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
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 84 □ Número 4389 □ Quinta-feira, 19/maio/2016 □ Preço: €0,65 (Incluindo IVA)

Mulher violada

Numa travessa junto ao estádio de futebol

página 9

Passeio de bicicleta nas comemorações do Dia da Freguesia de Espinho - 127 anos

página 3

Nove décadas do Núcleo da Liga dos Combatentes

página 4

"Atratividade, criatividade e inovação" - (fórum) resultados da estratégia do turismo de eventos

página 5

"Mudanças"

Mote para enquadrar todos os eventos das comemorações dos 40 anos da Cerciespinho – semana aberta com exposição fotográfica retrospetiva, atividades inclusivas e seminário "Percursos de Mudança"

páginas 2 e 3

Ronda tem ciclismo veterano

Vitorino Pereira na equipa treinada por Alberto Carvalho

página 14

Duas finais pela frente

Futebol do Sporting de Espinho de "papinho cheio"

página 15

Rui Pedro regressa ao voleibol tigre

Treinador dos seniores e coordenador da formação

página 17

PUB.

"Mudanças"

Foto LÚCIO ALBERTO

Mote para enquadrar todos os eventos das comemorações dos 40 anos da Cerciespinho

A Cerciespinho vai comemorar, durante o ano de 2016, o 40.º aniversário da organização através de um conjunto de eventos que tem como objetivo perspetivar as mudanças internas da organização mas igualmente as mudanças na sociedade, nomeadamente nas políticas públicas sobre os direitos, serviços e metodologias para a intervenção junto de pessoas com deficiência e incapacidade e/ou em situação de exclusão social.

"Pretende-se, analogamente evidenciar as mudanças nas mentalidades e atitudes do público em geral e das entidades relativamente à forma e dimensão da inclusão social destes públicos." Nesta conformidade, "Mudanças" é o tema escolhido para o aniversário. "Mudanças", associado ao slogan das comemorações "Cerciespinho, a construir um mundo melhor há 40 anos," correspondendo ao mote para enquadrar todos os eventos.

Os eventos propostos pretendem fomentar a reflexão sobre as questões, fenómenos e problemáticas da exclusão social, sobre os serviços e respostas às necessidades das pessoas com deficiência e incapacidade e/ou em situação de exclusão social e sobre os modelos atuais e futuros de intervenção. "Os momentos de celebração deste aniversário ambicionam a retratar o presente, interno e externo à organização, enquanto resultante de um processo de mudança que teve início no passado mas igualmente retratar o horizonte do futuro, quer para as organizações quer para a sociedade", dá nota a Cerciespinho. Considerando o percurso realizado, e desta forma integrando o passado como elemento histórico da transformação identificada, a Cerciespinho pretende caraterizar o presente e perspetivar o futuro, numa lógica de movimento e continuidade entre estes.

"A este nível salientamos que a comemoração de um aniversário, individual ou organizacional, remete para um percurso realizado, um caminho executado, salientando-se que a Cerciespinho surge em 1976 como escola de ensino especial e que vai promovendo serviços para responder às necessidades de pessoas com deficiência implementando progressivamente as atividades de pré-profissional, a formação profissional, as oficinas de produção, as atividades ocupacionais, os serviços residenciais, a intervenção precoce, dirigidos a pessoas com deficiência."

Gradualmente abre o leque de serviços, incluindo pessoas com incapacidade, através do apoio domiciliário para idosos, do serviço de cedência de produtos de apoio (camas articuladas, cadeiras de rodas, etc.) para pessoas com dependência e amplia o campo de intervenção através da implementação de serviços dirigidos a pessoas em situação de exclusão social, nomeadamente através do centro comunitário do Bairro da Ponte de Anta, do banco de alimentos e recursos, da intervenção comunitária junto da etnia cigana e, presentemente, nos bairros de habitação social do Concelho. Assim, a organização começou a intervenção com educação, passando à formação, à habilitação, ao cuidar, ao desenvolver, ao capacitar e acima de tudo a incluir pessoas com deficiência e incapacidade e/ou em situação de acentuada exclusão social na sociedade, assegurando os seus direitos.

"Este é o nosso percurso formal, de transformação, inovação e mesmo de mutação nomeadamente, se considerarmos que surgimos para assegurar a educação, através de uma escola de ensino especial para pessoas com deficiência, que foi encerrada em 2012. Os alunos passaram a ser integrados nas escolas públicas e hoje prestamos serviços técnicos especializados às crianças e jovens com deficiência no contexto escolar."

A Cerciespinho reconhece que as alterações internas motivaram muitas alterações na comunidade de Espinho. "A sociedade como um todo modificou muitas das suas formas de pensar e atuar, incluindo a maior abertura à inclusão social de todos os cidadãos, especificamente na consciência que no contexto social e na forma de funcionamento de uma sociedade podem estar as principais barreiras e obstáculos à efetiva inclusão social e plena cidadania. Confirmamos, ainda, que esta mudança é interna e externa à organização."

"Na Cerciespinho verificamos a evolução dos modelos de intervenção médico para paradigmas sociais e recentemente para os modelos de qualidade de vida que identificam que a deficiência não está centrada no indivíduo enquanto incapacidade mas resulta da interação da pessoa com o meio e dos obstáculos no ambiente social." Assim, "hoje é aceite que as organizações e a sociedade têm que integrar as múltiplas diferenças dos seus cidadãos, criando as condições para assegurar a qualidade de vida de todos, adaptando-se às suas necessidades."

Lúcio Alberto

Foto LÚCIO ALBERTO

Da direita para a esquerda (na apresentação do programa comemorativo dos 40 anos da Cerciespinho): Rosa Couto (diretora-geral), Lino Alberto Rodrigues (presidente da Direção), Rita Carvalho (Departamento de Formação Profissional), Sara Martins (Centro de Atividades Ocupacionais), Rita Carvalho (Centro de Formação e de Reabilitação Profissional), Teresa Ramos (Lar Manto de Sonhos) e Vasco Costa (terapeuta ocupacional do Lar Manto de Sonhos), Helena Magalhães (Serviço de Apoio Domiciliário)

"Somos quem somos!" – Campanha Pirilampo Mágico

Com a participação da Cerciespinho, decorre até 29 de maio a Campanha Pirilampo Mágico 2016, encontrando-se por todo o país à venda o pirilampo (2 euros), o pin (1 euro), a caneca (4 euros), a chávena (6 euros), a t-shirt (6 euros) e o saco (2 euros).

Estes produtos permitem às organizações que disponibilizam serviços para as pessoas com deficiência e incapacidade de obterem receitas importantes para o desenvolvimento dos seus projetos e serviços. Mas mais importante é a dinâmica desta campanha, com elevada visibilidade para as necessidades e direitos das pessoas com deficiência.

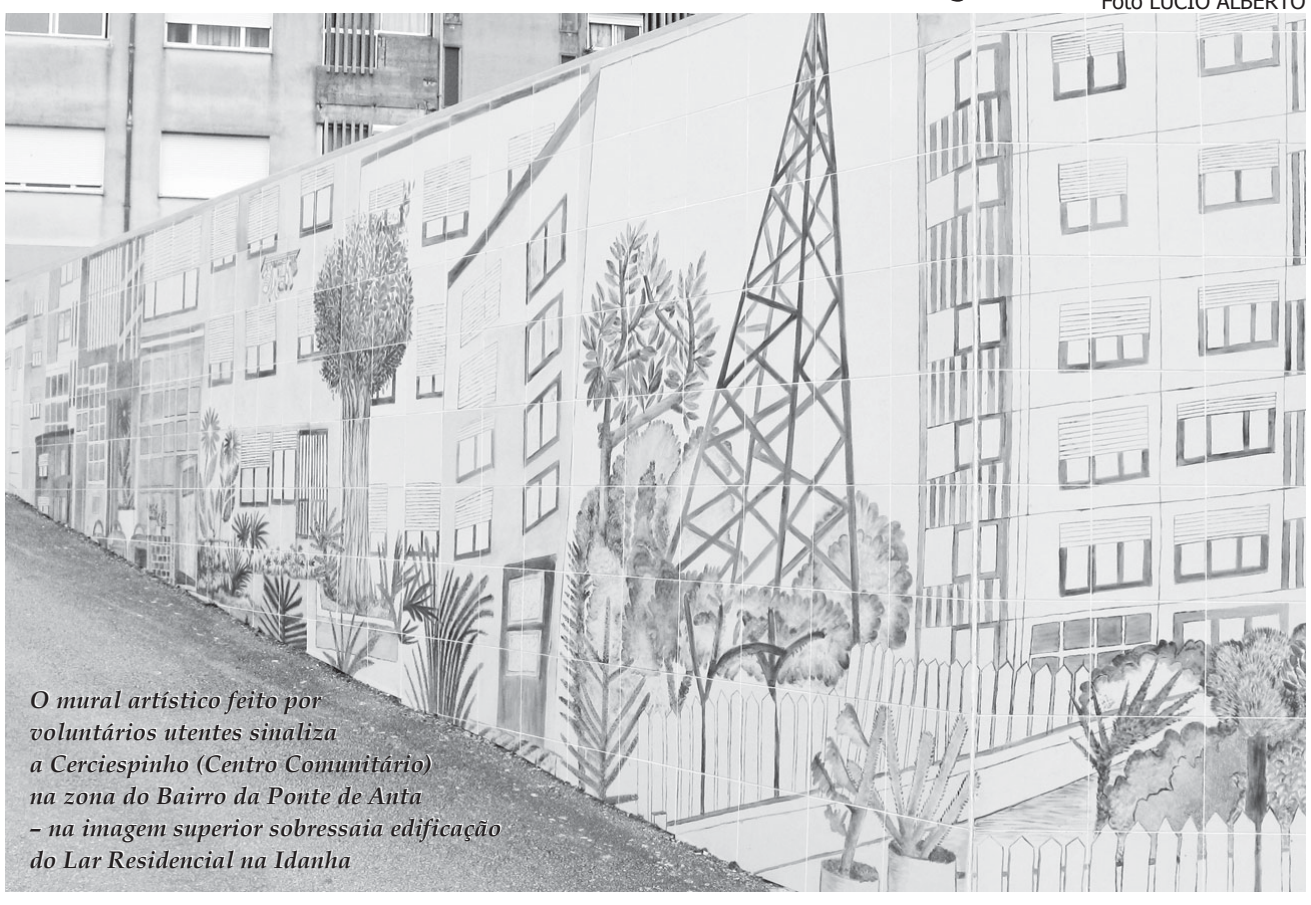
Este é o cerne da Campanha Pirilampo Mágico 2016, expressa no conceito de "Somos quem somos", que reconhece e valoriza a personalidade individual, social e jurídica das pessoas com deficiência.

Semana aberta da Cerciespinho

Foto LÚCIO ALBERTO

Exposição fotográfica retrospetiva, atividades inclusivas e seminário "Percursos de Mudança"

Foto LÚCIO ALBERTO



O mural artístico feito por voluntários utentes sinaliza a Cerciespinho (Centro Comunitário) na zona do Bairro da Ponte de Anta – na imagem superior sobressaia edificação do Lar Residencial na Idanha

No âmbito das comemorações dos seus 40 anos, a Cerciespinho programou uma semana aberta a realizar entre 27 de maio e 5 de junho, integrando uma exposição fotográfica retrospetiva, no Centro Multimeios, atividades inclusivas a decorrer de 30 de maio a 2 de junho nos três polos da Cerciespinho e o seminário "Percursos de Mudança" a acontecer em 3 de junho, no Centro Multimeios.

"A semana aberta visa implicar públicos diferentes nas múltiplas atividades da Cerciespinho fomentando a experimentação, a reflexão e compreensão das atividades mas principalmente das necessidades das pessoas para quem estas atividades se destinam."

No âmbito do seminário, "pretendemos abordar quatro âmbitos da intervenção junto de pessoas com deficiência e em situação de acentuada exclusão social", nomeadamente o educar, habilitar, capacitar e cuidar. "Estes âmbitos correspondem a finalidades de vários serviços quando consideramos as etapas do desenvolvimento das pessoas – crianças, jovens, adultos e idosos." Desta forma, a Cerciespinho deseja destacar a interligação e continuidade das várias áreas dos serviços da Cerciespinho e de outras organizações, proporcionando ao público do seminário "Percursos de Mudança" uma visão da intervenção integrada, contínua e global "que estes públicos necessitam."

Passeio de bicicleta pela frente marítima

Nas comemorações do Dia da Freguesia de Espinho – 127.º aniversário

A Junta de Espinho agendou para as 21h30 deste sábado uma sessão solene, no auditório da autarquia, comemorativa do 127.º aniversário do Dia da Freguesia.

O programa festivo consta igualmente de uma tertúlia a realizar no sábado, às 18 horas, no Café Palácio, sob o tema "História de Espinho", com Armando Bouçon, antecedida de "poesia no jardim", às 15 horas, no Parque João de Deus.

Entretanto, para as 14h30 de sexta-feira está prevista uma ação de limpeza na duna do Mocho.

E na segunda-feira (Dia da Freguesia), hastear das bandeiras na fachada do edifício da autarquia (10 horas); romagem ao cemitério (11 horas); tarde cultural sénior no auditório da Junta (15 horas); missa solene na Igreja Matriz (21h30).

Também no âmbito das comemorações do Dia da Freguesia de Espinho, vai decorrer, no próximo domingo, um passeio de bicicleta pela frente marítima.

Dirigido a todas as idades, o passeio terá início às 10 horas, na Alameda 8, junto à Rua 19. O percurso é de dificuldade reduzida e tem a duração aproximada de 45 minutos. A participação é gratuita e não carece de inscrição.

Organizado pela Junta de Freguesia de Espinho, "esta atividade pretende promover o uso da bicicleta, praticar um desporto saudável e relaxante e simultaneamente fomentar o convívio que esta atividade proporciona, disfrutando de um agradável passeio pela nossa cidade. Venha pedalar connosco, com a sua família e amigos!"

"A bicicleta tem vindo a afirmar-se como um meio de transporte ecológico, eficiente e barato, granjeando a simpatia de um cada vez maior número de pessoas que a utilizam diariamente, para as mais variadas deslocações", dá ainda nota a autarquia presidida por Rui Torres. "A bicicleta constitui ainda uma forma agradável de se praticar exercício físico, exercitando em simultâneo vários grupos musculares e trabalhando de forma exímia a capacidade cardiorrespiratória. Para além disso, continua a mostrar-se uma excelente atividade de lazer, proporcionando ótimos passeios e importantes momentos de convívio. Porém, a deslocação sobre duas rodas requer algumas medidas de segurança e, por isso mesmo, equipamentos que assegurem que cada passeio de bicicleta seja um bom passeio de bicicleta."

Lúcio Alberto

"Conferências do Atlântico"

Com pouca adesão, como lamentou a organização, realizou-se na sexta-feira, no Hotel Praiagolfe, um jantar/debate de "Rejuvenescer Espinho, Rejuvenescer Portugal" e sob o tema "A Educação: formação profissional e tecnológica e as Universidades."

Face à aludida escassez de adesões, a organização equaciona a abdicação da fórmula de jantar-debate, optando apenas por "Conferências do Atlântico" em sessões abertas ao público.

Entretanto, vários dos convidados projetados e anunciados pela organização em conferência de imprensa já manifestaram a sua indisponibilidade, tendo alguns notado que nunca foram ou não foram oportunamente contatados para participarem no dito ciclo de "Conferências do Atlântico".

Minhotos Marotos e Tekos no cartaz da Santa Rita (Grijó)

Irão realizar-se em Grijó os tradicionais festejos religiosos e profanos em honra de Santa Rita.

O programa será encetado na sexta-feira, às 21 horas, com o grupo de dança The Movement e, às 21h30, com a banda Solitários. No sábado haverá tarde desportiva, a partir das 15 horas, e a atuação da banda Minhotos Marotos no lugar da Santa Rita, em Grijó, será às 21h30.

A procissão às 16 horas de domingo, com a participação da Tuna Musical de Anta, será antecedida, às 15 horas, do terço na capela. O programa profano constará, às 21h30, Do espetáculo do grupo Roconorte.

Na segunda-feira, missa às 19 horas e atuação do grupo Top Dance, encerrando o cartaz com os grijoenses Tekos.

"Anta a mexer pelo coração" na manhã de domingo

"Anta a Mexer" vai realizar no próximo domingo a sua 17.ª caminhada, desta vez intitulada "Pelo Coração".

Do programa faz parte uma formação em suporte básico de vida, às 9 horas, com o apoio dos Bombeiros do Concelho de Espinho e a verificação de tensão arterial. Às 10 horas inicia-se a caminhada, que será animada com zumba, body combat, entre outras surpresas. A organização apela "a uma forte adesão dos adultos juntamente com as crianças, fomentando desta forma o hábito pela prática desportiva, desde os primeiros anos de idade. Desta forma evita-se o flagelo da obesidade infantil e adolescente, segundo a OMS".

A prova terá um grau de dificuldade médio/baixo e terá uma distância aproximada de seis quilómetros.

O local de encontro será no Largo da Igreja de Anta, às 10 horas de domingo.

"Gelo" em sessão especial com Gonçalo Galvão Teles

O realizador Gonçalo Galvão Teles apresenta "Gelo" em sessão especial no Centro Multimeios. A longa-metragem, realizada em coautoria com Luís Galvão Teles, é exibida numa sessão especial única em Espinho, nesta sexta-feira, às 21h30. Gonçalo Galvão Teles abre a sessão e está também disponível no final para uma conversa com o público.

"Gelo" estreou em Portugal a 3 de março de 2016 e desenvolve uma narrativa envolvente e inesperada, na qual as vidas de duas mulheres se cruzam nas histórias uma da outra.

Protagonizado pela atriz espanhola Ivana Baquero, o filme conta ainda com os portugueses Afonso Pimentel, Albano Jerónimo, Ivo Canelas, Inês Castelo-Branco, Carlos Santos, João Jesus e Beatriz Leonardo.

Nove décadas

Núcleo de Espinho da Liga dos Combatentes

Foto VÍTOR LANCHA

Fundado em 14 de maio de 1926, o Núcleo de Espinho da Liga dos Combatentes comemorou no sábado (precisamente no dia 14) o nonagésimo aniversário.

"Nesse já longínquo dia", como frisou o atual presidente José Ganilho, foi fundada a Subagência, sendo designados Alfredo Themudo Corte Real como presidente da Assembleia Geral e Alfredo Baptista como presidente da então denominada Delegação de Espinho da Liga dos Combatentes. "Nesta data não havia sede fixa, os trabalhos eram realizados em casa dos elementos diretivos."

No dia 18 de abril de 1970 foi inaugurada a sede da Subagência de Espinho, na Rua 19, no edifício denominado Grémio do Comércio, "cedido graciosamente". Presidiu à inauguração o general Arnaldo Schulz, presidente da Liga dos Combatentes, tendo estado presente, entre muitas entidades militares e civis, Manuel Baião Nunes dos Santos, presidente da Câmara Municipal de Espinho, ao mesmo tempo presidente da SubAgência de Espinho da Liga dos Combatentes.

Depois de sediado no Aparthotel Solverde, o Núcleo de Espinho, presidido então por Manuel da Silva Pinheiro, instalou-se numa sala na Rua 43, local onde o Núcleo se desenvolveu durante trinta anos.

"Em janeiro de 2010, após diligências efetuadas junto da Câmara de Espinho surgiu a oportunidade de nos mudar-nos para o Fórum de Arte e Cultura de Espinho, instalações actuais deste núcleo, com excelentes condições para podermos prestar apoio aos nossos associados na sua maioria do concelho de Espinho", relatou José Ganilho na sessão solene eralçizada na manhã de sábado, no auditório do FACE – Fórum de Arte e Cultura de Espinho, realizada após uma cerimónia de honras militares (e civis) no Largo dos Combatentes.

"Neste dia queremos perpetuar o dinamismo e a coragem demonstrada por esse grupo de combatentes que constituíram a então sub-agência de Espinho da Liga dos Combatentes da Grande Guerra. Quero reconhecer o trabalho e a dedicação das anteriores Direções que deram continuidade a esse ato e que em muito contribuíram para a desenvolvimento do nosso "Núcleo", um dos mais antigos e prestigiados do país e também uma das mais antigas associações do concelho de Espinho."

E num momento de emoção, que antecedeu a entrega de medalhas e diplomas a antigos combatentes no ex-Ultramar, José Ganilho disse o seguinte:

"Dirijo-me agora aos meus Caros camaradas de armas, a quem tal como a mim, a Pátria chamou para cumprir o dever de a defender, mesmo com o sacrifício da própria vida, que graças a Deus não foi necessário, e por isso estamos hoje aqui presentes, para celebrar esta nossa passagem pelas Guerras do Ultramar, simbolizada pela imposição da Medalha Comemorativa das Campanhas. É com um enorme prazer, que realizamos esta cerimónia, singela e com cariz militar, mas de uma enorme importância e emoção, em que se irão impor 21 medalhas comemorativas aos nossos associados combatentes, como parte das comemorações do nonagésimo aniversário do Núcleo de Espinho."

No programa comemorativo da efeméride, que prosseguiu também com discursos do coronel Lucas Hilário, secretário-geral da Liga dos Combatentes, e de Rui Torres, presidente da Junta de Freguesia de Espinho, e de almoço no restaurante "Os Ripolins" em Grijó, participaram ao presidentes das Juntas de Paramos e S. Félix da Marinha, respetivamente Manuel Dias e Carlos Pinto, o representante do Gabinete da Presidência da Camara Municipal de Espinho, Vítor Hugo, e coronel Nelson Couto (comandante do Comando Distrital de Aveiro da GNR), major Bastardo Pinto (Regimento de Engenharia n.º 3), major Fernando Pereira (Aeródromo de Manobra n.º 1 – Maceda – Ovar), o sub-comissário Hugo Rocha (PSP), coronel Santos Pinto (Núcleo do Porto), major Carvalho, (Núcleo de Aveiro), major Vítor Pinto (Núcleo de Oliveira do Bairro), sargento-ajudante Joaquim Cabete (Núcleo de Oliveira de Azeméis) e Horácio Augusto (presidente da Delegação de Espinho da Cruz Vermelha).

Lúcio Alberto

NÚCLEO DO SPORTING CLUBE DE PORTUGAL DE ESPINHO

Toca do Leão – Associação

Sexta-feira - 27-05-2016 – 20 horas – HOTEL PRAIA GOLFE - Espinho

Homenagem aos Sportinguistas Espinhenses

Campeões de Voleibol

FILIPE VITÓ e MIGUEL MAIA

e tomada de posse dos novos Corpos Gerentes e jantar

Reservas
Informações:
22 322 67 45
91 937 94 57

Bilhetes:
Casa Fonseca – Rua 19, n.º 275
Sede do Núcleo - 1.º andar - Sala V
Edifício S. Pedro

Os D.A.M.A no Casino Espinho

Na noite de sábado, o Casino Espinho dá as boas-vindas aos D.A.M.A, um jovem trio de cantores portugueses que alcançaram o sucesso em 2014. As relações humanas e os sentimentos que estas despertam são o foco das letras do grupo e compositores composto por Miguel Coimbra, Francisco M. Pereira (Kasha) e Miguel Cristovinho.

