicos locais e do público", foi ainda valorizado pela participação especial da Associação ÉVida e dos grupos de dança MTV Dance e Royal Crew.

Entretanto, no domingo, às 15 horas, irá ocorrer um dos principais atrativos do programa "Espinho Cidade Encantada" com a chegada do Pai Natal ao centro urbano de Espinho.

"Montras de Encanto"

A ViverEspinho - Associação Empresarial de Espinho (VE-AEE) vai realizar o concurso de Montras de Natal - Montras de Encanto, uma iniciativa que visa "enriquecer o Comércio em Espinho, acrescentando-lhe brilho e valor" e, por isso, com inscrição gratuita.

O concurso pretende "levar as pessoas a entrar numa Loja, ganhando, assim, mais destaque a importância de montras apelativas ao consumo e de qualificação da área comercial de Espinho por excelência".

Folclore, petiscos e castanhas assadas

Evento do Rancho Folclórico Nossa Senhora dos Altos Céus na antiga Escola de Esmojães

Em colaboração com a Associação de Pais e Encarregados de Educação da Escola Básica de Anta, o Rancho Folclórico Nossa Senhora dos Altos Céus comemorou o S. Martinho no último sábado de novembro, com a degustação de petiscos e castanhas assadas na antiga Escola Primária de Esmojães.

Foi apresentado um espetáculo que teve como abertura a "nova" Orquestra Típica e Coral dos Altos Céus, seguindo-se a exibição do Ran-

cho Folclórico Nossa Senhora dos Altos Céus e o Rancho Folclórico da Casa do Povo de Santa Cruz do Bispo a finalizar o programa.

Atendendo ao enorme número de pessoas presentes, mesmo sendo uma noite fria, a iniciativa foi um enorme sucesso.

Esta foi a primeira iniciativa a ser apresentada à população após a atribuição da desativada Escola Primária de Esmojães para sede e espaço de atividades



Foto VÍTOR LANCHÁ

do Rancho Folclórico Nossa Senhora dos Altos Céus, "mas com a comunidade escolar já é um trabalho que vem a ser desenvolvido desde o início do ano letivo", tendo já sido realizados dois eventos, a desfolhada (integrado no trabalho "O Ciclo do Pão") e o magusto (escolar). "Aproveitamos desde já por agradecer o apoio e colaboração da coordenadora da Escola Básica de Anta, professora Emília Sá, ficando a promessa de ou-

tras realizações ao longo de 2016"

Além da comunidade escolar, "as iniciativas com a comunidade em geral já são uma realidade." Assim, no Rancho Folclórico Nossa Senhora dos Altos Céus já foi reativada a Orquestra Típica, inativa há muitos anos, sob a orientação da maestra Susana Vieira; com aulas de música (inicialmente instrumentos de guitarra clássica e cavaquinho) com o professor Miguel Fontoura e aulas de

ginástica e dança com orientação de Telma Gomes.

"A Direção do Rancho Folclórico Nossa Senhora dos Altos Céus agradece a presença de todos os que se juntaram a esta iniciativa de sábado à noite, particularmente ao presidente e ao vice-presidente da Câmara Municipal de Espinho, Pinto Moreira e Vicente Pinto, e aos presidentes da Junta e da Assembleia da União das Freguesias de Anta e Guetim, Nuno Almeida e Guilher-

mino Pedro, agradecimento estendido aos restantes membros dos executivos presentes. À Associação de Pais e Encarregados de Educação da Escola Básica de Anta, parceira desta iniciativa, e aos elementos do Rancho Folclórico Nossa Senhora dos Altos Céus e do Rancho Folclórico da Casa do Povo de Santa Cruz do Bispo, um agradecimento especial pois foram eles que tornaram tudo possível, um muito obrigado a todos!"

Manuela Aguiar
Em três palavras



Ensino - a solução sueca

1 - A minha primeira visita à Suécia aconteceu há mais de 40 anos. Ia frequentar um curso de verão, não sobre a língua, que é difícil e não se aprende em duas semanas, mas sobre a realidade do país. Destinava-se a um público francófono, com um título bem adequado ao que todos procurávamos e recebemos em abundância: *Connaissance de Suède*. Foi organizado pela Universidade de Uppsala e pelo Instituto de Informação (não de propaganda, mas de informação mesmo). E abrangeu os aspetos mais diversos, desde a história à economia, à religião, à vida política e sindical, à emigração, ao planeamento urbano, à fiscalidade, ao cinema e televisão, ao sistema de ensino...

Quando parti já era social-democrata "à sueca", e, só por isso não posso dizer que fiz nessa agradável quinzena de um

verão ameno, ali e então, política e culturalmente falando, a minha "estrada de Damasco... Mas voltei à pátria, (ainda imersa em cinzenta ditadura), com mais certezas e sonhos de futuro, porque o paradigma de cidadania e justiça social funcionava em pleno, tornando aquela sociedade e aquele país próspero, ordeiro e praticante dos seus bons princípios, a vanguarda da Europa e do mundo...

2 - Um das grandes surpresas foi, depois de visitas a um estúdio de televisão, a uma paróquia (encabeçada por uma pastora luterana), a um sindicato, e muitas mais, a ida a uma escola: ambiente colorido, alegre, meninas e meninos tranquilos e uma professora que dialogou connosco, enquanto tivemos perguntas para lhe fazer - muitas! Começou por nos declarar que o sistema estava em constante avaliação, por pedagogos, psicólogos, pais, ministério, sempre com a finalidade de melhorar a qualidade do ensino e a adesão dos alunos - particularmente no caso de crianças imigrantes ou refugiadas. Ali, ninguém "chumbava!" Repetir o ano não era um castigo, mas um verdadeiro privilégio.

Foi preciso ela explicar melhor tão inovador conceito, porque naquele grupo, todo ele francófono, mas de múltiplas nacionalidades, da Roménia a Portugal, passando pela França e Alemanha, reinava a dúvida ou o ceticismo...

A argumentação foi sueca, simples, racional, e, para mim, decididamente convincente; se a professora é idónea e se os alunos têm normais capacidades de compreensão e expressão, o natural é aprenderem o que se lhes transmite. Se isso

não acontece, há que averiguar o porquê - ambiente em casa, ou na escola, ou doença ou anomalia de outra ordem. Reúnem-se especialistas, procuram-se as causas, dá-se a máxima atenção ao aluno E, se for necessário, a título de exceção, pode repetir o ano...

3 - Em Portugal, tudo o que parece preocupar os que se intitulam os grandes paladinos da "qualidade" são os exames!

Visto o problema na perspetiva em que, já em meados do século passado, a Suécia o equacionava, eu direi que o exame pode constatar um défice de qualidade, mas não o resolve. Não acrescenta nada que a avaliação contínua não resolva melhor.

Só pode pensar o contrário, quem desconfie, em primeira linha, não dos alunos, mas dos professores, da escola enquanto comunidade.

Falo não como especialista destas matérias - que não sou, muito menos a nível do ensino das primeiras letras, dos primeiros anos, pois me limitei, há muito tempo, à atividade docente em duas universidades públicas e numa privada - mas como cidadã, uma antiga aluna feliz e realizada, tanto num colégio privado, como, depois, num liceu público. Gostava genuinamente de estudar e abominava exames, que via como uma espécie de jogos de sorte e azar (onde, por sinal tive esplêndidos resultados!). Fui uma muito boa aluna, e tive muito bons professores.

Razões de sobra para confiar na solução sueca...



Rancho Folclórico S. Tiago de Silvalde distingue Padre Manuel António

Anúncio no 37.^o aniversário de para "muito em breve" a atribuição de um espaço para a futura sede



O Rancho Folclórico S. Tiago de Silvalde festejou no sábado o 37.^o aniversário e, portanto, "mais um ano a contribuir para a preservação dos usos e costumes da nossa região." Foi deliberado pela Direção homenagear o Padre Manuel António, com o Diploma de Mérito e Honra, pela sua contribuição e dedicação. "Relembramos que o Salão Paroquial de Silvalde foi a nossa primeira sede, de 1978 a 1984, data em que se mudou para a atual, na Junta de Freguesia."

À tarde, na Igreja Paroquial de Silvalde, celebrou-se uma missa em memória a todos aqueles que contribuíram com o seu trabalho e disponibilidade para a coletividade.

De seguida, a romagem ao cemitério para colocação de uma coroa de flores no "Memorial" aí existente para uma sentida homenagem aos

elementos e sócios já falecidos.

À noite, no restaurante do Centro Luso Venezolano, em Nogueira da Regedoura, decorreu o jantar de aniversário, que contou com a participação de aproximadamente uma centena de pessoas, proporcionando-se convívio, animação e homenagens. Este ano, foram homenageados Pedro André Santos e Rosa Maria Monteiro, pelos 25 anos de trabalho e dedicação.

Associaram-se a estas comemorações o vice-presidente da Câmara Municipal de Espinho, Vicente Pinto, e o presidente da Junta de Freguesia de Silvalde, Marco Gastão. Ambos elogiaram o trabalho desta instituição de carácter cultural e informaram que estará para muito em breve a atribuição de um espaço para a futura sede do Rancho de Silvalde.

Fotógrafo VÍTOR LANCHÁ

RECORDE SEU PASSADO

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

Contatos: 918 735 306 * 962 788 407

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

Café Snack-bar MEDIADOR JOGOS SANTA CASA
EUROMILHÕES, RASPADINHAS, LOTARIAS
TOTOLOTO, TOTOBOLA, PLACARD

Harmonia Caffè
It's a kind of magic...

AGENTE PayShop
PAGAMENTO DE FATURAS, PORTAGENS, RENDAS SOCIAIS, CARREGAMENTO TELEMÓVEIS
PAYSAFECARD, PAG. AD ESTADO, ETC. Rua da Igreja, 1100 ANTA - ESPINHO

Fisco força contribuintes a rever faturas

Os contribuintes que já validaram as suas faturas no sistema e-factura vão ter que as rever e revalidar novamente. Isto por causa da alteração nos códigos de Classificação de Atividade Económica de algumas empresas.

Várias entidades tiveram que alterar os respetivos códigos de Classificação de Atividade Económica, de modo as que as respetivas

faturas sejam passíveis de dedução no IRS.

Esta alteração pode obrigar os contribuintes com faturas passadas por estas empresas com novos códigos de Classificação de Atividade Económica a rever e, se for o caso, revalidar essas faturas no portal das Finanças, sob pena de não aproveitarem na íntegra os benefícios fiscais que possam estar associados.

PowerPoint nas "quintas tecnológicas" para maiores de 25 anos

Decorrem as inscrições para mais uma sessão (gratuita) das "quintas tecnológicas", agora com o tema PowerPoint, a realizar às 10 horas do próximo dia 10, na Biblioteca Municipal José Marmelo e Silva.

O projeto destina-se a adultos com mais de 25 anos, tendo como objetivos potenciar a igualdade

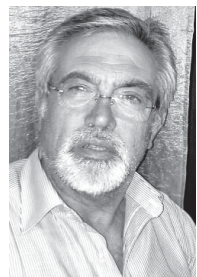
de acesso a todos os habitantes do concelho aos serviços virtuais disponibilizados à população; contribuir para a aprendizagem ao longo da vida dos habitantes do concelho; melhorar a qualidade de vida dos intervenientes e desenvolver as capacidades em utilizar ferramentas de informática.

Quando acabarem os amigos acaba o mundo

A realidade é esta! A sociedade em que vivemos é composta por pessoas que conhecemos, convivemos diariamente e a quem nos vamos afeiçoando, criando laços de amizade. Temos amigos de toda a espécie: amigos de conveniência, amigos de momento e os verdadeiros amigos. Os primeiros são aqueles que nada pretendem, mas por oportunismo têm que fazer o frete e dizer que sim, fazer de conta, ser seguidista. Sabem que está mal, que está errado, mas têm que estar de acordo. Senão não têm lugar. Não se olha a meios para atingir os fins, a ânsia é tão grande e de tal ordem que não conseguem ver à sua volta o que se passa, nem o mal que causam a nível pessoal e psicológico. E o que interessa é o seu bem-estar. Lá diz o velho ditado, não há pior cego do que aquele que não quer ver.

Os amigos de momento são aqueles amigos que dizem que "está tudo bem, tu até tens razão e tem que ser assim", mas viram costas. Afinal, "se quiseres luta ou trabalha sozinho, porque és tu que tens os benefícios, os proveitos." Estes são aqueles que se aproveitam da bondade do amigo para conseguir os seus objetivos, porque a cobardia é testar o poder na fraqueza do outro.

A amizade tende a vir a degradar-se por motivos de falta de carácter, de honestidade, de palavra e de honra. Antigamente havia uma entreatada muito grande. Faziam-se transações dando



OPINIÃO

DISCURSO DIRETO

Manuel Vieira da Rocha

a palavra. Aas famílias reuniam, havia mais convívio e mais alegria. Agora é uma correria tal que nem tempo há para nós próprios. As pessoas maltratam-se, amuam, zangam-se. E já não há respeito pelas crianças, pelos jovens pelos mais idosos. As pessoas são atacadas, humilhadas e por muito que lutem não conseguem livrar-se das garras do poder que algumas pessoas ainda têm para atacar ao virar da esquina. Há aqueles que minam o sistema e "quem não for por mim é contra mim"... Fazem o bem e recebem como paga a ingratidão e o desprezo. Mas quem caminha descalço não deve semear espinhos, porque um dia pode-se picar...

E, por fim, os verdadeiros amigos, aqueles que se for preciso defender um amigo, não negam a sua ajuda e estão sempre na linha da frente em abono daqueles que necessitam do seu apoio. Dizem bem quando têm que dizer bem e dizem mal quando têm que dizer ma. São



Ruas de Paramos asfaltadas

Vale do Vouga, dos Loureiros e da Fresca

Manuel Dias e Pinto Moreira avaliam obras de requalificação em artérias da freguesia paramense

Na tarde de quinta-feira, em Paramos, Pinto Moreira percorreu e observou os trabalhos de requalificação de três ruas: Vale do Vouga, dos Loureiros e da Fresca.

As três artérias foram repavimentadas com asfalto numa área de 4 mil cento e dezasseis metros quadrados.

O investimento total foi de 37 mil euros, sendo 30 mil euros a verba transferida da Câmara Municipal para a Junta de Freguesia de Paramos no âmbito dos contratos inter-administrativos celebrados entre as duas autarquias.

Os presidentes da Câmara

Municipal de Espinho e da Junta de Paramos, Manuel Dias, visitaram o trabalho já realizado no âmbito da empreitada que beneficia as artérias estruturantes da freguesia, melhorando os acessos ao Lar de S. José - Centro Social de Paramos, Centro Escolar e Rancho de Paramos,

para além de residências particulares.

"Estas obras eram reclamadas há muito pela população e instituições locais e foram agora realizadas com o apoio da Câmara Municipal de Espinho e da Junta de Freguesia de Paramos."

Eliminado mais um ninho de vespas asiáticas

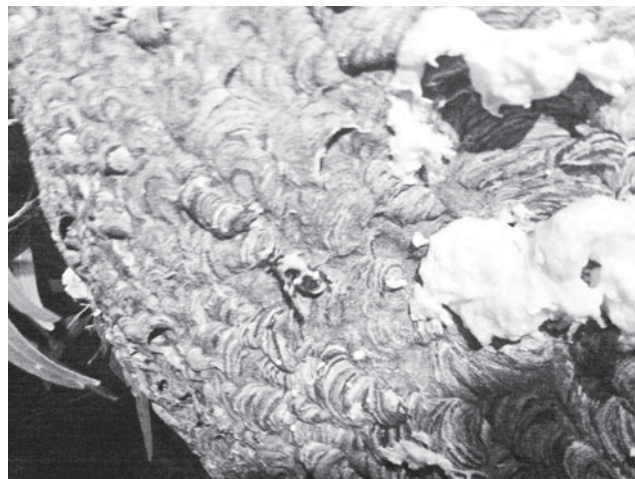
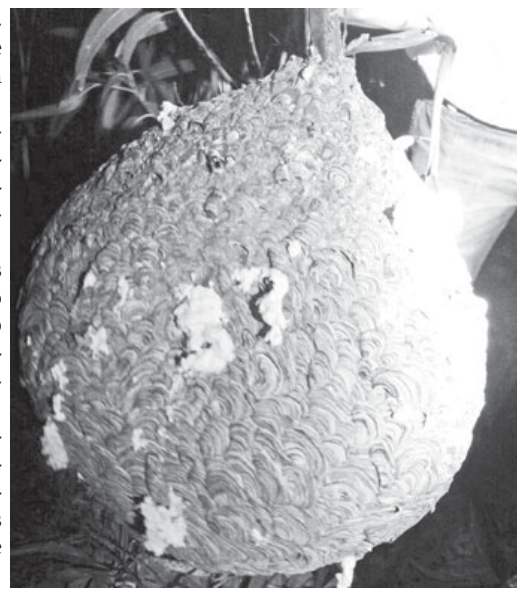
Parecia uma obra de arte da Natureza...

Se não fossem da espécie asiática, este ninho de vespas seria uma obra de arte (com aspeto de talha dourada) da Natureza!

