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 4390 □ Quinta-feira, 26/maio/2016 □ Preço: €0,65 (Incluindo IVA)

Homenagens "centenárias" da freguesia de Espinho

Associação Comercial, Banda de Música da Cidade de Espinho, Fábrica da Igreja Paroquial Nossa Senhora da Ajuda, Oporto Golf Club e Orfeão

página 2

"Oliver" da Venezuela

Manuel Oliveira, emigrante há meio século, canta para a comunidade lusa

página 3

Equipa de intervenção permanente para situações de emergência ainda este ano

Piquete de bombeiros em regime profissional

página 5

Futebol tigre sonha com a festa

Jogo decisivo com o Oliveira do Bairro

página 15

Os chefs dos Sabores Solverde

Manuel Pinto, Manuel Carola e Bruno Neves

páginas 11, 12 e 13

PUB.

O presidente do Orfeão, Guilhermino Pedro, ladeado na imagem pelo presidente da Assembleia de Freguesia de Espinho, Francisco Azevedo Brandão, e o presidente da Junta Rui Torres, registou o anúncio do presidente da Câmara, Pinto Moreira, para a formalização em breve de um protocolo de cedência de instalações do desativado matadouro municipal para as atividades do centenário Orfeão

Sessão solene e encontro de automóveis antigos nos festejos dos 23 anos da elevação de Anta a vila

A sessão solene do programa das celebrações do 23.º aniversário da elevação de Anta a vila está marcada para sábado, pelas 21h30, no Auditório da Academia de Música de Espinho, em Anta.

Do programa fazem ainda parte, no domingo, um encontro de automóveis antigos (às 10 horas) e uma missa na Igreja Paroquial de Anta (às 11 horas), que será acompanhada pela Tuna Musical de Anta.

Também inserida nas comemorações do 23.º aniversário da vila de Anta, decorre até 4 de junho, no salão da autarquia, uma exposição coletiva de arte de Ester de Sousa e Sá, Ricardo Marques, António Pinhão e Nadine Gonçalves.

Fotos VÍTOR LANCHA

Instituições centenárias no quadro de honra da freguesia de Espinho

Associação Comercial, Banda de Música da Cidade de Espinho, Fábrica da Igreja Paroquial Nossa Senhora da Ajuda, Oporto Golf Club e Orfeão

No âmbito das comemorações do 127.º aniversário da Independência de Espinho, Rui Torres e o seu executivo da Junta prestaram homenagem com a medalha de honra da freguesia (grau ouro) a um quinteto de instituições centenárias: Associação Comercial de Espinho, Banda de Musica da Cidade de Espinho, Oporto Golf Club, Fábrica da Paróquia de Nossa Senhora d'Ajuda e Orfeão de Espinho.

A sessão solene foi encetada com a atuação do jovem cantor espinhense Daniel Boia e encerrou com o Orfeão de Espinho sob a batuta do maestro Samuel Santos.

Ante a disponibilidade manifestada publicamente por Rui Torres para a colaboração da Junta com a Câmara Municipal para o desenvolvimento da freguesia e do concelho, Pinto Moreira registou com agrado as palavras do presidente da Junta.

O presidente da Câmara felicitou a Junta e os espinhenses pelos 127 anos da freguesia "de uma cidade que está dinâmica não só do ponto de vista cultural, mas também do ponto de vista económico e social."

Pinto Moreira felicitou também as instituições homenageadas, destacando a Associação Comercial "pelo grande trabalho que tem feito em prol dos seus associados e o apoio ao nossos comércio de proximidade"; a Banda de Espinho pelo seu contributo sociocultural há quase dois séculos; a Fábrica da Paróquia de Nossa Senhora d'Ajuda, quando se avizinham as comemorações do centenário da Igreja Matriz; o Oporto Golf Club, pela sua dimensão internacional e do campo de golfe mais antigo da Península Ibérica, e o Orfeão, revelando um compromisso de cedência municipal de instalações.

Durante a tarde, falou-se de Espinho e da sua história numa sessão da "Tertúlia ao Café", realizada no Café Palácio, com a presença do historiador e diretor do Museu Municipal, Armando Bouçon. O evento da "poesia no jardim" foi adiado para junho, em dia e hora ainda a designar. Mas na segunda-feira houve "tarde cultural sénior", no auditório da autarquia, com a atuação dos grupos espinhenses Remédio Santo e The Sixties. O passeio de bicicleta na manhã de domingo foi "absorvido" por um evento velocipédico intermunicipal.

Entretanto, Rui Torres aguarda a negociação de competências com a Câmara, "que abrangem tanto a gestão de praia como para a realização e promoção de eventos culturais e recreativos, recuperando desta forma a cooperação que foi pratica no anterior mandato."

Ainda à margem das comemorações do Dia da Freguesia, Rui Torres anunciou que vão ser organizados e planeados diversos passeios de cicloturismo matinais para os meses de junho, julho e agosto, "dirigidos para a família."

Tambem vão acontecer passeios noturnos, em estrada, "estes últimos com regras mais apertadas, nomeadamente na segurança individual."

Dois concursos dirigidos à população espinhense também serão anunciados na próxima semana. "A minha rua é um jardim" e "Olhar Espinho". O primeiro para premiar a decoração da varanda ou janela ou rua mais florida, e o outro para as melhores imagens/fotografias, em diversas classes, da freguesia de Espinho.

Lúcio Alberto

"Oliver" da Venezuela

Manuel Oliveira, emigrante há meio século, canta para a comunidade lusa

Foto LÚCIO ALBERTO

Manuel Oliveira, de 66 anos, é emigrante em Caracas, oriundo ainda novato de Espinho. Fez pela vida como mecânico de automóveis, mas a comunidade portuguesa na Venezuela conhece-o dos seus dotes de cantante, com o nome artístico de Oliver.

Lúcio Alberto

Manuel Augusto de Oliveira Rocha cehegpu em 1965 à Venezuela, tendo desempenhado a função de mecânico na Ford Motors e ainda está radicado naquele país, mas já passa mais tempo do que era habitual em Espinho. Pouco a pouco enquadrou-se no meio artístico venezuelano. Destacou-se no cinema com o filme "Balada do Triunfo", protagonizado por Haidée Balza. Realizou uma "ópera rock" para uma novela e ditou um CD de múcom o título "Festa Portuguesa", mas o seu estilo é da canção ligeira. Gravou em Portugal vários temas dedicados à Madeira. "Havia e ainda há muitos madeirenses na Venezuela e no continente americano." Depois gravou "Símbolos de Portugal", "dedicado aos grandes símbolos e mitos da História de Portugal." E para obras de benfeitoria gravou o CD "Da Venezuela para o Mundo", Oliver é o nome artístico do autor de mais de uma dezena de CDs e intérprete de oitenta e tal… canções, Canta em português e espanhol. A República da Venezuela e a Associação de Luso Descendentes da Venezuela distinguiram Manuel Oliveira com o diploma de "Luís Vaz de Camões".

