DEFESA DE ESPINHO

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

ctt correios
TAXA PAGA
PORTUGAL
ANTA (ESPINHO)

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

Diretor: LÚCIO ALBERTO □ Fundador: BENJAMIM COSTA DIAS □ Semanário □ Ano 83 □ Número 4371 □ Quinta-feira, 14/janeiro/2016 □ Preço: €0,65 (Incluindo IVA)

Candidato à autarquia de S. Miguel (Cabo Verde) visita Associação Comercial

página 3

Candidatos presidenciais mostram-se em Espinho

páginas 6 e 7

Coronel Nélson Couto assume comando da GNR de Aveiro

página 9

PDM em discussão pública a partir de segunda-feira

páginas 4 e 5

Sessões na Câmara e nas freguesias

Foto BRUNO CAPRICHOSO/DRONE VISION

Morador da Estrada de S. Tiago reclama abertura de caminho público - passagem pela fonte de Gulhe

página 9

PAGAMENTO POR TRANSFERÊNCIA
NIB: 0079 0000 0740 5836 101 69
Atenção: Indicar nome do assinante

PAGAMENTO DE ASSINATURA 2016

Para o Continente beneficie do desconto de € 1,50 pagando nos nossos escritórios até 29 de fevereiro: € 27,00

Cobrada pelos nossos serviços a partir de março: € 28,50

Para o Estrangeiro
Europa: € 78,00
Fora da Europa: € 88,00

Av.ª 8, n.º 456 - 1.º - Sala R
Apartado 39
4501-853 Espinho Codex

"Sempre me disseram que estava tudo feito para o Águeda (no futebol) - presidente do Sporting de Espinho

página 2

PUB.

"Sempre me disseram que estava tudo feito para o Águeda"

Mas o presidente do Sporting de Espinho, Bernardo Gomes de Almeida, não quer crer nisto porque "continuo a acreditar na Associação de Futebol de Aveiro"

"O Espinho tem um valor enorme, pois é um clube centenário, como há poucos clubes em Portugal"; "é uma marca ainda muito forte" e "ao contrário daquilo que quiseram fazer parecer o Espinho está vivo e tem uma massa adepta enorme" – afirmou o presidente da Direção do Sporting Clube de Espinho, Bernardo Gomes de Almeida, num programa de rádio em Santa Maria da Feira, no início deste ano. Tratou-se da primeira edição de 'Sintonia de Ataque', na Sintonia Feirense, programa radiofónico moderado por Ângelo Pedrosa que contou com a participação de Bernardo Gomes de Almeida, presidente do Sporting Clube de Espinho, Rodrigo Nunes (presidente do Feirense) e Lino Moreira (presidente do Fiães).

Manuel Proença

Neste programa, o presidente dos tigres disse que "o Sporting de Espinho é, de novo, o clube dos espinhenses", pois "voltamos a abrir as portas e as janelas à cidade", deixando de estar "de costas voltadas para cidade".

Bernardo Gomes de Almeida referiu que "vamos ter de encarar a construção de um estádio municipal na cidade" mas tal não será possível "sem a ajuda da Câmara Municipal de Espinho". "Já existe uma comissão para a construção do estádio municipal" e "só com a ajuda de todos esse estádio poderá ser uma realidade".

Ainda durante o programa, aproveitando as críticas que o presidente do Fiães, Lino Moreira, fez ao jogo que opôs a sua equipa ao Águeda, Bernardo Gomes de Almeida revelou que "sempre me disseram que estava tudo feito para o Águeda. Nunca quis acreditar nisto porque continuo a acreditar na Associação de Futebol de Aveiro. No entanto, se acontecer isso, é muito grave!" Mas "ainda há muito campeonato e no final é que se fazem as contas", afirmando que "no nosso jogo com o Águeda aconteceram coisas muito estranhas"..

O presidente dos tigres falou da "chamada Liga Pecol", o campeonato Distrital da 1.ª Divisão. "A Pecol é a empresa principal patrocinadora do Águeda. Se fosse chamada a Liga Solverde estou crente que haveria muitas vozes de contestação. Vamos estar muito atentos e a trabalhar de forma muito séria para sermos campeões".

O presidente do Sporting Clube de Espinho admitiu que "tivemos algumas saídas no plantel da equipa de futebol" mas prometeu que " iremos colmatar essas lacunas para que na segunda volta sejamos ainda mais fortes".

Bernardo Gomes de Almeida começou por dizer no programa radiofónico que o Sporting Clube de Espinho "é mais velho do que a própria Federação Portuguesa de Futebol" e que "a nossa massa adepta é enorme", sendo esse "o nosso maior património.

Recordou que "estamos a passar por um processo de insolvência e vamos ficar sem património. Mas continuamos com o maior património de todos, que é a nossa massa adepta. Fomos, no ano passado, jogar ao Estádio Marcolino de Castro, em Santa Maria da Feira, contra o Sporting e tivemos uma massa associativa de primeira".

O presidente do Sporting Clube de Espinho lembrou, ainda que "quando cá chegamos encontramos o clube delapidado e numa situação muito difícil". No entanto, acrescentou que "já se nota uma grande diferença porque o Sporting de Espinho é, de novo, o clube dos espinhenses" pois "este era um clube que estava de costas voltadas para cidade".

Bernardo Gomes de Almeida pretende trazer "mais sócios para o clube. Este será um dos objetivos para o ano de 2016. Recordo que, neste primeiro ano do nosso mandato conseguimos aumentar os sócios em cerca de quarenta por cento. No meu ponto de vista, esta é a única maneira do clube ser menos subsídio-dependente".

O presidente do Sporting Clube de Espinho vê como principal prioridade "a construção de um estádio municipal na cidade. Vamos ficar sem património e temos as dívidas ao Estado que já negociamos e que vamos pagar, como é a nossa obrigação. No entanto, a construção de um estádio sem a ajuda da Câmara Municipal de Espinho será impossível. Recordo que, no ano passado, no Campeonato Nacional de Seniores deveríamos ser a única equipa que não jogava num estádio municipal! Acho que é a altura de Espinho ter um estádio municipal para poder ajudar o nosso clube".

Bernardo Gomes de Almeida recordou, a propósito que "já existe uma comissão para a construção do estádio municipal" e que "só com a ajuda de todos esse estádio poderá vir ser uma realidade".

O presidente dos tigres disse que "tenho pena que não possa haver um estádio já no próximo ano, pois sendo assim teremos de jogar no nosso campo de treinos. No entanto, acredito que na época seguinte possamos jogar num estádio municipal".

Bernardo Gomes de Almeida deixou a promessa de que "o nosso campo de treinos será melhorado. Por isso, quando o estádio municipal estiver pronto essas infraestruturas ficarão sempre para a formação, que é uma nossa grande aposta. Pretendemos fazer com que as nossas equipas do futebol de formação regressem aos campeonatos nacionais. Só tendo uma formação forte poderemos alimentar a primeira equipa. Para clubes com dificuldades financeiras como as que temos, não há outra solução: ter uma formação de qualidade".

O presidente do Espinho sente-se feliz por ver que "agora, no Distrital, Divisão que o clube nunca militou, continuamos a ter o estádio Comendador Manuel de Oliveira Violas cheio".

Bernardo Gomes de Almeida lembrou, ainda que "a equipa de voleibol é a única, em Portugal, que tem um título europeu. Somos sérios e humildes e lutamos, nesta modalidade, contra orçamentos estratosféricos, batendo sempre o pé aos chamados grandes. Isto é a prova de que Espinho (cidade) é a capital do voleibol. O nosso grande objetivo é fazer do Sporting Clube de Espinho a maior escola de voleibol do País".

E concluiu com uma mensagem: "Estando a dirigir clubes nós tiramos muito tempo à nossa família. Desejo que o 2016 seja o ano do tigre, do acordar e de um regresso de um Espinho forte e valente, à moda da Costa Verde".

GRANDE FARMÁCIA

ESTE INVERNO ENCONTRE AQUI A MELHOR FORMA DE CUIDAR DA SUA PELE!

Direcção Técnica
Dr. Manuel João Ribeiro Pais Clemente de Paiva

Rua 8, n.º 1025 4500-372 Espinho Contacto: 227 340 092

http://grandefarmaciaespinho.pt

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

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

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

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

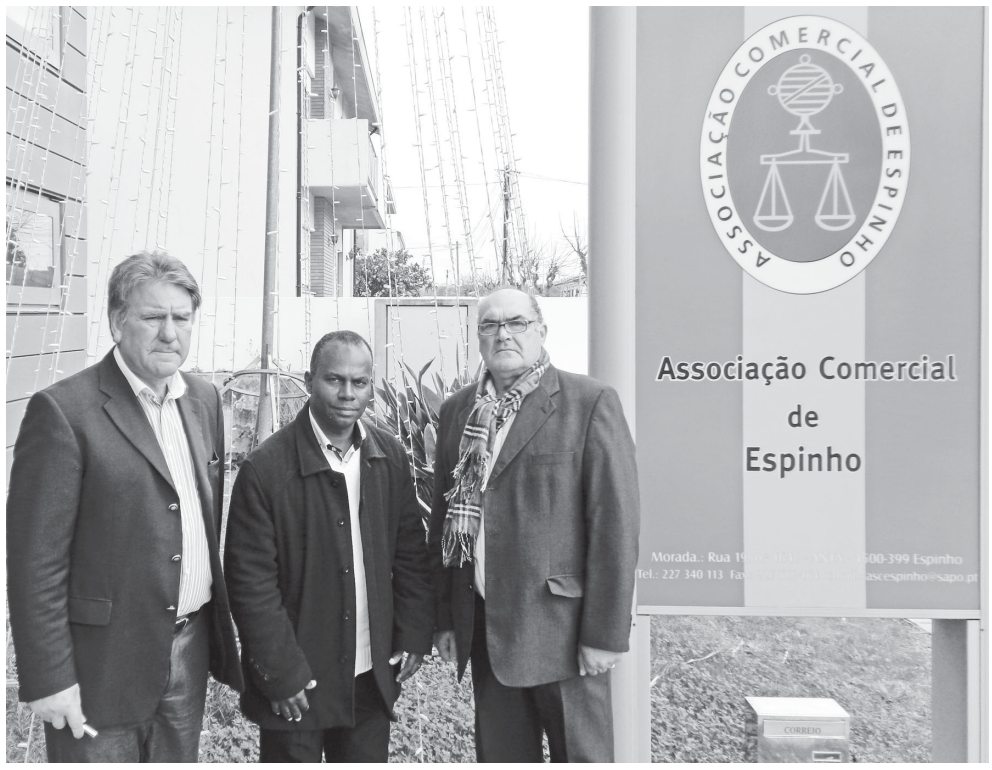
ATLAS SEGUROS

A Atlas Seguros - Consultores e Corretores de Seguros SA encontra-se autorizada a prestar serviços de corretagem e consultoria de seguros, nos ramos vida e não vida, registada junto do ISP sob o n.º 607177996/3. Pessoa Coletiva: 501278699

Candidato à presidência de S. Miguel (Cabo Verde) visita Associação Comercial de Espinho

Salomão Lopes recebido ontem por José Aleixo

Salomão Lopes visitou na manhã de ontem a Associação Comercial de Espinho, onde foi recebido pelo presidente José Aleixo. Acompanhado por Carlos Maricato, um empresário espinhense radicado há mais de uma década em Cabo Verde, Salomão Lopes pretende ser o candidato do Partido Africano da Independência de Cabo Verde às eleições autárquicas de 2016 em S. Miguel (na ilha de Santiago).



"Vim visitar a Associação Comercial de Espinho a que o amigo José Aleixo preside, no sentido de procurar conhecer um pouco as experiências a nível organizativo para ver como se pode implementar algo adaptável a Cabo Verde e ao concelho onde nasci que é S. Miguel. Neste momento estou a preparar a eventual candidatura à presidência da Câmara de S. Miguel e por isso estou a avaliar com que meios posso contar para valorizar em termos fomartivos, materiais e logísticos aquele município de Cabo Verde. Foi basicamente neste quadro que vim cá, mas também para ver a possibilidade de outras instituições e organizações terem benefícios mútuos e laços de relação entre Cabo Verde e Portugal."

"Levo as melhores impressões e espero regressar em breve", disse ainda ao jornal ***Defesa de Espinho***. "Acho que a Associação Comercial de Espinho é uma organização com alto nível e pelas informações que tenho está bem cotada. O que nós desejamos é que S. Miguel se desenvolva desfrutando de experiências válidas. Vamos trabalhar para que, na medida do possível, S. Miguel conte com alguma experiência já elaborada para podermos servir a nossa população."

E no que concerne ao desenvolvimento socioeconómico. "É uma necessidade e é uma questão de prioridade e daí esta visita a Espinho, onde conto poder vir mais vezes e desenvolver outras ideias."

"Temos necessidade de desenvolvimento no turismo, nas áreas piscatória, agrícola e empresarial", deu ainda nota Salomão Lopes. "Acho que Espinho é um município ideal para nos apoiar. Vamos procurar a disponibilidade de Espinho apoiar alguns dos nossos projetos."

"O senhor presidente da Associação Comercial de Espinho foi claro ao dizer que está disponível para na medida do possível apoiar o desenvolvimento de S. Miguel e de reforçar os laços empresariais de Espinho e de Portugal com Cabo Verde", vincou Salomão Lopes.

"Registe-se que Espinho já tem um estatuto especial em Cabo Verde, em particular com a ilha do Fogo, através de apoio material e logístico. O município de Espinho já deixou lá a sua marca positiva e a Associação Comercial de Espinho também."

S. Miguel é um concelho com cerca de quinze mil habitantes e já integrou com o estatuto de freguesia o município de Tarrafal.

"S. Miguel tem potencialidades. Tem praias de mar e uma zona piscatória, mas também tem área agrícola. O desenvolvimento de S. Miguel passa pela capacitação de todos os componentes turístico, piscatório e agrícola e de acordo com melhores tecnologias para mais satisfação e qualidade de vida da comunidade."

Por seu turno, José Aleixo destacou que "a Associação Comercial de Espinho mantem relações e interação com Cabo Verde."

"Há empresários que vão fazendo alguns negócios com Cabo Verde e a Associação Comercial de Espinho está e estará sempre na linha da frente para o desenvolvimento das relações empresariais com Cabo Verde", sublinhou José Aleixo. "O candidato à presidência do município de S. Miguel aproveitou uma vinda a Lisboa para visitar Espinho para conhecer mais de perto a realidade da Associação Comercial de Espinho. E aproveitou a oportunidade também para avaliar as relações comerciais e apresentar o convite para que a Associação Comercial de Espinho esteja presente num protocolo a elaborar com a Câmara de S. Miguel. E, claro, tudo isto para que S. Miguel e Cabo Verde estejam atualizados com aquilo que se passa na Europa em termos empresariais e organizativos e visando investimentos entre Cabo Verde, Espinho e Portugal."

"Há que aproveitar esta oportunidade dos PALOPs", acrescentou o presidente da Associação Comercial de Espinho. "Cabo Verde está a 3500 quilómetros de distância e, como se diz na gíria, toma-se o pequeno-almoço em Portugal e almoça-se em Cabo Verde. Há que aproveitar todo este potencial porque o mundo está aberto e os empresários devem ter uma visão de futuro."

E quanto ao futuro…

"A Associação Comercial de Espinho sempre deu e sempre dará atenção aos seus empresários e comerciantes, principalmente em apoios de investimento, formação e desenvolvimento de atividade. Não vamos ficar por aqui… Já fomos convidados para visitar Angola, Moçambique, S. Tomé e Príncipe e Guiné-Bissau. Estamos a atravessar um novo quadro comunitário europeu e há que pôr a máquina a andar e abrir portas aos empresários para que possam aumentar o seu volume de negócios com os Países de Língua Oficial Portuguesa."

Lúcio Alberto

Arcelina Santiago

Em três palavras

Urgente: votar! Exercer um direito – dever de cidadania

Estamos prestes a decidir a escolha do mais alto magistrado da nação – o nosso Presidente, Presidente de todos os portugueses. É chegado o tempo de refletir e ir votar.

Sobre os debates, achei que eles foram importantes, nunca uma perda de tempo, pois é pelo confronto de ideias que se faz luz. Sei que há quem pense que à partida a escolha está feita, mas recomendo sempre a hipótese de ouvir outros pareceres. O fechamento em ideias preconcebidas pode não ser a melhor opção.

Temos de votar acreditando que há alguém que mais se aproxima dos nossos ideais e numa panóplia de tantos candidatos certo que haverá algum que se encaixa melhor no nosso ideal. É preciso olhar para o essencial e esquecer o acessório. Sabemos que o poder presidencial é muitas vezes invisível, apagado, mas não podemos esquecer o seu relevante papel quando há momentos difíceis. Precisamos de alguém com carácter, com determinação, com valores, com objectividade que olhe para os problemas e perante desafios , conflitos e situações complicadas tenha serenidade para escolher as melhores e sábias opções. Alguém que saiba ouvir o povo, que seja afável e afirmativo, alguém de que nos orgulhemos. Sempre!

Mas não é isto que me preocupa como cidadã. O que me incomoda e entristece como cidadã é a ausência ou o desinteresse dos cidadãos na vida da nação. Já aconteceu em eleições anteriores... Será que não vamos conseguir inverter este estado de apatia?

Como mulher, fico ainda mais triste e surpresa, quase indignada, quando sei que há mulheres que não vão votar! É que os homens tiveram sempre esse direito, embora com algumas restrições, mas tiveram... mas nós, as mulheres!

Pensar que houve uma longa e árdua caminhada de luta pela conquista do direito ao voto por parte das mulheres e agora que o temos, não vamos votar?

Lembro o episódio verdadeiro ocorrido a 28 de maio de 1911, marcado como o dia em que uma mulher ousou usar esse direito, logo após a implantação da República em Portugal a 5 de outubro de 1910.

Faz este ano 105 anos que esse significativo episódio marcou a história do feminismo em Portugal. Foi este um ato corajoso de uma mulher notável – Carolina Beatriz Ângelo!, a primeira mulher a votar no quadro dos doze países europeus que vieram a constituir a União Europeia (até ao alargamento, em 1996), aproveitando uma brecha da lei que determinava como únicos eleitores os chefes de família ou os que soubessem ler e escrever. Carolina Beatriz Ângelo reunia essas condições: era viúva e médica.

Após este episódio e, para tentar suprir esta falha na lei, é aprovada pelo Senado, em 1913, a Lei Eleitoral da República n.º 3 de 3 de julho onde, pela primeira vez, num texto legislativo, se determina expressamente o sexo dos cidadãos eleitores. Tratou-se de um retrocesso na lei como se pode verificar: "São eleitores de cargos legislativos os cidadãos portugueses do sexo masculino maiores de 21 anos ou que completem essa idade até ao termo das operações de recenseamento, que estejam no pleno gozo dos seus direitos civis e políticos, saibam ler e escrever português, residam no território da República Portuguesa."

Tiveram de passar mais 20 anos e, curiosamente, é com o Estado Novo, pelo Decreto-Lei n.º 19694 de 5 de maio de 1931 que, pela primeira vez, na história política do país, as mulheres foram consideradas como eleitoras, mas ainda em termos muito limitativos e restritivos. Por exemplo, apenas poderiam votar as que tivessem cursos secundários ou superiores, enquanto para os homens continuava a bastar saber ler e escrever.

O sufrágio universal feminino só acontecerá com o 25 de Abril, onde foram, finalmente, abolidas todas as restrições à capacidade eleitoral dos cidadãos tendo por base o género.

E agora? Vamos deixar em vão esta luta pela cidadania e recusar-nos a exercer o nosso dever e direto de votar?

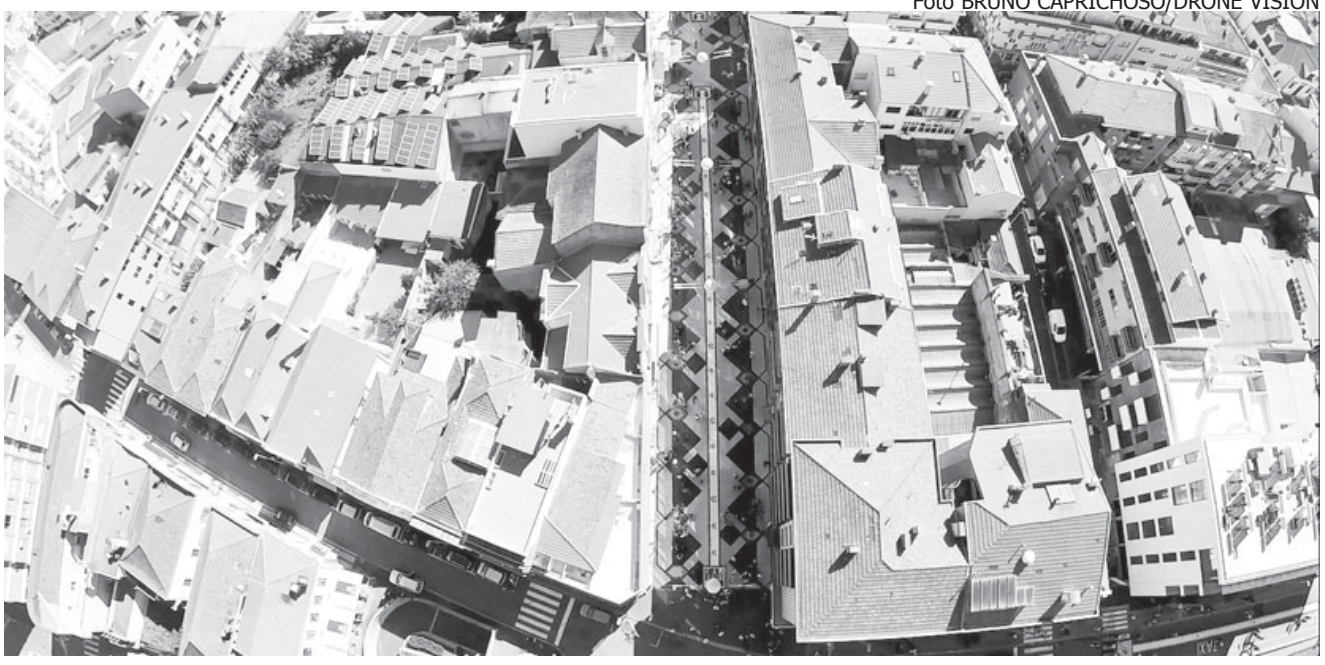
Este apelo é para todos os que acreditam na democracia de um país, sejam homens e mulheres. Todos tem responsabilidade de cidania

83 anos de serviço público

PDM em discussão pública a partir de segunda-feira

Sessões na Câmara e nas freguesias

Foto BRUNO CAPRICHOSO/DRONE VISION



Tendo a Câmara Municipal concluído a proposta de revisão do Plano Diretor Municipal, submeteu-a em 21 de dezembro de 2015 a reunião pública de Câmara, para conhecimento e para proceder à abertura do período da discussão pública do plano. O período da discussão pública tem início de 18 de janeiro e realizar-se-á durante trinta dias. A abertura da exposição do PDM será no mesmo dia, pelas 12 horas, e estará patente no salão nobre do edifício do Paços do Município.

A exposição é composta por 22 painéis e apresenta a proposta de revisão do PDME. Apresenta ainda informação sobre o modelo territorial e os elementos identitários do município assim como sobre o ordenamento do território e principais eixos estratégicos de desenvolvimento concelhio.

No âmbito desta mostra, que fica patente até ao início de março, podem ser consultados no local, os documentos que integram a proposta que foram já remetidos à Comissão de Acompanhamento, presidida pela Comissão de Coordenação de Desenvolvimento Regional do Norte (CCDR-N), onde estão incluídos a Carta de Ordenamento, a Carta de Condicionantes, o Regulamento, o Relatório Ambiental, entre outros elementos que acompanham o Plano.

Além da exposição disponível no edifício do Paços do Municipio, esta mostra sobre a revisão do PDM assumirá um caráter itinerante com a realização de essões de esclarecimento na Câmara e pelas freguesias nas seguintes datas:

Sessão publica de abertura da exposição do PDM – inauguração com a participação de convidados e público em geral, nos Paços do Município, a 18 de janeiro, às 12 horas.

Sessão publica de apresentação do PDM com convidados e publico em geral, nos Paços do Município,a 18 de janeiro, às 21h30.

Sessão de apresentação do PDM em Anta com a participação de residentes da freguesia e publico em geral, na Junta de Anta-Guetim, a 21 de janeiro, às 21h30.

Sessão de apresentação do PDM em Espinho com a participação de residentes da freguesia e publico em geral, na Junta de Espinho, a 27 de janeiro, às 21h30.

Sessão de apresentação do PDM em Guetim com a participação de residentes da freguesia e publico em geral, no Salão Paroquial de Guetim, a 28 de janeiro, às 21h30.

Sessão de apresentação do PDM em Paramos com a participação de residentes da freguesia e publico em geral, na Junta de Paramos, a 1 de fevereiro, às 21h30.

Sessão de apresentação do PDM em Silvalde com a participação de residentes da freguesia e publico em geral, na Junta de Silvalde, a 2 de fevereiro, às 21h30.

Sessão de apresentação do PDM a técnicos, empresários e investidores, nos Paços do Município, a 3 de fevereiro, às 21h30.

Durante o período de discussão pública, os interessados podem apresentar as suas reclamações, observações ou sugestões através de requerimento próprio que estará disponível no atendimento e nos serviços de planeamento estratégico da Câmara Municipal ou através do portal municipal.

Vereadores do PS contra aumento temporário de fundos disponíveis

Os vereadores do PS votaram contra o aumento temporário de fundos disponíveis, por considerarem que há uma clara subversão da legislação que regulamenta esta matéria e que este documento revela omissão, pouca consistência e falta de transparência.

Na reunião de Câmara de segunda-feira, a vereação representativa do PS registou que "entende-se por fundos disponíveis as verbas disponíveis a muito curto prazo, que incluem, quando aplicável e desde que não tenham sido comprometidos ou gastos: a dotação corrigida líquida de cativos, relativa aos três meses seguintes; as transferências ou subsídios com origem no Orçamento do Estado, relativos aos três meses seguintes; a receita efetiva própria que tenha sido cobrada, incluindo a receita de ativos e passivos financeiros, ou recebida como adiantamento; a previsão da receita efetiva própria cobrada nos três meses seguintes, incluindo a previsão de receita de ativos e passivos; o produto de empréstimos contraídos nos termos da lei; as transferências ainda não efetuadas decorrentes de programas e projetos do Quadro de Referência Estratégico Nacional (QREN) cujas faturas se encontrem liquidadas, e devidamente certificadas ou validadas; oputros montantes autorizados."