As imagens foram captadas pelos Serviços de Proteção Civil da Câmara Municipal de Espinho quando procediam à eliminação deste ninho de vespas asiáticas, junto à fábrica da Eurospuma, em Guetim.

Já foram eliminadas dezenas de ninhos de vespas asiáticas em vários pontos do concelho, através dos Serviços de Proteção Civil Municipal. "Este trabalho do Município na destruição desta praga tem-se revelado eficaz."

O trabalho de monitorização, acompanhamento e destruição de ninhos de vespas asiáticas tem sido coordenado pela técnica municipal Sueli Canelas, dos Serviços de Proteção Civil da Câmara Municipal de Espinho.



Na destruição dos ninhos de vespas asiáticas, a Proteção Civil conta com a colaboração de alguns apicultores que se voluntariaram "para resolver um problema que é de todos"; em caso de avistamento de algum ninho, deve-se informar os serviços de Proteção Civil na Câmara Municipal de Espinho ou as juntas de freguesia

Fundos comunitários - JSD de Espinho promove formação

Com o ex-secretário de Estado do Desenvolvimento Regional, Manuel Castro Almeida



No sábado, a JSD de Espinho organizou uma ação de formação dedicada aos Fundos Europeus de Investimento que mobilizou dezenas de jovens ao salão nobre da Junta de Freguesia de Espinho. A sessão teve início com uma primeira comunicação, de enquadramento político, da autoria do ex-secretário de Estado do Desenvolvimento Regional, Manuel Castro Almeida, que assumiu a implementação do novo quadro comunitário - Portugal 2020 - na última legislatura.

Os jovens sociais-democratas tiveram, de seguida, a possibilidade de entender os principais mecanismos de apresentação das candidaturas aos fundos comunitários com os convidados José Carlos Gomes, coordenador do Norte 2020, e Vicente Pinto, vice-presidente da Câmara Municipal de Espinho com o pelouro financeiro. Numa apresentação moderada pelo presidente da JSD local, Bernardo Lacerda, o primeiro orador explicou todo o processo formal de candidatura,

bem como os meios inerentes ao seu desenvolvimento. Já Vicente Pinto deu conta das diligências que a autarquia tem desenvolvido no sentido de captar o maior número de verbas comunitárias possível, assegurando que esse esforço está a ser recompensado e está a posicionar, com frequência, a cidade de Espinho à frente de outras localidades mais populosas.

No final da sessão, Bernarda Lacerda congratulou-se pelo sucesso da iniciativa e antecipou mais projetos na

área da formação. "Foi um grande privilégio para todos os que aqui estiveram presentes, porque foi possível aprendermos diretamente com quem liderou as negociações do novo quadro de apoio."

As ações formativas estão a dar o primeiro passo na JSD, mas é intenção nossa organizar este tipo de atividades com mais frequência, em áreas que sejam relevantes para os nossos militantes", sublinhou o líder da JSD de Espinho.

Boas notícias

Em Espinho, nem tudo parece estar perdido. Nos últimos dias surgiram duas boas notícias. Uma delas é a reflexão genérica sobre o concelho por parte de Miguel Reis e a aprovação em Câmara Municipal do projeto de requalificação da Lagoa de Paramos.

Miguel Reis, com a responsabilidade da Comissão Concelhia do PS, aponta alguma reflexão acerca do planeamento urbano e projeção socioeconómica para o concelho. Uma das ideias apresentadas é a da localização da zona industrial de Silvalde. Parece ser consensual que aquela zona industrial é um constrangimento à expansão da área de habitação. Outra ideia é o potenciar o conjunto de equipamentos a sul do concelho não podem deixar de ser referidos como de enorme importância também para a imagem da marca Espinho, como seja o golfe, o centro hípico e o aeroclube que Miguel Reis não refere, mas que espero esteja nas suas preocupações. O terceiro aspeto que reputo da maior importância é a referência à necessidade de nichos de empresas e centros de inovação tecnológica. Ainda bem que Miguel Reis o refere. Este aspecto da economia do conhecimento tem sido sistematicamente ignorado pelos vários autarcas que têm calhado nas rifas de Espinho, infelizmente. Esperamos então que novas vontades venham a concretizar ideias que devam ser já antigas e afirmadas. Veremos.

Paralelamente, e a bem do ambiente, foi aprovada por unanimidade em executivo municipal a requalificação e valorização da lagoa de Paramos. É bem que se olhe de maneira mais respeitosa para aquele biótopo. Não conheço o projecto, e por essa razão apenas me posso pronunciar por aquilo que os autores fizeram chegar à comunicação social. E pelo que li, há coisas que logo à partida aparecem como positivas, outras duvidosas e há ainda infelizmente as negativas. Começando



OPINIÃO

DISCURSO DIRETO

António Regedor

pelo que me parece positivo, refiro os passadiços e zonas de lazer e observação de aves. São instrumentos de ordenação e contenção do pisoteio dunar quando intenso. Deixam dúvidas óbvias a requalificação das margens e do cais flutuante. As margens de uma zona húmida são definidas pela vegetação tal como a conhecemos em Paramos e tem a primordial importância de purificar a água. Quanto ao cais flutuante é um absurdo. Por várias razões que seria fastidioso enumerar, a navegação na lagoa é desaconselhável, ao contrário do que já aconteceu quando a foz da lagoa era mais a sul e protegida por uma restinga que hoje não existe. O parque de estacionamento, só se ficar afastado é que não tem impacto ambiental. O acesso às dunas e praia deve ser feito por passadiços e nunca colocando estacionamentos nas zonas dunares. Claramente errado é continuar a insistir no chamado dique fusível. Fica por esclarecer a questão principal, que é a qualidade da água que chega à lagoa. A falta de saneamento e tratamento das águas residuais ao longo do percurso da linha de água que termina na lagoa é o principal problema. Não o resolver, inquina qualquer intervenção a jusante. E este é o principal receio do fracasso de mais esta intervenção.

Pena que tudo isto esteja a ser pensado avulso, sem o elemento estruturante que é o PDM (Plano Diretor Municipal) que inexplicavelmente continua e não existir e a colocar Espinho à margem do direito.

Posse dos órgãos sociais da FCAPE

A tomada de posse dos órgãos sociais da FCAPE - Federação Concelhia das Associações de Pais do Concelho de Espinho irá realizar-se pelas 21.30 horas de hoje, nas instalações da Junta de Freguesia de Espinho.

Rodrigo Pinto de Barros reeleito na Associação Portuguesa de Hotelaria, Restauração e Turismo

Rodrigo Pinto de Barros foi reconduzido como presidente da Associação Portuguesa de Hotelaria, Restauração e Turismo (APHORT) para um novo mandato de quatro anos (2015-2019).

Na cerimónia de tomada de posse, que se realizou no passado dia 23, Rodrigo Pinto Barros defendeu a importância do movimento associativo e a necessidade da APHORT estar na vanguarda deste movimento, proporcionando a todos os seus associados um conjunto de instrumentos e de alternativas capazes de potenciar a participação ativa e unida dos empresários do setor em torno de projetos e iniciativas de interesse comum.

Um dos grandes sinais desta vitalidade associativa da APHORT materializa-se na composição do novo Conselho Geral, um órgão social onde mais de metade dos membros que o integram irão exercer funções pela primeira vez e onde a média de idades ronda os 47 anos, um indicador bastante jovem para o movimento associativo, revelador da elevada capacidade de renovação demonstrada pela Associação. Formado por 100 empresários

representativos das várias áreas que compõem o setor do turismo (desde estabelecimentos hoteleiros, de cadeia e independentes; turismo de habitação e turismo rural; parques de campismo; hostels e apartamentos turísticos; restaurantes; restauração rápida; restauração coletiva; catering; pastelarias; cafés e bares com animação cultural), o Conselho Geral da APHORT apresenta um elevado grau de representatividade, não apenas no que diz respeito à diversidade empresarial, mas também ao nível da diversidade regional dos estabelecimentos representados e da diversidade cultural obtida através da inclusão de associados de diferentes nacionalidades e origens.

Todos estes fatores irão, na opinião de Rodrigo Pinto Barros, "contribuir para o enriquecimento do trabalho desenvolvido pela APHORT, através da integração e da partilha de múltiplas visões, experiências e opiniões, permitindo um elevado dinamismo e capacidade de resposta, duas valências fundamentais para a política de ação que tem vindo a ser conduzida por esta associação".



Registo fotográfico às 14h30 de segunda-feira. Lixo depositado numa papeleira na Rua 21 (no ângulo com a artéria 12) e o que resta... de uma papeleira (a uns passos) na mesma rua. Em suma, falta de civismo!



...com legenda!

Fotos LÚCIO ALBERTO

Sixties e New Dock's em cartaz solidário do Rotary para Cerciespinho e Sector Social da Paróquia de Espinho

Conforme o jornal *Defesa de Espinho* divulgou na transata edição, o Rotary de Espinho realizara um evento solidário para a Cerciespinho e o Sector

Social da Paróquia de Espinho, às 21h30 de sábado, no auditório da Junta de Freguesia de Espinho.

Os rotários espinhenses pretendem "angariar fundos para apoiar quem tanto necessita na cidade de Espinho".

Esta "reunião festiva" será abrilhantada com as atuações das bandas musicais New Dock's e Sixties.



Horta pedagógica na creche "O Portugal dos Pequeninos II"



Desta vez os mais novos semearam couve lombarda, brócolos e couve-flor.

A equipa pedagógica da creche espera com esta actividade alertar também as famílias para a importância de incutir nos seus filhos o consumo abundante de produtos hortícolas e frutícolas. E tendo sempre presente que este grupo é responsável pela prevenção de inúmeras doenças que já vão aparecendo cada vez mais cedo, como por exemplo, a obesidade infantil ou colesterol entre outras que se manifestam mais tarde.

A Creche "O Portugal dos Pequeninos II", da Associação São Francisco de Assis de Anta, deu seguimento ao projeto da sua horta pedagógica numa parcela de terreno adjacente ao seu parque infantil. A atividade teve como principal objetivo promover a

observação das várias fases do crescimento e desenvolvimento de uma planta, fomentando nas crianças das salas dos 24-36 meses, o prazer e a curiosidade pelas atividades ao ar livre e sensibilizando as mesmas para a verdadeira origem de alguns alimentos e plantas.

"Foi com satisfação que as educadoras acompanharam a alegria e a curiosidade constante que as crianças demonstraram sempre que tiveram oportunidade de entrar em contacto direto com aquilo que plantaram e semearam. A horta dos pequeninos foi um sucesso!"

"20 Intensus" - degustação

Adiamento de "Cantares ao Menino Jesus" na Junta de Espinho

"20 Intensus" (na Rua 20) irá realizar uma degustação de compotas, chá e licores artesanais no feriado de terça-feira (dia 8).

A degustação será entre as 15h30 e as 17h30.

O concerto de "Cantares ao Menino Jesus" previsto para as 21h30 de 5 de dezembro, no auditório da Junta de Freguesia de Espinho, foi adiado para janeiro (em data a designar).

O programa consta dos corais do Centro Convívio da Junta de Freguesia de Espinho, Grupo da Paróquia de Espinho, Rusga de S. Pedro de Espinho e Amigos da Música de Espinho.

Ousar crer

Enquanto a maior parte das crianças se entretinham em brincadeiras efusivas e tagarelavam em "alta voz", eu detinha-me a observar o interior daquele que me foi apresentado como o "Salão de Deus".

Como nos relembra o livro dedicado ao nosso Padre Manuel, o Salão Paroquial de Espinho foi inaugurado no mesmo dia em que se começou a usufruir das suas instalações. Estávamos em 1979.

Construção moderna para a época, esta casa nasceu paredes meias com a simplicidade dos valores que ali pretendem ser transmitidos. Uma sensação de tranquilidade e frescura é-nos sugerida pela predominância dos revestimentos em mármore, à entrada, e pelas paredes lisas, despojadas de ornamentação. Recolhimento e comunhão com o mundo divino, é o que se pretende.

União espiritual e fraternidade - valores de que não podemos alhear-nos, quando permanecemos naquele espaço. Até porque uma construção não está completa sem o calor humano daqueles que a preenchem. A primeira vez que lá entrei, foi-me apresentado um mundo novo e pessoas novas, destacando-se uma senhora muito simpática, que se apresentou como "Catequista Olga" e que, dali para a frente, se propôs orientar-nos naquele mundo que estávamos a descobrir. A Catequese ou "Doutrina", como dizia o meu avô, possibilitou-me experimentar uma atitude reflexiva, que comecei a cultivar.

Acredito que para a maior parte dos meus "camaradas" de brincadeira, naquela altura, não terá sido fácil adotar uma atitude de recolhimento, durante aquelas horas em que nos foi dado a conhecer a Palavra Divina e em que tivemos que "educar" o corpo, de modo a não realizar movimentos bruscos, não falar alto, ter contenção nas palavras e, o mais difícil de tudo, deixar

PRIMEIRO CATECISMO DA DOCTRINA CRISTÃ



OPINIÃO

APENAS REFLEXÕES

Jorge Madureira

as brincadeiras lá fora.

Não me esqueço daqueles quadros que, afixados nas paredes, funcionavam como suporte educativo - um rosto de criança a sugerir que fizéssemos o mínimo de ruído possível, com a tradicional expressão gestual a indicar "Silêncio!". Assim como também não me esqueço do momento em que recebi o meu primeiro catecismo, sendo para mim uma novidade, incitando-me a descobrir o mundo espiritual, de cuja

existência eu já suspeitava.

De vez em quando o Padre Manuel fazia-nos uma visita, partilhando connosco a sua sabedoria e entusiasmo. O seu sorriso franco e bondoso era um tesouro que guardarei para sempre. O apoio às sessões era o melhor possível, naquela altura, com o velho projetor de slides "carrossel" a rodar sem canso, mostrando-nos imagens que ficariam para sempre gravadas na minha memória.

No final das sessões, ao sair, verificava-se sempre, como é natural, uma explosão de alegria por parte da rapaziada, que, tendo abandonado a sala, podia agora retomar as brincadeiras próprias da idade. Eu ficava para trás e, antes de abandonar aquele espaço, passava os olhos pelos diversos cartazes que anunciavam a presença de Cristo, realizados pelo punho daqueles cuja dedicação era colocada ao serviço de uma causa maior e que ali era (e é) exultada e glorificada.

Escola de Ballet Isabel Lourenço apoia creche da ASDVA com festa natalícia no Auditório do Casino

Conforme o jornal *Defesa de Espinho* noticiou na pretérita edição, a festa de Natal da Escola de Ballet Isabel Lourenço e de beneficência para a creche da Associação Social e Desenvolvimento da Vila de Anta (ASDVA)

será às 21h30 de sábado, no Auditório do Casino Espinho.

Os bilhetes para o evento festivo e solidário estão disponíveis na Escola de Ballet Isabel Lourenço (Rua 26), ou marcações mediante os telefones 227313209 e 919290050.

"Adormecer com as Letras"

Entre as 21 horas de sábado e as 10 horas de domingo, na Biblioteca Municipal José Marmelo e Silva, realizar-se-á a sétima edição de "Adormecer com as Letras".

"As crianças terão a oportunidade de passar uma noite única na Biblioteca e viver momentos divertidos e inesquecíveis na clareira dos livros! Oferta da ceia e do pequeno-almoço. Acolhimento e acompanhamento permanente por parte dos técnicos da Biblioteca Municipal."

Público-alvo: crianças dos 6 aos 10 anos (inscrição prévia).

“Fragmentos” (livro) de Castro Ferreira - Padrão

Foi agendado para as 21h30 desta sexta-feira, na Biblioteca Municipal José Marmelo e Silva, o lança-

mento do livro “Fragmentos” de Castro Ferreira - Padrão.

A apresentação estará a cargo da professora Maria de Fátima da Silva Brandão (Capitão).



José Viale Moutinho, com o crítico literário e poeta José Emílio-Nelson e Azevedo Brandão (antigo colega do Colégio S. Luís e presidente da Assembleia de Freguesia de Espinho).



Retrato de José Viale Moutinho, da autoria de Siza Vieira (2004)

Livro de contos “Águas Negras” de José Viale Moutinho e reencontro com os bons velhos tempos

A sala da Assembleia de Freguesia de Espinho encheu na noite de sexta-feira com interessados no livro “Águas Negras” de José Viale Moutinho e muitos seus amigos do antigo Colégio S. Luís onde as recordações e cumplicidades trouxeram à memória a juventude do escritor (e jornalista).

O livro “Águas Negras” é um conjunto de contos, a maioria dos quais de ambiência portuense, que abre uma nova etapa na obra de

José Viale Moutinho, iniciada em 1968 com a novela “Natureza Morta Iluminada”.

“Eu não fazia parte do elenco da peça, estava sentado na coxia da terceira fila, talvez perdido entre dois blues, mas ergui-me da poltrona e galguei os degraus para o proscénio. Chabela Vargas cantava nas minhas veias? O Manuel Freire era a voz da razão, soava Paul Robson no Old Man River. A sala ainda estava iluminada e situei-me logo ali.