A sonoridade dos D.A.M.A é uma fusão de estilos que sintetiza o espírito dos seus três elementos, resumida num disco descontraído, eclético mas harmonioso, com uma mensagem positiva e sempre actual, onde a Pop e as canções são a essência.

Os D.A.M.A lançaram o seu disco de estreia "Por uma questão de princípio" em 2014.

Concerto da Orquestra Clássica

Sob a batuta do maestro Pedro Neves, a Orquestra Clássica de Espinho e os jovens solistas da Escola Profissional de Música de Espinho atuam

às 21h30 desta sexta-feira, no Auditório da Academia de Música de Espinho.

Tal como tem vindo a acontecer nos últimos anos, a Orquestra Clássica de Espinho apresenta em maio um programa que terá como intérpretes jovens solistas da Escola Profissional de Música de Espinho, os quais, após concurso de seleção para o efeito, usufruirão de uma rara e significativa oportunidade para se apresentarem em concerto com orquestra. A obra central do programa será a Sinfonia nº 38 em Ré M (Praga), de W. A. Mozart.

"Espinho tem atratividade, criatividade e inovação"

Fórum sobre resultados da estratégia do turismo de eventos

O Fórum sobre os resultados da estratégia do turismo de eventos em Espinho, que decorreu no Centro Multimeios de Espinho, serviu de mote para um debate com a participação do presidente do Grupo Solverde, Manuel Violas, o diretor do Hotel Praiagolfe, Hélder Couto e o presidente da Associação Empresarial Viver Espinho, Nunes da Silva.

Durante a apresentação dos resultados da estratégia do turismo de eventos, o vice-presidente da Câmara Municipal de Espinho, Vicente Pinto, começou por dizer que se trata de "uma oportunidade para refletir sobre aquilo que fizemos e criar alguma discussão para as oportunidades de futuro".

Vivente Pinto lembrou que "o turismo de eventos não está acessível a todas as cidades, mas está a Espinho" que tem "uma atratividade que permite organizações, tem criatividade e inovação".

O vice-presidente da Câmara apontou, também, os "produtos e as oportunidades estratégicas" que passam, em seu entender, pela marca "Espinho Surf Destination, Arte Xávega e Feira Semanal", dizendo que nesta última "será necessária uma requalificação e é uma oferta que queremos estruturar com a ajuda dos comerciantes".

No debate que envolveu os agentes locais, o presidente da Solverde, Manuel Violas começou por evidenciar a "forte recuperação destes dois últimos anos" que, em seu entender se devem "aos eventos e animações" promovidos. No entanto, Manuel Violas afirma que "Espinho ainda tem pela frente um longo caminho", referindo-se à requalificação.

O presidente da Solverde sublinhou algumas das mais-valias do concelho, nomeadamente "a qualidade da restauração", devendo-se, para tal "promover um prato de referência" e defendeu a necessidade de se "atrair marcas de renome".

Manuel Violas lembrou todas as valências do concelho de Espinho – "praia, hotelaria, restaurantes, ténis, golfe, campo de aviação e a arte xávega" que devem ser aproveitadas.

Por sua vez, o diretor do Hotel Praiagolfe, Hélder Couto lembrou que "a dinâmica do Porto é diferente" e que "há uma nova realidade" uma vez que "o aeroporto do Porto tem recebido novas rotas".

Também Hélder Couto reconheceu que "Espinho tem sido capaz de fazer mais nos dois últimos anos", que "tem sabido organizar a sua oferta que se tem traduzido na vinda de mais turistas".

Hélder Couto considera que "é importante fazer perdurar o efeito positivo no futuro", devendo "os agentes turísticos associarem-se e trabalharem em cadeia".

Por fim, o presidente da Associação Empresarial Viver Espinho, Nunes da Silva, lembrou que "o comércio tem de adaptar os seus horários de funcionamento e a sua oferta".

Nunes da Silva entende que "os eventos têm trazido benefício para a restauração e bebidas e para o comércio" e que vê em Espinho "um comércio ativo" e, daí com a necessidade de "um horário adequado às necessidades da cidade".

Nunes da Silva considera que "a capacidade da cidade atrair investimento está a melhorar a sua oferta" e reforça a ideia de que "Espinho dispõe de estabelecimentos comerciais que correspondem às necessidades daqueles que nos visitam".

O Fórum sobre os resultados da estratégia do turismo de eventos em Espinho contou, ainda, com mais um debate sobre a oferta formativa de Espinho que teve a participação dos diretores dos agrupamentos de escolas Dr. Manuel Laranjeira e Dr. Manuel Gomes de Almeida, respetivamente, Ana Gabriela Moreira e José Ilídio Sá e o diretor pedagógico da Escola Profissional de Espinho, Américo Costa.

Manuel Proença

O presidente da Assembleia Municipal, Guy Viseu, o vice-presidente da Câmara, Vicente Pinto, Manuel Violas, Nunes da Silva e Hélder Couto

Fotos MÁRIO CALES

O tema oferta formativa de Espinho teve a participação dos diretores dos agrupamentos de escolas Dr. Manuel Laranjeira e Dr. Manuel Gomes de Almeida, respetivamente, Ana Gabriela Moreira e José Ilídio Sá, e do diretor pedagógico da Escola Profissional de Espinho, Américo Costa

Vicente Pinto e Quirino de Jesus em Malta

O vice-presidente da Câmara de Espinho, Vicente Pinto, acompanhado pelo vereador dos Serviços Básicos e Ambiente, Quirino de Jesus, e por técnicos municipais, participaram no terceiro evento do projeto "AC4ACP: Active Citizens for Active Climate Protection", que se realizou em Malta.

O projeto "Active Citizens for Active Climate Protection – AC4ACP" está inserido no âmbito do Programa "Europe For Citizens – Democratic Engagement and Civic Participation que envolve cinco parceiros europeus:

Verein "Energie Zukunft Wagram" (Áustria) – coordenador do projeto; Mestska Cast Praha (República Checa); Local Government Association (Malta); Município de Espinho (Portugal); Agencia Extremeña de la Energía" (Badajoz, Espanha).

Este projeto é totalmente financiado pela União Europeia "Active Citizens for Active Climate Protection – AC4ACP" e visa consciencializar os cidadãos para a problemática das alterações climáticas e dos seus efeitos sobre a economia e sobre a vida quotidiana da população. Procura promover a partilha de boas práticas entre os cidadãos da União Europeia relacionadas com a proteção do clima bem como a divulgação de novas abordagens para baixar os níveis de emissão de carbono

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

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

Captações
Clube Geração Paramos
Segundas e Quartas – INICIADOS 2002 e 2003
Segundas e Quartas – JUVENIS 2000 e 2001
18.30 às 19.45
Terças – PETIZES, TRAQUINAS E BENJAMINS 2006 a 20011 — **18.30 às 19.45**
Complexo Desportivo de Paramos
Formamos Campeões

migas
Programas de Férias de Verão
Inscrições Ano Letivo 2016/2017
Sala de Estudo
Explicações
Festas de Aniversário
Jardim de Infância (Pré-inscrição)
Transporte Personalizado
Programas de Férias de Verão
/migas
915403325
migas | Rua 18, n.º 375 - Espinho
(Antigas Instalações do C.A.T.L.E)

Precisa-se
EMPREGADO (m/f)
c/ alguma experiência para snack-bar em Espinho
Contatar: **966 354 227**

Notas da Paróquia de Espinho

CELEBRAÇÃO JUBILAR DO CENTENÁRIO DA IGREJA DE NOSSA SENHORA DA AJUDA DE ESPINHO – 29 DE JUNHO DE 2016

Depois de se ter anunciado no artigo anterior a data da celebração do centenário da nossa Igreja e evidenciado o amplo sentido do mesmo como festa e evocação, é a hora propícia para apresentar as várias etapas de preparação dessa memorável data, dado que a relevância do acontecimento assim o exige, como o exige a comunidade que se vê e revê, se une e reúne nesta casa comum.

Assim,

No dia 23 de maio, às 21h30, será a abertura das comemorações jubilares com a Celebração da Eucaristia, presidida por D. António Augusto – Bispo Auxiliar do Porto, na Igreja de Espinho.

No dia 3 de junho, às 21h30, primeiro encontro com o tema "Espaços de Transcendência", dinamizados pelo Arq. Nuno Lacerda e Dr. Arnaldo de Pinho, no Centro Pastoral.

No dia 8 de junho, às 21,30, segundo encontro com o tema "Comunicar entre nós", dinamizado pelo Padre António Valério (SJ), no Centro Pastoral.

No dia 17 de junho, às 21h30, terceiro momento com o tema "Ligações entre nós", dinamizado por D. António Augusto – Bispo Auxiliar do Porto, no Centro Pastoral.

No dia 29 de junho, às 21h30, Celebração Jubilar com a Eucaristia presidida por D. António Francisco – Bispo do Porto, na Igreja de Espinho.

Certamente que toda a comunidade viverá estes momentos com a alegria de quem ama a Igreja e a Igreja de Espinho como sua mãe e como sua casa, e, inebriada pela força do Espírito que a chama a testemunhar a sua fé e o seu amor, cantará bem fundo um obrigado por aqueles que, com sacrifício, fé e esperança, ergueram este grandioso monumento, verdadeiro ex-libris da promissora cidade.

A Paróquia de Espinho

Esmeralda Laranjeira

Temas e poemas

FAMÍLIA

A família é viver: uns pelos outros
A família é dar, sem esperar
Abraço que se dá… e vai…
Sobre a terra e além do mar

Na família todos têm lugar…
De braços abertos p'ra quem chega
Abraços que dão força a quem tem que partir
Ajuda e apoio na queda e na subida

Na família é assim que se faz…
Braços fortes para encorajar
Braços que acolhem sem discriminar
Consolam e protegem…
Quem sofre ou se lamenta
Na família é assim que se faz…

É uma corrente unida mão na mão
Uma tribo de mil cores…
Lembra a casa, a simplicidade
É amor que não morre…
Calor de uma lareira, no gelo de um iglu
Abraça o universo… e muito mais…

A família é viver uns pelos outros
A família é dar sem esperar
Abraço que se alarga e vai
Sobre a terra e além do mar
Na família todos têm lugar…

A família é o melhor que podemos ter
Quando as pessoas são felizes sem saber
Quando estão lá para ajudar…
Quando existe uma família e um lar!

A família é o lugar:
Para quem acabou de chegar...
Para poder comer, e para descansar

A família é aquele lugar, onde desejas estar
Depois de viajar ou de trabalhar…

A família é o melhor que podemos ter…
Quando recebes aquele abraço, para te confortar
E alegrar esse coração, magoado ou dilacerado
Por essa saudade, que pouco a pouco te destrói
Por dentro e por fora, a qualquer hora…

CABANA DO QUIM

OPINIÃO

APENAS REFLEXÕES

Jorge Madureira

No lugar onde existia a Cabana do Quim ergueram-se habitações de estrutura sólida, fazendo com que aquele sítio deixasse de ser um terreno inóspito, frequentado, apenas, pelas crianças que para lá se escapavam, nos intervalos da escola.

A Cabana do Quim, nada mais era do que uma velha casa muito engraçada, que não tinha teto nem tinha nada. Eram, precisamente, quatro paredes (ao alto) e uma pequena lareira em pedra, sinal de que a presença humana já tinha usufruído daquelas instalações, que se encontravam, naquele dia, à nossa mercê.

Recordo-me, mais uma vez, de como era típico andarmos com cromos nos bolsos, para as nossas trocas e baldrocas. Num gesto inocente, mas típico do ser humano, de apropriação do espaço e delimitação de território, a primeira coisa que fiz, quando lá me encontrei, foi colar um desses cromos por cima da lareira. Não era uma estampa qualquer, mas uma ilustração do famoso Tio Patinhas envergando um manto e uma coroa de rei. Não sei porquê, achei que ficava lá bem, talvez por ser uma figura "nobre" e de porte distinto. Achei que ficava bem por cima daquela lareira (ou do que dela restava). Alheio às brincadeiras dos colegas, aquela atitude foi uma das minhas primeiras manifestações estéticas, cujo objetivo era restituir alguma dignidade ao "nosso" recém-batizado castelo.

As horas passavam a correr, por entre brincadeiras de capa e espada, sem nunca ninguém colocar em causa o nome atribuído àquela nossa conquista - "Cabana do Quim", de um Quim que ninguém conhecia, até porque nenhum Joaquim existia entre nós. De onde veio aquele nome? Ninguém sabia e ninguém queria saber. Era assim e pouca treta, que quem o pusesse em causa era excluído do grupo.

Quando nos apercebíamos de que o tempo disponível para o intervalo já tinha passado ou "voado", lá descíamos o monte a correr, com cuidado para não escorregar naquelas pedras cobertas de musgo, que os joelhos já estavam bastante arranhados. Saltando e rindo, com o receio de uma reprimenda pelo atraso, entrávamos na escola pela porta "do cavalo", às escondidas, para ninguém nos ver. O nosso objetivo era entrar na sala sorrateiramente, a ver se aquela aventura acabava bem.

Eis senão que, para nosso espanto, surgiu diante de nós a figura "todo-poderosa" do diretor – e eis que, para nossa surpresa, não nos questionou em relação ao atraso e, como se isso não bastasse, colocou-nos na lapela um autocolante comemorativo do Dia da Árvore. Mais surpresos ficámos quando nos apercebemos de que a restante turma não estava na sala de aula, mas numa outra sala devidamente ornamentada, onde um fotógrafo tinha montado o seu equipamento.

Aquele era um dia especial e nós tínhamo-nos esquecido disso – naquele dia, já ninguém se preocupava com os nossos horários de entrada e saída. A escola festejava o Dia da Árvore, mas as verdadeiras árvores eram aquelas sobranceiras à Cabana do Quim, à sombra das quais, minutos antes, tínhamos estado. Foi então que, ao ouvir o meu nome a ser chamado, me sentei na cadeira, endireitei as costas, mãos sobre um livro aberto e o flash do fotógrafo a captar a imagem de um miúdo (aparentemente) bem comportado.

UM BOM PROFESSOR

OPINIÃO

DIALOGAR PARA TODOS

Padre Rodrigo Lynce de Faria

Dar aulas não é o mesmo que expor uma matéria de um modo mais ou menos ordenado. Se fosse somente isso, era suficiente a leitura de bons livros.

Dar aulas é procurar ativamente a aprendizagem dos alunos.

Para consegui-lo, um bom professor tem de estar disposto a esforçar-se a sério. Cuidar pormenores, ter o desejo constante de melhorar, encarar as aulas como aquilo que verdadeiramente são: uma obra de arte!

Por isso, nem sempre aquele que sabe muito é um bom professor.

Quem não sabe nada, nunca o poderá ser – por muito que divirta os alunos! No entanto, saber muito não basta para ser um docente eficaz.

Um bom professor deve estar motivado pela matéria e ser motor da motivação dos seus alunos. Tem de gostar dos alunos e gostar de dar aulas. Amar a sua nobre profissão e fomentar o desejo constante de ajudar os estudantes com os conhecimentos que transmite. Ao preparar as aulas, a aprendizagem dos alunos é o seu objetivo número um. Não é o salário no fim do mês – a que tem justo direito se pôs esforço em ser um bom profissional. Um bom professor não deseja descarregar matéria sobre as cabeças dos educandos e regressar a casa todo contente. O seu anseio é acender uma luz nas suas inteligências. Estimular a arte de pensar com as suas próprias cabeças.

Para alcançar este fim, um bom professor é consciente de que uma aula possui, como qualquer atuação em público, muitos elementos teatrais a que ele deve dar importância: lançamento da voz, presença motivadora, simpatia autêntica, clareza na exposição, amenidade oportuna.

E não se esquece de controlar um fator absolutamente fundamental: o tempo. Sabe que é muito melhor acabar a aula com os alunos encantados do que arrasados.

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)

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; Francisco Azevedo; Manuel José Macedo; Paulo Malheiro; Sara Gomes; Vítor Lancha.

Colunistas
Ana Filipa Félix; André Faria Silva; António Regedor; Arcelina Santiago; Esmeralda Laranjeira; Ferreira de Campos; Francisco Goulão; Joaquim Ribeiro; Jorge Madureira; José Sarmento; Manuel Sancebas; Manuela Aguiar; Marta Pais de Oliveira; Messias Pinto; 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.

Feira das Profissões recebe mais de mil visitantes

Evento do Centro Social de Paramos para "lançar o futuro" de jovens e desempregados

Divulgar e sensibilizar estudantes e população desempregada para a oferta formativa, educativa e profissional existente dentro e fora do concelho, foi o grande objetivo da Feira das Profissões do Centro Social de Paramos que este ano recebeu cerca de 1100 visitantes, em dois dias (11 e 12 de maio) no Centro Multimeios.

A iniciativa, que constituiu uma oportunidade de "lançar o futuro" de jovens e desempregados, contou com a presença de trinta expositores que incluiu escolas, centros de formação, empresas de trabalho temporário, instituições concelhias e entidades civis.

Nas palavras do presidente da Direção do Centro Social de Paramos, "no contexto atual de crise financeira mundial e das consequências sociais que provocou, por um lado, pelo crescimento da exclusão social, elevado desemprego e envelhecimento da população e por outro devido às dificuldades orçamentais dos governos, acreditamos que se torna fundamental o papel das IPSS na resolução de problemas sociais, com vista a dar resposta aos desafios sociais da atualidade."

"Procuramos por isso, e tendo sempre como base as pessoas, gerar o crescimento através de novos comportamentos sociais conseguidos através da sensibilização e prevenção, da procura de soluções e alternativas eficazes, do uso do conhecimento, da criatividade, da especialização, da inovação e do dinamismo", referiu ainda Manuel Costa e Silva.

A Feira das Profissões tornou-ae numa das várias ferramentas que o Centro Social de Paramos usa para se aproximar da comunidade, sensibilizando-a para a procura ativa de emprego, de melhor emprego e para a promoção da qualidade de vida das populações locais.

"Esta é a nossa missão e o Centro Social de Paramos continuará a 'lançar o futuro' da comunidade", registou Manuel Costa e Silva.

Município de Espinho certifica 94 estabelecimentos

No âmbito da campanha de recolha de resíduos recicláveis e orgânicos no setor não residencial

No âmbito da campanha "Aqui Separamos com o Coração" promovida pela Lipor e pelos oito municípios, foram certificados 94 estabelecimentos de Espinho.

Durante a passada semana, os técnicos de educação ambiental visitaram os estabelecimentos aderentes à campanha "Aqui Separamos com o Coração" e, fruto das boas práticas adotadas em termos de separação de resíduos, 94 estabelecimentos receberam o distintivo "Separamos com Sucesso" e um certificado.

O público-alvo da campanha é o setor não residencial (restaurantes, hotéis, cafés, comércio e serviços) e o objetivo é sensibilizar os mesmos, para a separação seletiva de resíduos orgânicos e multimaterial. Faseadamente a campanha está a chegar aos restantes municípios.

Esta Campanha insere-se num conjunto de iniciativas promovidas pela Lipor e seus Municípios associados, no intuito de atingir as metas estabelecidas para o sistema de gestão de resíduos e, consequentemente, aumentar as quantidades de resíduos de embalagem e orgânicos recolhidos e enviados para reciclagem e valorização.

"Aqui separamos com o coração"

O setor não residencial, constituído por restaurantes, hotéis, cafés, comércio e serviços, é responsável pela produção de cerca de 40% dos resíduos recicláveis produzidos a nível nacional.

É urgente dar um destino adequado a estes resíduos. "Aqui Separamos com o Coração" é um projeto da Lipor e dos oito municípios seus associados que pretende sensibilizar os responsáveis por estes estabelecimentos para a importância da separação correta dos resíduos que produzem.

Para além dos momentos de terreno, em que é feito um contacto mais direto e personalizado, a campanha foi pensada para ter algumas peças de comunicação, para exposição pública, que pretendem dar a conhecer aos respetivos clientes as boas práticas assumidas, no que concerne à separação multimaterial e de orgânicos.

Foi também criado um micro site, no qual se pode fazer o acompanhamento da campanha. "Aceda a www.lipor.pt/aquiseparamos e fique a par das novidades!"

Lipor

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

A Lipor trata anualmente cerca de 500 mil toneladas de resíduos urbanos produzidos por um milhão de habitantes. Sustentada nos modernos conceitos de gestão de resíduos sólidos, a Lipor desenvolveu uma estratégia integrada de valorização, tratamento e confinamento dos resíduos sólidos, baseada em três componentes principais: valorização multimaterial, valorização orgânica e valorização energética, complementadas por um aterro sanitário para receção dos rejeitados e de resíduos previamente preparados.

Ao assumir de forma clara que a gestão de resíduos é realizada na ótica do recurso, a Lipor firma todos os esforços na sua valorização mais adequada, abordagem esta que tem por base a projeção de um modelo circular de negócios, e é sustentada por projetos demonstrativos das práticas circulares de suporte. A atuação da organização permite consolidar um posicionamento que se preconiza pela criação de valor no ciclo produtivo, caracterizado pela reintrodução do "resíduo" como "recurso" na cadeia de valor.

Encontro com profissionais na Escola Manuel Laranjeira

O jornal ***Defesa de Espinho***, representado pelo jornalista Manuel Proença, esteve ressente no Encontro com Profissionais, na segunda-feira, na Escola Dr. Manuel Laranjeira.

A iniciativa, integrada na Semana da Educação para o Empreendedorismo e que está também relacionada com o trabalho de orientação vocacional desenvolvido com os alunos do 3º ciclo e destinada a alunos do 9.º ano, tinha como objetivos "proporcionar aos alunos a oportunidade de contactarem com profissionais, aumentando o seu conhecimento sobre as profissões e sobre o mundo do trabalho; sensibilizar para a temática do empreendedorismo (competências de empreendedorismo - comunicação, planeamento, criatividade, trabalho em equipa)".

(Defesa da) SAÚDE

DIA MUNDIAL DO MÉDICO DE FAMÍLIA – 19 DE MAIO

Nos últimos anos temos assistido a uma progressiva mudança na organização dos Cuidados de Saúde, em Portugal e no resto do mundo, que vai de encontro ao reconhecimento da importância de um bom sistema de Cuidados de Saúde Primários.

Os sistemas de saúde assentes numa boa estrutura de Cuidados de Saúde Primários são mais custo-efetivos, apresentam maior equidade e resultam em melhores níveis de saúde e satisfação das populações. Em Portugal, nas últimas décadas têm vindo a ser implementadas reformas de melhoria dos Cuidados de Saúde Primários. Assim, têm surgido novos sistemas de organização e novas nomenclaturas. Os antigos "Postos Médicos das Caixas de Previdência" das décadas de 60 e 70 do século passado, evoluíram para Centros de Saúde integrados, e, mais tarde, para Unidades de Saúde Familiar e Unidades de Cuidados Personalizados de Saúde. Os "médicos da caixa" ou os antigos "clínicos gerais" evoluíram na sua função e nas suas competências para os novos médicos de família.