No entanto, "o executivo municipal pretende fazer um aumento temporário de fundos que serão expetáveis arrecadar para além dos 3 meses seguintes que a lei consagra como expectável para a pretensão do município de Espinho. Evoca uma Plano de Obras para 2016 que manifestamente não nos foi dado a conhecer e uma portaria, 384/2008, que cria a Comissão de Protecção de Crianças e Jovens do Concelho de Alcoutim e define a sua constituição, e não conseguimos entender o que é que esta comissão do concelho de Alcoutim tem a ver com a questão do aumento temporário de fundos disponíveis no concelho de Espinho, ainda por cima, com um valor de um milhão de euros."

Na deliberação, "apenas é evocado que o aumento temporário dos fundos disponíveis é efetuado a título excecional para o mês de janeiro, omitindo o valor total dos fundos, quais os compromissos efetuados e que a Câmara Municipal de Espinho necessita de utilizar neste mês. Na nossa perspetiva este aumento não é temporário, uma vez que é para o ano todo sem saber com exatidão quais os compromissos que se pretendem efetivamente suprir."

O aumento "indiscriminado" de fundos disponíveis pela totalidade das receitas próprias, "está subjacente de uma forma bastante evidente que há uma antecipação de receita, não sendo também indicado o mês em que vai ser cobrada, no caso deste tipo de receita ou o mês em que será recebida, no caso de produto de empréstimo.

Este aumento de fundos temporários indicia que há compromissos para os quais não existem fundos disponíveis e que neste documento não existe a indicação que compromissos estão comprometidos e não têm fundos disponíveis.

O aumento temporário dos fundos disponíveis só pode ser efetuado mediante recurso a montantes a cobrar ou a receber dentro do período compreendido entre a data do compromisso e a data em que se verifique a obrigação de efetuar o último pagamento relativo a esse compromisso. Que compromissos são estes?"

Os vereadores do PS deram ainda nota de que "não são utilizados os fundos disponíveis dos primeiros três meses de 2016, uma vez que estas receitas já foram comprometidas no último aumento de fundos disponíveis realizados em junho de 2015."

"O mapa de fundos disponíveis é confuso, errróneo e pouco esclarecedor", declararam os vereadores socialistas. "Existem diversos totais errados, que indiciam falta de rigor nas receitas apresentadas e antecipadas ao longo de todo o ano e não nos próximos 3 meses, conforme a legislação exige."

"Há companheiros e companheiras que vão ficar mal nesta lamentável fotografia" – Pinto Moreira e as eleições na Distrital do PSD

O presidente do PSD de Espinho e da Câmara Municipal declarou publicamente o seu apoio à recandidatura de Ulisses Pereira à liderança da distrital social-democrata de Aveiro. Em mensagem publicada nas redes sociais, Pinto Moreira considerou que a "unidade" e "coesão" da estrutura dirigente serão factores "determinantes para os novos tempos que o Partido Social Democrata enfrenta na procura de respostas aos novos desafios que Portugal tem pela frente."

Neste sentido, Pinto Moreira questiona as divisões internas que levaram ao aparecimento de uma segunda candidatura à estrutura distrital e antecipa uma reação negativa das bases do partido. "Os nossos militantes, que são a força e a energia do PSD e que conduziram o partido às últimas grandes vitórias eleitorais no distrito de Aveiro, não compreendem a disputa de poder que está a dividir o partido. Enquanto autarca e com responsabilidades partidárias no PSD, não posso esquecer, para ser justo, o trabalho e a competência demonstradas pelo Dr. Ulisses Pereira na afirmação, na valorização e na influência determinantes que a Comissão Política Distrital de Aveiro passou a ter nos órgãos e decisões nacionais do partido."

Apontando o dedo aos "protagonistas e mentores desta desunião" e de uma "luta sem sentido pelo poder", o dirigente assegura que, "mais cedo ou mais tarde", essas pessoas vão ter de "justificar este caminho desnecessário e fraturante que poucos militantes entendem."

"Quando as verdadeiras razões de tudo isto vierem a público, há companheiros e companheiras que vão ficar mal nesta lamentável fotografia", conclui Pinto Moreira.

"Queremos uma discussão pública participada e esclarecedora

Pinto Moreira regista que "Espinho é o primeiro município do Norte a apresentar um PDM de terceira geração"

A proposta final do procedimento de revisão do Plano Diretor Municipal foi apresentada em reunião de Câmara. Através de aviso a publicar no Diário da República é aberto o período de discussão pública, durante trinta dias, com início a 18 de janeiro e término a 26 de fevereiro. A proposta, o relatório ambiental e os demais elementos do procedimento de revisão previstos estarão disponíveis para consulta no edifício dos Paços do Concelho e no portal do Município. Durante o período de discussão pública, os interessados podem apresentar as suas reclamações, observações ou sugestões através de requerimento próprio que estará disponível nos Serviços de Atendimento – Serviços de Planeamento Estratégico e no portal do Município. Entretanto, o presidente da Câmara, Pinto Moreira, dá ao jornal ***Defesa de Espinho*** o seu entendimento sobre a proposta final do procedimento de revisão do PDM, não descurando questões "laterais" ao processo (técnico e político)…

– Os vereadores do Partido Socialista votaram contra alegando que os documentos apresentados visando a proposta final da revisão do Plano Diretor Municipal são insuficientes para avaliar a proposta final. Que comentário suscita tal posição?

"Essa alegação é totalmente descabida, diria falaciosa! Conforme consta na informação elaborada pelos Serviços de Planeamento Estratégico, os elementos que foram remetidos à reunião de Câmara, para conhecimento, foram os elementos que constituem o Plano, nos termos da lei vigente. Foi ainda mencionado na mesma informação que os elementos que acompanham o mesmo Plano estarão disponíveis para consulta no edifício da Câmara Municipal de Espinho e no portal do município durante o período de discussão pública. Alguma desculpa os vereadores do PS haviam de arranjar para justificar o seu voto contra! Aliás, o Partido Socialista agora vota contra tudo! É uma forma de oposição claramente negativista e destrutiva. Imagine-se que até vota contra a simples remessa da proposta do PDM para discussão pública! Se esta vontade fosse executada, não haveria discussão do Plano Diretor Municipal!"

– O Plano Diretor Municipal é o instrumento de elaboração obrigatória que estabelece a estratégia de desenvolvimento e o modelo do território do município. O concelho de Espinho jamais será como dantes… ou como agora… ou trata-se de um conjunto de retoques e/ou correções?

"Não. Nem uma coisa, nem outra! O Plano não é um conjunto de retoques nem correções. A revisão do PDM de Espinho foi elaborada na íntegra e teve início a 29 de junho de 2012, conforme aviso publicado em Diário da República. Posteriormente teve que ser adaptado à nova legislação, sendo atualmente o primeiro PDM na região norte da nova geração de planos diretores municipais em fase de conclusão. O PDM de Espinho visa concretizar um modelo de desenvolvimento territorial sustentável, assente em vetores estratégicos e correspondentes objetivos específicos previamente estabelecidos que foram devidamente definidos neste procedimento."

– São assim definidas as políticas municipais de uso dos solos e de ordenamento, através da sua classificação e qualificação…

"Sim, o PDM de Espinho constitui a síntese da estratégia de desenvolvimento e de ordenamento territorial para a área do Município, considerando a sua integração regional, tendo por base os critérios de classificação e qualificação do solo vigentes. O uso do solo do território do concelho reparte-se pelas classes de solo rústico e urbano cumprindo a legislação vigente. Na qualificação do solo houve a especial preocupação em efectuar uma análise pormenorizada das áreas edificadas e das que se encontram devidamente infraestruturadas. Em função do uso dominante, o solo rústico integra oito categorias de espaços (agrícolas, florestais, naturais, paisagísticos, etc.) O solo urbano integra sete categoria de espaços (espaços centrais, habitacionais, espaços de actividades económicas, espaços verdes, etc.)."

– Trata-se de um instrumento de fundamental importância para o concelho. Bastará por si só a consulta e discussão pública documental, ou seria mais indicado um leque de iniciativas de debate e discussão pública?

"A discussão pública já está programada e inclui uma exposição no edifício do Paços do Município, onde estarão disponíveis todos os elementos que integram a proposta do Plano que contará com o apoio técnico dos Serviços do Planeamento Estratégico a realizar dentro do horário do Atendimento Municipal. Serão ainda efetuadas doze sessões de esclarecimento, onde estão incluídas sessões a realizar no edifício do Paços do Município, nas juntas de freguesia e sessões mais direcionadas para técnicos e empresários, entre outras. Por último, toda a informação poderá ser consultada no portal do município, como já referimos. Queremos de facto uma discussão pública participada! E esclarecedora…"

– Os vereadores do PS registam que esta revisão já dura há quase oito anos…

"O PDM em termos práticos deve ser revisto de dez em dez anos. O da primeira geração foi publicado em 1994, o segundo deveria ter sido publicado em 2004, o que não se verificou e o da terceira geração que é o que estamos apresentar agora deveria ter sido publicado em 2014. Tendo por base todas as vicissitudes, os trabalhos formalmente começaram em 2012, demoramos dezoito meses aprovar a Reserva Ecológica Nacional, saiu nova legislação com forte impacto nos instrumentos de ordenamento e de gestão territorial em curso.

Considero que, tendo saído esta legislação em maio de 2015, ter um PDM pronto para discussão pública em dezembro de 2015 é um prazo extremamente razoável. Outros houve que se esqueceram do PDM de segunda geração! Mas, verdade seja dita, isso permitiu-nos sermos o primeiro município do Norte a apresentar um PDM de terceira geração!"

– O que é que condicionou a decisão global da CCDR-N?

"A Comissão de Acompanhamento do PDM de Espinho é constituída por 27 entidades. A decisão favorável condicionada da CCDR-N é o somatório das questões e recomendações formuladas pelas diversas entidades para a Câmara Municipal acolher e apresentar na proposta final do Plano."

– Vantagens e (eventuais desvantagens) para o concelho… E para os munícipes e empresas/indústrias/serviços...

"Se visse qualquer desvantagem nesta proposta, não a traria a discussão pública! Mas se, neste período se verificar alguma desconformidade, cá estaremos para corrigi-la. Dentro das inúmeras vantagens deste PDM, podemos destacar a contenção dos perímetros urbanos em detrimento de políticas expansionistas, permitindo a promoção da reabilitação do centro urbano e a regeneração de áreas degradadas; a articulação entre vários modos de transporte; otimização da rede de equipamentos da cidade e das restantes freguesias; promoção da habitação e a legalização e integração das construções ilegais; promoção do desporto informal, em espaço de utilização coletiva; valorização da rede hídrica enquanto sistema ecológico fundamental; reforço da relação da frente urbana da cidade com o mar; integração do Castro de Ovil na rede verde e cultural do concelho; adoção de uma política de acolhimento industrial ativa, ordenando o espaço; revitalização do comércio tradicional local como oportunidade para a reabilitação urbana, à animação e ao turismo; requalificação e relocalização da atual área empresarial da cidade como polo de criatividade e inovação."

– O que é que apraz registar ao presidente da Câmara e ao munícipe Pinto Moreira quanto à proposta final da revisão do PDM?

"Em primeiro lugar, é um instrumento amigo do investimento, que permite acolher os interesses que agregam mais-valias para o território, nomeadamente pela criação de postos de trabalho, pelo valor do investimento, pelos efeitos multiplicativos no desenvolvimento económico e social. Depois, é um instrumento que tem presente todo o histórico do planeamento municipal em Espinho, com particular ênfase na avaliação do Plano Geral de Urbanização e no resultado de uma série de Planos de Pormenor em vigor, revogando ou propondo a alteração dos que constituem obstáculo ao desenvolvimento e instituindo processos de execução mais céleres e capazes de dar resposta em tempo às nossas preocupações, sem prejuízo da desejada participação pública e do rigor que é nosso apanágio. Por último, é um instrumento que permite solucionar uma série de situações de construções existentes que não estão devidamente conformes perante a lei, mas que, na sua maioria, concretizam um direito constitucional que é a habitação."

Lúcio Alberto

Substituição dos equipamentos de iluminação da via pública

Prosseguem os trabalhos de renovação dos equipamentos de iluminação da cidade por lâmpadas LED, cujo processo estará concluído entre o final deste mês e as primeiras semanas de fevereiro.

Espinho será a primeira cidade do país com iluminação pública totalmente garantida por este tipo de tecnologia que garante uma poupança de 50 por cento no consumo de energia elétrica.

A última fase dos trabalhos contempla a substituição das luminárias na Rua 19 e no Parque João de Deus, uma vez que foram fabricadas e adequadas ao tipo de postes de suporte já existentes nestas zonas da cidade.

Candidata Maria de Belém em Espinho em palestra "Histórias de Vida de Mulheres"

Foto VÍTOR LANCHA

"As pessoas em Portugal têm rosto e não são números"

A candidata a Presidente da República, Maria de Belém, esteve ontem em Espinho, no âmbito da campanha eleitoral, numa palestra na Biblioteca Municipal José Marmelo e Silva intitulada "Histórias de Vida de Mulheres" que contou com a participação das arquitetas Lia Ferreira e Cristina Costa. A iniciativa contou, ainda, com a presença de Rosa Maria Albernaz, Graça Guedes (mandatária concelhia) e de Júlio Pedrosa (mandatário distrital da candidata, antigo reitor da Universidade de Aveiro).

Numa sala cheia, as convidadas Lia Ferreira e Cristina Costa deram o testemunho da sua vida, em particular das dificuldades que enfrentaram. A primeira, provedora municipal do Porto dos Cidadãos com Deficiência contou a sua história, de forma muito sintética e os problemas com que se deparou desde a sua nascença. A segunda, com um implante pulmonar, das dificuldades encontradas sobretudo no espaço físico do hospital.

Na sua intervenção, Maria de Belém elogiou estas duas mulheres e aproveitou o facto de ter a seu lado Júlio Pedrosa para dizer que "o Distrito de Aveiro é um exemplo para o País", nomeadamente por ser "empreendedor, com empresas que trabalham com grande qualidade".

Maria de Belém referiu ainda que "o Presidente da República pode ajudar a transformar o País. Temos a legislação, mas não temos a prática. Ele deve instigar a sociedade e mobilizá-la", neste caso específico, "para que não haja pessoas excluídas".

Maria de Belém disse, ainda, que "as pessoas em Portugal têm rosto e não são números" e que "a saúde é a riqueza do País" e que "um ano de vida nossa tem grande impacto no Produto Interno Bruto".

Por sua vez, Rosa Maria Albernaz agradeceu a presença de Maria de Belém, "uma mulher que já deu provas, com experiência e competente. Uma mulher política que é capaz de tomar decisões e que já demonstrou ser capaz de representar o País".

Rosa Maria Albernaz concluiu afirmando que Maria de Belém "é a pessoa certa; que sabe ouvir e que é atenta a tudo aquilo que se passa".

Por seu turno, Graça Guedes não escondeu a sua emoção por ter sido escolhida para mandatária concelhia da candidata e quis dar o seu estímulo encorajador "a esta mulher que procura consensos; uma mulher de carácter, disponível a ouvir, inteligente, culta e íntegra".

Por fim, Júlio Pedrosa começou por afirmar que "é a altura de termos uma mulher que conheça este País, capaz de o servir e de o defender".

Manuel Proença

Relatório da Inspeção Geral de Finanças e comissão de acompanhamento para as refeições escolares na Assembleia Muinicipal

A sessão da Assembleia Municipal de segunda-feira ficou marcada pela discussão e apreciação de um relatório da Inspeção Geral de Finanças (IGF) sobre o controlo do endividamento e da situação financeira da Administração Local Autárquica do Município de Espinho e que incidiu sobre os anos de 2009 a 2012.

José Carvalhinho referiu que "o relatório é uma grave censura ao Executivo do PSD mas também Assembleia Municipal e especialmente aos vogais do PSD pois aprovam de cruz tudo o que o executivo apresenta." Trata-se, segundo o vogal do PS, de "um relatório muito critico da atuação do executivo e da Assembleia Municipal, pois refere que entre 2009 e 2012, não foi possível constatar, ao contrário do que seria expectável e exigível, a adoção, pelos órgãos e eleitos locais do ME, de quaisquer medidas (exigíveis e necessárias) tendentes a promover o controlo e redução dos níveis de endividamento e a recuperação da situação financeira, em especial, de CP, pois, de facto, não se verificaram quaisquer melhorias nesta matéria, tendo, antes, ocorrido um agravamento da situação."

José Carvalhinho referiu ainda mais alguns pontos críticos deste relatório, afirmando que "os erros denunciados neste relatório continuam a ser cometidos de forma pelo atual executivo que simplesmente faz orelhas de mercador das recomendações da IGF."

E elencou "as situações mais gravem denunciadas" neste relatório: "Os orçamentos do ME, entre 2009/2012, foram empolados, de forma sistemática e crescente, ao nível das receitas orçamentais, em especial, de capital; violação, de forma reiterada, o princípio do equilíbrio orçamental em sentido substancial; a dívida municipal, que continuou e aumentar face aos valores apurados na anterior auditoria (2005/2008), atingiu, no final de 2012, o montante materialmente relevante e desadequado face ao seu quadro financeiro; não obstante o recurso ao PPTH e PREDE, o ME, no final de 2012, continuava a apresentar uma situação financeira de curto prazo desequilibrada, com um elevado saldo real negativo de operações orçamentais e relevantes PMP a terceiros e fornecedores. Desta situação resultaram elevados custos financeiros para a autarquia relativos a atrasos no pagamento a fornecedores (juros de mora liquidados no período de 2009/2012); a autarquia celebrou, com violação do quadro legal, um contrato de confirming, situação que é suscetível de gerar responsabilidade financeira; o Município de Espinho violou, no final de 2011 e 2012, o limite legal de EL, sendo tal situação suscetível de gerar responsabilidade financeira."

De seguida, Ana Rezende, eleita pela CDU, reforçou as ideias já transmitidas e reforçou a gravidade das conclusões da auditoria.

Na segunda intervenção, José Carvalhinho recordou que "a situação financeira da Câmara Municipal não é o oásis a que o executivo se refere e questionou o porquê da necessidade da autarquia aumentar temporariamente os fundos disponíveis para o ano de 2016 todo já em janeiro, recordou ainda que foi este executivo PSD que entre 2010 e 2012 triplicou a divida a fornecedores o que obrigou o município a recorrer ao PAEL pois estava em situação de desequilíbrio financeiro estrutural desde final de 2011."

O vice-presidente da Camara, Vicente Pinto, respondeu com a "herança" recebida do anterior executivo PS e com diferenças de interpretações entre a Camara Municipal e a IGF.

Terminada a discussão do relatório da IGF passou-se para a apreciação do relatório elaborado pela comissão de acompanhamento para as refeições escolares, com um relato histórico desta comissão e um resumo do trabalho desenvolvido. Os vogais intervieram louvando a forma como decorreram os trabalhos e a abertura e espirito de colaboração que todos os seus membros demonstraram. Foi concluído que o trabalho desta comissão e o simples facto dela existir teria provocado um efeito dissuasor e preventivo sobre todos os intervenientes no processo das refeições escolares.

Vicente Pinto que esperava era ver no relatório um agradecimento à Camara Municipal, aos seus colaboradores e à empresa que fornece as refeições, que tinham sido "vítimas de acusações que se revelaram infundadas" e que as informações transmitidas à Assembleia Municipal foram "instrumentalizadas e com motivações político partidárias."

Ana Rezende disse que "esta comissão não foi criada para fazer elogios a ninguém, muito menos a um fornecedor da Camara Municipal que é pago fazer efetuar um serviço." Lamentou que Vicente Pinto não tenha feito "uma correta interpretação do relatóri"o e que tenha conseguido "partidarizar e politizar um tema que era importante para o bem-estar e saúde dos alunos de Espinho quebrando a unanimidade gerada por esta comissão."

José Carvalhinho recusou liminarmente as acusações de instrumentalização e aproveitamento político das associações de pais, acusando o executivo camarário de ser "o responsável pela situação" a que se tinha chegado, pois "não quis ouvir as reclamações das associações de pais e intervir atempadamente."

Entretanto, na apreciação da informação do presidente da Camara, Pinto Moreira, foram colocadas algumas questões pelos vogais relativas à iluminação pública e à intervenção na lagoa de Paramos (Manuela Vilares – BE) e arranjo de uma via pública em Guetim (Alfredo Rocha – PS).

"Foi em Espinho que eu vi o mar pela primeira vez"

Vitorino Silva, candidato a Presidente da República vai à feira semanal e à praia da Baía

Foto VÍTOR LANCHA

O candidato a Presidente da República, Vitorino Silva (Tino de Rans) esteve na segunda-feira passada em Espinho no início da sua campanha eleitoral. Vitorino Silva teve a oportunidade de visitar a feira semanal, terminando a sua presença com uma passagem pela praia da Baía e depois de almoço, pelo Regimento de Engenharia 3 de Espinho, em Paramos, onde cumprira o serviço militar obrigatório.

Vitorino Silva correu pela areia da praia da Baía, apanhou algum lixo que o temporal trouxe à costa. Trouxe na mão um pião, algumas redes e uma corda, dando corpo a uma simbologia que pretende ver implementada durante a sua campanha eleitoral.

Na feira semanal, "quis mostrar às pessoas com as quais contactei que poderão ter a certeza de que irão ter um Presidente da República igual a elas. Muitas das vezes, os políticos andam em campanha eleitoral no meio do povo, mas depois de ganharem as eleições saem sempre pelas portas traseiras. Pretendo acabar com essa hipocrisia!" – explicou o candidato que afirmou estar convicto de que "não vou ter os votos todos, mas certamente irei ter muitos votos. Eu acredito que a contagem se fará após o fecho das secções de voto", sublinhou.

Sobre os objetos que tinha em mãos, Vitorino Silva explicou:

"Este pião simboliza os dez candidatos que tiveram a coragem de recolher as assinaturas. A piasca simboliza que a vitória poderá cair para qualquer lado. A corda é um símbolo muito importante do nosso País, nomeadamente por Egas Moniz e nos descobrimentos, nos barcos. O meu pai também foi cordoeiro. Por isso, o povo que acorde".

Vitorino Silva quis, ainda, dizer que "o mar é muito nosso. A cerca de 100 metros daqui já houve uma população. Temos de respeitar a natureza. O estado do mar, zangado, simboliza o estado do povo português neste momento".

O candidato a Presidente da República recordou que "andei em Espinho com um buldózer no Regimento de Engenharia. E andei pelo País a abrir caminhos para as terras isoladas.

Foi em Espinho que eu vi o mar pela primeira vez, quando era pequenino, num passeio da minha escola. Por isso, esta terra faz parte de mim. Foi aqui que jurei bandeira e que fui soldado", concluiu.

Manuel Proença

"Cada dia que passa sente-se mais força e mobilização"

Sampaio da Nóvoa em visita à feira semanal

Fotos VÍTOR LANCHA

O candidato a Presidente da República, Sampaio da Nóvoa esteve em Espinho, na segunda-feira de manhã, para uma visita à feira semanal. Acompanhado por várias figuras da política espinhense, nomeadamente, Rolando Sousa, António Teixeira Lopes, José D'Alte Pinho, João Carapeto, entre outros, e pela coordenadora concelhia do movimento de apoio, Lurdes Macedo, o candidato percorreu a feira, estando em contacto com os feirantes e com a população.

Sampaio da Nóvoa começou pelo mercado do peixe, onde ouviu palavras de apoio, passando, depois, pelos restantes sectores.

Sampaio da Nóvoa considerou esta "uma visita muito interessante e com grande energia. A receção das pessoas é de uma grande generosidade e abertura. Cada dia que passa sente-se mais força e mobilização".

O candidato disse que "na minha expetativa, achei que a insatisfação com os políticos iria ser muito mais – uma insatisfação generalizada com a vida que temos. Mas o que mais senti foi a esperança da mudança e a confiança de que podem vir tempos melhores. Foi essa energia que recebi em Espinho".

Sampaio da Nóvoa prometeu que "uma das minhas linhas de atuação será a necessidade de uma Presidência de proximidade, mais em diálogo com as pessoas, ouvindo-as, sabendo que muitas das vezes é impossível resolver os problemas, mas tentando, em conjunto, encontrar soluções para este País".

Entre os seus apoiantes, Rolando de Sousa considera-o "uma lufada de ar fresco. É importante que pessoas com as caraterísticas de Sampaio da Nóvoa possam vir a discutir na política. Mas o facto de ter o apoio de Ramalho Eanes, Mário Soares e Jorge Sampaio é muito importante, tratando-se de uma pessoa de grande qualidade. Uma pessoa que não tem estado na política é importante porque pode falar de situações consideradas tabú".

Lurdes Macedo diz que "desde o início apresentou-se como um candidato independente, que vem da cidadania, sem cumplicidades com a aparelhos partidários. Poderá fazer a diferença precisamente por estas razões, representando os valores da sociedade que queremos construir".

João Carapeto entende que se trata de "um candidato que vem da cidadania e que apesar de recolher apoios de vários lados é completamente independente. Tenho a certeza de que consegue fazer aquilo que o País precisa – pontes entre todos. Precisamos de um Presidente que saiba muito mais do que falar, estar muito mais preparado para ouvir, com capacidade de negociação e de diálogo".

Por fim, António Teixeira Lopes afirma tratar-se de "um cidadão exemplar, que representa o conhecimento, investigação e inovação. Aquilo que fez na Universidade de Lisboa permitiu transformá-la numa das maiores universidades europeias. Tem um gosto pela cultura, o gosto que tem pelas pessoas, a simplicidade humana recheada com o saber da formação académica de há muitos anos. É um homem considerado um especialista em Educação no Mundo".