Manuel Oliveira sorri, respirando a brisa do Atlântico em ESpinho e olhando atentamente para a cidade de onde partiu ainda novo – "com menos de 15 anos" – rumo à Venezuela. "Mas estive quase a ir para o Brasil…"

"Canto para à comunidade portuguesa há trinta anos", regista com orgulho o emigrante espinhense. "Canto com letra e música da minha autoria. Canto ao Porto, ao Benfica e ao Sporting e canto a Eusébio. Canto a Portugal, à mulher portuguesa, aos Açores e ao Minho, às couves, ao Quim Barreiros, ao Marco Paulo, ao António Mourão, ao Tony de Maros e ao Fernando Farinha. Canto à Senhora de Fátima, à Senhora do Mar e a Senhora da Ajuda. Vou cantar de novo este ano, na Venezuela, nos festejos da Senhora da Ajuda. Já levei uma réplica de uma imagem da Nossa Senhora da Ajuda para a Venezuela. Uma estátua com um metro que foi para a comunidade espinhense na Venezuela. Canto à Santa Rita e a todas as santas. Canto as minhas letras e as minhas músicas e não toco nenhum instrumento musical e nada percebo de pautas musicais… Vou cantarolando e a música lá sai… Não toco nenhum instrumento nem leio pautas. Faço tudo de cabeça…"

Manuel Oliveira passa agora mais vezes em Espinho, mas é na Venezuela que mantém a sua carreira artística. "Nunca cantei em Espinho, exceto para familiares e amigos. Comecei a cantar com dez anos, no antigo Colégio de S. Luís. Já cantei em Espanha, mas em Portugal… nem por isso… Mas canto para a comunidade portuguesa na Venezuela e com muito orgulho. Oliver?! Acharam que Manuel Oliveira era normal e que Oliver era um nome mais artístico, enfim mais comercial. E assim escolhi... Oliver!"

Manuel Oliveira nasceu na Idanha, em Anta. "Os meus pais vieram da Venezuela para Espinho e aqui morreram. E entre Espinho e a Venezuela lá vou vivendo…"

"Saí de Portugal antes dos 15 anos para a Venezuela", recorda Manuel Oliveira. "Tinha de ganhar para comer. Quando era pequenito andava na Grande Garagem de Espinho, do meu tio Sabença. E então já era ajudante de mecânico."

"Comprei um apartamento em Anta e penso vir de vez para Portugal, agora que tenho 66 anos, mas não esqueço a minha segunda pátria que é a Venezuela"

"Na Venezuela vivi sempre em Caracas e venho dois meses por ano porque aqui estão as minhas raízes e, claro, sinto saudades de Espinho"

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.

84 anos de serviço público

Editorial

Lúcio Alberto

Sinais dos novos tempos

1 — França, Alemanha, Suíça, Brasil e Venezuela eram outrora referência dos destinos dos emigrantes portugueses e, particularmente, dos espinhenses. Atualmente, os portugueses, e em particular os espinhenses optam por emigrar para Espanha, Reino Unido e Angola. Sinais dos novos tempos…

2 — A Cerciespinho assinala no ano de 2016 quatro décadas de atividade em prol de quem outrora era alvo de exclusão social. Há 40 anos que a Cerciespinho constrói "um mundo melhor", proporcionando intervenção precoce, formação, ocupacional, habitação, produtos de apoio e apoio domiciliário a pessoas com deficiência e incapacidade, intervindo desde a criança ao idoso. E ainda intervenção comunitária, apoio alimentar e de recursos a pessoas em situação de exclusão social. "Neste período também mudamos pessoas e as suas mentalidades", dá nota a Cerciespinho. De facto, muita coisa… mudou… Dantes… "escondia-se" a deficiência e incapacidade física e intelectual. Agora a sociedade já "lida" diretamente com a deficiência e incapacidade física e intelectual. Mas, aqui e ali, ainda há quem vire a cara para o lado…

3 — O futebol do Sporting de Espinho pode validar no próximo domingo o regresso aos campeonatos nacionais. Bons e velhos e tempos aqueles em que o Sporting de Espinho figurava no escalão principal do futebol português! Mas reerguer-se é sinal de pujança e revitalização de um clube centenário.

Arcelina Santiago

Em três palavras

RECORDAR CAROLINA BEATRIZ ÂNGELO

Já este ano, por altura das eleições presidenciais, aflorei, nesta coluna "Em três palavras" esta fantástica mulher. Não será nunca demais lembrar a data de 28 de maio para homenagear uma das defensoras dos ideais republicanos, figuras de destaque da jovem República de 1910. Assim, a votação para a primeira Assembleia Constituinte foi o momento para desencadear um debate jurídico em defesa da causa sufragista.

A lei eleitoral autorizava o voto aos maiores de 21 anos e chefes de família, o que se traduzia, na prática, pela interdição do voto feminino. Carolina Beatriz Ângelo encontrou uma brecha na lei e inscreveu-se nos cadernos eleitorais. Infelizmente, os políticos da promissora República em que as mulheres depositavam tantas esperanças de mudanças, foram céleres em alterar a lei, impedindo o voto feminino, que passou a ter esta redação: "são eleitores de cargos legislativos os cidadãos portugueses do sexo masculino maiores de 21 anos ou que completem essa idade até ao termo das operações de recenseamento, que estejam no pleno gozo dos seus direitos civis e políticos, saibam ler e escrever português, residam no território da República Portuguesa".

Tiveram de passar mais 20 anos e, curiosamente, é com o Estado Novo, pelo Decreto-Lei nº 19694 de 5 de Maio de 1931 que, pela 1ª vez, na história política do país, as mulheres foram consideradas como eleitoras, mas ainda em termos muito limitativos e restritivos. Por exemplo, apenas poderiam votar as que tivessem cursos secundários ou superiores, enquanto para os homens continuava a bastar saber ler e escrever. O sufrágio universal feminino só acontecerá com o 25 de Abril, onde foram, finalmente, abolidas todas as restrições à capacidade eleitoral dos cidadãos tendo por base o género.

Recordo-a, através de um texto dramático, ficcionado a partir do documento histórico - uma carta enviada pela própria ao diretor do Jornal "A Capital", a 29 de maio de 1911, relatando os acontecimentos do dia 28.

Esta dramatização, que transcrevo em síntese narrativa, esteve integrada nas comemorações dos cem anos da República, em Espinho, iniciativa da Dra Manuela Aguiar, então vereadora da cultura, e foi protagonizada por alunos da Escola EB2/3 e Secundária Domingos Capela, alunos de uma turma que jamais esquecerei e penso que eles também não.

