

Tourada rende 885 mil euros à Junta



página 4



Foto VÍTOR LANCHÁ

“As referências da memória estão presentes neste projeto” Rui Lacerda e o estudo prévio de requalificação da Alameda

página 2 e 3

Pedro Nelson de Sousa é o novo provedor da Santa Casa da Misericórdia

página 4

Pai Natal chega com uma rena

página 13



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.



“As referências da memória de Espinho como espaço vivido e cosmopolita estão presentes neste projeto”

Rui Lacerda e o estudo prévio de requalificação da Alameda 8

Logo após aprovação em reunião de Câmara do estudo prévio de requalificação da Alameda 8, da autoria dos arquitetos Rui Lacerda e Francisco Mangado, foi dada à estampa “a importância urbana do espaço liberto pela linha ferroviária e o ordenamento da cidade virada para o mar enquadram e conformam o conceito criado pelo gabinete de arquitetura vencedor do concurso internacional de ideias.” Destacou-se territorialmente, “o novo espaço com características de parque central vai ser predominantemente verde, criando um eixo na cidade, capaz de se ler como um segundo nível espaço-praia.” Uma zona verde que pretende criar “uma sequência e uma transição entre a cidade construída e o limite último que é o oceano.” Oito milhões e 250 mil euros é o custo estimado da obra que deverá arrancar em 2016.

Lúcio Alberto

– O estudo prévio de requalificação do espaço da designada Alameda 8, agora apresentado corporiza alterações que alteram o estudo que ganhou o concurso em 2008 ou pressupõe a sua valorização estética, urbanística e ambiental daquele espaço de referência da cidade?

“O estudo prévio apresentado tem como base, os mesmos princípios conceptuais do estudo que ganhou o concurso. Em Arquitetura o processo é e será sempre evolutivo. Continuamos a pensar que o vazio criado pelo enterramento da linha é uma oportunidade para o desenvolvimento e para a melhoria da cidade. A ideia da afirmação do vazio como mero espaço público, de relação, de trânsito e de encontro na cidade, continua a ser a nossa opção com o objetivo de dar resposta às aspirações da comunidade que necessitadas desse espaço público, vêm o uso pedonal, o espaço verde e esparecimento como única alternativa funcional viável e justa em termos históricos. A unidade deste espaço, como conceito de desenho e traduzido como sutura, é mantido. A malha e seu desenho recordando uma rede de pescadores estendida, é assumida como signo definidor do desenho do espaço público transitável. As referências da memória de Espinho como espaço vivido e cosmopolita estão presentes neste projeto. As praças com referência à história da cidade e evocar as partículas de memória nas personalidades ligadas às Artes e Letras que deram sentido a uma atmosfera então vivida, serão testemunho onde poderemos encontrar os sentidos de uma nova contemporaneidade.

O estudo prévio agora apresentado tem como base este ‘sentir’, com adaptações aos tempos de hoje, e com valências introduzidas que enriquecem o espaço. Sete anos nos separaram desde que ganhamos o concurso. Está agora em processo de trabalho no sentido da sua concretização. Reafirmo que todo o espaço está a ser pensado com as mesmas ideias que nortearam o projeto de concurso, onde o parque subterrâneo, a grande pala da praça progresso e o edifício do turismo são as construções que definirão pontos de referência em todo esta área. O verde como elemento de ligação e de controlo de escala deste grande espaço associado à malha enquanto desenho de unidade são os pontos/charneira de valorização e de unidade. O espaço de predominância pedonal assume-se como incentivador das valências que o limitam, permitindo e desafiando o uso e ocupação do mesmo pelos intervenientes que dele se podem servir, usufruindo dessas implementações dinâmicas num espaço público. Interagir o privado com o público é a mecânica do sucesso deste espaço. A evolução de um processo arquitectónico como este, tem sempre como preocupação a valorização estética, urbanística e ambiental para espaço que se vai intervir. Tencionamos juntamente com a Câmara fazer a presen-



Gabinete de arquitetura do estudo prévio de requalificação da Alameda 8 com o espinhense Rui Lacerda, o espanhol Francisco Mangado (Patchi) e Diogo Lacerda

“A unidade deste espaço, como conceito de desenho e traduzido como sutura, é mantido. A malha, e seu desenho recordando uma rede de pescadores estendida, é assumida como signo definidor do desenho do espaço público transitável.”

tação pública deste processo à comunidade de Espinho.”

– A construção de um espaço para espetáculos proporcionará a atração sociocultural e turística... E acresce a preocupação ambiental... Todas as componentes julgadas essenciais à revitalização daquela zona fundamental para a cidade foram equacionadas e interligadas? Trata-se da requalificação de um espaço urbano sem descuidar a qualidade de vida dos espinhenses e a atratividade turística?

“Essa área proposta, já prevista na proposta do concurso, será uma grande pala, onde tudo poderá acontecer, o estar, disfrutar, interagir, escutar, actividades lúdicas. É um momento urbano num grande espaço, que também necessita de alguma ordem de usos. A sua localização não é ingénua. Sabemos que o protagonismo não pode ser exclusivo da área entre a Rua 23 e a Rua 19. Será mais um polo dinamizador da área sul e apelativo pelas funções que pode adquirir para os cidadãos da cidade de Espinho e para quem a visita.”

– A importância urbana do espaço liberto pela linha ferroviária e o ordenamento da cidade virada para o mar enquadram e conformam, de facto, o conceito criado pelo gabinete de Arquitetura vencedor do concurso internacional de ideias?

“Este espaço pretende ter uma identidade, é um vazio importante em termos geométricos, transformando-se, para ocupar o papel e influencia urbana que um dia teve e que lhe corresponde. Este novo espaço será como uma antessala do mar e este daquele. Este diálogo pretende-se que seja perma-

“O estudo prévio agora apresentado tem como base este ‘sentir’, com adaptações aos tempos de hoje, e com valências introduzidas que enriquecem o espaço”

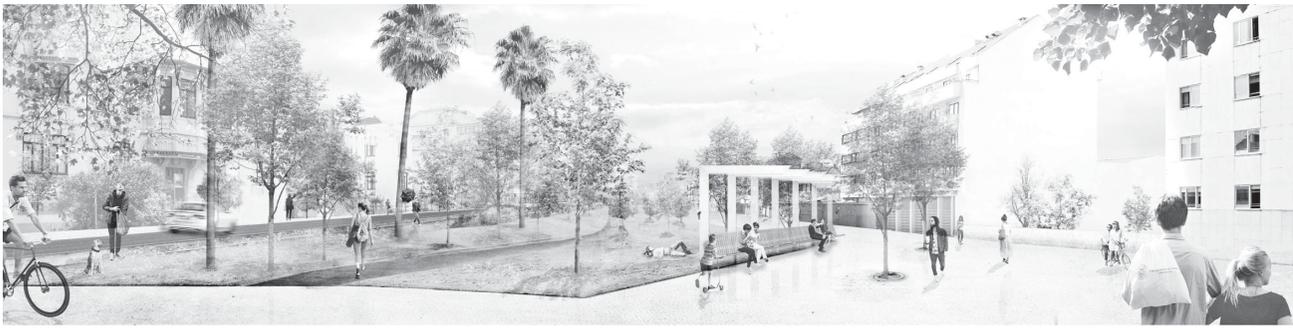
nente. O conceito foi definido já na proposta do concurso e mantém-se. Os processos são evolutivos e terão que se adaptar às necessidades e condicionantes socioeconómicas de um contexto mais alargado. É esta também a função da Arquitetura. E podem ser feitas adaptações à realidade de hoje, sem por em causa o espírito que norteou este trabalho desde o seu início, e não retirar qualidade ao mesmo, pelo contrário melhorando-o, dando resposta às aspirações dos cidadãos, que vêm o uso pedonal, espaços verdes e esparecimento como solução funcional e justa em termos históricos.”

– O arranque da obra em 2016 dependerá da vertente política e não técnica...

“Estou certo que a obra arrancará em 2016, sabendo que é um processo moroso, de ordem processual, dependendo de entidades que terão de ser consultadas. Juntamente com a Câmara será possível tornar todo o processo mais célere.”

– Oito milhões e 250 mil euros é o custo estimado da obra. Bastará tal valor?

“Temos um teto orçamental e será dentro desse valor que teremos de gerir este processo, sendo certo que nunca será colocado em causa a qualidade e dignidade do espaço pensado. Estamos a intervir num espaço público onde muito dos elementos que o compõem estão debaixo do solo, nomeadamente as infraestruturas. Com os documentos gráficos que possuímos, contamos conseguir executar a obra dentro do tecto orçamental previsto.”



“Oito anos depois o tempo permite-nos pensar e adaptar as realidades de hoje em dia que são diferentes”

Diogo Lacerda, coordenador do projeto de arquitetura

O arquiteto Diogo Lacerda é o coordenador do projeto de arquitetura e também respondeu a outra meia dúzia de questões do jornal *Defesa de Espinho*.

– No rescaldo da aprovação, em sede da Câmara Municipal, do estudo prévio de requalificação do espaço da Alameda 8, há quem já ponha reticências às características de “parque central” predominantemente verde. E se não fosse tão esverdeado... surgiriam reclamações de que não se preservava o ‘pulmão’ citadino?

“Nunca será possível agradar toda a gente. Certo é que estamos a desenvolver um projeto com base num estudo vencedor em 2008. Temos ouvido bastantes opiniões. Já passaram oito anos e com elas tentar dar nova vida a este espaço, repensado e bem estruturado. Se tem muito verde é porque não deveria ter, se não o tem é porque deveria ter. O projeto não é mais do que uma adaptação ao estudo vencedor. Oito anos depois o tempo permite-nos pensar e adaptar as realidades de hoje em dia, que são diferentes. Seria muito mau sinal se não o fizessemos. Um projeto de arquitetura vai-se ajustando as realidades e ao tempo. As ideias vão-se amadurecendo. Se não o fizessemos não era arquitetura...”

– Sem melindre da discussão técnica, a Concelhia do PS concluiu que o projeto apresenta-se agora mais simplista... E a vereação do PS ainda foi mais corrosiva na análise e contestação...

“Em relação a análise dos membros da vereação como também do líder da Concelhia do PS, não consigo perceber. Em relação aos primeiros, tiveram acesso ao estudo antes da reunião de Câmara e penso que deveriam tentar perceber e consultar com os projetistas antes de fazerem uma análise que eu digo errónea e puramente desvirtuada da realidade técnica do projeto. Creio que questões partidárias devem ser postas de parte quando o que está em causa é o desenvolvimento da cidade de Espinho. Lembro que o estudo venceu um concurso em 2008 numa altura em que a Câmara por acaso era PS, não tendo esse executivo dado sequência assinatura do contrato e execução do projeto. Relativamente ao meu colega de profissão e líder da concelhia do PS lembro apenas que foi feita uma apresentação do projeto a elementos do partido socialista e essa apresentação não era apenas um proforma, servia para auscultar sensibilidades estando aberto a sugestões. Nessa reunião nada referiram, pouco comentaram dando até os parabéns aos projetistas. Não me parece de todo razoável que o Partido Socialista tenha convocado uma conferência de imprensa para pôr em causa a realidade do projeto quando no momento em que teve oportunidade de o fazer com os projetistas não o fez. Estaríamos disponíveis para esclarecer qualquer dúvida que ainda persistisse, porque as explicações que foram dadas além de em parte serem erradas e revelarem desconhecimento do projeto, põe em causa a integridade dos técnicos com experiência e que estão a fazer de tudo para apresentar uma solução que sirva os cidadãos e a cidade.”

– A Câmara Municipal pretende que o projeto seja segmentado em termos de orçamento e vertentes, objeto de

possíveis candidaturas e que contemple zona de paragem de autocarros junto à estação de comboios, ciclovias com ligação ao concelho de Gaia, percursos pedonais e zonas de paragem curta para permitir a transição de transportes. Tudo isto e algo mais é viável e adequado ao espaço em causa?

“Claro que sim. Faz todo o sentido este projeto ser segmentado tanto em candidaturas como na execução do mesmo. O espaço é enorme e terá que ser pensado numa execução viável tanto em recursos como na adaptabilidade de maneira a não comprometer o comércio, as pessoas e os habitantes. Está a ser pensado e bem pensado pela autarquia em conjunto conosco. O estudo está a ser muito mais abrangente de maneira a conseguirmos uma uniformidade e um pensamento que achamos o correto para o futuro.”

– E às zonas (e os equipamentos) periféricas? O estádio de futebol é matéria de outro assunto...

“Em relação às zonas periféricas podemos dizer que estão a ser pensadas de maneira a que possam ser evolutivas e potenciadas. Quanto ao estádio de futebol não me compete comentar. É um assunto que não diz respeito ao projeto em causa.”

– O aludido estudo prévio estará na base do projeto da obra de requalificação à superfície do canal ferroviário (ReCaFe). O que é que muda em concreto no que concerne à anterior denominação e a... RECAFE? Politicamente já se desdenha a designação ReCaFe...

“ReCaFe foi apenas uma denominação para encurtar a designação requalificação do canal ferroviário. Em relação ao projeto mantemos as linhas condutoras, adaptadas à realidade de hoje em dia. O conceito base e a malha permanecem como elemento chave do projeto. Quando num estudo prévio falamos de pavimento, esse mesmo pavimento terá que ser pensado e está a ser desenhado, seguindo o conceito da malha que tínhamos no concurso. As praças continuam como definidores de espaços. Os edifícios são retirados porque não faziam parte integrante da construção a não ser um posto de turismo, cafetaria e uma pérgola que representa um espaço para eventos, concertos, zona lúdica. Como cidadão de Espinho, acho claramente que o comércio existente é que deve potenciar e aproveitar o espaço que irá nascer e não criar nova construção para retirar ao que existe. Isso não impede que avaliadas as condições económicas a médio longo prazo, não possam ser criadas depois estruturas de apoio ao longo do espaço. O projeto acomoda o possível aparecimento dessas estruturas.”

– Integrar um dossiê desta envergadura e especialmente na cidade de Espinho com os arquitetos Rui Lacerda e Francisco Mangado confere-lhe um privilégio e/ou uma responsabilidade acrescida?

“Responsabilidade tenho em tudo o que faço, mas é evidente que é um privilégio e um desafio poder assumir uma pasta com esta dimensão em representação de arquitetos cuja carreira dispensa de apresentações e que foram e são tão importantes na minha formação, como o meu Pai e o Patxi.”

Lúcio Alberto

Vinte mil euros para Anta e Guetim

Assinado contrato interadministrativo para obras de pavimentação de ruas

Pinto Moreira e Nuno Almeida, presidentes respetivamente da Câmara Municipal de Espinho e da Junta de Anta e Guetim, assinaram um contrato interadministrativo que contempla a transferência de 20 mil euros para obras de pavimentação de ruas daquelas freguesias.

Trata-se do contrato re-

ferente ao ano de 2015 que faltava subscrever, a exemplo do que já foi feito com as outras freguesias do concelho.

As juntas aplicam estas verbas transferidas da Câmara Municipal em obras de requalificação e melhoramentos viários nas ruas das freguesias do concelho.

Assembleia Municipal no dia 21

A quinta sessão ordinária da Assembleia Municipal será encetada às 21 horas próximo dia 21, com Documentos Previsionais para o ano 2016 (incluindo mapa de pessoal), contratação de empréstimo de curto prazo para o ano de 2016 e tabela de taxas para o ano 2016 ma ordem de trabalhos.

Na agenda consta também a proposta de projeto de regulamento do horário de funcionamento dos estabelecimentos de venda ao público e de prestação de serviços e ainda propostas que visam prosseguir as atribuições da autarquia.

A delegação de competências relacionadas com sistema de mobilidade e serviço público de transporte de passageiros antecede o ponto da ordem de trabalhos referente ao relatório final da Inspeção-Geral de Finanças – auditoria de “controlo do endividamento e da situação financeira da Administração Local Autárquica” ao Município de Espinho.

Seguem-se o relatório da Comissão Eventual de Acompanhamento das Refeições Escolares e, por último, a informação escrita do presidente da Câmara acerca da atividade municipal;

Associação Cívica promove conferência “Arquiteturas - Espinho 50/80”

A Associação Cívica de Espinho (ACIVE) realiza às 21h30 desta sexta-feira, no salão +olivalente da Biblioteca Municipal, a conferência “Espinho na saga da Arquitetura Moderna”, que terá como orador o professor arquiteto Domingos Tavares (FAUP), centrada na obra dos arquitetos espinhenses Jerónimo Reis, Eduardo Lacerda e Sérgio Gonçalves, ativos entre os anos 50 e 80 do século passado.

Esta constitui a primeira sessão do ciclo de conferências “Arquiteturas - Espinho 50/80”, que conta com o apoio da Câmara Municipal de Espinho, bem como com do NAAV - Núcleo dos Arquitetos de Aveiro (AO - Ordem dos Arquitetos).

A ação destes três arquitetos espinhenses - cujas obras desenvolvidas na região, com grande incidência no sector identificado com a “Malha Ortogonal” de Espinho, no período em que em Portugal se alicerça

o chamado “Modernismo” - está significativamente ligada à formação da nossa identidade local, bem como à memória coletiva.

A análise ao seu contributo, serve de mote para a reflexão que se pretende.

Com este ciclo de eventos, a ACIVE insere o tema “Arquiteturas” no âmbito do ciclo temático da “Qualidade de vida” que tem sido desenvolvido pela Associação Cívica de Espinho, envolvendo a comunidade local no debate sobre a importância da Arquitetura na criação da identidade e memória local, bem como na necessidade da sua afirmação como elemento valorizador da cidade.

A conferência de sexta-feira dá início ao ciclo de eventos “Arquiteturas - Espinho 50/80”, que se estenderá durante o ano de 2016 e inclui ainda uma exposição retrospectiva dos arquitetos Jerónimo Reis, Eduardo Lacerda e Sérgio Gonçalves, a realizar em data a anunciar.

Pedro Nelson de Sousa é o novo provedor da Santa Casa da Misericórdia

Edgar Alves Ferreira preside
à Assembleia Geral
e Guy Viseu ao Definitório



Pedro Nelson de Sousa sucede a Amadeu Morais no cargo de provedor da Santa Casa da Misericórdia de Espinho.

dia de Espinho.

No segundo dia 2 de dezembro realizou-se na Santa Casa da Misericórdia de Espinho a Assembleia Geral Eleitoral para a escolha dos elementos que irão compor os órgãos sociais para o quadriênio compreendido entre 2016 a 2019.

O escrutínio ditou a eleição da lista, com a seguinte composição:

Mesa da Assembleia Geral - presidente Edgar Alves Ferreira; vice-presidente Nuno Miguel Ferreira Morais; secretário Rui Pessoa de Sousa Gomes.

Definitório - presidente Guy Alberto Correia da Costa Viseu; vice-presidente Maria Filomena Maia Go-

mes; secretário Joaquim Vasconcelos Ferreira.

Mesa Administrativa - provedor Pedro Nelson Gonçalves de Sousa; vice-provedores Carlos Alberto Castro Pinto de Oliveira e Cristina Helena Henriques Lopes Relvas; secretária Teresa Maria Vieira da Rocha; tesoureiro Álvaro Augusto Baptista Rocha; tesoureiro-adjunto Susana Cristina Pardilho Ferreira; vogais Fernando Rogério Castro Ramos Pereira, Júlio Milheiro Nunes, Maria Fernanda Peres Borges Gomes, Vítor Manuel da Costa Pinto Brandão e

Tiago Pais Amorim de Sousa; suplentes Ricardo Manuel de Araújo Catarino e Manuel Oliveira Pinto.



Fotos VÍTOR LANCHÁ

Tourada rende 885 mil euros à Junta de Espinho “Pedrotur Imobiliária”, do grupo Salgueiro vence hasta pública



Carrinha para a Cerciespinho comprada com a participação do Projeto Volta Solidária

A Cerciespinho realizou ontem de manhã uma sessão pública de “reconhecimento e agradecimento” pela participação no Projeto Volta Solidária e fez a apresentação da faixa de reconhecimento público colocada na carrinha adquirida com o apoio deste projeto que angariou cerca de 15 mil euros.

Esta cerimónia, que foi dirigida a todas as empresas e entidades que apoiaram o projeto, realizou-se no Centro Residencial e Ocupacio-

nal, na Idanha e contou com a presença dos principais intervenientes na Volta Solidária, José Carlos Peixoto e Helena Lemos, bem como da vereadora da Cultura e Ação Social da Câmara Municipal de Espinho, Leonor Lêdo da Fonseca e do Chefe da Divisão de Desporto da autarquia, Jorge Crespo.

A Cerciespinho entregou às empresas “certificados de responsabilidade social pelo apoio ao projeto” e a todos os jornais “certificados de res-

ponsabilidade social da comunicação social pela divulgação das iniciativas da Cerciespinho e outras associadas às pessoas com deficiência e defesa e promoção dos direitos das pessoas com deficiência”.

A carrinha adquirida irá circular com a faixa em reconhecimento público dos atletas e empresas que permitiram a sua aquisição.

A iniciativa levada a cabo por José Carlos Peixoto e Helena Lemos “esteve muito acima das expectativas”, como referiu, a propósito, a atleta. “Percorremos cerca de 1900 quilómetros e pretendíamos angariar um erro por quilómetro”, explicou Helena Lemos, não escondendo a sua felicidade.