Manuel Proença

"Espinho está bonito" foi a frase mais ouvida este Natal

OPINIÃO

DISCURSO DIRETO

*Nunes da Silva**

Ninguém ficou indiferente ao encanto de Natal que Espinho proporcionou a quem aqui reside, nos visitou ou aos muitos que regressam à sua terra nesta época do Ano. "Cidade Encantada" não é um outdoor, uma frase ou um espaço fechado. Traduz a mesma emoção, esforço, trabalho e entrega que empenhamos nas nossas casas, na nossa sala de visitas, na nossa árvore de Natal, para que esteja bonita e com "ambiente de Natal", sendo que neste caso esse trabalho é orientado para a "sala de visitas" de Espinho, as suas ruas, o seu centro urbano,para que quem aqui chegue fique encantado com o espirito natalício que se consegue introduzir na cidade, proporcionando emoções e experiências que a todos surpreenda. Olha-se para as fotografias que se tiravam nas ruas e vê-se a alegria espontânea das pessoas. Não é um projeto "para os comerciantes", mas sim "também" para os comerciantes, dos comerciantes para as pessoas, de Espinho para a cidade.

Quando em 2011 a ViverEspinho – Associação Empresarial de Espinho começou a "fermentar" a ideia de uma programação de Natal alargada que trouxesse mais vitalidade ao comércio de rua e a propôs à Câmara Municipal para uma ação conjunta de ideias e recursos disponíveis, imediatamente foi muito bem acolhida e logo constituído um grupo de trabalho conjunto, contrariando nessa época a tendência generalizada das autarquias no resto do País de reduzirem as suas atividades de Natal. É assim que nasce o conceito de "Espinho Cidade Encantada". Foi um pequeno mas grande esforço que se concretizou, consolidando vontades e os parcos recursos disponíveis, mas porque estava orientado para um ambiente natalício em rua e pouco ou nada existia do antecedente, exceto as iluminações nas principais artérias comerciais, rapidamente mobilizou e entusiasmou as pessoas envolvidas, e teve um grande impacto na Cidade. Espinho que sempre teve tradição de frequentar a "rua", nela as pessoas se encontrarem e conviverem, de "sair", a ir "lá baixo", e porque o estado do tempo ajudou e a isto temos sempre que nos subordinar, nesse ano assistiu-se a uma coisa que geralmente só sucedia no verão – numa das noites de comércio aberto, centenas de pessoas a passear, a conviver, movimento, alegria e como dizia um amigo, das lojas ouvia-se crianças a rir na rua. Estava validado o projeto "Espinho Cidade Encantada".

Este Natal, o Natal de 2015, a cidade superou-se. E superou-se porque a Câmara Municipal, a Associação ViverEspinho, os comerciantes, Multimeios, entidades privadas que resolveram voluntariamente apoiar o projeto, grupos musicais e coletividades envolvidas neste espirito natalício de rua, tal como se fossem uma família que se junta, tornaram a sua casa – Espinho, repleta de luz, alegria, animação e encanto. Nas redes sociais, em comentários privados com outras pessoas, em Espinho, Porto, outras cidades e mesmo no estrangeiro, à medida que fotografias e comentários iam circulando, a frase era "Espinho está bonito" e muita gente veio a Espinho em reflexo disso, e muitas frases de "saudades" de emigrantes. Foram mais de 64 ações de animação natalícia num vastíssimo programa que, por comparação com outras cidades com muita maior dimensão e escala, se pode afirmar que a programação "Espinho – Cidade Encantada" tinha conteúdos em superior quantidade e qualidade que tornaram Espinho a cidade Natal, e também a cidade luz, a que se tem que agradecer aos comerciantes que organizaram e coparticiparam na iluminação das suas ruas e sistema de som, e aos que se disponibilizaram para participar nas mais diversas atividades, bem como á Câmara Municipal que investiu e disponibilizou recursos materiais e humanos de vários departamentos, exigindo esforçado trabalho no terreno por parte dos elementos da ViverEspinho e Câmara Municipal, muitas vezes abdicando dos seus afazeres profissionais e pessoais numa época que a todos muito exige. Foram dias de animação e eventos que encheram as ruas de Espinho como raramente se vê, assim como salas de concertos e espetáculos, jardins, Igreja, espaços culturais, estabelecimentos comerciais e de restauração, encantando crianças e adultos, divertindo jovens e menos jovens que se faziam fotografar nas ruas e interagindo com essa mesma animação, trazendo uma alegria que em simbiose com todo o cenário permanente de iluminação e musica das nossas ruas, criou uma "Cidade Encantada" a que não faltou o glamour e bom gosto nas opções tomadas e dos contributos de particulares que recebeu.

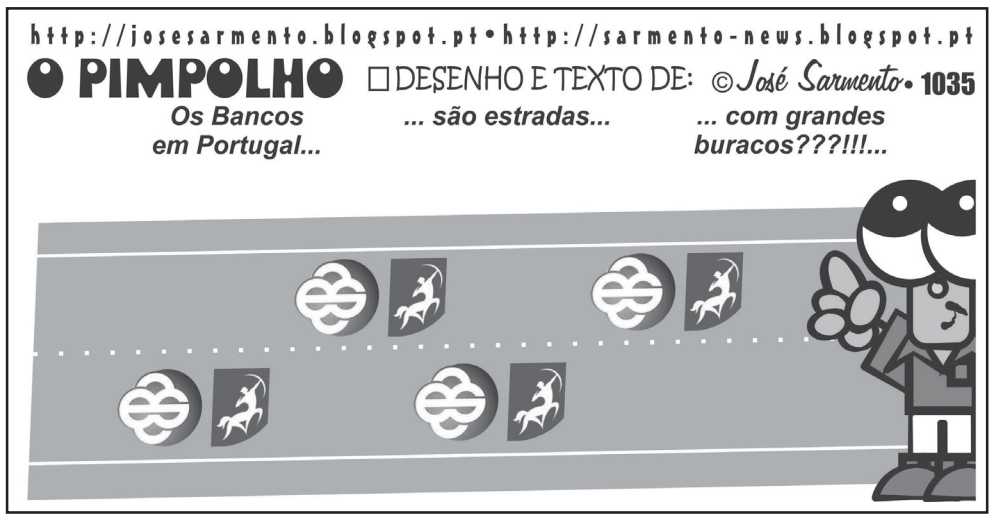
Sendo a Associação ViverEspinho de natureza empresarial, defendendo os interesses dos comerciantes e serviços, e outras áreas de negócio, não poderia deixar de referir o impacto que tem na economia local, seja comercio, prestação de serviços, restauração, hotelaria e turismo. O projeto Espinho Cidade Encantada é também um investimento na medida que combate a sazonalidade, dura cerca de mês e meio, proporciona o fluxo de milhares de pessoas que vai beneficiar a atividade comercial ao redirecionar esse fluxo para a zona comercial. Aumenta a notoriedade e satisfação pelo destino Espinho, conferindo visibilidade a quem nos visita, nomeadamente á diáspora. Segundo dados estatísticos do Turismo Porto e Norte, do IPDT e Turismo de Portugal, a região do Porto e Norte de Portugal atrai uma elevada quota do mercado no segmento da visita a familiares e amigos, assim como visitantes em negócios, e tinha previsto para esta época taxas de ocupação hoteleira superior a 60% no Grande Porto. Espinho já serve de "base" a visitar o Grande Porto e Aveiro. O Casino Solverde atrai diariamente largas centenas de pessoas e durante esta época que vai até os Reis, o sector hoteleiro chegou a atingir taxa de ocupação que se aproximou dos 100% durante o período de Ano Novo em que todo o "cenário" de Natal de Espinho se mantém, e atraídos pela oferta de "réveillon" que a Solverde proporcionou, possibilitando que as pessoas que nos visitaram percecionassem esse mesmo cenário natalício de "Espinho – Cidade Encantada". Cada vez mais, durante o Natal, há famílias que optam por se alojarem e cearem em Hotel como foi o caso em Espinho. Ainda sobre a atividade comercial e restauração, os clientes são oriundos de concelhos limítrofes numa taxa superior a 50%, sendo que a área de influência de comércio e restauração é muito superior á área geográfica de Espinho. Temos equipamentos ligados à cultura e à música que pela qualidade da sua programação atrai massa critica. No desporto também decorreram eventos no período natalício.

Neste contexto o projeto "Espinho Cidade Encantada" atinge quatro objetivos: o espirito natalício de Rua que se vive intensamente, direcionado para a nossa comunidade e quem nos visita; o impacto na atividade comercial e restauração que diariamente tem que competir com as grandes superfícies e outras cidades; o combate à sazonalidade; o cuidado com a imagem do "destino Espinho", mesmo neste período de inverno.

Espinho não será um "não lugar" (Marc Augé) e porque os consumidores não querem já somente abastecer-se, eles querem também fazer compras, ou seja, "passear, sonhar, ver o espetáculo da rua, ter o sentimento não de que eles estão na rua mas de que eles são a rua" (François Ascher).

Tal como no conto do "Cavaleiro da Dinamarca" que depois de viajar pelo mundo encontra o grande abeto cheio de luzes que o guia até casa na noite de Natal, as ruas de Espinho continuarão a brilhar no Natal e este é compromisso que tem que ficar com a família espinhense.

** Presidente da ViverEspinho – Associação Empresarial de Espinho*



Está sempre de volta

OPINIÃO

CONTRA A CORRENTE

Manuel Sancebas

Lá se foram as festas natalícias
E até a chuva apareceu.
Eu nelas recordei o Carnaval
Porque vi o sol mascarado
Penso eu… Talvez envergonhado
Ao ver o que faz o Pai Natal

Nasceu o Deus Menino! Haja alegria
Tenhamos uns pelos outros bom respeito.
Que pensa ó meu Deus… A Mãe Maria
Se o presépio mostra bem o pobre leito.

Porque é que não temos humildade?
O Natal não pode ser… a feira da vaidade.

Repostos quatro feriados

A Assembleia da República aprovou na sexta-feira a reposição dos quatro feriados que foram suprimidos pelo anterior executivo em 2013. Assim este ano, o 5 de outubro, o 1 de novembro, 1 de dezembro e o Corpo de Deus (que este ano se celebra a 26 de maio) voltam a ser feriado em Portugal.

A votação contou com o "sim" do PS, do PCP, do Bloco de Esquerda, dos Verdes e do PAN. O PSD e CDS abstiveram-se.

Contribuintes vão poder usar faturas em papel para mudar deduções de IRS

O Governo vai criar uma exceção para permitir que os contribuintes possam corrigir, através das faturas em papel, os valores das deduções das declarações de IRS, sempre que haja registos inadequados no site e-fatura.

Um dado avançado pelo Dinheiro Vivo que sustenta que, caso um contribuinte verifique que as respetivas deduções não estão situadas na categoria correta ou que os valores comunicados não estão certos, vai poder alterar esses dados na declaração de IRS pré-preenchida pelo Fisco.

Uma circunstância que se vai aplicar para as despesas de saúde, de educação, da casa e com lares de idosos.

Contudo, para que estas alterações possam ser efetuadas, o contribuinte terá que ter uma fatura com um Número de Identificação Fiscal não registada no e-fatura. Se a tal fatura estiver registada, mesmo que com os valores incorretos, será considerada em detrimento do registo correto em papel.

IVA retido pelo Estado às empresas triplicado em 2015

O valor dos reembolsos de IVA retidos, ao longo de 2015, ascendeu a 485,9 milhões de euros, um número que representa um aumento de 292% em relação a 2014 e que ajudou as contas de consolidação orçamental, em prejuízo das contas de muitas empresas. Dados divulgados pelo Diário Económico com base em informações do Ministério das Finanças.

Além de um maior número de processos suspensos, houve mais situações de reembolsos recusados, notando uma "subida de 79%, para 4.687 e de 420% no valor de 9,6 milhões de euros para 49,8 milhões de euros". Uma situação que está relacionada com os critérios mais exigentes definidos para os reembolsos às empresas no final de 2014, pelo então secretário de Estado dos Assuntos Fiscais, Paulo Núncio.

O apertar das regras motiva a suspensão dos reembolsos de IVA sempre que se verifiquem divergências entre os valores comunicados e os declarados pelas empresas.

Em alguns casos, estas discrepâncias não são responsabilidade das empresas afetadas, devendo-se a registos irregulares da parte de fornecedores.

Cartões Multibanco mais caros

As anuidades pagas pelos cartões de débito usados pelos clientes bancários vão aumentar em 2016. A Caixa Geral de Depósitos e o Novo Banco já subiram os preços em 20%. Os outros bancos preparam-se para seguir o exemplo.

As duas entidades bancárias subiram em três euros os preços das anuidades dos chamados cartões multibanco, conforme revela o Correio da Manhã, notando que está em causa um "aumento de 20%" e acima dos valores da inflação.

Na Caixa Geral de Depósitos, a anuidade dos cartões de débito situa-se assim, acima dos 18 euros, enquanto no Novo Banco ronda os 17 euros.

A Banca atira desta forma para os clientes os custos pelos meios de pagamento automático depois de a Comissão Europeia ter baixado as taxas cobradas aos comerciantes.

Coronel Nélson Couto assume comando da GNR de Aveiro

O espinhense, Nélson Couto (coronel de infantaria) será, a partir de hoje, o novo Comandante do Comando Territorial de Aveiro da Guarda Nacional Republicana (GNR).

A cerimónia de tomada de posse do novo comandante do Comando Territorial de Aveiro realiza-se hoje, 11 horas, no Quartel do Comando Territorial de Aveiro da Guarda Nacional Republicana (GNR), na Rua de Sá, em Aveiro, e deverá ser presidida pelo Comandante-Geral da GNR, Tenente-General Manuel Mateus Costa da Silva Couto.

O Coronel Nélson Manuel Machado Couto ingressou em 1987 na GNR, tendo ao longo da sua carreira profissional desempenhado funções de comando e chefia em diferentes unidades da GNR, designadamente no Centro de Instrução (atualmente Escola da Guarda) na Brigada Territorial n.º 4, na Brigada Territorial n.º 5 e, mais recentemente, no Comando Territorial de Aveiro, como 2.º Comandante.

Tem como principais habilitações académicas uma licenciatura em História e uma pós-graduação em Segurança, Defesa e Resolução de Conflitos.

O Comando Territorial de Aveiro está sediado na cidade de Aveiro e é responsável pelo cumprimento da missão da GNR em todo o distrito.

Condutor de 79 anos com taxa de alcoolemia de 1,35 g/l

A PSP de Espinho deteve um homem, de 79 anos, por condução de automóvel, acusando uma taxa de alcoolemia de 1,35 g/l. O condutor com quase 80 anos foi interveniente em acidente de viação.

A PSP de Espinho resgistou oito acidentes de viação no espaço de uma semana, com dois feridos ligeiros.

Jovem na posse de 24 doses de haxixe

Um jovem, de 20 anos, foi identificado pela PSP por posse de cerca de 24 doses de haxixe.

Morador da Estrada de S. Tiago reclama abertura de caminho público

Passagem pela fonte de Gulhe

Fotos MANUEL PROENÇA

Um morador da Estrada de S. Tiago, em Silvalde, Mário Costa tentou impedir que os serviços da Junta de Freguesia de Silvalde derrubassem um muro de impossibilitava o acesso à fonte de Gulhe, por entender que o "deveriam fazer, também, em relação a um outro muro" um pouco mais à frente, num terreno e que, outrora, "era um caminho público de passagem" entre a antiga Estrada 109-4 e a Travessa de Gulhe. Mário Costa pretendia que a passagem entre as duas ruas fosse reposta.

A Polícia de Segurança Pública de Espinho foi chamada ao local e acabou por resolver a questão, depois do presidente da Junta de Freguesia, Marco Gastão, ter lá comparecido. Os funcionários da autarquia acabaram por demolir o muro, repondo o acesso público à fonte.

Mário Costa mostrou-se inconformado e apelou a que a Câmara Municipal de Espinho venha a intervir nesta questão, uma vez que o próprio presidente Pinto Moreira, segundo ele, "é conhecedor desta situação porque já cá esteve".

Mário Costa pretende, agora, que "tal como foi derrubado este muro que construí, seja derrubado o muro mais à frente que tem ligação ao terreno e reposto o caminho público".

Manuel Proença

Clínica Médico-Dentária
Rosa Neves, Lda.
CHEQUE DENTISTA • IMPLANTOLOGIA
PRÓTESE FIXA/REMOVÍVEL • ORTONDONTIA
Rua 29, n.º 696 (entre as ruas 26 e 24)
Marcações pelos telefs.: 22 734 01 16 e 91 496 13 67

Clínica Dentária de Reabilitação Orofacial
www.clinicaspacheco.com
– IMPLANTOLOGIA
– CIRURGIA ORAL
– ESTÉTICA DENTÁRIA
– REABILITAÇÃO ORAL
– ORTONDONTIA
– ODONTOPEDIATRIA
– OCLUSÃO
– ENDODONTIA
DR. JORGE PACHECO
* Master em Implantologia
DR. TOMÁS PACHECO
Aberto aos sábados - Cheque-Dentista - EDP - CGD - SAMS - SAMS Quadros
Saúde Prime - Victoria Seguros - Future - Healthcare - Salvador Caetano
Rua 8, n.º 381 ESPINHO 227 342 718 / 929 074 937
espinho@clinicaspacheco.com clínicas pacheco

MÉDICOS DENTISTAS
JORGE FERREIRA
BRUNO MORRIS
SAMS QUADROS
SAMS * CGD
ADVANCE CARE * MÉDIS
Edifício S. Pedro
Sala W
Rua 23, n.º 174
Telef. 22 734 86 93

1960 55 ANOS 2015
Vidraria Ferreira
Ferreira & Ferreira, Lda.
VIDRO LISO | DUPLO | ANTI-REFLEXO | ANTI-FOGO E LAMINADO | ESPELHOS
TIJOLOS E TELHAS DE VIDRO | INSTALAÇÕES DE VIDROS TEMPERADOS
Rua das Fábricas, 40 - Zona Ind. Silvalde 4500-628 SILVALDE - ESPINHO
Tel./Fax: 227 340 480 • email: vidraria-ferreira@hotmail.com

CLÍNICA MÉDICO
LEOPOLDINA SANTOS TAVARES
CRISTINA SANTOS TAVARES
MÉDICAS DENTISTAS
TERAPIA DA FALA - Andreia Tavares
Acordos: SAMS QUADROS - CGD - MULTICARE
Rua 23, n.º 773 - 1.º Esq. - 4500-277 ESPINHO • Telef. 227324121 • Tlm. 967742865

Obsessão com alimentação saudável pode tornar-se uma doença

Cada vez mais nos deparamos com uma maior consciencialização sobre a importância de uma alimentação saudável, contudo surgem casos em que as recomendações alimentares são seguidas ao extremo e em que a procura por uma alimentação mais saudável e pura pode já ser considerada um distúrbio psicológico ou mesmo físico.

De acordo com Ana Rita Lopes, coordenadora da Unidade de Nutrição Clínica do Hospital Lusíadas Lisboa, "a obsessão com a prática de uma alimentação saudável é considerada um transtorno alimentar, ao qual se dá o nome de ortorexia nervosa." O termo deriva da palavra grega "orthos", que significa correto e da palavra "orexia", que significa apetite".

A ortorexia nervosa caracteriza-se por uma obsessão patológica com uma nutrição adequada, por uma dieta restritiva e por uma rejeição rígida de alimentos julgados não saudáveis, com o objetivo de atingir uma saúde ideal, prevenir doenças ou alcançar a imagem corporal desejada.

"Apesar de a ortorexia nervosa não ser ainda considerada uma doença do comportamento alimentar, tal como a anorexia e bulimia nervosas, têm surgido cada vez mais estudos que a aproximam dessas doenças psiquiátricas. Esta preocupação desmesurada com a alimentação, leva a que estes indivíduos dediquem cada vez mais tempo a planear as suas refeições e menos tempo ao lazer, podendo ter um impacto negativo na sua vida social."

Em termos epidemiológicos, estudos recentes sugerem uma prevalência de 6,9 por cento na população em geral e entre 35 a 57 por cento em grupos de alto risco, como profissionais de saúde, desportistas e artistas.

Para a nutricionista clínica, o problema começa quando a pessoa, não se permite ingerir um alimento julgado "menos saudável" ou sente tristeza por ingerir esse alimento, fica ansiosa por não poder cumprir as refeições planeadas, só realiza refeições em casa, contabiliza todas as calorias e nutrientes ingeridos, analisa ao pormenor todos os rótulos e isola-se para poder consumir apenas os alimentos saudáveis.

"Os estudos mais atuais sugerem que a ortorexia pode ser tratada em equipa, pois para além do apoio de um dietista/nutricionista para desmistificar ideias e orientar em termos alimentares, é fundamental procurar apoio psicológico", conclui a nutricionista.

Alimentação exige cuidados redobrados aos doentes renais crónicos

A alimentação é um fator importante no tratamento da doença renal crónica, principalmente em períodos mais propício. O alerta é da Sociedade Portuguesa de Nefrologia.

"O ideal é moderar e adaptar a dieta à condição do doente", refere Cristina Santos, nefrologista e membro da Sociedade Portuguesa de Nefrologia. "Os maiores cuidados a ter prendem-se com os aperitivos salgados, as carnes e os temperos, devido ao elevado teor de sódio que contêm."

Existe uma relação estreita entre a insuficiência renal e a ingestão de minerais. Uma vez que a eliminação dos minerais depende diretamente dos rins, não deve haver alterações bruscas destes elementos no organismo.

Em alternativa aos temperos ricos em sal, o especialista sugere a utilização de ervas aromáticas, especiarias frescas, vinagre e vinho de mesa na confeção das refeições. O bacalhau cozido, por exemplo, deve ser corretamente demolhado. Se a opção for um prato de carne, as mais indicadas são as carnes magras, como o peru ou o frango.

Quanto a bebidas alcoólicas - a ingestão em excesso é sempre desaconselhada - deve optar-se por um copo de vinho, rico em antioxidantes que ajudam a eliminar as toxinas do corpo.

Apesar de esta ser uma época especialmente propensa a excessos, o controlo alimentar deve ser constante. É igualmente importante que o doente seja seguido por um nutricionista que

possa criar um plano alimentar adaptado às suas necessidades específicas, com os alimentos certos nas quantidades certas.

Em Portugal, estima-se que cerca de 800 mil pessoas deverão sofrer de doença renal crónica. A progressão da doença é muitas vezes silenciosa, o que leva o doente a recorrer ao médico tardiamente, já sem qualquer possibilidade de recuperação.

Todos os anos surgem mais de dois mil novos casos de doentes em falência renal. Em Portugal existem atualmente cerca de 16 mil doentes em tratamento substitutivo da função renal (cerca de dois terços em diálise e um terço já transplantados), e cerca dois mil aguardam em lista de espera a possibilidade de um transplante renal.

A redução das horas de sono o "jet-lag" e o trabalho por turnos "podem afetar o nosso estado nutricional"

Especialistas indicam que a avaliação do estado dos ritmos circadianos de cada indivíduo poderia ser uma área de grande interesse em nutrição, fornecendo informações sobre doenças relacionadas com má nutrição. A deficiência de vitamina D é muito comum no nosso meio ambiente e está relacionada com cancro, doenças cardiovasculares, doenças autoimunes, diabetes e depressão.

Os hábitos de vida atuais, marcados em muitos casos pela redução das horas que dedicamos a dormir, assim como as irregularidades entre o sono e a vigília devido ao trabalho por turnos, *jet-lag* ou exposição excessiva à luz brilhante durante a noite, faz com que o nosso cérebro perca a perceção dos nossos ritmos circadianos internos e externos, o que pode influenciar a nossa nutrição.

Marta Garaulet, professora de Fisiologia e Nutrição da Universidade de Múrcia (Espanha), salienta que "a cronobiologia, ou seja, a avaliação do estado dos ritmos circadianos de cada indivíduo pode ser de grande interesse em nutrição. Sendo uma parte inata de nossas vidas, basta prestar atenção a esses ritmos circadianos, e o seu funcionamento adequado permite que o nosso organismo se antecipe e adapte às mudanças do meio ambiente."

Esta nova área de investigação em nutrição comunitária "poderá trazer muita informação sobre doenças relacionadas com má nutrição como as doenças degenerativas, tais como obesidade, cancro e doenças cardiovasculares."

Sem dúvida, isso reforça a ideia de que o papel protetor da dieta está ligado com estilos de vida saudáveis. A este respeito, Marcela González-Gross, professora de Nutrição Desportiva e Fisiologia do Exercício da Universidade Politécnica de Madrid, sublinha que "está provado através de evidências científicas que a atividade física é um fator determinante da boa saúde. Um comportamento sedentário ou ativo pode determinar o padrão alimentar assim como a utilização metabólica dos nutrientes."

Défice vitamínico associado a doenças

"No nosso ambiente é muito comum a deficiência da vitamina D, que está envolvida no metabolismo ósseo, mas também associada a outros tecidos e sistemas", explica Victoria Arija, professora de Medicina Preventiva e Saúde Pública da Universidade Rovira e Virgili de Tarragona.

"Uma pobre ingestão de vitamina D através da dieta ou devido à fraca exposição solar está relacionada com cancro, doenças cardiovasculares e autoimunes, diabetes e depressão. Na evidência científica observou-se que a suplementação dessa vitamina ajuda na prevenção de quedas em idosos."

(Defesa da) SAÚDE

Se deixasse de ouvir, de que sons sentiria mais falta?

E se, de repente, o silêncio passasse a ser uma constante na partitura da vida? Ao contrário da surdez, a perda auditiva é um défice adquirido, resultante de lesões ou doenças. Em casos extremos, como a exposição a ruído excessivo (consoante a duração da exposição), a diminuição da capacidade auditiva pode ser permanente, afetando o quotidiano de quem passa a ter de conviver com esta realidade. Ainda que hoje em dia – felizmente e graças à evolução tecnológica –, 90% dos casos de perda auditiva sejam de fácil resolução, a GAES – Centros Auditivos quis saber quais os sons que causariam mais saudade num cenário de incapacidade parcial/total para ouvir.

À questão – parte integrante de um questionário sobre a audição da população – responderam 2200 portugueses, que afirmaram maioritariamente (38,1% dos inquiridos) e sem hesitar que "a voz dos filhos" seria o som do qual sentiriam mais falta. Música (23,8%), a voz do/a parceiro/a (23,3%), uma gargalhada (5,4%), o som do mar (4%), o som da chuva (3,5%) e o cantar dos passarinhos (2%) completam a lista, demonstrando claramente que a audição está intimamente ligada a emoções e memórias. Não é por acaso que, a seguir à visão, é tida como o sentido mais importante.