"Carolina Beatriz Ângelo, militante da Liga Republicana das Mulheres , chega ao clube Estefânia, mesa de voto da Assembleia eleitoral de S. Jorge de Arroios, pelas 10 horas, acompanhada de algumas mulheres da Associação de Propaganda Feminista, apresentando-se para exercer o direito de voto para a Assembleia Constituinte da jovem República. Dirige-se ao Senhor Presidente da Assembleia Eleitoral, Sr. Constâncio Oliveira, dizendo estar inscrita nos cadernos eleitorais e pronta a exercer o seu voto. Perante o burburinho que se impôs, o Presidente perplexo, apresenta a sua opinião, convicto de que a lei não permite que uma mulher possa votar " Só o poderão fazer chefes de família ou os que souberem ler e escrever. Estamos a falar de homens…"

Carolina Beatriz Ângelo responde: "Desculpe, Senhor Presidente, queira ler a sentença judicial que trago em minha posse. Pelo facto de ser viúva, tornei-me chefe de família, sou letrada, aliás, sou médica, posso então concluir que reúno todas as condições para poder exercer este direito, apenas prerrogativa dos homens."

De salientar a intervenção de um cavalheiro, Joaquim Beja que, de entre a multidão, interveio, manifestando tratar-se de um ato legítimo e, para tal , mencionou o artigo 64º que dizia: "Nenhum cidadão recenseado e reconhecido como o próprio, poderá ser inibido de votar, exceto se aparecer em manifesto estado de embriaguez." Assim sendo, contrariou a posição do Presidente da Assembleia, alegando que este não tinha competência para se intrometer naquilo que a lei determina. Outros opinaram neste sentido, reconhecendo a importância de igualdade de direitos entre homens e mulheres...

Hoje, homens e mulheres devem por isto tudo, reconhecimento a esta mulher portuguesa a quem prestamos aqui, hoje, uma simbólica homenagem.

Carolina Beatriz Ângelo, para além da luta pelo direito de voto pelas mulheres, lutou por outros direitos - uma verdadeira cidadã com um pensamento muito vanguardista.

Já agora, o que pensaria esta e outras sufragistas, que tanto lutaram por este direito, dos atuais níveis de abstenção que se tem vindo a revelar, sistematicamente, em todos os atos eleitorais, principalmente os das mulheres?

Fica aqui este desafio para reflexão, certa de que muitas vezes o que temos como adquirido deixa de ser valorizado, esquecendo-nos que para o conseguir foi preciso muita coragem e resiliência.

Estranho e injusto é o ser humano...

SER "PORTUGA" EM TERRAS GAULESAS

OPINIÃO

"PORTUGA ESPINHENSE"

Joaquim Ribeiro
tugaespinhense@gmail.com

Afasto-me dos habituais temas que aqui me trazem a este espaço, para descrever um dia dum emigrante em França. Este domingo, o dia acordou chuvoso, a relembrar Espinho e o norte de Portugal. Porque na verdade por aqui habitualmente não chove assim tanto. Hoje (quando escrevo estas linhas), no quarto domingo do mês de maio, a comunidade cristã de origem portuguesa, junta-se aos festejos de Nossa Senhora de Fátima e a "Chapelle Sainte Thérèse" dá lugar à língua de Camões para os festejos e convívio desta comunidade.

No final, a procissão não passou dos terrenos adjacentes à capela, porque o tempo chuvoso não permitiu mais. Para alargar este convívio curto, nada melhor que um cafezito onde se fala português com sabor e marca lusa.

Já que estava num ambiente predominante na língua de Camões, o melhor é aceitar o convite devidamente publicitado e viajar uns vinte quilómetros até Paris, "Porte de Versailles", onde decorre a quinta edição do salão do imobiliário e turismo de Portugal, de 20 a 22 de maio. Encontrar por ali um "buraquinho" para arrumar o carro não foi tarefa fácil, até porque os "portugas" estavam em grande numero: só víamos carros com emblemas de Portugal pendurados no retrovisor ou em forma de autocolante no vidro traseiro. Viam-se também muitos carros com matricula nacional, bem visível por se destacarem pelo pequeno retângulo em cor amarela com as datas de registo, coisa que por cá não existe; normas de comunidade europeia que nem todos cumprem.

Este certame de iniciativa da Câmara de Comércio e Indústria Franco-portuguesa realizou-se pelo quinto ano consecutivo. O salão, na edição do ano passado, contou com a presença de 180 expositores e uma afluência de 15 mil visitantes (este ano a organização espera superar os números). Os melhores e mais emblemáticos complexos de turismo residencial em desenvolvimento em Portugal; o mercado de Lisboa e os projetos que estão a marcar o movimento da reabilitação urbana nas áreas da habitação, comércio e turismo mostraram-se para um público francês cada vez mais interessado em Portugal.

De facto, Portugal, as suas cidades e os seus imóveis atraem cada vez mais o público francófono, que se encontram entre os principais compradores internacionais no mercado imobiliário nacional. Estes aproveitam as isenções fiscais que Portugal lhes oferece e trocam as suas residências pelo sul da Europa; Já são mais de 7.500 os que por cá moram. Por ali esteve representado todo o país, com destaque natural para o Algarve. Mas a capital e o norte não foram esquecidos pelos agentes imobiliários.

Depois da visita com tempo para troca de diálogos mais ou menos cerrados, tentando promover a nossa cidade de Espinho, entre a prova dos sabores lusos que o estômago bem conhece, é tempo de regressar a casa que a final da Taça de Portugal em futebol vai passar na RTP Internacional e não se deve perder mais um momento para estar próximo do país. É isto a saudade; é isto o ser "portuga" em terras gaulesas.

Equipa de intervenção permanente para situações de emergência ainda este ano

Piquete de bombeiros em regime profissional

Ainda este ano o concelho passará a dispor de uma equipa de intervenção permanente com cinco bombeiros em regime profissional, ao serviço em regime de permanência e prontidão para acorrer a situações de emergência.

O presidente da Câmara revelou que o secretário da Administração Interna, Jorge Gomes, assumiu o compromisso para a disponibilização de "um piquete profissional em permanência, com bombeiros que não estão dependentes do regime de voluntariado, como é próprio da maioria das corporações."

A equipa de intervenção permanente será financiada "em partes iguais" pela autarquia e pela Autoridade Nacional de Proteção Civil, refletindo, na opinião de Pinto Moreira, o reconhecimento do Governo quanto ao mérito do novo Corpo de Bombeiros de Espinh, a primeira estrutura do país a resultar de uma fusão entre duas corporações e em atividade desde novembro.

"Este processo constitui um exemplo a nível nacional, pelo que implica de rentabilização de sinergias, poupança de recursos e melhoria da eficácia operacional dos bombeiros", declarou o presidente da Câmara à agência Lusa. "Por isso é que o Governo atribui a Espinho uma equipa de intervenção permanente, quando outras localidades do país não o conseguiram."