Mostrei à vontade ao erguer uma perna e pousar a alparagata sobre a caixa do ponto, impedindo que ele iniciasse a leitura murmurada da comédia, a comédia que se encontrava em cartaz. E declarei aos que procuravam sentar-se nas poltronas correspondentes aos seus bilhetes, o meu nome e acrescentei que chegara, havia muito, de uma ilha perdida no Atlântico, e que eu nascera quando os canhões começavam a calar-se pela segunda vez em todo o mundo. Falei que estava agora a lançar raízes na ilha, a Ilha do Ogre, mas arrepiei caminho. Um gracioso, num dos camarotes, perguntou em falso se eu queria dizer que nascera na Madeira em meados de 1945. Aplaudiram-no, mas a mim apetecia-me, como sempre, dizer as coisas de modo mais sinuoso, acrescentando ser filho de um homem do Douro, extraordinário efabulador, desinteressado das vinhas e dos olivais da família, dele e de uma inglesa, que levara como dote, uns brincos de sua mãe e memórias de uma riqueza palaciana, carregada de preconceitos, inclusive de classe.”

O debate intramuros da Junta de Espinho foi muito interessante, tendo o editor (Lápis de Memórias) Adeline Castro lido a biografia do autor, seguido de uma intervenção do poeta e crítico literário José Emílio-Nelson.

Concerto da Banda de Música da Cidade de Espinho com o maestro Denis Laile

O Concerto de Natal e de Encerramento do VIII Estágio da Banda de Música da Cidade de Espinho irá realizar-se no feriado de terça-feira, às 17 horas, no Centro Multimeios.

A oitava edição contará com a direção artística do maestro convidado Denis Laile (Alemanha) e do solista em clarinete Hélder Tavares, também maestro titular da Banda de Música da Cidade de Espinho.

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

PIMPOLHO □ DESENHO E TEXTO DE: © José Sarmento • 1029

Os lunáticos são os principais candidatos para a conquista de Marte pela NASA... ... já têm experiência espacial... ... andam sempre no mundo da Lua!!!...

O mundo em Espinho As mais recentes produções de cinema imersivo no Planetário do Multimeios

A sessão de abertura da terceira edição do IFF - Immersive Film Festival (Festival de Cinema Imersivo) que terá lugar no Planetário do Centro Multimeio, pelas 21 horas da primeira sexta-feira de dezembro

ículo privilegiado para a arte e o entretenimento, mas sobretudo para a ciência e a cultura científica.

No Festival de Cinema Imersivo de 2015 ter-se-á “a oportunidade única” de assistir “às mais recentes, variadas e prestigiadas produções” de cinema imersivo internacionais. Serão apresentadas produções de di-

versos países, tais como Holanda, Suécia, Japão, Reino Unido, EUA, Espanha, Itália, França, Alemanha, Canadá, Austrália, entre outros.

Os filmes serão exibidos na versão em inglês, sem legendagem, dado o seu inovador método de projeção e de forma a proporcionar ao espectador uma maior sensação de imersão.

O Festival de Cinema Imersivo é um evento único no nosso país, não só por se realizar num planetário, mas também devido ao seu elevado avanço tecnológico, que graças à sua projeção imersiva a 360°, rodeia o espectador em imagem e som, permitindo envolver-se na ação de uma forma absolutamente imersiva. Eis uma grande celebração do cinema, da ciência e do espetáculo!

(Defesa da) SAÚDE**A imunização na idade adulta deve ser uma prioridade**

A imunização contra a pneumonia na idade adulta é uma das preocupações da Sociedade Portuguesa de Pneumologia, que apela à vacinação antipneumocócica numa faixa etária em que a doença pneumocócica se manifesta, sobretudo, sob a forma de pneumonia, uma das

principais causas de morte preveníveis através de vacinação. Em Portugal, mata uma média de 23 pessoas por dia, só nos hospitais públicos. A maioria pode ser evitada.

“A vacinação antipneumocócica é a melhor forma de prevenirmos uma pneu-

monia”, dá nota Carlos Robalo Cordeiro, médico pneumologista e presidente da Sociedade Portuguesa de Pneumologia. “As crianças pequenas e os adultos a partir dos 65 anos estão entre os mais vulneráveis, bem como pessoas com mais de 50 anos que tenham co-morbidades como diabetes, asma, doença pulmonar obstrutiva crónica e doença cardíaca. Pessoas cuja imunidade está comprometida também devem vacinar-se.”

Para além da pneumonia, a vacinação antipneumocócica previne formas graves da infeção por pneumococos como a meningite e

a septicémia, e outras menos graves como a otite média aguda e a sinusite. O pneumococo é o responsável por, aproximadamente, 1.6 milhões de mortes por ano em todo o mundo, sendo, por isso, uma das principais causas de morte preveníveis através de vacinação.

Apesar da pneumonia não ser sazonal, é na época de incidência da gripe que se regista o maior número de casos. Estima-se que a interação entre o vírus da gripe e o principal agente causador de pneumonias (pneumococo) aumente o risco de pneumonia cerca de 100 vezes.

Unidade Familiar de Saúde de Anta com problemas nos contactos telefónicos - utentes queixam-se

Os utentes da Unidade Familiar de Saúde de Anta queixam-se dos seus telefonemas não serem atendidos. Por exemplo, uma idosa antense reclamou na semana passada naquele posto de saúde e foi informada de que o sistema telefónico de receção de chamadas nem sempre atua em conformidade, alegadamente por anomalia técnica.

O contacto do telefone geral é o 227334060 (e o fax é o 227334069).

COGE tem nova especialista em cirurgia geral**Hérnias são a patologia mais comum**

Apostada constantemente numa política de crescimento e melhoria de serviços, a COGE - Clínica da Santa Casa de Espinho, reforçou a sua equipa clínica com uma mais uma médica especialista em cirurgia geral.

Raquel da Inez Correia é assistente hospitalar de Cirurgia Geral do Hospital de Santo António (Porto), sendo as suas especialidades as cirurgias parede abdominal, mama, tireoide, patologia das glândulas salivares, defeitos cervicais congénitos, parede torácica, dorsal, abdominal e lombar (incluindo hérnias da parede abdominal anterior), patologia do ânus, região perianal e sagrada.

Raquel Inez Correia destaca, em particular, a cirurgia oncológica da mama - uma das suas especialidades -, como sendo uma das que mais admira:

“Até há pouco tempo, as opções cirúrgicas no tratamento dos tumores da mama,



Raquel Inez Correia, médica especialista em cirurgia geral, valoriza Clínica da Santa Casa de Espinho

em particular dos tumores malignos da mama, eram a cirurgia conservadora da mama associada a radioterapia e a mastectomia, dependendo de fatores e indicações cirúrgicas bem definidas. A cirurgia oncológica passou a ser uma terceira opção que evita a mastectomia em doentes selecionados e melhora significativamente os resultados estéticos da cirurgia

conservadora” explica a médica.

“A cirurgia oncológica combina técnicas de cirurgia plástica com a cirurgia conservadora da mama convencional, de forma a conseguir um resultado estético melhor sem comprometer os princípios oncológicos”, explica Raquel Inez Correia. “É uma área muito abrangente que inclui a remodelação tecidual do próprio tecido mamário, a utilização de próteses ou tecidos nativos (retalhos musculocutâneos) para aumentar volume.”

De todas as cirurgias que a técnica pratica, as mais frequentes “são as hérnias da parede abdominal anterior primárias e incisionais, sendo a cirurgia mais comum a correção cirúrgica das mesmas, por via convencional ou por técnicas minimamente invasivas”, sendo esta uma patologia mais abrangente e comum.

**Margarete Gomes
Conversas com...**

“Conversas com...” pretende ser um ponto de encontro com especialistas das áreas de saúde nutrição, psicologia e desporto... Nos últimos anos temos assistido a um crescente número de pessoas que sofrem de patologias do aparelho músculo-esquelético. Esta semana o Dr. Rui Rocha vai elucidar-nos sobre a Ortopedia. O Dr. Rui Rocha é especialista em Ortopedia e Traumatologia na Clínica do Dragão - Estádio do Dragão, na Clínica Santa Casa da Misericórdia de Espinho (COGE) e no Centro Hospitalar de Vila Nova de Gaia/Espinho.

Ortopedia

- O que é a Ortopedia? Em que situações aconselha a sua intervenção?

“A Ortopedia é uma especialidade médico-cirúrgica dedicada ao tratamento de patologia do aparelho músculo-esquelético (ossos, articulações, músculos, tendões e ligamentos). De entre os variados tipos de patologias destacam-se aquelas traumáticas (fraturas, entorses, distensões e roturas), degenerativas, inflamatórias, deformidades e tumorais. O tratamento pode passar por tratamento conservador (fisioterapia, imobilização, descarga, medicação) ou cirúrgico. A intervenção da Ortopedia é fulcral em situações de deformidades músculo-esqueléticas (desde o hallux-valgus - joanete à escoliose da coluna vertebral); doenças degenerativas da coluna vertebral e articulações (artroses, discopatias, etc.); patologias traumáticas variadas e outras afeções do sistema músculo-esquelético.”

- Quais são as queixas mais frequentes dos doentes?

“A queixa mais frequente é a dor articular. Esta pode ser reportada a uma articulação ou à coluna vertebral. A segunda mais comum é uma qualquer deformidade que o doente quer corrigida. Outra queixa comum é a claudicação (dificuldades na marcha por falta de forças) por patologia da coluna vertebral e ainda outra a diminuição do arco de movimento de qualquer articulação e/ou

dos livros e trazer para casa apenas o essencial e/ou os sacos com rodas (que têm a desvantagem de terem de ser carregados nas escadarias).”

- A mais recente polémica diz respeito ao consumo do leite, em jovens e adultos, com especialistas em defesa do seu benefício para a saúde e outros a alertarem para as consequências nefastas do seu consumo. Afinal quem é que está certo? O leite na idade adulta é assim tão importante para os ossos?

“O leite é indubitavelmente um alimento riquíssimo e importante na fase de crescimento do nosso corpo. É certo que existem alguns artigos recentes que referem ter apenas importância o seu consumo até aos 35 anos e que a partir dessa altura não tem grande efeito no aporte de cálcio. Esta é uma matéria que não tem comprovação científica definitiva. Quanto ao seu consumo ser nefasto não vejo uma única razão para isso ser verdade a não ser nos casos óbvios de intolerância à lactose. O leite hidrata, ajuda a prevenir um sem número de doenças (diabetes, neoplasias, doenças gástricas, etc.), por isso deve ser consumido também na idade adulta.”

- Como término, pode indicar como prevenir as malformações dos ossos? Como ter ossos saudáveis?

“Prevenir malformações não é fácil, principalmente quando aparecem congenitamente. De qualquer modo, para ter um sistema músculo-esquelético saudável é necessário um estilo de vida saudável. Exercício físico regular mas não exagerado, boa alimentação, evitar excesso de peso corporal, bom descanso, atitudes posturais corretas, não carregar cargas pesadas e evitar situações de stress e/ou de risco para o nosso corpo. Nem sempre é fácil mas há que tentar.”



Sexagenário colhido por comboio no Bairro Piscatório

Foto MANUEL PROENÇA



Centro de Emprego encerrado por causa de uma carteira

O Centro de Emprego e Formação Profissional de Espinho, na Rua 15, esteve encerrado ao público durante algum tempo ao início da tarde de terça-feira, por alegado furto de uma carteira no seu interior.

Segundo testemunhas, alguém ter-se-á queixado que lhe furtaram a carteira. O Centro de Emprego e Forma-

ção Profissional foi, por isso, encerrado, enquanto se aguardava a presença da Polícia de Segurança Pública.

Entretanto, a carteira em questão, de acordo com testemunhas, acabou por aparecer, intacta, na casa de banho daquele Centro de Emprego que foi reaberto cerca das 15 horas.

Manuel Proença

Choque em cadeia na A44 provoca um morto e um ferido grave

Um choque em cadeia, na A44, no sentido Espinho-Porto, no sábado ao início da tarde de sábado, cerca das 14h20, provocou um morto e quatro feridos, um em estado grave. O acidente envolveu cinco viaturas provocou e ocorreu na A44, em Vilar do Paraíso, Gaia, provocando o corte no trânsito no sentido sul-norte.

O trânsito naquela via esteve totalmente interrompido até cerca das 16h30.

A vítima mortal foi um homem de 24 anos. No local estiveram três corporações de

bombeiros, com 13 viaturas e 35 homens, para além do Instituto Nacional de Emergência Médica e os feridos foram transportados ao Hospital de Gaia.

Supostamente, o acidente terá envolvido, inicialmente, duas viaturas ligeiras, numa pequena colisão, seguindo-se várias colisões, sendo a última de maior violência. O penúltimo automóvel, no qual circulava a vítima mortal e a com maior gravidade, terá sofrido os maiores danos.

Um homem de 69 anos, residente em Espinho, foi colhido por um comboio, na passagem-de-nível do Bairro Piscatório. O acidente ocorreu cerca das 6 horas da manhã de sexta-feira, na Linha do Norte, no sentido sul-norte. O homem foi colhido por um comboio de mercadorias.

A circulação de comboios esteve interrompida até às 7h05.

Detido por posse de um sabre

A PSP de Espinho deteve um homem, de 44 anos, por posse de um sabre, com 43 centímetros de lâmina.

Suspeitos de furto de veículo

A PSP de Espinho identificou dois jovens, um estudante de 16 anos, e um desempregado de 20, por suspeita de furto de veículo.

Apelo(s) na freguesia de Espinho - projetos SMACTE e (Re) Encaminhar o Futuro

Foto VÍTOR LANCHÁ



O ciclo de sessões de esclarecimento público

sobre os projetos

SMACTE e

(Re) Encaminhar o

Futuro, realizadas

nas freguesias do

concelho terminou

na sexta-feira,

na Junta de Espinho.

Foi exposta a importância de desenvolver um trabalho em parceria/rede e com respostas integradas, conforme referiu Paula Andrade, chefe da Divisão de Informação e Comunicação do SICAD, "o cidadão tem de ser visto de forma global e as ações

têm de ser feitas de forma integrada", tendo este sido reconhecido como um fator do sucesso dos projetos em questão.

Numa outra vertente, houve concordância com Sérgio R., educador de pares e representante da Associação CASO, que assegurou que a presença de um educador de pares "no terreno" beneficia e facilita o trabalho mediando a relação técnico/utente.

Rui Torres, presidente da Junta de Freguesia de Espinho, mencionou que "há uma mudança na mentalidade política", e no modelo de gestão política, afirmando também que atualmente governa-se "com as pessoas e com as entidades", reforçando ainda a importância do trabalho em rede.

Por seu turno, a vereadora da Ação Social reconheceu estes projetos

como imprescindíveis para o bem-estar e saúde pública da sociedade considerando que "este serviço cívico vai alterar comportamentos na sociedade, fundamentando ainda que quer em termos de formação pessoal, quer de saúde pública, as atividades são poucas."

Leonor Fonseca considera também que "a prevenção e a desmistificação de preconceitos devem ser feitas desde as escolas primárias e é um compromisso de todos!" Deixa, entretanto, o apelo à sociedade civil para "não desistir das pessoas", lembrando que "não há perfil típico para um sem-abrigo, para um toxicodependente, para um alcoólico..." E "há que desmistificar que estas pessoas não têm um horizonte como o nosso, podem não o ter neste momento, mas já o tiveram."

Convívio dos Ex-Combatentes do Ultramar da Vila de Silvalde

A Associação de Ex-Combatentes do Ultramar da Vila de Silvalde promove no próximo dia 13 um convívio natalício, no restaurante Barriga Cheia, em Águeda.

A saída está marcada para as 10 horas, junto à autarquia de Silvalde, e o regresso previsto para as 18 horas.

Informações (mais detalhadas) pelos telemóveis 914880740 e 914229524.

CLÍNICA MÉDICO

LEOPOLDINA SANTOS TAVARES
CRISTINA SANTOS TAVARES

MÉDICAS DENTISTAS

TERAPIA DA FALA - *Andreia Tavares*

Acordos: SAMS QUADROS - CGD - MULTICARE

Rua 23, n.º 773 - 1.º Esq. - 4500-277 ESPINHO • Telef. 227324121 • Tlm. 967742865



Clínica Dentária de Reabilitação Orofacial



- 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@clincaspacheco.com

f clínicas pacheco

Clínica Dentária de Espinho

Prof. Doutor Casimiro de Andrade

Rua 22 (Junto à Câmara)

Telef. 22 734 4909 / 96 804 2300 / 91 900 2700

MÉDICOS DENTISTAS

JORGE FERREIRA
BRUNO MORRIS

SAMS QUADROS
SAMS * CGD
ADVANCE CARE * MÉDIS

Edifício S. Pedro

Sala W

Rua 23, n.º 174

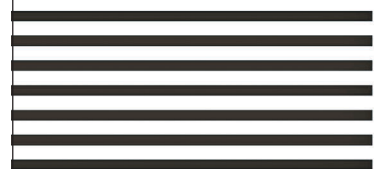
Telef. 22 734 86 93

Clínica Médico-Dentária Rosa Neves, Lda.