O silêncio pode, num ápice, passar de valioso a perturbador, por isso, siga o conselho da GAES – Centros Auditivos e atente à saúde dos seus ouvidos. Há experiências puramente auditivas, demasiado importantes para virarem apenas memórias! Já ouviu música hoje?

Cinco factos e mitos sobre a corrida

Vivemos um tempo em que o exercício físico está cada vez mais na ordem do dia, seja através de eventos públicos como meias-maratonas ou através de iniciativas solidárias que recorrem à corrida como forma de juntar cada vez mais pessoas à volta de uma causa.

Correr é dos exercícios mais completos e eficientes, a par com a sua capacidade de poder ser um desporto solitário ou juntar numa mesma corrida, milhares de atletas e praticantes.

Promove também o bem-estar da mente e do espírito!

Envolve praticamente todos os músculos do corpo e ajuda a queimar gorduras, oxigenando o cérebro.

Mas, segundo a SOS Medical, correr sempre teve, ontem como hoje, as suas verdades e os seus mitos. "Vamos conhecer alguns..."

Correr agasalhado ajuda a perder peso: mito. "Usar mais roupas do que o necessário provoca um aumento perigoso da temperatura no organismo. Isto faz com que o corredor perca mais líquido através do suor, que pode prejudicar o desempenho do treino e em última análise a saúde do indivíduo, derivado da desidratação que ocorre."

A corrida é uma forma eficiente de se obter um ótimo condicionamento físico: facto. "Correr melhora o condicionamento cardiovascular, ajuda a controlar o peso corporal e é uma ótima terapia."

Não comer acelera o emagrecimento: mito. "Acordar após uma longa noite de descanso e não comer pode prejudicar em muito o desempenho do treino. Frutas e cereais integrais são os alimentos ideais para a obtenção de energia durante a corrida. Preferencialmente devem ser consumidos trinta minutos antes do treino."

A corrida só é benéfica se praticada com base num plano estruturado: facto. "Com vista à obtenção de determinados resultados, qualquer atividade física deve ser praticada de forma contínua e estruturada, o que requer um planeamento base e seguimento por um profissional *de* fitness e saúde."

O alongamento antes de uma competição melhora a performance: mito. "O alongamento não é fator que altere o desempenho do atleta na corrida. O que não deve faltar é o aquecimento, onde podem ser incluídos alguns exercícios de alongamentos."

Solverde Best Poker Player 2015

Vencedor da final recebe prémio superior a 13.000 euros

O Casino Espinho recebe no sábado a grande final da Solverde Best Poker Player 2015, cujo prémio ascende aos 13.000 euros.

A grande final é disputada por trinta jogadores, classificados através dos rankings 2015 do circuito Four Seasons do Algarve, Espinho e Chaves.

Os trinta finalistas disputam nesta data entre si um prize pool de mais de 26.000 euros e têm ainda direito a jantar e estadia.

"Sem dúvida que valeu a pena participar nos torneios de poker Solverde ao longo de 2015. Este será um serão memorável para todos os participantes."

Foto VÍTOR LANCHA

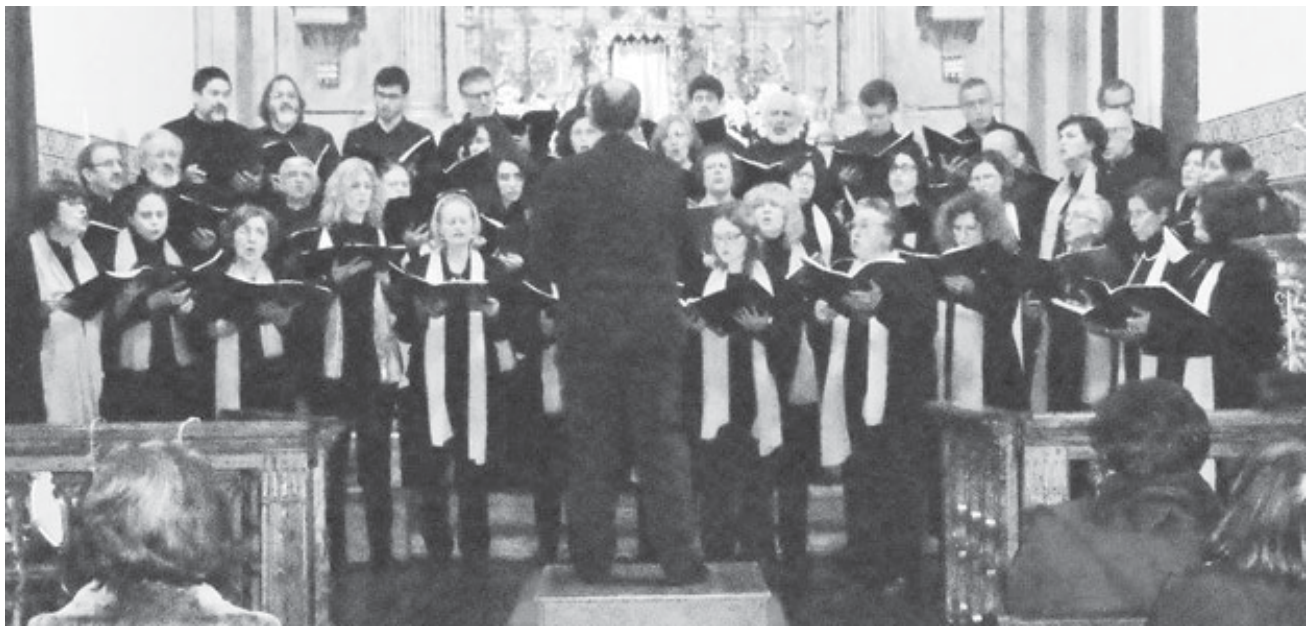
Janeiras

O auditório de Espinho foi cenário no sábado da primeira parte de um evento de janeiras com a participação do Orfeão, da Rusga de S. Pedro, dos Amigos dos Bombeiros Voluntários de Espinho. do Grupo de Cavaquinhos da Universidade Sénior e dos Amigos da Música de Espinho.

A segunda parte está prevsta para noute desta sexta-feira com o Centro de Convívio da Junta de Freguesia de Espinho, Espinho e Mar a Cantar e Grupo de Janeiras da Paróquia de Espinho.

Gala solidária para a pequena Solange

Está reservado para a noite de sábado, no auditório da Junta de Freguesia de Espinho, uma gala de solidariedade visando a angariação de fundos para a pequena Solange.



Coro Amigos da Música brilha extramuros

Foi um fim de semana cheio de aventuras para o Coro Amigos da Música, que começou na Igreja da Misericórdia de Santa Maria da Feira, na sexta à noite.

O concerto de Reis, organizado pela Academia de Música da Feira, viu-se prolongado até ao adro, com um momento de janeiras cantado à luz das velas. No sábado, foi a vez de rumar a S. João da Madeira, para participar no primeiro Encontro de Trupes de Reis, no palco da Casa da Criatividade.

Em Valpaços, no domingo, a chuva não demoveu os valpacenses, que encheram a Igreja Matriz. O presidente da Câmara de Valpaços, Amílcar Castro Almeida, e o pároco Leonel Reis, marcaram presença e fizeram jus à tradicional hospitalidade transmontana.

Esta semana, os Amigos da Música atuarão no espetáculo de Cantares de Janeiras, na sexta-feira à noite, e na gala de solidariedade da pequena Solange, no sábado à noite. Ambos os eventos terão lugar na Junta de Freguesia de Espinho.

Contos e cantos para infantes na Biblioteca Municipal

Está agendada para as 11 horas de sábado, na Biblioteca Municipal José Marmelo e Silva, mais uma sessão de "contos e cantos para infantes".

A iniciativa é promovida por Rui Ramos, de "O Baú do contador", natural do Porto, contador de histórias orais, escritas e desenhadas, há mais de 4 anos.

Formador nas áreas da ilustração, escrita criativa e narração oral, Rui Ramos estudou os mistérios da Terra e do Universo para melhor poder contar as suas histórias.

Foi investigador científico durante doze anos na FCUP.

Criativo por natureza, improvisador por vocação, contador por paixão e formador por sentido de dever e prazer pela partilha de conhecimento.

Contar histórias é a melhor forma de transmitir ideias, conceitos e informação de forma lúdica e cativante, quer para miúdos quer para graúdos."

Inscrições prévias.

Atividade destinada a crianças com idades compreendidas entre os 2 e os 5 anos.

Três músicos de Espinho no Europarque

Com a participação da banda Clapton's Addiction, terá lugar no próximo dia 23, no grande auditório do Europarque (Santa Maria da Feira), a estreia mundial de um tributo inédito ao lendário Eric Clapton.

Esta homenagem a Eric Clapton conta com o grupo rock Clapton's Addictio, do qual fazem parte três músicos espinhenses – João Belchior, Francisco Seabra e Albano Assunção – e as quatro bandas filarmónicas do concelho de Santa Maria da Feira (Arrifana, Lobão, Souto e Vale). Serão mais de duas centenas de músicos em palco.

No concerto Symphonic Clapton que combina rock e música sinfónica irão juntar-se a única banda portuguesa de tributo ao lendário Eric Clapton e mais de 200 músicos das quatro bandas filarmónicas do concelho de Santa Maria da Feira para uma estreia mundial na secular Festa das Fogaceiras.

Mais do que um concerto, Symphonic Clapton pretende ser uma viagem à história da música rock, tendo como pano de fundo um tributo ao virtuoso guitarrista, compositor e intérprete britânico Eric Clapton.

Este tributo é o resultado do trabalho colaborativo desenvolvido pela única banda portuguesa de tributo a Eric Clapton – Clapton´s Addiction – conjuntamente com quatro bandas filarmónicas de Santa Maria da Feira – Banda Musical de Lobão; Banda Marcial do Vale; Banda de Música de Arrifana; e Banda Musical do Souto – num concerto verdadeiramente inédito, tanto a nível nacional, como internacional.

Durante o concerto, o público é convidado a viajar sob os clássicos de Eric Clapton, tais como: "Layla", "Tears on Even", "Change the World", "Cocaine" ou "Sunshine of Your Love".

O mote desta viagem será dado por uma nova interpretação destes temas, sob os arranjos inéditos e absolutos do maestro Luís Cardoso, que procurou a melhor harmonia de combinação entre o rock e a música sinfónica.

Symphonic Clapton – uma "encomenda" da Camara de Santa Maria da Feira para a Festa das Fogaceiras – é um concerto de revivalismo para uma "wonderful night" de todas as gerações.

CASINO ESPINHO

JOANA AMENDOEIRA

16 JAN JANTAR CONCERTO

Solverde na Exponoivos

O Grupo Solverde marca presença na Exponoivos 2016 com as unidades Hotel Solverde Spa & Wellness Center e Hotel Casino Chaves. O objetivo é inspirar os futuros noivos com as melhores ofertas e cenários perfeitos, sempre personalizados, para a celebração de momentos especiais.

Nesta edição da Exponoivos são apresentadas as ofertas e soluções da Solverde no que diz respeito ao banquete, alojamento, noite de núpcias, preparação dos noivos (SPA), programas a dois e ainda o fim-de-semana dos namorados.

As unidades Solverde de beneficiam de localizações privilegiadas, com ofertas sofisticadas, aliadas ao conforto dos espaços e à excelência dos serviços. As soluções apresentadas são adequadas aos gostos mais exigentes e requintados.

A Exponoivos Norte realiza-se nos dias 15, 16 e 17 de janeiro, na Exponor (Matosinhos).

Banda Paramense festeja 83 anos

A Banda União Musical Paramense assinala no sábado os seus 83 anos, com um programa que terá início ao final da tarde e que se prolongará pela noite.

Eis o programa das comemorações: receção aos convidados, na sede da Banda, às 17 horas; às 17h15, hastear da bandeira; às 18 horas, Missa Solene em homenagem aos sócios, diretores, músicos e benfeitores falecidos, na Igreja Paroquial de Paramos; às 19 horas, romagem ao cemitério de Paramos. No salão da Banda, às 21h30, "Kantares de Sempre", Grupo de Música Popular Portuguesa (Rio Tinto); às 22 horas, breve sessão solene; às 22h45, concerto pela Banda União Musical Paramense; às 23h20, Parabéns, com bolo de aniversário.

Cantares ao Menino na Igreja de Anta

No passado sábado à noite, na Igreja Paroquial de São Martinho de Anta, realizaram-se os "Cantares ao Menino" onde participaram oito grupos, sendo um deles e pela primeira vez da Paróquia de Guetim, num ambiente festivo e de entusiasmo, neste Ano Jubilar da Misericórdia, esta iniciativa que vem se realizando desde o "Ano da Missão, 2010".

A noite iniciou-se com o acolhimento feito pelo grupo do 10.º Ano de catequese, que deu o mote cantando e encenando a cantiga bem nossa conhecida do "Pinheirinho, pinheirinho de ramos verdinhos…". Seguiu-se a oração inicial, presidida pelo pároco o Padre João de Deus.

O primeiro grupo a participar neste encontro 'paralitúrgico', foi o Rancho Folclórico Nossa Senhora dos Altos Céus, cantando as janeiras bem tradicionais da nossa terra e de anúncio natalício pelas ruas e de porta em porta. Depois o Grupo Cultural Recreativo Semente, surpreendendo todos os presentes com um reportório de cânticos litúrgicos as vozes em detrimento das cantigas de boas festas e Reis. Seguiram-se as apresentações dos grupos corais, iniciando o da Igreja Paroquial de São Martinho de Anta, depois o Paroquial de Santo Estevão de Guetim, Grupo Coral da Pastoral Juvenil de Anta, Grupo Coral da Capela dos Altos Céus. Todos eles com diferentes melodias e ritmos que através das letras musicais e arranjos musicais, com o apoio de violas, bandolim, flautas, oboé, o órgão alguns instrumentos de percussão, nos agradaram e nos elevaram em espiritualidade.

Continuaram com um momento diferente até então, e bem característico da alegria e da irreverência dos adolescentes/jovens (como gostam de ser chamados), do 10.º ano de catequese, que a todos os presentes interpelaram no sentido do nosso estar naquele lugar e hora, se era pela festa e espetáculo ou por quem nos reuniu e nos chama a caminhar com Ele?

Ajudando a responder com um coro único dos presentes, com o refrão bem conhecido do tema de Roberto Carlos (letra de MSS.BR), a que não faltou o sotaque brasileiro e as palmas no refrão, animado por um grupo de violas e ritmada pela bateria, no tema "Jesus Cristo …. Eu estou aqui!"

Prosseguiu a Tuna Musical de Anta, apresentando uma cantiga de boas festas e dois cânticos litúrgicos em inglês e em latim, acompanhados por um seu quinteto de sopros.

Antes de terminar, distribuíram-se os certificados de participação e evocativos do momento e co referencia ao ano pastoral " Ano Jubilar da Misericórdia", e intervenção do padre João de Deus, agradecendo a participação e a qualidade apresentada pelos participantes, a presença de todos os presentes como igreja reunida e sinal de Comunhão Eclesial, na presença das famílias que se reuniram e vieram em particular dos adolescentes e jovens, assim manifestando a igreja familiar, e por fim um sinal cada vez mais necessário hoje, de uma pastoral 'inter paroquial', na presença e participação da comunidade de Guetim, pelo seu Grupo Coral.

O momento alto e final foi o cântico do Hino do Ano Jubilar da Misericórdia "Bendigamos ao Senhor", pelos dois grupo corais paroquiais e pelo coral da Tuna Musical de Anta, acompanhado pelo seu quinteto de sopros e pelo seu maestro Humberto Granja, em que a assembleia se uniu no refrão.

Seguiu-se um lanche convívio no centro paroquial, para troca de impressões e vicissitudes da preparação e ensaios para este dia, numa primeira analise havia unanimidade da qualidade crescente dos grupos e dos cantares, não sendo esse o primeiro objetivo; momento este onde se restabeleceram energias, regaram-se as gargantas cansadas e as mãos arrefeceram de tantas palmas e aclamações. Como a hora já estava avançada noite dentro, os presentes partiram para suas casas felizes e rejuvenescidos na Fé e Esperança, e conscientes de como cantamos no hino (extraído dos seis versículos):

- "Está na hora de partir, …anunciando Jesus eterna novidade …fazendo da alegria do Evangelho, a nossa Missão!"

MANGO
79€
LENTES INCLUÍDAS

MARCA EXCLUSIVA

PRÉMIO CINCO ESTRELAS 2016

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

Promoção válida de 1 de Janeiro a 31 de Março de 2016, para as graduações incluídas na gama de stock: esfera cerca de 3.00 dioptrias e cilindro cerca de 2.00 dioptrias, exclusivamente dos fornecedores Vistasoft da Opticalia. As lentes são monofocais brancas, básicas, de stock, orgânicas e com índice de refracção 1.5. Armações selecionadas para a campanha das marcas exclusivas da Opticalia: Mango, Pepe Jeans e Pull&Bear.

CENTRO SOCIAL DE PARAMOS
convida...

Equipa de Rua SMACTE: um exemplo duma resposta de intervenção comunitária de sucesso

No concelho de Espinho, temos em funcionamento o projeto SMACTE (Serviço Móvel de Apoio à Comunidade), promovido pelo Centro Social de Paramos desde Janeiro 2001, que desenvolve uma intervenção específica que integra respostas interdisciplinares na área dos comportamentos aditivos e que decorre dos resultados do Diagnóstico da Rede Social realizado no concelho de Espinho que identificou como prioritária a intervenção no âmbito da redução de riscos e minimização de danos.

Este projeto concilia as respostas de Equipa de Rua e de Programa de Substituição Opiácea de Baixo Limiar de Exigência, junto de indivíduos com consumos de substâncias lícitas ou ilícitas, com o objetivo de relevante importância, que é a de promover a mudança de comportamentos e com a finalidade de diminuir os riscos nas situações em que não é possível alcançar de imediato a sua abstinência, ou mesmo para aqueles que nunca irão conseguir deixar de consumir.

É de baixo limiar, porque o principal objetivo desta resposta não se prende com os consumos, mas sim com as consequências. Redução de riscos e minimização de danos, passa muitas vezes por fazer com que o indivíduo deixe o consumo injetado para passar a fumado, o que já representa um sucesso ou, mesmo que continue a fazê-lo injectado, que tenha a preocupação de trocar o seu material com a consciência de que não o deve partilhar.

Atualmente, este programa em ambulatório intervém em todo o concelho de Espinho, apoiando cerca de 150 utentes (dados 2014) e integrando respostas como a administração de metadona ou terapêutica combinada, serviços médicos, de enfermagem e psicossociais, troca de seringas, apoio e aconselhamento e referenciação e encaminhamento para outras estruturas sociais e sócio sanitárias.

O SMACTE elege como objetivo o acolhimento/atendimento da população utilizadora de drogas mais excluída do concelho e existem vários casos de sucesso, pois quando se consegue que a pessoa entenda que, mesmo vivendo em condições adversas e de desorganização deve procurar as respostas da equipa, quando consente que lhe seja retirado sangue para análise para conhecer a sua situação de saúde, quando concorda fazer um raio x sempre que lhe é solicitado, em fazer a sua higiene pessoal utilizando as estruturas existentes para esse fim, tudo isto são pequenos indicadores de sucesso.

No que respeita ao NLI (Núcleo Local de Inserção) de Espinho, que trabalha essencialmente com Beneficiários da prestação de Rendimento Social de Inserção (RSI) é já prática de alguns anos a esta parte,a calendarização de uma reunião trimestral entre todos os parceiros que constituem o referido núcleo e técnicos do SMACTE, no sentido de avaliarem caso a caso, cada utilizador dos serviços, fazendo o ponto de situação de cada um e estudar o seu projeto de vida, que depois é negociado entre o próprio beneficiário e o técnico de acompanhamento.

Existe assim, um olhar conjunto entre serviços/técnicos de acompanhamento e o SMACTE que consideram que por exemplo, apesar de a pessoa estar a consumir, mantém o direito a uma habitação condigna, tem direito ao RSI e a outras prestações sociais. Todos são unânimes em considerar que é necessário respeitar a individualidade de cada um, pois cada caso é um caso e cada consumidor de drogas tem a sua história, o seu passado que deve ser respeitado.

Outro dado de sucesso é o facto de que desde que o SMACTE intervém no concelho de Espinho, não foram registados novos casos de infeção pelo VIH na população consumidora de drogas, o que nos leva a crer que a implementação deste projeto em Espinho resultou numa boa utilização dos recursos públicos e que os custos são amplamente compensados pelos benefícios.

Creio que este trabalho diário e contínuo tem permitido desmontar alguns preconceitos ainda existentes para com esta população. Contudo, penso que é ainda necessário estreitar ainda mais as relações entre as instituições do concelho de maneira a promover uma visão integrada dos casos que permita uma aumento e uma maior fluidez das respostas dirigidas a esta população.

Considero o SMACTE um projeto de extrema importância no concelho, pois ao apoiar/cuidar diariamente, ao escutar as dificuldades e anseios da população consumidora de drogas contribui de forma muito significativa para a melhoria da sua qualidade de vida, para uma vida mais condigna e acima de tudo para um pouco mais de felicidade e de esperança no futuro.

Paula Beleza
(assistente social/coordenadora do NLI de Espinho – Centro Distrital de Aveiro, Instituto da Segurança Social)

Goza a vida!

OPINIÃO
APENAS REFLEXÕES
Jorge Madureira

Recordo-me de um aviso que, colado à montra de um estabelecimento comercial, rezava assim: "O dinheiro das heranças só serve para zaragatas. Goza a vida!".

Aquele aviso, inusitado, chamava a atenção para aquilo de que muita gente se queixa. As discórdias familiares fazem parte da vida mas, geralmente, não se resolvem facilmente, o que levou alguém a alertar a sociedade civil para este flagelo (as heranças) que, cada vez mais, dão origem à dissolução das famílias, como instituição.

Como muitas atitudes incongruentes que fazem parte das vivências humanas, a disputa das pessoas por bens materiais, tem na herança o seu clímax. Aquilo que podia ser resolvido naturalmente, através do diálogo e da lógica natural de distribuição de bens, dá azo a discussões e é pretexto para exteriorizar agressividades.

De repente, sem mais nem menos, a solidez atribuída à família deixa de fazer sentido e cai por terra. Cada um tenta ficar com a maior fatia do bolo e não se importa de pôr em causa a união de uma vida, porque a devoção aos bens materiais é mais forte e quebra laços "de sangue".

Antigamente, lembro-me de as pessoas utilizarem a expressão "Família Forsyte" para designarem um grupo familiar coeso, referindo-se assim, muitas vezes, à sua própria família. A "Família Forsyte" é o título de um livro, centrado, justamente, na vida de uma família – retrata a ideia preconcebida daquilo que entendemos como uma família forte e unida, em todos os aspetos, embora esta imagem seja só aparente pois que, como em tantas famílias, as fragilidades dessa união acabam por se revelar na forma de disputas, mal-entendidos e ganância, tudo isto "regado" com muita hipocrisia.

Mas, infelizmente, há quem viva de aparências e assim se mantenha. Vulgarizou-se a ideia de que temos de nos afirmar, socialmente, pela aparência, por aquilo que "parece bem" aos olhos dos outros. A aparência exterior sobrepõe-se ao interior, que chega mesmo a ser um "campo minado" pronto a ser detonado à primeira oportunidade.

A superficialidade que está implícita em todos estes aspetos, leva-me a regressar à mensagem do anúncio na montra – "Goza a vida" é um conselho sábio. Numa curta frase estão todas as instruções de que necessitamos para seguir em frente. O que me parece é que nem todos estão preparados para a aceitar e encaram as possessões materiais como algo duradouro, de que se recusam a "abrir mão" como se tudo isso fosse indispensável nesta vida (e nas próximas).

A Família Forsyte é o arquétipo da família tradicional, revelando-se, infelizmente, como o modelo pelo qual se regem muitas famílias, acentuando a imagem do tradicional clã, sorridente, fazendo pose numa glamorosa fotografia de grupo. A questão é que esta imagem está fortemente enraizada do ponto de vista social, ultrapassando séculos, indiferente a modos e modas.

A herança não deve ser vista como um motivo de discórdia mas como uma transmissão de testemunho, por parte daqueles que já cumpriram a sua missão terrena. Tudo o que é "deixado" em herança são instrumentos de que nos podemos munir, que generosamente nos foram cedidos, como um cajado que nos auxilia na nossa caminhada. Nunca como um fim em si mesmo.

Educa tu os teus filhos

OPINIÃO
DIALOGAR PARA TODOS
Padre Rodrigo Lynce de Faria

"Educa tu os teus filhos! Não deixes tal missão na mão do Estado, da escola, nem mesmo da Igreja. Não te sentes capaz? Aconteça o que acontecer, não desanimes. Deus está contigo. Tu podes e deves educar os teus filhos porque os amas como ninguém. Basta um pouco de boa vontade. E a capacidade de aprender com os inevitáveis fracassos". São palavras de um pai de família.

Aos pais – primeiros, principais e insubstituíveis educadores – pede-se-lhes duas atitudes fundamentais: boa vontade e saber aprender com os próprios erros. Para fomentar estas disposições devem manter sempre o coração jovem.

Um cristão, se vive de fé, sabe que tem diante de si uma eternidade. Não lhe será difícil manter o coração jovem, desde que não perca de vista o destino de para onde caminha.

Porque é que muitos pais desanimam na tarefa educativa?

Talvez porque olham para esta missão com uma visão excessivamente humana, esquecendo a sua dimensão eterna. Assim, perdem a perspetiva fundamental da educação: ajudar os filhos a serem boas pessoas – a chegarem ao Céu – e não simplesmente bons alunos, bons desportistas e bons profissionais.

Quantas pessoas "triunfam" na profissão, no desporto, nos negócios e fracassam rotundamente como pessoas!

Que educação pretendes dar aos teus filhos? Que valores pensas transmitir?

Atenção: há estilos de vida que facilitam o encontro dos filhos com Deus e com o sentido da sua vida. E outros que o dificultam e muito! Não escolhas os segundos, por muito na moda que eles estejam!

Não deixes que a internet eduque os teus filhos. Não deixes que o faça a televisão. Nem deixes que sejam os professores lá na escola a fazê-lo!

Educar, no sentido mais profundo da palavra, só tu – pai e mãe de família – o podes fazer.