Pinto Moreira acrescenta que o secretário de Estado manifestou ainda o seu apoio ao projeto do novo quartel que agora aguarda construção no concelho, de forma a reunir num mesmo espaço os operacionais que, por enquanto, se repartem pelas antigas sedes das corporações entretanto agregadas.

"O projeto do futuro quartel dos Bombeiros Voluntários do Concelho de Espinho já está aprovado pela Autoridade Nacional de Proteção Civil e já saiu o aviso que nos permitirá agora candidatar a obra a fundos comunitários."

Resta proceder à regularização patrimonial do terreno onde será instalado o imóvel, orçado já em cerca de um milhão de euros. "O edifício vai ser construído no antigo quartel militar do Formal, em Silvalde, que pertencia ao Ministério da Administração Interna, mas foi entregue à Câmara em 1999, pelo que, antes de avançarmos com o projeto, é preciso formalizar a transmissão dessa propriedade para o Município."

Entretanto, a deputada Rosa Maria Albernaz revelou que o secretário de Estado informou que a cerimónia de apresentação da equipa de intervenção permanente irá ter lugar no dia 25 de junho, em Espinho, tendo avançado que há a possibilidade de os bombeiros de Espinho poderem-se ainda candidatar a uma viatura.

Praias da Baía, Paramos e Silvalde com qualidade de ouro

Na época balnear que se avizinha, Espinho volta a ter três praias – Baía (Espinho), Paramos e Silvalde – com a classificação "Praia com Qualidade de Ouro", atribuída pela Quercus-Associação Nacional de Conservação da Natureza.

A Quercus atribui anualmente esta classificação apenas às praias portuguesas com melhor qualidade da água. Este ano, incluindo as praias espinhenses, foram distinguidas 382 zonas balneares em 100 municípios, entre território continental e insular.

Para receber a classificação de praia com qualidade de ouro, a água balnear tem de respeitar os seguintes critérios:

Qualidade da água excelente nas cinco últimas épocas balneares de 2011 a 2015;

Todas as análises realizadas, sem exceção, na última época balnear (de 2015) deverão ter apresentado resultados melhores que os valores definidos para o percentil 95 do anexo I da Diretiva relativa às águas balneares; ou seja, para águas costeiras e de transição, todas as análises deverão apresentar valores inferiores a 100 ufc/100 ml para os Enterococos intestinais e inferiores a 250 ufc/100 ml para a Escherichia coli, e para águas interiores, 200 ufc/100 ml e 500 ufc/100 ml, respetivamente.

Jornada de convívio a reeditar nos próximos anos

Passeio de seniores de Paramos a Montemor-o-Velho

A Junta de Freguesia de Paramos organizou pela primeira vez um passeio que pretende repetir anualmente e que contou com a adesão de 120 pessoas em idade sénior. O destino foi Montemor-o-Velho, com paragem na Figueira da Foz. A iniciativa contou com a presença do presidente da Câmara de Espinho, Pinto Moreira, do presidente da Junta de Paramos, Manuel Dias, e do pároco Nuno Oliveira que presidiu à celebração de uma eucaristia na Igreja de Arazede, no concelho de Montemor-o-Velho.

Seguiu-se depois o almoço na Quinta da Oliveira com animação até ao fim da tarde.

No regresso desta jornada de convívio, os participantes sugeriram aos organizadores que a iniciativa se repita nos próximos anos.

Cabazes solidários para cerca de 130 famílias carenciadas

A Delegação de Espinho da Cruz Vermelha Portuguesa procedeu a mais uma entrega de cabazes solidários como habitual. Foram contempladas cerca de 130 famílias carenciadas, as quais foram sinalizadas por técnicos da Rede Social de Espinho e da Delegação de Espinho da Cruz Vermelha.

Os cabazes foram constituídos por variados bens, como arroz, leite, açúcar, cereais, farinha, conservas, massa, feijão, óleo ou azeite, enlatados e papas, tendo presente a constituição do agregado familiar.

Os cabazes foram elaborados com bens angariados na "Missão Sorriso", que consistiu numa recolha alimentar realizada em hipermercados de S. Félix da Marinha e Espinho e noutros eventos e doações.

Nesta iniciativa, a Delegação de Espinho da da Cruz Vermelha Portuguesa contou com a participação de dezenas de voluntários, desde a abordagem às pessoas, incentivando os clientes a dar o seu contributo, na recolha dos sacos, no transporte, no armazenamento e na elaboração e entrega dos cabazes.

Fecho antecipado da edição

Devido ao feriado de 26 de maio – Corpo de Deus –, o fecho desta edição do Jornal ***Defesa de Espinho*** foi antecipado para terça-feira, a fim de proporcionar na semana em curso a distribuição dos exemplares dos assinantes através do serviço dos Correios.

Inaugurada a primeira fase do novo edifício do Centro Hospitalar de Gaia/Espinho

A inauguração da primeira fase do novo edifício do Centro Hospitalar de Gaia/Espinho contou com a presença do secretário de Estado da Saúde, Manuel Delgado, do presidente da Câmara de Gaia, Eduardo Vítor Rodrigues, e do vice-presidente da Câmara de Espinho, Vicente Pinto.

Ao intervir na sessão, Vicente Pinto congratulou a Administração do Centro Hospitalar de Gaia/Espinho, presidida por Silvério Cordeiro, e toda a equipa de pessoal médico, enfermagem e auxiliares por manterem a qualidade de atendimento dedicado e profissional, apesar do incómodo e transtorno provocado pelas obras.

O o vice-presidente da Câmara de Espinho realçou a importância de o governo avançar com o projecto que estava lançado, permitindo a requalificação e a melhoria do atendimento nas urgências. Uma expectativa criada à população de Espinho quando foi encerrada a urgência do Hospital de Nossa Senhora da Ajuda.

Vicente Pinto garantiu o apoio da autarquia ao esforço que a Administração do Centro Hospitalar de Gaia/Espinho tem vindo a desenvolver ao longo destes últimos anos para corresponder às expectativas dos utentes do Serviço Nacional de Saúde que se dirigem diariamente do concelho de Espinho para aquele Centro Hospitalar.

Obras junto ao Bairro das Pérolas

Os moradores do Bairro das Pérolas, em Silvalde, com mais de 80 anos de idade queixavam-se do acesso irregular e das poças de água entre as suas habitações e a Rua 20 (quase na zona divisória com a freguesia de Espinho), mas já decorrem obras para o desvio das águas pluviais para a ribeira próxima. E igualmente para o acerto do pavimento…

Entretanto, perifericamente, ultimam-se os acessos a uma nova superfície comercial.

Conto do vigário

Um silvaldense de 85 anos foi vítima do conto do vigário. Um homem apresentou-se-lhe alegadamente em Espinho como elemento bancário na deteção de notas falsas que eventualmente as pessoas pudessem ter em casa desconhecendo a falsidade monetária… Depois de surgir à porta da residência do incauto idoso e de ter na sua posse as notas verdadeiras nas mãos disse que iria ao carro para alegadamente avaliar melhor… das notas. E nunca mais voltou… Os familiares e amigos da vítima ainda procuraram o falso avaliador de notas mas em vão.