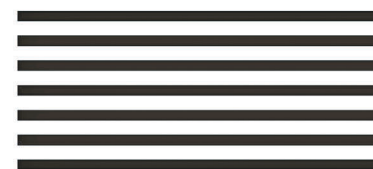
CHEQUE DENTISTA • IMPLANTOLOGIA
PRÓTESE FIXA/REMOVÍVEL • ORTODONTIA

Rua 29, n.º 696 (entre as ruas 26 e 24)

Marcações pelos telef.: 22 734 01 16 e 91 496 13 67



CASINO ESPINHO




TRIBUTO
ELVIS PRESLEY
DEZEMBRO 03, 04, 05, 07
JANTAR CONCERTO

TRIBUTO

FRANK SINATRA

10. 11. 12. DEZ

JANTAR CONCERTO




GRANDE CONCERTO DE

NATAL

★ ORQUESTRA CLÁSSICA DE ESPINHO ★

12 • DEZ • JANTAR • CONCERTO



euro baviere store



PROMOÇÕES DE NATAL
30 DE NOVEMBRO A 16 DE JANEIRO DE 2016
Horário especial : 24 e 31 de DEZEMBRO até às 13h00
26 de DEZEMBRO e 2 de JANEIRO encerrados



0,75€

Dodot
Toalhas bebé
60 Unid.

JA

é

NATAL

13,99€



Skip XXL
Detergente Líquido
102 Doses

12,99€



S by Shakira
Coffret

Visite-nos no Facebook



Use o seu Smartphone

Venda ao Público
Preços de Revenda
Zona Industrial de Silvalde
227323026
www.eurobaviera.com
Fabricante de Cirios

8,99€



CARTEIRA
Tira Colo

27 NOV'15 » 02 JAN'16

ESPINHO
CIDADE ENCANTADA
TRADIÇÃO DE NATAL... É NO COMÉRCIO LOCAL...

CHEGADA DO PAI NATAL
06 DEZ. | 15H00
Largo da Câmara | Ruas da Cidade

SHOWCOOKING
08 DEZ. | 15H00 » 18H30
Ruas da Cidade | Lojas

V FESTIVAL DE TUNAS
"NATALIS VIVERE SPINUS"
12 DEZ. | 21H30
Centro Multimeios

JARDIM ENCANTADO
18 a 23 DEZ.
Parque João de Deus
Programa em:
www.espinho.pt

ORGANIZAÇÃO: ESPINHO CÂMARA MUNICIPAL, viverespinho, SOIVERDE CANTAS, Vitalis
APOIOS: SOIVERDE CANTAS, Vitalis

AGENDA

3, 4 e 5 de dezembro

21 horas - Casino Espinho
Tributo Elvis Presley com o
Elvis Experience (espetáculo
com jantar)

3, 4, 7 e 8 de dezembro

9h30 às 18h30 e das 21 às 22
horas - Centro Multimeios
(galeria)

Exposição de ilustração e pre-
sépios de Alice Rocha

4 de dezembro

10 horas - Biblioteca Municipa-
l

"Magia das palavras e lidas
ilustradas" - leitura de um
conto, pela professora voluntá-
ria Cândida Ribeiro, segui-
do da respetiva ilustração,
pela ilustradora voluntária
Isabel Pelaez

Inscrições prévias para grupos
máximos de 25 crianças, com
idades compreendidas entre
os 3 e os 9 anos

21h30 - Auditório de Espinho
(Academia de Música)

Concerto da Orquestra de Jazz
da Escola Profissional de
Música de Espinho, sob a
direção de Daniel Dias e Pau-
lo Perfeito

21h30 - Biblioteca Municipal
Apresentação do livro "Frag-
mentos" de Castro Ferreira -
Padrão

23 horas - Planetário do Centro
Multimeios

"Noiserv no Espaço" - concer-
to inserido no Festival de Ci-
nema Imersivo

4 e 5 de dezembro

23 horas - Hotel Casino Cha-
ves (Solverde)
Andor Violeta em música ao
vivo no Bar Plaza (espetáculos
com entrada gratuita)

4, 5 e 6 de dezembro

Planetário do Centro Multi-
meios
Festival de Cinema Imersivo
(em 2D e 3D)

5 de dezembro

21h30 - Auditório do Casino
Festa de Natal da Escola de
Ballet Isabel Lourenço e de
beneficência para a creche da
Associação Social e Desenvol-
vimento da Vila de Anta

21h30 - Auditório da Junta de
Freguesia de Espinho

Concerto dos New Dock's e
Sixties em evento festivo e
solidário do Rotary de Espi-
nho para com a Cerciespinho
e o Sector Social da Paróquia
de Espinho

5 e 6 de dezembro

14 às 19 horas e das 21 às 22
horas - Centro Multimeios
(galeria)
Exposição de ilustração e pre-
sépios de Alice Rocha

5, 6 e 9 de dezembro

16h30 e 21h30 - Cinema do
Multimeios
16h30 e 21h30 - Cinema do
Multimeios

"007: Spectre", de Sam Mendes
e com Daniel Craig (pela qua-
rta vez no papel de James
Bond), Christoph Waltz, Lea
Seydoux, Andrew Scott, Nao-
mie Harris, Ben Whishaw,
Dave Batista, Monica Bellucci
e Ralph Fiennes

8 de dezembro

17 horas - Centro Multimeios
(auditório)

Concerto de Natal e de Encer-
ramento do VIII Estágio da
Banda de Música da Cidade
de Espinho

10 de dezembro

10 horas - Biblioteca Municipa-
l
"Quintas tecnológicas" - tema
PowerPoint - sessão gratuita
para a adultos com mais de
25 anos (inscrição prévia)

21h30 - Igreja de Silvalde
Atuação do Orfeão de Espinho
no ciclo das semanas do Ad-
vento no concelho

10, 11 e 12 de dezembro

21 horas - Casino Espinho
Tributo a Frank Sinatra (espe-
táculo com jantar)

10 de dezembro a 6 de janeiro

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
Centro Multimeios (foyer)
Exposição de presépios de Ali-
ce Rocha

11, 12, 18 e 19 de dezembro

23 horas - Hotel Casino Cha-
ves (Solverde)
Tête-à-tête - vocalista Joana
Manarte e pianista João
Mascarenhas - em música ao
vivo no Bar Plaza (espetáculos
com entrada gratuita)

12 de dezembro

16h30 às 23h30 - Salão Para-
quial de Guetim
Feirinha de artesanato - Co-
missão de Festas de Santo
Estêvão e Nossa Senhora da
Guia

21 horas - Casino Espinho
Concerto de Natal com a Or-
questra Clássica de Espinho
(e jantar)

21h30 - Centro Multimeios
Festival de Tunas - Natalis Vi-
vere Spinus - "Espinho Cida-
de Encantada"

21 horas - Hotel Casino Cha-
ves (Solverde)
Concerto de Natal com a Or-
questra de Sopros da Acade-
mia de Artes de Chaves
(espetáculo com jantar)

13 de dezembro

10 horas às 19h30 - Salão Para-
quial de Guetim
Feirinha de artesanato - Co-
missão de Festas de Santo
Estêvão e Nossa Senhora da
Guia

15 horas - salão da sede dos
Leões Bairristas
Festa de Natal da Comissão de
Festas de Nossa Senhora do
Mar (Silvalde)

16 de dezembro

21h30 - Igreja de Espinho
Atuação do Orfeão de Espinho
no ciclo das semanas do Ad-
vento no concelho

17, 18 e 19 de dezembro
21 horas - Casino Espinho
Salsa Latina (espetáculo com
jantar)

19 de dezembro

21h30 - Centro Multimeios (au-
ditório)
"Fantasia do Mundo da Dis-
ney" em espetáculo de Natal
da Giselle - Academia de
Dança

21h30 - Auditório de Espinho
(Academia de Música)
Concerto da Orquestra Clássica
de Espinho com programa

Orfeão de Espinho na Igreja de Paramos



Foto VÍTOR LANCHIA

especialmente alusivo à épo-
ca natalícia

20 de dezembro

16 horas - Centro Multimeios
(auditório)
"Fantasia do Mundo da Dis-
ney" em espetáculo de Natal
da Giselle - Academia de
Dança

25 e 26 de dezembro

23 horas - Hotel Casino Cha-
ves (Solverde)
Royal Band Trio em música ao
vivo no Bar Plaza (espetáculos
com entrada gratuita)

26 de dezembro

17h30 - Centro Multimeios (au-
ditório)
Concerto de Natal da Banda
Musical S. Tiago de Silvalde

21 horas - Casino Espinho
CC & Liaça (espetáculo com
jantar)

28 de novembro

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

31 de dezembro

21 horas - Casino Espinho
Réveillon com tributo a Rat
Pack e Chattanooga Big Band
(espetáculo com jantar)

21 horas - Hotel Casino Cha-
ves (Solverde)
Réveillon com The Acoustic
Foundation (e jantar)

Até 2 de janeiro de 2016

Exposição "sulla terra feconda
di parole" do pintor italiano
Alberto Galliani
Museu Municipal (FACE) -
Galerias Amadeo de Souza-
Cardoso
10-19 horas de segunda a sex-
ta-feira e 11 horas-13h30 e
14h30-19 horas ao sábado

Esmeralda Laranjeira Temas e poemas



O (centenário) Orfeão de Espinho

Hoje vou falar do Orfeão de Espinho
pode dizer-se que já é velhinho,
pois, cem anos de vida já tem...
mas não deixa ficar mal ninguém...

O seu nome original e grupo coral era
Clube Alegre Mocidade de Espinho
fundado em 1911, sob a regência
do maestro Fausto Neves.

Em 1914 nasce aqui em Espinho, Mirita Casimiro
que viria a ser grande atriz e madrinha do Orfeão.

O antigo Orfeão era constituído
por três grupos:
o coral, o cénico e o rancho...

Sob a regência do saudoso maestro
Fausto Neves e do poeta letrista
Carlos de Moraes
muitos espetáculos fizeram,
no antigo Teatro Aliança
e no antigo Casino de Espinho.

Nos anos 30, Fausto Neves publicou
o álbum "Canções da Beira-mar":
"Viva d'Espinho", "Desgarrada Vareira"
"A Beira-mar", "Barcos em terra"
e a tão conhecida "Vareira".
O Orfeão passa por uma crise
e cai no esquecimento...
Mas o Jornal Defesa de Espinho
já nessa altura incentiva
o reaparecimento do mesmo...

E em 1935, são radiofundidas
as canções de Espinho,
através do Rádio Clube Português...
E com o passar do tempo tudo muda...
Com avanços e recuos,
o nosso Orfeão cá está
levando longe o nome de Espinho...
No ano do centenário,
atuou no Convento de Cristo em Tomar...
Promoveu um Encontro de Coros,
e num jantar de Gala no Casino Solverde
Homenageia Manuel Sancebas,
amigo, ensaiador e poeta popular...
Em maio de 2010, entra em cena
o atual maestro: Samuel Santos.
Pessoa muito dinâmica e competente,
que tem levado longe o nome de Espinho
através do Orfeão...
O Orfeão deslocou-se
o ano passado a Praga,
e este ano a Veneza na Itália.
No concerto de encerramento,
foi cantada a canção
"Minha cidade meu céu"
da autoria de Manuel Sancebas...
O concerto de encerramento
do ano coral, teve a colaboração
da banda espinhense "Remédio Santo".

Ó lindo Orfeão de Espinho!
Continua a cantar! E mostra a toda a gente
Como se canta à beira-mar...
A tua linda "Vareira" é por demais conhecida...
Mas a "Miraculosa", é um belo hino afinal!
Que ficou famosa, e por isso
é cantada, nas terras de Portugal...

“Desmaterialização - fazer mais com menos!”



Assinalou-se no findar de novembro a sétima edição da Semana Europeia da Prevenção de Resíduos.

A “desmaterialização” foi o grande tema deste ano, pretendendo-se sensibilizar para a problemática da produção de resíduos e suas consequências, adotar hábitos de consumo corretos e sustentáveis e aprender a fazer mais com menor recurso a materiais ou matérias-primas. A Biblioteca Municipal José Marmelo e Silva, em parceria com a Lipor e com a Rede de Bibliotecas de Espinho, associou-se a esta iniciativa, lançando a ação “Troca o teu cartão por um click”.

Foram efetuadas diversas sessões de sensibilização nas seguintes esco-

las: Secundária Dr. Manuel Gomes de Almeida, Básica Domingos Capela e Básica Sá Couto. Participaram cerca de 300 alunos e 210 leitores da Biblioteca Municipal.

Esta ação consiste na desmaterialização/virtualização dos cartões de leitores, da Rede de Bibliotecas do concelho de Espinho, já existentes. Também irá permitir, no futuro, virtualizar os dados dos futuros leitores sem a emissão de novos cartões físicos.

Para tal, é necessário proceder à instalação de uma aplicação digital gratuita para cartões virtuais (denominados carteiras virtuais) tipo FidMe, CardMobil ou outros similares em qualquer smartphone. Esta permite inserir os dados necessários para a identificação do leitor perante a Biblioteca. Após a instalação da aplicação, o leitor não terá que

se preocupar com o cartão físico, porque, independentemente do casaco ou da carteira que usa, o cartão de leitor estará sempre consigo, disponível no seu telemóvel, de forma rápida e segura. As bibliotecas (escolares e municipal) diminuirão significativamente os custos da emissão associados aos cartões físicos, pois estes deixarão quase de existir.

O leitor poderá trocar de telemóvel, bastará, para tal, descarregar a aplicação e abrir a sua conta para ter novamente o cartão ativo.

“É de salientar o interesse demonstrado em virtualizar os cartões de leitor por parte dos alunos, visto serem “nativos digitais”. Este tipo de ação permite gerar novos comportamentos e práticas adequadas relativas à proteção do ambiente.”



OPINIÃO

CONTRA A CORRENTE

Manuel Sancebas

Lição de raiz

*A vida da nossa vida
Dum para outro é tão diferente
Às vezes comprometida
Porque se não é coerente.*

*Se tu podes ajudar
Fá-lo mas procura ver
Porque hoje é de duvidar
Há quem goste de bem estar
E sem nada que fazer.*

*A vida quando é vivida
Sem que haja fé presente
É igual a uma ferida
Para sofrer constantemente.*

“Pingos” de Liliana Ribeiro

O lançamento do livro “Pingos”, da espinhense Liliana Ribeiro, irá realizar-se às 15 horas do próximo dia 12, na Biblioteca Municipal José Marmelo e Silva.

Concurso gastronómico

O Centro Social Luso Venezuelano irá realizar no sábado, às 17 horas, a oitava edição do Concurso Gastronómico Luso-Venezuelano, com “pan de Jamón”, “hallacas”, bolo-rei e rabanadas.

Com entrada livre, a animação natalícia conta com o grupo de “Parrandas e Aguinaldos” do Centro Social Luso Venezuelano.

As inscrições para o concurso gastronómico podem processar-se pelo telefone 227640204 ou na sede do Centro Social Luso Venezuelano, em Nogueira da Regedoura.

Festa de Natal da Rusga de S. Pedro

A Rusga de S. Pedro calendarizou para as 15h30 do próximo dia 20, no auditório da Junta de Freguesia de Espinho, a sua tradi-

cional “Festa de Natal”.

O programa constará de música natalícia, poesia, representação e folclore.

Concerto da Orquestra de Jazz da Escola Profissional de Música de Espinho

A Orquestra de Jazz da Escola Profissional de Música de Espinho, sob a direção musical de Daniel Dias e Paulo Perfeito, apresenta-se às 21h30 desta sexta-feira no Auditório de Espinho (Academia de Música) em concerto que explora o universo da Broadway. As obras (“The Sound of Music”) da dupla Richard Rodgers e Oscar Hammerstein II estarão em grande destaque.

A dupla composta pelo compositor Richard Rodgers (1902-1979) e pelo letrista Oscar Hammerstein II (1895-1960) produziu algumas das obras mais memoráveis do

universo da Broadway e do grande cancionero norte-americano.

Este acervo de canções populares seria posteriormente utilizado pelos músicos de Jazz como alicerce para as suas improvisações. Música no Coração é o musical de Rodgers and Hammerstein a que o público Português mais se afeiçoou, associando-o à época festiva do Natal.

Assim sendo, será o final ideal para um reportório de arranjos desta dupla inolvidável, a ser interpretado pela Orquestra de Jazz da Escola Profissional de Música de Espinho.

Tributo Elvis Presley e a Frank Sinatra no Casino Espinho

Nas noites de 3, 4 e 5 de dezembro, o Casino Espinho recebe o espetáculo Tributo a Elvis Presley com o Elvis Experience, um espetáculo que mistura o charme e emoção as atuações ao vivo do maior entertainer de sempre da história, considerado o Rei do Rock.

Com um reportório contagiante, o espectáculo percorre os anos dourados da década de 70, recriando o ambiente dos mais concei-

tuados palcos de Las Vegas.