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

As faturas eletrónicas de rendas e as bibliotecas

Após alguns atrasos, este ano os senhorios vão (finalmente) ter de passar as faturas eletrónicas de rendas, o que é uma grande preocupação para a Associação Nacional de Proprietários, que apareceu na TV a defender a sua posição, porque "Portugal não é o Terreiro do Paço" e o interior, muitas vezes, "não tem net". A solução para este problema é simples: as bibliotecas municipais.

Onde há net à borla? Nas bibliotecas municipais. Não existe este serviço na vossa biblioteca municipal? Reclamem-no. Afinal de contas, o valor das bibliotecas municipais mede-se em grande parte em função da sua ligação à sua comunidade.

Depois será necessário publicitar este serviço da biblioteca municipal. Não é por acaso que dois dos sete capítulos das diretrizes da IFLA para as Bibliotecas Públicas são o Fundo Local e o Marketing. Afinal de contas, sem marketing, para que é que algo serve?

Adriano Silva

Exposição de fotografia de crianças do Serviço de Pediatria do IPO-Porto que "vestirem a pele" de um(a) manequim de moda

Está calendarizada entre sábado e 27 de fevereiro, nos átrios do FACE – Fórum de Arte e Cultura de Espinho, uma exposição de fotografia de Jorge Castro.

"Fashion Kids" é um projeto de solidariedade social que teve como principal objetivo, possibilitar às crianças do Serviço de Pediatria do IPO-Porto, a oportunidade de "vestirem a pele" de um(a) manequim de moda. Num conjunto de sessões fotográficas que protagonizaram, as crianças foram vestidas pelos designers de moda Miguel Vieira, Katty Xiomara, Ágatha Ruiz de la Prada e marcas como Lion of Porches e Zippy.

Deste projeto, da responsabilidade de Jorge Castro, fotógrafo de moda, e de Cristina Jorge, designer e produtora de moda, resultaram imagens de grande beleza marcadas pela espontaneidade e alegria vivenciadas pelas crianças que entraram em contacto com o mundo da Moda, e com toda a sua dinâmica e magia.

Foto VÍTOR LANCHA

Dança sem fronteiras já é uma tradição

O auditório do Centro Multimeios foi cenário no sábado da quarta edição do Festival Dança Sem Fronteiras e que já é uma tradição no início de cada ano.

Giselle Academia de Dança (Espinho) destacou-se num espetáculo de dança que integrava também no cartaz as atuações de Espaço Dança Palmira Camargo – Lisboa, Academia de Dança de Albufeira, Escola de Ballet do Ginásio Clube de Santo Tirso, Escola de Bailado Fátima Valle da Veiga e Estúdio de Dança Margarida Valle – Porto e a participação especial do ilusionista Konstantin Nikitenko.

Concerto Multimédia "Grandes Filmes, Grandes Músicas"

O Centro Multimeios e a Banda de Música da Cidade de Espinho voltam a colaborar para a segunda edição do Concerto Multimédia "Grandes Filmes, Grandes Músicas", após o sucesso da primeira edição.

A fórmula mantém-se: são tocados grandes êxitos de clássicos intemporais da 7ª Arte, com uma componente multimédia criada especialmente para o concerto. São 90 minutos bem passados, onde poderá reviver filmes como "Star Wars", "007 – James Bond", "Música no Coração", "Super-Homem", "Tubarão", entre outros.

Tudo isto, com a Banda de Música de Espinho sob a direção do maestro Hélder Tavares, num espetáculo agendado para as 21h30 de 27 de fevereiro.

"Os Maias" em teatro para escolas

Estão programadas para o Centro Multimeios, de 26 a 29 de janeiro, sessões (às 10h30 e 14h30) do teatro para escolas "Os Maias".

"Os Maias", de Eça de Queirós é uma obra emblemática da literatura portuguesa que merece toda a atenção. Nesta adaptação teatral de " Os Maias" pode-se conhecer varias personagens, com destaque para: Afonso da Maia, Carlos da Maia e Maria Eduarda. A história parece simples, mas esta adaptação teatral mostra muitos outros acontecimentos paralelos que dão ao espetáculo uma vivacidade e humor muito atraentes para o público.

Exposição documental "Mirita Casimiro"

O FACE – Fórum de Arte e Cultura de Espinho acolhe, de 23 de janeiro a 12 de março, a exposição documental "Mirita Casimiro", organizada pelo Teatro Experimental de Cascais.

Uma atriz única pelo seu talento e inesquecível pela sua singularidade, cuja vida e obra ou pelo menos parte dela, estarão representadas nesta exposição.

A exposição Mirita Casimiro (1914 – 2014) apresenta parte do espólio artístico da atriz e ainda recordações únicas de uma vida plena de histórias e de história; de aventura, de espetáculos, de coragem…

Poderão ser vistas fotos da atriz, da sua família e de grande parte dos seus espetáculos; poderão ser apreciados objetos de seu uso pessoal, figurinos, memórias vivas…

O Teatro Experimental de Cascais e o Espaço Memória concretizam esta aventura de tentar reunir a história da vida e da obra da mulher e atriz Mirita Casimiro, com a ajuda imprescindível de várias entidades ligadas à memória da arte e dos artistas – Teatro Nacional D. Maria II, RTP, Museu Nacional do Teatro e do Museu do Fado/Egeac ou Cinemateca Portuguesa.

Mirita Casimiro morreu em Cascais no dia 25 de março de 1970, com 56 anos. Tendo sido sepultada dois dias depois, ironicamente no Dia Mundial do Teatro.

"Natal/Inverno" da Universidade Sénior de Espinho

Irá decorrer de sexta-feira até ao próximo dia 30, na Biblioteca Municipal José Marmelo e Silva, uma exposição organizada pela Universidade Sénior de Espinho e denominada "Natal/Inverno".

Trata-se de uma mostra de trabalhos das alunas das disciplinas de "Pintura", "Lavores e Bordados" e "Oficinas de Arte" da Universidade Sénior de Espinho.

Cantares ao Menino e janeiras na Igreja de Paramos

Numa organização do Rancho Regional Recordar é Viver e Paramos, quatro grupos convidados apresentarão cânticos alusivos ao Menino Jesus, dentro da Igreja Paroquial de Paramos, às 21 horas de 30 de janeiro.

E às 22 horas haverá arraial no exterior da Igreja com cantares de janeiras.

Os mesmos grupos, mas com outro tipo de adereços, cantarão as janeiras para o público presente.

Esmeralda Laranjeira

Temas e poemas

Grupo de janeiras da Paróquia de Espinho

Cantam as Boas Festas, pelas ruas
[da cidade
De porta em porta… de casa
[comercial…
Cantam canções ao Deus Menino
Nesta quadra de Natal…

Cantam bem, a bom cantar…
Canções antigas, de qualquer lugar
Nos lares, hospitais e centros sociais
Porque o seu lema é ajudar!
E na Paróquia também
Aos Reis costumam cantar

Sempre bem ensaiadas
Para os Reis festejar…
E para encerrar as festas…
Houve um Encontro de Janeiras
Na Junta de freguesia…
Como eram muitos grupos
Foram uns em cada dia…

Aqui estamos, aqui vimos
Meus Senhores, bem o sabeis
Vimos dar as Boas Festas
E também cantar os Reis…

Meus senhores, podeis abrir
As portas de par em par
Já nasceu o Deus Menino
Que nasceu p'ra nos salvar

Na mesa mandai pôr
Aletria e rabanadas
Nozes, figos e queijinhos
Vinho fino às canadas…

A silva que nasce à porta
Vai beber à cantareira
Levante-se daí senhora
Venha-nos dar a Janeira

Vinde-nos dar a Janeira
Se no-la quiserem dar
Nós somos gente boa
Só queremos animar!

Todos cantam Boas Festas
Nesta altura de Natal…
Pelas ruas da cidade
É uma animação geral!

Exposição dupla de pintura

António Pinhão e Fernando Rocha apresentam as suas obras mais recentes, de 16 de janeiro a 21 de fevereiro, na galeria do Centro Multimeios. A inauguração será às 17 horas de sábado.

"Conversas sérias"em (março) com Marta Gautier

Marta Gautier regressa a Espinho com "conversas sérias", no auditório – sala António Gaio – do Centro Multimeios, às 21h30 de 25 de março.

"Um sucesso pode trazer dinheiro, reconhecimento e aplauso. Depois, logo a seguir, vemos que afinal não era isso. O vazio que temos não desapareceu. A seguir ao espetáculo vou para casa, sento-me na cozinha a beber um leite e o vazio está cá dentro. Afinal aquilo que falta para sermos felizes não tem a ver com reconhecimento, nem autoestima, nem dinheiro. Trata-se doutra coisa. Isto, juntamente com os altos e baixos da minha vida encurtou-me o caminho para chegar ao tal tesouro que todos temos dentro de nós, mas que apesar de o apregoar, continuo a achar que não o tenho, que não o mereço ou que sou uma fraude. Eu, Marta, sem maquilhagem, estou a precisar de falar nisto à margem do mediatismo e do mundo do espetáculo. Aqui, pouco importa se vão três pessoas ou 300. E é só para estranhos, que é com quem consigo certa espécie de intimidade. Conversas que podem eventualmente motivar quem quer ser melhor pessoa e para quem quer ser feliz. Só temos uma vida. Uma."

Os bilhetes já estão disponíveis para venda.

Cidadania e Igualdade de Géneros

Realizaram-se na terça-feira, na sala de reuniões da Assembleia Municipal, dois workshops sobre o Plano Municipal para a Cidadania e a Igualdade de Género.

Os objetivos destes workshops visam promover, junto de todos os intervenientes da Administração Pública Local, a integração da dimensão de igualdade de género, cidadania e não discriminação nas políticas e práticas locais e a dinamização de planos municipais para a igualdade, como requisito de boa governação

Durante a manhã, destinada à Administração Pública Local, tratou-se de uma sessão de sensibilização sobre igualdade de género, cidadania e não descriminação.

Na parte da tarde, destinado às outras entidades da Rede Social de Espinho, foram abordadas as questões do diagnóstico e do Plano Municipal para a Cidadania e Igualdade de Género.

Esta iniciativa resultou de uma parceria entre a Comissão para a Cidadania e Igualdade de Género e a Câmara Municipal.

"O Portugal dos Pequeninos II" (da Associação de Anta) em festa

Conforme a tradição natalícia, "O Portugal dos Pequeninos II" da Associação São Francisco de Assis de Anta juntou pais, encarregados de educação e as suas crianças, numa festa de final de ano, no auditório da sua creche, "e assim assinalar o fim de mais um ano repleto de vivências e memórias bem passadas dentro desta instituição."

Durante a festa houve lugar a uma atuação coreografada, protagonizada pela professora de Música, Manuela Ferreira, e pelos mais novos que deram corpo e voz a vários temas natalícios que acompanharam ao som de vários instrumentos musicais. Depois, as educadoras representaram uma peça de teatro intitulada "O saco do Pai Natal".

Para terminar o espetáculo, os mais novos tiveram a oportunidade de ver os seus pais brindar todos os presentes com três músicas, que representam cada uma das três diferentes salas que compõem a Creche "O Portugal dos Pequeninos II".

O evento foi concluído com um lanche de convívio.

Foto DIREITOS RESERVADOS

"FOZ botânico" do fotógrafo Jool

O espinhense José Oliveira Jool tem patente ao público até 29 de fevereiro, na Faculdade de Letras da Universidade do Porto, uma exposição de fotografia intitulada "FOZ botânico".

AGENDA

14 a 20 de janeiro (exceto no dia 18)
16h30 e 21h30 – Cinema do Multimeios
"Lolo" (comédia), do realizador Julie Delpy e com os atores Julie Delpy, Dany Boom, Vincent Lacoste e Karin Viard
De férias no sul de França, a sofisticada Violette conhece geek Jean-René. Contra todas as probabilidades, desenvolve-se uma química entre ambos e, no final do verão, Jean-René não perde tempo a juntar-se à sua amada, em Paris. Mas eis que surge um problema: Lolo, o filho de Violette, ultra possessivo e determinado a ver-se livre do amante de sua mãe, custe o que custar!

15 de janeiro
10 horas – Biblioteca Municipal
"Magia das palavras lidas e ilustradas" – leitura de um conto, pela professora voluntária Cândida Ribeiro, seguido da respetiva ilustração, pela ilustradora voluntária Isabel Pelaez

15, 22 e 29 de janeiro
21 horas – Casino Espinho
Espetáculo da cantora Ana Sofia Gonçalves (com o pianista Moisés Ramos)

15 a 30 de janeiro
Exposição Natal/Inverno da Universidade Sénior de Espinho
Biblioteca Municipal
9-13 horas e 14-17 horas de segunda-feira a sábado

16 de janeiro
17 horas – Centro Multimeios (galeria)
Inauguração da exposição dupla de pintura "Imergências ", de António Pinhão e Fernando Rocha

16 e 17 de janeiro
15h30 – Planetário (Digital) do Multimeios
"Lendas do céu noturno: Perseu e Andromeda" (projeção imersiva a 360º)

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

17h30 – Planetário (Digital) do Multimeios
"Luas do sistema solar (projeção imersiva a 360º com sessão ao vivo)

16 de janeiro a 27 de fevereiro
Exposição de fotografia de Jorge Castro
"Fashion Kids" é um projeto de solidariedade social que teve como principal objetivo, possibilitar às crianças do Serviço de Pediatria do IPO-Porto, a oportunidade de "vestirem a pele" de um(a) manequim de moda – projeto da responsabilidade do fotógrafo de moda Jorge Castro e da designer e produtora de moda Cristina Jorge
Fórum de Arte e Cultura de Espinho (FACE) – átrios
10-19 horas de segunda a sexta-feira e 11 horas-13h30 e 14h30-19 horas ao sábado

19 de janeiro
10 horas – Biblioteca Municipal
"Ponto a ponto… de faz um conto!"
Público-alvo: 1.º e 2.º ciclos do Ensino Básico

21 a 27 de janeiro (exceto no dia 25)
16h30 e 21h30 – Cinema do Multimeios
"A Rapariga Dinamarquesa" (drama para maiores de 14 anos), do realizador Tom Hooper e com os atores Eddie Redmayne, Alicia Vikander e Amber Heard
Baseado no livro de David Ebershoff, A Rapariga Dinamarquesa é uma marcante história de amor inspirada na vida de Lili Elbe e Gerda Wegener – papéis interpretados pelo ator vencedor de um Óscar Eddie Redmayne ("A Teoria de Tudo") e por Alicia Vikander ("Ex_Machina") –, realizada pelo também galardoado Tom Hooper ("O Discurso do Rei" e "Os Miseráveis"). O casamento e trabalho de Lili e Gerda progride, enquanto navegam pela arrebatadora viagem da pioneira transgénero…

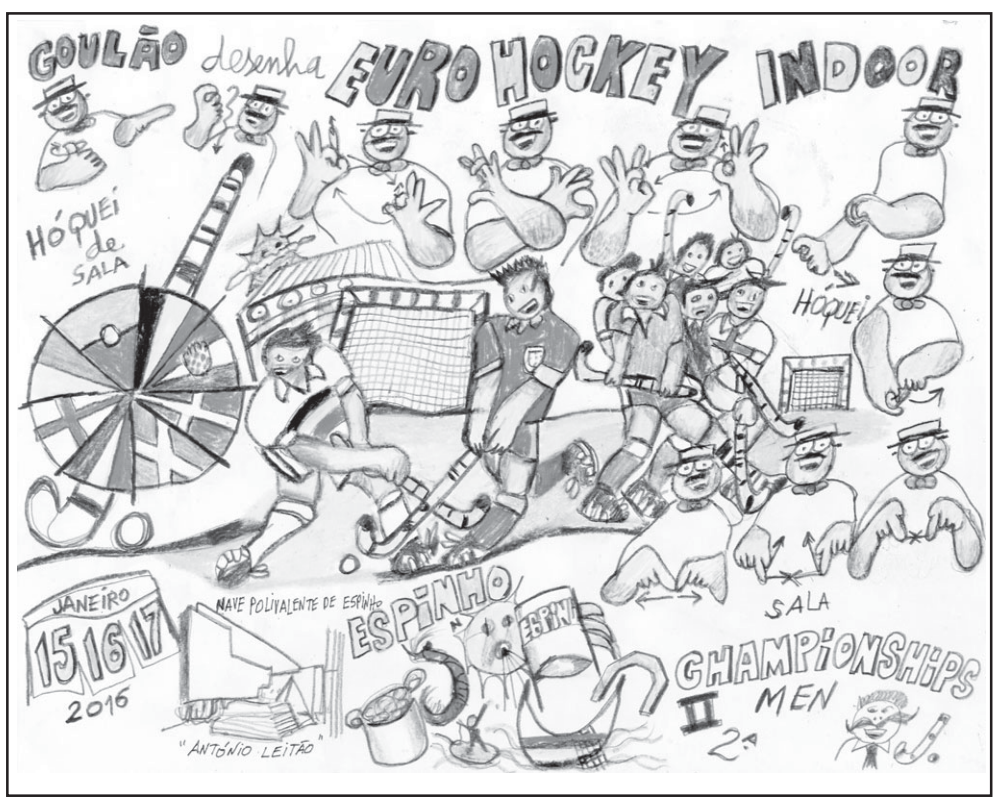
23 de janeiro
16 horas – Fórum de Arte e Cultura de Espinho (FACE)
Inauguração da exposição documental "Mirita Casimiro, organizada pelo Teatro Experimental de Cascais

26 a 29 de janeiro
10h30 e 14h30 – Centro Multimeios
"Os Maias" – teatro para escolas

30 de janeiro
21 horas – Igreja Paroquial de Paramos
Cantares ao Menino com o Rancho Regional Recordar é Viver e Paramos

30 de janeiro
22 horas – adro da Igreja Paroquial de Paramos
Arraial com cantares de janeiras, organizado pelo Rancho Regional Recordar é Viver e Paramos

30 e 31 de janeiro
14h30 – Cinema do Multimeios – sessão infantil
"Muito à Frente" (animação para maiores de 6 anos), do realizador James Debbouze
"Muito à Frente é a história emocionante de Eduardo, o filho do rei de todos os símios (pré-humanos), que por nascer muito pequeno é preterido pelo seu pai, que ao perceber que o seu filho mais velho e futuro rei da tribo é um espécime aparentemente débil e fraco, dá a ordem para que se livrem dele. Eduardo cresce longe da sua família, sob a proteção do seu amigo Ian, que o encontra e o acolhe após ter sido abandonado. Incrivelmente engenhoso, e sempre um passo à frente de toda a sua espécie, Eduardo acaba por descobrir o fogo, a caça, formas de abrigo modernas, o amor e até mesmo… a esperança. Generoso por natureza, quer partilhar tudo isso, acabando por abanar a ordem estabelecida e liderar o seu povo, através da sua personalidade efusiva e sentido de humor, na direção de uma existência verdadeiramente humana!



A seleção nacional de hóquei de sala foi recebida pelo presidente da Câmara Municipal, Pinto Moreira, na tarde de ontem, em vésperas do Europeu a realizar na Nave Polivalente

Foto VÍTOR LANCHA

Eurohockey Indoor Championship II na Nave Polivalente a partir de amanhã

Realiza-se a partir de sexta-feira, até domingo, na Nave Polivalente de Espinho, o Eurohockey Indoor Championship II – Espinho 2016, no escalão masculino absoluto que irá contar com a participação das seleções nacionais hóquei de sala de Portugal, Inglaterra, França, Escócia, Croácia, Ucrânia, Dinamarca e Bélgica.

Os jogos começam amanhã (sexta-feira) com o encontro entre a Inglaterra e a Escócia, às 10 horas. Segue-se o França-Croácia (11h10), Ucrânia-Bélgica (12h20), Dinamarca-Portugal (13h30), Escócia-Croácia (16h), França-Inglaterra (17h10), Dinamarca-Ucrânia (18h20) e Bélgica-Portugal (19h30), todos os jogos da fase de grupos.

No sábado a Inglaterra defronta a Croácia, às 9 horas. Seguem-se os encontros Escócia-França (10h10), Ucrânia-Portugal (11h20) e Bélgica-Dinamarca (12h30).

Ainda no sábado, a partir das 15h30 realizam-se os jogos de apuramentos entre os primeiros, segundos, terceiros e quartos de cada Pool e no domingo, a partir das 10 horas, para o posicionamento na classificação e a final às 14 horas.

Compõem a Pool A as equipas de Inglaterra, Escócia, França e Croácia e a Pool B, Portugal, Dinamarca, Ucrânia e Bélgica.

A equipa de Portugal é treinada por Mário Almeida e é formada por Paulo Nogueira e António Camacho (guarda-redes) e os jogadores Carlos Silva, Bruno Santos (cap.), Luís Tavares, Miguel Rodrigues, Tiago Sousa, David Franco, Ricardo Teixeira, João santos, Hélder Gonçalves e Ivo Moreira.

Note-se que os dois primeiros classificados nesta prova irão ascender à 1.ª Divisão (Eurohockey Indoor Championship) e que os dois últimos descerão à 3.ª Divisão (Eurohockey Indoor Championship III).

Portugal volta, assim, a participar e organizar uma competição europeia, desta vez referente ao Top 16 Europeu de Indoor. A organização desta competição, em parceria com a Câmara Municipal de Espinho e com a Associação Académica de Espinho, trará bons frutos à modalidade, bem como ao país, que terá a oportunidade de competir em casa, 5 anos após a sua última participação.

Nesta prova participarão algumas das grandes potências do hóquei europeu e Mundial, nomeadamente a Inglaterra (4º Camp. Mundo, Campeão Europeu 2005), Bélgica (5º Lugar JO e Finalista Camp. Europeu e WL) e França (semifinalista World League). Entre as outras equipas participantes, além da equipa de Portugal, encontram-se plantéis também de inegável qualidade, como a Ucrânia, a Dinamarca, a Croácia e a Escócia.

Portugal sagrou-se em 2014, na Croácia, campeão da 3.ª divisão europeia, e ascendeu ao Championship II, juntamente com a Croácia, 2.º classificado. Com os números desta prova, a assentar nos 96 praticantes desportivos, distribuídos por oito equipas, ficaremos a conhecer quais os dois primeiros classificados ascendem à principal divisão de europa (TOP 8), bem como os dois últimos descem à terceira divisão da Europa.

Hóquei de sala academista empata em Lousada

A equipa de sub-18 de hóquei de sala da Associação Académica de Espinho foi derrotada, em casa, por 1-5, pela Associação Desportiva de Lousada, em jogo do respetivo Campeonato Nacional.

Tratou-se do último encontro da prova, onde os academistas mostraram grande falta de confiança nas suas verdadeiras potencialidades. Um jogo onde os espinhenses tiveram o controlo, deixando fugir a vitória nos últimos minutos.

Ao intervalo, a equipa da Académica de Espinho estava empatada (1-1) e no segundo tempo, sempre com o jogo bem conseguido, foi nos últimos cinco minutos que deixou fugir aquilo que parecia ser a conquista dos primeiros pontos. Uma grande penalidade, mal assinalada, fez ruir o castelo e, depois, os academistas nunca mais conseguiram dar a volta ao resultado.

Por sua vez, os sub-15 academistas foram a Lousada empatar com a equipa de seniores femininos da Associação Desportiva local (3-3).

Grande jogo de hóquei entre os dois primeiros classificados. Os academistas entraram muito bem e, logo aos cinco minutos, na transformação de um canto, chegaram à vantagem, por João. Com este golo, o Lousada ficou mais forte na luta de um para um e obrigou a equipa da Académica a recuar no terreno. No entanto, Rodrigo ampliou a vantagem para 0-2.

Com este golo o Lousada ainda forçou mais o ritmo do jogo, mas os academistas estiveram para ampliar, valendo aos locais o seu guardião. Em cima do intervalo, o Lousada fez o 2-2.

No recomeço, foi outra vez a Académica a ter o comando do jogo, acabando por passar novamente para o comando do marcador (2-3). Os lousadenses chegaram ao empate na marcação de uma grande penalidade.

Sub-18 – Paulo; Leonardo (cap.), Dani, Ruben (1 golo), João Rocha, João Gomes e Ricardo. Treinador: Márcio Marques. Delegado: Joaquim Magano.

Sub-15 – Pedro Maranhão; Paulo Plasta (cap.), Ruben Silva, Rodrigo Gomes (2 golos), João (1), João Gomes, Guilherme Caramalho, Davide Santos e Ricardo Silva. Treinador: Hugo Gonçalves. Delegado: Joaquim Magano.

Vólei tigre vence Esmoriz no primeiro jogo do ano

A equipa de voleibol sénior masculina do Sporting Clube de Espinho venceu o Esmoriz Ginásio Clube no primeiro jogo de 2016 e continua firme no terceiro lugar da primeira fase do Campeonato Nacional da 1.ª Divisão. Com um serviço a causar imensas dificuldades à receção adversária, os tigres tiveram o controlo do jogo, e responderam de forma autoritária após permitirem o empate.

Com 19 pontos, Filipe Pinto foi a principal arma espinhense e acabou como melhor pontuador do encontro.

Ontem à noite, depois do fecho da edição, o Sporting Clube de Espinho deverá ter acertado calendário com o Castêlo da Maia na Arena Tigre, num jogo em atraso da 16.ª jornada. "Uma partida com grau de dificuldade bastante elevado", como alertou o técnico dos tigres, Filipe Vitó.

Apesar de algumas dificuldades em preparar o jogo em Esmoriz, Filipe Vitó sublinhou que o objetivo principal foi alcançado:

"Tivemos uma semana atípica, com alguns jogadores tocados, com pequenas lesões, que não nos permitiu treinar a cem por cento, mas conseguimos recuperar a equipa", disse o treinador do Sporting Clube de Espinho. "Os sets em que servimos bem, dominamos. Tivemos mais dificuldades no segundo set, e o último também foi um pouco equilibrado, mas a vitória é merecida e somamos mais três pontos", acrescentou Vitó, saudando o regresso à equipa de Robertão.

Esmoriz, 1
Sporting de. Espinho, 3

Jogo no Pavilhão do Esmoriz Ginásio Clube, em Esmoriz.

Árbitros: Pedro Pinto e Paulo Gavina (AV Porto).

Parciais: 17-25, 25-22, 9-25 e 21-25.