O espaço da Tourada foi vendido esta segunda-feira, em hasta pública, por 885 mil euros à “Pedrotur Imobiliária, LDA”. O leilão decorreu na sala das assembleias da Junta de Freguesia de Espinho e partiu de um valor em concurso de 800 mil euros.

A mesa constituída para o leilão foi presidida por Luís Correa de Sá, vogal da Junta de Freguesia de Espinho, que explicou aos concorrentes todos os trâmites do processo.

Foram a concurso apenas duas propostas - uma da ‘Pedrotur Imobiliária, LDA’, cujo valor inicial era de 800 mil euros e uma outra de Joaquim Marques de Almeida Santos, cujo valor era de 805 mil euros.

A “Pedrotur Imobiliária, LDA”, ligada à família Salgueiro, acabou por licitar a

oferta, cobrindo em 80 mil euros a proposta apresentada pelo outro concorrente.

No final do leilão, o presidente da Junta de Freguesia de Espinho, Rui Torres, não escondeu a sua satisfação pelo valor arrecadado pela sua junta e, sobretudo, pelo facto de “aquele espaço da cidade e da freguesia poder vir a ser valorizado e tornar-se numa nova centralidade. Mais do que os números, fico satisfeito por saber que vamos poder desenvolver mais o nosso território”, sublinhou o autarca.

Rui Torres disse, ainda, que a verba agora arrecadada “ultrapassa em mais de quatro vezes o orçamento anual da Junta de Freguesia” e que, por isso, “vem dar uma capacidade financeira para que a Junta possa olhar para os compromissos que tem com as instituições e com os espinhenses de forma a po-

der cooperar ainda mais com eles”.

Rui Torres afirmou, ainda, que “irão ser estudados os investimentos a fazer com esta verba” e que “há um compromisso político com os partidos fazendo com que metade deste valor seja mantido como rendimento para os próximos anos”.

Por sua vez, o representante da “Pedrotur Imobiliária, LDA”, Pedro Salgueiro, mostrou-se satisfeito com o investimento, uma vez que a sua empresa é do ramo imobiliário. O jovem gestor explicou que “embora exista um projeto para aquele espaço, teremos de o reanalisar, já que a cidade está a crescer para sul. Vamos redefinir as prioridades no projeto que pressuponha habitação e escritórios”.

Manuel Proença

Editorial

Lúcio Alberto

**(Pequenas grandes)
coisas (e causas)
do comércio
de proximidade
(e personalizado)**

As principais artérias da cidade recebem, nas épocas natalícias, várias atividades de animação e de promoção do comércio de proximidade (ou tradicional como outrora era sinalizado). Iniciativas que visam cirurgicamente apoiar os comerciantes locais, em quadras festivas que para a maioritária parcela empresarial afigura-se (periodicamente) como “tábua de salvação”...

E assim se promove e se dinamiza o comércio tradicional (ou de proximidade como agora se tornou corrente), envolvendo a comunidade concelhia (e estrategicamente a periférica) na tradição natalícia.

Fomenta-se e incute-se dinâmicas no comércio e nas vivências socioculturais em espírito natalício. Assegura-se o presente do comércio (e dos setores de serviços que assessoram a atividade). E revalida-se a atividade do comércio em Espinho.

Implementam-se novos conceitos promocionais. Injetam-se novos modelos de marketing e aperfeiçoam-

se as técnicas de atendimento. Acrescem a tudo isto adequados dispositivos logísticos e ainda espaços funcionais e apelativas montras e expositores.

É tempo de Natal e de oportunidade para o dito comércio tradicional, de proximidade e (para que também conste) personalizado.

Dirá sempre alguém que os tempos são outros... e de coisas superdimensionadas... Mas a vida também é feita (hoje e amanhã), como outrora, de pequenas grandes coisas. Personalizadas (e valorizadas por itens de proximidade e comodidade).

Pequenas grandes coisas a encarar como causas de uma comunidade com memória e tradição. Mas não basta esperar que os consumidores larguem as filas intermináveis no atendimento e no ato do pagamento do consumo. Os comerciantes e os agentes políticos, corporativos e associativos devem dar os primeiros passos...



Foto VÍTOR LANCHA

**Recolha têxtil
em contentores**

A parceria entre a Câmara Municipal de Espinho e a empresa Sarah Trading - Recolha, Gestão e Reciclagem de roupa usada, calçado e brinquedos gerou contrapartidas financeiras para instituições humanitárias do concelho no valor de 6 mil 361 euros nos primeiros seis meses de funcionamento do sistema.

Ontem foram entregues os primeiros três cheques no valor de 2.123,67 euros a cada uma das instituições indicadas pela Câmara Municipal: Delegação da Cruz Vermelha em Espinho, Associação Humanitária dos Bom-

beiros Voluntários de Espinho e Associação Humanitária dos Bombeiros Voluntários Espinhenses.

Para além destas contrapartidas financeiras serão ainda entregues “kits” de roupa e calçado a dez agregados familiares do concelho.

Neste momento a recolha é feita em dezoito contentores distribuídos pelo Município, mas em breve serão instalados mais nove equipamentos de recolha especificamente fabricados pela empresa Sarah Trading.

A empresa Sarah Trading com sede em Seia é um projeto 100 por cento português que apoia famílias e instituições, preserva o meio ambiente, promove a economia social e criou 70 postos de trabalho a nível nacional.

Dado o interesse social do serviço prestado, a Câmara Municipal de Espinho celebrou um protocolo de cooperação com a empresa, tendo em vista o aproveitamento de têxteis, roupas, calçado e brinquedos usados pela população do concelho, gerando contrapartidas financeiras para instituições humanitárias.

Cheques para a Delegação da Cruz Vermelha e as associações dos Bombeiros de Espinho e dos Espinhenses, na presença do presidente da Câmara, Pinto Moreira, e dos vereadores Leonor Fonseca e Quirino de Jesus

Entrega de contrapartidas financeiras a instituições sociais do concelho, resultante de parceria na recolha e reciclagem de roupas, calçado e brinquedos usados

Para além das contrapartidas financeiras serão ainda entregues “kits” de roupa e calçado a dez agregados familiares do concelho

**Condições desumanas
numa arrecadação
do Bairro da Ponte de Anta**

Manuel Vilares, do Bloco de Esquerda, requer “nos termos legais e regimentais aplicáveis” que a presidência da Assembleia Municipal diligencie junto da Câmara para se averiguar que medidas a autarquia adotou “para a resolução de um cidadão que vive numa arrecadação do Bairro da Ponte de Anta sem o mínimo de condições”.

“Tem a autarquia efetuado diligências no sentido de arranjar uma habitação para este cidadão?”, questiona a vogal da Assembleia Municipal. “Se sim, quais? A situação que ocorre há cerca de uma década. O cidadão tem 45 anos. Perante uma situação destas, cabe às entidades públicas, a adoção de medidas de carácter urgente, para minimizar esta situação de exclusão social e de falta de cuidados de saúde. Estamos perante um cidadão que sobrevive em condições desumanas, de elevada fragilidade social e se encontra a precisar de ajuda, tanto dos serviços sociais da autarquia, como da segurança social.”

**Câmara adquire terreno
para ligar saneamento
na Quinta de Paramos**

A Câmara Municipal aprovou a aquisição de um terreno que vai permitir ligar diretamente o saneamento das habitações do Complexo da Quinta de Paramos ao coletor da Rua Padre Sá naquela freguesia.

A aquisição do terreno que confronta a norte com o complexo habitacional e vai permitir eliminar custos energéticos, ambientais e de manutenção das duas centrais elevatórias

existentes para resíduos sólidos e águas pluviais.

A obra de ligação ao coletor geral na Rua Padre Sá em Paramos vai ser realizada no início do ano e resolve definitivamente os problemas de saneamento que se arrastavam desde há anos no Complexo da Quinta em Paramos.

A deliberação foi aprovada em reunião de Câmara com os votos contra dos vereadores do Partido Socialista.

**Cheiro a esgoto
na estrada de Idanha**

“A Câmara de Espinho tem uma central elevatória na Estrada da Idanha junto da ponte sobre a A29”, dá nota o Bloco de Esquerda. “Da mesma sai para o piso da variante um tubo que descarrega águas da chuva. No entanto, devido ao cheiro insuportável que acorre no local, é muito provável que se tenham misturado com esgoto. Provavelmente entupiu uma caixa de visita, pelo que agora as águas com cheiro a esgoto correm a céu aberto junto da variante até encontra-

rem saída para o caminho que ladeia a A29.”

“O mau cheiro é muito forte e o caneiro por onde passam estas águas está com o leite branco, colocando em causa a saúde pública”, acrescenta o BE, que requer à presidência da Assembleia Municipal “que diligencie junto da Câmara” face às seguintes questões: “O que realmente aconteceu? Que pretende a autarquia fazer para colocar fim a esta situação? Porquê a demora em resolver esta situação?”

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

**CORREIO DO LEITOR****Renovação dos pisos das ruas
e colocação de sinais de STOP**

Com a chegada da época mais bonita e criativa do ano, o Natal, podemos formular alguns pedidos, práticos e simples, na perceção da melhoria da vida dos cidadãos de Espinho, por exemplo, a própria entidade camarária, renovar os pisos de algumas ruas adjacentes ao próprio edifício camarário, as ruas 33 e 31.

E arranjando também os

passeios, e a colocação de sinais de STOP nos cruzamentos da Rua 19 (nascente), priorizando esta rua de muito mais tráfego e acesso ao trecho da A44

Mas, nada melhor que um feliz Natal, e, claro, bom Ano Novo de 2016!

*Pedro Fonseca
Largo do Roseiral
(Carvalhos)*

Quanto à vida dos emigrantes Portugueses por cá (em Paris e por toda a França), a rotina do trabalho sobrepõe o receio de sair de casa...

Depois dos atentados de 13 de novembro em Paris, é visível maior policiamento nas ruas e um maior controle nos aeroportos. François Hollande promete enfrentar o terrorismo e para isso tem feito um périplo junto dos líderes europeus como forma de obter resultados maiores no combate e destruição do Daesh. Para isso já obteve o aperto de mão de Vladimir Putin. E juntos distribuem bombas destruidoras nos campos de manobra da Daesh, destruindo a sua fonte de financiamento maior: o petróleo.

Nos seus discursos, o presidente da França afirma que vai destruir o terrorismo. Mas todos sabemos que isto é o que ele deve afirmar enquanto líder dum país, mas que é pura falácia de político. Ele sabe que o povo está em estado de revolta, com o ódio à flor da pele pelos crimes cometidos em nome do Islão e que precisa ouvir alguém que enfrente esta gente disposta a morrer só para enfrentar o ocidente. Por isso, François Hollande, insistiu no discurso do dia 27 (duas semanas depois dos atentados) à homenagem prestada às vítimas, nesta linha de atuação. Com uma cara a demonstrar compressão à dor dos familiares das vítimas, todos os políticos presentes se diziam unidos ao combate ao terrorismo.

Onze minutos foi quanto durou a pronunciar os nomes e idade das vítimas que sucumbiram às balas dos assassinos.

Mas será verdadeiramente eficaz a resposta dada com os bombardeamentos na Síria e no Iraque aos campos de petróleo e centros de treinos? Estes grupos de atores de guerra, estão dispostos a morrer em cena, não são daqueles que matam mas tentam escapar sem serem identificados. E é por isso que semeiam o pânico na população, e fazem-no bem conscientes do efeito causado. Também sabem que a resposta por parte dos atingidos, não tarda. Porque o ocidente reage, não age. E reage com ódio e não com valores mais altos. Porque na política estão os que se fazem ouvir com discursos de palestras dominicais, os outros acabam retirados e esquecidos pelo poder



OPINIÃO

"PORTUGAESPINHENSE"

Joaquim Ribeiro

tugaespinhense@gmail.com

duma democracia doente.

Quando escrevo este texto, estamos a poucas horas de iniciar a cimeira sobre o clima aqui bem pertinho onde vivo. As autoestradas (e parte do periférico que circula a capital) vão estar fechadas ao trânsito por questão de segurança. Neste momento é imprevisível o que pode acontecer nestes dias da cimeira, mas uma coisa já é dada como certa: estão no terreno fortes dispositivos de segurança capazes de neutralizar as intenções de grupos radicais, e isso é visível. mas todos os cuidados são poucos e esta gente já demonstrou ser capaz atingir os seus objetivos. Os 150 chefes de Estado presentes entre 195 países representados, fazem de Bourget (arredores de Paris), o centro do mundo. Os objetivos desta cimeira há muito que estão a ser preparados com negociações ao mais alto nível. O país que mais polui o planeta terra, são os Estados Unidos da América, seguido da China. Os menos poluentes são os países africanos e são estes os que mais têm sofrido os efeitos da mudança climática. Poderá ser esta cimeira uma esperança no futuro do planeta, ou será antes, um encontro boas intenções que não serão postas em prática? O futuro dará as respostas.

Quanto à vida dos portugueses por cá, a rotina do trabalho sobrepõe o receio de sair de casa. Mesmo para alguns que neste início de semana, tendo em conta a proibição de circular em parte da capital, vão ficar em casa gozando uns dias de férias, ou horas acumuladas.

Feiras da revenda - alteração de datas

Por solicitação dos revendedores, as feiras da revenda do dia 25 de dezembro e do dia 1 de janeiro realizar-se-ão a 24 de dezembro e a 31 de dezembro.

Dando a cara

É minha profunda convicção de que, no momento de votar nas últimas eleições legislativas, as não previamente prometidas ou anunciadas convergências partidárias que levaram à formação do actual Governo não eram desejadas, e muito menos passavam pela mente, da grande maioria dos respectivos eleitores. E se tal tivessem sequer sido sugeridas os resultados eleitorais seriam seguramente diferentes e não teriam possibilitado tal resultado.

E nem se diga que tal volte face veio, afinal, a ser sufragado pelos respectivos órgãos partidários e pelos respectivos deputados, o que torna a solução politicamente legítima. Sei bem, por experiência própria, que os receptores do poder delegado pelos eleitores se tornam a partir desse momento reféns das orientações das respectivas direcções partidárias. É a conhecida disciplina partidária, aliás neste caso assumida pelos mais independentes ou corajosos... e o significado do silêncio de alguns! E há também que contar com o aconchego do próprio poder constituído da parte dos que mais próximos dele ficam e dos que dele esperam as costumadas benesses.

E é essa autêntica cambalhota política, de todo não espectacular e não previamente anunciada ou prometida, que introduz na solução enconstrada um problema ético que cada um resolverá como entender, apelidando-a de apenas volte face, ou, ofensivamente, de fraude ou golpada, como alguns vêm escrevendo.

Lembro o conhecido resumo do pensamento de Maquiavel, segundo o qual "os fins justificam os meios". Aliás, a nossa história política está cheia de exemplos de maquiavelismo, mesmo antes de Maquiavel vir ao mundo. Com esse sentido, e por alegadas razões de Estado, sito, por exemplo, o grande D. Afonso Henriques que para assegurar a independência de Portugal venceu pelas armas e desterrou a sua própria Mãe; e o grande D. João II que, para poder reinar como entendia que o devia fazer, teve que, com as suas próprias mãos, eliminar a nobreza

Sensibilizar para a reciclagem

Pelo segundo ano consecutivo, a Lipor e a Câmara Municipal de Espinho apelam à separação e correto encaminhamento dos materiais produzidos. "Nesta quadra natalícia, a reciclagem não pode ficar esquecida! Num verdadeiro conto de Natal, até o lixo pode ter um final feliz!"

Assim, a Lipor e os seus municípios associados, incluindo o de Espinho, lançam uma campanha nesta época de Natal com o objetivo de sensibilizar para a reciclagem.



OPINIÃO

REFLEXÕES E MEMÓRIAS

Ferreira de Campos

que lhe tolhia o seu soberano e régio poder.

Diz-se, com algum cunho de verdade, que um determinado Ministro quando foi para tal indigitado a primeira coisa que fez foi telefonar a sua Mãe dizendo: "Já sou Ministro!" De igual modo, o actual Primeiro-Ministro se lhe ocorreu coisa semelhante e teve oportunidade de dizer aos seus familiares mais próximos: "Como veem, já sou Primeiro-Ministro!"

Para mim, e ao contrário do que alguns pensam, a ausência do Partido Socialista nas comemorações oficiais do 40.º Aniversário do 25 de Novembro na Assembleia da República é o corolário lógico do rumo por ele escolhido. E ficou-lhe mal não ficar na fotografia! Afinal, Mário Soares, então líder do Partido Socialista, foi um dos que mais se empenhou para que se verificassem os acontecimentos desse dia de 1975, que significaram, para uns, a derrota dos que queriam para Portugal uma República Popular do tipo soviético e, para outros, a vitória dos que desejavam nele ver implantada a República Constitucional e Representativa que actualmente nos rege... e que tornou constitucionalmente possível a formação do actual governo em que o hoje líder desse partido tanto se empenhou...

Não é necessário ter grandes conhecimentos de economia para se perceber o novo rumo que essencialmente se quer implementar. Acabar com todas as medidas que retiraram poder de compra às famílias, em nome da preocupação de manter o défice em níveis a que estamos obrigados pelos nossos compromissos para com as instituições europeias. E, assim, aumentar o consumo, que por sua vez fará aumentar a pro-

dução de bens a a consequente actividade das empresas. Deste modo se aumentará o emprego. E o aumento da actividade empresarial garantirá mais lucros e consequentemente mais receita em impostos. E estes, nos cofres do Estado, permitirão a distribuição de maiores benefícios sociais, e, quiçá, investimento público e consequente mais emprego.

Julgo que o ciclo económico previsto e traçado será este. É um caminho. Difícil e arriscado, e que só a longo prazo poderá ser avaliado, dizem os entendidos, dados os imponderáveis internos e externos, alguns bem visíveis, e a bondade da própria solução. Do ponto de vista do comportamento das pessoas, e é aquele em que estou mais à vontade, tenho dúvidas sobre o que farão as pessoas com mais dinheiro na algibeira, Será que o vão mesmo dirigir para o consumo? E que bens preferirão ou terão necessidade de consumir? Os que resultam da produção nacional? Ou os que tivermos necessidade de importar? E o nosso tradicional "deficit", no que se refere apenas às mercadorias, como ficará?

Uma coisa me parece certa: é bem diferente, entre o Partido Socialista e os Partidos que lhe prometeram apoio, e isso já foi assumido publicamente, o grau, a intensidade, e o ritmo das medidas, e até as próprias medidas, implícitas nas convergências já anunciadas. E o entendimento sobre as condições, e os condicionamentos, da nossa participação na União Europeia e na moeda única e suas regras.

Como português, e sem qualquer hipocrisia - não admito que me assaquem essa suspeição - só espero que tudo dê certo e que Portugal dê alguns passos para se livrar do por todos reconhecido "défice estrutural" de que desde há séculos padecemos, e o qual todos os nossos historiadores e economistas unanimemente reconhecem, em confronto com os países mais desenvolvidos da Europa... a que a maioria dos Portugueses quer continuar a pertencer!

Neste momento, e como consta do título que dei a esta minha reflexão, só estou a dar a cara. O que muitos não arriscarão.

Sobe a idade da reforma

Segundo uma portaria de 26 de dezembro de 2014, a idade da reforma vai subir para os 66 anos e dois meses em 2016.

A portaria publicada em 26 de dezembro de 2014 aplica o novo fator de sustentabilidade, que reflete a evolução demográfica e a esperança média de vida.

Para os beneficiários que acedam à pensão antes dos 66 anos de idade, o diploma publicado em Diário da República no dia 26 de dezembro de 2014 estabelece que o fator de sustentabilidade das pensões de velhice do regime geral de segurança social atribuídas em 2015 é de 0,8698.

O diploma fixa ainda em 0,9383 o fator de sustentabilidade das pensões de invalidez relativa e de invalidez absoluta atribuídas por um período igual ou inferior a 20 anos, transformadas em pensão de velhice em 2015.

Bónus

Enquanto o fator de penalização nas reformas antecipadas aumenta dos 13,02% para os 13,34% no próximo ano, os trabalhadores com carreiras contributivas muito longas - com mais de 40 anos de descontos - vão ser um dos grupos beneficiados com a reforma do sistema de segurança social prevista no programa do novo Governo.

Esta reforma deverá contribuir para prolongar a vida ativa e obedece às recomendações da OCDE de que os países devem travar as saídas antecipadas para a reforma. O regresso desta medida, congelada desde 2012, ajuda a beneficiar os contribuintes com carreiras contributivas muito longas.

Atualmente é possível receber a reforma sem penalizações aos 66 anos de idade e pelo menos 15 anos de descontos. O valor máximo de pensão - correspondente ao que ganhou enquanto trabalhou - é atribuído quando o contribuinte conta com 66 anos de idade e 40 anos de descontos.

As regras de cálculo das pensões já atribuídas a título definitivo não vão sofrer alterações, mas a reforma da Segurança Social também envolverá a reavaliação do fator de sustentabilidade. Este fator, mudado em 2014, determina a idade legal de acesso à reforma e, consequentemente, as penalizações aplicadas a quem opte pela reforma antecipada.

“Fragmentos” (em livro) de Castro Ferreira -Padrão

Com apresentação a cargo da professora Maria de Fátima da Silva Brandão (Capitão), realizou-se na noite de sexta-feira, na Biblioteca Municipal José Marmelo e Silva, o lançamento do livro “Fragmentos” de Castro Ferreira-Padrão.