Feirantes suspeitos de contrafação

A PSP de Espinho deteve um feirante de 34 anos e duas feirantes de 21 e 24 anos, por suspeita da prática do crime de contrafação.

E foram identificadas duas feirantes, de 30 e 50 anos, também por suspeita da prática do crime de contrafação.

Panos do Mundial de futebol de praia tapam buraco no parque de campismo

Uns pedaços de pano, que outrora (há cerca de um ano) serviram o Mundial de futebol de praia, tapam, agora um largo buraco na rede do parque de campismo, provocado por um automóvel que se despistou em abril passado.

Um aspeto menos bom, numa altura em que aproxima a época balnear e que acorrem àquele parque de campismo os turistas (portugueses e estrangeiros).

Procuro empregada doméstica

PESSOA RESPONSÁVEL E COM EXPERIÊNCIA

Horário: Segunda a Sábado (manhãs)
Domingo (todo o dia)

Carta de Condução (Preferencial)

Só com referências

Zona Centro Espinho

Agradeço contato 227 335 253
email: joaquim.leca@masalgueiro.pt

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

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

Dia da Família comemorado na Santa Casa de Espinho

Abrir a porta de casa e sentir pelo corredor o cheirinho de bolinhos, que a avó ou a mãe faziam nas tardes chuvosas de inverno, cujas receitas guardavam a sete chaves e só passavam para os filhos e netos, são lembranças que estão sempre presentes, na memória de todos nós. Estes momentos tão bons, serviram de inspiração, para a organização de um dia muito especial na Santa Casa da Misericórdia de Espinho.

Formaram-se seis equipas, compostas por dois elementos cada (um utente da Santa Casa da Misericórdia de Espinho e um familiar), partilharam com todos uma receita de família, numa tarde em autêntico estilo "Master Chef".

As equipas, que se trajaram a "preceito", foram coordenadas na elaboração das receitas BBB – bolos, bolachas ou biscoitos – pelo chef Emídio, que teve um papel importante na orientação dos participantes.

Evento solidário de Airsoft no Parque da Cidade

O Parque da Cidade foi palco de mais um evento solidário de Airsoft, organizado por ADN – Airsoft do Norte.

Contando com os apoios da Câmara Municipal de Espinho, Associação Lusitana de Airsoft, Skyway Airsoft e Duel Code, Laventura, Aipal, Clube Warehouse, CIOPS, LMAzevedo Fotografia e Airsoftografia e Uma Espécie de Tasco, a jornada começou cedo para os participantes, começando-se a distinguir logo a partir das 08h30 os participantes. A tenda montada avistava-se ao longe, assim como os organizadores que eram facilmente reconhecidos.

O evento foi encetado com o "check-in" dos jogadores e as devidas medições ás replicas de cada, seguindo-se um briefing sobre o campo, as missões e seus objetivos e a distribuição de BB's biodegradáveis, não ferindo assim o ecossistema do Parque da Cidade.

Terminado o breefing, aí sim começou a "ação" com as respetivas fações, "contractors" e "camuflados", a dirigirem-se ás suas bases previamente designadas. E assim principiou "oficialmente" o evento para os participantes e também para os espetadores que se encontravam nas imediações do parque a observar as descidas dos "montes" alvo de um "ataque" da equipa "camuflada".

Fora dos olhares dos "civis", encontravam-se os restantes objetivos que também estavam a ser bem defendidos, não havendo muito tempo sem que se ouvisse o barulho de uma réplica a disparar, ou de ser possível avistar um ou outro jogador a voltar a sua base para entrar de novo em jogo.

A prova, propriamente dita, durou aproximadamente cinco horas, dando lugar a um lanche e conversas entre os seus participantes assinalando assim mais um belo dia para a prática da modalidade.

Os donativos dos jogadores "terão um bom destino", a Delegação de Espinho da Cruz Vermelha Portuguesa, a quem foram entregues na segunda-feira, na presença do presidente da Câmara Municipal de Espinho.

"Dinossauros no Crepúsculo" – Planetário inaugura nova sessão a 360º

Estreou na sexta-feira mais uma sessão de cinema imersivo 3D a 360º no Planetário de Espinho. "Dinossauros no Crepúsculo" é o novo filme em exibição, um filme que nos leva numa atribulada viagem no tempo de volta à época dos dinossauros. Uma aventura em busca das origens do voo, numa Terra repleta de Pterossauros e dos antepassados das aves modernas: os dinossauros emplumados.

A combinação de toda esta atividade com as lindas vistas na cúpula completa fazem deste filme de planetário o mais cinéfilo até agora produzido.

As sessões de cinema imersivo 3D a 360º do Centro Multimeios têm lugar às sextas-feiras e sábados pelas 21h30. "Dinossauros no Crepúsculo" estará em exibição até ao final do mês de junho.

Pré-escolar da Escola de Espinho 2 visita GNR de Ovar

Na quarta-feira da semana passada, foi realizada uma visita de estudo da Escola de Espinho 2 à GNR de Ovar, no âmbito do projeto de prevenção rodoviária. A atividade foi proposta por uma encarregada de educação de uma das salas do pré-escolar e três destas salas aderiram à iniciativa.

As crianças tiveram oportunidade de realizar a viagem de comboio, passear pelas ruas da cidade, praticando regras de segurança rodoviária como peões, sempre com o acompanhamento de agentes da Escola Segura de Ovar e Espinho. Já no quartel as crianças puderam contactar com os diferentes recursos utilizados por esta entidade, jipe, carros, demonstração de treino dos cães e ainda a uma visita guiada por todos os departamentos do quartel.

A todas as entidades envolvidas, agentes da GNR e PSP, colaboradores da CP, o setor pré-escolar da Escola de Espinho 2 agradece "toda a colaboração e disponibilidade que nos foi prestada".

Cinanima no domingo

O Cinanima apresenta uma seleção de curtas-metragens para toda a família com especial incidência nas técnicas de manipulação de marionetas e "stop motion".

A sessão decorre às 15 horas de domingo, na Sala António Gaio do Centro Multimeios, sendo indicada para maiores de 6 anos.

A entrada é livre.

Minta & The Brook Trout com "Slow" no Auditório da Academia de Música

O Auditório da Academia de Música de Espinho recebe, às 21h30 desta sexta-feira, Minta & The Brook Trout com "Slow".

Francisca Cortesão veste a pele de Minta desde 2006 e, nestes dez anos, tem dado um sem número de belas canções, dessas que o tempo se encarrega de perpetuar.

Com Minta & The Brook Trout editou dois álbuns de originais e mais algumas gravações ocasionais, entre EPs e registos ao vivo, e chega agora a "Slow".