Entretanto, nas noites de 10, 11 e 12 deste mês, o espetáculo tributo a Frank Sinatra é uma viagem musical aos grandes clássicos deste grande cantor norte-americano, considerado um dos melhores cantores de todos os tempos.

Nestas noites, onde o revivalismo está bem presente, são interpretadas as canções mais marcantes deste ícone da música mundial.

Alice Rocha expõe ilustração e presépios no Multimeios

A artista espinhense Alice Rocha regressou à galeria do Centro Multimeios com uma exposição de ilustração e de presépios que decorre até ao feriado de terça-feira.

E posteriormente os presépios transitam para o foyer, onde continuarão em exposição até 6 de janeiro de 2016 (Dia de Reis).

A abertura da exposição foi valorizada pelas atuações

da Academia de Dança Giselle, com direção artística de Carolina Freire e Eva Ramires –coreografia “Despertar”, do Grupo Vocal Ensemble Nós e Vozes, da Cooperativa Naçente, orientado por João Belchior, da ginástica rítmica da Académica de Espinho, orientada por Gabriela Salvador e Sílvia Canelas, e de canto com Sara Cruz acompanhada ao piano por Laura Felício.

Running Training Camp no Hotel Solverde - integrado no novo conceito run4hotels

O Hotel Solverde Spa & Wellness Center recebe, de sexta-feira a domingo, o primeiro Running Training Camp, enquadrado no mais recente projecto desta unidade hoteleira, o run4hotels, em parceria com a run4excellence.

Neste programa de três

dias, dividido entre atividades práticas e teóricas, os participantes podem aprender, entre outros, estratégias para melhoria do rendimento na corrida, técnicas de respiração e postura, exercícios de aquecimento e estratégias de recuperação.

Dança oriental no Hotel Solverde

Sessão de esclarecimento e aula prática gratuita

O Hotel Solverde Spa & Wellness Center organiza, no nono dia de dezembro, uma sessão de esclarecimento seguida de aula aberta sobre a dança oriental e os benefícios da sua prática.

O programa é gratuito e destina-se a mulheres de todas as idades que tenham interesse nesta experiência meditativa única. O objetivo é conhecer a liberdade, a sensação dos pés descalços e a autodescoberta feminina através de um processo revitalizador do corpo, mente e espírito.

A dança oriental é uma das formas mais antigas de expressão artística, utilizada

para despertar o corpo, a mente e a alma, numa expressão pessoal de sensibilidade, beleza e harmonia que se reflete em cada corpo que dança.

Baseia-se na consciência corporal e na capacidade de mover separadamente diferentes partes do corpo.

Os movimentos ajudam a tomar consciência de cada músculo e a aprender a dominá-lo, a ensiná-lo a trabalhar sozinho, para depois poder ser coordenado com outros exercícios.

Alguns dos benefícios que pode retirar desta experiência:

Reaprendizagem corpo-

ral e reeducação da postura;

Revitalização dos sistemas circulatórios, musculares e ósseos - melhoria da circulação sanguínea, alongamento e tonificação muscular, fortalecimento da estrutura óssea;

Desbloqueio das tensões físicas e psíquicas;

Aumento da flexibilidade, do equilíbrio e resistência física;

Desenvolvimento da coordenação motora;

Estimulação do equilíbrio energético.

A sessão de esclarecimento e a aula prática acontecem entre as 11h30 e as 12h30 e a participação é gratuita.

Vera Cardoso supercampeã

Jéssica Ferreira e João Amaral também arrecadam títulos na natação adaptada regional

Vera Cardoso (classe S14 iniciados) continua na senda dos títulos, ao sagrar-se campeã regional nas provas de 25 metros livres, 25m, 50m e 100m costas na natação adaptada.

Realizou-se no fim de semana, na piscina do Sporting Clube de Aveiro, o primeiro Campeonato Regional de Inverno Zona Norte de Natação Adaptada,

Nota de excelência para a AJM

Foi mais um fim-de-semana brilhante para a Academia José Moreira (AJM), o segundo consecutivo, em que as equipas venceram os 10 jogos em disputa. Juntando a estes brilhantes resultados, a AJM continua a liderar as respetivas classificações, em que oito das nove provas (cinco escalões continuam invictos, sem conhecer, por isso, o sabor da derrota).

Num sábado recheado de jogos em casa, e com alguns jogos com um coeficiente de dificuldade elevado, a primeira equipa a entrar em ação foi a dos Iniciados femininos, que recebeu o Gueifães e num jogo sem grande grau de dificuldade, dominaram claramente o seu adversário e triunfaram uma vez mais por 3-1 (25-15, 25-13, 16-25 e 25-9).

De seguida foi a vez dos cadetes masculinos se deslocarem até Lamego, para defrontar o Latino Coelho. Os rapazes da AJM estiveram muito bem e com uma exibição muito segura, venceram por 0-3 (6-25, 19-25 e 19-25). À mesma hora, os cadetes femininos, deslocaram-se até Amarante para defrontar a equipa local e num jogo sem história, tal a superioridade das atletas da AJM, venceram por 0-3 (12-25, 9-25 e 8-25).

Depois, foi a vez dos juvenis femininos se deslocarem a Canidelo para defrontar a equipa local, e num jogo sem grande oposição, as atletas da AJM, uma vez mais, demonstraram a sua superioridade e venceram com toda a justiça por 0-3 (6-25, 9-25 e 2-25).

As juniores da AJM defrontaram o Foz na qualidade de visitante, e deram uma demonstração cabal da sua superioridade, vencendo por 0-3 (9-25, 6-25 e 13-25).

Para terminar o dia, as seniores deslocaram-se até Viana do Castelo, para defrontar a equipa do Perre, que até à data liderava em conjunto com a AJM a classificação. Num jogo que se avizinhava com algum grau de dificuldade, e apesar de uma

má entrada em jogo, as atletas da AJM recompuseram-se e acabaram por realizar uma exibição consistente, demonstrando uma vez mais a sua superioridade e venceram por 1-3 (25-23, 16-25, 22-25 e 18-25).

No domingo, logo pela manhã, os Minis B deslocaram-se novamente ao Castelo da Maia para realizar a segunda volta do Torneio de Natal, demonstrando todo o seu empenho e evolução. Ainda pela manhã, as Iniciadas, cumprindo o segundo jogo da jornada dupla, receberam a Académica S. Mamede e dando continuidade à série de bons resultados, dominaram claramente o seu adversário e triunfaram uma vez mais por 3-0 (25-16, 25-17 e 25-18), mantendo a sua invencibilidade.

De seguida foi a vez dos juniores se deslocarem até à Povoia de Varzim para defrontarem a equipa local, e num jogo em que se adivinhavam dificuldades acrescidas, em face de a AJM se encontrar bastante desfalcada, e numa partida muito equilibrada, a AJM acabou por vencer por 2-3 (20-25, 25-22, 23-25, 25-22 e 18-20), garantindo praticamente o apuramento para a fase final do Regional e mantendo também a sua invencibilidade na prova.

Da parte da tarde, os juvenis masculinos, receberam em casa a equipa do Leixões, e perante um adversário sempre complicado, os atletas da AJM estiveram bastante inconstantes, mas acabaram por vencer por 3-1 (25-13, 25-22, 22-25 e 25-16), carimbando mais uma vitória e mantendo, também, a sua invencibilidade.

Para fechar em beleza, esta longa jornada, os seniores masculinos, deslocaram-se até às Taipas, para defrontar a equipa local. Esperava-se um jogo complicado para a AJM, mas uma vez mais, realizando uma exibição convincente, venceu brilhantemente por 1-3 (21-25, 25-19, 15-25 e 18-25).

da, organizado pela Associação de Natação do Centro Norte de Portugal, com 84 nadadores em representação de doze clubes: Sporting de Aveiro, FC Porto, Alhandra SC, CN Maia, ADA Porto, Fluvial Portuense, CF Vilacondense, Vila D'Este, APC Coimbra, CN Miranda do Corvo, Feira Viva e Sporting de Espinho (parceria com a Câmara Municipal) com seis nadadores (três masculinos e três femininos).

Jéssica Ferreira (classe S14 sénior) também abrilhantou a participação espinhense com os títulos regionais nas provas de 50m e 100m costas. Esta nadadora alcançou também o terceiro lugar nos 200m livres e o quinto nos 100m livres. Luísa Félix (classe S21) sagrou-se vice-campeã nos 25m e 50m livres.

Iniciadas academistas garantem apuramento para a segunda fase

Das quatro equipas de andebol feminino da Associação Académica de Espinho em competição, apenas duas jogaram em casa no passado fim-de-semana.

A primeira a entrar em competição foi a de infantis que recebeu a equipa da Liga dos Amigos de Aguada de Cima, que regressou a casa com uma derrota por 20-3.

Na deslocação ao Pavilhão da Lavandeira, em Santa Maria da Feira, as minis academistas obtiveram a primeira vitória no Campeonato, ao baterem o estreado Feirense por 21-24.

De parabéns estão as iniciadas, sob o comando técnico do 'mister' Gustavo Silva, que a duas jornadas do fim, já têm garantido o acesso à fase seguinte no Campeonato Nacional, após terem vencido o Monte por 15-8, na deslocação à Murtosa.

As juniores, na sempre difícil deslocação a Aveiro, foi a única equipa da Associação Académica de Espinho a não conseguir a vitória, e perderam no terreno do Alavarium por 42-25.

Minis - Maria Moreira, Ana Ribeiro (1 golo), Beatriz Ferreira, Carolina Marques



Jéssica Ferreira, João Amaral, João Rodrigues, José Costa, André Tavares (treinador), Vera Cardoso e Luísa Félix

Nos masculinos, o melhor "tigre" foi João Amaral (S14 sénior), que nos 50m e 100m bruços foi campeão regional, vice-campeão nos 100m livres e subiu ao terceiro lugar do pódio nos 100m costas. José Pedro Costa (classe S6) foi vice-campeão nos 100m costas e terceiro nos 100m livres. João Rodrigues (classe 14 sénior) teve também uma prestação positiva, ao alcançar o terceiro lugar na prova de 50m costas, o quarto nos 100m costas e 50m livres e o sexto nos 100m livres.

Andebol tigre empata em Coimbra

A equipa de andebol de seniores masculinos foi a Coimbra empatar com a Académica local (29-29) em encontro a contar para o Campeonato Nacional da 3.ª Divisão. Os tigres, ao intervalo, venciam os estudantes por 13-15. Os espinhenses ocupam o segundo lugar da tabela classificativa.

Na próxima terça-feira, a equipa liderada por Pedro Lagarto irá bater-se com o Andebol Clube de Fafe, da 1.ª Divisão, em jogo a contar para os dezasseis avos de final da Taça de Portugal, a realizar na Nave Polivalente de Espinho às 17 horas.

Por sua vez, a equipa de juniores masculinos do Sporting Clube de Espinho perdeu, em casa, com a equipa do Feirense, por 18-20 (8-14 ao intervalo), em encontro do Campeonato Nacional da 2.ª Divisão.

Os juvenis masculinos do Sporting Clube de Espinho consolidaram o segundo lugar no Campeonato Nacional da 1.ª Divisão vencendo o Futebol Clube Infesta, no pavilhão do adversário, por 26-30 (12-17 ao intervalo), no primeiro jogo da segunda volta.

A equipa de infantis masculinos tigres, liderada por Hugo Valente, ascendeu à liderança do Campeonato Nacional, vencendo o Alavarium, no pavilhão do adversário, em Aveiro, por 24-36 (14-17 ao intervalo).

Por fim, a equipa 'B' de minis masculinos do Sporting Clube de Espinho, sob o comando de Rui Cordeiro, bateu o Feirense 'B' por 30-21 (17-12 ao intervalo).

Seniores - Vítor Pereira e João Ribeiro (guarda-redes); Pedro Almeida (1 golo), João Domingues (3), André Machado (8), André Sousa (3), Manuel Sousa, Francisco Lopes (1), Bruno Antunes, Filipe Meneses (1), Ricardo Soares (4), Tiago Ferreira (3) e Filipe Lagarto (5). Treinador: Pedro Lagarto. Treinador adjunto: Leonel Santos.

Juniores - João Pereira (1 golo) e Hugo Costa (guarda-redes); Tiago Ferreira (8), António Pinto (3), Francisco

Lopes (3), José Cruz, Tiago Pereira, Ivo Bernardo (3) e José Caetano. Treinador: Leonel Santos.

Juvenis - Francisco Vasconcelos e João Castro (guarda-redes); Jorge Ferreira, Tiago Fonseca, Tiago Guedes (7 golos), António Pinto (11), João Soares (1), José Cruz (3), Leonardo Morgado, José Caetano, Tiago Soares, João Furtado (3), Guilherme Baptista (1), Ivo Bernardo (4) e Ricardo Silva. Treinador: Mário Lopes.

Infantis - Gonçalo Loureiro (guarda-redes); Filipe Ferreira (1 golo), Igor Duarte (2), João Félix (4), Bernardo Costa (1), Sérgio Maganinho (3), André Sousa (13), Vasco Lacerda (6), Miguel Loureiro, Emílio Figueiras (2), Nuno Pinto (2), Carlos Castelo, Nuno Caetano, Ruben Tavares (1), Tiago Fonseca (1) e Vasco Brandão. Treinador: Hugo Valente.

Minis - Afonso Marques (9 golos), Alexandre Montenegro, Diogo Pereira (2 golos), Francisco Loureiro (7), Gonçalo Moreira, Gonçalo Rodrigues (1), Gonçalo Filipe Rodrigues, João Pereira (2), Martim Santos (2), Pedro Proença, Tiago Sousa (7) e Francisco Oliveira. Treinador: Rui Cordeiro.

Próximos jogos: Sporting de Espinho-Feirense (seniores masculinos), sábado, às 17 horas, no Pavilhão Municipal Napoleão Guerra, em Cassufas (Anta); Sporting de Espinho-Andebol Clube de Fafe (seniores masculinos, Taça de Portugal), terça-feira, dia 8 de dezembro, às 17 horas, na Nave Polivalente de Espinho; Sporting de Espinho-Associação Académica de S. Mamede (juvenis masculinos), sábado, às 14h30, no Pavilhão Eduardo Soares, em S. Mamede Infesta; Sporting de Espinho-S. Paio Oleiros (iniciados masculinos), domingo, às 12 horas, no Pavilhão Municipal Napoleão Guerra, em Cassufas (Anta); Sanjoanense 'C'-Sporting de Espinho 'B' (minis masculinos), domingo, às 15 horas, no Pavilhão Municipal das Travessas, em S. João da Madeira.



Fotos PAULO DUARTE

Andebol tigre e Cerciespinho juntos em jogo amigável

Presidente da Câmara entende que “todas as entidades desportivas deveriam ter esta obrigação social”

A secção de andebol do Sporting Clube de Espinho e a Cerciespinho realizaram, no sábado de manhã, na Nave Polivalente de Espinho, um jogo entre os jogadores da equipa sénior e 11 clientes do Centro de Atividades Ocupacionais e do Lar da Cerciespinho. Uma atividade que visou “interagir com aqueles utentes da Cerciespinho”, proporcionando-lhes, também, “um momento de convívio”, de “inclusão” e de “contacto com a modalidade”. Na iniciativa estiveram presentes o presidente da Câmara Municipal de Espinho, Pinto Moreira, o presidente da Associação de Andebol de Aveiro em representação do presidente da Federação de Andebol de Portugal, João Lemos, o presidente da Direção do Sporting Clube de Espinho, Bernardo Gomes de Almeida, o presidente e a diretora geral da Cerciespinho, respetivamente, Lino Rodrigues e Rosa Couto, o embaixador do andebol do Sporting Clube de Espinho, David Tavares e o diretor da secção de andebol dos tigres, Joaquim Soares, entre outros.

Os utentes da Cerciespinho tiveram a oportunidade de sentir, de perto, o que é participar num jogo de andebol, de pegar na bola e de marcar golos. Durante cerca de uma hora e meia jogaram com os tigres e terminaram com a marcação de livres de sete metros.

No final, o presidente do Sporting Clube de Espinho, Bernardo Gomes de Almeida, ofereceu uma camisola oficial de andebol do clube, com o número um e o nome Cerciespinho gravado aos responsáveis pela Cerciespinho, como forma de “gradidão” por terem participado na iniciativa e para deixar o momento marcado para a posteridade.

Os jogadores e os utentes da Cerciespinho tiveram, depois, um momento de convívio, num lanche em conjunto oferecido pela Aipal.

“Um momento único para estes utentes da Cerciespinho e uma experiência que viveram com muita intensidade e muita alegria”, sublinhou o presidente da Câmara Municipal de Espinho, Pinto Moreira que fez questão de dar os “parabéns ao Sporting Clube de Espinho e à secção de andebol”.

Para Pinto Moreira “trata-se de jovens com fragilidades” mas que “são seres humanos excecionais e que merecem um carinho muito especial”.

Pinto Moreira realçou o facto de que “partilhamos da alegria que eles viveram. Acho que todas as entidades desportivas deveriam ter esta obrigação social” e, por isso, “fico sensibilizado com estes momentos que são de grande comoção para mim”, concluiu o autarca.