Foto VÍTOR LANCHA

Casting - desfile

Na noite desta sexta-feira realizar-se-á mais um casting/ desfile a contar para a eleição nacional da Miss Queen Portugal 2016, desta vez em Espinho, no Vintage Club.

No final do evento, o júri convidado terá como missão selecionar candidatas para a segunda fase da Miss Queen Portugal 2016 e eleger a Miss Espinho.

O evento terá como convidada especial a Miss Earth Brasil 2014, Leticia Silva, que para além de dar formação prévia às candidatas participantes, também integrará o júri.

Salsa Latina no Casino

As noites de 17, 18 e 19 do último mês do ano, no Casino Espinho, serão animadas com Salsa Latina. “El Rincón Latin Show” é um momento imperdível de Salsa Latina que remete para “El Rincón”, um espaço intimista na América Latina, onde se cruzam amores, desamores, histórias, paixões latinas e, principalmente, onde a latinidade está plasmada em cada um dos corpos.

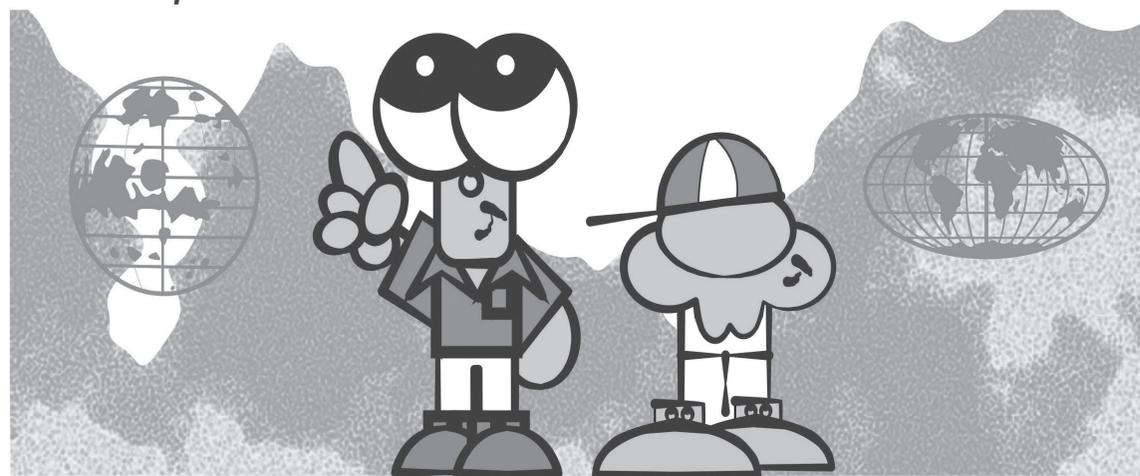
Concerto de Natal no Casino com a Orquestra Clássica de Espinho

Para a noite de sábado, no Casino, está reservado o concerto da Orquestra Clássica de Espinho.

Neste espetáculo serão apresentados alguns dos trechos mais conhecidos da música clássica romântica, desde bailados de Tchaikovsky à abertura de uma opereta viense. O espírito da época é refletido na sinfonia de Victor Hely-Hutchinson, composta em 1927, e baseada nas canções de Natal inglesas.

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

PIMPOLHO □ DESENHO E TEXTO DE: © José Sarmento • 1030
A NASA quer conquistar Marte... ... é preciso encontrar alternativas... ... a Terra está a ficar inabitável!!!...



Degustação

No domingo, das 15h30 às 16h30, haverá uma degustação no “20 Intensus” (na Rua 20) de produtos de Natal.

Carlos Mendes no PraiaGolfe

Está reservada para as 22 horas de sábado, no Hotel PraiaGolfe, uma atuação especial de Carlos Mendes (voz e piano).

Onda Poética

Foi marcada para as 21h30 de quinta-feira da próxima semana, na Biblioteca Municipal José Marmelo e Silva, mais uma sessão da Onda Poética, com coordenação de Anthero Monteiro e leituras do coletivo da Onda Poética.

Marta Pais de Oliveira
Em três palavras



O mar transforma

Queria escrever sobre uma frase que nos diz que o mar transforma quem o vê. Não sendo exatamente assim, esta é a ideia principal. Tento chegar ao rigor de quem a disse e quando. Ao mesmo tempo que vou pesquisando, começo a duvidar da existência da frase. Mas não posso duvidar, estou certa de que já a ouvi ou li algures. É uma frase fundamental.

Porque procuro uma coisa precisa, acabo por encontrar o que está ao seu lado - esta é a regra dos dias. Come-

ço então a colecionar pensamentos sobre o mar. Sophia de Mello Breyner brilha acima de tudo: “De todos os cantos do mundo/ Amo com um amor mais forte e mais profundo/ Aquela praia extasiada e nua,/ Onde me uni ao mar, ao vento e à lua.”

Tenho dificuldade em imaginar como será não saber o que é o mar, nunca o ter visto ou sentido. Não ter qualquer sal na alma até ao fim dos dias. Lembro a ideia de Charles Baudelaire: “Homem livre, tu sempre gostarás do

mar.” Todas as pessoas deveriam ter o direito de experimentar pelo menos uma vez a maresia na pele. E de questionar olhando de frente a extensão até à linha do horizonte: onde é o teu fim?

Sorrio constatando que Espinho tem a vista mais privilegiada de todas. Olha todos os dias o mar e sabe de todas as alegrias e sofrimentos que trazem as marés. Tem no rosto as rugas da amplitude azul. Volta todos os dias à praia e só pode ser desta forma - seja para pescar, mergulhar, surfar ou simplesmente ver a força da rebentação.

Escreveu-se tanto sobre os seus mistérios. “Da minha língua vê-se o mar”, delineou Vergílio Ferreira a espinha dorsal de Portugal. Só Sophia poderia ter feito nascer os versos: “Quando eu morrer voltarei para buscar/ os instantes que não vivi junto do mar.” Fernando Pessoa sabia que “Deus ao mar o perigo e

o abismo deu./ Mas nele é que espelhou o céu.” Eugénio de Andrade partilhou a nossa ignorância perante a vastidão de água ao confessar “Eu também não sei o que é o mar”.

E finalmente descobro que foi Afonso Cruz quem escreveu: “É, na nossa vida, completamente desnecessário ter qualquer proximidade com o mar, mas a sua simples visão provoca alterações profundas na alma.”

Era esta a frase que procurava e fico feliz por a ela ter chegado no meio de incontáveis palavras. Mas logo sei que o mar não vive de citações. Talvez se alimente da profunda canção enigmática da voz das ondas que muda para sempre quem a ouve. Talvez cresça sempre que olhamos a imensidão azul com fascínio nada sabendo da sua profundidade. Talvez baste apenas ser o mar e isto é tudo.

“Pingos” de Liliana Ribeiro na Biblioteca Municipal

Às 15 horas de sábado, na Biblioteca Municipal de José Marmelo e Silvam, realiza-se o lançamento do segundo livro de poesia “Pingos”, da espinhense Liliana Ribeiro.

O evento conta com apresentação do livro e da autora a cargo do poeta António Luiz e momentos musicais com Paulo Resende e Carolina Católica.

Evento natalício da comissão de festas da Nossa Senhora do Mar

Marante, Pedro Miguel, Paulo Alexandre (Bandalusa), Tita entre outros artistas vão estar domingo no evento natalício da comissão de festas de Nossa Senhora do Mar.

O salão da sede dos Leões Bairristas, em Silvalde, vai ser pequeno, às 14h30, para a Festa de Natal para angariação de fundos dos festejos de Nossa Senhora do Mar (no próximo ano) também com as atuações de Carlos Miguel,

Shila, Jorge Amaro, TITA, Pedro Miguel, Zé Alves, João Claro, Tiago Ferraz, Ne Ramos, Paulo Alexandre, Ne Correia, Paulo Ribeiro, Top Dance, Tony Santana, Paulo Fernandes, Carlos Ribera, Paulo Davila, Janko, Porfirio, Estrelas Incomparáveis, Jota Maya, Paulo Costa, Fernando, Alex, Nova Dança, Kardoso, Marante, Lean Cruz, Adão Pereira e “surpresas para todas as crianças!”

Insetos em missão ambiental

No âmbito do Plano Anual de Atividades da biblioteca escolar da Escola Básica de Silvalde, na passada quinta-feira, a autora Marília Ascenso apresentou aos alunos do 1.º ciclo o livro “Insetos em Missão Ambiental”.

A forma interativa e criativa com que a autora conduziu as sessões acompanhadas de música e da observação das belas e elucidativas ilustrações da sua autoria, entusiasmou e interessou todos os alunos.

Esta é uma forma de promover o gosto pela leitura e estimular a criatividade e a reflexão, neste caso pelo ambiente, assunto tão pertinente e atual.



Concerto da Orquestra de Sopros da Academia de Artes no Hotel Casino Chaves (da Solverde)

O Concerto de Natal no Hotel Casino Chaves, na noite de sábado, conta com a presença da Orquestra de Sopros da Academia de Artes de Chaves.

Esta formação desenvolve um trabalho intenso, sendo uma entidade bastante respeitada no panorama mu-

sical. É composta por cerca de 75 elementos oriundos dos concelhos de Chaves, Boticas, Valpaços, Vila Pouca de Aguiar, Mirandela e Vila Real, o que faz desta orquestra um espaço de representatividade de toda uma região, extrapolando o âmbito local.

Diplomas DELF para cerca de uma centena de alunos



Cerca de uma centena de alunos do concelho de Espinho receberam os diplomas DELF, diplomas oficiais emitidos pelo Ministério Francês da Educação Nacional, para certificar das competências em francês dos candidatos, durante uma cerimónia que decorreu no auditório polivalente da Escola Secundária Dr. Manuel Laranjeira e que contou com a presença do presidente da Câmara Municipal de Espinho, Pinto Moreira, da diretora do Agrupamento de Escolas Dr. Manuel Laranjeira, Ana Gabriela Moreira e do presidente do Conselho Geral, Jorge Teixeira, do diretor do Agrupamento de Escolas Dr. Manuel Gomes de Almeida, José Ilídio Sá, do diretor pedagógico da Escola Profissional de Espinho (ESPE), Américo Costa, do representante da Academia de Música de Espinho, Jonas Pinho, da responsável da Cooperação Linguística do Instituto Francês de Lisboa, Barbara Channelière e da representante da Aliança Francesa do Porto, Fátima de Sousa, entre outros.

Na cerimónia que contou com uma sala completamente cheia, o presidente da Câmara Municipal de Espinho, Pinto Moreira enalteceu tratar-se da “primeira vez que estão reunidos alunos oriundos destas quatro escolas do nosso concelho – Agrupamento de Escolas Dr. Manuel Gomes de Almeida, Agrupamento de Escolas Dr. Manuel Laranjeira, Escola Profissional de Música de Espinho e Escola Profissional de Espinho. Conseguiu-se congregar toda esta comunidade educativa espinhense, demonstrando que a mesma se sabe entender, conviver sabiamente a bem de todos, da educação, do ensino e dos alunos”.

Pinto Moreira fez questão de “felicitar todos os alunos que receberam os diplomas”, pois em seu entender “fazem muito bem em aprender o Francês, além da normal carga letiva.

A língua francesa é riquíssima e é a língua do amor”, realçou o autarca espinhense que não poupou elogios “aos professores de Francês vão muito para além daquilo que são as obrigações curriculares e dão muito de si”.

Entretanto, a diretora do Agrupamento de Escolas Dr. Manuel Laranjeira, Ana Gabriela Moreira sublinhou o facto de a Escola Dr. Manuel Laranjeira ser “um Centro de Exames DELF desde 2010 e aquele que acolhe mais alunos – no ano passado recebemos 274 alunos e desses, 105 (81 do Agrupamento de Escolas Dr. Manuel Laranjeira) eram do concelho de Espinho, número que representa bem o trabalho dos professores de todas as escolas de Espinho na divulgação do Francês”.

A diretora do Agrupamento de Escolas Dr. Manuel Laranjeira salientou o facto de “termos em Espinho duas professoras certificadas como examinadoras e corretoras, Carlota Madeira e Lídia Marques”.

Ana Gabriela Moreira congratulou-se por “todos os anos termos conseguido abrir duas turmas de Francês, uma na sede do Agrupamento e a outra na Escola Sá Couto”.

Por sua vez, o diretor do Agrupamento de Escolas Dr. Manuel Gomes de Almeida, José Ilídio Sá, lembrando o regresso à sua “antiga escola como aluno”, fez questão de “dar os parabéns aos alunos de todas as instituições do concelho, aos professores direta e indiretamente envolvidos no ensino da língua francesa e aos pais”.

Por seu turno, o diretor pedagógico da ESPE, Américo Costa lembrou que “o Francês e a França representam o que de melhor a nossa sociedade ocidental tem. A França continua a ser um farol para a nossa cultura e desenvolvimento”.

Manuel Proença



Defesa de Espinho em palestra na Escola Gomes de Almeida

O papel da imprensa e da comunicação social no âmbito das relações públicas e marketing foi o tema para uma palestra que decorreu

no auditório da Escola Secundária Dr. Manuel Gomes de Almeida e que contou com a presença dos representantes do jornal Maré Viva e Espi-

nho TV, respetivamente, Nuno Oliveira e Paulo Duarte e do jornalista Manuel Proença, do jornal *Defesa de Espinho*.

Manuel Proença aproveitou a oportunidade, perante os alunos de Marketing e Comunicação para fazer uma breve resenha histórica do *Defesa de Espi-*

nho, salientando o contraste da informação de 1932 com aquela que atualmente vincula os órgãos de comunicação social.

O jornalista do *Defesa de Espinho*, depois de responder a algumas questões, aproveitou para alertar para “a distinção da comunicação social das redes sociais”.



Magia Ajudaris em Espinho

As escolas do concelho que participaram no projeto Histórias da Ajudaris'15 reuniram-se para um momento mágico de cooperação e solidariedade, no auditório da Santa Casa da Misericórdia de Espinho.

As seis escolas envolvidas, Centro Infantil Espinho II - Santa Casa da Misericórdia de Espinho - , EB/JI de Silvalde, Escola Básica e Secundária Domingos Capela, EB/JI Espinho 2, Escola Secundária Dr. Manuel Gomes de Almeida e Escola Básica Sá Couto juntaram-se para a divulgação de um projeto único e de grande dimensão que a Associação Ajudaris tem levado a cabo, com a colaboração de Estabelecimentos de ensino solidários e artis-

tas solidários. Este evento foi apresentado pelo contador de histórias Rui Ramos (artista solidário) e contou, entre outros, com a presença da presidente da Ajudaris, Rosa Vilas Boas, e algumas ilustradoras que colaboram no projeto, Graça Tavares, Anabela Pedrosa e Isabel Pelaez. Depois das pequenas atuações, em que se partilharam as histórias criadas pelos alunos desde o ensino pré-escolar até ao 2.º ciclo de escolaridade, os jovens autores deram

autógrafos nos livros, cujo dinheiro angariado com a venda dos mesmos vai reverte a favor das crianças e famílias carenciadas que são apoiadas pela respetiva associação.

A festa em torno da magia Ajudaris foi abrilhantada pelos alunos Eduarda Marques, Gustavo Marques e Gustavo Tarábbia, que acompanharam à guitarra clássica e piano, respetivamente, alguns dos textos partilhados pelos pequenos, grandes autores.

Escola Gomes de Almeida é a segunda melhor da Área Metropolitana do Porto

A Escola Secundária Dr. Manuel Gomes de Almeida foi classificada como a segunda melhor escola de ensino público da Área Metropolitana do Porto.

Segundo o júri nacional

de exames do ensino secundário e dados do Ministério da Educação, a Escola Secundária Dr. Manuel Gomes de Almeida é a 52.ª classificada do ranking das escolas a nível nacional.

Nos critérios de aferição constaram as médias dos exames nacionais, designadamente a Matemática-A, com três valores acima da média nacional.

Na Escola Secundária Dr. Manuel Gomes de Almeida foram atribuídas as dez melhores notas de Matemática no exame nacional: 19,4.

Acresce referir que a Escola Secundária Clara de Resende no Porto foi classificada em primeiro lugar na Área Metropolitana do Porto, no ranking das melhores escolas de ensino público.



Romantismo industrial

Desde tempos imemoriais que as fábricas assumem um papel preponderante na vida das cidades. Mas foi no século XX que estes equipamentos ganharam relevo na vida da urbe e se integraram na sua estrutura, impondo a sua estética, com um dinamismo muito próprio, acabando por se tornar um elemento desejável.

Sendo pensadas, no seu todo, como uma grande máquina, as instalações fabris são o primeiro suporte publicitário do produto que lá é materializado, já que a sua imagem exterior exprime os valores que se pretendem transmitir. A fábrica do século XX procurou transmitir, através de elementos arquitetónicos, valores tais como: ordem, limpeza, solidez e eficácia. Foram realmente surpreendentes as obras que se edificaram durante aquela década, que teve a fábrica como uma alavanca que definiu todo um ritmo de vida, marcando o compasso ao som das máquinas, definindo horários, criando rotinas.

A fachada da fábrica é o elemento de ligação entre a indústria e a população, tornando-se a face da empresa, o seu cartão-de-visita, antes mesmo de ser dado a conhecer o fruto do labor daqueles que deixam muito do seu suor naquela que, para muitos, passa a ser a segunda casa.

O outro lado da questão prende-se com o ciclo de vida, ao qual muitos destes edifícios não escapam. Tal como os produtos que lá ganham forma, também se imprime um prazo de validade aos próprios edifícios industriais, que, se não forem reinventados, acabam votados ao abandono, tornando-se apenas um eco distante de um período histórico.

A degradação dos equipamentos industriais é hoje alvo de atenção por parte de historiadores, fotógrafos, músicos e demais artistas, que veem numa fábrica em ruínas aquilo que pode ser definido como "romantismo industrial". O modo como olhamos para as ruínas industriais do século XX lembra-nos o modo como os nossos antepassados olhavam para as ruínas clássicas, no século XIX. Cria-se toda uma atmosfera dramática e bela, ao mesmo tempo, porque pode existir, de facto, beleza no processo de degradação.

Este processo não tem que ser visto como negativo, é algo que pode ser contemplado - o modo como a natureza toma conta de uma estrutura e a vai consumindo aos poucos, lentamente, sem pressas, apoderando-se daquelas paredes, cobrindo-as de vegetação, puxando-as para si. Visto por esta perspetiva, o conceito de "aban-



OPINIÃO

APENAS REFLEXÕES

Jorge Madureira

don" não existe, anula-se por si só, pois a natureza toma conta de tudo, daquilo que o ser humano deixa para trás. Na ausência de intervenção humana, a natureza afaga os edifícios, funde-se com eles, como se os quisesse proteger, guardar no seu seio.

Locais onde outrora se viveu com agitação, executando ações em contrarrelógio, emanam agora paz e serenidade.

A reabilitação dos edifícios é outro processo que, mais cedo ou mais tarde, se opera no meio industrial (e não só) mas, enquanto isso não acontece, vamos tendo oportunidade de observar esta curiosa e lenta transmutação.

Mais do que um ponto de vista romântico, este princípio pode ser aplicado ao próprio ser humano - a passagem da decadência para a recuperação pode ser feita com dignidade.



Agrupamento Manuel Laranjeira assinala Dia Internacional da Pessoa com Deficiência

No âmbito da comemoração do Dia Internacional da Pessoa com Deficiência, 3 de dezembro, o Agrupamento de Escolas Dr. Manuel Laranjeira celebrou esta data com atividades na escola Sá Couto e na Escola Básica de Anta.

Na Escola Sá Couto decorreu uma aula aberta de dança terapêutica, sob o lema "História a várias mãos", organizada pelas unidades especializadas de autismo e de multideficiência e que envolveu toda a comunidade escolar, desde o pré-escolar até ao 3.º ciclo.

Estiveram também presentes os terapeutas dos alunos que integram o plano CRI, bem como os que integram o Projeto na Escola Tenho

Tudo. Além dos representantes das entidades parceiras, Rosa Couto, pela Cerciepinho e Susana Teixeira e Patrícia Páscoa em representação da Câmara Municipal de Espinho, e estiveram presentes vários pais de alunos.

A unidade de multideficiência do 1.º ciclo da Escola Básica de Anta assinalou este dia com a projeção, para cada uma das turmas, do ensino pré-escolar ao 4.º ano de escolaridade, da curta-metragem "Cuerdas" (Cordas) de Pedro Solis Garcia. A história de Maria e do seu amigo especial comoveu e sensibilizou alunos, professores, encarregados de educação e restantes elementos da comunidade educativa.

Atentos e perspicazes,

os alunos colaboraram na apresentação e exploração da história de "Cordas" e refletiram sobre a amizade, a solidariedade e a aceitação da diferença. No final, todos receberam um pedacinho da corda de Maria, mergulhada no simbolismo de tudo o que é possível fazer com estes meninos tão imperfeitamente perfeitos.

Aqueles que oferecem a estes meninos especiais um sorriso, uma canção, um carinho, recebem muito mais do que o que vieram dar. Destes momentos de verdadeira inclusão fica uma certeza: a presença destes alunos especiais na escola é uma mais-valia para todos.