Este novo disco é composto por onze canções que não fogem ao caminho trilhado pela banda até aqui.

"Naif sem pecado" de Maria Vilaça

Decorre até 31 de junho, no Museu Municipal, a exposição de pintura "Naif sem pecado" de Maria Vilaça.

Nascida em Valongo, Maria Vilaça dedicou-se na juventude a trabalhos de escrita (conto, ensaio reportagem, etc.) tendo ganho diversos prémios. Presentemente dedica-se à pintura.

Defesa de Espinho na Escola Básica de Anta

Os alunos do 2.º ano, turma C da escola Básica de Anta, tiveram a oportunidade de assistir a uma aula sobre jornalistas e jornalismo, pelo jornalista do jornal ***Defesa de Espinho***, Manuel Proença.

As crianças daquela turma daquela escola levaram consigo algumas das principais ideias sobre a profissão de jornalista, sobre os órgãos de comunicação social e a notícia, colocando, também, algumas questões muito pertinentes.

A iniciativa foi levada a efeito em todo o Agrupamento de Escolas Dr. Manuel Laranjeira e inseriu-se na Semana das Profissões, num contacto com profissionais de várias áreas.

Na Escola Básica de Anta, ao longo da semana, estiveram os pais de vários alunos da escola dando a conhecer às crianças dos diversos anos, as suas profissões.

Foto VÍTOR LANCHA

"O Patinhas sem lar" da Escola de Espinho 2 – "Nós e os Outros"

Com as presenças dos vereadores Leonor Fonseca e Quirino de Jesus, a professora Margarete Gomes e os seus alunos do 4.º C da Escola Básica de Espinho n.º 2 apresentaram na sexta-feira, no auditório da Escola Secundária Gomes de Almeida, um projeto com a história "O Patinhas sem lar".

O evento constava da palestra "Nós e os Outros" e de momentos lúdicos de algumas turmas da escola e do agrupamento escolar Gomes de Almeida.

A receita da iniciativa revertia para a associação local de proteção aos animais "Patinhas Sem Lar".

"E nós pimba!" (em Anta)

Realizou-se na noite de sábado, no salão paroquial de Anta, um evento intitulado "E nós pimba!" e dinamizado pelo Grupo de Jovens de Anta Contra a Corrente.

Foto VÍTOR LANCHA

"A Fifi e o Fufu"

Laura Macedo Quintas lançou na tarde de sábado, na Biblioteca Municipal José Marmelo e Silva, o livro infantil "A Fifi e o Fufu", com ilustrações de Marta Freire.

A apresentação do livro da escritora espinhense esteve a cargo da professora Cândida e o evento contou ainda com a intervenção musical de Augusto Canetas e a presença da vereadora da Cultura, Leonor Fonseca.

Armando Bouçon fala da história antiga de Espinho para alunos da Escola Básica de Silvalde

A biblioteca da Escola Básica de Silvalde encheu-se mais uma vez de crianças atentas e curiosas para ouvir falar de Espinho.

No âmbito do Projeto LER+MAR (projeto nacional em que esta escola está envolvida), Armando Bouçon, diretor do Museu Municipal de Espinho e estudioso da história local foi convidado a realizar uma pequena palestra para os alunos dos 3.º e 4.º anos da escola sobre a história da cultura de Espinho, nos finais do século XIX e princípios do século XX.

Nesta breve abordagem, ilustrada com fotografias antigas, os alunos ficaram a conhecer o que contribuiu para a transformação de um pequeno povoado de pescadores numa concorrida estância balnear.

Foram referidos aspetos como a origem do nome de Espinho, as tradições, arquitetura, ilustres figuras da cultura, iniciativas culturais, espetáculos e modos de viver, entre outros.

O dinamismo e a linguagem acessível usada por Armando Bouçon foram fundamentais para que os alunos desta faixa etária compreendessem o tema e se tenham mantido atentos e participativos durante toda a sessão.

Foi uma manhã bem passada!

Duas peças de teatro da Escola de Espinho 2

A professora Margarete Gomes e os seus alunos da Escola de Espinho 2, do Agrupamento de Escolas Gomes de Almeida, apresentam às 11h30 de domingo, na FNAC do Gaiashopping, duas peças de teatro: "A menina do mar", de Sophia de Mello Breyner, "Es piño", uma produção alusiva a Espinho.

"Falar a verdade a mentir"

A Oficina de Teatro de Espinho (OTE) irá repor, no auditório da Escola Secundária Dr. Manuel Gomes de Almeida, na sexta-feira, pelas 21h30, a peça "Falar a Verdade a Mentir".

A entrada é de um euro e os bilhetes podem ser adquiridos no dia do evento, junto do próprio grupo de teatro, ou reservados na biblioteca da escola sede.

Como é habitual por parte deste grupo de teatro amador, com mais de 15 anos de experiência, a qualidade e o humor são dois ingredientes garantidos.

A iniciativa está aberta à comunidade educativa e local pelo que, alunos, professores, pessoal não docente, pais, encarregados de educação e restantes familiares poderão adquirir o bilhete.

"Viagens" da Banda Musical de Silvalde em concerto no Multimeios

A Banda Musical São Tiago de Silvalde apresentou na noite de sábado, no auditório do Centro Multimeios, o concerto "Viagens", um programa variado, sob a batuta do maestro Filipe Fonseca.

"Viagens", ou vários estágios, locais e vivências. "A exploração do sentido da palavra, não apenas no seu sentido mais usado, mas de uma forma mais abrangente."

Os espetadores aplaudiram os músicos e Filipe Fonseca, testemunhando mais um marco do historial da Banda Musical São Tiago de Silvalde.

Concertos da Orquestra Clássica em Espinho e Coimbra

A Orquestra Clássica de Espinho apresentou-se ao vivo em dois concertos com jovens solistas da Escola Profissional de Música de Espinho, Diego Hart (piano), Pedro Santos (saxofone), Luís Betancourt (violoncelo) e Sónia Pais (flauta). Os concertos aconteceram no Auditório de Espinho (sexta-feira) e no Conservatório de Música de Coimbra (sábado).

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

Universidade Sénior de Espinho em concerto coral na Igreja de Tentúgal

O Grupo Coral da Universidade Sénior de Espinho participou no oitavo Concerto da Primavera, a convite da Aposénior – Coimbra.

O evento teve lugar na Igreja da Misericórdia de Tentúgal, contando ainda com o Grupo Coral Sénior de Vila do Conde e do Coro Misto da Aposénior.

As atuações realizaram-se no monumental altar-mor da Igreja. Este tem como fundo belos quadros bíblicos e imagens de Santos, esculpidos em pedra d' Ançã, originária da zona. O acesso ao Altar é por escadaria bilateral. Na base encontra-se um sarcófago com a imagem de Cristo.