Esmoriz Ginásio Clube – Bruno Gonçalves (3 pontos), Pedro Ribeiro (6), André Rosa (17), Marco Sousa (9), José Pinto (9), Paulo Gomes (5) e Diogo Neto (líbero); José Santos.

Treinador: Nuno Soares.

Sporting Clube de Espinho – Jose Rojas (11 pontos), Filipe Pinto (19), Kibinho (7), Miguel Maia (4), Phelps (8), Alejandro Sanoja (11) e Hugo Ribeiro (líbero); Robertão, Tomás Guerra, Jonathan Nunes e José Neto.

Treinador: Filipe Vitó.

Robertão quer ajudar mais o voleibol do Sporting de Espinho

Depois de ter sido campeão nacional em 2008/09 e 2009/10, Robertão regressou esta época ao Sporting Clube de Espinho.

Apesar de ter sido praticamente uma carta fora do baralho na primeira metade da temporada, o oposto brasileiro espera poder, finalmente, ser mais útil à equipa. Porque, até agora, o seu contributo tem sido de outra forma… O jogo deste sábado em Esmoriz marca a estreia dos tigres em 2016.

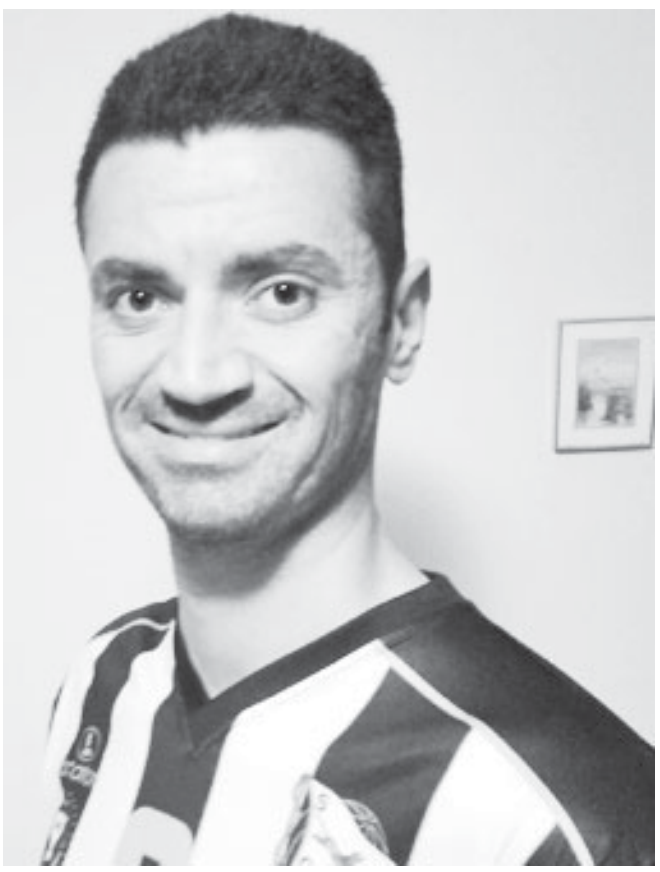
– Este teu regresso ao Sporting Clube de Espinho tem sido marcado pelas lesões… O que espera para este novo ano?

"As lesões impedem-me de dar o meu contributo como jogador, mas, sempre que posso, dou muitas palavras de incentivo a cada um, individualmente, e à equipa, em geral. Torcer por fora não é nada fácil, mas dá-nos outra visão do jogo, que depois nos treinos dá para auxiliar ainda mais os companheiros em alguns pontos cruciais. Espero voltar ao campo com toda força possível e ajudar o Sporting de Espinho a chegar no topo do Campeonato".

– Como tem visto a equipa nesta primeira fase da temporada?

"A equipa evoluiu muito, os jogadores que chegaram esta época afirmaram-se nas suas posições e isso tem vindo a melhorar cada vez mais".

Manuel José Macedo



83 anos de serviço público

Voleibol academista perde em Guimarães

A equipa de voleibol de seniores masculinos da Associação Académica de Espinho deslocou-se a Guimarães para defrontar a equipa local (Vitória Sport Clube) tendo perdido por 1-3 (16-25, 26-24, 23-25 e 17-25) em jogo do Campeonato Nacional da 1.ª Divisão.

A equipa da Académica iniciou o novo ano com uma derrota frente a um possível adversário na próxima fase, uma vez que o Vitória ainda não garantiu um lugar nos oito primeiros. A equipa entrou bastante mal no jogo, cometendo muitos erros e permitindo, dessa forma, que os adversários levassem a melhor e vencessem facilmente o primeiro set por 25-16. No segundo set, a equipa da Académica de Espinho entrou mais determinada, melhorou bastante e conseguiu equilibrar o jogo, tendo vencido por 26-24. O terceiro set, foi quase uma réplica do anterior, com o equilíbrio a dominar. Só que desta vez a sorte pendeu para o lado dos adversários que venceram por 25-23. No quarto e último parcial, a equipa academista voltou a cometer muitos erros, permitindo que o Vitória de Guimarães vencesse novamente com alguma facilidade por 25-17.

No domingo, a equipa de juniores da Académica de Espinho deslocou-se a Esmoriz para defrontar os locais. Jogo que começou bem à equipa do Mocho tendo ganho o primeiro set com alguma naturalidade, tendo em conta a contrariedade que o Esmoriz apresentou. Nos sets seguintes a situação inverteu-se totalmente. A Académica de Espinho desligou-se completamente do jogo, tendo perdido os sets seguintes. Uma equipa totalmente desligada sem capacidade de conseguir dar a volta ao jogo; uma equipa bem diferente da que terminou em dezembro a primeira fase do Campeonato Regional.

A equipa de juvenis masculinos da Associação Académica de Espinho jogou para a primeira jornada da segunda fase do Campeonato Regional de voleibol na casa do adversário (Esmoriz), tendo perdido por 3-1 num jogo onde os espinhenses só a espaços conseguiram estar em bom nível, mas sem nunca terem conseguido demonstrar a raça que nos habituaram nos últimos confrontos.

A apatia foi mais evidente no primeiro set onde nunca esteve em vantagem no marcador e onde o adversário se sentiu mais à vontade, os pontos foram-se acumulando, assim como os erros da equipa academista, e o parcial de 25-17 demonstra o que de facto se passou em campo.

No segundo set e após algumas alterações, os nossos academistas, deram nota de querer mudar o rumo dos acontecimentos, e foram dando boa réplica a um jogo que nesta altura estava equilibrado. Mas após o 14-13, a favor da equipa da barrinha, os mochos voltam a quebrar e deixam fugir o adversário no marcador (20-14).

Após esta quebra de concentração, e de mais alguns erros, a equipa academista reage e leva o final do set a uma nova incerteza no seu desfecho. Foi este o melhor momento da equipa que apesar de ser a melhor em campo nesta altura, não consegue materializar esta boa prestação e após mais dois erros perde o set por 25-22.

O terceiro set, voltou a ser marcado pela falta de concentração do 'seis' academista que volta a ter uma prestação muito abaixo das suas reais capacidades e perde por 25-19, um set e consequentemente um jogo, com alguma naturalidade, mas que no nosso entendimento não reflete a diferença dos dois conjuntos.

Parabéns à equipa de Esmoriz que foi quase sempre a equipa mais concentrada e que menos errou, num jogo de médio nível técnico. Talvez a pior prestação terá mesmo sido a da arbitragem que em alguns momentos, e de alguma incerteza no resultado, teve erros grosseiros num jogo fácil de arbitrar.

Os infantis receberam no sábado a equipa do Gueifães e sem dificuldade venceram por 3-1 um jogo com pouca história.

No primeiro e segundo sets os Mochos não deixaram margem para dúvidas e voltaram a comprovar porque estão invictos neste campeonato regional vencendo sem dificuldades com os seguintes parciais 25-19 e 25-15. No terceiro set e com um seis inicial completamente modificado, os Mochos desconcentrados permitiram algum equilíbrio no marcador e até alguma vantagem da equipa adversária, o que se veio a tornar fatal perdendo este parcial por 23-25. No quarto set tudo voltou à normalidade. Concentrados e sem erros os academistas assumiram o jogo e sem dificuldade fecharam o set por claros 25-10 fechando o jogo e vencendo este penúltimo jogo desta primeira fase do Regional.

Assim o último desta fase será no próximo fim-de-semana em Esmoriz e terá como adversário a equipa local. Os academistas terão como objetivo vencer e com isto terminar esta fase invictos.

Bilhar tigre vence Paços de Ferreira

Começou com uma vitória por 9-6 ante a Academia de Bilhar de Paços de Ferreira a participação da equipa de bilhar do Sporting Clube de Espinho no início da segunda volta da primeira fase do campeonato nacional da 3.ª Divisão de pool português por equipas.

Com mais três pontos somados, a equipa ocupa agora a terceira posição da tabela classificativa com 15 pontos e a escassos dois pontos do segundo classificado, lugar que permite entrada na segunda fase. A equipa joga esta noite (quinta feira) pelas 21h30 na Casa do Futebol Clube do Porto de Espinho com a equipa do Voxx Ermesinde (também com 15 pontos o o Sporting de Espinho empatou em casa do adversário, 8-8, na segunda jornada), concorrente direto às aspirações tigres.

Andebol academista lidera em Infantis

Com o primeiro jogo do ano com a deslocação ao sempre difícil terreno do Vacariça, no sábado, a equipa de andebol de infantis femininos da Associação Académica de Espinho venceu a equipa local por 6-12, numa vitória que não foi nada fácil de alcançar, e que permite, com que a visita na próxima semana ao segundo classificado, o ACD Monte, seja feita no primeiro lugar da classificação.

Ainda no sábado, juvenis deslocaram-se a Estarreja para defrontar o Salreu, e regressaram a casa com uma vitória por dois golos. 27-29. No domingo, a equipa de minis deslocou-se, igualmente, ao Pavilhão do Salreu, e conseguiu fazer melhor que juvenis, e obtiveram uma brilhante vitória. 8-26. Já as iniciadas, não tiveram a mesma sorte na receção ao Canelas, e perderam 12-15, no Pavilhão Arquiteto Jerónimo Reis. Por fim, as juniores, deslocaram-se ao temível pavilhão do Alavarium para defrontarem a equipa aveirense, e sofreram uma pesada derrota. 53-18.

Minis – Maria Moreira, Beatriz Lapa (1 golo), Ana Ribeiro, Carolina Marques, Matilde Sousa, Matilde Oliveira (1), Lara Dias, Sara Silva, Mariana Lima (11), Marta Pinheiro e Mariana Ferreira (8). Treinadora: Sara Magalhães.

Infantis – Mariana Loureiro, Luna Gomes, Lara Marques (1 golo), Iris Marques (3), Ana Pereira, Maria Carvalho, Inês Ramos, Francisca Cardoso, Maria Sousa, Lia Gomes (1), Joana Campos (2), Luana Ferreira, Ana Branco (5) e Maria Venâncio. Treinador: Adelino Pinto.

Iniciados – Maria Cálix, Renata Couto (6 golos), Luísa Oliveira (1), Mariana Valente, Ana Ribeiro, Maria Pimenta, Maria Catarino, Carolina Loureiro (2), Rita Gomez (2), Clara Bohnke, Ana Silva, Sofia Gonçalves, Rita Correia (1), Mariana Pereira e Diana Belinha. Treinador: Gustavo Silva.

Juvenis – Sara Silva, Regina Rocha, Sofia Mota (1 golo), Mariana Sousa (4), Inês Almeida (4), Rita Mota (3), Viviana Silva (7), Sara Moutinho (1), Leonor Gonçalves (7), Ana Silva, Maria Mota (1), Fabiana Moreira, Inês França e Mariana Frutuoso. Treinador: Miguel Barbosa.

Juniores – Sara Silva, Regina Rocha, Sofia Mota (1 golo), Fabiana Moreira (1), Viviana Silva (2), Rita Mota (2), Inês Almeida (2), Sara Moutinho (2), Leonor Gonçalves (6), Rita Pinho, Inês França (2), Maria Mota e Mariana Frutuoso. Treinador: Adelino Pinto.

Juvenis tigres perdem

A equipa de juvenis masculinos de andebol do Sporting Clube de Espinho perdeu, em casa, com o Colégio dos Carvalhos por 21-25 (8-12 ao intervalo), em jogo em atraso da 13.ª jornada do Campeonato Nacional da 1.ª Divisão, Zona 2.

Esta é a segunda derrota dos tigres fora da sua 'habitual casa', a Nave Polivalente.

Os espinhenses perderam, na primeira volta, com o Académico do Porto e, agora, com o Colégio dos Carvalhos, no Pavilhão Municipal Napoleão Guerra, em Cassufas (Anta) e estão na terceira posição da tabela classificativa.

As outras duas equipas do Sporting Clube de Espinho que estiveram em prova golearam os respetivos adversários. Os infantis bateram o Pateira por 67-13 (32-6 ao intervalo) e os minis, com a equipa A, venceram a Sanjoanense B por 66-8 (33-5 ao intervalo).

Juvenis masculinos – Francisco Vasconcelos, João Castro e Ruben Aguincha (guarda-redes); Jorge Ferreira (1 golo), João Póvoa (2), Tiago Guedes (7), Guilherme Baptista (1), João Soares (1), José Cruz, Leonardo Morgado, José Caetano, Tiago Soares, João Furtado (8), Ivo Bernardo (1), Nuno Lima e Ricardo Silva. Treinador: Mário Lopes.

Infantis – Filipe Ferreira (4 golos), Igor Duarte (9), João Félix (7), Bernardo Costa, Sérgio Maganinho (4), André Sousa (8), Miguel Loureiro, Emílio Figueiras, Vasco Lacerda (15), Carlos Castelo (2), Gonçalo Silva (5), João Tavares (4), Ruben Tavares (6), Tiago Fonseca (3) e Luís Relvas. Treinador: Hugo Valente. Treinador adjunto: Leonel Santos.

Minis (equipa A) – Afonso Marques (8 golos), Diogo Tavares (3), Gonçalo Carvalho (5), Gustavo Carvalho (4), Gustavo Ferreira (3), João Pinheiro (5), João Pereira (8), Rafael Duarte (2), Ricardo Maganinho (7), Ruben Tavares (5), Tiago Sousa (16), Gonçalo Bastos e Pedro Gouveia. Treinador: Rui Cordeiro.

Próximos jogos:

Académico de Viseu-Sporting Clube de Espinho (seniores masculinos), sábado, às 19 horas, no Pavilhão Cidade de Viseu, em Viseu; Académico do Porto-Sporting Clube de Espinho (juvenis masculinos), sábado, às 12 horas, no Pavilhão do Lima, no Porto; S. Paio de Oleiros-Sporting Clube de Espinho (infantis masculinos), sábado, às 11h45 no Pavilhão de S. Paio de Oleiros; Sporting Clube de Espinho 'B'-Sporting Clube de Espinho 'A' (minis masculinos), domingo, às 13 horas, no Pavilhão Municipal Napoleão Guerra, em Cassufas (Anta).

Futebol tigre empata

O Sporting Clube de Espinho foi a Oliveira do Bairro empatar (2-2) com a equipa local em encontro a contar para o Campeonato Distrital da 1.ª Divisão.

Os tigres, que até entraram bem no jogo, marcando o primeiro golo no primeiro minuto, sentiram grandes dificuldades com o estado do terreno, o que impossibilitou o seu habitual jogo tecnicista. Os locais adaptaram-se melhor ao estado do terreno e às condições climatéricas e depressa passaram para a frente do marcador.

Os tigres, que acreditaram até ao último momento, acabaram por empatar já em tempo de compensação dada pelo árbitro da partida, num lance na área do Oliveira do Bairro.

Oliveira de Bairro, 2
Sporting de Espinho, 2

Jogo no Estádio Municipal de Oliveira do Bairro, em Oliveira do Bairro.

Árbitro: Marco Pereira (AF Aveiro).

Árbitros assistentes: Hugo Santos e João Rodrigues.

Oliveira do Bairro – Marcelo; Bem-Haja (cap.), Dos Santos, William e Ronaldo; Mike, Sucena e Carnoto; Rafa, Minu e Tojó.

Substituições: Tojó por Dani (61), Ronaldo por (Miguel Ramos (75) e Carnoto por Diogo Alves (84).

Não utilizados: João Pedro, Izya, Miguel Oliveira e Vaz.

Treinador: Óscar Mendes.

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

Substituições: Paulinho por Lima (intervalo), Ministro por Murillo (65) e Sanguedo por André (80).

Não utilizados: Renato, Mauro, Tiago e Pipa.

Treinador: António Cerqueira.

Ao intervalo: 2-1.

Marcadores: 0-1, por Rui João (1); 1-1, por Mike (8); 2-1, por Mike (35); 2-2, por Murillo (90+1).

Disciplina: cartão amarelo a Marcelo (1), Mino (57) e Bem-Haja (70); Carlos Manuel (55) e Rui João (57).

Resultados

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

(*) Dia 14 (20 horas)
(**) Adiados

Próxima jornada (17/01/2016)
Milheiroense-P. Brandão
Avanca-Carregosense
Oliv. Bairro-Sporting Paivense
São Roque-Sp. Espinho
At. Cucujães-S. João Ver
AC Famalicão-Esmoriz
Fiães SC-U. Lamas
Calvão-Alba
Águeda-AD Valonguense

Classificação

	P	J	V	E	D	GM-GS
Águeda	46	17	15	1	1	36-8
Fiães SC	38	17	12	2	3	30-9
Sp. Espinho	**38**	**17**	**12**	**2**	**3**	**35-13**
Alba	32	17	10	2	5	34-21
Oliv. Bairro	30	17	9	3	5	34-20
U. Lamas	30	17	9	3	5	32-19
Sporting Paivense	30	17	9	3	5	22-19
S. João Ver	24	16	7	3	6	26-27
At. Cucujães	24	16	7	3	6	19-24
AD Valonguense	21	17	6	3	8	24-29
AC Famalicão	16	17	4	4	9	22-22
Esmoriz	16	16	4	4	8	22-29
Carregosense	15	16	4	3	9	23-30
Avanca	15	17	4	3	10	11-22
Calvão	14	17	4	2	11	26-42
São Roque	12	16	3	3	10	14-38
P. Brandão	11	17	2	5	10	16-32
Milheiroense	11	16	2	5	9	22-44

Bronze para Maria Almeida (Académica de Espinho)

Realizou-se no sábado, no Complexo Municipal da Maia, o Torneio de Aparelhos da 2.ª Divisão, organizado pela Associação de Ginástica do Norte. A competição serviu de preparação para o Campeonato Distrital a realizar no dia 14 de fevereiro e contou com a presença de 67 ginastas, da Associação Académica de Espinho, Boavista Futebol Clube, Casa do Povo da Gafanha da Nazaré, Centro Atlético Póvoa Pacense, Escola Gímnica de Aveiro, Ginásio Clube da Maia e Ginásio Clube de Santo Tirso.

A Académica de Espinho participou com nove ginastas, das quais sete iniciadas e duas juvenis.

Iniciadas: Beatriz Aguiar Saiote, Mafalda Gonçalves, Maria Almeida, Maria Tavares, Nicole Augusto, Luísa Amorim e Marta Correia.

Juvenis: Mariana Ramada e Lara Almeida.

Para estas ginastas foi a primeira competição da época e por isso verificou-se algum nervosismo e ainda algumas falhas de execução.

Maria Almeida alcançou o terceiro lugar em corda, sendo a única ginasta do clube do Mocho a subir ao pódio.

Classificação das iniciadas em movimentos livres, num total de 33 ginastas: 8.º lugar Marta Correia; 12.º Mafalda Gonçalves; 16.º Maria Almeida; 19.º Luísa Amorim; 21.º Maria Tavares; 24.º Nicole Augusto; 28.º Beatriz Aguiar Saiote.

Classificação de iniciadas em corda, num total de 21 ginastas: 3.º lugar Maria Almeida; 6.º Marta Correia; 8.º Maria Tavares.

Classificação de juvenis em arco, num total de 15 ginastas: 9.º lugar Mariana Ramada; 11.º Lara Almeida.

Classificação de juvenis em bola, num total de 17 ginastas: 5.º lugar Mariana Ramada; 9.º Lara Almeida.

Hóquei em patins da Académica de Espinho goleia CART

A equipa de hóquei em patins sénior da Associação Académica de Espinho recebeu, em "casa emprestada", o CART e bateu o seu adversário por uns expressivos 10-0.

Após uma semana de trabalho atípica, em que a Académica de Espinho, devido às condições climatéricas adversas que se fizeram sentir em todo o País, não pôde seguir o planeamento semanal definido, e teve mesmo que deslocar-se ao pavilhão Municipal de Gulpilhares, para receber a equipa minhota, que esta época esta a realizar um campeonato tranquilo e já surpreendeu mesmo algumas equipas do topo da tabela.

Entrando no jogo com uma atitude agressiva, a Académica de Espinho dominou o jogo desde o início, permitindo poucas veleidades ao adversário, inaugurando o marcador quando passavam 5 minutos do início do encontro. De resto, só no último minuto da primeira parte é que as redes voltaram a abanar, e por duas vezes, deixando os academistas com uma vantagem que dava alguma tranquilidade para abordar a segunda parte.

No entanto os espinhenses, cientes de que no hóquei em patins, tudo pode mudar de um momento para o outro, não baixaram o ritmo. Bem pelo contrário. Realizaram uma segunda parte de grande nível que permitiu o avolumar do resultado para números incomuns. De realçar também a atitude defensiva e a exibição do guarda-redes academista, que permitiram aos visitados acabar o encontro sem sofrer qualquer golo.

Os golos foram apontados por André Pinto (3), Bruno Fernandes (2), Fred Saraiva (4) e Pedro Silva.

A Académica de Espinho continua assim na luta pela subida de divisão, e no dia 23 recebe o Cucujães na primeira jornada da segunda volta do Campeonato. No próximo fim-de-semana a Académica de Espinho folga, pois ficou isenta no sorteio da Taça de Portugal.

Resultados

AA Espinho-CART	10-0
Famalicense-Cucujães	8-2
Juventude Pacense-Marco	3-2
Riba D' Ave-Lavra	7-3
CH Carvalhos-EL Azeméis	7-3
Valença-OC Barcelos B	2-1
Infante Sagres-CD Póvoa	10-4

Classificação

	P	J	V	E	D	F-C
Riba D'Ave	29	13	9	2	2	74-42
Valença	29	13	8	5	0	52-30
AA Espinho	28	13	9	1	3	81-44
Infante Sagres	20	13	6	2	5	55-52
EL Azeméis	19	13	6	1	6	57-49
OC Barcelos "B"	19	13	6	1	6	51-47
CH Carvalhos	18	13	6	0	7	53-53
Famalicense	17	13	5	2	6	47-50
CD Póvoa	17	13	5	2	6	54-56
Juventude Pacense	16	13	4	4	5	42-48
CART	16	13	5	1	7	37-66
HC Marco	15	13	4	3	6	49-56
Lavra	13	13	4	1	8	39-55
Cucujães	4	13	1	1	11	40-83

Próxima jornada
(23 de janeiro)
Valença HC-Infante Sagres
CH Carvalhos-OC Barcelos "B"
Riba d'Ave-EL Azeméis
Juventude Pacense-Lavra
Famalicense-HC Marco
AA Espinho-Cucujães
CART-CD Póvoa

Guimarães (do Rio Largo) em "Corrida de Reis"

O atletismo do Rio Largo participou na primeira Corrida dos Reis de Oliveira do Douro (Gaia) realizada no domingo. Cerca de 300 atletas estiverem presentes nesta que foi uma prova de percurso exigente e com condições climatéricas muito adversas. No entanto, o vento e a chuva não impediram que também André Guimarães marcasse a sua presença.

André Guimarães percorreu os oito quilómetros lado-a-lado com Susana Godinho, do Sporting Clube de Portugal, terminando em 19.º lugar da classificação geral, com o tempo de 28 minutos e 33 segundos, sendo o décimo classificado do escalão sénior.