"Spelling Bee"

Realizou-se no auditório Maria Ricardo, na Escola Secundária Dr. Manuel Laranjeira, a final do concurso "Spelling Bee", para alunos do terceiro ciclo.

Os nove alunos finalistas foram apurados de entre 36 participantes dos 7.º, 8.º e 9.º anos. Nas três quartas-feiras

anteriores, os candidatos de cada ano realizaram uma prova de soletração por escrito, seguida de uma prova oral, sendo apurados três alunos em cada sessão.

Os alunos estavam muito ansiosos e expectantes relativamente ao resultado final e participaram de forma entusiasta.

Esta final dividiu-se em dois momentos: numa primeira fase, constituída por cinco rondas, os alunos soletraram palavras que foram

retirando de uma taça. Ficaram, assim, apurados os três finalistas a quem, seguindo o mesmo procedimento, foram atribuídos o primeiro, segundo e terceiro lugares:

1.º lugar, Tomás Moreira (9.º D); 2.º lugar, Paulo Monteiro (7.º E); e 3.º lugar, Mariana Oliveira (9.º A).

Todos os alunos receberam um certificado de participação e os três primeiros classificados receberam, ainda, um diploma e um prémio.

Margarete Gomes Conversas com...



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

Esta semana vamos perceber como em nossa casa, pequenas intervenções como a aplicação de cores, orientação do mobiliário ou também a adoção de novos hábitos no uso de objetos, são importantes para usufruir de uma vida melhor. FengShui é a ciência chinesa da harmonização do espaço. Esta semana, a engenheira, Luzia Peixoto, vai elucidar-nos sobre este tema.

engenheira de Ambiente; ministrante de aulas de yoga; formação em reiki; massagem de som; massagem ayurvédica, herbalismo ayurvédico; leitura da aura; apometria e terapia multidimensional; técnicas ascensionais; medicina tradicional chinesa e Feng Shui. Realiza workshops sobre yoga, ayurveda e alimentação vegetariana saudável para adultos e crianças.

FengShui - a medicina da casa

Todos já ouvimos em algum momento da nossa vida, que possuímos vários corpos - uns físicos, outros mais subtis - e que a saúde humana depende da harmonia ou do equilíbrio em cada um deles e ainda entre eles. Por esse motivo, conseguimos entender que, quando o nosso corpo emocional não está harmonioso, isso pode ter repercussões no âmbito do corpo físico ou do corpo mental, levando-nos a sermos menos capazes nos nossos afazeres intelectuais ou mesmo a adoecer ao nível físico.

Ouvimos também dizer que para lá do nosso corpo físico, ainda no plano material, podemos considerar outros corpos mais exteriores, que contribuem para o equilíbrio ou desequilíbrio do corpo físico. Destes, a casa onde vivemos e o local de trabalho onde passamos aproximadamente uma grande parte da nossa vida são os principais responsáveis pela causa de desarmonia no corpo, e também na vida pessoal, profissional, social ou financeira.

Se todos já ouvimos falar disto e empiricamente entendemos que ninguém vive tão harmoniosamente num espaço desarrumado. "FengShui" - que é a ciência chinesa de harmonização de espaços.

FengShui, ainda que trabalhando como uma ciência independente, tem uma forte ligação à medicina tradicional. É deste equilíbrio de forças entre Yin e Yang e dos 5 elementos que se constrói uma abordagem única e deveras mágica de regulação e apaziguamento do desequilíbrio.

O FengShui, que signifi-



Luzia Peixoto

fica literalmente "vento e água", alude à fluidez energética que se torna necessária em qualquer campo da nossa vida, pois "estagnação" incita ao aparecimento de doença. E, com base nestes preceitos e em Yin e Yang, tal fora como dentro, trabalha-se o aspeto mais exterior da vida humana - os espaços que possui e mais frequenta - por forma a harmonizar aspetos mais internos como a fluidez num negócio, uma dor de costas que teima em não desaparecer, a abundância eminente e que nunca chega, um relacionamento opressor, ou um filho indomável.

As técnicas são várias e é necessário um estudo aprofundado das direções no espaço, bem como dos objetos e cores nele inseridos para que dentro de cada elemento não se entre em conflito por imposição de um elemento impróprio ou de uma natureza Yin-Yang imprópria. Das coisas mais importantes a reter para alguém que quer manter o básico em funcionamento numa casa, pode-se ressaltar o seguinte, a título exemplificativo:

A cozinha representa o elemento fogo e como tal deve preferencialmente

estar virada a sul;

A água, que representa a fluidez, está, normalmente, associada à riqueza e à carreira profissional ou percurso de vida e por isso um escritório deve preferencialmente estar virado a norte.

A casa de banho, por conter muita água vazante, deve ser extremamente cuidada para que "a riqueza não fuja", e por isso deve estar isenta de torneiras que pingam ou canos rotos e a sua porta deve ser mantida sempre fechada.

É claro, que nem sempre estas situações são viáveis numa casa. A arquitetura ocidental não tem em conta estes princípios sábios de harmonia e por isso, a maior parte das vezes não vemos cozinhas alinhadas com o sul, escritórios a norte, ou centros da casa devidamente cuidados. Nesses casos, o FengShui, que deveria ser sempre primeiramente preventivo, tal como qualquer medicina, passa a curativo, minimizando os impactos causados pela má gestão inicial de um espaço.

Assim, podemos entender que tudo o que colocamos numa casa, a disposição dos principais móveis, as cores que usamos em cada divisão ou a colocação de objetos ou fotos de família em determinado lugar, tem um impacto extremamente significativo na nossa vida.

Deste modo, deixo algumas considerações a ter em conta no que diz respeito à utilização de objetos e cores na sua casa ou escritório, recomendando sempre que recorra a um consultor de FengShui se quiser obter os melhores resultados.

As cores:

Associados aos cinco elementos encontramos cinco cores e uma paleta de nuances que podem ser utilizadas:

Água - Norte - azul escuro ou preto;

Metal - Oeste - branco ou cinza;

Terra - Centro - amarelo, tons terra;

Madeira - Este - verde;

Fogo - Sul - vermelho.

Assim, percebemos que colocar tons água numa divisão a sul fará com que o sucesso, ou a vida social esteja logo à partida debilitada. Imaginamos, por exemplo, uma sala de estar colocada a sul, onde as

paredes são brancas e os sofás, tapetes e almofadas estão em tons azul. Essa sala terá dificuldade em ser plenamente vivida apesar de se encontrar numa boa localização. Essa mesma sala, de carácter fogo, com paredes pintadas de vermelho, ou acessórios em tons fogo, levaria a um exacerbar deste elemento fazendo com que se potenciasses as discussões e a discórdia.

Já uma sala a sul, onde predominem os tons terra, laranjas e verdes, por exemplo, por serem estes os elementos que harmonizam e gerem devidamente o fogo, poderá tornar-se a sala de onde ninguém quer sair, onde as conversas se prolongam por horas e horas e a vida social dessa pessoa estará devidamente equilibrada ou, melhor dizendo potenciada. Isto porque, se for claro que o habitante preza a sua solidão e considera a casa o seu retiro, terá mais sucesso nos seus intentos utilizando os tons água do que os tons terra ou fogo.

É por este motivo que o FengShui tem a capacidade de harmonizar de acordo com as necessidades internas, o espaço externo, sendo utilizado para potenciar a vida social, a carreira, a saúde, a vida familiar ou uma relação, entre outros aspetos da vida pessoal.

Os objetos:

Toda a gente dá extrema importância aos objetos considerando alguns de valor inestimável, como um presente ou uma herança familiar.

No FengShui, a importância dos objetos está sempre associada à sua perfeita localização dentro da casa e em estudos aprofundados, até um simples quadro é colocado na parede seguindo uma métrica específica.

Na visão do FengShui, cada objeto tem o seu peso e a obtenção de melhores resultados na nossa vida e pode estar intimamente ligada à colocação dos mesmos dentro dos nossos espaços de vivência diária.

Para terminar, seria excelente poder dizer que mal essas situações se encontram resolvidas dentro de casa, tudo flui.

E se está a pensar " não é milagroso, então nem me dou ao trabalho", pense duas vezes!

Na realidade, é a sua vida que está diretamente sobre o seu controlo e não ao controlo do acaso. E por isso, estará sempre a aumentar a possibilidade de a vida lhe sorrir nas áreas que mais necessita.

Como dizia Lao Tsé: "Uma viagem de milhares de milhas tem que começar sempre com um primeiro passo"...

(Defesa da) SAÚDE

Constipações e insónias são as queixas de saúde mais comuns

De acordo com um estudo GfK em 22 países, metade das pessoas declara que já sofreu de tosse ou constipação nos últimos doze meses e mais de um quarto dos questionados reporta ter sofrido de insónias ou dificuldades em dormir.

Os problemas de saúde questionados incluíam aspetos relacionados com a pele, alergias, vómitos ou diarreia, diabetes ou pré-diabetes e alto colesterol ou pressão arterial

alta. No entanto, verificou-se que os cinco problemas mais comuns e experienciados nos últimos doze meses foram a constipação (correlacionada com tosse, dores de garganta, infeções respiratórias ou gripe), distúrbios de sono (27 por cento), dores de músculos ou articulações devido a um ferimento ou esforço físico excessivo (25 por cento), problemas de peso (21 por cento) e enxaquecas ou fortes dores de cabeça (21 por cento).

Controlo da esclerose múltipla

Em Portugal estima-se que a esclerose múltipla afete cerca de oito mil pessoas. Apesar do conhecimento já existente sobre a doença, este não chega a todos os doentes e familiares, o que levou à realização da sessão "esclerose múltipla em conversa e desafios", organizada pela Sociedade Portuguesa de Esclerose Múltipla e pelos Amigos da Esclerose Múltipla de Aveiro. A esclerose múltipla é uma doença crónica, inflamatória e degenerativa, que

afeta o sistema nervoso central. É uma doença que surge frequentemente entre os 20 e os 40 anos de idade, ou seja, entre os jovens adultos. Afeta com maior incidência as mulheres do que os homens.

Esta patologia é diagnosticada a partir de uma combinação de sintomas e da sua evolução, com recurso a exames clínicos/exames complementares de diagnóstico (ressonância magnética nuclear, estudo de potenciais evocados e punção lombar).

Perda de um grama de gordura "pode curar a diabetes tipo 2"

Um novo estudo britânico afirma que a diabetes tipo 2 pode ser derrotada apenas perdendo um grama de gordura. O problema é que essa gordura tem que vir do pâncreas. A investigação não tem implicações para as pessoas com diabetes tipo 1, em que o pâncreas é danificado pelo próprio sistema imunológico do corpo, mas pode dar origem a um novo medicamento ou tratamento para a diabetes tipo 2.

Cientistas da Universidade de Newcastle, no Reino Unido, mostraram que a diabetes tipo 2 é causada pelo entupimento de gordura no pâncreas. Quando esta gordura desaparece, o mesmo acontece com a doença.

O pâncreas é um pequeno órgão que fica atrás do estômago e bombeia a insulina necessária para manter os níveis de açúcar no sangue sob controlo.

Na diabetes tipo 2, não é produzida insulina suficiente, e quando é, não funciona de forma adequada.

A diabetes tipo 2, que está em ascensão devido à obesidade e ao aumento de gordura nas pessoas, é muitas vezes controlada inicialmente com uma dieta rigorosa e exercício físico.

Ainda assim, muitos pacientes vêm a sua saúde piorar ao longo do tempo, eventualmente, precisam de começar sempre com um primeiro passo"...

Os diabéticos são mais propensos a desenvolver doenças cardíacas, cegueira, doença renal e danos nos nervos e no sistema circulatório, o que na pior das hipóteses pode levar a amputações.

Para analisar o papel da gordura na diabetes, os investigadores britânicos analisaram a saúde de 27 homens e mulheres obesos que foram submetidos a uma cirurgia de perda de peso.

Dois terços dos participantes tinham diabetes e não estavam a produzir insulina suficiente. De acordo com os resultados do estudo, todos os participantes perderam peso após a operação, mas apenas os diabéticos perderam gordura do pâncreas, pouco menos de um grama, em média. Apesar de ser pouco, foi o suficiente.

Mais do que isso, oito semanas após a operação, a produção de insulina tinha voltado ao normal, ou seja, a diabetes dos participantes tinha desaparecido.

Os cientistas acreditam que eles podem ficar livres da doença, sem necessidade de medicamentos para a controlar, por um período de até vinte anos. Curiosamente, o nível de perigo da gordura no pâncreas varia de pessoa para pessoa, ajudando a explicar por que uma pessoa magra pode ser diabética, enquanto outra que esteja acima do seu peso ideal pode não ter a doença.

Jantar social do Lions para carenciados no dia 19

O Lions de Espinho vai promover, em parceria com as associações de solidariedade social do concelho, no dia 19, um jantar social para cerca de 350 pessoas carenciadas, na Escola Sá Couto, do Agrupamento de Escolas Dr. Manuel Laranjeira.

“Trata-se de uma iniciativa de largo alcance social (e moral) que vai empenhar importantes recursos humanos e materiais.”



Foto VÍTOR LANCHA

Orfeão de Espinho na Igreja de Anta

Depois de Guetim e Paramos, o Orfeão de Espinho atuou na Igreja de Anta (foto) no ciclo das semanas do Advento no concelho.

O programa do Orfeão de Espinho prossegue na noite de hoje na Igreja de Silvalde e também às 21h30 do dia 16 em Espinho.

Momento artístico
e João Guerra
com o padre
Artur PintoA alegria do Evangelho
é a nossa missão

Livro de poesia “Seara de Sonhos” de João Guerra apoia obras da Igreja Paroquial de Espinho

A apresentação por Francisco Marques do livro “Seara de Sonhos” de João Guerra, cuja receita reverte para obras da Igreja Paroquial de Espinho, foi um momento especial ocorrido na tarde de domingo, na Paróquia de Espinho – Nossa Senhora da Ajuda.

O lançamento do livro de poesia integrou um programa – genericamente intitulado “momento artístico” – na Igreja Matriz que constava da exibição do coro de câmara da paróquia, de um festival de órgão e de canto a solo com Teresa Correia.

Fotos VÍTOR LANCHA



Cerciespinho sensibiliza a comunidade para os direitos das pessoas com deficiência

O Dia Internacional das Pessoas com Deficiência constituiu-se como uma data para ser assinalada e celebrada internacionalmente, quer na vertente de celebrar a diferença quer na dimensão de lutar pela inclusão das pessoas com deficiência.

A Cerciespinho juntou-se às mais variadas entidades na celebração anual de 3 de dezembro, aproveitando para sensibilizar a comunidade para os direitos das pessoas com deficiência. “É uma data central para mostrar a diferença e sensibilizar para a maior riqueza da sociedade decorrente da participação de todos na vida e decisões da comunidade, com os seus pontos de vista, experiências e perceções, contribuindo

para a mudança social. Até 9 de dezembro vamos dinamizar o nosso site e facebook com imagens e testemunhos dos nossos clientes, sob o mote “Sim, somos...” e poderão visualizar-se filmes com testemunhos, cartazes, filmes de atividades realizadas na organização e na comunidade, que visam sensibilizar para as competências e capacidades das pessoas com deficiência. Pretendemos, acima de tudo, demonstrar a alegria, riqueza e potencial das pessoas com deficiência, cidadãos como nós, e cuja inclusão ao nível político, económico, social e também pessoal, passa pela responsabilidade social de cada um de nós, implicando-nos a todos!”

Esmeralda Laranjeira

Temas e poemas



Imaculada Conceição

Há precisamente 350 anos
El-rei D. João IV consagrava
Portugal

E todos os seus domínios
de Aquém e Além-mar
a Nossa Senhora
da Imaculada Conceição...
No dia 8 de Dezembro de 1640
celebrava-se em Lisboa,
na Capela Real
a festa da Imaculada Conceição...

Era a primeira solenidade religiosa
a que D. João IV assistia
como Rei de Portugal
O nosso monarca subira ao trono
em condições muito difíceis
para a nossa Pátria
que recuperara a sua independência
após 60 anos, de dominação Filipina

Por isso, a 1 de Dezembro de 1640,
aconteceu
a Guerra da Restauração
e assim recuperamos
a nossa Independência...
Como era muito devoto
de Nossa Senhora
D. João IV aclamou-a
como “Rainha de Portugal”
mandando construir, em Vila-Viçosa,
nas Terras dos duques de Bragança,
um belo Palácio, e escolheu
Nossa Senhora da Conceição
como padroeira do mesmo...

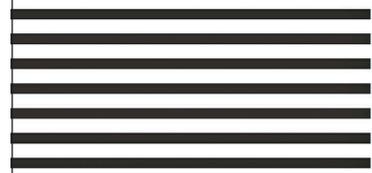
Antigamente, este dia, 8 de Dezembro
era dedicado ao Dia da Mãe
porque era o Dia
da Nossa Senhora da Conceição

era uma celebração religiosa,
muito rica, em cânticos
e celebrações, que com o decorrer
do tempo, desapareceu...

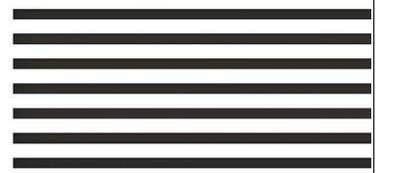
E agora o Dia da Mãe
já não é como outrora
Que se vivia por dentro, e não por
fora...
E reduziu-se este dia...
a um acontecimento banal
que tem apenas, valor comercial...
Com prendas e prendinhas,
para quem as pode comprar!
Mas perdeu-se o essencial...
que é o verbo Amar...

Atualmente o Dia da Mãe é festejado
no primeiro Domingo de Maio.
Maio é o Mês de “Maria,
mas não é a mesma coisa...
Nunca se sabe ao certo em que dia
calha
e isto é uma grande falha!

Mas antigamente era lindo
o Dia da Nossa Senhora da Conceição.
Era o Dia da Mãe...
e assim é que estava bem...
Cantavam-se lindas canções
a Nossa Senhora... e rezava-se o terço
E como não havia prendas,
dava-se um beijo à nossa Mãe...
E elas ficavam
tão contentes, que nesse dia
havia comida boa e castanha assada...
Era uma maneira simples
de ela ser homenageada...
Por isso, o Dia da Mãe devia ser
neste dia da Imaculada Conceição...



CASINO ESPINHO

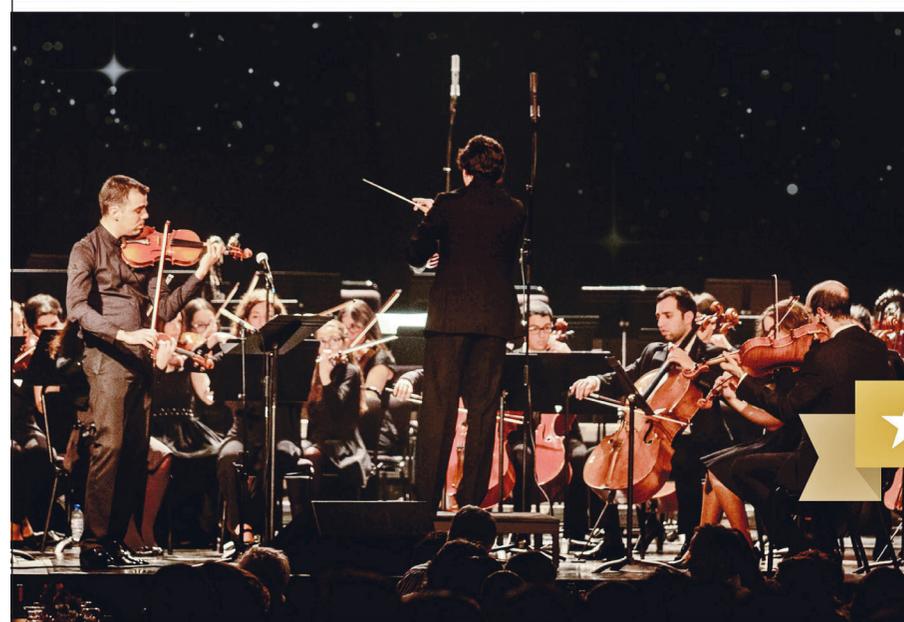


TRIBUTO

FRANK SINATRA

10. 11. 12. DEZ

JANTAR CONCERTO

GRANDE CONCERTO DE
NATAL
★ ORQUESTRA CLÁSSICA DE ESPINHO ★
12 • DEZ • JANTAR • CONCERTO

Sabor *Latino*

17 • 18 • 19 • DEZ
Jantar Concerto



“Charrete de Natal” da ViverEspinho



Foto VÍTOR LANCHÁ

A ViverEspinho – Associação Empresarial de Espinho, “para criar um ambiente natalício e incentivar as pessoas que nos visitam a entrar nos estabelecimentos comerciais”, tem a “charrete de Natal” em movimento aos sábados e domingos à tarde e nas noites em que o comércio esta aberto.

“A Charrete tornou-se um verdadeiro encanto de Natal para quem visita Espinho nesta época, sendo muito procurado pelas crianças que solicitam aos pais um passeio.”

Entretanto, “quando as pessoas perguntam, junto da charrete, como funciona, é dito que pode ser adquirido uma volta junto das lojas aderentes; perguntado as pessoas quais são, sendo que muitas vezes se dirigem de propósito às lojas aderentes.”