O conceito de médico de família vai muito além do "médico de clínica geral". A Medicina Geral e Familiar não só é uma especialidade como todas as outras desde o início da década de 80, como se trata de uma das mais desafiantes e uma das que apresentam um plano de formação mais rigoroso.

Mas afinal, na prática, qual a importância e o papel deste novo médico de família e quais as vantagens para os cidadãos desta nova perspetiva nos cuidados de saúde?

Os médicos de família são médicos especialistas formados com base em vários princípios. O médico de família é aquele que pratica uma medicina baseada não apenas nos conhecimentos científicos, mas também no conhecimento que tem da comunidade em que trabalha e das diferentes dimensões que constituem os seus utentes, não apenas a dimensão física, mas também as dimensões psicológica, social, cultural e espiritual. O papel do médico de família estende-se não apenas ao indivíduo, mas à sua família e à comunidade em que estes se inserem.

O médico de família constitui o primeiro contacto do utente com os Cuidados de Saúde, podendo a ele recorrer qualquer pessoa, sem limitações de idade, sexo, etnia ou outras, para a resolução de todos os seus problemas de saúde. Pretende auxiliar na resolução de problemas quer de início recente (agudos), quer já com algum tempo de evolução (doenças crónicas), garantindo uma continuidade de cuidados, isto é, a prestação de cuidados ao longo do tempo, ao longo das diferentes fases da vida. Utiliza de forma eficiente os recursos de saúde através da coordenação de cuidados com outros profissionais no contexto dos Cuidados de Saúde Primários (Nutricionista, Psicólogo ou Assistente Social), bem como através da gestão da interface com outras especialidades, assumindo o papel de "advogado" do doente sempre que necessário, defendendo os seus melhores interesses.

O médico de família deverá compreender a importância do estabelecimento de uma boa relação médico-doente e para isso dominar as competências de comunicação. O médico de família deve fazer a gestão das expectativas do doente, devendo estas serem exploradas, discutidas e negociadas, para que os cuidados prestados sejam mais efetivos e melhor aceites pelo doente. Tal facto é fundamental para a futura adesão terapêutica e para os ganhos em saúde.

É responsável não apenas pela doença, mas também pela promoção de saúde e bem-estar e por diversas atividades preventivas no seio da sua comunidade.

Em conclusão, a atividade do médico de família é fundamental para a saúde da população, sendo um dos esteios dos Cuidados de Saúde Primários e, por conseguinte, do Sistema Nacional de Saúde. Neste Dia Mundial do Médico de Família, pretendemos relembrar a sua importância, focando o seu papel enquanto médico de pessoas e não de doenças.

Sara Miranda
João Couto
(Médicos na Unidade de Saúde Familiar de Espinho)

Hipertensão arterial

Em Portugal, cerca de três milhões de pessoas são hipertensas e a maioria das quais não tem a tensão arterial controlada, uma situação que pode resultar em complicações graves como é o caso do acidente vascular cerebral ou do enfarte agudo do miocárdio.

"As doenças cardiovasculares continuam a ser a principal causa de morte em Portugal e um dos principais fatores de risco destas doenças é, de facto, a hipertensão arterial" revela Severo Torres, coordenador da Unidade de Cardiologia do Hospital Lusíadas Porto. "Por este motivo, é necessário reforçar junto da população a importância do controlo da tensão arterial como forma de prevenção destas doenças. O estilo de vida é determinante na subida dos valores da pressão arterial. Diminuir o consumo de sal e de álcool, não fumar, evitar alimentos salgados ou ricos em gorduras e açúcar e recorrer à prática regular de exercício físico, pelo menos três vezes por semana, podem ser excelentes aliados no controlo da hipertensão arterial, reduzindo o risco de complicações graves."

Embora seja quase sempre assintomática, a hipertensão arterial pode, em alguns casos, manifestar-se através de sintomas como tonturas, visão turva, dores de cabeça, sonolência e falta de ar. A sua causa pode ser desconhecida, sendo classificada como primária ou essencial, ou pode surgir como consequência de, por exemplo, doença renal, perturbações hormonais ou utilização de determinados fármacos.

"O diagnóstico precoce é fundamental, até porque a hipertensão poderá ser reversível se forem identificadas e corrigidas as causas antes e adotadas as medidas terapêuticas adequadas", explica o cardiologista. "Se a doença não for tratada, a pressão arterial elevada pode causar alterações do ritmo do coração e da sua estrutura, contribuindo para o desenvolvimento, a longo prazo, de insuficiência cardíaca. Ao provocar lesões na parede das artérias, aumenta o risco de enfarte agudo do miocárdio e constitui o principal fator de risco para o acidente vascular cerebral."

Hábitos de vida saudáveis são fundamentais para os doentes com lúpus

(Defesa da) SAÚDE

Numa altura em que se debatem diariamente os hábitos de vida saudáveis, o Núcleo de Doenças Autoimunes, da Sociedade Portuguesa de Medicina Interna, lembra que quer para o desenvolvimento da doença, quer para o seu controlo, os hábitos saudáveis como não fumar, ter uma alimentação saudável, praticar exercício físico, manter atividades ao ar livre e evitar ambientes poluídos, são práticas absolutamente fundamentais.

António Marinho, internista, da Unidade de Doenças Autoimunes do Hospital Santo Antóniom no Centro Hospitalar do Portom e coordenador nacional do Núcleo de Doenças Autoimune, realça que estas medidas em conjunto com a evicção da exposição solar (utilizando proteção solar adequa diariamente)e com a toma correta da medicação, são as pedras angulares da terapêutica do lúpus eritematoso sistémico.

O especialista explica ainda que apesar da medicação para o LES ser atualmente muito diversificada e complexa, muitas das falhas terapêuticas se devem à baixa implementação de hábitos de vida saudáveis aliados ao incumprimento terapêutico de medidas básicas, como a toma de suplementos de vitamina D e de hidroxicloroquina, antimalárico com elevada eficácia como imunomodelador no lúpus eritematoso sistémico.

O lúpus é uma doença autoimune, multisistémica e com manifestações muito variadas. O diagnóstico baseia-se normalmente nas características clínicas que são típicas da doença, sobretudo quando consideradas em conjunto. "Estas incluem a erupção cutânea na face, nas bochechas, com a típica distribuição em "asas de borboleta", a inflamação das articulações, a alopecia (queda de cabelo), as aftas, a fotossensibilidade e múltiplos tipos de afeção cutânea relacionadas muitas vezes com a exposição solar. O envolvimento de órgãos internos é na maioria dos casos detetado pelo conjunto de dados obtidos através de uma história clínica e exame físico cuidadosos e simples testes laboratoriais que estão disponíveis na maioria dos laboratórios", refere António Marinho. No entanto, "as manifestações da doença podem surgir ao longo do tempo e por vezes só é possível ter a certeza do diagnóstico após algum tempo de seguimento", defende o internista.

O objetivo do tratamento do lúpus eritematoso sistémico é manter a doença inativa, prevenir as recidivas e minimizar o dano permanente que a doença pode causar, realçando novamente que as terapêuticas para as formas graves, como os corticoides, imunossupressores e biológicos, também provocam dano e a lógica da sua utilização implica também o bom cumprimento das medidas atrás referidas.

"COJE, aqui nasce e cresce a vida com saúde..."

DOENÇA VENOSA NO VERÃO E GRAVIDEZ

"A graça é a beleza em movimento"
– Gotthold Lessing

Cerca de 50 por cento das mulheres em Portugal e na Europa apresentam algum tipo de doença venosa, principalmente varizes. Há ainda uma percentagem muito alta de cerca de 90 por cento de mulheres que desejam tratar além das varizes outros problemas de pele.

Inquéritos revelam que existe até um certo grau de angústia entre as mulheres portuguesas em relação à sua aparência física devido a estes problemas e que isso influência a sua autoestima.

Devido, por um lado, a fatores genéticos e, por outro, à alimentação, poluição e sedentarismo, estes problemas aparecem cada vez mais cedo e afetam a imagem, o que numa sociedade que cada vez mais valoriza a procura da perfeição tem muita importância, inclusive na procura de emprego.

Rugas, cicatrizes, manchas na pele e varizes, ou os chamados "derrames", provocam uma sensação de perda de juventude. As varizes, por aparecerem muitas vezes após a primeira gravidez afetam a autoestima ao atingirem as pernas e as coxas. Por vezes as pacientes hipervalorizam estas situações e o médico deve ter o cuidado de não alimentar exageros nos tratamentos. Há atualmente mais técnicas disponíveis como o laser que ajudam a resolver.

Com o verão à porta, interessa referir que há medidas a tomar no sentido preventivo, como hidratar o organismo, usar protetores solares, evitar exagero da exposição ao sol e recorrer ao médico antes de viagens de longo curso. Água fria faz bem e o exercício ajuda a circulação e tonifica os tecidos.

Se tem varizes e está grávida, deve conversar com o seu médico e, se surgirem problemas, não espere. Com a inovação nas técnicas estéticas os tratamentos tornam-se mais baratos e disponíveis. No entanto, a falta de informação ainda é grande. Está também demonstrado que a apetência por tratar da estética torna-se maior a partir dos 45 anos, uma idade já tardia para o tratamento.

António Lúcio Baptista (*)

Nada é cem por cento eficaz pelo que nós médicos não devemos criar falsas expetativas. Na prática clínica observamos que há ainda grande confusão e falta de informação sobre as técnicas e tratamentos disponíveis pelo que o bom aconselhamento é essencial.

** Cirurgião Cardiovascular – COGE Clínica da Santa Casa de Espinho – e presidente da Associação de Laserterapia e Tecnologias Afins*

Mulher violada

Junto ao estádio de futebol

Uma mulher de 64 anos foi alegadamente agredida e violada na travessa do estádio de futebol, passavam 45 minutos da madrugada de segunda-feira.

A vítima foi socorrida por uma jovem alertada pelos gritos tendo o suspeito de cerca de trinta anos fugido. A PSP ocorreu ao local, recolhendo o testemunho, tendo o caso transitado para a Polícia Judiciária.

No local, isolado e com pouca visibilidade, a Polícia Judiciária encontrou vestígios de sémen no chão, para eventual identificação através do ADN.

A vítima, que revelou que o suspeito violador não estava encapuzado nem armado, foi levada para o Hospital de Gaia onde recebeu tratamento médico e apoio psicológico.

Formação em Suporte Básico de Vida

Mais de centena e meia de alunos em iniciativa da Associação de Pais da Escola Manuel Laranjeira e da FCAPE

Foto MANUEL PROENÇA

O Centro Hospitalar de Vila Nova de Gaia/Espinho e a Associação de Pais da Escola Secundária Dr. Manuel Laranjeira (APESML), em colaboração com o INEM, a Câmara Municipal de Espinho, o Agrupamento de Escolas Manuel Laranjeira (AEML) e a Federação Concelhia das Associações de Pais de Espinho (FCAPE), organizaram, no Ginásio da Escola Secundária Dr. Manuel Laranjeira, uma ação de Formação em Suporte Básico de Vida.

A iniciativa juntou aproximadamente 170 alunos do 12.º ano das escolas do concelho de Espinho.

Este evento contou com a presença da vereadora Leonor Lêdo da Fonseca, do representante da ARS Norte, Ponciano Oliveira, do representante da Dgest Norte, José Eduardo, da Diretora do Agrupamento de Escolas Dr. Manuel Laranjeira, Ana Gabriela Moreira, do presidente da Associação de Pais e Encarregados de Educação da Escola Dr. Manuel Laranjeira, Belmiro Rocha, da representante do INEM, Isabel Costa e da médica Fátima Lima, entre outros.

A iniciativa, que decorre pelo quarto ano consecutivo, visa fazer com que "cada vez mais jovens estejam aptos para atuar junto da comunidade".

O programa é direcionado para jovens adolescentes e "pretende-se com esta formação capacitar os mesmos para uma resposta adequada em caso de emergência".

A formação passa por "saber diagnosticar uma vítima em paragem cárdio-respiratória (PCR), perceber os tempos adequados de pedidos de ajuda, como deverá ser pedida essa ajuda e que informação deverá ser recolhida".

Finalmente, a formação incidiu nas manobras de ventilação e massagem cardíaca.

Cheiro a queimado leva a evacuação da Escola Manuel Laranjeira

O cheiro a queimado e algum fumo no telhado, levou à evacuação da Escola Dr. Manuel Laranjeira, no passado dia 12 de maio, à hora de almoço

Cheiro a queimado e algum fumo, supostamente devido a um curto-circuito na zona do telhado, levou a que a Diretora da Escola Dr. Manuel Laranjeira mandasse evacuar aquele estabelecimento de ensino cerca das 13h20 do passado dia 12 de maio. Uma "medida de precaução", como referiu ao jornal Defesa de Espinho a Diretora do Agrupamento de Escolas Dr. Manuel Laranjeira, Ana Gabriela Moreira, que acrescentou:

"Tudo decorreu conforme o plano de segurança e os alunos saíram da escola de forma ordeira e exemplar", sublinhou.

A escola voltou ao seu normal funcionamento cerca das 14 horas daquele mesmo dia.

Estiveram no local os Bombeiros Voluntários do Concelho de Espinho e a Polícia de Segurança Pública.

"Como anjos na terra"

Voluntários da Delegação de Espinho da Cruz Vermelha Portuguesa no apoio aos peregrinos de Fátima

É tradição, nos primeiros dias de maio, milhares de peregrinos percorrerem, a pé, os itinerários a norte e a sul de Fátima, culminando a sua caminhada, como ato de revelação de fé, na celebração da Santa Missa, a 13 de maio no Santuário de Fátima, que este ano comemorou o 99.º aniversário das Aparições. Há cerca de 70 anos que a Cruz Vermelha Portuguesa, através das suas estruturas locais, presta auxílio sanitário e social aos peregrinos de Fátima, que na maior parte das vezes recorrem aos nossos serviços em condições físicas e psicológicas muito debilitadas.

Há catorze anos, o grupo de peregrinos da Paróquia de Espinho faz a peregrinação ao Santuário de Nossa Senhora de Fátima. Este ano foi o sexto ano que a Delegação de Espinho apoiou este grupo, constituindo uma parceria com a Organização dos Peregrinos de Espinho, que consiste na cedência de dois veículos: um de carga e outro de passageiros e de uma equipa multidisciplinar de voluntários.

"O apoio da Delegação de Espinho da Cruz Vermelha Portuguesa prestado aos mais de trezentos caminhantes do grupo de peregrinos de Espinho e ainda a todos que no caminho nos procuram entre os dias 4 a 9 de maio, materializou-se em atividades de socorro/saúde e logística como: apoio de enfermagem, de socorro e de fisioterapia, apoio na distribuição de alimentos e águas, apoio na distribuição das refeições e na higienização dos pavilhões após a estadia dos peregrinos."

As assistências e intervenção da equipa de enfermagem às centenas de peregrinos do grupo de Espinho ainda a peregrinos passantes destacaram-se em tratamento de flictenas, tratamento de feridas, hidratação e massagem dos pés e pernas, administração de terapêutica e apoio psicológico. E também indicação e aconselhamento da importância da ingestão de alimentos frequentemente (duas em duas horas) em pequenas quantidades e a ingestão frequente de água.

"Conclui-se que os objetivos gerais propostos pela Delegação foram francamente alcançados", dá nota Delegação de Espinho da Cruz Vermelha Portuguesa. "A formação, o treino, a disponibilidade e voluntariado apresentadas pelos elementos da Delegação, os materiais adequados e a atual estrutura operacional foram essenciais para uma boa prestação de serviço. De realçar o profissionalismo, dedicação, motivação e empenho, que de uma forma desinteressada todos demonstraram, contribuindo desta forma para uma boa operacionalidade da sua missão, assim como manter constantemente atualizada quer a informação relativa aos peregrinos diariamente, quer quanto ao número de assistências."

A peregrinação culminou com a chegada ao Santuário de Nossa Senhora de Fátima com os peregrinos muito cansados e debilitados, "mas felizes, por terem conseguido terminar a sua missão", salienta ainda a Delegação de Espinho da Cruz Vermelha Portuguesa. "Quanto a nós, agradecem-nos todo o apoio e pedem-nos para voltarmos no ano seguinte, pois manifestam que a nossa é fundamental para chegarem ao Santuário. Tal como vamos dando palavras de incentivo também recebemos: sentimos orgulho pelas palavras carinhosas que ouvimos: 'Vocês são como anjos na terra'… Nós agradecemos mais uma vez a oportunidade que nos deram de sermos voluntários nesta missão."

84 anos de serviço público

AGENDA

19, 22, 24 e 25 de maio
16h30 e 21h30 – Cinema do Multimeios
"Demolição", do realizador Jean-Marc Vallée e com os atores Jake Gyllenhaal, Chris Cooper e Naomi Watts
Ação para maiores de 12 anos
Davis (Jake Gyllenhaal), um banqueiro de investimento bem sucedido, não consegue reagir à morte da esposa num trágico acidente de carro. Apesar da pressão do sogro Phil (Chris Cooper) que tenta animá-lo, Davis continua a afundar-se. Uma série de reclamações para uma empresa de máquinas de venda automática chamam a atenção de Karen (Naomi Watts), uma funcionária do serviço a clientes. Entre os problemas emocionais e financeiros que cada um carrega, acabam por estabelecer uma improvável ligação. Com a ajuda de Karen e do seu filho Chris (Judá Lewis), Davis começa a reconstruir-se, começando pela demolição da sua vida anterior…

19 a 31 de maio
9h30 às 18 horas de segunda a sexta e das 10h30 às 17h30 ao sábado – Biblioteca Municipal
Exposição de pintura "Latíbulos" de Teresa Vasconcelos

19 de maio a 31 de junho
10-19 horas de segunda a sexta-feira e 11 horas-13h30 e 14h30-19 horas ao sábado – Museu Municipal (FACE)
"Naif sem pecado", exposição de pintura de Maria Vilaça

19 de maio a 31 de julho
10-19 horas de segunda a sexta-feira e 11 horas-13h30 e 14h30-19 horas ao sábado – Museu Municipal (FACE) – Galerias Amadeo de Souza-Cardoso
"Latas de conserva de outros tempos" – exposição

20 de maio
9 horas às 12h30 e das 14 às 17 horas – Fórum de Arte e Cultura de Espinho (FACE)
Seminário sobre a terceira idade – as exigências da longevidade
Organização do Centro Social de Paramos

16h30 – Cinema do Multimeios
"Demolição", do realizador Jean-Marc Vallée e com os atores Jake Gyllenhaal, Chris Cooper e Naomi Watts
Ação para maiores de 12 anos

18h30 – Auditório da Escola Secundária Gomes de Almeida
Palestra – "Nós e os Outros"
Apresentação de um projeto desenvolvido pelos alunos do 4.º C da escola Básica de Espinho n.º 2, com a história "O Patinhas sem lar"
Evento com momentos lúdicos de algumas turmas da escola e do agrupamento escolar Gomes de Almeida e a receita a reverter para a associação local de proteção aos animais "Patinhas Sem Lar"

21 horas – Casino Espinho
Tributo a Elis Regina com os músicos brasileiros Isabella Ladeira, Rosana Britto e Gutti Mendes

21 horas – Auditório da Academia de Música de Espinho
Concerto da Orquestra Clássica de Espinho com jovens solistas da Escola Profissional de Música de Espinho

21h30 – Cinema do Multimeios
Sessão especial com a presença do realizador Gonçalo Galvão Teles
"Gelo", dos realizadores Luís Galvão Teles e Gonçalo Galvão Teles e com os atores Ivana Baquero, José Afonso Pimentel e Albano Jerónimo
Drama para maiores de 14 anos
Sessão especial com a presença do realizador Gonçalo Galvão Teles
As vidas de duas mulheres cruzam-se de forma inesperada. Concebida a partir do ADN de um cadáver congelado com mais de vinte mil anos, Catarina cresce encerrada num palácio isolado, sob a tutela de Samuel, um investigador que a usa como cobaia num projeto sobre a imortalidade humana. Joana, uma jovem estudante de cinema, apaixona-se por Miguel, um colega mais velho obcecado pelo gelo, paixão que acaba súbita e tragicamente durante uma viagem iniciática ao cume de uma montanha nevada!

20 e 21 de maio
22 horas – Hotel Casino Chaves – Solverde
"Música ao vivo" com Hugo Costa e Carla Gouveia – guitarra e voz em momentos de partilha com o público

20, 21, 27 e 28 de maio
21h30 – Cinema Imersivo 3D no Planetário do Multimeios
"Dinossauros no crepúsculo

21 de maio
15 horas – Biblioteca Municipal
Lançamento do livro infantil "Fifi e Fufu" de Laura Macedo, com apresentação da obra a cargo de Cândida Ribeiro, antecedida de uma intervenção musical de Augusto Canetas

21 horas – Casino Espinho
Espetáculo dos D.A.M.A.