Para o presidente da



Direção do Sporting Clube de Espinho, Bernardo Gomes de Almeida, “além das vantagens que trouxe para os utentes da Cerciespinho, para nós e para a nossa equipa, esta iniciativa visa promover o espírito de grupo e a entreatajuda, fundamentais quer na competição, quer na vida em sociedade”.

O presidente dos tigres sublinhou que “o Espinho é isto mesmo - um clube de alma e de coração aberto e de solidariedade”.

Segundo o presidente da Associação de Andebol de Aveiro, João Lemos, tratou-se de uma iniciativa “muito importante para o andebol e para a sociedade portuguesa”.

João Lemos recordou que “há em Portugal andebol adaptado, jogado em cadeira de rodas e nós temos uma seleção nacional em atividade”. Nesse sentido, o representante do presidente da Federação de Andebol de Portugal entende que “é muito importante colaborarmos com estas instituições e este tipo de iniciativas proporcio-

nam a integração destes cidadãos”.

No entender de João Lemos, “o trabalho das cercies é extraordinário, pois estes deficientes que outrora eram ostracizados, hoje estão perfeitamente integrados”.

E concluiu:

“O Sporting Clube de Espinho é um dos grandes clubes do País não só na modalidade de andebol, mas também, e é importante que os clubes da terra se aproximem destas instituições”.

A diretora geral da Cerciespinho, Rosa Couto fez questão de agradecer “a organização desta iniciativa, ao presidente do Sporting Clube de Espinho e ao presidente da Associação de Andebol de Aveiro pelo acolhimento e valorização da iniciativa e a presença durante todo o jogo. Todos sentimos que fomos calorosamente acolhidos pelos responsáveis, treinador, jogadores e outro pessoal ligado à secção de andebol do Sporting Clube de Espinho”, sublinhou.

Rosa Couto salientou “a felicidade sentida e transmi-

tida, claramente, pelos jovens e adultos com deficiência que se sentiram perfeitamente integrados, aceites, tratados com respeito e reconhecimento das diferenças sem serem desvalorizados, menosprezados e excluídos de um âmbito importante da vida da maior parte dos cidadãos - o desporto. Acrescento que a ‘goleada’, embora claramente favorecida, permitiu aos nossos jovens e adultos terem acesso a um sentimento de vitória, de atingirem um grande objetivo e de serem reconhecidos. Eles, que muitas vezes estão excluídos de muitas atividades, para as quais não tem capacidades semelhantes a outros e há tantas coisas que não tem (emprego, família, filhos...)”.

Rosa Couto referiu, ainda que “o sentimento de felicidade é de extrema importância para todos nós e a iniciativa de sábado permitiu aos nossos jovens esse sentimento que vai ficar com eles durante muito tempo. E foi possível porque todos os envolvidos, reconheceram a existência e importância de incluir os nossos jovens e demonstraram terem empatia e respeito na relação e interação com eles e brindaram-nos com uma prenda espetacular - a camisola da Cerciespinho com o número um. Espero que a atividade também tenha funcionado como motivação para os jogadores e outros envolvidos dado que quando somos confrontados com a alegria e esforço de quem tem muitas limitações somos obrigados a reconhecer as nossas capacidades e a valorizá-las ainda mais” afirmou aquela responsável pela Cerciespinho.

A diretora geral da Cerciespinho espera que “estas noções representem a sensação muito positiva que jovens e adultos, técnicos e dirigentes da Cerciespinho sentiram no sábado. E não é todos os dias que isto é verdade!”

Rosa Couto terminou:

“Agradeço e louvo a responsabilidade social que todos os envolvidos demonstraram”.

Para o presidente da Cerciespinho, Lino Rodrigues a instituição que representa “sente que faz parte da comunidade e acaba por ser

uma forma de interagirmos com a sociedade. Temos conseguido, nestes últimos anos, interagir com a nossa comunidade como um parceiro”.

Para Lino Rodrigues “basta olhar para as expressões de felicidade dos nossos utentes. O importante foi ter nesta oportunidade, pois desta forma sentem-se incluídos.

Eles estão felizes e, por isso, nós e o Sporting Clube de Espinho fizemos o nosso trabalho”, concluiu.

O antigo jogador internacional de andebol e embaixador do andebol do Sporting Clube de Espinho, David Tavares referiu que “o desporto é para todos e não é só para grandes atletas. O andebol é um desporto coletivo e penso que é muito importante para estas pessoas. Eles sentiram uma grande alegria quando souberam que vinham fazer um jogo com o Sporting Clube de Espinho e, por isso, estavam motivadíssimos”, terminou.

Joaquim Soares, um dos diretores da secção de andebol do Sporting Clube de Espinho achou a iniciativa “excepcional para os utentes da Cerciespinho, por um lado e, por outro, foi bom ver que os nossos atletas sentiram o que são as verdadeiras dificuldades”.

Joaquim Soares entende que foi bom para os “nossos atletas interagirem com os utentes da Cerciespinho e gostei muito de ver o trabalho que o nosso treinador desenvolveu”.

No entender de Joaquim Soares, “uma iniciativa destas reflete bem a ideia social que todos temos do clube”.

Aquele responsável pelo andebol dos tigres sublinhou “o nível de interesse que esta iniciativa despertou na Direção do clube, com o presidente, em todos os treinadores e dirigentes, na própria Federação e Associação de Andebol de Aveiro e no poder político da cidade, com o presidente da Câmara Municipal de Espinho a fazer questão de marcar presença”.

Por fim, o treinador do Sporting Clube de Espinho, Pedro Lagarto não escondeu os seus sentimentos:

“Senti a integração social daquelas pessoas e o interesse de participarem. Eles necessitam muito de competitividade, de se mostrarem perante a sociedade e de serem úteis. Sinto que foi um bom contributo que nós demos para a integração destas pessoas, mas verifiquei sobretudo a alegria e a satisfação quer dos utentes da Cerciespinho, quer dos meus jogadores neste extraordinário convívio”.

E finalizou:

“Nós podemos ajudar aqueles que mais precisam e, neste caso, há desporto para todos. A integração da equipa foi ótima e tiveram a oportunidade de ver como se pode apoiar aquelas pessoas que mais precisam”.

Voleibol academista perde na Madalena

A equipa de seniores masculinos de voleibol da Associação Académica de Espinho perdeu na Madalena, ante o Atlântico local, por 3-0 (25-21, 25-14 e 28-26), em jogo da 11.ª jornada do Campeonato Nacional da 1.ª Divisão.

No campeonato nacional da 1.ª divisão de seniores masculinos de voleibol, a equipa da Associação Académica de Espinho deslocou-se à Madalena para defrontar a equipa local, tendo perdido por 3-0. O jogo que era bastante importante para as aspirações academistas e acabou por não ter o desfecho esperado pela equipa espinhense.

Apesar de terem entrado muito bem na partida, com o marcador a chegar aos 8-4 a favor dos academistas, estes permitiram que os adversários os ultrapassassem e vencessem o primeiro set por 25-21. No segundo parcial, a equipa da Académica de Espinho esteve irreconhecível, e fruto de muitos erros cometidos, permitiu que o adversário vencesse facilmente por 25-14.

O último set foi o mais equilibrado, com as duas equipas empatadas praticamente até ao final. Nos pontos decisivos, a Académica de Espinho não foi tão feliz, permitindo que o clube da casa fechasse o jogo com um parcial de 28-26.

Entretanto, os juniores da Académica de Espinho perderam em Matosinhos com o Leixões por 3-1 (25-20, 18-25, 25-20 e 25-15).

A equipa juvenil de voleibol da Associação Académica de Espinho saiu derrotada por 0-3 (25-27, 25-27 e 21-25), frente ao Atlântico da Madalena. Jogo muito equilibrado como se pode constatar pelos parciais, apesar do re-

Espinho Runners no Gerês

A equipa Espinho Runners foi a primeira da classificação veterana e a sexta da geral com 99 equipas na Maratona do Gerês - Estafeta 42 km. Foi uma prova muito dura com 1350 participantes.

Paulo Oliveira foi o oitavo atleta a entregar o testemunho no primeiro percurso (15km - 1h12m) da estafeta; no segundo percurso (15 km - 1h22n), Manuel Oliveira em 12.º; e no terceiro percurso (12 km), Paulo Reis registou o tempo de - 45 minutos e 8 segundos.

Os três veteranos, perto dos 50 anos, competiram com atletas mais novos.

sultado final dar uma ideia contrária.

Em iniciados a Associação Académica de Espinho bateu o Leixões por 1-3 (20-25, 10-25, 25-20 e 12-25). Jogo sem grande dificuldade para os academistas, onde a exibição não foi a melhor. Alguma falta de concentração fez com que o Leixões conseguisse meter um set, apesar do treinador ter a oportunidade de fazer rodar a equipa, esperava-se mais por parte destes atletas. De salientar que ao fim da primeira volta esta equipa continua invicta no campeonato.

Os infantis da Académica de Espinho receberam e venceram, sem dificuldades, a equipa do Ginásio Clube Vilacondense. Num encontro em que a turma de Vila do Conde nunca pôs em causa a diferença entre os dois conjuntos, os mochos em apenas uma hora conseguiram fechar o encontro pela margem máxima de 3-0 (25-6, 25-15 e 25-8). Assim, ao vencerem mais uma vez, os academistas reforçam o primeiro lugar na Série A do Campeonato Regional.

Por fim, os minis B da Académica de Espinho disputaram no domingo, em Bustos, casa do Frei Gil, a segunda volta do Torneio de Natal organizado pela Associação de Voleibol do Porto. Esta segunda volta, além da equipa academista, contou com a presença de duas equipas do Frei Gil, uma do Ala Gondomar e duas do Esmoriz Ginásio Clube.

De lamentar a ausência da representação do Leixões que fazia parte desta série e que não compareceu no torneio. Os mochinheiros, com a energia e a boa disposição partilhada por todos os atletas e clubes envolvidos nestes eventos, alcançaram o segundo lugar no torneio repetindo a classificação da primeira volta. A final deste Torneio de Natal será no próximo dia 13 de dezembro em local ainda a designar.

Recordes do Rio Largo

No sábado, na cidade de Aveiro, deu-se início ao ciclo de corridas de São Silvestre, com a presença do atleta André Guimarães, do Rio Largo Clube de Espinho.

André Guimarães obteve o seu recorde pessoal, pelo qual tinha vindo a lutar desde o início de época, após terminar a prova de 10 km em 18.º lugar da classificação geral, com o tempo de 34m 25s.

No domingo, na Meia Maratona de Famalicão, em representação do Rio Largo, estiveram Wouter de Broeck, Carlos Cardoso, José Pereira,

Natação do Sporting de Espinho nos campeonatos nacionais

No fim-de-semana, nas Caldas da Rainha, a natação do Sporting de Espinho participou com a sua equipa feminina no Campeonato Nacional de Clubes da 3.ª Divisão Nacional e masculina no Campeonato Nacional de Clubes da 4.ª Divisão.

Segundo o regulamento destes Campeonatos, as quatro melhores equipas femininas e as quatro melhores equipas masculinas ascendem à divisão nacional seguinte, onde irão competir no próximo ano. Em contra partida, as quatro equipas com menos pontuação, descem para de divisão.

Na 4.ª Divisão Nacional masculina, o Sporting de Espinho ficou em 14.º lugar, garantindo a manutenção na próxima época desportiva.

Os nadadores que fizeram parte da equipa foram André, Bernardo Costa e Tiago Marques (seniores), João Branco e Rodrigo Monteiro (juniores A), Fernando Marcelo Rocha (júnior B) e Martim Almeida (Juvenil B).

Na 3.ª Divisão Nacional feminina, o Sporting de Espinho registou o 24.º lugar, não conseguindo a sua presença para a próxima época neste

escalão. As nadadoras que fizeram parte da equipa foram Inês Dias, Salomé Monteiro e Teresa Aires (seniores), Carolina Silva, Catarina Lei e Sara Castelo (juniores A) e Inês Melo (juvenil A).

Foram batidos doze recordes pessoais (incluindo tempos parciais e estafetas), sete dos quais recordes do clube: Fernando Marcelo Rocha - 400m livres (júnior), Inês Melo - 200m mariposa (juvenil A), Martim Almeida - 200m mariposa (juvenil B), Rodrigo Monteiro - 800m livres (júnior e ABS), Salomé Monteiro - 800m livres (sénior), Tiago Marques - 100m braços (sénior e ABS) e estafeta 4x100m livres masculina ABS (André Costa, Fernando Marcelo Rocha, João Branco e Tiago Marques).



Académica de Espinho vence no Viso em hóquei de sala

A equipa de sub-18 de hóquei de sala da Associação Académica de Espinho estreou-se no campeonato com uma pesada derrota ante a Juventude de Lousada (1-12).

Uma série de contratemplos, nomeadamente a lesão dos dois guarda-redes academistas e a ausência de alguns dos principais jogadores, acabam por justificar o péssimo resultado.

Resultados diferentes tiveram os sub-13 e os sub-15

academistas. Os primeiros golearam o Viso por 0-6 e os segundos empataram (2-2) com a Associação Desportiva de Lousada.

Sub-13 - Pedro Maranhão, Rodrigo (2 golos), Davide (1), Ângelo, Guilherme (2), Vasco (1) e Carlos Santos. Treinador: Márcio Marques. Delegado: Joaquim Magano.

Sub-15 - Pedro Maranhão, André, João, Ruben (1 golo), João Gomes (1), Paulo Plasta, Carolina Costa, Gui-

lherme, Ricardo e Rodrigo. Treinador: Márcio Marques. Delegado: Joaquim Magano.

Sub-18 - Paulo Plasta, Leonardo, João Rocha, Alexandre (1 golo), Ruben, João Gomes e André. Treinador: Hugo Gonçalves. Delegado: Joaquim Magano.

Próximos jogos: Académica de Espinho-Juventude de Lousada (sub-13), domingo, às 16 horas, em Lousada; Associação Desportiva de Lousada-Académica de Espinho (sub-15), domingo, às 19 horas, em Lousada; Associação Desportiva de Lousada-Académica de Espinho (sub-18), domingo, às 15 horas, em Lousada.

Derrota no hóquei em patins

A equipa de seniores de hóquei em patins da Associação Académica de Espinho sofreu a sua segunda derrota no Campeonato Nacional da 2.ª Divisão, Zona Norte, por 6-2 (3-0 ao intervalo), ante o líder, o Riba d'Ave. Os academistas, que ocupam a segunda posição da tabela, ficaram, agora, a três pontos deste seu adversário.

Os golos alcançados por Fred Saraiva e por Bruno Fernandes não chegaram para arrecadar três pontos ante o Riba d'Ave e para levar os academistas ao primeiro lugar da tabela. No entanto, a arbitragem voltou a ter o seu peso no desfecho da partida, prejudicando, claramente, a equipa liderada pelo jovem treinador espinhense, Luís Canelas - uma grande penalidade, a castigar injustamente a equipa do Mocho e cinco cartões azuis inexplicáveis para os jogadores academistas!

No próximo sábado a equipa academista recebe a Juventude Pacense, às 18h30 no Pavilhão Arquiteto Jerónimo Reis, em Espinho.

Eis os restantes jogos para o fim-de-semana nos diversos escalões:

Académica de Espinho-Sobreira (sub-20), domingo, às 17h30 no Pavilhão Arquiteto Jerónimo Reis, em Espinho; Académica de Espinho-Marco (sub-17), domingo, às 11 horas no Pavilhão Arquiteto Jerónimo Reis, em Espinho; Académica de Espinho-FC Porto (benjamins), sábado, às 12h30 no Pavilhão Arquiteto Jerónimo Reis, em Espinho; Académica de Espinho-FC Porto (escolares), domingo, às 16 horas no Pavilhão Arquiteto Jerónimo Reis, em Espinho.

Resultados

Juv. Pacense-Famalicense 2-2
Riba d'Ave-AA Espinho 6-2
Carvalhos-Cart 7-1
Valença-Cucujães 12-5
Infante Sagres-Marco 4-2
O. Barcelos B-Lavra 7-3
CD Póvoa-EL Azeméis 4-5

Classificação

	P	J	V	E	D	F-C
Riba d'Ave	22	9	7	1	1	56-25
AA Espinho	19	9	6	1	2	53-33
Valença	17	9	4	5	0	39-23
O. Barcelos B	16	9	5	1	3	42-32
Carvalhos	15	9	5	0	4	39-35
Infante Sagres	13	9	4	1	4	34-37
EL Azeméis	12	8	4	0	4	34-33
Marco	11	9	3	2	4	35-46
CD Póvoa	11	8	3	2	3	35-33
Famalicense	11	9	3	2	4	27-32
Lavra	10	9	3	1	5	29-36
Cart	9	9	3	0	6	22-48
Juv. Pacense	8	8	2	2	4	26-31
Cucujães	0	8	0	0	8	26-53

Próxima jornada

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



Castêlo “desmorona-se” aos “pés” dos tigres

Nona vitória consecutiva no campeonato de voleibol

A equipa sénior masculina de voleibol do Sporting Clube de Espinho bateu o Castêlo da Maia e isolou-se no terceiro lugar do Campeonato Nacional da 1.ª Divisão. No encerramento da primeira volta, os tigres obrigaram os maiatos a cometer alguns erros e aproveitaram para somar mais três pontos – foi a nona vitória consecutiva.