Acesso aos vouchers por parte dos lojistas:

“O voucher tem um custo para a loja aderente de 50 cêntimos, não sendo necessário ser associado da ViverEspinho – Associação Empresarial de Espinho, o qual é válido para uma volta por adulto e gratuito para crianças, sendo que as mesmas têm que ser acompanhadas por adulto.”



Foto VÍTOR LANCHÁ

Pai Natal chega com uma rena

Crianças fascinadas no domingo

O Pai Natal chegou com uma rena autêntica na tarde de domingo a Espinho, para alegria da pequenada e até dos adultos.

A festa começou no largo junto à Câmara Municipal e prosseguiu pelas ruas centrais do comércio, com o Pai Natal no trenó.

Houve ainda oportunidade para fotos com as crianças na Casa do Pai Natal, na Rua 19.

O evento foi realizado no âmbito do programa de animação natalícia da “Cidade Encantada”, da EspinhoViver – Associação Empresarial de Espinho, em parceria com a Câmara Municipal.

3ª geração a Consolidação... mais de 90 anos a fotografar pessoas...

Neste Natal a sua melhor prenda vão ser... fotografias...
Visite-nos para surpreender... marque a sua sessão...

Feliz Natal e Próspero Ano Novo

Domingos Santos - est. fot., lda. - Rua 19 n.º 868 4500-253 Espinho
T. 227312638 M. 966905637 - info@domingossantos.pt - www.domingossantos.pt

Fantasia & Linhas
RETROSARIA

FILIPA OLIVEIRA *Festas Felizes*

- AULAS DE TRICOT
- BORDADOS, etc.

Rua 25 N.º 340
4500-280 ESPINHO

Tlm. 917 532 213
E-mail: filipasantos73@hotmail.com

CAFÉS

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

Casa Alves Ribeiro Rua 19, 294 - ESPINHO

Pão Quente Athena **Pão Quente Pão D'Água**

Largo da Igreja, 39 Anta Tlm. 912 870 057

A Loja de Viseu
Rua de Esmojães, 2
4500-063 Espinho
T. 227 321 268 / 913 344 322

Rua 1 sector C Zona Ind. Rio Meão Tlf. 256 781 224

Confeitaria Padaria

Todo o serviço de pastelaria e padaria ao seu dispor.
Aceitamos qualquer tipo de encomendas
A nossa missão é a sua satisfação!

Desejamos a todos os nossos estimados Clientes, Amigos e Fornecedoras **FESTAS FELIZES**

E se este NATAL oferecesse óculos?

Temos cartões presente para poder oferecer a quem mais gosta.

Visite-nos!

OPTICALJA[®]
ESPINHO

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

AGENDA

10 de dezembro

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

10, 11 e 12 de dezembro

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

10, 13 e 16 de dezembro

16h30 e 21h30 - Cinema do Multimeios

"Steve Jobs", realizado por Danny Boyle (vencedor de um Oscar com "Quem Quer Ser Bilionário") com base no argumento de Aaron Sorkin escrito a partir da biografia de Walter Isaacson, "Steve Jobs" tem como fio condutor o lançamento de três produtos marcantes da Apple, culminando em 1998 com a apresentação do iMac. O filme mostra os bastidores da revolução digital e desenha o retrato íntimo de um homem brilhante que esteve no seu epicentro. Michael Fassbender interpreta Steve Jobs, fundador da Apple. Kate Winslet é Joanna Hoffman, antiga responsável de marketing da Macintosh. Steve Wozniak, cofundador da Apple, é interpretado por Seth Rogen, e Jeff Daniels será John Sculley, antigo CEO da empresa. O filme conta ainda com Katherine Waterston como Chrisann Brennan, ex-namorada de Steve Jobs, e Michael Stuhlbarg como Andy Hertzfeld, um dos elementos iniciais da equipa de desenvolvimento da Apple Macintosh...
Biografia/drama para maiores de 12 anos

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 Alice Rocha

11 de dezembro

10 horas - Biblioteca Municipal
"Magia das palavras e lidas ilustradas" - leitura de um conto, pela professora voluntária Cândida Ribeiro, seguido 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

11, 12, 18 e 19 de dezembro

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

11 e 15 de dezembro

21h30 - Cinema do Multimeios
"Steve Jobs", biografia/drama para maiores de 12 anos

12 de dezembro

11 horas - Biblioteca Municipal
"Contos e cantos para infantes"
Inscrições prévias destinadas a

crianças com idades compreendidas entre os 2 e os

15 horas - Biblioteca Municipal
Lançamento do livro "Pingos" de Líliliana Ribeiro

16h30 às 23h30 - Salão Paroquial de Guetim
Feirinha de artesanato - Comissão de Festas de Santo Estêvão e Nossa Senhora da Guia

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

21h30 - Centro Multimeios
Festival de Tunas - Natalis Vivere Spinus - "Espinho Cidade Encantada"

21 horas - Hotel Casino Chaves (Solverde)
Concerto de Natal com a Orquestra de Sopros da Academia de Artes de Chaves (espetáculo com jantar)

22 horas - Hotel Praia Golf
Atuação especial de Carlos Mendes (voz e piano)

13 de dezembro

10 horas às 19h30 - Salão Paroquial de Guetim
Feirinha de artesanato - Comissão 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 Advento no concelho

17 de dezembro

21h30 - Biblioteca Municipal
Sessão da Onda Poética

17, 18 e 19 de dezembro

21 horas - Casino Espinho
Salsa Latina (espetáculo com jantar)

17 e 20 de dezembro

21h30 - Cinema do Multimeios
"O Leão da Estrela", do realizador Leonel Vieira e com os atores Miguel Guilherme, Dânia Neto, Sara Matos, Alexandra Lencastre, Manuel Marques
Comédia para maiores de 12 anos
Anastácio é um modesto funcionário público casado com Carla. Têm duas filhas, Branca e Joana. Fanático do clube de futebol do seu bairro, os Leões de Alcochete, Anastácio aguarda ansioso o jogo com o Barrancos do Inferno, no Alentejo, um embate decisivo que poderá devolver os dias de glória ao emblema do seu coração.
É então que, pouco tempo antes do jogo, Joana espatifa o carro da família. Miguel, o mecânico que namora com Rosa, a sobrinha de Anastácio, oferece uma solução: na garagem tem um veículo que transporta oito pessoas. Agora só têm de fingir que são ricos para poderem passar a noite na quinta da família de Eduardo Barata, um amigo que Joana conheceu nas redes sociais...

19 de dezembro

11 horas - Biblioteca Municipal
Bebéteca "Letras e Chupetas"
Atividades de promoção da leitura para a primeira infância

15h30 - Biblioteca Municipal
"Conto um conto para ti"
Público-alvo: crianças dos 5 aos 12 anos (entrada livre e gratuita)

21h30 - Centro Multimeios (auditório)
"Fantasia do Mundo da Disney" em espetáculo de Natal da Giselle - Academia de Dança

21h30 - Auditório de Espinho (Academia de Música)
Concerto da Orquestra Clássica de Espinho com programa especialmente alusivo à época natalícia

20 de dezembro

15h30 - Auditório da Junta de Espinho
Festa de Natal da Rusga de S. Pedro

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

22 e 23 de dezembro

16h30 e 21h30 - Cinema do Multimeios
"O Leão da Estrela", do realizador Leonel Vieira e com os atores Miguel Guilherme, Dânia Neto, Sara Matos, Alexandra Lencastre, Manuel Marques
Comédia para maiores de 12 anos

25 e 26 de dezembro

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

26 de dezembro

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

21 horas - Casino Espinho

CC & Liaça (espetáculo com jantar)

28 de dezembro

23 horas - Hotel Casino Chaves (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 Chaves (Solverde)

Réveillon com The Acoustic Foundation (e jantar)

Até 2 de janeiro

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

...E o vencedor é "We Are Stars"!

Festival de Cinema Imersivo no Planetário do Multimeios

Realizou-se de sexta-feira a domingo, no Planetário do Centro Multimeios, a terceira edição do Festival de Cinema Imersivo. O grande vencedor foi o filme "We Are Stars" (Reino Unido), da NSC Creative. "Fermentation" (Japão), de Masashige Iida, venceu no concurso de curtas. Em cuja categoria o público elegeu "My Little Brother Jimmy" (Alemanha), de Thomas Banner.

Foram três dias intensivos, com doze sessões competitivas longas-metragens (trinta filmes), duas sessões de curtas-metragens (24 filmes), três sessões para escolas e dois concertos de "Noiserv no Espaço", grande parte com lotação esgotada!

Foram apresentadas algumas das melhores produções internacionais, produzidas para planetários, seja na área de Astronomia, Matemática, Biologia, mas também no quadrante do entretenimento. Chegaram de diversos países, tais como Holanda,

Suécia, Japão, Reino Unido, EUA, Espanha, Itália, França, Alemanha, Canadá, Austrália, Coreia do Sul, Rússia e Tailândia, entre outros.

Trata-se de um evento único no nosso país "e orgulha-se de ser o primeiro e único Festival em Portugal a apresentar este conceito inovador, com sessões imersivas a 3D. "O espectador é completamente rodeado por imagem (real e 3D) e som a 360º em toda a cúpula, tudo isto graças ao novo sistema de projeção de alta resolução, do Planetário de Espinho."

Eis a lista dos grandes vencedores no programa das sessões completas:

Melhor da edição de 2015 - We Are Stars - NSC Creative (Reino Unido);

Melhor imersividade - From Dream To Discovery - Charles Hayden Planetarium;

Melhor banda sonora - The Longest Night: A Winter's Tale - Morehead Planetarium and Science Center

(EUA);

Melhor 3D - Dream To Fly - The Heavens of Copernicus Productions (Polónia).

Menção honrosa - Solar Superstorms - Spitz Creative Media, NCSA Advanced Visualization Lab and Thomas Lucas Productions (EUA);

Dark Universe - American Museum of Natural History (EUA);

Samskara - Android Jones and FullDomeLab (Tailândia).

Sessões de curtas:

Melhor da edição de 2015 - Fermentation - Masashige Iida (Japão);

Melhor imersividade - International Year of Light Teaser - Carl Zeiss AG (Alemanha);

Melhor banda sonora - Februar - Valk Productions (Holanda);

Melhor 3D - Flight over Groningen - Mirage3D (Holanda);

Prémio do público - My Little Brother Jimmy - Thomas Banner (Alemanha).



Festival de tunas no sábado

Sábado será animado com o Festival de Tunas - Natalis Vivere Spinus, às 21h30, no Centro Multimeios, conforme o jornal Defesa de Espinho já noticiou.

Numa organização da ViverEspinho - Associação Empresarial de Espinho, em parceria com a Câmara Municipal, no

âmbito do 'programa de animação natalícia "Espinho Cidade Encantada," a quinta edição de Festival de Tunas - Natalis Vivere Spinus será encetada às 15 horas, com a chegada das tunas para um "passacalles" pelas ruas do centro da cidade

No concurso participam algumas das melho-

res tunas nacionais. Tuna de Medicina do Porto - TMP, Tuna de Tecnologia da Saúde do Porto - TUNA TS, Tuna Académica da Faculdade de Direito da UP - TFDUP, e Tuna Académica da Faculdade de Economia do Porto - TAFEP.

A Tuna Feminina da Faculdade de Direito da Universidade do Porto - LEGISLATUNA - é a convidada de 2015.

Semanário Registo 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 - mjproenca@sapo.pt

Colaboradores

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

Colunistas

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

Departamento de Produção

António Guerra

Secretaria de Administração e Redação

Cristina Fonseca e Fernanda Oliveira

Serviços Administrativos e Publicidade

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

Departamento de Redação

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

Impressão

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

Tiragem média

3.700 exemplares
Depósito Legal n.º 1604/83

Internet:

www.defesadeespinho.pt

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



Fotos VÍTOR LANCHÁ

Running Training Camp com Vanessa Fernandes no Hotel Solverde Spa & Wellness Center

No fim de semana, o Hotel Solverde Spa & Wellness Center foi cenário do primeiro Running Training Camp, enquadrado no mais recente projeto desta unidade hoteleira, o run4hotels, em parceria com a run4excellence.

Foi cumprido um programa dividido entre ativi-

dades práticas e teóricas para que os participantes melhorassem o rendimento na corrida, técnicas de respiração e postura, exercícios de aquecimento e estratégias de recuperação.

Entre outras figuras públicas, Vanessa Fernandes, atleta de alta competição, participou no pri-

meiro Running Training Camp realizado no Hotel Solverde Spa & Wellness Center.

O evento resultou de um número considerável de clientes do hotel e de praticantes do desporto em geral, que procuram apoio especializado para o desenvolvimento da corrida.

O Hotel Solverde Spa & Wellness Center dispõe de uma estrutura de excelência que permite proporcionar as melhores condições aos praticantes, como por exemplo o SPA, dotado dos melhores equipamentos para trabalhar na recuperação e no relaxamento, antes e após o treino.



Realizou-se na tarde de sábado, na Nave Polivalente, o tradicional Torneio de Viet-Vo-Dao de Natal da Associação Portuguesa de Artes Marciais (APAM). A competição foi inteiramente dedicada aos mais novos. O viet-vo-dao é um movimento internacional que visa a agregação e perpetuação dos estilos e artes marciais de origem vietnamita espalhados pelo mundo.

O torneio de natalício da APAM é uma competição de quyens com cariz nacional, especialmente direcionado para as camadas mais jovens (idades inferiores a 14 anos), visando estimular o interesse e o gosto pela competição saudável desta modalidade.

Nesta competição de quyens o praticante executa individualmente ou em equipa uma sequência fixa de movimentos com carácter marcial previamente estudados. Em competição estiveram três modalidades, o quyen individual de mãos nuas, o quyen individual com armas tradicionais e o quyen em equipa.

Viet-Vo-Dao (Torneio de Natal) na Nave APAM festeja 41.º aniversário

Das cinquenta inscrições saldaram-se os seguintes resultados:

Escalão infantil (5 aos 7 anos) - Thien Mon Quyen - 1.º Martim Miranda (ADNR - Nogueira da Regedoura); 2.º Ruben Sabença (Nogueira da Regedoura); 3.º Pedro Morais (VDHLHVD - Colégio de Lamas).

Escalão infantil masculino (8 aos 9 anos) - Thien Mon Quyen - 1.º Herlander Miranda (Nogueira da Regedoura); 2.º Luís Martins (APAM - Espinho); 3.º Gabriel Silva (Colégio de Lamas).

Escalão infantil feminino (8 aos 9 anos) - Thien Mon Quyen - 1.º Carol Pinto

(APAM - Espinho); 2.º Eva Milheiro (APAM - Espinho); 3.º Inês Silva (Nogueira da Regedoura).

Escalão infantil (8 aos 9 anos) - Sat Thu Quyen - 1.º Vasco Grilo (Colégio de Lamas); 2.º Guilherme Matos (APAM - Espinho); 3.º José Miguel Rocha (Nogueira da Regedoura).

Escalão infantil (6 aos 9 anos) - armas articuladas - 1.º Gabriel Meireles (Colégio de Lamas); 2.º Vasco Grilo (Colégio de Lamas); 3.º Carol Pinto (APAM - Espinho).

Escalão infantil (6 aos 9 anos) - armas tradicionais percussão - 1.º Herlander Miranda (Nogueira da Regedoura); 2.º Vasco Grilo (Colé-

gio de Lamas); 3.º José Miguel Rocha (Nogueira da Regedoura).

Escalão juvenil (10 aos 13 anos) - Thien Mon Quyen - 1.º Bia Alves (APAM - Espinho); 2.º Laura Rocha (APAM - Espinho); 3.º Eugénio Pereira (Nogueira da Regedoura).

Escalão juvenil (10 aos 13 anos) - Lien Hoa Chang Quyen - 1.º João Grilo (Colégio de Lamas); 2.º Fábio Gomes (Colégio de Lamas); 3.º Maria Manuel Lopes (APAM - Espinho).

Escalão juvenil (10 aos 13 anos) - armas tradicionais articuladas - 1.º João Grilo (Colégio de Lamas); 2.º Fábio Gomes (Colégio de Lamas); 3.º Maria Manuel Lopes

(APAM - Espinho).

Escalão juvenil masculino (10 aos 13 anos) - armas tradicionais percussão - 1.º João Grilo (Colégio de Lamas); 2.º Bernardo Gonçalves (APAM - Espinho); 3.º Fábio Gomes (Colégio de Lamas).

Escalão juvenil feminino (10 aos 13 anos) - armas tradicionais percussão - 1.º Bia Couto Alves (APAM - Espinho); 2.º Maria Manuel Lopes (APAM - Espinho); 3.º Laura Rocha (APAM - Espinho).

Escalão infantil (6 aos 9 anos) - equipa Thien Mon Quyen - 1.º Gabriel Silva, Gabriel Meireles e Vasco Grilo (Colégio de Lamas); 2.º Inês Silva, Joana Couto e Herlander Miranda (Nogueira da Regedoura); 3.º Luís Martins, Eva Milheiro e Carol Pinto (APAM - Espinho).

Escalão juvenil (10 aos 13 anos) - equipa Sat Thu Quyen - 1.º João Grilo/Tiago Cardoso/Fábio Gomes (Colégio de Lamas); 2.º Maria Manuel Lopes/Bia Alves/Laura Rocha (APAM - Espinho); 3.º Francisco Real/Diogo Fer-

nandes/Rafael Silva (APAM - Espinho).

No final da competição decorreu a cerimónia de atribuição das classificações. Assim, foram entregues os diplomas de classificação aos três primeiros classificados de cada grupo de competição. De referir que no final houve ainda tempo para a organização do torneio distribuir ofertas e lembranças a todas as crianças presentes. Foi uma festa acolhedora e familiar que terminou calorosamente.

À noite, incluído nas cerimónias do Torneio de Viet-Vo-Dao de Natal, decorreu o jantar comemorativo do 41.º aniversário da APAM. Este ano o jantar teve lugar no restaurante do Complexo de Ténis APAM em Espinho, onde quase seis dezenas de convivas encheram a sala.

Como é hábito, durante o festivo jantar, a Direção da APAM atribuiu as merecidas distinções aos "alunos revelação 2014-2015" das diversas classes de viet-vo-dao, tai-chi-dao e defesa pessoal.

Futebol popular

1.ª DIVISÃO

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

Classificação

	P	J	V	E	D	F-C
Leões Bairristas	13	5	4	1	0	15-3
Rio Largo	13	6	4	1	1	11-9
Magos Anta	12	6	4	0	2	13-9
GD Ronda	12	6	4	0	2	12-10
Quinta Paramos	10	5	3	1	1	6-2
GD Outeiros	9	6	3	0	3	9-10
Juventude Outeiros	8	6	2	2	2	7-4
Corga Silvalde	8	6	2	2	2	10-10
Novasemente	7	6	2	1	3	12-11
Cruzeiro Silvalde	6	5	2	0	3	6-9
Desportivo P. Anta	6	6	2	0	4	10-12
Cantinho Ramboia	5	6	1	2	3	5-12
Águias Paramos	5	5	1	2	2	6-5
Estrelas Vermelhas	0	6	0	0	6	5-21

Próxima jornada

Águias Paramos-Novasemente (Paramos/sábado/14h30)
Juventude Outeiros-Desportivo P. Anta (Seara/sábado/15h)
Cantinho Ramboia-Quinta Paramos (Paramos/sábado/16h30)
Estrelas Vermelhas-Rio Largo (Seara/sábado/17h15)
Magos Anta-Leões Bairristas (Cassufas/sábado/17h)
Cruzeiro Silvalde-GD Ronda (Seara/domingo/10h)
Corga Silvalde-GD Outeiros (Seara/domingo/15h)

Melhores marcadores

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

2.ª DIVISÃO

Morgados Paramos-Bairro P. Anta ...	2-2
Império Anta-Aldeia Nova	3-0
GD Idanha-Lomba Paramos	2-1
Juvent. Estrada-Associação Esmojães	3-0
Estrelas Divisão-Águias Anta	2-5
Desportivo Regresso-AD Guetim	4-3
Folgou o Estrelas Ponte Anta	

Classificação

	P	J	V	E	D	F-C
Águias Anta	15	5	5	0	0	17-5
Império Anta	13	6	4	1	1	9-2
Estrelas P. Anta	11	5	3	2	0	10-5
GD Idanha	11	5	3	2	0	6-3
Assoc. Esmojães	10	6	3	1	2	11-8
Morgados Paramos	10	6	3	1	2	8-5
Juventude Estrada	9	6	3	0	3	11-17
Bairro Ponte Anta	7	6	2	1	3	8-11
Desp. Regresso	6	5	2	0	3	5-7
AD Guetim	6	5	2	0	3	11-9
Aldeia Nova	4	6	1	1	4	10-17
Lomba Paramos	1	6	0	1	5	10-17
Estrelas Divisão	0	5	0	0	5	3-13

Próxima jornada

Águias Anta-Desportivo Regresso (Cassufas/sábado/15h)
Morgados Paramos-Aldeia Nova (Paramos/sábado/18h30)
Associação Esmojães-Império Anta (Cassufas/ domingo/10h)
Estrelas Ponte Anta-Estrelas Divisão (Idanha/ domingo/10h)
Lomba Paramos-Juventude Estrada (Paramos/ domingo/10h)
AD Guetim-GD Idanha (Guetim/ domingo/10h)
Folga o Bairro Ponte Anta

Melhores marcadores

Fábio Sousa (Juventude da Estrada)	5
Sérgio Castro (Aldeia Nova)	4



Rio Largo comemora 53 anos



O Rio Largo Clube de Espinho (fundado a 8 de dezembro de 1962), reuniu cerca de uma centena de associados e amigos num jantar comemorativo dos seus 53 anos. Para além de todo o elenco diretivo, fizeram parte da mesa de honra o vice-presidente da Câmara Municipal de Espinho, Vicente Pinto e o representante da Associação Desportiva de Paramos, Jorge Sá.