21h30 – Centro Multimeios
Concerto "Viagens" da Banda Musical S. Tiago de Silvalde

21 e 22 de maio
15h30 – Planetário (Digital) do Multimeios
"Lendas do céu noturno: Perseu e Andromeda" (projeção imersiva a 360º)

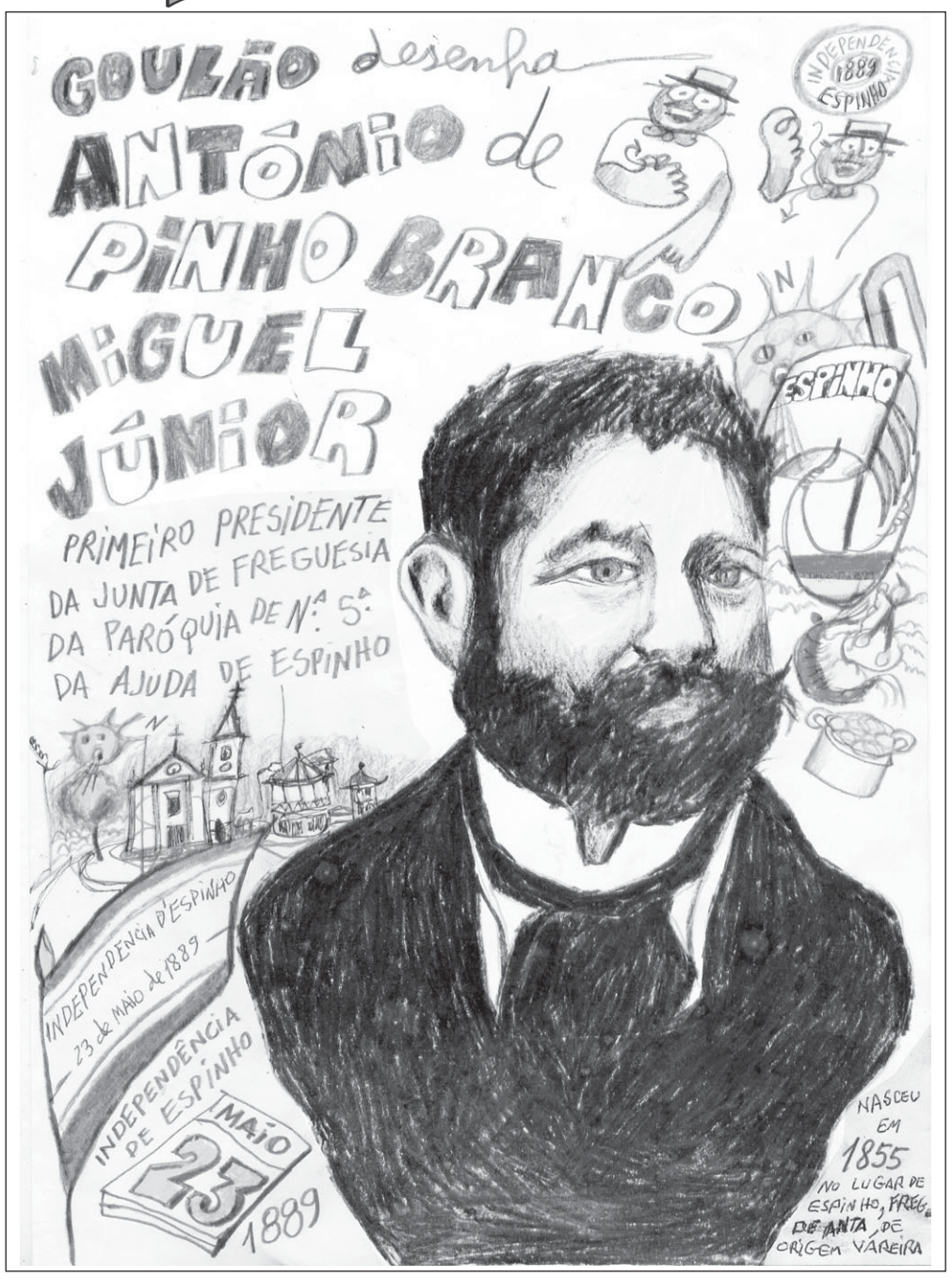
16h30 – Planetário (Digital) do Multimeios
"Nanocam": uma viagem pela biodiversidade (projeção imersiva a 360º)

17h30 – Planetário (Digital) do Multimeios
"Nós somos astrónomos" (projeção imersiva a 360º)

21 e 28 de maio
22 horas – Planetário do Multimeios
Noites de observação – "A Lua"

24 de maio
10 horas – Biblioteca Municipal
"Ponto a ponto… se faz um conto!" – oficina de escrita criativa
Público-alvo: 1.º e 2.º ciclos do Ensino Básico (durante o período letivo)

25, 26, 27 e 31 de maio
9h30 às 18h30 e das 21 às 22 horas – Centro Multimeios (galeria)
Exposição fotográfica retrospetiva dos serviços da Cerciespinho



26, 27, 38, 29, 31 de maio e 1 de junho
16h30 e 21h30 – Cunema do Multimeios
"Macbeth", do realizador Justin Kurzel e com os atores Michael Fassbender, Marion Cotillard e David Thewlis
Drama para maiores de 14 anos
Filme selecionado para a competição oficial do Festival de Cannes 2015
Macbeth (Michael Fassbender), o senhor de Glamis, recebe a profecia de um trio de bruxas de que um dia se tornará Rei da Escócia. Consumido pela ambição e incentivado pela esposa (Marion Cotillard), Macbeth mata o rei e toma o trono para si…

27 de maio
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

11 horas – Centro Social de Paramos (sede)
Workshop – "Estudar a Matemática (para pais) – pré-escolar e 1.º ciclo

14 horas – Biblioteca Municipal
Visita guiada às instalações, com curiosidades acerca do patrono José Marmelo e Silva, perceção do circuito documental, da organização da biblioteca e dos vários espaços e serviços disponibilizados
Público-alvo: alunos de todos os níveis de ensino (inscrição prévia)

21 horas – Auditório da Academia de Música de Espinho
Concerto de Minta & The Brook Trout

27 e 28 de maio
22 horas – Hotel Casino Chaves – Solverde
"Música ao vivo" com All Three com temas de soul, jazz, funk e pop

28 de maio
15 horas – Biblioteca Municipal
"Espinho noutros tempos – vivências e memórias", uma retrospetiva por imagens, numa tertúlia organizada pelos Serviços de Cultura e Museologia da Câmara, em colaboração com Eugénio Morais

28 e 29 de maio
14 às 19 horas e das 21 às 22 horas – Centro Multimeios (galeria)
Exposição fotográfica retrospetiva dos serviços da Cerciespinho

31 de maio
15 horas – Biblioteca Municipal
"Tricotar Histórias"
Espaço de encontro de pessoas que praticam tricot, crochet, ou outras técnicas de trabalho com agulhas, conciliando com partilha de saberes, leituras e memórias.
Público-alvo: população adulta/sénior

1, 2 e 3 de junho
9h30 às 18h30 e das 21 às 22 horas – Centro Multimeios (galeria)
Exposição fotográfica retrospetiva dos serviços da Cerciespinho

3 de junho
9h30 às 13 horas e das 17 às 17 horas – Centro Multimeios
"Percursos de mudança" – seminário da Cerciespinho

21 horas – Auditório da Academia de Música de Espinho
Concerto da pianista Joana Gama

3, 4, 10, 11, 17 e 18 de junho
21h30 – Cinema Imersivo 3D no Planetário do Multimeios
"Dinossauros no crepúsculo

4 de junho
21 horas – Auditório da Academia de Música de Espinho
Concerto da Orquestra de Jazz da Escola Profissional de Música de Espinho e do trompetista e compositor Matthias Schriefl

4 e 5 de junho
14 às 19 horas e das 21 às 22 horas – Centro Multimeios (galeria)
Exposição fotográfica retrospetiva dos serviços da Cerciespinho

17 e 18 de junho
21h30 – Centro Multimeios
"Do you remember?" – espetáculo do grupo MTV Dance

19 de junho
14h30 e 17h30 – Centro Multimeios
"Do you remember?" – espetáculo do grupo MTV Dance

24 e 25 de junho
21h30 – Cinema Imersivo 3D no Planetário do Multimeios
"Somos extraterrestres"

Pedro Leitão na Escola Básica de Silvalde

A biblioteca da Escola Básica de Silvalde recebeu o escritor Pedro Leitão que apresentou o seu conto "As Misteriosas Bolas Brancas".

As duas turmas do 3.º ano participaram ativamente na leitura expressiva do conto sob a orientação do autor que projetou as ilustrações.

A leitura, a escrita e a ilustração potenciam a criatividade e contribuem para a felicidade de quem partilha momentos como este.

Magia com Ciência foi outra iniciativa desta biblioteca. A atividade foi orientada pela professora já aposentada da Domingo Capela, Dalila Reis, destinada aos alunos das duas turmas do 1.º ano.

Partilhando a sua sabedoria, a professora realizou algumas experiências de forma divertida que pretenderam alimentar a natural curiosidade nos pequenos cientistas, bem como o gosto pela descoberta.

De acordo com o testemunho de Dalila Reis "foi uma experiência gratificante para mim, pois que senti um grande interesse e entusiasmo dos alunos, que se portaram muito bem. Foi bom voltar à escola e ver os olhinhos a brilhar..."

O balanço destas atividades revelou-se muito positivo pois os alunos demonstraram bastante entusiasmo e interesse.

Dia Aberto na Escola de Silvalde

No próximo sábado (dia 21) entre as 10 e as 12h30, a Escola Básica de Silvalde abrirá as portas a toda a comunidade.

Os encarregados de educação e familiares terão a oportunidade de conhecer as instalações daquela Escola.

"Tricotar histórias"

Está reservada para o próximo dia 31, às 15 horas, na Biblioteca Municipal José Marmelo e Silva, um espaço de encontro de pessoas que praticam tricot, crochet, ou outras técnicas de trabalho com agulhas, conciliando com partilha de saberes, leituras e memórias. "Tricotar histórias" para população adulta/sénior e com inscrições gratuitas.

"Chá de Artes e Letras" recorda anos 60

Iniciativa da Escola Dr. Manuel Gomes de Almeida

Momentos de grande nostalgia, sobretudo para uma geração que viveu, de forma muito intensa, os anos sessenta e setenta e, ainda mais emocionantes quando representados pelos jovens, de hoje. É esta, de forma muito sintética, a descrição da iniciativa da equipa da Biblioteca da Escola Secundária Dr. Manuel Gomes de Almeida que decorreu, na quinta-feira passada, no auditório daquela escola. Um momento único, de recordações e de convívio, proporcionado pelos jovens daquela escola.

Tratou-se da 12.ª edição do "Chá de Artes e Letras" com uma retrospetiva dos anos 60, "uma década de excessos, de ânsia de liberdade, uma explosão de juventude em todos os aspetos; uma época marcada por uma grande diversidade de movimentos que visavam a transformação da sociedade e dos seus costumes e de acontecimentos marcantes, e viajamos pelo mundo das palavras, música, dança, teatro, cinema, publicidade e moda".

A iniciativa da equipa da Biblioteca da Escola Secundária Dr. Manuel Gomes de Almeida contou com a colaboração especial dos professores António Rodrigues e Alzira Relvas e dos seus alunos do curso de Artes Visuais, que foram responsáveis pela intervenção estética-artística no espaço do auditório; a Academia de Música de Espinho e a Escola de Bailado Adriana Domingues.

O primeiro dos 12 momentos que integravam o programa foi um Desfile de Moda Anos 60 (alunos do 5.º4 e do 5.º6). Seguiram-se duas interpretações musicais do "Grease", um dos mais icónicos musicais da Broadway, protagonizado pelos alunos 9.º1, do ensino articulado da Escola Secundária Dr. Manuel Gomes de Almeida, sob orientação do professor Jonas Pinho, da Academia de Música de Espinho.

A turma 7.º1 do ensino articulado da Escola Secundária Dr. Manuel Gomes de Almeida, sob orientação da professora Carla Monteiro, da Academia de Música de Espinho, interpretou o tema 'Skyfall' da banda sonora da 23.ª aventura do agente mais famoso de todos os temas – James Bond.

Depois foi a vez da música francesa com "Tous les garçons et les filles", de Françoise Hardy, cantada por Ana Carolina Bóia e um magnífico espetáculo com uma das marcas registradas da Motown, The Supremes, um dos grupos femininos mais famosos no panorama musical negro, na década de 60. Inês Sousa, Maria Liz e Sofia Azevedo, do 7.º1 cantaram "Baby Love".

Um dos momentos mais engraçados foi recordar "a revolução criativa a que se assistiu no mundo da publicidade também esteve presente com a encenação de alguns dos anúncios mais emblemáticos dos anos 60, em Portugal e no mundo, por alunos do 5.º4 e 7.º1.

Seguiu-se a poesia, com a leitura do poema 'Terra Adubada', de António Gedeão, por Álvaro Paralta, do 12.º2. O poema recorda o flagelo da guerra colonial que arrastou muitos jovens portugueses para o ultramar; um monólogo em cena de um excerto da obra "Felizmente Há Luar", de Luís de Sttau Monteiro, por Inês Lima, do 11.º7; a poesia de Manuel Alegre, "por ser um hino à Liberdade e lembrada por muitos dos resistentes que lutaram contra a ditadura". O poema "Trova do vento que passa" foi cantado por Daniel Bóia, acompanhado à guitarra por Rui Tavares.

O papel da mulher na época também foi recordado em dois momentos: visionamento de um excerto do filme 'El Padrecito', admoestações matrimoniais, com Cantinflas e da leitura encenada do texto 'A Mulher Ideal', pelos professores Agostinho Pinho e Joaquim Devesas.

A atitude provocatória e de rebeldia e a voz forte e marcante de Janis Joplin, considerada por muitos como a maior cantora de rock and rock e de blues e soul da sua geração que foi evocada por Maria Sá do 8.º1 em "Me and Bobby Mcgee".

Uma das bandas que também deixou a sua marca indelével nos anos 60, continuando até hoje a exercer um grande fascínio em todos os que os apreciam pela sua atitude provocatória e rebeldia: os Rolling Stones. 'I can't get no Satisfaction', foi interpretada por Tânia Marques, Carlos Pereira e Rui Tavares, do 11.º6 e 12.º8, respetivamente.

A viagem aos anos 60 terminou com dança: "Italian 60's cha-cha-cha"; um momento mágico e com muito ritmo, protagonizado pela turma de exibição de danças de salão da Escola de Bailado Adriana Domingues, sob orientação dos professores Ana Pais Oliveira e Vasco Rigolet.

CASINO ESPINHO

(Sábado) radical

Fotos MÁRIO CALES

Inserido no programa "Maio Mês do Coração – abre as portas à atividade física", organizado pela Câmara Municipal, em parceria com o Núcleo de Montanha de Espinho, o Skate Clube de Espinho, as escolas de surf Atitude e Academia do Mar, a Skydive Europe, a empresa Desfrutar, a Hello Saylor, a turma de audiovisuais de Escola Manuel Laranjeira e o grafite Nek Q Two, realizou-se no sábado, na Alameda 8, a segunda edição do Dia Radical.

Atividades de slide, rapel, escalada, skate, prancha de surf mecânica, kart's a pedais, slackline, tiro com arco e zarabatana, etc., seduziram e animaram escalões etários dos mais novos aos mais velhos…

Entretanto, foram feitos alguns sorteios de aulas de surf e skate.

O programa de "Maio Mês do Coração – abre as portas à atividade física" prossegue na noite desta sexta-feira com a exposição sobre "O Desporto em Espinho", no Centro Multimeios, seguida de debate relativo ao tema 'Desporto e exercício – alimentação, atletas e desportistas em geral". Para sábado está agendada uma mega aula de "Espinho em Forma", às 10h30, na praia da Baía, e ainda um "peddy paper" durante a tarde.

"Nós e os outros"

Às 18 horas desta sexta-feira, no auditório da Escola Gomes de Almeida, a Escola de Espinho 2 irá apresentar o projeto "Nós e os Outros", organizado pela professora Margarete Gomes.

"Um dos "objetivos máximos deste evento será a angariação de fundos para a associação Patinhas sem Lar."

CD "Spirit of Violin" de Vladimir Omeltchenko

O músico Vladimir Omeltchenko apresenta no domingo, pelas 16 horas, no foyer do Centro Multimeios, o seu recente trabalho em CD, "Spirit of Violin".

Uma sessão cultural com entrada livre.

Realizador Béla Tarr no Training Ground do FEST

A participação de Béla Tarr no Training Ground da edição de 2016 do FEST, em Espinho, "representa uma oportunidade absolutamente única para aprender sobre cinema, não só com uma lenda da realização, mas também com um ícone absoluto do cinema independente." O FEST – Training Ground é um evento educacional que acontece em paralelo com o FEST – Festival Novos Realizadores | Novo Cinema. A oitava edição terá lugar entre 21 e 26 junho.

Béla Tarr é um dos realizadores mais conceituados de hoje e é responsável por filmes que são aceites em uníssono pela critica como sendo dos mais importantes trabalhos da história do cinema. Com vários prémios da Berlinale e de Cannes (bem como de vários outros importantes certames), Béla Tarr começou a sua carreira aos 16 anos, idade com que começou a fazer filmes amadores.

Foram estes filmes amadores que atraíram a atenção da Bela Balazs Studios que ajudaram a financiar a sua primeira longa metragem: Family Nest (1977). A filosofia do filme, o realismo social, está presente nos dois filmes seguintes do realizador: The Outsider (1981) e The Perfab People (1982). Foi também em 1982 que aconteceu a primeira mudança drástica em termos de estilo pessoal de Béla Tarr, com a adaptação televisiva de Macbeth. O filme, composto por dois planos, com 5 e 67 minutos cada, revela uma alteração na filosofia inerente aos filmes do realizador: passando do realismo para um ponto de vista mais metafísico da realidade.

Depois do lançamento de Almanacof Fall (1984), ocorre outra grande mudança no processo criativo de Tarr: o realizador começa a colaborar com o romancista húngaro Laszlo Krasznahorkai, cujos trabalhos servem de base para os filmes Damnation (1988), Satantango (1994) – filme que, sendo considerado a obra-prima de Tarr, demorou sete anos a ser realizado e tem uma duração de sete horas e meia – e Werckmeister Harmonies (2000). Com "Damnation", Tarr estabelece aquele que é o estilo visual pelo qual é mais frequentemente reconhecido hoje em dia: o uso de preto e branco e de planos caracteristicamente longos.

Em 2007 estreia The Man from London, protagonizado por Tilda Swinton, e quatro anos depois Béla Tarr anuncia que se irá reformar da realização. O seu filme seguinte (e último), The Turin Horse, é lançado em 2011 e vale ao realizador o Grande Prémio do Júri da Berlinale.

Circuito do Norte abre Espinho Surf Destination

Arranca este fim-de-semana o programa deste ano do Surf Pro Espinho – Espinho Surf Destination, com a realização do Circuito de Surf do Norte (sábado e domingo), prova na qual deverão participar mais de uma centena de surfistas para as sete categorias (open, sub-12, sub-14, sub-16, sub-18, longboard e feminino), prevendo-se que estejam a assistir ao evento mais de 10 mil pessoas.

Este é, digamos assim, o 'pontapé-de-saída para um conjunto de provas e de iniciativas que irão culminar de 22 a 26 de junho com a realização do Pro Junior Europe para sub-18, prova da Wold Surf League que será o ponto mais alto do programa e que irá contar com um 'prize money' de 5000 dólares para homens e do mesmo valor para mulheres.

O Surf Pro Espinho terá início a 21 de maio com o Circuito de Surf do Norte (21 e 22), o Bodyboard Master Nacional (4 e 5 de junho), o Circuito Bodyboard do Norte (18 e 19 de junho) e o Pro Junior Europe (22 a 26 de junho).

As provas que irão compor o Surf Pro Espinho de 2016 terão intercaladas algumas iniciativas inovadoras, nomeadamente o 'Skateboarding Meeting', a 28 e 29 de maio, o 'Surf Salva' a 11 de junho e o 'Tow in & Tow out Experience' – uma experiência com motos de água idêntica à utilizada nas ondas gigantes da Nazaré para levar e trazer os surfistas –, no dia 12 de junho. Haverá, ainda, várias iniciativas paralelas como conferências e workshops, aulas de surf adaptado, a 'Pegada Ecológica', aulas de fitness, batismos de surf, limpeza da praia, exposição de fotografias de surf e sunset party's.

A organização conta, ainda, com a presença mais de 120 atletas europeus para o Pro Junior Europe e com mais de 50 mil pessoas a assistirem ao evento durante os cinco dias da prova.

O Campeonato Nacional de Bodyboard Master deverá contar com a participação de mais de 45 atletas (atletas com mais de 35 anos) e cerca de 10 mil pessoas a assistirem à prova.

O Circuito de Bodyboard do Norte contará com sete categorias, mais de uma centena de atletas e, também, mais de 10 milhares de pessoas a assistir.

Manuel Proença

Leões Bairristas campeões

Futebol popular

Com os campeões já encontrados, quer na segunda, quer na primeira divisão do Campeonato de Futebol Popular do Concelho de Espinho e com as descidas do Cantinho da Ramboia, Cruzeiro de Silvalde e dos Estrelas Vermelhas consumadas, a luta nas duas derradeiras jornadas vai para a permanência de mais uma equipa no escalão principal (Juventude dos Outeiros ou Corga de Silvalde).

A luta centra-se, também, na segunda divisão, sobretudo em dois dos lugares de acesso ao escalão principal com três clubes na luta (Estrelas da Ponte Anta, Associação Esmojães e Desportivo Regresso).

O Campeonato está, assim, ao rubro nestas duas últimas jornadas.

No entanto, a última jornada foi de festa para os Leões Bairristas, sob o comando de Rui Moreira, que alcançaram a conquista do título da presente temporada, ao baterem o Rio Largo por 4-2.