O Grupo Coral da Universidade Sénior de Espinho teve uma atuação muito aplaudida, graças aos temas selecionados e aos arranjos musicais que os acompanharam compostos e gravados pelo nosso Maestro Boaventura Moreira.

Um dos pontos altos do Concerto, foi quando o Provedor da Santa Casa da Misericórdia de Tentúgal entoou o tema "Procissão" bem conhecido do Grupo Coral da Universidade Sénior de Espinho que o acompanhou no refrão.

O convívio terminou com um delicioso lanche, oferecido pela Aposénior, a que não faltaram os deliciosos pastéis e queijadinhas de Tentúgal.

Dúzia de concertos

Festival Internacional de Música de Espinho entre 25 de junho e 22 de julho

A 42.ª edição do Festival Internacional de Música de Espinho (FIME) vai apresentar doze concertos entre 25 de junho e 22 de julho e a organização pretende este ano superar os 4.500 espetadores registados em 2015.

O evento é promovido pela Academia de Música de Espinho, que tem no seu auditório a principal sala de espetáculos do festival, mas alarga-se a outros espaços da cidade, como o largo junto à Câmara e a praia da Baía.

O cartaz arranca a 25 de junho com Mário Laginha e Pedro Burmester, em "combinações improváveis em que coabitam o jazz português, a erudita americana inspirada em música popular cubana e o modernismo francês de Debussy e Bach".

A 1 de julho a pianista búlgara Plamena Mangova estreia-se em Portugal, no dia seguinte "o virtuoso acordeão de Vincent Peirani dialoga com o violoncelo de François Salque" e a 3 o palco acolhe o agrupamento Sete Lágrimas, cujo reportório abrange desde o Renascimento ibérico até à música tradicional de Portugal e Brasil.

O FIME é retomado a 6 de julho, quando o trompete do italiano Paolo Fresu "contracena com o pianismo do cubano Omar Sosa", e no dia 8 a Orquestra Sinfónica do Porto Casa da Música explora "a literatura musical russa" tendo como solista no concerto n.º 1 de Shostakovich a violoncelista Natália Gutman.

Segue-se o recital do violinista Daishin Kashimoto com o pianista Éric le Sage, a 15 de julho; o grupo do alaudista tunisino Dhafer Youssef, que a 16 apresenta uma fusão de jazz e música árabe; e, no dia 17, a Orquestra Clássica de Espinho, com o violinista Daishin Kashimoto e o violoncelista Claudio Bohórquez, sob a direção do maestro turco Alpaslan Ertungealp. A mesma orquestra protagonizará a 22 de julho o último concerto do FIME, na praça da Câmara Municipal, onde o harpista colombiano Edmar Castañeda encerrará o festival "com música enérgica, pulsante e exótica".

Há ainda dois espetáculos enquadrados na secção Festival Júnior, dedicado especificamente ao público infantojuvenil: a 26 de junho, "Pássaro de Fogo", uma encomenda da Casa da Música ao quinteto vocal e instrumental "Aquilo Que Vocês Quiserem"; e, a 10 de julho, a "Banda Móvel", que levará à Praia da Baía uma combinação de circo, teatro físico, música e ritmo, pela companhia Radar 360.

"Good Vibes" no Casino

Marcado para noite desta sexta-feira, no Casino Espinho, "Good Vibes" é um espetáculo inspirado nas danças urbanas dos anos 60, 70 e 80, como o breakdance, que culmina com as novas tendências de dança praticadas um pouco por todo o mundo, presentes em programas de grande sucesso como o "So You Think You Can Dance".

O mote deste espetáculo é "be urban, feel urban, freestyle and dance". Um espetáculo repleto de emoção a não perder no Casino Espinho.

(*Defesa* da) SAÚDE

SAL E HIPERTENSÃO – QUAL A LIGAÇÃO?

A hipertensão arterial caracteriza-se por níveis elevados de pressão sanguínea nas artérias, o que faz com que o coração tenha de exercer um esforço maior do que o normal para fazer circular o sangue, através dos vasos sanguíneos.

A hipertensão arterial é a doença mais grave associada ao consumo excessivo de sal e, quando não é controlada, pode levar à ocorrência de eventos fatais, como o acidente vascular cerebral (AVC) ou o enfarte agudo do miocárdio. É uma doença silenciosa, indolor e que não apresenta sintomas alarmantes e identificáveis ao início.

Portugal é um dos países da Europa que apresenta uma maior taxa de mortalidade provocada por AVC, sendo a hipertensão arterial um dos fatores de risco mais relevantes.

Estando o elevado consumo de sal relacionado com a hipertensão arterial, uma redução da sua ingestão é fundamental, quer na prevenção quer no seu tratamento.

Segundo um estudo de prevalência representativo da população continental portuguesa PHYSA – Portuguese Hypertension and Salt Study, efetuado em 2013, 95,6% dos portugueses ingerem uma quantidade de sal acima da dose máxima recomendada pela Organização Mundial da Saúde, que é de 5,5 gramas diárias (1 colher de chá rasa por dia).

Em média, os portugueses consomem 10,7g de sal por dia, o que corresponde ao dobro do recomendado.

A população portuguesa, apesar de consciente dos malefícios do consumo de sal em excesso, ainda não está suficientemente motivada para alterar os seus hábitos de consumo estando o uso excessivo de sal culturalmente enraizado na confeção e preparação dos alimentos.

O gosto pelo sal é um hábito adquirido, por isso a redução de sal deve ser um processo gradual, de forma que o paladar se vá adaptando ao novo sabor dos alimentos.

Em 2009, entrou em vigor em Portugal o decreto-lei que define que o teor máximo de sal no pão é de 1,4 g de sal por 100 g de pão.

Esta redução não colocou em causa o sabor do pão, foi bem aceite pela população, que se foi adaptando e deveria ser estendida a outros alimentos com sal escondido, em defesa da saúde cardiovascular da população portuguesa.

Ficam algumas propostas para procurar reduzir a quantidade de sal:

Utilizar ervas aromáticas e especiarias para temperar os alimentos em substituição do sal. Alecrim, orégãos, manjericão, hortelã, salsa, coentros, pimentas, noz-moscada, cravinho são apenas alguns exemplos da vasta opção de ervas e especiarias;

Não acrescentar sal aos alimentos já prontos – tirar o saleiro da mesa;

Evitar o consumo de alimentos que são fontes de sal (produtos de charcutaria, conservas, aperitivos salgados, sopas desidratadas, fumados, carnes e peixes salgados);

Temperar a carne grelhada com molho de azeite, alho, um pouco de vinho, sumo de limão e pimentão. Regar a carne com este molho enquanto vai assando é uma maneira simples de conferir sabor, sem sal;

Temperar o peixe com ervas frescas, azeite e um pouco de alho;

Substituir a maionese e o ketchup por molho de iogurte com sumo de limão ou lima, uns ramos de cebolinho picado e um pouco de pimenta;

Optar por pão com baixo teor de sal;

Preferir, sempre que possível, os alimentos na sua forma natural e optar por ingredientes frescos;

Cozer legumes e fazer sopa com ervas aromáticas;

Ler os rótulos dos alimentos. Preferir os alimentos que apresentam até 0,3g de sal por 100g de produto e evitar os que apresentam mais de 1,5g de sal por 100g de produto;

Reduzir o consumo de sal contribui para a redução da pressão arterial, o que pode trazer grandes benefícios para a saúde, além de ajudar a manter o coração saudável.