Após o acender das velas do bolo de aniversário, o presidente do Rio Largo, Rui Freitas, agradeceu a presença dos convivas, enaltecendo os sócios, atletas do futebol e do atletismo, bem como os convidados, deixando uma palavra de apreço para a Câmara Municipal e Junta de

Freguesia de Espinho, não se esquecendo dos patrocinadores oficiais do clube, nomeadamente a Marisqueira Espinho Mar e a Equicontas Freitas & Filhos.

Rui Freitas fez ainda referência às eleições diretivas que terão lugar dentro de um mês e não esqueceu aqueles que nos últimos sete anos ajudaram a atual Direção e o Rio Largo a ser respeitado, continuando a ser projetado a todos os níveis no concelho e além-fronteiras, fruto das atividades do futebol e do atletismo.

Na manhã de terça-feira, teve lugar na sede do clube o içar das bandeiras (do clube, do concelho e de Portugal), após o que teve lugar um

Porto de Honra. Seguiu-se uma romagem ao cemitério de Espinho onde foram recordados aqueles que serviram a coletividade, em especial João Leonor, falecido em julho passado, que teve direito a uma placa colocada no seu jazigo. Outra homenagem será feita dentro de dias ao malogrado diretor e atleta pelos seus serviços prestados ao clube. Ainda durante o jantar comemorativo do aniversário, destaque para as palavras do vice-presidente da Câmara, Vicente Pinto, que salientou ser um orgulho estar presente no aniversário, visto que o Rio Largo é um grande clube, que tem representado sempre ao melhor nível a cidade de Espinho.

Paulo Malheiro



Equipa de veteranos do Cruzeiro de Silvalde

Futebol tigre goleia

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

	P	J	V	E	D	DGM-GS
Águeda	34	13	11	1	1	26-6
Fiães SC	32	13	10	2	1	24-5
Sp. Espinho	28	13	9	1	3	22-10
Oliv. Bairro	26	13	8	2	3	27-12
U. Lamas	26	13	8	2	3	27-13
At. Cucujães	21	13	6	3	4	17-14
Alba	20	13	6	2	5	22-20
Sporting Paivense	20	13	6	2	5	16-16
S. João Ver	18	13	5	3	5	21-22
AD Valonguense	16	13	5	1	7	19-25
Calvão	14	13	4	2	7	26-31
Esmoriz	13	13	3	4	6	12-22
AC Famalicão	12	13	3	3	7	18-18
Avanca	12	13	3	3	7	7-16
Carregosense	11	13	3	2	8	19-27
P. Brandão	9	13	2	3	8	13-25
São Roque	9	13	2	3	8	10-27
Milheiroense	8	13	1	5	7	16-35

A equipa de futebol sénior do Sporting Clube de Espinho foi à Carregosa vencer os locais por 0-4, em jogo a contar para o Campeonato Distrital da 1.ª Divisão. Os tigres, depois do nulo, ao intervalo, marcaram os golos quase em 'catadupa'.

Os tigres estão na terceira posição da tabela, a seis pontos do líder, o Águeda e jogam no próximo domingo com o Paços de Brandão no estádio Comendador Manuel de Oliveira Violas, às 15 horas.

Carregosense, 0 Sporting de Espinho, 4

Jogo no Estádio Dr. Teixeira da Silva, na Carregosa. Árbitro: Renato Oliveira (AF Aveiro). Árbitros assistentes: Pedro Gomes e Daniel Sousa.

Juventude Desportiva Carregosense - Luís Resende; Vitinha, Marco, Rosas e Barbosa (cap.); António,

Ricardo Paiva e Bruno Leite; Dani, Joel e José Porto.

Substituições: Bruno Leite por Mica (55), José Porto por Tony (78) e Dany por Lino (84).

Não utilizados: Carvalho, Bruno Chumbo, Vila Cova e Correia. Treinador: Carlos Fernandes.

Sporting Clube de Espinho - Bruno Silva; Sanguedo, Fábio Gonçalves, Rui Silva e Bruno Gomes; Ministro, Rui Lopes e Carlos Manuel (cap.); Rui João, Aidos e Paulinho.

Substituições: Paulinho por Diogo (73), Ministro por André (81) e Rui Lopes por Gonçalo (86).

Não utilizados: Renato, Mauro, Tiago e Pipa. Treinador: António Cerqueira.

Ao intervalo: 0-0. Marcadores: 0-1, por Paulinho (47); 0-2, por Rui Lopes (51); 0-3, por Rui João (53); 0-4, por Aidos (68).

Disciplina: cartão amarelo a Nuno Rosas (72); Carlos Manuel (72) e Paulinho (72).

A vitória ali tão perto!...

No regresso à atividade, os veteranos do Cruzeiro de Silvalde receberam o Resende.

No primeiro tempo, foi a equipa forasteira a entrar melhor em jogo e a revelar melhor entrosamento entre os seus elementos. Não surpreendeu, portanto, que Melo tenha aproveitado uma desatenção na defensiva silvaldense para se isolar e abrir o ativo ainda antes da meia hora de jogo.

Feridos no seu orgulho, os cruzeiristas foram alterando o cariz do jogo e subiram de rendimento, chegando à igualdade por intermédio de Rui Ferro que, com um remate colocadíssimo fez um 'golo de bandeira'.

Para a segunda metade, o Cruzeiro continuou a forçar a nota e, logo a abrir, Peter deu a melhor sequência a um pontapé de canto de Marinho e deu vantagem à equipa da casa.

Já perto do fim, num lance confuso que a defensiva

cruzeirista não foi lesta a desfazer, Tiago conseguiu um remate feliz e fez a igualdade final.

Cruzeiro de Silvalde, 2 Resende, 2

Campo de Jogos de S. Félix da Marinha

Árbitro: Joaquim Pinto.

Associação Desportiva Cruzeiro de Silvalde - Rocha; Tadeu, Manuel Rodrigo, Filipe e Barbadães; Manuel Ferreira, Faísca e Chico; Mostovoi, Rui Ferro e Nascimento.

Jogaram ainda: António Moreira, Carlos, Fernando, Zé Santos, Gil, Gusto, Marinho e Peter. Treinador: Manuel Rodrigo.

Resende - Flávio; Teixeira, Rui, Alves e Paulo; Magalhães, Ferreira e Tiago; Tuna, Marinho e Melo.

Jogaram ainda: Abel e Bino. Treinador: Alves.

Ao intervalo: 1-1. Golos: 0-1, por Melo; 1-1, por Rui Ferro; 2-1, por Peter; 2-2, por Tiago.

Com uma exibição de enorme categoria, o Sporting Clube de Espinho venceu a Associação de Jovens de Fonte Bastardo pela margem máxima. A superioridade dos tigres não mereceu qualquer contestação nos dois primeiros sets, e mesmo a réplica dos açorianos no terceiro revelou-se insuficiente para fazer cair os espinhenses, bem em todos os capítulos do jogo. Jose Rojas foi o melhor pontuador da equipa e do jogo (14).



Foto FRANCISCO AZEVEDO/FOCAL POINT

Voleibol tigre ascende ao segundo lugar

Dupla vitória em casa, com o Fonte Bastardo e Madalena

Depois da fantástica vitória da véspera sobre a AJ Fonte Bastardo, o Sporting Clube de Espinho somou mais três pontos frente ao Clube Atlântico da Madalena, com novo triunfo pela margem máxima.

Os tigres ficam assim isolados no segundo lugar do campeonato, uma vez que os açorianos venceram este domingo o Benfica na Luz, mas na 'negra'.

A equipa de Filipe Vitó começou bem, e teve uma atitude positiva aquando da reação adversária no segundo set.

O 3-0 acabou por ser uma confirmação da sua superioridade. Filipe Pinto, com 16 pontos, foi quem mais se destacou.

Na próxima jornada, o Sporting Clube de Espinho joga com o Benfica.

O treinador dos espinhenses, Filipe Vitó ficou obviamente satisfeito com a exibição do Sporting Clube de Espinho ante o Fonte Bastardo. "A nossa estratégia foi bem-sucedida. Conseguimos anular os pontos fortes da Fonte do Bastardo e obrigamos a que eles cometessem uma série de erros não forçados Sabíamos as suas tendências de jogo e tivemos uma atitude muito boa", sublinhou o treinador dos tigres.

Do jogo de domingo, com o Atlântico da Madalena, Filipe Vitó sublinhou que "o Sporting Clube de Espinho cumpriu o objetivo para este fim de semana". "Entramos bem, houve algumas partes



Foto MANUEL PROENÇA

de mais equilíbrio, mas nas fases finais dos sets conseguimos fazer a diferença", destacou o treinador dos tigres. "Estivemos bem", acrescentou.

Sporting de Espinho, 3 Fonte Bastardo, 0

Jogo na Arena Tigre, na Nave Polivalente de Espinho. Árbitros: Vítor Gonçalves e Ricardo Ferreira (AV Porto).

Parciais: 25-17, 25-15 e 25-23.

Sporting Clube de Espinho - Jose Rojas (14 pontos),

Filipe Pinto (9), Kibinho (7), Miguel Maia (5), Phelps (5), Alejandro Sanoja (6) e Hugo Ribeiro (líbero); Jonathan Nunes, Pedro Maia, Kevin Carabali, Tomás Guerra e Bernardo Matos.

Treinador: Filipe Vitó.

Associação de Jovens de Fonte Bastardo - Gerson Pereira (6 pontos), José Pedro Monteiro (3), Alexey Cheremisin (5), João José (4), Caíque Silva (9), Rui Moreira (4) e João Fidalgo (líbero); Tiago Violas, Wilhelm Nilsson (5), João Simões, Meneses e Morais.

Treinador: Alexandre Afonso.

**Sporting de Espinho, 3
CA Madalena, 0**

Jogo na Arena Tigre, na Nave Polivalente de Espinho.

Árbitros: António Vaz de Castro (AV Viana) e Luís Meireles (AV Porto).

Parciais: 25-21, 25-21 e 25-20.

Sporting Clube de Espinho - Jose Rojas (15 pontos), Filipe Pinto (16), Kibinho (4), Miguel Maia (2), Alejandro Sanoja (15), Kevin Carabali (7) e Hugo Ribeiro (líbero); Jonathan Nunes, Tomás Guerra, Bernardo Matos, Phelipe Martins e José Neto.

Treinador: Filipe Vitó.

Clube Atlântico da Madalena - Bruno Sousa (11 pontos), Francisco Fabião (9), Hélder Cunha (1), Tomás Silva (8), Nuno Roque (4), João Malveiro (9) e Simão Teixeira (líbero); Diogo Pereira (1), Lídio Guedes, Artur Resende, Óscar Barbosa (2) e Pedro.

Treinador: Carlos Pinto.

Manuel José Macedo

Adeus... do Sporting de Espinho à Taça!

A tarefa não se adivinhava fácil e o Sporting Clube de Espinho acabou mesmo eliminado da Taça de Portugal, depois de perder com a AJ Fonte Bastardo nos oitavos-de-final da competição.

Ao contrário do que havia sucedido no fim de semana na Arena Tigre, a equipa de Filipe Vitó, finalista na época passada, sentiu mais dificuldades para impor o seu jogo e disse adeus à prova.

Os tigres ainda conseguiram reagir, mas os açorianos, a jogar em casa, carimbaram o apuramento para os "quartos", num jogo com alguma polémica de arbitragem.

Já este sábado segue-se novo teste complicado, com o Benfica na Luz, para o Campeonato.

**Fonte Bastardo, 3
Sporting de Espinho, 1**

Jogo no Complexo Desportivo Vitorino Nemésio, na Ilha Terceira (Açores). Árbitros: Carlos Correia e Jaime Eloy (AV Ilha do Faial).

Parciais: 25-19, 25-27, 25-18 e 25-20.

Associação de Jovens de Fonte Bastardo - Wilhelm Nilsson (8 pontos), Tiago Violas (5), João Simões (15), Alexey Cheremisin (15), João José (11), Caíque Silva (19) e João Fidalgo (líbero); José Pedro Monteiro e Diogo Morais. Treinador: Alexandre Afonso.

Sporting Clube de Espinho - José Rojas (18 pontos), Filipe Pinto (14), Kibinho (9), Miguel Maia (6), Phelps (6), Alejandro Sanoja (7) e Hugo Ribeiro (líbero); Jonathan Nunes e Kevin Carabali (7). Treinador: Filipe Vitó.

Academistas (também) fora da Taça

A equipa de voleibol sénior da Associação Académica de Espinho foi afastada da Taça de Portugal ao perder no Pavilhão Arquitecto Jerónimo Reis por 1-3, com o Ginásio Clube Vilacondense. Um jogo de muita luta e entrega, com os espinhenses a claudicarem nos momentos finais de cada parcial e com Pedro Figueiredo a destacar-se como o melhor pontuador (30 pontos).

**Académica de Espinho, 1
Vilacondense, 3**

Jogo no Pavilhão Arquitecto Jerónimo Reis, em Espinho. Árbitros: António Moreira e Paulo Gavina (AV Porto).

Parciais: 25-21, 25-27, 23-

25 e 16-25.

Associação Académica de Espinho - Filipe Sousa (8 pontos), Gonçalo Iglésias, Ricardo Alvar (16), Paulo Reis (6), Pedro Figueiredo (30), Januário Silva (7) e Sandro Oliveira (líbero); Diogo Ferreira, David Marques, Gonçalo Sousa, Daniel Canas (1) e Tiago Nunes.

Treinador: Paulo Brenha.

Ginásio Clube Vilacondense - Francisco Pombeiro (3 pontos), João Lemos (9), Mário Fontes (16), Valdir Reis (26), Bernardo Leite (7), Fábio Lourenço (7) e David Moreira (líbero); Tiago Lourenço, João Pontes, João Cardia, Joel Costa e André Lourenço (1).

Treinador: José Pontes.

Empolgante torneio de matrecos em Paramos



Realizou-se no domingo, na sede dos Aguias da Quinta, o segundo torneio de matrecos organizado pela secção de futsal do clube de Paramos.

José Oliveira e Miguel Carvalho foram os vencedores na final com a dupla mista Diana Rosadas e José Vieira.

Na terceira posição fi-

caram Manuel Moreira e "Rato" e o evento foi recheado de grandes e emotivas partidas, face à experiência dos jogadores inscritos.

Jornada tripla do hóquei de sala da Académica de Espinho em Lousada

Três equipas de hóquei de sala da Associação Académica de Espinho estiveram este fim-de-semana em Lousada para realizarem jogos dos respetivos campeonatos nacionais. No entanto, apenas os sub-13 academistas arrecadaram uma vitória,

ante a Juventude de Lousada, por 3-7.

Os sub-18 foram derrotados pela Associação Desportiva de Lousada por 5-2 e os sub-15 perderam com aquele adversário por 10-2.

Eis a constituição das equipas academistas:

Sub-18 - Paulo Plasta (guarda-redes), Leonardo Dias (cap.), Daniel Santos, João Rocha (2), Alexandre Ferreira, João Gomes e Ricardo Silva. Treinador: Hugo Gonçalves. Delegado: Joaquim Magano.

Sub-15 - Pedro Maranhão

(guarda-redes), Paulo Plasta (cap. 1 golo), Ruben Silva (1), Rodrigo Rodrigues, João Gomes, André Rodrigues, Ricardo Silva e Carolina Costa. Treinador: Márcio Marques. Delegado: Joaquim Magano.

Sub-13 - Pedro Maranhão (guarda-redes, cap.), Davide Santos, Guilherme Caramalho (4 golos), Rodrigo (2) Carlos Santos, Ângelo e Vasco Silva (1). Treinador: Hugo Gonçalves. Delegado: Joaquim Magano.

Andebol tigre afastado da Taça

A equipa de andebol de seniores masculinos do Sporting Clube de Espinho foi afastada, na terça-feira, da Taça de Portugal, ao perder por 24-36 (11-14, ao intervalo), com o Andebol Clube de Fafe, em jogo disputado na Nave Polivalente de Espinho.

Num jogo que contou com a presença do presidente da Câmara Municipal de Espinho, Pinto Moreira e do presidente do Sporting Clube de Espinho, Bernardo Gomes de Almeida, os tigres, apesar da derrota, deram uma imagem muito boa perante um clube que milita a 1.ª Divisão e que é treinado pelo ex-técnico do Benfica, José António Silva.

A equipa espinhense, sob o comando de Pedro Lagarto, entrou muito bem na partida e, durante o primeiro tempo, andou sempre muito próxima do seu adversário, com dois golos de diferença. Foi no final que a equipa de Fafe acabou por descolar um pouco. No segundo tempo, os tigres acabaram por cometer demasiados erros e acabaram por quebrar fisicamente.

No entanto, os espinhenses poderiam ter reduzido, ainda mais, a desvantagem, sobretudo numa altura em que o adversário esteve temporariamente reduzido a três elementos em campo. Vitória justa da equipa de Fafe.

No fim-de-semana, a equipa sénior acabou por vencer o Feirense por 31-28 (17-16 ao intervalo), em jogo a contar para o Campeonato Nacional da 3.ª Divisão.

Entretanto, a equipa de juvenis masculinos consolidou a segunda posição da tabela classificativa do Campeonato Nacional da 1.ª Divisão, Zona 2, ao vencer a Académica de S. Mamede por um golo 19-18 (12-8 ao intervalo), em jogo disputado no pavilhão do adversário.

Os iniciados masculinos do Sporting Clube de Espinho empataram com o S. Paio de Oleiros 27-27 (16-14 ao intervalo), em encontro do Campeonato Nacional.

Seniores - Tiago Sousa e Vítor Pereira (guarda-redes); Filipe Meneses (4 golos), Pedro Almeida, João Domingues (8), André Machado (6), André Sousa, Manuel Sousa, Bruno Antunes, Francisco Lopes (9), João Ribeiro, Vítor Pinhal, João Fonseca, Ricardo Soares (3), Tiago Ferreira e Filipe Lagarto (1). Treinador: Pedro Lagarto. Treinador adjunto: Leonel Santos.

Juvenis - Francisco Vasconcelos e João Castro (guarda-redes); Jorge Ferreira, João Póvoa (1 golo),

Tiago Fonseca, Tiago Guedes (2), António Pinto (2), José Cruz (1), João Castro, José Caetano (1), Tiago Soares, João Furtado (9), Guilherme Baptista (1), Ivo Bernardo (2), Nuno Lima e Ricardo Silva. Treinador: Mário Lopes.

Iniciados - Gonçalo Loureiro, Bruno Aguiar e Ruben Aguincha (guarda-redes); Filipe Ferreira, João Félix (1 golo), Pedro Salvador (7), Carlos Pereira, André Sousa (7), Ricardo Silva (5), Bruno Castro, Manuel Melo (1), Manuel Campos, Gonçalo Pinto, Frederico Queirós (3), Nuno Lima (3) e André Carvalho. Treinador: Vítor Pinhal. Treinador adjunto: Ricardo Guimarães.

Eis os jogos para o fim-de-semana:

Alavarium-Sporting de Espinho (juniores masculinos), domingo, às 15 horas, no Pavilhão do Alavarium, em Aveiro; FC Porto-Sporting de Espinho (juvenis masculinos), sábado, às 12 horas, no Pavilhão da Escola Secundária Rodrigues de Freitas, no Porto; Sporting de Espinho-Avanca (infantis masculinos), sábado, às 9h30 no Pavilhão Municipal Napoleão Guerra, em Cassufas (Anta); Sporting de Espinho 'A'-Feirense 'B' (minis masculinos), domingo, às 14 horas, no Pavilhão Municipal Napoleão Guerra, em Cassufas (Anta); Sporting de Espinho 'B'-Feirense 'A' (minis masculinos), domingo, às 16 horas, no Pavilhão Municipal Napoleão Guerra, em Cassufas (Anta).

Sp. Espinho, 24 AC Fafe, 36

Jogo na Nave Polivalente de Espinho. Árbitros: André Nunes e Ruben Maia (AA Aveiro).

Ao intervalo: 11-14.

Sporting Clube de Espinho - Vítor Pereira e João Ribeiro (guarda-redes); Filipe Meneses (1 golo), Pedro Almeida (1), João Domingues (6), André Machado (2), André Sousa, Manuel Sousa (2), João Pinhal (4), Bruno Antunes (3), Francisco Lopes, João Fonseca, Ricardo Soares (2), Tiago Ferreira (3) e Filipe Lagarto.

Treinador: Pedro Lagarto. Treinador adjunto: Leonel Santos.