CAMPEONATO DE FUTEBOL POPULAR DO CONCELHO DE ESPINHO

1.ª DIVISÃO

Quinta Paramos-Desportivo P. Anta 4-4
Leões Bairristas-Rio Largo 4-2
Novasemente-Magos Anta 3-2
GD Ronda-Cantinho Ramboia 3-1
GD Outeiros-Juventude Outeiros 1-2
Cruzeiro Silvalde-Estrelas Vermelhas3-1
Águias Paramos-Corga Silvalde 0-1

Classificação

	P	J	V	E	D	F-C
Leões Bairristas	61	24	19	4	1	70-28
Quinta Paramos	51	24	16	3	5	56-27
Magos Anta	47	24	15	2	7	53-34
GD Ronda	45	24	14	3	7	50-31
GD Outeiros	38	24	12	2	10	38-37
Desportivo P. Anta	37	24	11	4	9	52-46
Rio Largo	37	24	10	7	7	41-43
Águias Paramos	31	24	8	7	9	40-39
Novasemente	31	24	9	4	11	42-50
Corga Silvalde	28	24	7	7	10	39-40
Juventude Outeiros	25	24	6	7	11	37-40
Cantinho Ramboia	21	24	5	6	13	32-51
Cruzeiro Silvalde	14	24	4	2	18	24-57
Estrelas Vermelhas	7	24	1	4	19	24-75

Penúltima jornada

Corga Silvalde-Desportivo Ponte Anta
(Cassufas/sábado/15h)
Rio Largo-Quinta Paramos
(Seara/sábado/17h30)
Leões Bairristas-Novasemente
(Paramos/sábado/15h)
Magos Anta-GD Ronda
(Idanha/sábado/15h)
Cantinho Ramboia-GD Outeiros
(Paramos/sábado/17h30)
Juventude Outeiros-Cruzeiro Silvalde
(Seara/sábado/15h)
Estrelas Vermelhas-Águias Paramos
(Guetim/sábado/15h)

Melhores marcadores

Miguel Oliveira (Leões Bairristas) 31
Luciano Silva (GD Ronda) 20

2.ª DIVISÃO

Morgados Paramos-Império Anta 1-1
Aldeia Nova-AD Guetim 1-3
Estrelas Divisão-Lomba Paramos 0-3
Desp. Regresso-Assoc. Esmojães 1-2
Águias Anta-Bairro Ponte Anta 2-0
Estrelas Ponte Anta-GD Idanha 2-1
Folgou a Juventude Estrada

Classificação

	P	J	V	E	D	F-C
Águias Anta	53	22	17	2	3	54-20
Império Anta	42	23	11	9	3	34-19
Estrelas Ponte Anta	38	22	10	8	4	45-28
Associação Esmojães	37	22	10	7	5	33-28
Desportivo Regresso	35	22	10	5	7	26-24
GD Idanha	32	22	8	8	6	28-27
AD Guetim	29	22	8	5	9	35-31
Morgados Paramos	27	23	7	6	10	31-34
Aldeia Nova	26	22	8	2	12	44-48
Juventude Estrada	26	22	7	5	10	28-41
Bairro Ponte Anta	25	22	7	4	11	30-36
Lomba Paramos	23	22	6	5	11	31-37
Estrelas Divisão	6	22	2	0	20	17-63

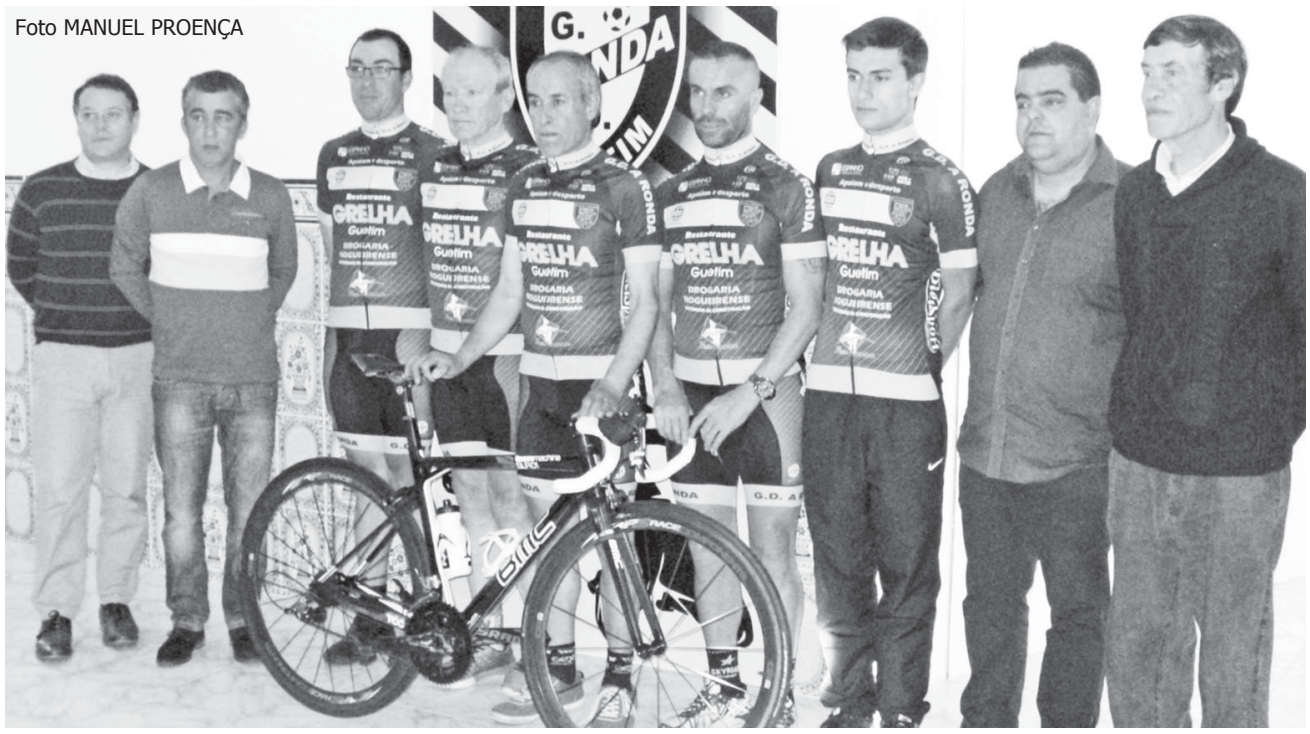
Penúltima jornada

Morgados Paramos-GD Idanha
(Guetim/domingo/10h)
Estrelas Divisão-Juventude Estrada
(Cassufas/sábado/17h)
Lomba Paramos-Desportivo Regresso
(Paramos/domingo/10h)
Associação Esmojães-AD Guetim
(Seara/domingo/10h)
Aldeia Nova-Águias Anta
(Cassufas/domingo/11h)
Estrelas Ponte Anta-Bairro Ponte Anta
(Idanha/domingo/10h)
Folga o Império Anta

Melhores marcadores

Pedro Costa (Águias Anta) 13
João Oliveira (Império Anta) 13
Rui Lima (Bairro Ponte Anta) 13

Foto MANUEL PROENÇA



Ronda com ciclismo veterano

Vitorino Pereira na equipa treinada por Alberto Carvalho

Vitorino Pereira, ex-Futebol Clube do Porto, é um dos ciclistas que integram a nova secção de ciclismo do Grupo Desportivo da Ronda que foi apresentada, oficialmente, na passada sexta-feira. Ao antigo 'craque' dos anos setenta juntam-se Humberto Xavier, Vitorino Santos, José Amorim, Vítor Félix e o treinador Alberto Carvalho.

"Vamos tentar fazer o nosso melhor", prometeu Vitorino Pereira, durante a apresentação que decorreu na sede do Grupo Desportivo da Ronda, naquele que "é o primeiro ano e, por isso, é o começo".

O ciclista do Grupo Desportivo da Ronda anunciou, também, que irá participar com a camisola do clube guetinense em setembro próximo, no Campeonato do Mundo de Estrada que irá decorrer na Austrália. O momento de grande felicidade foi partilhado por elementos dos órgãos sociais do clube. O presidente da Direção, Fernando Castro disse que "era nossa intenção trazer para o clube outras modalidades, esta e a de atletismo".

Confessando que paira no clube uma "desilusão com o futebol popular2, pelos "custos que acarreta, sobretudo enquanto não temos o relvado sintético, vimos com muito bons olhos o ciclismo. Foi uma oportunidade a agarramo-la", sublinhou Fernando Castro.

Manuel Proença

Eugénia Mota campeã

Académica de Espinho no Nacional de trampolim

A ginasta Eugénia Mota, da Associação Académica de Espinho, conquistou este fim-de-semana o título de campeã nacional de trampolim individual no escalão de iniciados femininos, 1.ª Divisão. A atleta academista, juntamente com a sua colega de equipa, Patrícia Azevedo, sagraram-se vice-campeãs nacionais de trampolim sincronizado no escalão de iniciados femininos da 1.ª Divisão. Diogo Cabral ficou, também, com o título de vice-campeão nacional nos juniores Elite.

O Campeonato Nacional de Trampolim Individual e Sincronizado realizou-se, no fim-de-semana, no Centro Cultural de Viana do Castelo. Foi uma prova organizada pela Federação Portuguesa de Ginástica e pela Escola Desportiva de Viana, que contou com a presença dos melhores atletas nacionais, entre os quais se destacam os ginastas que irão representar Portugal nos próximos Jogos Olímpicos.

Associação Académica de Espinho (AAE), que esteve representada por cinco ginastas obteve através da Eugénia Mota o título de campeã nacional de trampolim individual no escalão de iniciadas da 1.ª Divisão. A atleta academista, com a realização de duas séries de grande nível, não deu qualquer hipótese às suas mais diretas adversárias, deixando-as a mais de dois pontos de diferença!

E no trampolim sincronizado, a dupla Eugénia Mota/Patrícia Azevedo, sagrou-se vice-campeã da especialidade no escalão de iniciados femininos, 1.ª Divisão. Ainda na mesma especialidade, Diogo Cabral imitou o feito anterior, sendo também vice-campeão nacional no escalão juniores Elites.

Os restantes ginastas, Afonso Mota e Bruno Oliveira, estiveram muito próximo de alcançar o pódio, pois classificaram-se em quarto lugar, muito perto dos seus adversários.

É ainda de destacar o feito alcançado por Diogo Cabral. Este ginasta, que foi infeliz na realização sua segunda série nas preliminares, tendo hipotecado a sua hipótese de ser campeão nacional, conseguiu, nas finais, realizar a melhor série dos sete finalistas, subindo do sexto para o quarto lugar, subindo ao escalão máximo no trampolim individual, seniores Elites.

Com estes resultados, a Associação Académica de Espinho conseguiu apurar para a próxima competição, Taça de Portugal, quatro ginastas: Eugénia Mota, Diogo Cabral, Bruno Oliveira e Afonso Mota. Esta prova realizar-se-á em Vila Real nos dias 4 e 5 de junho próximo.

Foto MANUEL PROENÇA

De "papinho" cheio e com duas finais pela frente

Futebol tigre com quatro em cada parte

Uma 'farturinha'! De 'papinho' cheio! Uma das melhores exibições da temporada! Oito golos de uma assentada, quatro em cada parte, para todos os gostos e feitios! Mas poderiam ter sido muitos mais!… Mas, o mais importante foi que os tigres venceram o Milheiroense e conquistaram mais três pontos, mantendo, por isso, a liderança do Campeonato Distrital da 1.ª Divisão, tendo, agora, pela frente, mais duas verdadeiras finais – no próximo domingo, às 18 horas, jogam em Avanca, com os locais e no dia 29 recebem o Oliveira do Bairro. Dois jogos que, com duas vitórias garantem o primeiro lugar e o título, bem como a subida aos campeonatos nacionais.

Sem grandes euforias e diante um estádio bem moldado (para um dia de Benfica e de Sporting na decisão do título da I Liga), os espinhenses foram pragmáticos e, sobretudo, eficazes no momento certo.

A resistência do Milheiroense durou, apenas, 12 minutos, altura em que Rui Lopes, com um pontapé de livre, bem à sua maneira, inaugurou o marcador. Foi o tónico para a goleada que se seguiu, mas que só se adivinhou no fim do primeiro tempo. A contagem do marcador subiu até aos quatro, diga-se de forma fácil porque os espinhenses não complicaram e foram bem pragmáticos, sobretudo no momento da finalização.

Na segunda parte, a equipa do Sporting Clube de Espinho desacelerou um pouco, mas não perdeu o sentido da baliza. O guarda-redes, Roscof, fez um punhado de grandes defesas e um dos defesas de Milheirós de Poiares ainda conseguiu evitar um golo quase em cima da linha! Mas mesmo assim, não foi possível travar a linha avançada dos tigres, quer pela direita, com Van Zeller, uma das figuras do jogo, quer por Rui João na esquerda. Dois alas que destruíram, por completo, a defensiva adversária.

Contudo, não foi apenas esta postura dos avançados. Acrescenta-se o poderio do meio-campo e da defesa, com dois grandes blocos em perfeito entendimento, como a mestria e a habilidade do capitão, Carlos Manuel.

Carlitos, o reforço de inverno, também deu o ar da sua graça, mas esbarrou quase sempre com a estrelinha da sorte do adversário. Porém, deu o gosto ao pé ao marcar o oitavo!

Um grande jogo por parte do Sporting Clube de Espinho que abre percurso para os dois últimos jogos – duas verdadeiras finais – onde a equipa dos tigres apenas depende de si própria. Vencendo-os é certo que conseguirá conquistar o título de campeã distrital da 1.ª Divisão e que estará de regresso aos campeonatos nacionais na próxima temporada. Este é o cenário que paira no pensamento da equipa.

Sporting de Espinho, 8
Milheiroense, 0

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

Árbitro: António Gomes (AF Aveiro). Árbitros assistentes: Diogo Tavares e Paulo Peixoto.

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

Substituições: Lima por Murillo (56), Rui Silva por Pipa (64) e Ministro por Carlitos (67).

Não utilizados: Renato, André, Gonçalo e Seminha. Treinador: António Cerqueira.

Grupo Desportivo Milheiroense – Roscof; Pedro Nuno, Xurra (cap.), Jardel e Serginho; Martins, Marcelo e Maia; Xinês, Jekas e Zé António.

Substituições: Serginho por Sandro (31), Jekas por Joãozinho (31) e Xinês por Leite (72).

Não utilizados: Rui Moreira, André, João Luís e Marcelo Azevedo. Treinador: Hélder Silva.

Ao intervalo: 4-0. Marcadores: 1-0, por Rui Lopes (12); 2-0, por Rui João (22); 3-0, por Carlos Manuel (27); 4-0, por Van Zeller (30, gp); 5-0, por Van Zeller (53); 6-0, por Van Zeller (72); 7-0, por Carlos Manuel (76); 8-0, por Carlitos (86).

Disciplina: cartão amarelo a Ministro (62); Xurra (29) e Marcelo (53).

Manuel Proença

Resultados

Calvão-Fiães SC	0-5
Águeda-AC Famalicão	3-1
Alba-At. Cucujães	5-0
U. Lamas-São Roque	5-0
Esmoriz-Oliv. Bairro	2-0
S. João Ver-Avanca	4-3
Sp. Espinho-Milheiroense	**8-0**
Sporting Paivense-P. Brandão	3-0
Carregosense-AD Valonguense	0-0

Próxima jornada (21/05/2016)
Calvão-AD Valonguense
Fiães SC-Águeda
AC Famalicão-Alba
At. Cucujães-U. Lamas
São Roque-Esmoriz
Oliv. Bairro-S. João Ver
Avanca-Sp. Espinho
(Avanca/domingo/18 horas)
Milheiroense-Sporting Paivense
P. Brandão-Carregosense

Classificação

	P	J	V	E	D	GM-GS
Sp. Espinho	**76**	**32**	**24**	**4**	**4**	**78-21**
Águeda	75	32	23	6	3	70-23
Fiães SC	66	32	20	6	6	56-22
Alba	60	32	18	6	8	67-35
Sporting Paivense	59	32	18	5	9	52-45
Oliv. Bairro	59	32	18	5	9	64-36
S. João Ver	53	32	15	8	9	62-44
U. Lamas	47	32	14	5	13	54-39
Carregosense	45	32	13	6	13	38-35
Avanca	43	32	12	7	13	46-41
At. Cucujães	36	32	10	6	16	30-53
AC Famalicão	35	32	9	8	15	44-45
Milheiroense	34	32	9	7	16	39-76
Esmoriz	33	32	7	12	13	32-44
AD Valonguense	32	32	8	8	16	32-54
P. Brandão	19	32	4	7	21	34-75
São Roque	19	32	5	4	23	30-79
Calvão	17	32	5	2	25	33-94

Sporting de Espinho em Avanca no domingo às 18 horas

A equipa de futebol sénior do Sporting Clube de Espinho vai defrontar o Avanca este domingo, pelas 18 horas, no Parque Desportivo da Associação Atlética de Avanca.

A Associação de Futebol de Aveiro adiou, assim, toda a jornada do Campeonato Distrital da 1.ª Divisão para as 18 horas de domingo para que possam ser filmados todos os encontros desta prova e do Distrital da 1.ª Divisão de futsal.

Este encontro é de grande importância para o Sporting Clube de Espinho na penúltima jornada do Campeonato. Os tigres estão com uma vantagem de um ponto sobre o Águeda que irá jogar a Fiães.

Manuela Aguiar
Em três palavras

FUTEBOL: FAZER A FESTA, FAZER HISTÓRIA

1 – No domingo passado a festa do futebol foi vermelha. Todavia, num gesto de sublinhar pela raridade, também saíram à rua as bandeiras verdes dos "leões", que perderam o campeonato – perderam, porque "o segundo é sempre o primeiro dos últimos" e porque lideraram a classificação durante muitas semanas e se deixaram, por fim, definitivamente ultrapassar. Tudo isso aconteceu a sul, com ramificações um pouco por todo o país e emigração.

A norte, os adeptos do clube maior, mantiveram-se numa neutralidade melancólica, recordando uma história recente de vitórias, que revestiam de azul e branco a cidade inteira, e se estendiam, também, pelo mundo português. Imperava, agora, a indiferença quanto ao vencedor, porventura com gradações... Em circunstâncias normais, quase todos os portistas. a terem de escolher, optam pelos "verdes", por razões várias – uma das quais é o facto de se sentirem mais iguais a eles, perante o favorecimento com que muitos "media" e as altas instâncias do futebol privilegiam o rival encarnado, ou perante o que consideram a megalomania e o complexo de superioridade de que este dá mostras, reivindicando, por exemplo, a pertença de 6 milhões de portugueses e outras desmesuradas qualificações.

Desta vez, na minha relativa indiferença, incrivelmente, preferi a vitória do SLB, para o que foi determinante a faceta megalómana e o insuportável complexo de superioridade da dupla Jorge Jesus/Bruno de Carvalho, que, por contraste, deu do Benfica de Rui Vitória uma imagem da contenção e urbanidade (esqueçamos, como coisa menor, o seu discurso de vencedor eufórico, com aquela piada despropositada da colocação de Jorge Jesus atrás de um vendedor de pipocas, numa longa lista de afetos...).

Em suma, gosto de bons treinadores, que sejam também "gente boa", gente civilizada. Por isso, sou sempre por perfis como os de André Villas Boas, Marco Silva, ou Leonardo Jardim, contra figuras como Jorge Jesus, Co Adriaanse ou Julen Lopetegui – estes dois últimos com a agravante de nem sequer serem treinadores de topo. A arrogância, só a admito a José Mourinho. Fraqueza minha, confesso, mas não só admiro a sua genialidade, como me divirto com os seus "mind games".

2 – Jorge Jesus declarou, antes mesmo da perda do título nacional, em jeito de autodefesa, que já "pagou" o seu contrato (milionário) de três anos com o Sporting. Ao longo da época, não ganhou nada, nem sequer uma Taça de Portugal, na esteira de Marco Silva, pelo que estaria a referir-se ao apuramento direto para a Champions.

O que poderia, nesse capítulo, dizer Rui Vitória, que deu ao clube muitíssimo mais, por muitíssimo menos dinheiro? Com um modesto contrato e sem exigências de grandes investimentos no plantel, fez uma bela campanha na "Champions", venceu o campeonato nacional, vai provavelmente ganhar, amanhã, a "Taça da Liga", que conta para a estatística dos títulos oficiais, e, ainda por cima, foi o criador de uma improvável vedeta, vinda da équipa B, Renato Sanches, que já a protagonizou o negócio do ano, quer se venha a transformar, ou não, no "novo Ronaldo", como se anuncia.

Nesta comparação de custos/benefícios dos treinadores, também o FCP perde em toda a linha. E, a meu ver, não somente pelas as derrotas, que o presidente Pinto da Costa foi o primeiro a adjetivar de "vergonhosas", mas pela incapacidade de valorizar magníficos jogadores da formação, como são, por exemplo, Rúben Neves e André Silva. Onde estariam eles se tivessem sido titulares indiscutíveis, no onze base, como foi, a partir de certa altura, Renato Sanches no Benfica?

Rúben e Renato chegaram, ambos, à seleção nacional. Rúben jogou da mesma maneira, com a mesma classe, a mesma autoridade e precisão de passe, no onze do Porto e no de Portugal. Impressionante! É mais do que pode dizer-se de Renato, que não provou nada nas suas primeiras chamadas à seleção, mas, apesar disso, vai ao Euro.

3 – No próximo domingo há mais festa do futebol – azul, desta vez, se o sonho portista se concretizar em espetáculo e golos. E aonde será a festa?..Há mais de uma década que a Câmara Municipal do Porto não saúda os sucessos do clube, que levou o nome da cidade ao mundo inteiro. Triunfos para celebrar houve-os de toda a espécie: taças e campeonatos nacionais, Taça UEFA, "Champions", Taça Intercontinental. Ou seja: sobraram os títulos, as oportunidades, mas faltou visão do seu significado ao então edil portuense. Rui Rio fechou portas aos representantes do clube e às grandes manifestações populares, levando a multidão de bandeiras azuis e brancas a peregrinar entre a avenida, que tradicionalmente acolhia os festejos, e o estádio. Por fim, cada vez mais demandavam apenas o estádio, propriedade privada... Em Lisboa, ou em Coimbra, ou em Guimarães, comemorações semelhantes têm sempre na sede do município, na "casa comum", o seu momento mais simbólico.

Do presidente da Câmara Rui Moreira se espera, agora, caso a Taça viaje para o Porto, esse gesto institucional - e não como adepto, (a cor clubista é sempre institucionalmente irrelevante), mas em representação do governo da cidade. Não se trata de misturar política e desporto, mas, bem pelo contrário, de destacar a parte de cada um. Os feitos desportivos pertencem não só à história do clube como à da terra. Reconhece-los com uma grande receção na Câmara é, no plano das relações pessoais, uma cortesia. No plano político, é um ato de cultura.

Hóquei em patins da Académica de Espinho goleia mas não sobe à divisão dos "grandes"

Apesar de ter vencido o seu adversário, fora de portas, a equipa sénior de hóquei em patins da Associação Académica de Espinho não conseguiu a tão almejada subida ao escalão principal. Uma última jornada na qual os academistas depositavam alguma esperança, dependendo de terceiros.

E os 'terceiros' (Valença e Riba d'Ave) venceram os respetivos jogos, deitando por terra as aspirações academistas.

Os golos da equipa da Académica de Espinho ante o Cart foram obtidos por Bruno Fernandes, Fred Saraiva (3) e João Paulo Marques (2).

Resultados

CART-AA Espinho	1-6
Cucujães-Famalicense	5-4
HC Marco-Juventude Pacense	3-3
Lavra-Riba d'Ave	2-4
EL Azeméis-Carvalhos	3-5
OC Barcelos 'B'-Valença	3-4
CD Póvoa-Infante Sagres	5-4

Classificação

	P	J	V	E	D	F-C
Valença	61	26	18	7	1	114-67
Riba d'Ave	59	26	19	2	5	151-94
AA Espinho	59	26	19	2	5	163-94
Carvalhos	48	26	15	3	8	131-108
EL Azeméis	43	26	14	1	11	119-102
Famalicense	37	26	11	4	11	100-90
Infante Sagres	37	26	11	4	11	111-107
OC Barcelos 'B'	33	26	10	3	13	87-90
Juventude Pacense	31	26	8	7	11	89-98
HC Marco	31	26	9	4	13	95-120
CD Póvoa	30	26	9	3	14	111-128
Lavra	23	26	7	2	17	79-122
CART	20	26	6	2	18	81-146
Cucujães	11	26	3	2	21	92-157

Voleibol jovem academista vitorioso

As equipas de voleibol de iniciados e de infantis da Associação Académica de Espinho saíram vitoriosas dos jogos deste fim-de-semana. A equipa de iniciados bateu o Ala Gondomar por 1-3 (17-25, 26-24, 20-25 e 23-25) e os infantis tiveram uma dupla vitória por 3-0 – com o Ginásio Clube de Santo Tirso (20-25, 23-25 e 18-25) e com o Leixões (25-6, 24-22 e 25-9).

Os iniciados academistas tiveram um jogo que até lhes correu bem no início mas que, com o decorrer da partida, se tornou num jogo de fraco rendimento onde, nada saía bem. Jogo para aprender com os erros que se cometeram.

Os infantis tiveram esta semana uma jornada dupla com uma saída a Santo Tirso no sábado e com a receção ao Leixões no domingo.

Nos dois jogos, os academistas mostraram a sua superioridade e venceram pela margem máxima de 3-0.

No sábado, em Santo Tirso, os comandados de António Natário controlaram o jogo de princípio até ao fim, vencendo os três sets de uma forma consistente e com poucos erros no seu jogo. No domingo e com o apoio de todos os academistas a equipa fez uma clara demonstração do seu valor e venceu a equipa do Leixões por 3-0.

Faltando duas jornadas para o final do Campeonato Nacional, os academistas folgam na próxima jornada e no fim-de-semana seguinte jogam o último jogo em casa frente ao Ala de Gondomar.

Assim as próximas três semanas servirão para preparar a derradeira fase desta época, a Final 8, que apurará o campeão nacional.