83 anos de serviço público

FUTEBOL – I LIGA

Resultados

V. Guimarães-Arouca 2-2
Académica-Tondela 2-1
Marítimo-Moreirense 5-1
Rio Ave-U. Madeira 1-0
Estoril Praia-Belenenses 2-0
Sporting-Braga 3-2
Boavista-FC Porto 0-5
Nacional-Benfica 1-4
Paços Ferreira-V. Setúbal 2-1

Classificação

	P	J	V	E	D	GM-GS
Sporting	44	17	14	2	1	35-9
FC Porto	40	17	12	4	1	36-10
Benfica	40	17	13	1	3	45-11
Braga	29	17	8	5	4	25-11
Paços Ferreira	28	17	8	4	5	25-18
Rio Ave	25	17	7	4	6	26-24
Arouca	24	17	5	9	3	22-19
V. Guimarães	23	17	6	5	6	22-26
V. Setúbal	22	17	5	7	5	28-30
Marítimo	21	17	6	3	8	26-35
Estoril Praia	20	17	5	5	7	14-19
Belenenses	18	17	4	6	7	20-36
Moreirense	17	17	4	5	8	19-27
Nacional	17	17	4	5	8	17-23
U. Madeira	17	17	4	5	8	10-22
Académica	16	17	4	4	9	16-31
Boavista	10	17	2	4	11	9-27
Tondela	8	17	2	2	13	10-27

Próxima jornada (18.ª - 15 e 18/01/2016)

Sporting-Tondela
Académica-Paços Ferreira
Marítimo-U. Madeira
Estoril Praia-Benfica
Rio Ave-Belenenses
Arouca-Moreirense
Nacional-Braga
V. Guimarães-FC Porto
Boavista-V. Setúbal

II LIGA

Resultados

Oriental-UD Oliveirense 5-2
SC Braga B-Chaves 1-3
Benfica B-Olhanense 2-3
Portimonense-FC Porto B 2-1
Sp. Covilhã-Desp. Aves 0-3
Mafra-Gil Vicente 0-1
Santa Clara-V. Guimarães B 2-0
Farense-Ac. Viseu 1-0
Feirense-Sporting B 2-0
Leixões-Penafiel 1-0
Freamunde-Atlético CP 0-0
Famalicão-Varzim 0-1

Classificação

	P	J	V	E	D	GM-GS
FC Porto B	49	24	15	4	5	53-29
Chaves	43	24	11	10	3	31-20
Feirense	42	24	11	9	4	29-21
Gil Vicente	40	24	11	7	6	30-21
Freamunde	40	24	11	7	6	28-18
Portimonense	39	24	10	9	5	35-30
SC Braga B	37	24	10	7	7	27-24
Sporting B	35	24	10	5	9	29-28
Olhanense	34	24	10	4	10	25-28
Desp. Aves	33	24	9	6	9	26-21
Famalicão	33	24	8	9	7	31-27
Ac. Viseu	32	24	8	8	8	26-30
Atlético CP	32	24	8	8	8	22-21
Santa Clara	31	24	9	4	11	27-28
Varzim	31	24	8	7	9	24-27
Farense	30	24	8	6	10	25-27
V. Guimarães B	30	24	8	6	10	25-30
Leixões	27	24	6	9	9	26-31
Benfica B	27	24	8	3	13	26-36
Sp. Covilhã	26	24	5	11	8	22-32
Penafiel	26	24	6	8	10	23-30
Mafra	24	24	5	9	10	19-23
Oriental	22	24	6	4	14	30-38
UD Oliveirense	17	24	3	8	13	22-41

Próxima jornada - 25.ª (17/01/2016)

Penafiel-Benfica B
Gil Vicente-SC Braga B
Olhanense-Famalicão
UD Oliveirense-Farense
Varzim-Freamunde
Sporting B-Mafra
Ac. Viseu-Portimonense
Atlético CP-Leixões
Desp. Aves-Feirense
Chaves-Sp. Covilhã
V. Guimarães B-Oriental
FC Porto B-Santa Clara

totobola

Concurso dos Orgãos de Informação n.º 04/2016 de 24/01/2016. Prognóstico "Defesa de Espinho", Redacção Desportiva:

1. BENFICA - AROUCA	1
2. P. FERREIRA - SPORTING	2
3. PORTO - MARÍTIMO	1
4. BRAGA - RIO AVE	1
5. MOREIRENSE - ESTORIL	2
6. U. MADEIRA - NACIONAL	X
7. FAMALICÃO - CHAVES	2
8. BRAGA B - AC. VISEU	2
9. LEIXÕES - VARZIM	1
10. PORTIMONENSE - AVES	1
11. AT. MADRID - SEVILHA	1
12. ARSENAL - CHELSEA	1
13. JUVENTUS - ROMA	1

FUTEBOL

CAMPEONATO DISTRITAL AVEIRO
JUNIORES - 1.ª DIVISÃO

Resultados

Estrela Azul-Fiães 1-3
Oliveira Bairro-S. João Ver 0-2
Estarreja-P. Brandão 4-0
Soutelo-Gafanha 0-3
Alba-Arrifanense 1-1
Sp. Espinho-Águeda 6-0
Avanca-Paivense 3-0
Cesarense-Feirense 1-0
Cucujães-U. Lamas ..... a)
a) Adiado

Classificação

	P	J	V	E	D	F-C
Cesarense	41	15	13	2	0	61-8
Feirense	38	15	12	2	1	58-13
Sp. Espinho	36	15	12	0	3	52-17
Avanca	34	15	11	1	3	28-10
Arrifanense	27	15	8	3	4	32-25
Gafanha	25	15	7	4	4	32-23
Oliveira Bairro	24	15	8	0	7	25-17
Cucujães	21	14	6	3	5	31-29
Alba	20	15	6	2	7	26-31
Soutelo	18	15	5	3	7	24-22
S. João Ver	18	15	5	3	7	22-33
U. Lamas	17	14	5	2	7	19-27
Estarreja	16	15	5	1	9	16-29
Águeda	14	15	4	2	9	21-40
Fiães	11	15	3	2	10	23-40
Paivense	11	15	3	2	10	15-36
Estrela Azul	7	15	2	1	12	9-52
P. Brandão	6	15	1	3	11	9-51

Próxima jornada

Cucujães-Fiães
S. João Ver-Estrela Azul
P. Brandão-Oliveira Bairro
Gafanha-Estarreja
Arrifanense-Soutelo
Águeda-Alba
Paivense-Sp. Espinho
(C. Paiva/sábado/15h30)
Feirense-Avanca
U. Lamas-Cesarense

JUVENIS - 1.ª DIVISÃO

Resultados

Soutelo-Feirense 0-1
Lourosa-Gafanha ..... a)
S. João Ver-Oliveira Bairro 3-1
Águeda-Fiães 2-1
Anadia-Alba 5-0
Oliveirense-Sanjoanense 0-3
Avanca-Arouca 3-1
Sp. Espinho-U. Lamas 4-2
Carregosense-Taboeira 0-7
a) Adiado

Classificação

	P	J	V	E	D	F-C
Taboeira	40	15	13	1	1	62-8
Águeda	35	15	11	2	2	38-12
Anadia	33	15	10	3	2	46-13
Feirense	32	15	9	5	1	30-14
Fiães	28	15	9	1	5	47-16
Avanca	27	15	8	3	4	34-16
Lourosa	23	14	7	2	5	29-16
Arouca	23	15	7	2	6	24-23
Alba	22	15	7	1	7	24-34
Sanjoanense	19	15	6	1	8	35-30
Sp. Espinho	18	15	5	3	7	32-25
U. Lamas	18	15	5	3	7	34-35
Oliveirense	17	15	5	2	8	16-34
Oliveira Bairro	13	15	3	4	8	15-38
Gafanha	12	14	3	3	8	16-20
S. João Ver	8	15	2	2	11	13-53
Carregosense	8	15	2	2	11	14-59
Soutelo	5	15	1	2	12	7-70

Próxima jornada

Carregosense-Feirense
Gafanha-Soutelo
Oliveira Bairro-Lourosa
Fiães-S. João Ver
Alba-Águeda
Sanjoanense-Anadia
Arouca-Oliveirense
U. Lamas-Avanca
Taboeira-Sp. Espinho
(Taboeira/domingo/15h)

JUVENIS - 2.ª DIVISÃO - SÉRIE A

Resultados

Sanguedo-P. Brandão ..... a)
Canedo-ADF Anta/Baixinhos 1-4
Lourosa-Vilamaiorense ..... a)
Sp. Silvalde-Fiães 2-1
Argoncilhe-Relâmpago 3-1
Rio Meão-Paivense 1-8
Sp. Espinho-Esmoriz 1-0
a) Adiado

Classificação

	P	J	V	E	D	F-C
ADF Anta/Baixinhos	37	13	12	1	0	89-9
Sp. Espinho	30	13	9	3	1	44-11
Paivense	30	13	9	3	1	51-13
Esmoriz	29	13	9	2	2	48-19
Fiães	24	13	8	0	5	39-18
Canedo	24	13	8	0	5	51-23
Argoncilhe	19	13	6	1	6	30-30
Sp. Silvalde	18	12	6	0	6	22-28
P. Brandão	12	12	3	3	6	23-19
Lourosa	11	12	3	2	7	10-36
Sanguedo	9	11	3	0	8	17-51
Relâmpago	8	13	2	2	9	17-29
Vilamaiorense	4	12	1	1	10	13-62
Rio Meão	0	13	0	0	13	2-108

Próxima jornada

Rio Meão-Sp. Espinho
(Rio Meão/domingo/9h)
Argoncilhe-Paivense
Sp. Silvalde-Relâmpago
(Seara/sábado/9h)
Lourosa-Fiães
Canedo-Vilamaiorense
Sanguedo-ADF Anta/Baixinhos
(Sanguedo/sábado/15h30)
P. Brandão-Esmoriz

JUVENIS - 2.ª DIVISÃO - SÉRIE B

Resultados

Cucujães-P. Brandão 3-2
Unidos Rossas-ADF Anta/Baixinhos 1-2
Tarei-Arrifanense 3-0
Válega-Valecambrense 6-0
S. Vicente Pereira-Bustelo 1-3
S. Roque-Ovarense 1-4
Cesarense-Milheiroense 6-0

Classificação

	P	J	V	E	D	F-C
Cesarense	39	13	13	0	0	90-9
Tarei	36	13	12	0	1	56-7
Bustelo	26	13	8	2	3	42-28
Ovarense	23	13	7	2	4	28-24
ADF Anta/Baixinhos	22	13	6	4	3	20-16
Unidos Rossas	19	13	6	1	6	30-34
Arrifanense	17	13	5	2	6	14-22
S. Vicente Pereira	15	13	4	3	6	28-27
Válega	14	13	4	2	7	25-37
P. Brandão	13	13	4	1	8	18-43
Milheiroense	13	13	4	1	8	18-36
Cucujães	12	13	4	0	9	17-31
S. Roque	10	13	3	1	9	20-45
Valecambrense	4	13	1	1	11	13-60

Classificação

S. Roque-Cesarense
S. Vicente Pereira-Ovarense
Válega-Bustelo
Tarei-Valecambrense
Unidos Rossas-Arrifanense
Cucujães-ADF Anta/Baixinhos
(Cucujães/domingo/9h)
P. Brandão-Milheiroense

INICIADOS - 1.ª DIVISÃO

Resultados

Taboeira-Águeda 0-4
Mealhada-Sp. Espinho ..... a)
Sanjoanense-Arouca 1-10
Bustelo-Paivense 2-3
Gafanha-Geração Paramos 0-1
Beira Mar-Oliveira Bairro 0-1
Oliveirense-U. Lamas 2-0
P. Brandão-Anadia 2-4
ADF Anta/Baixinhos-Feirense 3-1
a) Adiado

Classificação

	P	J	V	E	D	F-C
Sp. Espinho	40	14	13	1	0	47-7
ADF Anta/Baixinhos	34	15	10	4	1	25-10
Anadia	32	15	10	2	3	44-17
Arouca	28	15	9	1	5	41-27
Águeda	28	15	9	1	5	38-28
Mealhada	27	14	7	6	1	27-17
U. Lamas	26	15	8	2	5	17-18
Oliveirense	21	15	5	6	4	25-19
Feirense	21	15	7	0	8	22-21
Oliveira Bairro	19	15	4	7	4	11-12
P. Brandão	19	15	5	4	6	27-26
Geração Paramos	17	15	4	5	6	21-20
Gafanha	17	15	5	2	8	22-28
Bustelo	17	15	5	2	8	22-32
Paivense	9	15	2	3	10	17-36
Sanjoanense	7	15	1	4	10	14-42
Beira Mar	6	15	1	3	11	12-37
Taboeira	6	15	1	3	11	9-44

Próxima jornada

ADF Anta/Baixinhos-Águeda
(Guetim/sábado/11h)
Sp. Espinho-Taboeira
(Espinho/domingo/9h)
Arouca-Mealhada
Paivense-Sanjoanense
Geração Paramos-Bustelo
(Paramos/domingo/9h)
Oliveira Bairro-Gafanha
U. Lamas-Beira Mar
Anadia-Oliveirense
Feirense-P. Brandão

INICIADOS - 2.ª DIVISÃO - SÉRIE A

Resultados

U. Lamas-Sp. Espinho 0-2
Sanguedo-Vale ..... a)
Argoncilhe-Geração Paramos 1-2
Canedo-Vilamaiorense 0-5
Fiães-S. João Ver 1-2
ADF Anta/Baixinhos-Lourosa 0-4
Folgou o P. Brandão
a) Adiado

Classificação

	P	J	V	E	D	F-C
Lourosa	33	12	11	0	1	51-6
S. João Ver	27	12	8	3	1	34-10
Argoncilhe	26	12	8	2	2	49-18
Fiães	25	12	8	1	3	40-15
Vilamaiorense	25	12	8	1	3	48-14
ADF Anta/Baixinhos	22	12	7	1	4	27-18
Sp. Espinho	16	12	4	4	4	29-22
Sanguedo	10	11	3	1	7	22-37
Geração Paramos	10	12	3	1	8	15-45
U. Lamas	10	12	3	1	8	13-31
Canedo	7	12	2	1	9	11-53
P. Brandão	7	12	2	1	9	13-39
Vale	4	11	1	1	9	7-51

Próxima jornada

ADF Anta/Baixinhos-P. Brandão
(Guetim/sábado/9h)
Fiães-Lourosa
Canedo-S. João Ver
Argoncilhe-Vilamaiorense
Sanguedo-Geração Paramos
(Sanguedo/domingo/11h)
U. Lamas-Vale
Folga o Sp. Espinho

INICIADOS - 2.ª DIVISÃO - SÉRIE B

Resultados

Fiães-Mosteirô 0-1
Milheiroense-Vilamaiorense 1-0
Arouca-Feirense 1-7
Arrifanense-Fermedo 2-0
ADF Anta/Baixinhos-Sanjoanense 4-1
Folgaram o Cesarense e o Cortegaça

Classificação

	P	J	V	E	D	F-C
Cesarense	31	11	10	1	0	56-7
Feirense	26	11	8	2	1	34-6
Arrifanense	22	11	7	1	3	26-18
Fermedo	20	11	6	2	3	20-21
Cortegaça	20	11	6	2	3	20-13
Sanjoanense	20	11	6	2	3	33-15
Milheiroense	15	11	4	3	4	10-13
Fiães	12	11	4	0	7	16-25
ADF Anta/Baixinhos	11	11	3	2	6	11-21
Mosteirô	7	11	2	1	8	10-39
Vilamaiorense	4	11	1	1	9	14-45
Arouca	1	11	0	1	10	7-34

Próxima jornada

ADF Anta/Baixinhos-Cesarense
(Guetim/sábado/11h)
Arrifanense-Sanjoanense
Arouca-Fermedo
Milheiroense-Feirense
Cortegaça-Vilamaiorense
Folgam o Fiães e o Mosteirô

INFANTIS A - GRUPO 1 - SÉRIE A

Resultados

ADF Anta/Baixinhos-Sanguedo 17-0
Sp. Espinho-Lourosa 2-1
Fiães-Paivense 0-0
U. Lamas-P. Brandão 2-1
S. João Ver-Vilamaiorense 0-2
Classificação

	P	J	V	E	D	F-C
ADF Anta/Baixinhos	36	12	12	0	0	89-7
U. Lamas	30	12	10	0	2	53-18
Sp. Espinho	22	12	7	1	4	42-34
Lourosa	20	12	6	2	4	29-17
S. João Ver	19	12	6	1	5	34-32
P. Brandão	16	12	5	1	6	32-30
Vilamaiorense	15	12	5	0	7	27-30
Fiães	11	12	3	2	7	32-29
Paivense	7	12	2	1	9	35-42
Sanguedo	0	12	0	0	12	3-137

Próxima jornada

Paivense-ADF Anta/Baixinhos
(C. Paiva/sábado/9h)
Sanguedo-Sp. Espinho
(Sanguedo/sábado/9h)
Vilamaiorense-Lourosa
P. Brandão-Fiães
S. João Ver-U. Lamas

INFANTIS A - GRUPO 2 - SÉRIE A

Resultados

ADF Anta/Baixinhos-Argoncilhe 12-0
Sp. Espinho-Fiães 1-0
Vilamaiorense-U. Lamas 1-16
Canedo-Rio Meão 12-0

Classificação

	P	J	V	E	D	F-C
U. Lamas	36	12	12	0	0	87-13
Sp. Espinho	24	12	7	3	2	52-26
ADF Anta/Baixinhos	23	12	7	2	3	58-22
Fiães	18	12	6	0	6	43-45
Vilamaiorense	17	12	5	2	5	33-42
Canedo	16	12	5	1	6	45-31
Argoncilhe	6	12	2	0	10	27-64
Rio Meão	0	12	0	0	12	8-110

Próxima jornada

Canedo-ADF Anta/Baixinhos
(Canedo/sábado/9h)
Argoncilhe-Sp. Espinho
(Argoncilhe/sábado/9h)
Fiães-Vilamaiorense
Rio Meão-U. Lamas

INFANTIS B - GRUPO 1 - SÉRIE A

Resultados

ADF Anta/Baixinhos-S. João Ver 4-0
Sp. Espinho-Cortegaça 5-0
U. Lamas-Esmoriz 0-5
Fiães-P. Brandão 3-1
Lourosa-Vilamaiorense 3-5

Classificação

	P	J	V	E	D	F-C
Vilamaiorense	33	12	11	0	1	54-18
ADF Anta/Baixinhos	29	12	9	2	1	57-17
Fiães	24	12	7	3	2	42-23
Esmoriz	19	12	6	1	5	30-32
Lourosa	17	12	5	2	5	33-28
Sp. Espinho	17	12	5	2	5	33-28
U. Lamas	13	12	4	1	7	18-31
S. João Ver	10	12	3	1	8	16-30
P. Brandão	8	12	2	2	8	12-36
Cortegaça	3	12	1	0	11	12-64

Próxima jornada

Esmoriz-ADF Anta/Baixinhos
(Esmoriz/sábado/10h15)
S. João Ver-Sp. Espinho
(SJ Ver/sábado/9h)
Vilamaiorense-Cortegaça
P. Brandão-U. Lamas
Lourosa-Fiães

INFANTIS B - GRUPO 2 - SÉRIE A

Resultados

Vilamaiorense-ADF Anta/Baixinhos 2-3
Sanguedo-Sp. Espinho 2-2
Folgou o Fiães

Classificação

	P	J	V	E	D	F-C
ADF Anta/Baixinhos	19	8	6	1	1	28-12
Fiães	11	7	3	2	2	20-15
Sp. Espinho	10	7	3	1	3	25-17
Sanguedo	7	7	2	1	4	13-30
Vilamaiorense	4	7	1	1	5	10-22

Próxima jornada

Sp. Espinho-Vilamaiorense
(Espinho/sábado/10h15)
Fiães-Sanguedo
Folga a ADF Anta/Baixinhos

BENJAMINS A - SÉRIE A

Resultados

Lourosa-ADF Anta/Baixinhos 0-4
Paivense-Sp. Espinho 0-4
Vilamaiorense-Fiães 0-9
Argoncilhe-Canedo 1-4

Classificação

	P	J	V	E	D	F-C
Fiães	30	11	10	0	1	154-7
Sp. Espinho	25	11	8	1	2	44-16
Paivense	24	11	8	0	3	68-21
Vilamaiorense	17	11	5	2	4	55-37
ADF Anta/Baixinhos	16	11	5	1	5	29-58
Canedo	9	11	3	0	8	11-93
Lourosa	4	11	1	1	9	11-55
Argoncilhe	4	11	1	1	9	12-97

Próxima jornada

ADF Anta/Baixinhos-Argoncilhe
(Cassufas/sábado/14h15)
Sp. Espinho-Lourosa
(Espinho/sábado/14h15)
Fiães-Paivense
Canedo-Vilamaiorense

BENJAMINS A - SÉRIE B

Resultados

P. Brandão-ADF Anta/Baixinhos 0-5
U. Lamas-Lourosa 1-5
Sp. Espinho-Esmoriz 0-3
Fiães-S. João Ver 4-2

Classificação

	P	J	V	E	D	F-C
ADF Anta/Baixinhos	33	11	11	0	0	62-1
P. Brandão	25	11	8	1	2	41-26
Lourosa	21	11	7	0	4	38-22
S. João Ver	14	11	4	2	5	28-27
Fiães	13	11	4	1	6	35-39
Esmoriz	13	11	4	1	6	23-32
U. Lamas	9	11	3	0	8	24-45
Sp. Espinho	1	11	0	1	10	12-71

Próxima jornada

ADF Anta/Baixinhos-Fiães
(Cassufas/sábado/14h15)
Lourosa-P. Brandão
Esmoriz-U. Lamas
S. João Ver-Sp. Espinho
(SJ Ver/sábado/14h15)

BENJAMINS B - SÉRIE A

Resultados

Sanguedo-ADF Anta/Baixinhos 2-1
Vilamaiorense-Sp. Espinho 1-3
Lourosa-U. Lamas 5-1
Folgou o Fiães

Classificação

	P	J	V	E	D	F-C
Lourosa	27	9	9	0	0	68-7
ADF Anta/Baixinhos	18	10	6	0	4	28-23
Sp. Espinho	18	9	6	0	3	37-18
Sanguedo	16	9	5	1	3	18-18
Vilamaiorense	7	10	2	1	7	12-49
U. Lamas	7	10	2	1	7	10-32
Fiães	4	9	1	1	7	9-35

Próxima jornada

ADF Anta/Baixinhos-Lourosa
(Cassufas/sábado/11h30)
Sp. Espinho-Sanguedo
(Espinho/sábado/11h30)
Fiães-Vilamaiorense
Folga o U. Lamas

BENJAMINS B - SÉRIE B

Resultados

P. Brandão-ADF Anta/Baixinhos 1-4
S. João Ver-Esmoriz 6-0
Fiães-Salesianos Arouca 5-1
Folgou a Esc. Rui Dolores

Classificação

	P	J	V	E	D	F-C
ADF Anta/Baixinhos	30	10	10	0	0	71-12
Fiães	24	9	8	0	1	64-12
Salesianos Arouca	16	10	5	1	4	35-26
S. João Ver	10	10	3	1	6	36-48
Esc. Rui Dolores	9	9	3	0	6	18-36
P. Brandão	9	9	3	0	6	20-35
Esmoriz	0	9	0	0	9	6-81

Próxima jornada

ADF Anta/Baixinhos-Fiães
(Cassufas(sábado/11h30)
Esmoriz-P. Brandão
Esc. Rui Dolores-S. João Ver
Folga o Salesianos Arouca

TRAQUINAS A - SÉRIE A

Resultados

Canedo-ADF Anta/Baixinhos 3-8
Sanguedo-Fiães 9-0
Vilamaiorense-Sp. Espinho 1-3
Folgou o Lourosa

Classificação

	P	J	V	E	D	F-C
Lourosa	25	9	8	1	0	56-6
Sp. Espinho	22	10	7	1	2	32-10
ADF Anta/Baixinhos	19	10	6	1	3	35-28
Vilamaiorense	18	9	6	0	3	55-15
Sanguedo	10	10	3	1	6	24-35
Fiães	1	9	0	1	8	8-66
Canedo	1	9	0	1	8	11-61

Próxima jornada

ADF Anta/Baixinhos-Vilamaiorense
(Cassufas/sábado/11h30)
Fiães-Canedo
Lourosa-Sanguedo
Folga o Sp. Espinho

TRAQUINAS A - SÉRIE B

Resultados

P. Brandão-ADF Anta/Baixinhos 1-3
Salesiano Arouca-S. João Ver 9-2
Fiães-Esc. Rui Dolores 10-0
Folgou o Fermedo

Classificação

	P	J	V	E	D	F-C
ADF Anta/Baixinhos	28	10	9	1	0	68-8
Fiães	28	10	9	1	0	83-10
P. Brandão	15	9	5	0	4	36-26
Salesiano Arouca	15	9	5	0	4	43-28
Esc. Rui Dolores	4	9	1	1	7	9-75
S. João Ver	4	10	1	1	8	17-73
Fermedo	3	9	1	0	8	16-52

Próxima jornada

ADF Anta/Baixinhos-Fermedo
(Cassufas/sábado/11h30)
S. João Ver-P. Brandão
Esc. Rui Dolores-Salesiano Arouca
Folga o Fiães

TRAQUINAS B - SÉRIE A

Resultados

Salesiano Arouca-P. Brandão 1-4
Arrifanense-Vilamaiorense 3-1
Lourosa-Esc. Rui Dolores 5-2
ADF Anta/Baixinhos-Feirense 4-2

Classificação

	P	J	V	E	D	F-C
ADF Anta/Baixinhos	27	9	9	0	0	60-18
Feirense	21	9	7	0	2	51-12
Lourosa	18	9	6	0	3	28-17
P. Brandão	18	9	6	0	3	60-17
Salesiano Arouca	9	9	3	0	6	19-48
Vilamaiorense	6	9	2	0	7	13-28
Esc. Rui Dolores	6	9	2	0	7	22-53
Arrifanense	3	9	1	0	8	9-69

Próxima jornada

P. Brandão-Lourosa
Arrifanense-Salesiano Arouca
Esc. Rui Dolores-ADF Anta/Baixinhos
(Travanca/sábado/11h30)
Feirense-Vilamaiorense

TRAQUINAS B - SÉRIE B

Resultados

Milheiroense-Sanjoanense 0-31
ADF Anta/Baixinhos-Oliveirense 2-3
Avanca-Fajões ..... a)
Folgou o Estarreja
a) Adiado

Classificação

	P	J	V	E	D	F-C
Sanjoanense	21	8	7	0	1	80-14
Oliveirense	21	8	7	0	1	69-14
ADF Anta/Baixinhos	18	8	6	0	2	48-14
Estarreja	9	7	3	0	4	37-31
Avanca	6	6	2	0	4	26-34
Fajões	3	7	1	0	6	11-44
Milheiroense	0	8	0	0	8	8-128

Próxima jornada

Sanjoanense-ADF Anta/Baixinhos
(SJ Madeira/sábado/10h15)
Estarreja-Milheiroense
Oliveirense-Avanca
Folga o Fajões

Infantis tigres empatam em Sanguedo

A equipa de futebol do Sporting Clube de Espinho/Marfoot de infantis B foi a Sanguedo empatar com a equipa local a dois golos.

Um jogo difícil não pelo valor entre equipas mas sim pelas condições do campo – pelado com dimensões muito reduzidas e completamente cheio de água.

A equipa teve algumas dificuldades e foi com algum custo que conseguiu empatar. No entanto, o objetivo tem sido conseguido: dar tempo e jogo para que os alunos possam evoluir dentro de uma competição à medida.

SC Espinho/AC Marfoot: Ricardo, Rafael, Sérgio C., Bernardo, Simão, Zé Miguel e Torres.

Juvenis do Sporting de Espinho melhores

A equipa de futebol de juvenis do Sporting Clube de Espinho bateu o União de Lamas por 4-2 em encontro a contar para o Campeonato Distrital da 1.ª Divisão.

Não foi um jogo fácil para qualquer das equipas em campo, mesmo incluindo a de arbitragem, porque estava uma manhã de muito mau tempo.

O Sporting Clube de Espinho demorou a entrar no jogo e só à passagem dos dez minutos é que começou a equilibrar a partida perante um União de Lamas que apostava no futebol direto enquanto os donos da casa tentavam sair a jogar em ataque organizado, embora com algumas dificuldades porque o estado do tempo dificultava e muito esse tipo de jogo. No entanto, lentamente os donos da casa foram tomando conta do jogo, abrindo o ativo a meio da primeira parte, para antes do intervalo ampliar para duas bolas a zero resultado com que terminou a primeira metade.