Andebol Clube de Fafe - Miguel Marinho e João Fernandes (guarda-redes); Armando Pinto (1 golo), Cláudio Mota (7), Dario Andrade (7), César Gonçalves (3), Nuno Fernandes (3), Nuno Pinheiro (2), Vítor Ribeiro (1), Vladimiro Pires (3), João Freitas, Mário Pereira (5), Diogo Gomes (1), Luís Pereira (2), Felisberto Landim (1) e Bruno Dias.

Treinador: José Antonio Silva.



Vitórias dos mais novos do voleibol academista

A equipa de voleibol sénior masculina da Associação Académica de Espinho perdeu os dois encontros da dupla jornada deste fim-de-semana. Os academistas foram derrotados, no Pavilhão Arquitecto Jerónimo Reis pelo Sporting Clube das Caldas, por 2-3 (25-21, 22-25, 25-19, 22-25 e 16-18) e no domingo, em S. Mamede Infesta, pela Académica local, por 0-3 (22-25, 20-25 e 16-25).

No campeonato nacional da 1.ª Divisão de seniores masculinos de voleibol, em fim-de-semana de jornada dupla, a equipa da Associação Académica de Espinho recebeu o Sporting Clube das Caldas tendo perdido por 2-3. Foi um jogo bastante renhido em que a sorte não esteve do lado da Académica de Espinho, com remates a defesas espetaculares que fizeram com que ganhassem dois dos três sets que

precisavam de vencer. A equipa academista teve um jogo muito bom no primeiro set. Já no segundo set, apesar de muito renhido a equipa não teve tanta sorte, perdendo-o por 22-25. No terceiro set a equipa da Académica de Espinho recuperou e conseguiu fazer o melhor set dos cinco. Com o quarto set a derrota voltou (2-2) deixando tudo para o último set que foi finalizado pela equipa das Caldas que fez o 2-3.

No domingo, a equipa da Académica de Espinho deslocou-se a S. Mamede Infesta para defrontar a Académica local, tendo somado nova derrota, desta feita por 0-3.

A equipa de voleibol de juniores masculinos da Associação Académica de Espinho bateu o Clube Atlântico da Madalena por 3-2 (18-25, 25-19, 16-25, 25-21 e 15-13), em jogo da primeira fase do Campeonato Regional.

Jogo muito emotivo com as duas equipas a quererem vencer o jogo, sem nunca baixarem os braços, o que levou a realização de cinco sets, tendo o jogo sido favorável à Académica, com os parciais de 18-25, 25-19, 16-25, 25-21 e 15-13. Muita disputa de bola nos pontos, a criar grandes momentos de voleibol, vê-se que ambas as equipas estão a lutar para conseguirem uma boa clas-

sificação nesta fase do campeonato, que está prestes a chegar ao fim, faltando mais duas jornadas. O menos positivo na equipa espinhense foi mesmo a receção, que tanto se tem trabalhado ao longo da semana e que ainda não está ao nível de um escalão de juniores.

A Académica de Espinho desloca-se no sábado a Gondomar, para defrontar a equipa do Ala. O jogo tem hora marcada para as 15 horas.

Liderada por Rogério Lopes, jogaram pela equipa júnior Álvaro Serrano, Henrique Nunes, Braulio Nunes, Hugo Monteiro, Bruno Rodrigues, João Domingues, João Pedrosa, Joaquim Monteiro, Pedro Martins, João Amorim e Vladyslav Tolmachov.

Por sua vez, os juvenis perderam com a Académica de S. Mamede por 1-3 (21-25, 26-28 e 18-25). Num jogo emocionante, academistas acabaram por sair derrotados por 1-3. Partida muito bem disputada em que os academistas entraram a ganhar, vencendo o primeiro set por 27-25. Contudo, os jogadores de S. Mamede Infesta acabaram por conquistar os três sets seguintes. Note-se que existe uma melhoria de jogo para o jogo. No entanto, ainda não foi o suficiente para derrotar os atuais líderes.

Os iniciados da Académica de Espinho bateram o Ala Gondomar por 3-1 (20-25, 15-25, 25-20 e 14-25). Este fim de semana os iniciados deslocaram-se ao recinto do Ala de Gondomar para mais

um jogo do Campeonato Regional e, tal como se previa foi um jogo que serviu para o treinador rodar a equipa. Foi uma vitória fácil por 3-1 para os jovens mochos onde a exceção foi mesmo o terceiro set que não foi bem digerido.

Os infantis da Académica deslocaram-se a Fiães neste domingo e mais uma vez sem dificuldade obtiveram a vitória em apenas 56 minutos pela margem máxima de 0-3 (6-25, 10-25 e 16-25).

No próximo sábado, a equipa tem dérbi no pavilhão Dr. Amadeu Moraes. Os mochos vão receber a equipa do Sporting Clube de Espinho.

Por fim, os minis A iniciaram este domingo a época com o Torneio de Natal que se disputou em Gondomar no pavilhão do Ala local. Com a diversão assegurada pelas dezenas de pequenos atletas prontos a partilharem mais uma excelente manhã de voleibol, as equipas da Associação Académica de Espinho obtiveram mais um leque de bons resultados.

Assim no nível avançado as equipas A e B obtiveram o primeiro e o quinto lugar respetivamente. No nível intermédio as equipas C e D classificaram-se em primeiro e quarto lugar e, por último, no nível inicial a equipa E obteve o oitavo lugar.

Sem dúvida um excelente início para os minis A que assim dominaram os dois principais níveis técnicos deste primeiro torneio da época.

Diogo Cabral no Mundial de trampolins em Odense

Realizou-se durante quatro dias e terminou no domingo, o Campeonato do Mundo de Trampolins em Odense, na Dinamarca. A Prova, organizada pela Federação Internacional de Ginástica (FIG), decorreu com a participação dos melhores ginastas do mundo.

Da Associação Académica de Espinho, e integrado na Seleção Nacional, marcou presença o ginasta Diogo Cabral, que esteve pela primeira vez numa prova com esta dimensão

O atleta espinhense entrou um pouco nervoso, acusando o peso da responsabilidade de ter o emblema nacional ao peito. Este nervosismo veio refletir-se a sua participação, falhando a execução



da segunda série, relegando-o para a posição 65.ª do ranking.

Não era esta a classificação que o ginasta ambicionava, pois partia com a ambição de ser um dos oito primeiros classificados, que lutariam pelo título mundial.

Não tendo corrido tão bem esta sua estreia como ginasta da seleção nacional, Diogo Cabral prepara-se agora para o seu próximo objetivo: "ser um dos quatro ginastas que irão representar Portugal no próximo Campeonato da Europa Juniores que se realizará em 2016.

Hóquei em patins da Académica de Espinho regressa à liderança

Fred Saraiva marca sete golos na goleada à Juventude Pacense

A equipa de hóquei em patins sénior da Associação Académica de Espinho recebeu e goleou (9-4) a Juventude Pacense, equipa que nos dois últimos anos tinha conseguido dois empates a quatro golos no Pavilhão Arquitecto Jerónimo Reis.

A jogar em casa perante os seus adeptos, bastantes por sinal, a Associação Académica de Espinho entrou com vontade de regressar às vitórias e com uma abordagem ao jogo bastante determinada e segura inaugurou e ampliou o marcador ainda nos primeiros dez minutos do encontro. A Juventude Pacense reagiu e conseguiu reduzir mas, de seguida os academistas voltaram a marcar mantendo a distância no marcador até ao intervalo.

Já escaldados com o sucedido em anos anteriores e para evitar qualquer surpresa os mochos entraram na segunda parte com uma agressividade sustentada por uma defesa segura. Assim, naturalmente foi ampliando a vantagem, beneficiando também da inspiração atacante, até chegar a uns expressivos 9-2. O máximo que a Juventude Pacense conseguiu foi marcar mais dois golos já nos instantes finais.

Destaca-se que sete dos golos academistas foram apontados pelo avançado Fred Saraiva. Os outros dois tentos foram da autoria de Bruno Fernandes e de Tibério.

Com esta vitória, a Associação Académica de Espinho regressa à liderança do Campeonato Nacional da 2.ª Divisão, Zona Norte, repartida com o Riba D'Ave.

No próximo fim-de-semana a Associação Académica de Espinho desloca-se a Famalicão, um campo tradi-

cionalmente difícil, para defrontar uma equipa bastante experiente e com muita qualidade.

Eis a constituição da equipa da Académica de Espinho:

Cláudio Bessa (guarda-redes), Pedro Silva, João Paulo, Fred Saraiva e Bruno Fernandes.

Jogaram ainda: Tibério Carvalho, André Pinto, Sandro Santos e Tiago Santos.

Treinador: Luís Canelas. Marcadores: Fred Saraiva (7 golos), Bruno Fernandes e Tibério Carvalho.

Entretanto, os sub-17 academistas iniciaram este fim-de-semana a segunda fase do torneio distrital da Associação de Patinagem do Porto, vencendo o Marco por 5-2. A equipa da casa entrou bem no jogo com trocas constantes de bola. Pôde assistir-se a algumas movimentações trabalhadas durante a semana, que os jogadores academistas conseguiram assimilar. O domínio nesta primeira parte foi inquestionável por parte da Académica e o Marco (forte fisicamente) apenas tentava remates de fora da área, grande parte deles desenhados com a baliza. Assim, com naturalidade, a Académica de Espinho chegou ao intervalo a vencer por 2-0.

Na segunda parte, fruto de alguma desconcentração, os jogadores academistas deram alguns espaços ao adversário que, mesmo assim, não teve argumentos para chegar com êxito às redes do guarda-espinhense.

Numa jogada de contra-ataque a Académica de Espinho chega aos 3-0, mas logo de seguida na concretização de um livre direto (décima falta) a equipa do Marco reduz para 3-1. Seguiu-se um

período de jogo disputado, com o Marco a tentar pressionar alto e a usar o único argumento que conseguia, ou seja o remate de meia-distância.

Também de livre direto a Académica chegou ao 4-1, com um excelente remate de Edgar a não dar hipóteses ao guarda-redes adversário, e já nos minutos finais o Marco encerra a contagem fazendo o 5-2 a favor da equipa da casa.

Jogo nem sempre bem disputado mas que foi importante para dar confiança aos jogadores e encarar esta segunda fase com mais otimismo.

Eis a constituição da equipa de sub-17 da Associação Académica de Espinho:

Pedro Tavares (guarda-redes), David Silva, Zé Diogo, Alexandre Oliveira, Gonçalo Ferreira, Diogo Santos, Manuel Conceição, Hélder Campos, Tiago Edgar e Rafael Ferreira (guarda-redes).

Treinador: Custódio Silva. Delegados: José Ferreira, Ivo Campos e Manuel Conceição. Massagista: Rogério Fernandes.

Entretanto, os sub-20 academistas venceram o Sobreira por 6-3, em jogo do Campeonato Distrital e os sub-13 bateram o Académico do Porto por 1-4.

Na pré-competição, os benjamins academistas e os escolares foram derrotados pelo Futebol Clube do Porto, respetivamente, por 5-7 e 2-7.

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

Famalicense-Académica de Espinho (seniores), sábado, às 21 horas, em Vila Nova de Famalicão; Académica de Espinho-Amadora (veteranos), sábado, às 20h30, no

Pavilhão Arquitecto Jerónimo Reis, em Espinho; Penafiel-Académica de Espinho (sub-20), sexta-feira, às 21h30, em Penafiel; Alfena-Académica de Espinho (sub-17), domingo, às 18 horas, em Alfena; Académica de Espinho-Futebol Clube do Porto (sub-13), domingo, às 11 horas, no Pavilhão Arquitecto Jerónimo Reis, em Espinho; Marco-Académica de Espinho (escolares), domingo, às 16 horas, no Pavilhão Municipal de Marco de Canaveses; Marco-Académica de Espinho (benjamins), domingo, às 15 horas, no Pavilhão Municipal de Marco de Canaveses.

2.ª DIVISÃO - ZONA NORTE

Famalicense-CD Póvoa	6-4
AA Espinho-Juv. Pacense	9-4
Cart-Riba D Ave	7-3
Cucujães-Carvalhos	5-4
Marco-Valença	3-4
Lavra-Infante Sagres	2-6
EL Azeméis-O. Barcelos B	5-2

Classificação

	P	J	V	E	D	F-C
Riba D Ave	22	10	7	1	2	59-32
AA Espinho	22	10	7	1	2	62-37
Valença	20	10	5	5	0	43-26
O. Barcelos B	16	10	5	1	4	44-37
Infante Sagres	16	10	5	1	4	40-39
EL Azeméis	15	9	5	0	4	39-35
Carvalhos	15	10	5	0	5	43-40
Famalicense	14	10	4	2	4	33-36
Cart	12	10	4	0	6	29-51
Juv. Pacense	11	10	3	2	5	34-41
Marco	11	10	3	2	5	38-50
CD Póvoa	11	10	3	2	5	40-43
Lavra	10	10	3	1	6	31-42
Cucujães	3	9	1	0	8	31-57

Próxima jornada

Famalicense-AA Espinho (Famalicão/sábado/21h)
Juv. Pacense-Cart
Riba D Ave-Cucujães
Carvalhos-Marco
Valença-Lavra
Infante Sagres-EL Azeméis
CD Póvoa-O. Barcelos B

Adversários do Clube de Ténis de Espinho "ausentam-se" para almoçar

Decorreu no passado fim-de-semana a primeira e segunda etapas do Campeonato Regional de Seniores da 3.ª Divisão com a presença de dois grupos constituídos por quatro equipas cada uma.

Na série A em que o Clube de Ténis de Espinho (CTE) está incluído, a primeira jornada levou os espinhenses a São João da Madeira onde jogaram contra a Associação Estamos Juntos Ténis (AEJTénis) tendo vencido os três jogos de singulares e o segundo par, perdendo unicamente o jogo relativo ao primeiro par, sendo o resultado final de 4-1 a favor do CTE. O encontro foi disputado ao longo de três horas e meia e permitiu ao CTE entrar com o pé direito vencendo o primeiro encontro que serviu de preparação para a segunda jornada disputada no domingo em Oliveira de Azeméis contra o Clube de Ténis de Azeméis (CTA).

Neste encontro em que o CTE defrontou os anteriores campeões regionais a preparação foi pautada pela melhor opção em termos da escolha dos adversários uma vez que o CTA dispõe de atletas que fazem parte do Centro de Alto Rendimento de Ténis e como tal têm uma mais-valia acrescida.

Neste pressuposto o CTE apostou forte nos singulares,

no sentido de tentar vencer os três jogos. No entanto, esta aposta resultou em parte, uma vez que conseguiu vencer o segundo e terceiro singulares e deixou em aberto o resultado final para os pares.

Sob um sol abrasador os jogos da parte da manhã desenrolaram-se a contento para o CTE que arrancou para os pares vencendo por 2-1 o que permitia apostar forte em pelo menos um dos pares e tentar vencer o outro jogo por forma a levar de vencida, não só o encontro mas também para obter vantagem e ficar no primeiro lugar do grupo.

O CTE preparou-se para iniciar o jogo mas para sua surpresa os seus adversários tinham-se ausentado 'para almoço', o que motivou um atraso no arranque dos jogos de pares fazendo com que o seu capitão manifestasse o seu desagrado, dando início ao segundo jogo de pares sob protesto, pois o atraso de um dos jogadores foi deveras perturbador, criando um clima de tensão.

No final a vitória nos jogos de pares foi repartida, o que fez com que o CTE vencesse o encontro por 3-2 ao longo de cinco horas de jogo.

O CTE volta a jogar no sábado contra o FTC - Academia de Ténis de Aveiro, uma das melhores equipas de seniores desta Associação.

Francisco e Luís Almeida no estágio de capacitação técnica de cadetes

No sábado, Francisco Almeida e Luís Almeida, do Sporting de Espinho estiveram presentes no estágio de capacitação técnica para o escalão de cadetes da Associação de Natação Centro Norte de Portugal, acompanhados pelo seu treinador Rui Aires.

Foram convocados 24 nadadores (12 masculinos e 12

femininos) com as melhores pontuações no conjunto das provas que realizaram durante esta época, até ao momento.

Este estágio teve como propósito avaliar a técnica de nado e de viragens e de partida dos nadadores, bem como a filmagem das mesmas para posterior visualização.

Martin Almeida estreia-se no Campeonato Zonal

Realizou-se no fim-de-semana, em Cantanhede, o Campeonato Zonal (Norte) de Juvenis, com Sporting de Espinho a representar-se pelo seu nadador Martin Almeida.

Tendo participado pela primeira vez num campeo-

nato de dimensão nacional com um registo positivo em provas das mais difíceis desta modalidade, Martin Almeida alcançou o 15.º lugar nos 400m estilos (recorde pessoal), o 18.º lugar nos 400m livres (recorde pessoal) e o 21.º lugar nos 200m estilos.

António Canelas brilha no Meeting Internacional da Mealhada para Masters

Realizou-se no fim-de-semana o Meeting Internacional da Mealhada para Masters. Nesta prova a pontuação final resulta da soma dos pontos FINA, no conjunto de todas as provas que o nadador participou, no máximo de 5 provas.

Em representação das

cores tigras participou o nadador António Canelas que, no escalão I (nadadores nascidos entre 1947 e 1951), obteve o primeiro lugar no com 1419 pontos, com o primeiro lugar nos 100 metros estilos, 100m livres, 50m costas e o segundo lugar nos 50 metros livres.



LLIGA

Table with 2 columns: Club name and Results. Includes Benfica-Académica, Belenenses-V. Setúbal, FC Porto-Paços Ferreira, etc.

Table with 7 columns: Club name, P, J, V, E, D, GM-GS. Includes Sporting, FC Porto, Benfica, Braga, Rio Ave, etc.

Table with 2 columns: Club name and Results. Includes Boavista-Estrela Praia, Rio Ave-Arouca, V. Guimarães-Marítimo, etc.

LLIGA

Table with 2 columns: Club name and Results. Includes SC Braga B-FC Porto B, Atlético CP-Farense, Chaves-Mafra, etc.

Table with 7 columns: Club name, P, J, V, E, D, GM-GS. Includes FC Porto B, Feirense, Chaves, Sporting B, etc.

Table with 2 columns: Club name and Results. Includes Gil Vicente-Desp. Aves, Benfica B-SC Braga B, Sp. Covilhã-V. Guimarães B, etc.

totobola Concurso dos Órgãos de Informação n.º 51/2015 de 20/12/2015. Prognóstico "Defesa de Espinho", Redacção Desportiva: 1. BENFICA - RIO AVE, 2. PORTO - ACADÉMICA, etc.

FUTEBOL

Table with 2 columns: Club name and Results. Includes CAMPEONATO DISTRITAL AVEIRO JUNIORES - 1.ª DIVISÃO, Oliveira Bairro-Cucujães, Estrela Azul-Estarreja, etc.

Table with 7 columns: Club name, P, J, V, E, D, F-C. Includes Cesarense, Feirense, Avanca, Sp. Espinho, etc.

Table with 2 columns: Club name and Results. Includes Oliveira Bairro-Estrela Azul, Estarreja-Fiães, Soutelo-S. João Ver, etc.

Table with 2 columns: Club name and Results. Includes Lourosa-Carregosense, Soutelo-S. João Ver, Feirense-Águeda, etc.

Table with 7 columns: Club name, P, J, V, E, D, F-C. Includes Taboira, Águeda, Anadia, Lourosa, etc.

Table with 2 columns: Club name and Results. Includes Lourosa-Soutelo, S. João Ver-Feirense, Águeda-Gafanha, etc.

Table with 2 columns: Club name and Results. Includes Canedo-Esmoriz, Sanguedo-Lourosa, P. Brandão-Silvalde, etc.

Table with 7 columns: Club name, P, J, V, E, D, F-C. Includes ADF Anta/Baixinhos, Paivense, Sp. Espinho, etc.

Table with 2 columns: Club name and Results. Includes Sanguedo, Relâmpago, Vilamaiorense, Rio Meão.

Table with 2 columns: Club name and Results. Includes Próxima jornada, Canedo-Sanguedo, Lourosa-P. Brandão, etc.

Table with 2 columns: Club name and Results. Includes JUVENIS - 2.ª DIVISÃO - SÉRIE B, Unidos Rossas-Milheiroense, Cucujães-Tarei, etc.

Table with 7 columns: Club name, P, J, V, E, D, F-C. Includes Cesarense, Bustelo, ADF Anta/Baixinhos, etc.

Table with 2 columns: Club name and Results. Includes Próxima jornada, Unidos Rossas-Cucujães, Tarei-P. Brandão, etc.

Table with 2 columns: Club name and Results. Includes INICIADOS - 1.ª DIVISÃO, Mealhada-ADF Anta/Baixinhos, Taboira-Sanjoanense, etc.

Table with 7 columns: Club name, P, J, V, E, D, F-C. Includes Sp. Espinho, ADF Anta/Baixinhos, Anadia, etc.

Table with 2 columns: Club name and Results. Includes Próxima jornada, Mealhada-Taboira, Sanjoanense-Águeda, etc.

Table with 2 columns: Club name and Results. Includes INICIADOS - 2.ª DIVISÃO - SÉRIE A, U. Lamas-Argoncilhe, Sp. Espinho-Canedo, etc.

Table with 2 columns: Club name and Results. Includes Fiães, S. João Ver, Vilamaiorense, Sp. Espinho, etc.

Table with 2 columns: Club name and Results. Includes Próxima jornada, Sanguedo-U. Lamas, Argoncilhe-Sp. Espinho, etc.