Por fim, os minis B da Académica de Espinho deslocaram-se ao Castêlo da Maia para disputar a segunda volta de apuramento para a fase final do regional.

Este torneio voltou a ser bastante participado nas suas várias zonas. Na série dos academistas, o trabalho destes atletas comandados por Januário Silva começa a dar frutos e os espinhenses não facilitaram classificando a equipa A em segundo e a B em terceiro lugar, não conseguindo apenas vencer aquela que neste momento é, sem dúvida, a mais forte candidata ao título regional e nacional, a equipa A do Castêlo da Maia.

A final deste torneio regional será no próximo dia 29 do corrente, em Matosinhos, no Pavilhão Ilídio Ramos.

Andebol tigre perde (nos últimos minutos)

A equipa de andebol sénior masculina do Sporting Clube de Espinho perdeu o jogo realizado na sexta-feira diante o Ginásio Clube de Santo Tirso 'B', por 31-34, a contar para o Campeonato Nacional da 3.ª Divisão, Zona 1. Os tigres, que ao intervalo estavam empatados (15-15), acabaram por deitar tudo a perder nos últimos minutos, quando estiveram a jogar com menos três jogadores.

No próximo sábado a equipa espinhense irá receber o Gondomar Cultural, às 20 horas, na Nave Desportiva de Espinho e na quinta-feira (dia 26, feriado), às 18h30, irão jogar à Escola Abel Salazar, em S. Mamede Infesta, com o Futebol Clube Infesta.

Eis a constituição da equipa espinhense: Vítor Pereira e João Ribeiro (guarda-redes); Alexandre Relvas (2 golos), Francisco Lopes (1), Bruno Antunes (5), João Domingues (5), Francisco Relvas, Pedro Almeida (4), Ricardo Soares, Manuel Sousa, Tiago Ferreira, João Pinhal (10) e Vasco Marques (4). Treinador: Hugo Valente.

Sábado vitorioso do andebol academista

A equipa de andebol de juvenis/juniores femininos da Associação Académica de Espinho, sob o comando de Miguel Barbosa, foi a Salreu bater a equipa local por 24-37.

Por sua vez, no pavilhão do Mocho, com o marcador um pouco lento nos primeiros minutos da partida, a equipa de infantis femininos academista, mandou de regresso a São João da Madeira a equipa da Sanjoanense, com uma derrota por 23-6.

Eis a constituição da equipa de infantis:

Luna Gomes, Francisca Cardoso (1 golo), Lara Marques (2), Luana Ferreira, Ana Branco (6), Ana Pereira (1), Maria Carvalho (2), Inês Ramos (2), Raquel Tavares, Joana Pimenta (1), Maria Sousa, Lia Gomes (4) e Joana Campos 4).

Rui Pedro regressa ao voleibol do Sporting de Espinho como treinador dos seniores e coordenador da formação

"Não vivo do passado, mas é o passado deste clube que serve de inspiração e motivação para os novos desafios"

Rui Pedro vai treinar a equipa de voleibol sénior masculina do Sporting Clube de Espinho na próxima temporada.

O credenciado técnico, que estava no Castêlo da Maia, irá igualmente assumir funções de coordenador da formação, masculino e feminino, dos tigres.

"Vou sair de um grande clube para entrar noutro grande clube", afirmou o novo técnico dos tigres no dia em que assumiu o compromisso com o Sporting Clube de Espinho.

"Não é fácil tomar uma decisão destas quando se sente bem e se é bem tratado como fui durante estas sete épocas que estive no Castêlo da Maia. No entanto, há sempre momentos na nossa vida que temos de abraçar novos desafios e de ter a coragem necessária para os assumir", referiu, a propósito. "Por vários motivos relacionados com esta minha paixão pelo voleibol e com a minha vida pessoal, profissional e familiar, decidi regressar a um clube que me deixou boas memórias, grandes conquistas e grandes realizações pessoais, ajudando-me a crescer como treinador e como homem. Sei que tenho o carinho de muitos espinhenses pelo meu trabalho realizado nas 12 épocas em que me dediquei a este histórico clube do voleibol português", explicou Rui Pedro, que acrescentou:

"No entanto, devo dizer que a forma como o vice-presidente e diretor do voleibol, Nuno Vitó, me apresentou o projeto do voleibol do Sporting Clube de Espinho para a época 2016/2017, foi determinante para este meu regresso".

Rui Pedro promete "trabalho, dedicação e acima de tudo honrar a camisola de um clube cuja história e seu palmarés enriquece qualquer treinador. Não vivo do passado, mas é o passado deste clube que serve de inspiração e motivação para os novos desafios em contextos bem diferentes aos quais temos de adaptar e dar resposta proporcional à grandeza do clube. Acredito que vamos dar muitas alegrias à capital do voleibol português", sublinhou.

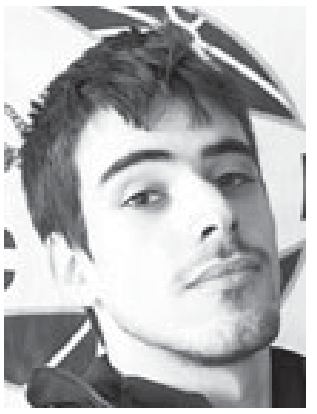
Sobre o que pretende para a formação do Sporting Clube de Espinho, Rui Pedro refere que o futuro passa obviamente por aí:

"Sei que esta nova Direção tem feito um grande esforço nas categorias de base. Sempre fui um treinador polivalente e com perfil para projetos sustentados numa boa formação. Estou no topo e na base do clube. Serei treinador dos seniores, mas também dos minis A. A fonte onde nascem os futuros tigres e a referência de uma equipa sénior que sirva de modelo, exemplo e muito orgulho em representar o Sporting Clube de Espinho". Por isso, o novo treinador dos seniores e coordenador da formação diz que "podem contar com organização, qualidade de trabalho e grande quantidade de atletas a defender a camisola do Espinho. Teremos uma grande equipa de trabalho que vai permitir a qualquer atleta ter as condições necessárias para praticar a modalidade que mais gosta. É um processo que vai demorar o tempo necessário para que o clube volte a ser a referência número um do voleibol de formação em Portugal", concluiu Rui Pedro.

O presidente da Direção do Sporting Clube de Espinho, Bernardo Gomes de Almeida, Filipe Vitó (ex-treinador), Rui Pedro e Nuno Vitó (vice-presidente para o voleibol), no dia em que foi assinado o compromisso

Manuel José Macedo

João Pinto na seleção nacional de boccia



Depois de no passado dia 4 os atletas João Pinto (classe BC1) e Ana Catarina Correia (classe BC2), do Sporting de Espinho, terem sido convocados para o estágio de preparação da seleção nacional de boccia, eis que surgiu a primeira chamada para uma prova internacional de um dos atletas de Espinho. Desta forma, João Pinto fará parte da equipa que representará Portugal no World Open Event, que se vai realizar entre os dias 15 a 18 de junho, na Póvoa de Varzim.

Apesar de já não poder representar Portugal nos próximos Jogos Paralímpicos do Rio de Janeiro, o atleta espinhense vai poder competir contra os grandes nomes mundiais da modalidade, que com certeza aproveitarão esta prova para fazerem a sua preparação paralímpica, uma vez que esta será o último grande evento internacional antes dos Jogos do Brasil.

Esta chamada é o reflexo dos excelentes resultados que o atleta tem vindo a ter nos últimos anos, resultados esses que permitiram alcançar o 2º lugar do ranking nacional da classe BC1, na última atualização realizada em fevereiro.

Salienta-se ainda a primeira chamada de Ana Catarina Correia aos treinos da seleção nacional de boccia. Apesar de não ter sido ainda convocada para representar oficialmente as cores portuguesas em torneios internacionais, a selecionadora nacional Helena Bastos decidiu premiar os consistentes resultados que a atleta tem vindo a ter, chamando-a ao grupo de trabalho de forma a que possa ser observada de uma forma mais direta.

Este é um estímulo extra para esta atleta, que se encontra ainda numa fase de aprendizagem e consolidação de jogo.

Natação sincronizada do Sporting de Espinho aplaudida em pé no Festival Ibérico em Ovar

No sábado, o Sporting de Espinho participou na quinta edição do Festival Ibérico de Natação Sincronizada, realizado nas Piscinas Municipais de Ovar, onde estiveram cerca de 150 atletas em representação de dez clubes, três dos quais eram espanhóis.

Foram apresentados um total de 37 esquemas e o Sporting de Espinho fez-se representar por quatro esquemas e 22 nadadoras:

Equipa infantil com Ana Paula Nunes, Bárbara Mendonça, Carlota Ribeiro, Carolina Cardoso, Carolina Fernandes, Leonor Silva, Maria Miguel Castro, Matilde Rodrigues, Nádia Silva e Rita Magalhães;

Equipa juvenil com Inês Cruz, Inês Duarte, Joana Ramos, Mariana Lima e Sofia Morgado;

Trio juvenil com Bárbara Gomes, Inês Meireles e Maria Pinto;

Equipa júnior com Catarina Silva, Mafalda Gomes, Maria Ferro e Matilde Jardim.

Mais uma vez, a equipa de natação sincronizada do Sporting Clube de Espinho deslumbrou a plateia, que aplaudiu em pé.

AJM na II Divisão feminina de voleibol

A equipa de voleibol da Academia José Moreira sagrou-se campeã nacional da III Divisão – seniores femininos, tendo assegurado uma presença na II Divisão da época de 2016/2017.

Na última jornada da fase final concentrada, nas instalações desportivas da Universidade de Aveiro, a AJM venceu o Clube de Vólei de Aveiro por 3-1. Nos jogos anteriores, o clube que agora tem a sua sede no concelho da Feira tinha superado por 3-0 o Marítimo e o Castelo Branco.

Canelas nos topos de masters

A natação do Sporting de Espinho esteve presente em dois torneios para o escalão de masters. No sábado, António Canelas participou no Torneio de Masters da Associação de Natação do Norte de Portugal, realizado em Recarei, e no domingo nadou no XX Torneio Internacional Master da EDV, realizado em Vila Praia de Âncora. António Canelas foi o primeiro classificado nos 50 metros mariposa e nos 100 metros estilos em Recarei, tendo ficado em segundo lugar nos 50 metros bruços. Estiveram presentes 160 nadadores em representação de vinte clubes.

Em Vila Praia de Âncora competiram 93 nadadores em representação de catorze clubes, com António Canelas a obter o primeiro lugar em todas as provas que participou: 50 metros mariposa, 50 metros bruços e 100 metros estilos.

Telma Santos estagia com badminton da Novasemente

Telma Santos, atleta olímpica da modalidade de badminton e natural de Peniche e atualmente a representar o clube de badminton de Espanha, Isla de La Ordem – Sevilha (Campeão Nacional de 2015/2016), esteve em Espinho, juntamente com a Novasemente Grupo Desportivo a treinar desde 9 de maio, durante uma semana.

De férias no norte, antes de rumar à sua preparação para os Jogos Olímpicos do Rio de Janeiro de 2016, decidiu, a convite da Novasemente, treinar com os atletas espinhenses e, ao mesmo tempo, ter a oportunidade para conhecer os atletas, principalmente os mais novos, dos escalões de formação, com idades compreendidas entre os 6 e os 15 anos.

Foi uma semana intensa de treinos, visitas, prendas, fotografias com uma atleta de excelência, por sinal a primeira jogadora portuguesa da modalidade de badminton, a ganhar um jogo nuns Jogos Olímpicos, em Londres 2012.

Telma, os atletas, treinadores, dirigentes e mesmo pais, tiveram a oportunidade de conviver.

Foi uma semana intensa de emoções, treinos, mas acima de tudo de amizade e de carinho, com alguém que é "simplesmente fantástica".

Torneio Solverde organizado pelo Clube de Ténis de Espinho reúne jovens de todo o país

Realizou-se nos campos do Parque da Gândara em Miramar mais um torneio do escalão sub-16 de nível A, organizado pelo Clube de Ténis de Espinho (CTE) com o patrocínio da Solverde e que mais uma vez conseguiu ter um leque de jogadores do escalão juvenil que tornam esta prova um baluarte do ténis nacional.

No escalão feminino, vertente de singulares, a atleta Filipa Martins do Clube de Ténis de Paços de Brandão, atual n.º 1 do ranking, não conseguiu superiorizar-se à mais-valia do jogo imposto pela atleta Lúcia Quitério do CIT Leiria que venceu o encontro por 6-1 e 6-1.

Na vertente de pares as duas atletas finalistas juntaram-se e venceram a final contra as atletas da ET Maia Maria Inês Fontes e Carolina Cardoso num disputadíssimo encontro com os parciais 4-6, 6-4 e 10-6.

No que concerne ao escalão masculino o escalonamento do sorteio possibilitou desde o arranque até ao fim da prova, a existência de jogos de excelente recorte técnico o que possibilitou por exemplo assistir ao jogo da final ao longo de duas horas e meia sem que nenhum dos atletas do norte pudesse garantir o resultado final, tal a emoção do jogo.

Neste encontro, o atleta Manuel Gonçalves do CT Porto (cabeça de série n.º1) conseguiu vencer Arthur Dussaubat do Sport Clube do Porto pelos parciais 7-6 (1) e 6-4 o que demonstra as dificuldades sentidas pelo vencedor.

Em pares, a dupla nortenha formada pelos atletas Ricardo Coelho (CT Paços de Brandão) e José Pedro Ferreira (CT Braga) venceu a dupla André Rodeia (CT Jamor) e Bernardo Vieira (CT José Mario Silva) pelos parciais de 6-3 e 6-4 em final bastante equilibrada como aliás aconteceu com as demais finais.

Filipa Martins (finalista), Joana Pangaio e Lúcia Quitério (vencedora)

"Infelizmente para o Clube de Ténis de Espinho a realidade de não jogar em casa própria e com o mínimo de condições como teve no passado, dificulta as suas realizações que mesmo assim se pautam por bons elogios dos participantes", referiu, a propósito, fonte do Clube de Ténis de Espinho.

"Realçamos ainda que 60 por cento dos participantes neste torneio ficaram alojados no Hotel Apartamentos Solverde, atletas que tiveram de se deslocar desde os Açores, Algarve, Lisboa, Leiria, Braga e outras localidades, o que demonstra o interesse do torneio para os meios tenísticos nacionais", realçou a mesma fonte.

Ginástica rítmica academista em segundo na Nave de Espinho

A equipa de infantis de ginástica rítmica da Associação Académica de Espinho (Inês Fernandes, Maria Luís Silva, Matilde Cunha, Francisca Faustino e Margarida Campos) alcançou o segundo lugar no Torneio de Benjamins e Infantis de Ginástica Rítmica, que decorreu no sábado, na Nave de Espinho. A competição foi organizada pela Associação de Ginástica do Norte e é uma prova para ginastas mais novas, com idades compreendidas entre os 5 e os 8 anos. As academistas infantis, cuja maioria era formada por ginastas na sua primeira participação em competição de conjuntos, obtiveram uma excelente segunda posição.

No escalão de benjamins, as ginastas Sofia Amorim e Isabel Aguiar Saiote mais uma vez demonstraram muita expressividade nos seus exercícios e boa qualidade técnica. Neste escalão a avaliação é apenas qualitativa e, por isso, estas pequenas ginastas obtiveram a classificação de bom.

A equipa espinhense de infantis, juvenis, juniores e seniores que disputou o torneio das comemorações da elevação de Anta a vila

Sporting de Espinho nada para o sexto lugar

Galitos de Aveiro ganha XI Torneio Vila d'Anta – V Memorial Napoleão Guerra

Realizou-se no fim-de-semana, na Piscina Municipal de Espinho, o XI Torneio Vila d'Anta – V Memorial Napoleão Guerra, inserido nas comemorações da elevação de Anta a vila. A competição foi organizada pela secção de natação do clube, em parceria com a Junta de Anta e Guetim e da Associação de Natação do Centro Norte de Portugal e com o apoio da Câmara. Na classificação final, o Clube de Galitos de Aveiro ficou em primeiro lugar (1214 pontos), seguido do Clube Desportivo do Feirense (823), tendo o Clube Desportivo do Estarreja obtido o terceiro lugar do pódio (789). O Clube Natacion Coruña ficou em quarto lugar (777) e a Associação Estamos Juntos em quinto (769). O sexto lugar foi conquistado pelo Sporting de Espinho (687 pontos).

O Clube Desportivo de Campinho foi sétimo (646 pontos); Sport Algés e Águeda, oitavo (443); Sporting, nono (432); Clube Natacion Marina Ferrol, décimo (427), Clube de Natação do Vagos, 11.º (405), Hóquei da Mealhada, 12.º (296), Académico de Viseu, 13.º (292), Crastro, 14.º (256); Gafanha da Encarnação, 15.º (249); Sporting de Aveiro, 16.º (219); Clube de Vouzela, 17.º (184 pontos). O Clube Fluvial Portuense participou apenas com um atleta de natação adaptada, não fazendo parte da classificação geral do torneio.

Os grandes destaques da equipa espinhense foram as estafetas masculinas de 4x50 metros livres com André Costa, João Branco, Fernando Marcelo Rocha e Tiago Marques, e de 4x50 metros estilos com Bernardo Costa, Tiago Marques, João Branco e André Costa, ao classificaram-se em primeiros lugar, tendo a última estafeta obtido um novo recorde absoluto do clube. Rui Santos (infantil A) foi também o primeiro nos 100 metros mariposa e o terceiro nos 100 metros costas e 100 metros livres.

Também em destaque estiveram André Costa, Fernando Marcelo Rocha, João Branco, Gustavo Marques, Miguel Vaz, Teresa Aires e Tiago Marques.

André Costa (sénior) foi segundo nos 50 metros livres; Teresa Aires (sénior), segunda nos 50m mariposa e quinta nos 100m mariposa; João Branco (júnior A), terceiro nas provas de 50 e 100m mariposa; Gustavo Marques (infantil B), terceiro nos 100m mariposa e 200m estilos e quarto nos 100m costas; Tiago Marques (sénior), terceiro nos 100m bruços e quarto nos 50m bruços; Miguel Vaz (juvenil A), terceiro nos 400m livres, 100m bruços e 200m estilos e quinto nos 100m livres; Fernando Marcelo Rocha (júnior B), terceiro nos 100m livres e quinto nos 200m livres.

Paulo Freitas (dirigente da natação do Sporting de Espinho) e Luísa Guerra (viúva do autarca antense Napoleão Guerra)

Nos masculinos, Bernardo Costa (sénior) foi quarto nas provas de 50 e 100m costas; Diogo Mendes (infantil B), sexto nos 100m bruços e oitavo nos 100m livres; Vasco Guedes (juvenil B), oitavo nos 200m livres e décimo nas provas de 100m livres, 100m costas e 100m mariposa.

Nos femininos, Catarina Lei (júnior A) foi quarta nos 50 e 100m bruços; Carolina Silva (júnior A), quarta nos 50m livres e quinta nos 100m livres; Inês Melo (juvenil A), quarta nos 100 e 400m livres, quinta nos 100m mariposa e sexta nos 200m livres; Maria Almeida (infantil A), quarta nos 100m livres e quinta nos 100m bruços; Maria Inês Poinho (juvenil A), sexta nos 100m bruços e 200m estilos e nona nos 100m costas; Matilde Almeida (infantil A), oitava nos 100m costas; Sara Castelo (júnior A), oitava nos 50m costas e décima nos 100m costas; Salomé Monteiro (sénior), nona nos 200m livres e 200m estilos.

Nas estafetas, na prova dos 4x50 metros livres, Catarina Lei, Carolina Silva, Catarina Dias e Teresa Aires obtiveram o sexto lugar. Sara Castelo, Catarina Lei, Teresa Aires e Carolina Silva ficaram em oitavo lugar na prova de 4x50m estilos.

Foram batidos 49 novos recordes pessoais (incluindo parciais), dois dos quais recorde do clube (juvenil A): Inês Melo nos 100 metros mariposa.

Em extracompetição, Bernardo Guedes (sénior) participou nos 50 metros livres, 50m mariposa e 100m costas; Catarina Dias (sénior), 50m livres e 50 e 100m costas; Igor Oliveira (júnior B), 50 e 100m mariposa e 50m bruços; João Poinho (sénior), 100m livres e 100m mariposa; João Rodrigues (S14) nadou nas provas de 50 e 100m livres; Luís Vaz (infantil B), 100m costas, 100m livres e 100m bruços; Rodrigo Gonçalves (infantil B), 100m livres, 100m costas e 100m bruços; Rodrigo Monteiro (júnior A), 50m livres; Sandra Gomes (sénior), 50m livres e 50m mariposa; Vasco Tavares (júnior A), 100m costas e 100m livres.

Em extracompetição na prova dos 4x50 metros livre, participaram as estafetas masculinas com Gustavo Marques, Luís Vaz, Diogo Mendes e Rodrigo Gonçalves e com Rodrigo Monteiro, João Poinho, Igor Oliveira e Bernardo Guedes e a feminina de Sara Castelo, Sandra Gomes, Catarina Dias e Maria Inês Poinho. Na prova dos 4x50m estilos nadaram as estafetas com Gustavo Marques, Miguel Vaz, Rui Santos e Vasco Guedes e a de Vasco Tavares, Igor Oliveira, João Poinho e Bernardo Guedes e a feminina com Catarina Dias, Maria Inês Poinho, Inês Melo e Maria Almeida.

Os prémios do evento que participaram dois clubes de Espanha – Natacion Coruña e Club Marina Ferrol – foram entregues por Luísa Guerra, viúva de Napoleão Guerra, Nuno Almeida, presidente da Junta de Anta-Guetim, Mário Devesas, Manuel Santos e José Fernando, em representação da autarquia de Anta e Guetim, e Júlio Fortuna, da Associação de Natação do Centro Norte de Portugal. Estiveram também presentes o diretor técnico da Associação de Natação de Norte Centro de Portugal, Jorge Crespo, e os diretores da secção de natação do Sporting de Espinho, Fernanda Rocha e Paulo Freitas.