Regressados para a segunda parte, os tigres, motivados pelo resultado positivo do primeiro tempo continuaram senhores do jogo e com relativa facilidade chegaram aos três a zero.

A perder, o União de Lamas não desistia de lutar e na transformação de uma bola parada reduzia para três a um, para passados alguns minutos, num balão à baliza do Sporting de Espinho fazer os três a dois. O conjunto da casa acusou o golo sofrido passando por alguns minutos de desnorte até que volta a tomar conta do jogo marcando mais um golo, estabelecendo o resultado final em quatro bolas a duas, vencendo com todo o mérito um União de Lamas que vendeu cara a derrota.

Quanto à terceira equipa, a de arbitragem, alguns erros sem interferência no resultado final, num jogo em que o mau tempo não ajudou a um trabalho perfeito e ao mesmo tempo salientar que o seu trabalho foi muito facilitado pela correção que os dois conjuntos tiveram em campo.

Sporting de Espinho, 4
União de Lamas, 2

Jogo no Parque Desportivo do Sporting Clube de Espinho. Árbitro: Carlos Novais (AF Aveiro). Árbitros assistentes: Mário Pinto e Paulo Cardoso.

Sporting Clube de Espinho – Diogo Barbosa; Leonardo Rocha, Eduardo Ferreira (cap.), Diogo Magalhães e Tiago Oliveira; João Paulo, Bruno Cardoso e Miguel Castro; Francisco Vieira, Nelson Maganinho e André Pinhal.

Jogaram ainda: Simão Fernandes, João Guilherme e Sandro Oliveira.

Não utilizados: Pedro Lemos, João Moreira e Antero Gonçalves.

Treinador: Ivan Santos.

Treinador adjunto: Diogo Silva.

Clube de Futebol União de Lamas – Luís Amorim; Corneliu Barbian, Bruno Balona, Miguel Amorim e Manuel Gomes (cap.); Simão Lopes, Ricardo Rosas e Francisco Bastos; Bernardo Pinho, Bruno Gregório e João Pinto.

Jogaram ainda: Miguel Costa, Luis Fontes e Leandro Pinto.

Não utilizados: Manuel Silva, João Soares e Victor Santo. Treinador: Élio Almeida.

Marcadores: André Pinhal (2 golos), Nelson Maganinho e Miguel Castro; Miguel Amorim e João Pinto.

Disciplina: cartão amarelo a Diogo Barbosa, André Pinhal, Miguel Castro, Sandro Oliveira e Nelson Maganinho; João Pinto.

Manuel de Magalhães

Futsal da Novasemente vence Lourosa em Iniciados

No sábado, a equipa de futsal de Iniciados do Novasemente que disputa o Campeonato Distrital de Aveiro recebeu e goleou o Lourosa por 6-2. Os sementinhas, liderados por Diana Rosadas, fizeram um jogo brilhante, e conseguiram conquistar três preciosos pontos que fizeram com que subissem mais um lugar na classificação.

As seniores B deslocaram-se até Aveiro para defrontar a Casa do Benfica e perderam por 5-3. Foi um resultado injusto para as espinhenses que, ao intervalo, estavam a vencer por 1-2. No entanto, na segunda metade do jogo, a sorte sorriu à formação da casa que acabou por vencer mesmo no final da partida.

Iniciados – Simão; Bruno (cap,, 1 golo), Kalu, Vieira (3), Ricardo, Diogo, Gonçalo, Félix (1), Nocas (1), Igor, Bernardo e Paulo. Equipa técnica: Diana Rosadas, Fabiana Pereira e José Vieira.

Seniores B – Sónia; Filipa (2 golos), Minga, Cristiana, Cabral, Diana, Liliana Baptista (cap.), Liliana Silva (1) e Fabiana. Treinador: José Vieira. Delegado: Nuno.

Leões Bairristas e Ronda empatam no futebol popular

Apesar de terem empatado (1-1) com a equipa do Desportivo da Ponte de Anta, os Leões Bairristas conseguiram manter a liderança da 1.ª Divisão do Campeonato de Futebol Popular do Concelho de Espinho. O seu mais próximo adversário à conquista do primeiro lugar, o Grupo Desportivo da Ronda, também empatou (3-3) com a Juventude dos Outeiros. O Grupo Desportivo dos Outeiros e os Magos de Anta aproveitaram esta oportunidade para se aproximarem do topo ao vencerem os respetivos encontros.

1.ª DIVISÃO

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

Classificação

	P	J	V	E	D	F-C
Leões Bairristas	23	9	7	2	0	27-11
GD Ronda	22	10	7	1	2	29-16
GD Outeiros	19	10	6	1	3	17-13
Magos Anta	18	10	6	0	4	21-16
Rio Largo	18	10	5	3	2	15-15
Quinta Paramos	16	9	5	1	3	19-11
Desportivo P. Anta	14	10	4	2	4	19-17
Águias Paramos	12	9	3	3	3	15-11
Novasemente	11	10	3	2	5	17-19
Juventude Outeiros	11	10	2	5	3	16-14
Cantinho Ramboia	9	10	2	3	5	8-21
Corga Silvalde	9	10	2	3	5	14-18
Cruzeiro Silvalde	7	9	2	1	6	8-18
Estrelas Vermelhas	1	10	0	1	9	8-33

Próxima jornada
(30 e 31 de janeiro)

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

Melhores marcadores

Miguel Oliveira (Leões Bairristas) 14
Luciano Silva (GD Ronda) 13

2.ª DIVISÃO

Império Anta-GD Idanha 0-0
Morgados Paramos-Juv. Estrada 1-3
Bairro Ponte Anta-AD Guetim 3-3
Águias Anta-Estrelas Ponte Anta 2-1
Estrelas Divisão-Associação Esmojães0-1
Desportivo Regresso-Aldeia Nova ... 5-3
Folgou a Lomba Paramos

Classificação

	P	J	V	E	D	F-C
Águias Anta	25	9	8	1	0	24-7
Império Anta	21	10	6	3	1	12-3
Assoc. Esmojães	17	9	5	2	2	15-10
Estrelas P. Anta	15	9	4	3	2	17-11
Juventude Estrada	14	10	4	2	4	16-21
GD Idanha	13	9	3	4	2	7-7
Morgados Paramos	13	10	4	1	5	12-13
Bairro Ponte Anta	12	9	3	3	3	13-15
Desp. Regresso	11	9	3	2	4	11-14
AD Guetim	11	9	3	2	4	17-16
Aldeia Nova	10	9	3	1	5	18-23
Estrelas Divisão	3	9	1	0	8	8-21
Lomba Paramos	2	9	0	2	7	12-21

Próxima jornada
(30 e 31 de janeiro)

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

Melhores marcadores

Simão Alves (Águias Anta) 7
Fábio Sousa (Juventude Estrada) 7

Manuel Proença

Empate dos traquinas da Academia Marfoot

A equipa de futebol de traquinas B da Academia Marfoot empatou (1-1) com a Academia Futebol Talentos, em jogo da primeira jornada da segunda fase da Liga Carlos Alberto. Um bom jogo de futebol onde a AC Marfoot foi superior a equipa adversária. Com o 1-0 na primeira parte a equipa silvaldense podia ter feito mais golos mas não conseguiu juntar a jogada a finalização.

Na segunda parte, mesmo acabar, a equipa adversária marcou. Um resultado injusto!

Os alunos Marfoot estão no bom caminho e a ter em conta o facto de ser o primeiro ano a praticar futebol 7 as indicações na sua evolução são as melhores.

Eis a constituição da equipa Marfoot:

Tomás; Léo, Guilherme, Filipe, Bruno, Rodrigo Silva, Gonçalo Monteiro, Tomás e Martim.

Treinador: Bruno Silva.

Diretor: Miguel Lacerda.

Fonseca

TECIDOS - MODAS

RUA 19, N.º 275 — Telefone, 22 734 04 13 — ESPINHO

Vende-se ou Aluga-se

ARMAZÉM com área de 350m2

Zona Industrial de Espinho
(frente ao Pintas)

Contatar: **962 673 875**

«Defesa de Espinho» - 4371 – 2016-01-14

SPORTING CLUBE DE PORTUGAL
NÚCLEO DE ESPINHO

Assembleia Geral Extraordinária
Convocatória

Nos termos do art.º 28º dos estatutos do Núcleo Sportinguista de Espinho, convoco a Assembleia Geral Extraordinária, a realizar na Sala **V** do 1º andar do edifício S. Pedro em Espinho no próximo sábado dia 23 de Janeiro de 2016, pelas 17.00 horas com a seguinte ordem de trabalhos:

1. Leitura da acta da assembleia-geral anterior.
2. Apreciação e discussão da actual situação económica do núcleo.
3. Proposta e votação para a cessação da actividade (IVA – IRC) do Núcleo Sportinguista de Espinho.
4. Em caso de aprovação da alínea anterior, apresentação de proposta da nova designação imposta pelo Sporting Clube de Portugal e apresentação e votação dos novos estatutos.
5. Proposta do valor das quotas e sua apreciação e votação.
6. Trinta minutos para análise e qualquer outro assunto de mais interesse para o Núcleo.

Nos termos do art. 28 dos estatutos, se à hora marcada não estiverem presentes mais de metade dos sócios com direito a voto, a Assembleia reunirá meia hora mais tarde, em segunda convocatória, com qualquer número de associados.

Espinho, 10 de janeiro de 2016

O Presidente da Assembleia Geral
(Dr. Francisco Azevedo Brandão)

«Defesa de Espinho» - 4371 – 2016-01-14

Associação Cultural e Recreativa TUNA MUSICAL DE ANTA
Convocatórias

Mário Manuel Pereira de Sousa, Presidente da Mesa da Assembleia Geral da Associação Cultural e Recreativa Tuna Musical de Anta, usando da faculdade que me confere o número 1 do Artigo 20.º dos Estatutos desta Colectividade e cumprindo o consignado nos Artigos 23.º, 24.º e 25.º dos mesmos Estatutos, em complemento com o Regulamento Interno, CONVOCO os Associados para uma Assembleia Geral **Ordinária** e **Extraordinária** a realizar no dia 06 de fevereiro de 2016, pelas 21.00 horas, na Sede Social da Colectividade, sita na Rua Tuna Musical de Anta, n.º 1019, na Vila de Anta, concelho de Espinho, relativo ao Art.º 23.º com a seguinte Ordem de Trabalhos:

1.º - Leitura da Acta da Assembleia-geral anterior. **2.º -** Apreciação e Votação do Relatório e Contas Sociais e Parecer do Conselho Fiscal Relativas ao Exercício do Ano de 2015. **3.º -** Passa de imediato à outra **Convocatória, Art.º 24.º** com a seguinte Ordem de Trabalhos:

1.º - Eleição dos Órgãos Sociais para o Biénio 2016/2017 e tomada de posse dos mesmos. **2.º -** Outros Assuntos de interesse para a Colectividade.

Conforme determina o Artigo 26.º dos Estatutos desta Colectividade, se à hora marcada não se encontrarem presentes a maioria dos sócios, a Assembleia funcionará meia hora depois, com qualquer número de sócios.

Para conhecimento de todos, se passou a presente CONVOCATORIA, e outras de igual teor, que vão ser distribuídos pela Vila de Anta e publicadas nos Jornais do Concelho.

Vila de Anta, aos 06 de Janeiro de 2016

O Presidente da Assembleia Geral,
Mário Manuel Pereira de Sousa

OS NOSSOS CLASSIFICADOS

ADVOGADOS

CERQUEIRA FERNANDES - Advogado - Av.ª 24 n.º 741 s/D 4500-201 Espinho. Tlm. 960151937 - Tel./Fax 227343129 - Tel./Fax 226062116 - E-mail: cerqueira.fernandes@-mail.telepac.pt, 2.as e 4.as das 9 às 15,30 horas.

ALUGA-SE/ARRENDA-SE

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

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

ALUGA-SE PADARIA/PASTELARIA, toda equipada, pronta a funcionar, em Paramos. Contatar: 917254208.

ALUGA-SE CASA em Anta, c/ 2 quartos, sala, cozinha, wc, quintal e anexo (no quintal). Contatar: 962350425.

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

ALUGA-SE no centro de Espinho (perto da Igreja Matriz) estabelecimento com 250 mts. Lugar de garagem. Contatar: 227320340.

ALUGA-SE – Médicos, enfermeiros, fisioterapeutas ou massagistas, alugam-se salas. Estacionamento privativo. Cruzamento da Rua 20 com Rua 3. Para ver ligar 914612000.

SERVIÇOS

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

RESTAURANTE SEARA – Casamentos, batizados, comunhões, festas de aniversário. Todos os tipos de especialidades na brasa. Prato do dia de segunda a sábado. Todas as noites há francesinha. C/ parque para crianças e estacionamento – IC24 (saída de Guetim - Anta). Rua de Cassufas, n.º 201 - Anta – Tlf. 227321300.

OS NOSSOS GRATUITOS

PEDIDOS DE EMPREGO

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

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

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

FARMÁCIAS (Serviço de turnos do concelho de Espinho)

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

Sexta (15)	- HIGIENE	Rua 19, n.º 293 - Espinho - Tel. 227 340 320
Sábado (16)	- GRANDE FARMÁCIA	Rua 8, n.º 1025 - Espinho - Tel. 227 340 092
Domingo (17)	- CONCEIÇÃO	R. S. Tiago, n.º 701 - Silvalde - Tel. 227 311 482
Segunda (18)	- MAIS	Rua 19, n.º 1412 - Anta - Tel. 227 341 409
Terça(19)	- MACHADO	Av.ª Central Sul, 1275 - Paramos - Tel. 227 346 388
Quarta (20)	- DE ANTA	Rua Tuna Musical, 907 - Anta - Tel. 227 341 109
Quinta (21)	- TEIXEIRA . Ctr. Com. Solverde/1	Av.ª 8 - Espinho - Tel. 227 340 352

DEFESA DE ESPINHO
vende-se no
Quiosque do Café Cristal
(Rua 62)

DEFESA DE ESPINHO
vende-se na
Papelaria ABC
(Rua 19)

Telefones úteis

A. Viação Espinho	22 734 12 96
Biblioteca	22 733 58 00
Bomb. V. Espinho	22 734 00 05
Bomb. V. Espinhenses	22 734 00 42
Câmara Municipal	22 733 58 00
Centro de Saúde	22 733 40 20
Cliesp	22 733 04 10
Clínica Costa Verde	22 734 58 85
Clínica N.ª S.ª d'Ajuda	22 734 26 95
Clínica S. Pedro	22 734 47 14
COGE - Clínica Santa Casa	22 733 09 60
Policlínica	22 733 06 40
CTT - Rua 19	22 733 06 31
EDP - Avarias	800 506 506
EDP - Leituras	800 507 507
EDP - Comercial	808 505 505
Estação CP	808 208 208
Fisioclínica	22 731 49 86
Brigada Fiscal	22 734 11 96
Hospital Espinho	22 733 11 30
Hospital V. N. Gaia	22 379 42 11
S. Sebastião (S.M.Feira)	256 37 97 00
Junta Freguesia de Espinho	22 734 44 18
PSP	22 734 00 38
Registo Civil	22 733 20 60
Repartição Finanças	22 733 20 70
Saneam. Básico (avarias)	22 733 58 40
Segurança Social	22 734 19 56
Táxis (Câmara)	22 734 31 67
Táxis (Conc. Espinho)	800 208 202
Táxis Costa Verde	22 734 01 18
Táxis (N.ª Sr.ª d'Ajuda)	22 734 00 10
Táxis União, Lda.	22 734 80 17
Táxis Unidos	22 734 22 32
Táxis Verdemar	22 734 35 00
Tesouraria Fazenda Pública	22 733 20 87
Tribunal	22 733 13 30
Anta	
Assoc. Socorros Mútuos de S. Francisco de Assis de Anta	22 734 01 03
Farmácia	22 734 11 09
Farmácia MAIS	22 734 14 09
Junta Freguesia	22 734 64 53
Lar da 3.ª Idade	22 733 09 00
Unidade de Saúde	22 733 40 60
Táxi	96 652 7887 / 22 732 52 42
Guetim	
Junta Freguesia	22 734 42 26
Paramos	
Centro Social	22 733 08 70
Farmácia	22 734 63 88
Junta Freguesia	22 734 27 10
Reg. Engenharia	22 734 20 23
Unidade de Saúde	22 734 50 01
Silvalde	
Junta Freguesia	22 734 40 17
Unidade Saúde Marinha	22 734 31 01
Unidade Saúde Silvaldinho	22 734 36 42

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

DEFESA DE ESPINHO
Fundado em 27/Março/1932
PROPRIEDADE – EMPES - Empresa de Publicidade de Espinho, Lda.
Matriculada na Conservatória do Registo Comercial de Espinho sob 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; Vítor Lancha; e Manuel José Macedo.

Colunistas
António Duarte Estêvão; André Faria Silva; António Regedor; Arcelina Santiago; Esmeralda Laranjeira; Ferreira de Campos; Francisco Goulão; Joaquim Ribeiro; Jorge Madureira; José Sarmento; Manuel Sancebas; Manuela Aguiar; Margarete Gomes; Marta 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.ª 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.ª 8, 456 - 1.º andar - Sala H
Ap. 39 - 4501-853 ESPINHO Codex
Tlf. 227 319 912 • Tlm. 934 032 770
Fax 227 319 911
Email-defesadeespinho@mail.telepac.pt

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

Tiragem média
3.700 exemplares

Depósito Legal n.º 1604/83

Internet:
www.defesadeespinho.pt

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

O NOSSO ANÚNCIO GRATUITO

PEDIDO DE EMPREGO

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

NOME _____

MORADA _____

_____ TELEF. _____

Gabriel Pinto

Missa do 4.º Aniversário do falecimento

Sua esposa, filhos, noras, genros, netos, bisnetos 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 17, domingo, pelas 19 horas, na Igreja Matriz de Espinho. Desde já agradecem a todos quantos participem na Eucaristia.

Espinho, 14 de janeiro de 2016

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

ANTA - ESPINHO

Eduardo Pereira

Agradecimento e Missa de 7.º Dia

Seus filhos, genros, noras, netas e restante família vêm, por este meio, agradecer a todas as pessoas de suas relações e amizade que tomaram parte no funeral do seu ente querido ou que de outro modo se associaram à sua dor. Comunicam que a missa de 7.º dia será celebrada sexta-feira, dia 15 de janeiro, pelas 19 horas, na Igreja Paroquial de Anta. Desde já agradecem a todos quantos participarem nesta Santa Eucaristia.

A família

Anta, 14 de janeiro de 2016

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

***DVD** para sempre*

As cassetes de vídeo estragam-se

*Salve-as para sempre em **DVD***

*Agora os seus vídeos editados em **DVD***

Carlos Salvador | Reportagens, Fotografia e Vídeo

Rua 19, n.º 198 - 2.º andar • 4500 ESPINHO • Tlm. 918 648 672

Fotógrafo VÍTOR LANCHA

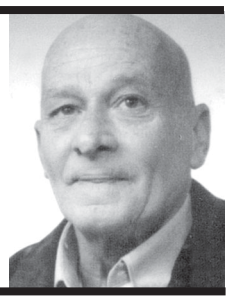
RECORDE SEU PASSADO

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

Contatos: **918 735 306 * 962 788 407**

Ruy Manuel d'Oliveira Pereira

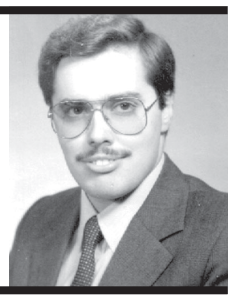
Missa do 2.º Aniversário



Seu irmão, cunhada e sobrinhos vêm comunicar que será celebrada missa por alma do seu ente querido, hoje, quinta-feira, dia 14, pelas 19 horas, na Igreja Matriz de Espinho. Agradecem desde já a quem comparecer.

Dr. António Adrego Pinto

Missa do 32.º Aniversário do falecimento



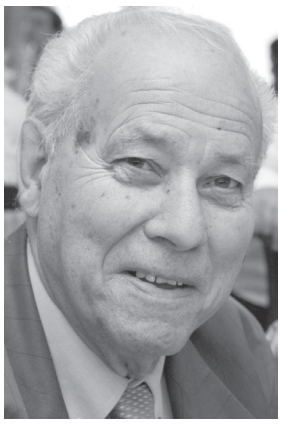
Sua mãe e irmão vêm, por este meio, comunicar às pessoas de suas relações e amizade que será celebrada missa por alma do seu ente querido, dia 20, quarta-feira, pelas 19 horas, na Igreja Matriz de Espinho. Desde já agradecem a todos quantos participem na Eucaristia.

Maria Guiomar dos Santos Adrego Pinto
Prof. Doutor Alberto Adrego Pinto

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

Fernando de Sousa

Missa do 5.º Aniversário do falecimento



Sua filha, genro, netas 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 17, domingo, pelas 19 horas, na Igreja Matriz de Espinho. Desde já agradecem a todos quantos participem na Eucaristia.

Espinho, 14 de janeiro de 2016

Prof.ª Isabel Maria Silva e Sousa Boia
Eng.º António Carlos Soares Boia
Eng.ª Teresa Cristina Sousa Boia
Enf.ª Helena Isabel Sousa Boia

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

Manuel Alves da Silva

Missa do 2.º Aniversário do falecimento

Sua esposa, filhas, filho, genros, nora, 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 20, quarta-feira, às 19,30 horas, na Igreja Paroquial de Guetim.

Desde já agradecem a todos quantos participarem nesta Santa Eucaristia.

A família

Guetim, 14 de janeiro de 2016

D. Maria Clara da Rocha Gomes Pereira Félix

Missa do 12.º Aniversário

"Para sempre nos nossos corações"

Com eterno amor de teus filhos e netas

Será celebrada missa, domingo, dia 17, pelas 11 horas, na Igreja Paroquial de Anta.

Maria Amélia Emília de Sousa

Missa do 1.º Aniversário do falecimento

Seus filhos, noras, genro, netos, bisnetos e restante família vêm comunicar que será celebrada missa por alma do seu ente querido, dia 17, domingo, pelas 19 horas, na Igreja Matriz de Espinho. Desde já agradecem a quem comparecer.

Espinho, 14 de janeiro de 2016

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

Carolina Alves Fernandes

Missa do 10.º Aniversário do falecimento

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

Espinho, 14 de janeiro de 2016

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

Maria da Silva Rocha

20.º Aniversário do seu falecimento

Com profunda saudade, sua família manda celebrar missa de aniversário de falecimento, dia 19, terça-feira, às 19 horas, na Igreja Paroquial de Anta. Desde já agradece a quem comparecer.

ESPINHO (Rua 6, n.º 732)

Maria José dos Santos Belo

Agradecimento

Seus pais, irmã, cunhado e sobrinhos vêm agradecer às pessoas que se dignaram a tomar parte no funeral do seu ente querido e na missa do 7.º dia ou que de outro modo se associaram à sua dor.

Espinho, 14 de janeiro de 2016

Alfredo de Oliveira Belo
Adília da Conceição dos Santos Belo
Ana Rosa dos Santos Belo
José Carlos Ferreira Alves
José Pedro Ferreira Belo
Maria João Ferreira Belo

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

António Duque Nuno

(Ex-Chefe da Estação de Espinho)

Agradecimento e Missa do 7.º Dia

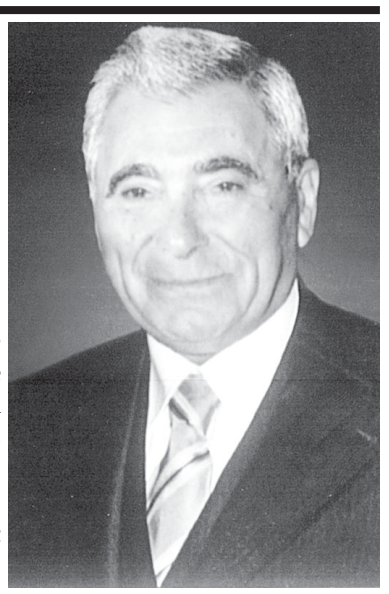
Sua esposa, filhos, noras, netos, sogra e restante família vêm agradecer às pessoas que se dignaram a tomar parte no funeral do seu ente querido ou que de outro modo se associaram à sua dor. Comunicam que a missa do 7.º dia será celebrada amanhã, sexta-feira, pelas 19 horas, na Igreja Matriz de Espinho.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

Espinho, 14 de janeiro de 2016

Maria Olinda Ribeiro Catarino Nuno (Boutique Olinda)
José António Catarino Nuno
Paulo Jorge Catarino Nuno
Maria Fernanda Tavares Guimarães Catarino
Susana da Cruz Agra
Vanessa Sofia Guimarães Nuno
Diogo Guimarães Nuno
Rodrigo Agra Catarino Nuno
Sofia Agra Catarino Nuno
Maria da Conceição Ribeiro

FUNERÁRIA N. S. D'AJUDA – SANCEBAS E LUÍS ALVES - ESPINHO - TEL. 227345129

Manuel Alves Salgueiro



Missa de Aniversário de Nascimento
22/janeiro

Para recordar esta data memorável do seu ente querido, sua esposa e restante família vêm, por este meio, comunicar que será celebrada missa por sua alma, na próxima sexta-feira, dia 22 de janeiro, pelas 19 horas, na Igreja Matriz de Espinho.

Desde já agradecemos a quem comparecer.

A família

Espinho, 14 de janeiro de 2016

...com legenda!

Fotos VÍTOR LANCHA

A chuva intensa (e quase permanente durante alguns dias) transformou a cobertura do enterramento da linha férrea na zona sul da estação, entre a Rua 8 e a Avenida 8 em lago que com o sol deu aspeto de espelho

Perigo na via pública!

Depois do alerta do jornal ***Defesa de Espinho*** na penúltima edição, continua o perigo num ângulo das ruas 27 e 14. Recorde-se que, devido ao embate de uma viatura pesada, o poste de iluminação pública cedeu e o local ficou, entretanto, assim…

O toldo de um estabelecimento comercial da Rua 23 não resistiu à força dos ventos

Palmeira do Parque João de Deus cede à agressividade do tempo

Em Espinho,

a tradição tem um nome

Aipal
desde 1964

Um sinal de trânsito de uma travessa da Rua 21 também de sinal de fragilidade ante os fortes ventos