Frente a um adversário direto, os comandados de Filipe Vitó surgiram concentrados e fizeram valer uma boa entrada no jogo para ganhar vantagem. A reação do adversário não abalou a confiança da equipa e isso mesmo ficou demonstrado nos sets seguintes. O triunfo espinhense acabou por não merecer qualquer contestação. Filipe Pinto foi o mais esclarecido com 20 pontos.

O Sporting Clube de Espinho tem agora uma jornada dupla no fim-de-semana com receções à Associação de Jovens de Fonte Bas-

tardo (sábado) e Clube Atlântico da Madalena (domingo) na Arena Tigre.

Filipe Vitó gostou da exibição da equipa, embora reconheça que há aspetos que podem melhorar:

“ Fizemos uma boa exibição, mas ainda tivemos alguns altos e baixos em determinados momentos. Por exemplo, no set que perdemos, o serviço não entrou como nos outros”, constatou o técnico

dos espinhenses. “Lembro-me de nós, equipa técnica, termos dito, aquando do jogo da Supertaça, que daí a dois meses a equipa estaria a jogar melhor... E isso felizmente está a acontecer”, recordou. É um resultado motivador para os jogos que aí vêm. Vamos ter uma jornada dupla no próximo sábado e domingo, e na terça jogamos nos Açores, novamente com a Fonte Bastardo, para

a Taça de Portugal”, disse. “Este resultado é bom para elevar os índices de confiança da equipa, uma vitória é sempre moralizadora, mas não vamos pensar que agora somos os melhores do mundo. Estamos todos de parabéns, fizemos uma boa exibição e um bom jogo, queremos mais como este, mas não ganhámos nada e não vamos estar a endeusar”, finalizou.

Castêlo da Maia, 1
Sporting de Espinho, 3
Jogo no Pavilhão do Castêlo da Maia Ginásio Clube, no Castêlo da Maia. Árbitros: Nuno Teixeira (AV Braga) e Rui Carvalho (AV Porto).
Parciais: 19-25 (27m), 25-23 (29m), 22-25 (30m) e 18-25 (27m).

Castêlo da Maia Ginásio Clube
– Lourenço Martins (12 pontos), Manuel Silva (12), José Neves (1), Filip Cveticanin (8), Hélio Sanches (8), Flávio Cruz (10) e Gil Meireles (líbero); Gustavo Figueiredo (1), José Pedro Gomes (1), Gonçalo Azevedo, Diogo Salvador e João Neves.

Treinador: Rui Pedro Silva.

Sporting Clube de Espinho – Jose Rojas (18 pontos), Filipe Pinto (20), Kibinho (8), Miguel Maia (4), Phelps (6), Alejandro Sanoja (10) e Hugo Ribeiro (líbero); Pedro Maia, Jonathan Nunes, José Neto, Kevin Carabali e Tomás Guerra.

Treinador: Filipe Vitó.

Manuel José Macedo

Os Mochos festejam 25 anos

O Centro Cultural e Desportivo “Os Mochos”, festejou o seu 25.º aniversário, num jantar em Espinho que reuniu vários membros, todos eles com ligação ao clube e que puderam contar com a presença do presidente da Câmara Municipal de Espinho, Pinto Moreira.

Num grande espírito de amizade e camaradagem, o presidente do Clu-



be aniversariante, António Melo, apontou como objetivo para esta modesta ins-

tuição, “a passagem às Bodas de Ouro” e desafiou “o presidente da As-

sembleia Geral do clube, Manuel Sancebas a estar presente e de boa saúde!”

No decorrer do evento foi anunciada a inauguração da página do Facebook

onde poderão ter acesso ao historial do clube!



Seis dezenas na 3.ª Poule de Obstáculos no Centro Hípico

Realizou-se no sábado, no Centro Hípico de Espinho, em Paramos, a 3.ª Poule de Obstáculos deste

ano que contou com cerca de seis dezenas de participantes. Num dia de inverno solarengo e com um

ambiente muito agradável, esteve “casa cheia” no Centro Hípico de Espinho.

A prova teve a presença de alunos da casa e alunos da Escola Guesty Horse - Gestão Equestre - Serzedo, bem como familiares e amigos e o presidente da Junta de Freguesia de Paramos, Manuel Dias.

Os responsáveis pelo Clube Hípico da Costa Verde ficaram “muito satisfeitos” com o evento e, por isso, ficou desde logo “o compromisso de mais realizações de poules/concursos em Espinho no próximo ano de 2016”.



Telefones úteis

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

Clínica Costa Verde	22 734 58 85
Clínica N.ª S.ª d'Ajuda	22 734 26 95
Clínica S. Pedro	22 734 47 14
COGE - Clínica Santa Casa	22 733 09 60
Policlínica	22 733 06 40
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 Silvaldinho	22 734 36 42



LLIGA Resultados table with columns for team names and scores.

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

LLIGA Próxima jornada (12.ª - 04 a 07/12) table listing upcoming matches.

LLIGA Resultados table with columns for team names and scores.

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

LLIGA Próxima jornada (06/12) table listing upcoming matches.

totobola Concurso dos Órgãos de Informação n.º 50/2015 de 13/12/2015. Prognóstico "Defesa de Espinho", Redacção Desportiva: 1. NACIONAL - PORTO, 2. BOAVISTA - ESTORIL, 3. P. FERREIRA - U. MADEIRA, 4. V. GUIMARÃES - MARÍTIMO, 5. RIO AVE - AROUCA, 6. SP. COVILHÃ - V. GUIMARÃES B, 7. BENFICA B - BRAGA B, 8. FARENSE - CHAVES, 9. PORTO B - SPORTING B, 10. FEIRENSE - AC. VISEU, 11. ASTON VILLA - ARSENAL, 12. AT. MADRID - A. BILBAU, 13. NÁPOLES - ROMA

FUTEBOL

CAMPEONATO DISTRITAL AVEIRO

JUNIORES - 1.ª DIVISÃO

JUNIORES - 1.ª DIVISÃO Resultados table.

JUNIORES - 1.ª DIVISÃO Classificação table.

JUNIORES - 1.ª DIVISÃO Próxima jornada table.

JUVENIS - 1.ª DIVISÃO

JUVENIS - 1.ª DIVISÃO Resultados table.

JUVENIS - 1.ª DIVISÃO Classificação table.

JUVENIS - 1.ª DIVISÃO Próxima jornada table.

JUNIORES - 2.ª DIVISÃO - SÉRIE B

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

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

JUNIORES - 2.ª DIVISÃO - SÉRIE B Próxima jornada table.

JUNIORES - 2.ª DIVISÃO - SÉRIE A

JUNIORES - 2.ª DIVISÃO - SÉRIE A Resultados table.

JUNIORES - 2.ª DIVISÃO - SÉRIE A Classificação table.

JUNIORES - 2.ª DIVISÃO - SÉRIE A Próxima jornada table.

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

JUNIORES - 2.ª DIVISÃO - SÉRIE B Próxima jornada table.

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

JUNIORES - 2.ª DIVISÃO - SÉRIE B Próxima jornada table.

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

JUNIORES - 2.ª DIVISÃO - SÉRIE B Próxima jornada table.

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

JUNIORES - 2.ª DIVISÃO - SÉRIE B Próxima jornada table.

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

JUNIORES - 2.ª DIVISÃO - SÉRIE B Próxima jornada table.

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

JUNIORES - 2.ª DIVISÃO - SÉRIE B Próxima jornada table.

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

JUNIORES - 2.ª DIVISÃO - SÉRIE B Próxima jornada table.

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

JUNIORES - 2.ª DIVISÃO - SÉRIE B Próxima jornada table.

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

JUNIORES - 2.ª DIVISÃO - SÉRIE B Próxima jornada table.

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

JUNIORES - 2.ª DIVISÃO - SÉRIE B Próxima jornada table.

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

JUNIORES - 2.ª DIVISÃO - SÉRIE B Próxima jornada table.

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

JUNIORES - 2.ª DIVISÃO - SÉRIE B Próxima jornada table.

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

JUNIORES - 2.ª DIVISÃO - SÉRIE B Próxima jornada table.

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

BENJAMINS B - SÉRIE B Classificação table.

BENJAMINS B - SÉRIE B Próxima jornada table.

BENJAMINS B - SÉRIE B Classificação table.

BENJAMINS B - SÉRIE B Próxima jornada table.

BENJAMINS B - SÉRIE B Classificação table.

BENJAMINS B - SÉRIE B Próxima jornada table.

BENJAMINS B - SÉRIE B Classificação table.

BENJAMINS B - SÉRIE B Próxima jornada table.

BENJAMINS B - SÉRIE B Classificação table.

BENJAMINS B - SÉRIE B Próxima jornada table.

BENJAMINS B - SÉRIE B Classificação table.

BENJAMINS B - SÉRIE B Próxima jornada table.

BENJAMINS B - SÉRIE B Resultados table.

BENJAMINS B - SÉRIE B Próxima jornada table.

BENJAMINS B - SÉRIE B Resultados table.

BENJAMINS B - SÉRIE B Próxima jornada table.

BENJAMINS B - SÉRIE B Resultados table.

BENJAMINS B - SÉRIE B Próxima jornada table.

BENJAMINS B - SÉRIE B Resultados table.

BENJAMINS B - SÉRIE B Próxima jornada table.

BENJAMINS B - SÉRIE B Resultados table.

BENJAMINS B - SÉRIE B Próxima jornada table.

BENJAMINS B - SÉRIE B Resultados table.

BENJAMINS B - SÉRIE B Próxima jornada table.

Depois da tempestade vem a bonança no futebol tigre

A equipa de futebol sénior do Sporting Clube de Espinho regressou este domingo às vitórias ao bater o Paivense por 2-0, em jogo disputado no estádio Comendador Manuel de Oliveira Violas a contar para o Campeonato Distrital da 1.ª Divisão. Os tigres, que ocupam o quarto lugar da tabela classificativa, estão a seis pontos do líder, o Águeda.

Era grande a expectativa em torno deste encontro, sobretudo no que respeita à forma como a equipa do Sporting Clube de Espinho iria reagir às duas derrotas que o antecederam. Os tigres iriam de frente ao Paivense, clube classificado a meio da tabela, que poderia querer aproveitar-se de alguma fragilidade destes dois maus resultados. Porém, a reação dos espinhenses foi muito positiva, notada, aliás, logo nos primeiros minutos de jogo. O Sporting de Espinho não se retraiu e assumiu o jogo, criando mais situações de golo do que o seu adversário, que apenas deu sinais da sua graça no primeiro minuto.

O golo dos tigres apenas surgiu no tempo de compensação dado pelo árbitro antes de as equipas recolherem aos balneários para o intervalo. O guarda-tigre, Bruno Silva, interceptou uma bola na sequência de um pontapé de canto, colocou-a em Rui João, na transição, que fez um 'chapeú' ao guarda-redes adversário. O resultado, com a vantagem de um golo para a equipa da casa, era mais do que justo.

No segundo tempo, a

Empate no bilhar

A equipa de bilhar do Sporting Clube de Espinho empatou 8-8 na deslocação a Leça do Balio à sede do D. Pedro C.

Neste jogo a equipa alvinegra constituída por Eduardo Costa, Henrique Tavares, Juliano Correia, Samuel Pereira e Paulo Pinto não teve a perícia necessária para ultrapassar um adversário tido como "acessível" tendo em conta o último lugar na classificação, empatando 8-8 (1-0, 2-0, 3-0, 3-1, 3-2, 4-2, 4-3, 4-4, 4-5, 5-5, 6-5, 6-6, 7-6, 7-7, 7-8 e 8-8). O Sporting Clube de Espinho completa assim a primeira volta desta primeira fase no quarto lugar, com 12 pontos, a quatro pontos do primeiro lugar e a três do segundo.

O início da segunda volta está marcado para 7 de janeiro, com mais uma saída dos tigres que vão de frente à Academia de Bilhar de Paços de Ferreira.

equipa do Paivense abriu-se mais na procura do empate e os espinhenses tiveram mais espaço para jogar e só não ampliaram mais cedo por manifesta falta de pontaria.

O golo da 'tranquilidade' acabou por surgir aos 70 minutos e foi apontado pelo extremo, Paulinho, na sequência de um pontapé de canto.

No próximo domingo a equipa do Sporting Clube de Espinho desloca-se ao terreno do Carregosense, na Carregosa, ao Campo Dr. Teixeira da Silva, em jogo a disputar a partir das 15 horas.

Sporting de Espinho, 2 Paivense, 0

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

Árbitro: Tiago Santos (AF Aveiro). Árbitros assistentes: Rui Ribeiro e Ricardo Correia.

Sporting Clube de Es-

Iniciados tigres vencem

A equipa de futebol de iniciados do Sporting Clube de Espinho foi a S. Bernardo vencer o Beira Mar por 1-4 em jogo a contar para o Campeonato Distrital da 1.ª Divisão. Vitória fácil dos tigres que aproveitaram ao máximo as situações criadas na primeira parte ainda que por algum relaxamento na altura da finalização poderiam e deveriam ter dilatado a vantagem ao intervalo. Assumiram o controlo desde o início os alvinegros e sem surpresa chegaram a vantagem por Sandro, com classe a abrir o ativo. Logo de seguida, ampliaram o score com Rodrigo de meia distância a não dar chances ao guarda-redes adversário. Sem reação, os da casa viram Avelino marcar o terceiro. Vantagem que poderia ter sido dilatada se ricardo não fosse perdulário na hora do remate.

No recomeço, os alvinegros entraram relaxados com a vantagem, facto que aproveitaram os aurinegros para reduzir e quase que reentravam na luta pelo resultado não fosse Ruben com uma grande defesa a evitar a aproximação. Os tigres voltaram a puxar dos galões e costa num belo cabeceamento a fechar o marcador.

Eis a equipa do Sporting de Espinho: Rúben; Eduardo, Resende, Costa e Simão; Rodrigo, Fábio, Avelino e Marques; Sandro e Ricardo. Jogaram Ainda: Gonçalo, Godinho, José Rodrigo, Henrique e Rafa. Treinador: Fábio Paquete. Marcadores: Sandro, Rodrigo, Avelino e Costa.

Resultados	Classificação
AC Famalicão-AD Valonguense 1-2	P J V E D GM-GS
Fiães SC-At. Cucujães 1-0	Águeda 31 12 10 1 1 24-6
Calvão-São Roque 1-4	Fiães SC 29 12 9 2 1 22-4
Águeda-Oliv. Bairro 1-0	Oliv. Bairro 26 12 8 2 2 27-11
Alba-Avanca 2-0	Sp. Espinho 25 12 8 1 3 18-10
U. Lamas-Milheiroense 5-1	U. Lamas 23 12 7 2 3 26-13
Esmoriz-P. Brandão 0-0	Sporting Paivense 20 12 6 2 4 15-14
S. João Ver-Carregosense 4-1	At. Cucujães 18 12 5 3 4 15-13
Sp. Espinho-Sporting Paivense 2-0	Alba 17 12 5 2 5 21-20

Próxima jornada (06/12)

AC Famalicão-Fiães SC	AD Valonguense 13 12 4 1 7 17-24
At. Cucujães-Calvão	AC Famalicão 12 12 3 3 6 17-16
São Roque-Águeda	Avanca 12 12 3 3 6 7-15
Oliv. Bairro-Alba	Esmoriz 12 12 3 3 6 11-21
Avanca-U. Lamas	Carregosense 11 12 3 2 7 19-23
Milheiroense-Esmoriz	P. Brandão 9 12 2 3 7 12-21
P. Brandão-S. João Ver	São Roque 9 12 2 3 7 10-25
Carregosense-Sp. Espinho	Milheiroense 7 12 1 4 7 15-34
(Carregosa/Ol. Azeméis/Domingo/15 horas)	
AD Valonguense-Sporting Paivense	

pinho - Bruno Silva; Sanguedo, Fábio Gonçalves, Rui Silva e Bruno Gomes; Ministro, Rui Lopes e Carlos Manuel (cap.); Paulinho, Rui João e Murillo.

Substituições: Rui João por Aidos (78), Paulinho por Mauro (84) e Rui Lopes por Pipa (88). Treinador: António Cerqueira.

Sporting Clube Paivense - David; Luís Miguel, Tiago Luís, Eduardo e Pedro Nunes;

Soares, Duarte e Joãozinho; Castro, Pechelim e Vítor Silva.

Substituições: Pedro Nunes por Batista (54) e Joãozinho por Artur (54).

Ao intervalo: 1-0. Marcadores: 1-0, por Rui João (45+2); 2-0, por Paulinho (70).

Disciplina: cartão amarelo a Sanguedo, Ministro, Paulinho e Rui João; Luís Miguel, Soares e Joãozinho. Cartão vermelho a Murillo.