FUTEBOL

CAMPEONATO DISTRITAL AVEIRO
JUNIORES - 1.ª DIVISÃO
1.ª FASE

Resultados

Fiães-Estrela Azul 9-0
S. João Ver-Oliveira Bairro 1-1
P. Brandão-Estarreja 0-1
Gafanha-Soutelo 3-0
Arrifanense-Alba 2-3
Águeda-Sp. Espinho 1-4
Paivense-Avanca 0-2
Feirense-Cesarense 4-3
U. Lamas-Cucujães 2-2

Classificação

	P	J	V	E	D	F-C
Cesarense	87	32	28	3	1	109-18
Feirense	79	32	25	4	3	117-37
Sp. Espinho	67	32	21	4	7	105-50
Avanca	63	32	20	3	9	65-37
Gafanha	57	32	16	9	7	69-43
Alba	56	32	18	2	12	82-60
Oliveira Bairro	49	32	15	4	13	52-42
U. Lamas	46	32	13	7	12	48-53
Estarreja	43	32	13	4	15	40-49
Arrifanense	41	32	12	5	15	56-61
S. João Ver	40	32	12	4	16	51-72
Cucujães	38	32	10	8	14	67-79
Fiães	37	32	11	4	17	63-74
Águeda	37	32	11	4	17	47-69
Soutelo	33	32	9	6	17	48-66
Paivense	25	32	7	4	21	38-77
P. Brandão	17	32	4	5	23	32-93
Estrela Azul	8	32	2	2	28	22-131

Próxima jornada

Fiães-Cucujães
Estrela Azul-S. João Ver
Oliveira Bairro-P. Brandão
Estarreja-Gafanha
Soutelo-Arrifanense
Alba-Águeda
Sp. Espinho-Paivense
(Espinho/sábado/17h)
Avanca-Feirense
Cesarense-U. Lamas

JUVENIS - 1.ª DIVISÃO - 1.ª FASE

Resultados

Feirense-Soutelo 4-1
Gafanha-Lourosa 4-1
Oliveira Bairro-S. João Ver 3-1
Fiães-Águeda 2-1
Alba-Anadia 0-5
Sanjoanense-Oliveirense 4-0
Arouca-Avanca 2-1
U. Lamas-Sp. Espinho 4-5
Taboeira-Carregosense 11-0

Classificação

	P	J	V	E	D	F-C
Taboeira	83	32	26	5	1	118-23
Anadia	76	32	24	4	4	99-30
Feirense	72	32	21	9	2	70-28
Águeda	59	32	18	5	9	67-40
Arouca	56	32	17	5	10	70-50
Sp. Espinho	54	32	17	3	12	85-60
Fiães	54	32	17	3	12	94-42
Avanca	47	32	14	5	13	67-45
Oliveirense	45	32	13	6	13	60-60
U. Lamas	44	32	13	5	14	85-83
Sanjoanense	41	32	13	2	17	61-62
Lourosa	40	32	12	4	16	55-49
Gafanha	39	32	11	6	15	46-46
Alba	37	32	12	1	19	37-79
Oliveira Bairro	32	32	9	5	18	41-89
Soutelo	20	32	6	2	24	20-111
S. João Ver	17	32	5	2	25	27-93
Carregosense	11	32	3	2	27	31-143

Próxima jornada

Feirense-Carregosense
Soutelo-Gafanha
Lourosa-Oliveira Bairro
S. João Ver-Fiães
Águeda-Alba
Anadia-Sanjoanense
Oliveirense-Arouca
Avanca-U. Lamas
Sp. Espinho-Taboeira
(Espinho/domingo/9h)

JUVENIS - 2.ª DIVISÃO
2.ª FASE - APURAMENTO CAMPEÃO

Resultados

Cesarense-ADF Anta/Baixinhos 4-0
Mealhada-Estarreja 2-1

Classificação

	P	J	V	E	D	F-C
Cesarense	7	3	2	1	0	13-2
ADF Anta/Baixinhos	6	3	2	0	1	7-7
Mealhada	4	3	1	1	1	6-6
Estarreja	0	3	0	0	3	2-13

Próxima jornada

ADF Anta/Baixinhos-Estarreja
(Cassufas/domingo/9h)
Cesarense-Mealhada

JUVENIS - 2.ª DIVISÃO
PROVA DE ENCERRAMENTO
SÉRIE A

Resultados

ADF Anta/Baixinhos-Canedo 0-3
Fiães-Relâmpago 3-5
Folgou o Lourosa

Classificação

	P	J	V	E	D	F-C
Canedo	6	2	2	0	0	7-3
Relâmpago	3	1	1	0	0	5-3
ADF Anta/Baixinhos	3	2	1	0	1	2-4
Lourosa	0	1	0	0	1	1-2
Fiães	0	2	0	0	2	6-9

Próxima jornada

Relâmpago-ADF Anta/Baixinhos
(Nog. Regedoura/domingo/9h)
Canedo-Lourosa
Folga o Fiães

JUVENIS - 2.ª DIVISÃO
PROVA DE ENCERRAMENTO
SÉRIE D

Resultados

Unidos Rossas-Tarei 2-1
Sp. Espinho-Cucujães 4-0
Folgou o Esmoriz

Classificação

	P	J	V	E	D	F-C
Unidos Rossas	6	2	2	0	0	8-5
Tarei	3	2	1	0	1	4-2
Sp. Espinho	3	2	1	0	1	4-3
Esmoriz	0	1	0	0	1	4-6
Cucujães	0	1	0	0	1	0-4

Próxima jornada

Cucujães-Unidos Rossas
Tarei-Esmoriz
Folga o Sp. Espinho

INICIADOS - 1.ª DIVISÃO
1.ª FASE

Resultados

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

Classificação

	P	J	V	E	D	F-C
Sp. Espinho	89	32	29	2	1	102-16
Anadia	68	32	21	5	6	92-39
ADF Anta/Baixinhos	66	32	19	9	4	57-28
U. Lamas	53	32	16	5	11	58-40
Feirense	51	32	16	3	13	48-38
Águeda	50	32	15	5	12	75-58
Gafanha	50	32	15	5	12	52-52
Arouca	48	32	15	3	14	68-59
P. Brandão	47	32	14	5	13	55-52
Oliveira Bairro	46	32	11	13	8	31-27
Oliveirense	44	32	12	8	12	57-48
Mealhada	43	32	11	10	11	51-53
Geração Paramos	41	32	11	8	13	52-42
Bustelo	35	32	10	5	17	41-70
Paivense	29	32	8	5	19	45-70
Beira Mar	23	32	6	5	21	40-82
Taboeira	14	32	3	5	24	16-87
Sanjoanense	13	32	2	7	23	30-109

Próxima jornada

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

INICIADOS - 2.ª DIVISÃO
PROVA DE ENCERRAMENTO
SÉRIE A

Resultados

ADF Anta/Baixinhos-Sanjoanense 4-0
U. Lamas-Feirense 1-3
Folgou a Oliveirense

Classificação

	P	J	V	E	D	F-C
Oliveirense	3	1	1	0	0	3-1
Feirense	3	1	1	0	0	3-1
ADF Anta/Baixinhos	3	2	1	0	1	5-3
U. Lamas	0	1	0	0	1	1-3
Sanjoanense	0	1	0	0	1	0-4

Próxima jornada

Feirense-ADF Anta/Baixinhos
(SM Feira/sábado/14h)
Sanjoanense-Oliveirense
Folga o U. Lamas

INICIADOS - 2.ª DIVISÃO
PROVA DE ENCERRAMENTO
SÉRIE C

Resultados

ADF Anta/Baixinhos-Geração Paramos 1-3
Fermedo-Arouca 3-1
Folgou o Fiães

Classificação

	P	J	V	E	D	F-C
Fermedo	6	2	2	0	0	6-1
Fiães	3	1	1	0	0	4-1
Geração Paramos	3	2	1	0	1	3-4
Arouca	0	1	0	0	1	1-3
ADF Anta/Baixinhos	0	2	0	0	2	2-7

Próxima jornada

Arouca-ADF Anta/Baixinhos
(Arouca/domingo/11h)
Geração Paramos-Fiães
Folga o Fermedo

INICIADOS - 2.ª DIVISÃO
PROVA DE ENCERRAMENTO
SÉRIE E

Resultados

S. João Ver-Sp. Espinho 0-2
Canedo-Argoncilhe 0-2
Folgou o Sanguedo

Classificação

	P	J	V	E	D	F-C
Sp. Espinho	6	2	2	0	0	10-1
Argoncilhe	3	1	1	0	0	2-0
S. João Ver	3	2	1	0	1	6-5
Sanguedo	0	1	0	0	1	3-6
Canedo	0	2	0	0	2	1-10

Próxima jornada

Argoncilhe-S. João Ver
Sp. Espinho-Sanguedo
(Espinho/domingo/11h)
Folga o Canedo

INFANTIS A - GRUPO 1
2.ª FASE - PREMIUM

Resultados

ADF Anta/Baixinhos-Gafanha 3-4
Anadia-Feirense 2-2
Cesarense-Avanca 4-3
Vista Alegre-U. Lamas 8-1

Classificação

	P	J	V	E	D	F-C
Vista Alegre	25	10	8	1	1	30-11
Feirense	20	10	6	2	2	36-16
Anadia	20	10	6	2	2	31-14
Gafanha	17	10	5	2	3	26-20
Cesarense	12	10	4	0	6	19-29
Avanca	9	10	2	3	5	24-24
ADF Anta/Baixinhos	8	10	2	2	6	23-36
U. Lamas	3	10	1	0	9	12-51

Próxima jornada

Avanca-ADF Anta/Baixinhos
(Avanca/sábado/10h30)
Gafanha-Anadia
U. Lamas-Feirense
Vista Alegre-Cesarense

INFANTIS A - GRUPO 1
2.ª FASE - GOLD B

Resultados

Sanjoanense-Vilamaiorense 2-0
Sp. Espinho-Arrifanense 2-5
Carregosense-Cortegaça 1-3
Fiães-Sanguedo 13-0

Classificação

	P	J	V	E	D	F-C
Sanjoanense	30	10	10	0	0	57-7
Vilamaiorense	21	10	7	0	3	32-15
Arrifanense	19	10	6	1	3	51-16
Cortegaça	18	10	6	0	4	37-33
Fiães	15	10	5	0	5	41-33
Sp. Espinho	12	10	4	0	6	32-31
Carregosense	4	10	1	1	8	23-35
Sanguedo	0	10	0	0	10	5-108

Próxima jornada

Cortegaça-Sanjoanense
Vilamaiorense-Sp. Espinho
(Vila Maior/sábado/9h)
Sanguedo-Arrifanense
Fiães-Carregosense

INFANTIS A - GRUPO 2
2.ª FASE - GOLD A

Resultados

ADF Anta/Baixinhos-Feirense 2-6
U. Lamas-Sp. Espinho 3-2
Oliveirense-Fiães 5-1
Unidos Rossas-Arrifanense 2-2
Folgou a Sanjoanense

Classificação

	P	J	V	E	D	F-C
Feirense	34	12	11	1	0	85-9
U. Lamas	31	12	10	1	1	50-13
Sanjoanense	25	12	8	1	3	45-17
Sp. Espinho	22	13	7	1	5	40-29
Oliveirense	20	12	6	2	4	40-36
ADF Anta/Baixinhos	16	13	5	1	7	39-43
Fiães	10	13	3	1	9	22-57
Unidos Rossas	4	13	1	1	11	14-99
Arrifanense	1	12	0	1	11	8-40

Próxima jornada

Arrifanense-ADF Anta/Baixinhos
(Arrifana/sábado/10h15)
Feirense-U. Lamas
Sp. Espinho-Oliveirense
(Espinho/sábado/11h30)
Sanjoanense-Unidos Rossas
Folga o Fiães

INFANTIS B - GRUPO 1
2.ª FASE - PREMIUM

Resultados

ADF Anta/Baixinhos-Taboeira 1-0
LAAC-Feirense 2-5
Anadia-Casa Benfica Estarreja 2-3
Sanjoanense-Vilamaiorense 4-3

Classificação

	P	J	V	E	D	F-C
Feirense	28	10	9	1	0	46-16
Casa Benfica Estarreja	25	10	8	1	1	28-10
Taboeira	16	10	5	1	4	17-16
Anadia	14	10	4	2	4	23-19
Sanjoanense	12	10	4	0	6	21-31
Vilamaiorense	10	10	3	1	6	20-28
ADF Anta/Baixinhos	9	10	3	0	7	19-29
LAAC	3	10	1	0	9	9-34

Próxima jornada

Casa Benfica Estarreja-ADF Anta/Baixinhos
(Avanca/sábado/9h)
Taboeira-LAAC
Vilamaiorense-Feirense
Sanjoanense-Anadia

INFANTIS B - GRUPO 1
2.ª FASE - GOLD B

Resultados

Oliveirense-Lourosa 3-0
Sp. Espinho-Avanca 2-5
Milheiroense-Cucujães 0-9
S. João Ver-Cortegaça 4-2

Classificação

	P	J	V	E	D	F-C
Oliveirense	24	10	8	0	2	38-26
Avanca	20	10	6	2	2	47-21
Lourosa	19	10	6	1	3	36-18
S. João Ver	18	10	6	0	4	25-19
Sp. Espinho	13	10	4	1	5	25-33
Cortegaça	9	10	3	0	7	26-46
Milheiroense	9	10	3	0	7	15-44
Cucujães	6	10	2	0	8	21-26

Próxima jornada

Cucujães-Oliveirense
Lourosa-Sp. Espinho
(Lourosa/sábado/9h)
Cortegaça-Avanca
S. João Ver-Milheiroense

INFANTIS B - GRUPO 2
2.ª FASE - GOLD A

Resultados

Vilamaiorense-Sp. Espinho 1-1
Sanjoanense-Feirense 4-5
Fiães-ADF Anta/Baixinhos 3-0
Folgou a Oliveirense

Classificação

	P	J	V	E	D	F-C
Feirense	34	12	11	1	0	59-19
Oliveirense	20	12	6	2	4	37-26
Sanjoanense	19	12	5	4	3	36-31
Sp. Espinho	17	12	5	2	5	26-44
Fiães	14	12	4	2	6	24-36
ADF Anta/Baixinhos	11	12	2	5	5	24-25
Vilamaiorense	2	12	0	2	10	13-38

BENJAMINS A - 2.ª FASE
PREMIUM

Resultados

Feirense-ADF Anta/Baixinhos 1-1
Mourisquense-Anadia 0-2
Casa Benfica Aveiro-Sanjoanense ..... a)
Cesarense-Avanca 0-3
Fiães-Oliveira Bairro 8-0
a) Adiado

Classificação

	P	J	V	E	D	F-C
Anadia	42	14	14	0	0	75-17
Mourisquense	31	14	10	1	3	38-24
ADF Anta/Baixinhos	23	14	6	5	3	44-23
Fiães	22	14	7	1	6	47-24
Casa Benfica Aveiro	22	13	7	1	5	36-41
Feirense	17	14	4	5	5	37-31
Sanjoanense	15	13	4	3	6	44-48
Avanca	15	14	4	3	7	33-49
Oliveira Bairro	6	14	1	3	10	21-51
Cesarense	2	14	0	2	12	20-87

Próxima jornada

Avanca-Feirense
ADF Anta/Baixinhos-Mourisquense
(Cassufas/sábado/9h)
Anadia-Casa Benfica Aveiro
Oliveira Bairro-Sanjoanense
Fiães-Cesarense

BENJAMINS A - 2.ª FASE - GOLD A

Resultados

Paivense-S. João Ver 6-1
Sp. Espinho-Lourosa 1-5
Esmoriz-P. Brandão 2-3
Folgou o Vilamaiorense

Classificação

	P	J	V	E	D	F-C
Sp. Espinho	27	12	9	0	3	39-23
Lourosa	25	12	8	1	3	42-30
P. Brandão	20	12	6	2	4	41-35
Vilamaiorense	19	12	6	1	5	44-38
Paivense	14	12	4	2	6	34-39
Esmoriz	9	12	3	0	9	29-41
S. João Ver	8	12	2	2	8	20-43

BENJAMINS A - 2.ª FASE
GOLD B

Resultados

Fiães-U. Lamas 3-2
Canedo-Sp. Espinho 4-7
Lourosa-ADF Anta/Baixinhos 3-2
Folgou o Argoncilhe

Classificação

	P	J	V	E	D	F-C
Fiães	34	12	11	1	0	81-13
U. Lamas	25	12	8	1	3	42-31
Sp. Espinho	22	12	7	1	4	53-35
Lourosa	19	12	6	1	5	34-34
ADF Anta/Baixinhos	18	12	6	0	6	46-31
Canedo	3	12	1	0	11	20-66
Argoncilhe	3	12	1	0	11	12-78

BENJAMINS B - 2.ª FASE
PREMIUM

Resultados

Casa Benf. Estarreja-ADFAnta/Baixinhos . 14-0
Lourosa-Fiães 5-4
Sanjoanense-Oliveirense 5-1
Gafanha-Oliveira Bairro 2-6
Taboeira-Feirense 5-1

Classificação

	P	J	V	E	D	F-C
Casa Benfica Estarreja	40	14	13	1	0	106-15
Taboeira	34	14	11	1	2	59-18
Gafanha	27	14	8	3	3	53-44
Oliveira Bairro	24	14	7	3	4	41-42
Feirense	23	14	7	2	5	39-26
Sanjoanense	18	14	5	3	6	45-39
Oliveirense	17	14	5	2	7	36-42
Lourosa	9	14	2	3	9	22-61
Fiães	6	14	2	0	12	31-84
ADF Anta/Baixinhos	3	14	1	0	13	15-76

Próxima jornada

Oliveira Bairro-Casa Benfica Estarreja
ADF Anta/Baixinhos-Lourosa
(Cassufas/sábado/10h15)
Fiães-Sanjoanense
Feirense-Oliveirense
Taboeira-Gafanha

BENJAMINS B - 2.ª FASE
GOLD A

Resultados

Avanca-Cesarense 0-9
Cucujães-Oliveirense 3-6
Sp. Espinho-Salesiano Arouca 2-5
Esc. Rui Dolores-ADF Anta/Baixinhos ... 3-3

Classificação

	P	J	V	E	D	F-C
Oliveirense	33	14	11	0	3	64-33
Sp. Espinho	29	14	9	2	3	66-41
Salesiano Arouca	28	14	9	1	4	61-30
Cesarense	27	14	9	0	5	65-27
Cucujães	21	14	7	0	7	41-38
Avanca	15	14	4	3	7	41-60
ADF Anta/Baixinhos	7	14	2	1	11	24-75
Esc. Rui Dolores	4	14	1	1	12	19-77

TRAQUINAS A - 2.ª FASE - PREMIUM

Resultados

Feirense-ADF Anta/Baixinhos 0-0
Estarreja-Sanjoanense 4-1
Oliveira Bairro-Oliveirense 2-3
Casa Benfica Aveiro-Gafanha 3-2
Fiães-Lourosa 2-2
Fiães-Casa Benfica Aveiro ..... 1-3 *
* Jogo da 15.ª jornada realizado a 15 de maio

Classificação

	P	J	V	E	D	F-C
Lourosa	34	14	10	4	0	40-15
Feirense	32	14	10	2	2	43-12
Casa Benfica Aveiro	31	15	10	1	4	31-15
Oliveirense	24	14	7	3	4	45-32
Fiães	19	15	5	4	6	41-42
ADF Anta/Baixinhos	17	14	4	5	5	20-24
Gafanha	15	14	5	0	9	38-38
Estarreja	15	14	4	3	7	25-38
Oliveira Bairro	7	14	2	1	11	11-53
Sanjoanense	7	14	2	1	11	13-38

Próxima jornada

Gafanha-Feirense
ADF Anta/Baixinhos-Estarreja
(Cassufas/sábado/11h30)
Sanjoanense-Oliveira Bairro
Lourosa-Oliveirense

TRAQUINAS A - 2.ª FASE - GOLD A

Resultados

Salesiano Arouca-Feirense 4-1
Arrifanense-Sp. Espinho 0-3
Milheiroense-ADF Anta/Baixinhos 4-1
Folgou o Vilamaiorense

Classificação

	P	J	V	E	D	F-C
Feirense	26	12	8	2	2	39-21
Vilamaiorense	23	12	7	2	3	40-32
Sp. Espinho	22	12	7	1	4	41-22
Salesiano Arouca	22	12	7	1	4	59-30
Arrifanense	20	12	6	2	4	46-38
Milheiroense	6	12	2	0	10	23-62
ADF Anta/Baixinhos	3	12	1	0	11	15-58

TRAQUINAS B - 2.ª FASE - SÉRIE A

Resultados

ADF Anta/Baixinhos-Sanjoanense 1-1
P. Brandão-Lourosa 3-1
Oliveirense-Estarreja 5-3
Folgou o Feirense

Classificação

	P	J	V	E	D	F-C
Sanjoanense	26	10	8	2	0	72-11
Estarreja	16	10	5	1	4	25-30
Feirense	15	9	4	3	2	13-17
Oliveirense	14	9	4	2	3	27-27
ADF Anta/Baixinhos	10	8	3	1	4	24-25
P. Brandão	7	9	1	4	4	8-26
Lourosa	1	9	0	1	8	6-39

Próxima jornada

Sanjoanense-Oliveirense
Lourosa-ADF Anta/Baixinhos
(Lourosa/sábado/10h15)
Feirense-P. Brandão
Folga o Estarreja

TRAQUINAS B - 2.ª FASE - SÉRIE B

Resultados

ADF Anta/Baixinhos-Esc. Rui Dolores ... 2-8
Salesiano Arouca-Vilamaiorense 7-0
Milheiroense-Avanca 4-6
Fajões-Arrifanense 2-1

Classificação

	P	J	V	E	D	F-C
Avanca	33	11	11	0	0	97-14
Salesiano Arouca	24	10	8	0	2	46-20
Esc. Rui Dolores	21	11	7	0	4	46-43
Fajões	14	10	4	2	4	16-21
Milheiroense	11	11	3	2	6	30-56
Arrifanense	10	11	3	1	7	21-44
ADF Anta/Baixinhos	10	11	3	1	7	17-40
Vilamaiorense	2	11	0	2	9	15-50

Próxima jornada

Esc. Rui Dolores-Fajões
Vilamaiorense-ADF Anta/Baixinhos
(Vila Maior/domingo/10h30)
Avanca-Salesiano Arouca
Arrifanense-Milheiroense

FUTEBOL

I LIGA

Resultados

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

Classificação

	P	J	V	E	D	GM-GS
Benfica	88	34	29	1	4	88-22
Sporting	86	34	27	5	2	79-21
FC Porto	73	34	23	4	7	67-30
Braga	58	34	16	10	8	54-35
Arouca	54	34	13	15	6	47-38
Rio Ave	50	34	14	8	12	44-44
Paços Ferreira	49	34	13	10	11	43-42
Estoril Praia	47	34	13	8	13	40-41
Belenenses	41	34	10	11	13	44-66
V. Guimarães	40	34	9	13	12	45-53
Nacional	38	34	10	8	16	40-56
Moreirense	36	34	9	9	16	38-54
Marítimo	35	34	10	5	19	45-63
Boavista	33	34	8	9	17	24-41
V. Setúbal	30	34	6	12	16	40-61
Tondela	30	34	8	6	20	34-54
U. Madeira	29	34	7	8	19	27-50
Académica	25	34	5	10	19	32-60

II LIGA

Resultados

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

Classificação

	P	J	V	E	D	GM-GS
FC Porto B	86	46	26	8	12	84-52
Chaves	81	46	21	18	7	60-39
Feirense	78	46	21	15	10	55-38
Portimonense	78	46	20	18	8	57-45
Freamunde	74	46	20	14	12	52-36
Famalicão	72	46	18	18	10	64-51
Olhanense	69	46	19	12	15	42-39
Desp. Aves	67	46	19	10	17	58-48
Varzim	65	46	17	14	15	51-48
Sporting B	65	46	18	11	17	61-59
Gil Vicente	62	46	16	14	16	58-56
Penafiel	61	46	13	22	11	49-46
V. Guimarães B	60	46	16	12	18	60-67
Sp. Covilhã	58	46	13	19	14	45-48
Braga B	57	46	15	12	19	47-54
Santa Clara	57	46	15	12	19	49-52
Ac. Viseu	56	46	13	17	16	46-60
Leixões	55	46	14	13	19	45-56
Benfica B	55	46	15	10	21	59-64
Farense	54	46	15	11	20	49-56
Mafra	54	46	12	18	16	37-40
Atlético CP	51	46	12	15	19	49-56
Oriental	41	46	9	14	23	47-67
UD Oliveirense	29	46	6	11	29	42-89

totobola

Concurso dos Órgãos de Informação n.º 22/2016 de 29/05/2016. Prognóstico "Defesa de Espinho", Redacção Desportiva:

1. PORTUGAL - NORUEGA	1
2. ESPANHA - BÓSNIA HERZEG.	1
3. ALBÂNIA - QATAR	1
4. ALEMANHA - ESLOVÁQUIA	1
5. LITUÂNIA - ESTÓNIA	1
6. ITÁLIA - ESCÓCIA	1
7. SUÍÇA - BÉLGICA	X
8. TURQUIA - MONTENEGRO	1
9. MACEDÓNIA - AZERBAIJÃO	1
10. ROMÉNIA - UCRÂNIA	1
11. GIRONA - ALCORCÓN	1
12. SARAGOÇA - OVIEDO	X
13. ALMERÍA - MIRANDÉS	1

Campeões até ao fim

A equipa de iniciados de futebol do Sporting Clube de Espinho, campeã distrital da 1.ª Divisão, venceu o Mealhada por 2-1.