Table with 2 columns: Club name and Results. Includes INICIADOS - 2.ª DIVISÃO - SÉRIE B, Fiães-Milheiroense, Mosteirô-Arouca, etc.

Table with 7 columns: Club name, P, J, V, E, D, F-C. Includes Cesarense, Sanjoanense, Feirense, etc.

Table with 2 columns: Club name and Results. Includes Próxima jornada, Cortegaça-Fiães, Milheiroense-Mosteirô, etc.

Table with 2 columns: Club name and Results. Includes INFIANTIS A - GRUPO 1 - SÉRIE A, Vilamaiorense-ADF Anta/Baixinhos, Fiães-Sp. Espinho, etc.

Table with 7 columns: Club name, P, J, V, E, D, F-C. Includes ADF Anta/Baixinhos, U. Lamas, Lourosa, etc.

Table with 2 columns: Club name and Results. Includes Próxima jornada, ADF Anta/Baixinhos-Sp. Espinho, (Cassufas/sábado/9h), etc.

Table with 2 columns: Club name and Results. Includes INFIANTIS A - GRUPO 2 - SÉRIE A, Vilamaiorense-ADF Anta/Baixinhos, Sp. Espinho-Rio Meão, etc.

Table with 7 columns: Club name, P, J, V, E, D, F-C. Includes U. Lamas, Sp. Espinho, ADF Anta/Baixinhos, etc.

Table with 2 columns: Club name and Results. Includes Próxima jornada, ADF Anta/Baixinhos-U. Lamas, (Cassufas/sábado/9h), etc.

Table with 2 columns: Club name and Results. Includes INFIANTIS B - GRUPO 1 - SÉRIE A, Vilamaiorense-ADF Anta/Baixinhos, U. Lamas-Sp. Espinho, etc.

Table with 2 columns: Club name and Results. Includes Lourosa-S. João Ver, P. Brandão-Esmoriz.

Table with 7 columns: Club name, P, J, V, E, D, F-C. Includes Vilamaiorense, ADF Anta/Baixinhos, Esmoriz, etc.

Table with 2 columns: Club name and Results. Includes Próxima jornada, ADF Anta/Baixinhos-Sp. Espinho, (Cassufas/sábado/10h15), etc.

Table with 7 columns: Club name, P, J, V, E, D, F-C. Includes ADF Anta/Baixinhos, Sp. Espinho, Vilamaiorense, etc.

Table with 2 columns: Club name and Results. Includes Próxima jornada, Fiães-ADF Anta/Baixinhos, (Fiães/sábado/11h45), etc.

Table with 2 columns: Club name and Results. Includes BENJAMINS A - SÉRIE A, ADF Anta/Baixinhos-Sp. Espinho, Canedo-Fiães, etc.

Table with 7 columns: Club name, P, J, V, E, D, F-C. Includes Fiães, Paivense, Sp. Espinho, etc.

Table with 2 columns: Club name and Results. Includes Próxima jornada, Fiães-ADF Anta/Baixinhos, (Fiães/sábado/10h30), etc.

Table with 2 columns: Club name and Results. Includes BENJAMINS A - SÉRIE B, ADF Anta/Baixinhos-Lourosa, S. João Ver-Esmoriz, etc.

Table with 7 columns: Club name, P, J, V, E, D, F-C. Includes ADF Anta/Baixinhos, P. Brandão, S. João Ver, etc.

Table with 2 columns: Club name and Results. Includes Próxima jornada, Esmoriz-ADF Anta/Baixinhos, (Esmoriz/sábado/9h), etc.

Table with 2 columns: Club name and Results. Includes BENJAMINS B - SÉRIE A, ADF Anta/Baixinhos-Sp. Espinho, U. Lamas-Fiães, etc.

Table with 7 columns: Club name, P, J, V, E, D, F-C. Includes Lourosa, ADF Anta/Baixinhos, Sanguedo, etc.

Table with 2 columns: Club name and Results. Includes Próxima jornada, Fiães-ADF Anta/Baixinhos, (Fiães/sábado/10h45), etc.

Table with 2 columns: Club name and Results. Includes BENJAMINS B - SÉRIE B, ADF Anta/Baixinhos-Esmoriz, Salesianos Arouca-Esc. Rui Dolores, etc.

Table with 7 columns: Club name, P, J, V, E, D, F-C. Includes ADF Anta/Baixinhos, Fiães, Salesianos Arouca, etc.

Table with 2 columns: Club name and Results. Includes Próxima jornada, Esc. Rui Dolores-ADF Anta/Baixinhos, (Travanca/sábado/10h15), etc.

Table with 2 columns: Club name and Results. Includes TRAQUINAS A - SÉRIE A, ADF Anta/Baixinhos-Fiães, Sp. Espinho-Lourosa, etc.

Table with 7 columns: Club name, P, J, V, E, D, F-C. Includes Lourosa, Vilamaiorense, ADF Anta/Baixinhos, etc.

Table with 2 columns: Club name and Results. Includes Próxima jornada, Lourosa-ADF Anta/Baixinhos, (Lourosa/sábado/11h30), etc.

Table with 2 columns: Club name and Results. Includes TRAQUINAS A - SÉRIE B, ADF Anta/Baixinhos-S. João Ver, Fermo-Salesiano Arouca, etc.

Table with 7 columns: Club name, P, J, V, E, D, F-C. Includes ADF Anta/Baixinhos, Fiães, P. Brandão, etc.

Table with 2 columns: Club name and Results. Includes Próxima jornada, Esc. Rui Dolores-ADF Anta/Baixinhos, (Travanca/sábado/11h30), etc.

Table with 2 columns: Club name and Results. Includes TRAQUINAS B - SÉRIE A, P. Brandão-Esc. Rui Dolores, Arrifanense-Feirense, etc.

Table with 7 columns: Club name, P, J, V, E, D, F-C. Includes ADF Anta/Baixinhos, Feirense, Lourosa, etc.

Table with 2 columns: Club name and Results. Includes Próxima jornada, Vilamaiorense-P. Brandão, Esc. Rui Dolores-Arrifanense, etc.

Table with 2 columns: Club name and Results. Includes TRAQUINAS B - SÉRIE B, Sanjoanense-Oliveirense, Estarreja-Fajões, etc.

Table with 7 columns: Club name, P, J, V, E, D, F-C. Includes Sanjoanense, Oliveirense, ADF Anta/Baixinhos, etc.

Table with 2 columns: Club name and Results. Includes Próxima jornada, Oliveirense-Estarreja, Fajões-Milheiroense, etc.

“O caminho está traçado”

Hugo Ribeiro, líbero do Sporting de Espinho

Hugo Ribeiro já festejou muitas vitórias com a camisola do Sporting Clube de Espinho, mas a sua raça e ambição permanecem intactas. O líbero da equipa sénior de voleibol dos tigres está satisfeito com o trabalho que a equipa tem desenvolvido e pede aos adeptos que continuem a dar o seu apoio. Até porque a época ainda vai a meio e nada está ganho...

“Cada jogo é um jogo! Sabemos qual o nosso caminho. Trabalhamos diariamente para melhorar semana após semana, por forma a minimizar as nossas dificuldades e procurar o melhor de cada um.”

– Que análise faz do Campeonato até agora?

“Estamos a fazer um Campeonato dentro do normal. Temos um Benfica a demonstrar grande superioridade, fruto do grande e excelente plantel que apresenta e uma Fonte do Bastardo apostada em procurar o título, com todos os bons atletas que tem. E a partir daí, algumas equipas com plantéis equilibrados, com uma mescla de experiência e juventude, que discutem entre si as outras duas vagas nos quatro primeiros lugares. E isto faz com que tenhamos de dar o máximo em cada jogo. So-



mos ambiciosos e procuramos vencer todas as semanas. À exceção de uma ou outra exibição menos conseguida, conseguimos até aqui vencer todos os outros encontros (com exceção do Benfica e Fonte Bastardo). Por tudo isto, julgo que podemos afirmar que está dentro das nossas expectativas, mas à imagem do clube que

representamos, queremos sempre mais, mas também sempre com os pés bem assentes na terra e sem entrar em loucuras.”

– Agora que vai começar a segunda volta, que mensagem quer deixar aos adeptos?

“Que essencialmente continuem a acreditar em nós! Por vezes sentimos que a cidade se afasta do voleibol, em virtude de estarmos longe do centro da mesma e de não termos a capacidade orçamental que nos permitam ter grandes equipas, como em anos já longínquos, com capacidade de lutar sempre pelo título. Mas é com essa realidade que temos de viver. O Sporting Clube de Espinho não morreu, apenas se transformou. Todos temos de ajudar. Apareçam e façam-se ouvir. Ainda não conseguimos nada e o caminho é longo e trabalhoso. Tudo se decidirá durante esta segunda volta e no decorrer da segunda fase. Aí tudo poderá acontecer...”

Manuel José Macedo



Hélder Oliveira no pódio nacional de triatlo longo



Hélder Oliveira alcançou o terceiro lugar do escalão “veteranos I” e o 16.º absoluto na prova nacional de triatlo longo mais competitiva do calendário anual, realizada em Vilamoura e ganha pelo triatleta Bruno Pais, do Benfica. Estavam em disputa os títulos individuais de campeão nacional em cada escalão.

O triatleta residente no concelho de Espinho conseguiu evidenciar-se nesta importante prova de triatlo longo (1900 metros em natação, 90 quilómetros em ciclismo e 21 em corrida de atletismo), que contava com a presença dos melhores triatletas do triatlo nacional masculino e feminino na variante longa, onde todos procuram o prestígio de ser o campeão nacional dos diferentes escalões e assim o destaque nacional na modalidade.

Hélder Oliveira saiu do segmento de natação onde nadou os 1900 metros em 35

minutos, o que lhe valeu na altura a 43.ª posição. No entanto, um ciclismo forte catapultou-o para o “top 20”, saindo para a corrida com 5 minutos de vantagem sobre o quarto classificado do seu escalão.

Tudo seria decidido na meia-maratona e o atleta espinhense segurou a vantagem com o excelente tempo de 1 hora e 28 minutos na meia-maratona, subindo para o 16.º lugar da geral e mantendo o terceiro lugar no escalão “veteranos I”. Registo que lhe valeu assim o título de terceiro melhor triatleta nacional do escalão V1 em triatlo longo.

Hélder Oliveira tem como principais objetivos para 2016 melhorar este terceiro lugar, discutindo o título de campeão nacional no seu escalão, e obter a qualificação para o Campeonato do Mundo – IronMan no Hawaii, o que tentará em julho, na etapa holandesa IronMan.



Infantis academistas Isoladas em andebol

A equipa de andebol de juvenis femininos da Associação Académica de Espinho, comandada por Miguel Barbosa, recebeu o Valongo do Vouga, no Pavilhão Municipal Napoleão Guerra, em Cassufas, e não conseguiu levar a melhor à equipa visitante, perdendo por 16-25.

No domingo, no mesmo recinto, as juniores conseguiram um melhor resultado, e bateram a equipa do ADA Canelas pela margem mínima (26-25). Da parte da tarde, ainda no Pavilhão Municipal de Anta, as minis, sob o comando a treinadora Sara Magalhães, conseguiram a

segunda vitória consecutiva no campeonato, ao bater a equipa do Alavarium por uns expressivos 29-3.

Entretanto, a equipa de infantis, aproveitou o feriado para pôr em ordem as contas do calendário, e recebeu a equipa do Monte, da Murtoza, em jogo em atraso da primeira jornada do campeonato, que serviu para decidir a primeira posição, tendo o resultado sido favorável à equipa dos “mochos”, que venceu a equipa visitante por 24-10, e se encontra agora isolada na primeira posição da tabela classificativa.

Juniores – Regina Rocha (1 golo), Fabiana Moreira (3),

Sara Moutinho, Mariana Sousa (1), Inês Almeida (2), Viviana Silva (5), Rita Mota (2), Leonor Gonçalves (10), Rita Pinho, Inês França (1), Maria Mota (1) e Sofia Mota. Treinador: Adelino Pinto.

Juvenis – Maria Cáliz, Regina Rocha, Sofia Mota (1 golo), Mariana Sousa (6), Inês Almeida, Rita Mota (4), Viviana Silva (2), Sara Moutinho, Leonor Gonçalves (2), Ana Silva, Maria Mota e Fabiana Moreira (1). Treinador: Miguel Barbosa.

Infantis – Luna Gomes, Lara Marques, Ana Pereira, Maria Carvalho, Inês Ramos (3 golos), Francisca Cardoso (8), Raquel Tavares, Maria Sousa, Lia Gomes (2), Joana Campos (1), Luana Ferreira (1), Ana Branco (5), Maria Venâncio (4) e Joana Pimenta. Treinador: Adelino Pinto.

Minis – Maria Moreira (1

golo), Ana Ribeiro (1), Beatriz Ferreira (1), Matilde Oliveira, Lara Dias (2), Luana Redol (2), Sara Silva (1), Luísa Maganinho, Mariana Lima (7) e Mariana Ferreira (14). Treinadora: Sara Magalhães.

Próximos jogos:

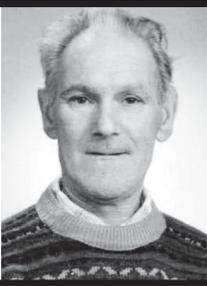
Alavarium-Académica de Espinho (juvenis femininos), domingo, às 18 horas, no Pavilhão do Alavarium, em Aveiro; Alavarium-Académica de Espinho (infantis femininos), domingo, às 9h30, no Pavilhão do Alavarium, em Aveiro; Sanjoanense-Académica de Espinho (infantis femininos), sábado, às 11 horas, no Pavilhão Municipal das Travessas, em S. João da Madeira; Académica de Espinho-Sanjoanense (minis femininos), domingo, às 14 horas, no pavilhão Arquiteto Jerónimo Reis, em Espinho.

Manuel Queirós Pinto Branquinho

✠ Missa do 1.º Aniversário

A família vem, por este meio, comunicar que será celebrada missa por alma do seu ente querido, dia 15, terça-feira, pelas 19 horas, na Igreja Paroquial de Anta. Desde já agradece a quem comparecer.

Anta, 10 de dezembro de 2015

**Maria Augusta Alves da Silva**

✠ 14.º Aniversário do seu falecimento

Seu filho vem, por este meio, participar que será celebrada missa, por alma da saudosa extinta, dia 13, domingo, pelas 19 horas, na Igreja Matriz de Espinho. Desde já agradece a quem possa comparecer.

Filho: Carlos Manuel Alves da Silva

**✠ Comendador Manuel de Oliveira Violas**

Missa (dia 18) na Igreja Paroquial de Silvalde

Os Colaboradores do GRUPO VIOLAS mandam celebrar, pelas 12 horas de sexta-feira, dia 18, na Igreja Paroquial de Silvalde, uma missa sufragando a alma do saudoso Comendador Manuel de Oliveira Violas. No final da missa seguir-se-á uma romagem ao cemitério de Silvalde onde no seu jazigo será depositada uma coroa de flores.

Desde já agradecemos a presença de todos os que se quiserem associar a estas celebrações.

**Deocleciano Lincol Rodrigues Sabença**

Agradecimento e Missa de 7.º Dia

Sua esposa, filho, noras, netos e restante família vêm agradecer às pessoas que se dignaram tomar parte no funeral do seu ente querido ou que de outro modo se associaram à sua dor. Comunicam que a missa de 7.º dia será celebrada dia 12, sábado, pelas 17,30 horas, na Igreja Paroquial de Guetim. Desde já agradecem a todos quantos participem na Eucaristia.

**Dr. Amadeu Alves Morais**

Missa do 28.º Aniversário

Será celebrada missa, por alma do saudoso extinto, sábado, dia 12, pelas 16,30 horas, na Capela do Lar de Idosos, na Rua da Idanha, Anta.

Santa Casa da Misericórdia de Espinho

✠ D. Maria Alice Alves da Silva

Missa do 1.º Aniversário do falecimento

Seu marido, filhas, genros, netos e restante família vêm, por este meio, comunicar às pessoas de suas relações e amizade que será celebrada missa por alma do seu ente querido, dia 15, terça-feira, pelas 19 horas, na Igreja Paroquial de Anta. Desde já agradecem a todos quantos participem na Eucaristia.

A família

Anta, 10 de dezembro de 2015

**✠ Carlos Alberto de Sá e Santos (Esquininho)**

ANTA - ESPINHO

Missa do 2.º Aniversário do seu falecimento

Sua esposa, filhos, noras, netos e demais família vêm, por este meio, comunicar que será celebrada missa por alma do seu ente querido, dia 11, sexta-feira, pelas 19 horas, na Igreja Matriz de Espinho. Desde já agradecem a quem comparecer.

Espinho, 10 de dezembro de 2015

Maria Fernanda de Jesus da Rocha Santos - esposa
Carlos Fernando da Rocha Sá e Santos - filho
Rui Manuel da Rocha Sá e Santos - filho

**✠ Aires Oliveira Pereira**

ESPINHO (Rua 6, n.º 810)

Agradecimento e Missa de 7.º Dia

Sua esposa, filhos, genro, netos, bisneta e restante família vêm agradecer às pessoas que se dignaram a tomar parte no funeral do seu ente querido ou que de outro modo se associaram à sua dor. Comunicam que a missa de 7.º dia se celebra hoje, quinta-feira, pelas 19 horas, na Igreja Matriz de Espinho. Desde já agradecem a todos quantos participem na Eucaristia.

Espinho, 10 de dezembro de 2015

Josefa Barbosa Rodrigues
Vasco Aires Rodrigues Pereira
Paula Maria Rodrigues Pereira
Anabela Rodrigues Pereira



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

**✠ Restaurante Zagalo Albertina Folha**

Missa do 6.º Aniversário

Data do seu falecimento 15/12/2009

Saudades

Se a saudade falasse, diria com muita clareza,

As saudades de uma mãe é a pior tristeza

Saudades de ti mãe

Pois és, e foste, a minha maior riqueza...

Te amamos mãe... mesmo no além...

Nos proteges, com toda a certeza...

Será celebrada missa dia 15, terça-feira, pelas 19 horas, na Igreja Matriz de Espinho. Agradecemos desde já a quem comparecer.

Suas filhas: Paula Zagalo; Susana Zagalo; Sandra Zagalo
Seus genros e netos

VILA DE ANTA

**Henrique Moreira de Sousa**

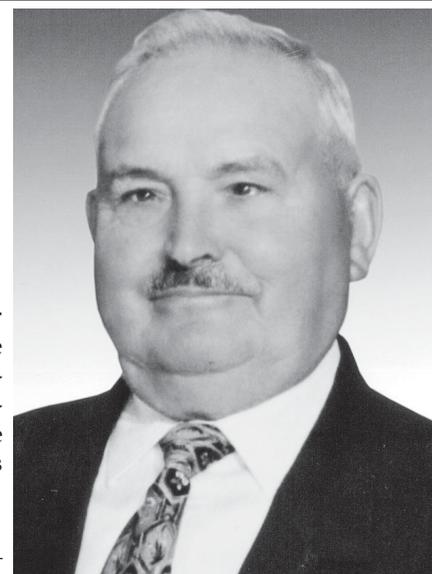
Data do seu falecimento: 16/12/2013

Missa do 2.º Aniversário de falecimento

Seus familiares vêm, por este meio, comunicar a todas as pessoas de suas relações e amizade que será celebrada missa pela passagem do 2.º aniversário de falecimento do seu ente querido, quinta-feira, dia 17, pelas 19 horas, na Igreja Paroquial de Anta. Antecipadamente agradecemos a todos quantos participem nesta Eucaristia.

Vila de Anta, 10 de dezembro de 2015

A FUNERÁRIA RIOS, LDA. - NOGUEIRA DA REGEDOURA



Banda de Música da Cidade de Espinho exhibe-se no Multimeios

Foto VÍTOR LANCHÁ



Concerto de Natal e (oitavo) estágio com o maestro Denis Laile

A Banda de Música da Cidade de Espinho realizou um Concerto de Natal na tarde do feriado de terça-feira, no Centro Multimeios, culminando com a oitava edição do seu estágio anual, evento que foca no objetivo de permitir aos músicos da Associação a oportunidade de trabalhar e enriquecer musicalmente, através da direção artística de

um maestro convidado. “Ao longo das anteriores edições pudemos contar com convidados como o espanhol Petit Matias e os portugueses Délio Gonçalves, Francisco Ferreira e Luís Clemente”, mas a edição de 2015 contou com a direção artística de Denis Laile, um jovem maestro proveniente da Alemanha.

Do programa do con-

certo, o destaque foi para a execução da obra “II Concerto”, para clarinete solo e Orquestra Sinfónica e transcrita para Orquestra de Sopros pelo próprio compositor Oscar Navarro.

Em destaque esteve igualmente, como solista clarinetista, Hélder Tavares, maestro titular da Banda de Música da Cidade de Espinho desde 2005.

3,29€

2,29€

9,99€

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

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

Visite-nos no Facebook

Use o seu Smartphone

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

Clínica da Santa Casa - Espinho

rua da idanha (junto à Santa Casa) | Espinho

tel.: 227 330 960

www.coge.pt

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

implantes dentários e estética dentária

“Dentes fixos num só dia”

técnica inovadora que permite a colocação de dentes fixos num só dia

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

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

Em Espinho,

a tradição tem um nome