Juvenis antenses vencem fora

A equipa de futebol de juvenis da Associação Desportiva da Freguesia de Anta/'Os Baixinhos' (ADF Anta/Baixinhos) bateu o Grupo Desportivo de S. Roque por 2-4, em jogo a contar para a Série B do Campeonato Distrital da 2.ª Divisão.

Na deslocação a um dos últimos classificados, os antenses sentiram dificuldades arrecadar os três pontos e voltar às vitórias. Talvez sentindo ainda a derrota da jornada anterior e o facto de o jogo ser realizado em relva natural, os Baixinhos nunca foram uma verdadeira equipa durante o primeiro tempo e demonstraram alguma apatia e falta de empenho em muitas situações de jogo o que originou um empate a dois no descanso. O "puxão de orelhas" ao intervalo foi evidente e os antenses mudaram completamente a sua atitude. O jogo passou a desenrolar-se no meio-campo da equipa da casa e foi com naturalidade que a equipa de Anta chegou à vitória. Apesar da primeira parte menos conseguida, os antenses mostraram toda a sua qualidade na etapa complementar e com esta vitória mantêm a sua posição nos lugares cimeiros da classificação.

Eis a equipa da ADF Anta: Diogo; Manuel, João Miguel, André e Sequeira; Varela, Rui Pedro, João Paulo e Francisco; Resende e Zinho. Jogaram ainda: Dinis, Micael e Daniel. Treinador: Pedro Costa. Marcadores: Francisco (2 golos), Rui Pedro e Resende.

Limpinho

A equipa de futebol de juvenis do Sporting Clube de Espinho perdeu, em casa, com o Fiães, por 0-3, em jogo a contar para o Campeonato Distrital da 1.ª Divisão.

Não foi um jogo fácil para o Sporting de Espinho porque encontrou ela frente uma equipa muito bem estruturada com um futebol de excelente qualidade.

O Fiães, que foi superior e muito disciplinado, sabendo aproveitar o desnorte da equipa da casa para implementar um estilo de jogo que baralhou por completo os tigres.

O resultado acaba por estar de acordo com aquilo que se produziu dentro das quatro linhas, premiando a equipa que melhor trabalhou.

O Sporting de Espinho só tem que se queixar de si próprio porque tem plantel para jogar muito mais basta querer e trabalhar melhor. Em relação à arbitragem, esteve muito bem porque mostrou muita experiência, caso contrário, com árbitros menos experientes talvez o jogo teria acabado com mais baixas para a equipa visitada.

Eis a equipa do Sporting de Espinho: Diogo Barbosa; Leonardo Rocha, Váler Gomes, Diogo Magalhães e Tiago Oliveira; Eduardo Ferreira (cap.), José Sá e Simão Fernandes; João Guilherme, Nelson Maganinho e André Pinhal. Jogaram ainda: João Fonseca, Adriano Silva e Bruno Cardoso. Não utilizados: Pedro Lemos, Tiago Guimarães, Antero Gonçalves e Joel Viela. Treinador: Ivan Santos. Treinador adjunto: Diogo Silva.

Manuel de Magalhães

Iniciados antenses vitoriosos

As equipas de futebol de iniciados (A e B) da Associação Desportiva da Freguesia de Anta/'Os Baixinhos' alcançaram duas vitórias este fim-de-semana.

A equipa 'A' de iniciados defrontou uma das equipas do topo da tabela, o União de Lamas e viu-se forçada a suar até ao último minuto para garantir os três pontos, com a vitória por 2-1. Numa primeira parte onde somente a equipa antense teve bola, foram escassas as ocasiões de golo junto de uma e de outra baliza. Na segunda parte os de Anta entraram bem mais dinâmicos ofensivamente e seria com todo mérito que se adiantariam no marcador por intermédio de Rafa que concluiria da melhor forma uma jogada de bom entrosamento coletivo. Num lance de bola parada cobrado por Edgar de forma superior o golo da vitória iria mesmo chegar.

Entretanto, a equipa B bateu o Vale por 3-1. A bola "chorava" no momento de ir para a baliza... as chuteiras "pesavam" toneladas na hora do remate... enfim, só de penalty, Naná abriu o ferrolho! Eficácia, foi o que a equipa visitante demonstrou, pois no primeiro lance na área do Anta e perante, alguma passividade, a bola só parou dentro da baliza; estava feito o empate e a certeza de quem não marca, sofre!

O intervalo chegou, não sem antes, Naná bisar na partida, através de um passe adocicado de Gonçalo Martins, que serviu para aligeirar tamanho desperdício! A etapa complementar, trouxe um futebol mais cinzento, acabando o golo de Luís Loureiro por ser o melhor lance deste período; cabeçada fulminante, numa antecipaçoão ao guarda-redes contrário!

Equipa A - Mário; Fábio, Gabi, Edgar e Bruno; Alex, Gui e Ruben B; Ruben G, Pedrito e Rafa. Jogaram ainda: Costinha e Chang. Marcadores: Edgar e Rafa. Treinador: Nelson Capela.

Equipa B - Henrique Sousa; Diogo Capela, David Santos, Rui Giro e Diogo Sousa; Luís Loureiro, Naná e João Pais; Gonçalo Martins, Simão Teixeira, Duarte Garriapa. Jogaram ainda: Hugo Silva, Diogo Santos, Pedro Dias, R. Bulhosa e Gustavo Couto. Treinador: Joaquim Gomes. Marcadores: Naná (2 golos) e Luís Loureiro.

Futebol popular

1.ª Divisão

Cantinho Ramboia-Magos Anta 0-4
Quinta Paramos-Estrelas Vermelhas 3-0
Cruzeiro Silvalde-Rio Largo 0-1
GD Ronda-Corga Silvalde 3-1
Juventude Outeiros-Leões Bairristas 2-2
Águias Paramos-Desportivo P. Anta 1-2
GD Outeiros-Novasemente 1-2

Classificação

	P	J	V	E	D	F-C
Magos Anta	12	5	4	0	1	11-5
GD Ronda	12	5	4	0	1	11-6
Leões Bairristas	10	4	3	1	0	14-3
Rio Largo	10	5	3	1	1	10-9
Juvent. Outeiros	8	5	2	2	1	7-3
Quinta Paramos	7	4	2	1	1	5-2
Novasemente	7	5	2	1	2	10-8
GD Outeiros	6	5	2	0	3	5-9
Cantinho Ramboia	5	5	1	2	2	5-11
Corga Silvalde	5	5	1	2	2	6-8
Águias Paramos	5	4	1	2	1	6-4
Cruzeiro Silvalde	3	4	1	0	3	3-7
Desportivo P. Anta	3	5	1	0	4	7-12
Estrelas Vermelhas	0	5	0	0	5	5-18

Próxima jornada

Leões Bairristas-Cantinho Ramboia (Seara/sábado/15h)
Desportivo P. Anta-Estrelas Vermelhas (Idanha/sábado/15h)
Novasemente-Cruzeiro Silvalde (Cassufas/sábado/15h)
Quinta Paramos-Juventude Outeiros (Paramos/sábado/16h30)
GD Outeiros-GD Ronda (Seara/sábado/17h15)
Rio Largo-Águias Paramos (Paramos/sábado/18h30)
Magos Anta-Corga Silvalde (Cassufas/domingo/10h)

Melhores marcadores

Miguel Oliveira (Leões Bairristas) 8
Luciano Silva (GD Ronda) 6

2.ª Divisão

Associação Esmojães-Lomba Paramos 4-1
Aldeia Nova-Juventude Estrada 1-2
GD Idanha-Desportivo Regresso 1-0
Bairro Ponte Anta-Império Anta 0-2
Estrelas P. Anta-Morgados Paramos 1-0
AD Guetim-Estrelas Divisão 3-0
Folgo o Águias Anta

Classificação

	P	J	V	E	D	F-C
Águias Anta	12	4	4	0	0	12-3
Estrelas P. Anta	11	5	3	2	0	10-5
Assoc. Esmojães	10	5	3	1	1	11-5
Império Anta	10	5	3	1	1	6-2
Morgados Paramos	9	5	3	0	2	6-3
GD Idanha	8	4	2	2	0	4-2
AD Guetim	6	4	2	0	2	8-5
Juventude Estrada	6	5	2	0	3	8-17
Bairro Ponte Anta	6	5	2	0	3	6-9
Aldeia Nova	4	5	1	1	3	10-14
Desp. Regresso	3	4	1	0	3	1-4
Lomba Paramos	1	5	0	1	4	9-15
Estrelas Divisão	0	4	0	0	4	1-8

Próxima jornada

Morgados Paramos-Bairro Ponte Anta (Paramos/sábado/14h30)
Império Anta-Aldeia Nova (Cassufas/sábado/17h)
GD Idanha-Lomba Paramos (Idanha/domingo/10h)
Juventude Estrada-Associação Esmojães (Paramos/domingo/10h)
Estrelas Divisão-Águias Anta (Guetim/domingo/10h)
Desportivo Regresso-AD Guetim (Seara/domingo/10h)
Folgo o Estrelas Ponte Anta

Melhores marcadores

Sérgio Castro (Aldeia Nova) 4

SILVALDE (Travessa dos Outeiros)

+ **D. Rosa Alves Gomes**
(Viúva de José Boia)
(Mãe da Professora Maria Zulmira)

Agradecimento e Missas de 7.º Dia

Sua filha e restante família vêm, por este meio, agradecer a todas as pessoas de suas relações e amizade que tomaram parte no funeral da sua ente querida ou que de outro modo se associaram à sua dor. Comunicam que as missas de 7.º dia serão celebradas domingo, dia 6 de dezembro, pelas 11 e as 18 horas, na Igreja Paroquial de Silvalde. Desde já agradecem a todos quantos participarem nestas santas eucaristias.



A família
Silvalde, 3 de dezembro de 2015

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

+ **João Luís Rodrigues Félix**
Missa do 7.º Aniversário

"O tempo passa e a saudade aumenta"

Com eterno amor de teus filhos e netas

Será celebrada missa domingo, dia 6, pelas 11 horas, na Igreja Paroquial de Anta.



SILVALDE

+ **Rita Silveira Pereira Sengo**

Missas do 5.º Aniversário do falecimento

Seu marido, filhas, filhos, noras, genros e netos vêm, por este meio, participar que serão celebradas missas por alma do seu ente querido dia 6, domingo, pelas 11 e 18 horas, na Igreja Paroquial de Silvalde. Desde já agradecem a quem comparecer.




+ **Joaquim Alves Pereira**
02-12-2015

14.º Aniversário do seu falecimento

*Faz 14 anos que partiste
Vivemos de recordações
A tua ausência é muito triste
Jamais sairás dos nossos corações*

Sua esposa, filhas e genro recordam-no com profunda saudade.



Rosa Pereira Moutinho de Oliveira

+ Missa do 3.º Aniversário do falecimento

Seus filhos, noras, genro, netos, bisnetos e restante família vêm, por este meio, comunicar que será celebrada missa por alma da saudosa extinta, dia 11, sexta-feira, pelas 19 horas, na Igreja Matriz de Espinho.



GUETIM - ESPINHO (Largo do Souto)

+ **D. Glória Joaquina de Oliveira Pinto**

Agradecimento e Missa de 7.º Dia

Seus filhos, noras, netos, bisnetos e restante família vêm, por este meio, agradecer a todas as pessoas de suas relações e amizade que tomaram parte no funeral do seu ente querido ou que de outro modo se associaram à sua dor. Comunicam que a missa de 7.º dia será celebrada sábado, dia 5 de dezembro, pelas 17,30 horas, na Igreja Paroquial de Guetim. Desde já agradecem a todos quantos participarem nesta Santa Eucaristia.



A família
Guetim - Anta, 3 de dezembro de 2015

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

+ **Herminia Seoane Alvarez**

Missa do 2.º Aniversário do falecimento

A família vem comunicar que será celebrada missa por alma do seu ente querido, dia 5, sábado, pelas 19 horas, na Igreja Matriz de Espinho. Desde já agradece a todos quantos participem na Eucaristia.



Espinho, 3 de dezembro de 2015

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

+ **Armando Brandão Almeida**

Missa do 19.º Aniversário do falecimento

Seus filhos, noras, genro, netos, bisnetos e restante família vêm, por este meio, comunicar que será celebrada missa por alma do saudoso extinto, dia 8, terça-feira, pelas 19 horas, na Igreja Matriz de Espinho.



+ **José dos Santos Mourão**
(Aposentado do Casino)

Missa do 17.º Aniversário

Sua esposa e toda a família, recorda o seu 17.º aniversário com muita saudade. Será celebrada missa por sua alma, dia 4, sexta-feira, às 8 horas, na Igreja Paroquial de Silvalde. Desde já agradecem a quem comparecer.



+

Maria Alice Pereira Santos

Agradecimento e Missas do 7.º Dia

Seu marido, filhas, genros e netos vêm, por este meio, agradecer a todas as pessoas que participaram no funeral do seu ente querido ou que de outro modo manifestaram o seu pesar. Comunicam que as missas de 7.º dia serão celebradas dia 6, domingo, pelas 11 e 18 horas, na Igreja Paroquial de Silvalde. Desde já agradecem a todos quantos participarem.



Silvalde, 3 de dezembro de 2015

ESPINHO (Rua 62, n.º 872)

+ **José Ferreira da Silva**

Agradecimento e Missa do 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 do 7.º dia será celebrada amanhã, sexta-feira, pelas 19 horas, na Igreja Matriz de Espinho. Desde já agradece todos quantos participem na Eucaristia.



Espinho, 3 de dezembro de 2015

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

+ **Fernando de Sousa Ferreira Baptista**

Missa do 10.º Aniversário do falecimento

Sua esposa, filhos, nora, netas e restante família vêm, com profunda dor e saudade, comunicar às pessoas de suas relações e amizade que será celebrada missa por alma do seu ente querido, dia 8, terça-feira, pelas 19 horas, na Igreja Matriz de Espinho. Desde já agradecem a todos quantos participem na Eucaristia.



Espinho, 3 de dezembro de 2015

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

Sérgio Augusto Pinto Santos
Paula Cristina Pereira Santos
Tânia Raquel Pereira Santos
Carla Patrícia Pereira Santos
Cristiano Rodrigues Moreira
Bruno Manuel Alves Silva
Guilherme Patrício Fonseca Rodrigues
Soraia, Ricardo, Solange

S. PAIO DE OLEIROS - ESPINHO

+ **Eng.º Rogério da Rocha Malta**

Missa do 5.º Aniversário do falecimento

Seus filhos e restante família vêm, por este meio, comunicar que será celebrada missa por alma do seu ente querido dia 5, sábado, pelas 19 horas, na Capela do Sameiro, em S. Paio de Oleiros. Desde já agradecem a todos quantos participem na Eucaristia.



ANTA

+ **Luciano da Conceição Teixeira Augusto**

Agradecimento

Seus filhos, noras, netos, mãe e restante família 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, confortando-os em tão doloroso momento.



Anta, 3 de dezembro de 2015

Paulo Sérgio Augusto
Márcio Augusto
Andreia Augusto
Daniela Moreira

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

FARMÁCIAS (Serviço de turnos do concelho de Espinho)
DISPONIBILIDADE - Das 24 às 9 horas (só para receitas do dia ou da véspera)

Sexta (04) - MAIS..... Rua 19, n.º 1412 - Anta - Tel. 227 341 409
Sábado (05) - MACHADO Av.ª Central Sul, 1275 - Paramos - Tel. 227 346 388
Domingo (06) - DE ANTA..... Rua Tuna Musical, 907 - Anta - Tel. 227 341 109
Segunda (07) - TEIXEIRA... Ctr. Com. Solverde/1 - Av.ª 8 - Espinho - Tel. 227 340 352
Terça (08) - SANTOS..... Rua 19, n.º 263 - Espinho - Tel. 227 340 331
Quarta (09) - PAIVA..... Rua 19, n.º 319 - Espinho - Tel. 227 340 250
Quinta (10) - HIGIENE..... Rua 19, n.º 293 - Espinho - Tel. 227 340 320

ASSOCIAÇÃO COMERCIAL DE ESPINHO



COMÉRCIO investe

50% a FUNDO PERDIDO

Modernização a nível empresarial Valorização dos espaços urbanos

Uma aposta da sua Associação! Uma janela de oportunidades!



Direção-Geral das Atividades Económicas



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

dentalDOCTORS
• Clínica Dentária •
Dir. clínico: Dr. João de Azevedo

QUER VOLTAR A SORRIR?
Contacte-nos e marque já a sua PRIMEIRA CONSULTA de AVALIAÇÃO

Ligue já para 926 525 908

Clínicas em Gondomar e Espinho
www.dentaldoctors.pt
f dentaldoctorsgondomarespinho
Rua 25 de Abril, 175 - Gondomar
Rua 19, 342 - Sala 1.3 - Espinho

implantes dentários e estética dentária
"Dentes fixos num só dia"
técnica inovadora que permite a colocação de dentes fixos num só dia

Temos a solução certa para si, com preços atrativos e condições de pagamento especiais.

*Em Espinho,
a tradição tem um nome*

Aipal
50 ANOS