O Mealhada apresentou-se em Espinho com o intuito de pontuar e a postura da equipa deu esse sinal desde o apito inicial. No entanto, os espinhenses foram assentando o seu jogo e começaram a acercar-se da baliza adversária com algum perigo. Não foi com surpresa que viriam a adiantar-se no marcador através de um golo de Diogo Godinho.

O Mealhada ia tentando a sua sorte mas esbarrou sempre na acertada e renovada linha defensiva dos tigres. A toada do encontro manteve-se assim até ao intervalo podendo o Sporting de Espinho ter regressado aos balneários com uma maior diferença, não fosse o desacerto da sua linha avançada.

O segundo tempo mostrou um Mealhada mais aberto e mais atrevido e um Espinho com mais acerto nas trocas atacantes e disso ganhou o jogo, pois viu-se neste período bons momentos de futebol e sempre com a expetativa na incerteza do resultado final.

Seriam os tigres a concretizar em golo uma das várias oportunidades que conseguiram construir. Mesmo assim o Mealhada não desistiu do jogo e acabou por reduzir já perto do fim.

Vitória certa do Sporting Clube de Espinho numa altura em que a equipa começa a descomprimir, depois de alcançado o grande objetivo da época.

Sporting de Espinho, 2
GD Mealhada, 1

Jogo no Centro de Formação do Sporting Clube de Espinho, em Espinho.

Árbitro: Mário Silva.

Ao intervalo: 1-0.

Sporting Clube de Espinho – Ruben (cap.); Resende, Malecas, Pedro Carvalho e Gonçalo Santos; Fábio Ferreira, Gonçalo Marques e Rodrigo Ferreira; Ricardo Ferreira, Avelino e Diogo Godinho.

Treinador: Fábio Paquete. Treinador adjunto: Jorge Novo.

Jogaram ainda: Joaquim Rocha, Sandro Brandão, Henrique, Vasco Marques e Diogo Paiva.

Grupo Desportivo da Mealhada – Diogo Veloso; Tomas, Rafael Sousa, Gabriel Santos e Simão; Ricardo Moura, Boris e Diogo Rua; André, Simão Duarte e Pedro Félix.

Jogaram ainda: Francisco Roque e João Luís.

Marcadores: Diogo Godinho e Sandro Brandão; João Luís.

Disciplina: cartão amarelo a Avelino, Sandro Brandão e Pedro Carvalho; André, João Luís, Pedro Félix e Gabriel Santos.

Despedida em grande do hóquei em campo de sub-15 academista

A equipa de hóquei em campo de sub-15 da Associação Académica de Espinho terminou o seu campeonato com 'um nó na garganta', uma vez que, na semana passada, em Mirandela, perdeu a oportunidade de conseguir passar à final 4. No entanto, no último jogo, esta semana, com o Viso, os academistas venceram por 5-3.

Eis a constituição da equipa:

Pedro Maranhão, Davide Santos, Paulo Plasta (cap., 2 golos), João Rocha, João Gomes, Ricardo Silva, Rodrigo Gomes, Rafael França e Guilherme Caramalho (3). Treinadores: Hugo Gonçalves e Márcio Marques. Delgado: Joaquim Magano.

...com legenda!

Foto VÍTOR LANCHA

O "tri" que resultou no 35.º título nacional do futebol benfiquista (também) foi comemorado em Espinho (imagem junto à Casa do Benfica)

Uma boa lição

A equipa de futebol de juvenis do Sporting Clube de Espinho foi a Santa Maria de Lamas vencer o União de Lamas por 4-5, em jogo a contar para o Campeonato distrital da 1.ª Divisão.

Os tigres entraram com domínio total até ao momento em que abriram o ativo; daí para a frente o União de Lamas equilibrou a partida, criou, inclusivamente, algumas oportunidades de golo que foram superiormente anuladas pelo guardião espinhense, Diogo Barbosa.

Ainda durante a primeira metade os tigres ampliaram a vantagem para dois a zero, resultado com que chegou o intervalo.

A parte complementar iniciou-se com algum equilíbrio. No entanto, o conjunto visitante, de pontaria afinada, marcou mais três golos encontrando-se a vencer por cinco bolas a zero!

O problema veio nos últimos dez minutos em que os tigres com tanta sobranceria e relaxado com os 'louros' obtidos, foram surpreendidos pelo seu adversário que fez quatro golos de rajada, deixando a equipa alvinegra completamente desorientada. E se o jogo não terminava o União de Lamas até poderia chegar ao empate.

O resultado final está certo e o número de golos não é exagerado para os dois conjuntos. No entanto, é uma boa lição para os tigres perceberem que mesmo a vencer por um resultado volumoso não se pode menosprezar o seu opositor.

União de Lamas, 4
Sporting de Espinho, 5

Jogo no Campo N.º 2 do Estádio Comendador Henrique Amorim, em Santa Maria de Lamas.

Árbitro: Carlos Silva (AF Aveiro). Árbitros assistentes: Jorge Silva e João Henriques.

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

Jogaram ainda: Ricardo Rosas, Tiago Santos e João Silva.

Não utilizados – Luís Fontes, Victor Santo e Corneliu Barbian.

Treinador: Élio Almeida.

Sporting Clube de Espinho – Diogo Barbosa; José Sá, João Moreira, Diogo Magalhães e Rafael Figueiredo; Eduardo Ferreira (cap.), Bruno Cardoso e Nelson Maganinho; Sandro Oliveira, Miguel Castro e André Pinhal.

Jogou ainda: Tiago Guimarães.

Não utilizado: Rui Mendes.

Treinador: Ivan Santos.

Marcadores: Tiago Santos (2 golos) e João Pinto (2); André Pinhal (2), Sandro Oliveira (2) e Nelson Maganinho.

Disciplina: cartão amarelo a Leandro Pinto, Ricardo Rosas e João Pinto; Diogo Barbosa e André Pinhal.

Manuel de Magalhães

Novasemente perde com Santa Luzia em futsal

A equipa sénior feminina (A) do Novasemente Grupo Desportivo foi ao pavilhão do Santa Luzia perder por 4-2, em jogo a contar para a 11.ª jornada do Campeonato Nacional, Apuramento do Campeão. As antenses, ao intervalo, já estavam a perder por 3-0, conseguindo reduzir por intermédio de Nancy, a autora dos dois tentos do Novasemente.

No próximo sábado, às 18 horas, a equipa do Novasemente recebe, no Pavilhão Municipal Napoleão Guerra, em Cassufas (Anta), os Restauradores Avintenses.

Entretanto, a equipa de seniores femininos (B) do Novasemente recebeu a Formação do Castelões e venceu por 2-0. Num jogo onde a qualidade das duas equipas esteve muito longe do seu habitual, o importante mesmo foi o resultado final e, com estes três preciosos pontos ficou tudo em aberto para a última jornada que se vai realizar já no próximo sábado no Pavilhão de Cassufas frente ao Fundo de Vila. A diferença é de apenas um ponto do líder. Por isso, irá haver emoção até ao último minuto desta prova.

Os iniciados do Novasemente terminaram a sua prova contra o poderoso Ossela e saíram derrotados por 2-3. Os jovens antenses foram 'gigantes'! Fizeram uma partida enorme, mas a sorte do jogo sorriu para o lado da equipa visitante. Por isso, não mereciam este resultado negativo, sobretudo por tudo aquilo que fizeram ao longo da partida. Porém, apesar da derrota, dignificaram o clube que representam. Todos estes jovens estão de parabéns pela excelente época que realizaram, fruto do magnífico trabalho e dedicação da equipa técnica: Diana Rosadas e Fabiana Pereira.

Seniores femininos (equipa A) – Sara Wallace, Juninha, Nancy (2 golos), Suka, Filipa, Sofia Ferreira, Bárbara e Cris. Treinador: Mário Rui Sá.

Seniores femininos (equipa B) – Tânia, Filipa (1 golo), Cabral (1), Diana, Liliana Baptista (cap.), Marisa Gomes e Cristiana. Treinador: José Vieira. Delegado: Nuno Pereira. Massagista: Filipe Vale.

Iniciados – Diogo, Kalu, Vieira (1 golo), Bruno, Pedro (1), Simão, Gonçalo, Nocas, Félix, Bernardo, Magano e Ricardo. Equipa técnica: Diana Rosadas e Fabiana Pereira. Delegados: José Carlos e Nuno.

Clínica Dentária de Espinho
Prof. Doutor Casimiro de Andrade

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

MOBILIDADE REDUZIDA

TRANSPORTE DE PASSAGEIROS EM CADEIRAS DE RODAS

SERVIÇO DE TÁXI

800 208 202

24 HORAS

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

FARMÁCIAS (Serviço de turnos do concelho de Espinho)

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

Sexta (20)	HIGIENE	Rua 19, n.º 295 - Espinho	Tel. 227 340 320
Sábado (21)	GRANDE FARMÁCIA	Rua 8, n.º 1025 - Espinho	Tel. 227 340 092
Domingo (22)	CONCEIÇÃO	R. S. Tiago, n.º 701 - Silvalde	Tel. 227 311 482
Segunda (23)	MAIS	Rua 19, n.º 1412 - Anta	Tel. 227 341 409
Terça (24)	MACHADO	Av.ª Central Sul, 1275 - Paramos	Tel. 227 346 388
Quarta (25)	DE ANTA	Rua Tuna Musical, 907 - Anta	Tel. 227 341 109
Quinta (26)	TEIXEIRA	Ctr. Com. Solverde/1 - Av.ª 8 - Espinho	Tel. 227 340 352

Clínica Médico-Dentária
Rosa Neves, Lda.

CHEQUE DENTISTA (alargado aos 16 e 18 anos) • 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**

MÉDICOS DENTISTAS
JORGE FERREIRA
BRUNO MORRIS

SAMS QUADROS
SAMS * CGD
ADVANCE CARE * MÉDIS

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

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

Clínica 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

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**

OS NOSSOS CLASSIFICADOS

ALUGA-SE/ARRENDA-SE

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

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

ALUGA-SE CASA tipo T1, divisões amplas – Rua Sr.ª das Dores - Silvalde. Tlm. 919832144.

ALUGA-SE no centro de Espinho (perto da Igreja Matriz): Apartamento T3; Estabelecimento amplo com 210mts.; lugar de garagem. Contatar 227320340.

MÉDICOS

A CLÍNICA MÉDICA DR. JOAQUIM MENDES & FILHA, LDA., continua em actividade na Rua 14, n.º 448 e em expansão do seu corpo clínico. Fazem-se domicílios. Tlf. 227341710 - Tlm. 939449380.

PEDIDOS

PRECISO apartamento T1 ou casa térrea pequena para alugar; mobilada, em Espinho. Casal sem filhos. Tlm. 919537293.

SERVIÇOS

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

TRESPASSES

TRESPASSA-SE Café Miguel – Rua Capela dos Ramos, em Anta - Espinho. Contatar: 924 490 018.

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.

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

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

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

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. _____

Ramiro Alberto Mendes

Missa do 12.º Aniversário do falecimento

Sua esposa, filhos, noras, genros, netos e bisnetos vêm, por este meio, comunicar às pessoas de suas relações e amizade que será celebrada missa por alma do seu ente querido, na próxima quinta-feira, dia 26, pelas 19 horas, na Igreja Matriz de Espinho.

Desde já agradecem a todos quantos participem na Eucaristia.

Espinho, 19 de maio de 2016

Luísa da Graça Mendes
Eduardo Alberto Gonzaga Mendes
Luís Alberto Gonzaga Mendes
Maria do Rosário Alberto Gonzaga Mendes
Maria da Graça Gonzaga Mendes
Maria Manuela Pinho e Silva Paulino
Ana Maria Loureiro de Sousa Lopes Gonzaga
Vítor Manuel Pais Zambujo
Abílio Fernando Ribeiro Meneses
Diana, Joana, Pedro, Miguel, Inês, Luísa, Marta, Delmar, Jorge, Carolina, Pedro, Martim e João

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

SILVALDE

D. Emília Mendes Macedo

(Viúva de João Macedo)

Agradecimento e Missa do 7.º Dia

Seus filhos, genros, nora, netos e demais família vêm, por este meio, agradecer a todas as pessoas que tomaram parte no funeral do seu ente querido ou que de outro modo manifestaram o seu pesar. Comunicam que a missa do 7.º dia será celebrada terça-feira, dia 24, pelas 19 horas, na Capela de Nossa Senhora do Mar - Silvalde. Agradecem desde já a todos quantos participarem na Eucaristia.

Silvalde, 19 de maio de 2016

Regina Maria Mendes Macedo – filha
Ana Paula Mendes Macedo – filha
João José Mendes Macedo – filho

AGÊNCIA FUNERÁRIA HENRIQUES & M. OTÍLIA, LDA. – Telef. 256 75 27 74

VILA DE ANTA

Jaime Moreira de Sousa

(Faleceu com 84 anos)

Participação, Agradecimento e Missa do 7.º Dia

Sua esposa, filhos, nora, genro, netos, bisnetos e demais família, participam a todas as pessoas o falecimento do seu entre querido, e desde já agradecem a todos os presentes que possam participar no funeral (o corpo encontra-se em câmara ardente na Capela dos Altos Céus). A missa do 7.º dia realiza-se terça - feira, dia 24, pelas 19 horas, na Igreja Paroquial de Anta. Antecipadamente agradecem a todos aqueles que se dignarem participar nestas cerimónias.

Vila de Anta, 19 de maio de 2016

A FUNERÁRIA RIOS, LDA. – NOGUEIRA DA REGEDOURA

ESPINHO (Rua 25, n.º 680)

Ana Paula Prata Ribeiro

Agradecimento

Sua mãe, *Augusta Amorim Prata Ribeiro*, e restante família vêm agradecer às pessoas que se dignaram a tomar parte no funeral do seu ente querido e na missa do 7.º dia ou que de outro modo se associaram à sua dor.

Espinho, 19 de maio de 2016

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

Lúcia de Oliveira Neves

Missa do 1.º Aniversário do falecimento

Suas filhas, netos e demais família vêm, por este meio, participar a todas as pessoas de suas relações e amizade que na passagem do 1.º aniversário do falecimento do seu ente querido será celebrada missa por sua alma, terça-feira, dia 24, pelas 19 horas, na Capela de Nossa Senhora do Mar - Silvalde. Desde já agradecem a todos quantos se dignem participar nesta Eucaristia.

Silvalde, 19 de maio de 2016

Maria Madalena Oliveira Neves – filha
Ana Paula Oliveira Neves – filha
Isabel Maria Oliveira Neves – filha

AGÊNCIA FUNERÁRIA HENRIQUES & M. OTÍLIA, LDA. – Telef. 256 75 27 74

António Pereira da Rocha

(António da Couta)

Missa do 4.º Aniversário do falecimento

Sua esposa e filhos vêm, por este meio, comunicar que será celebrada missa por alma do seu ente querido, dia 21, sábado, pelas 17,30 horas, na Igreja Paroquial de Guetim. Desde já agradecem a todos quantos participem na Eucaristia.

Guetim, 19 de maio de 2016

GUETIM - ESPINHO (Rua Luís de Camões)

Joaquim Soares Ferreira

Agradecimento e Missa de 7.º Dia

Sua filha, genro, netos e restante família vêm, por este meio, agradecer a todas as pessoas de suas relações e amizade que tomaram parte no funeral do seu ente querido ou que de outro modo se associaram à sua dor. Comunicam que a missa de 7.º dia será celebrada sábado, dia 21 de maio, pelas 17,30 horas, na Igreja Paroquial de Guetim. Desde já agradecem a todos quantos participarem nesta Eucaristia.

A família

Guetim, 19 de maio de 2016

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

Fernando Alves Carvalho

Missa do 25.º Aniversário

Sua esposa, filhos, nora, genros, netos e restante família vêm, por este meio, participar que será celebrada missa por sua alma, dia 22, domingo, pelas 9,15 horas, na Capela de N.ª S.ª do Mar (Bairro Piscatório). Agradecem desde já às pessoas que possam comparecer.

José Gomes da Costa

Missa do 4.º Aniversário

Suas filhas, genros, netos, bisnetos e restante família vêm, por este meio, participar às pessoas de suas relações e amizade que será celebrada missa por alma do seu ente querido, dia 26, quinta-feira, pelas 11 horas, na Igreja Paroquial de Anta. Desde já agradecem a todos quantos participem nesta Santa Eucaristia.

Ana da Silva Vasconcelos

Missa do 14.º Aniversário

Sua família vem, por este meio, comunicar que será celebrada missa por alma do seu ente querido, dia 25, quarta-feira, pelas 19 horas, na Igreja Matriz de Espinho.

Desde já agradecem a quem comparecer.

Maria do Carmo Oliveira

Missa do 4.º Aniversário do falecimento

Seu marido, filho e nora vêm, por este meio, comunicar às pessoas de suas relações e amizade que será celebrada missa por alma do seu ente querido, dia 25, quarta-feira, pelas 19 horas, na Igreja Matriz de Espinho. Desde já agradecem a todos quantos participem na Eucaristia.

Espinho, 19 de maio de 2016

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

GUETIM (Rua do Rameiro, n.º 122)

Maria Celeste Rodrigues de Sousa Soares

(Celeste do Grilo)

Agradecimento

A família vem agradecer às pessoas que se dignaram a tomar parte no funeral do seu ente querido e na missa de 7.º dia ou que de outro modo se associaram à sua dor.

Guetim, 19 de maio de 2016

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

(Décimo) sucesso da Caminhada da Família do Centro Social de Paramos

Centenas de famílias não faltaram à chamada para comemorar o Dia Internacional da Família, que se traduziu na participação de mais de 600 caminhantes que na manhã de domingo percorreram cerca de cinco quilómetros, desde o edifício sede do Centro Social de Paramos até à praia da Baía, em Espinho, onde a animação foi constante.

Após a caminhada realizou-se uma mega aula de zumba dinamizada por Marta Dias e o X5 Health Club e paralelamente as crianças divertiram-se nos insufláveis, desenhos e pinturas.

A décima edição integrou-se na campanha "Doe movimento à saúde pública", pelo que o valor angariado reverteu a favor da compra de uma nova viatura para a resposta social SMACTE – Serviço Móvel de Apoio à Comunidade.

Este evento solidário ficou marcado pela energia e boa disposição dos intervenientes. "O Centro Social de Paramos deixa um especial agradecimento a todas as famílias participantes, às campeãs nacionais da equipa juvenil de ginástica rítmica da Académica de Espinho e patrocinadores que, numa manhã saudável em família, doaram movimento à saúde pública", dando ainda realce à importância do envolvimento da comunidade "para uma comunidade melhor".

"Viagens" (concerto) da Banda de Silvalde

Conforme já noticiado pelo Jornal *Defesa de Espinho*, a Banda Musical S. Tiago de Silvalde apresenta-se na noite desta sexta-feira, no Centro Multimeios, com um programa variado num concerto intitulado "Viagens".

O espetáculo é dirigido pelo diretor artístico da Banda Musical S. Tiago de Silvalde, Filipe Fonseca, tendo José Pedro Gonçalinho como solista no saxofone.

Os bilhetes encontram-se à venda a 3 euros e 50 cêntimos.

Exposição de arte nas comemorações da vila de Anta

Inserida nas comemorações do 23.º aniversário da vila de Anta realiza-se, de 21 de maio e 4 de junho, uma exposição de arte organizada pela Junta de Anta e Guetim, que reúne trabalhos de Ester de Sousa e Sá, Ricardo Marques, António Pinhão e Nadine Gonçalves.

A mostra, que pode ser visitada no salão nobre da Junta de Freguesia de Anta, vai ser inaugurada às 16 horas de sábado.

"Conservas ao quadrado"

Fotos MÁRIO CALES

Passeio anual ao Jardim Zoológico de Lisboa

A habitual visita ao Jardim Zoológico de Lisboa para os alunos que frequentam o 4.º ano de escolaridade no concelho de Espinho foi calendarizada para a próxima quarta-feira.

Os alunos serão acompanhados pelos respetivos docentes, por elementos do pessoal não docente e por elementos da Divisão de Educação e Juventude e do Executivo da Câmara Municipal.

"Latas de conserva de outros tempos" nas Galerias Amadeo de Souza-Cardoso do Museu Municipal

Decorre desde sábado até 31 de julho, no Museu Municipal – Galerias Amadeo de Souza-Cardoso, a exposição "Latas de conserva de outros tempos".

A exposição apresenta a mais completa coleção privada de latas de conservas portuguesas.

Trata-se de um mostra cedida temporariamente pelo Centro de Artes Culinárias, em Lisboa, e que reúne o vasto espólio de Carole Garton, uma irlandesa que escolheu Portugal para residir, sendo uma apaixonada pelas artes plásticas cuja paixão está espelhada nas centenas de latas de conserva colecionadas ao longo da sua vida.

"Latas de conserva de outros tempos", eis "uma verdadeira viagem no tempo" através das latas de conservas de diferentes épocas. "Uma celebração de futuro da imensa riqueza de uma indústria secular e tão portuguesa."

A arte xávega e a produção da antiga Fábrica Brandão Gomes foram o mote para a segunda edição do evento "Conservas ao Quadrado" organizado pelo serviço educativo do Museu Municipal, no âmbito do Dia Internacional dos Museus (18 de maio).

Desde sábado até quarta-feira, o programa constou de visitas guiadas com recriação da atividade da fábrica e arte xávega, feira gastronómica, confeção de receitas com conservas e atividades culturais.

Diversas entidades e comerciantes/empresas associaram-se à iniciativa municipal.