Ana Lúcia Meirinho; Helena Milheiro *(médicas de Família);*
Isabel Melo; Mariana Fonseca *(internas da formação específica em Medicina Geral e Familiar)*
– Unidade de Saúde Familiar de Anta

OPINIÃO

APENAS REFLEXÕES

Jorge Madureira

TABU

Escrevia-se boîte (mas soletrava-se bu-a-te). As montras opacas e a porta sempre fechada aguçavam a minha curiosidade, ignorando eu, naquela idade, que tipo de estabelecimento era aquele e qual o ramo de negócio a que se dedicava.

Pintados com tinta vermelha, os vidros daquelas montras mostravam que a intenção era, realmente, vedar aquele espaço aos olhares curiosos de quem passava na rua. Às minhas perguntas, próprias da idade "dos porquês", os adultos tentavam sempre escapar, embaraçados, sem me conseguirem dar uma resposta plausível. Disseram-me, uma vez, que quem frequentava aquele estabelecimento estava a cometer pecado – era uma casa que só funcionava durante a noite, fazendo-me crer que se tratava de um flagelo social, de um local de perdição. Mas era isso que me fazia querer saber mais acerca daquele espaço. Quem para lá ia ou o que lá se fazia eram questões prementes, para as quais eu procurava, a todo o custo, obter resposta.

Sempre me intrigou a razão pela qual só funcionava de noite, entendendo eu, naquela idade, que a noite era reservada, somente, para dormir e retemperar forças para o dia seguinte. Um dia, um colega de escola segredou-me ao ouvido que naquela casa se faziam poucas vergonhas, ignorando eu o que quer que isso fosse. Pedi-lhe que fosse mais explícito mas ele negou-se, pois também desconhecia mais pormenores acerca desse assunto que, como qualquer tabu, era comentado em surdina, levando-me a desconfiar de que coisa boa não era, de certeza.

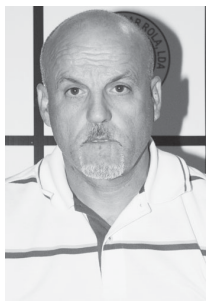
As lascas de tinta que começavam a sair dos vidros, libertando a visão para o interior, nada de novo traziam, pois que, por dentro, havia grossas cortinas. Tanto secretismo era demais para uma criança, que, demonstrando natural curiosidade em relação ao mundo que a rodeia, não descansava enquanto não tirasse tudo "a limpo".

A insistência em passar por lá, durante a noite, era motivo para que, nas deambulações de sexta-feira, a seguir ao jantar, os meus tutores evitassem percorrer comigo aquela rua.

Porém, perante tanta insistência, uma noite, acabei por lá passar e, por incrível que pareça, consegui olhar. Foi, no entanto, uma visualização fugaz, pois não me foi permitido parar muito tempo junto àquela casa. Tive de fazer um esforço para conseguir abarcar tudo num relance, aproveitando a porta entreaberta – as luzes vermelhas condiziam, de facto, com a cor das montras, mas era um vermelho intenso, ofuscando-me o olhar. Apercebi-me, também, do intenso cheiro a perfume que, não sendo uma aroma bem definido, era, com certeza, uma mistura de várias essências, definida por mim como "cheiro enjoativo".

A decoração, por seu lado, foi o que mais me impressionou, pela positiva, revestindo-se de um certo "exotismo", onde os sofás de veludo eram preponderantes, com pessoas de aspeto excêntrico, lá sentadas.

Curiosamente, e ao contrário do que eu esperava, nada de mal percecionei, nessa minha "investigação em campo", sem razão (no meu entender) para tanto secretismo. Considerei, apenas, que se tratava de mais um ponto de reunião de adultos, com a particularidade de lhes proporcionar mais privacidade, uma privacidade que não encontravam noutros locais. Há pessoas que querem estar mais à vontade – pensei eu – e o facto de serem adultos dá-lhes esse direito!



OPINIÃO

CONTRA A CORRENTE

João Freitas

OBRIGADO, MAS NÃO QUERO O GUINNESS…

Li no jornal "A Bola" que a Casa do Benfica de Espinho é a que mais sócios tem a nível nacional. Se julgam que vou dar um elogio à cidade de Espinho por ter uma instituição que é referência em Portugal como é o caso do atual campeão nacional, por ostentar um "record", enganam-se. Nem que entrasse no Guinness por ser a melhor do mundo. Até sou simpatizante do clube das "águias", mas o clube do meu coração é o Sporting Clube de Espinho. E àqueles que não são sócios do clube e que em Espinho são sócios do Benfica, Porto ou Sporting, digo-lhes que sinto vergonha por o clube mais representativo da minha cidade ter tantos adeptos nos clubes chamados "grandes" e o Sporting de Espinho não ter o que devia para ser um clube forte para também com eles discutir jogos e campeonatos como já aconteceu. E ganhando-lhes muitas vezes! Até conseguiu um sexto lugar!

O Sporting de Espinho merece-nos muito respeito, esteja como estiver. Eu já disse há tempos, numa crónica que escrevi nesta jornal, que se eu não gostar daquilo que é da minha cidade, quem é que vai gostar?! Serão os de Lisboa ao outros pelo país fora que vão gostar?! Por favor, haja bom senso! Uma mãe até pode ter um filho que anda "perdido", mas ela ama o seu filho porque é parte dela, como os "tigres" são parte de nós. Não, isto não é fanatismo, porque a esses eu direi que são mais fanáticos que eu, porque gostam mais dos vizinhos que os de sua casa.

É evidente que cada um é aquilo que é, mas dói não gostarem do que é da sua cidade. A isto chama-se enterrar a própria cidade e elevar Lisboa que já é a capital do país e não precisa de mais apoios… Agora nós, sim, temos que nos orgulhar do que é nosso e incentivar, seja que instituição for, para que a nossa terra apareça nas "bocas do mundo; e então, sim, nos orgulhar de sermos espinhenses e manter a verdadeira mística que felizmente ainda existe.

Desculpem qualquer coisinha…

"Em Espinho há excelentes restaurantes, mas o Hotel Solverde e o Casino Espinho são obrigados a estar acima"

Manuel Pinto, chefe executivo do Hotel Solverde e do Casino Espinho

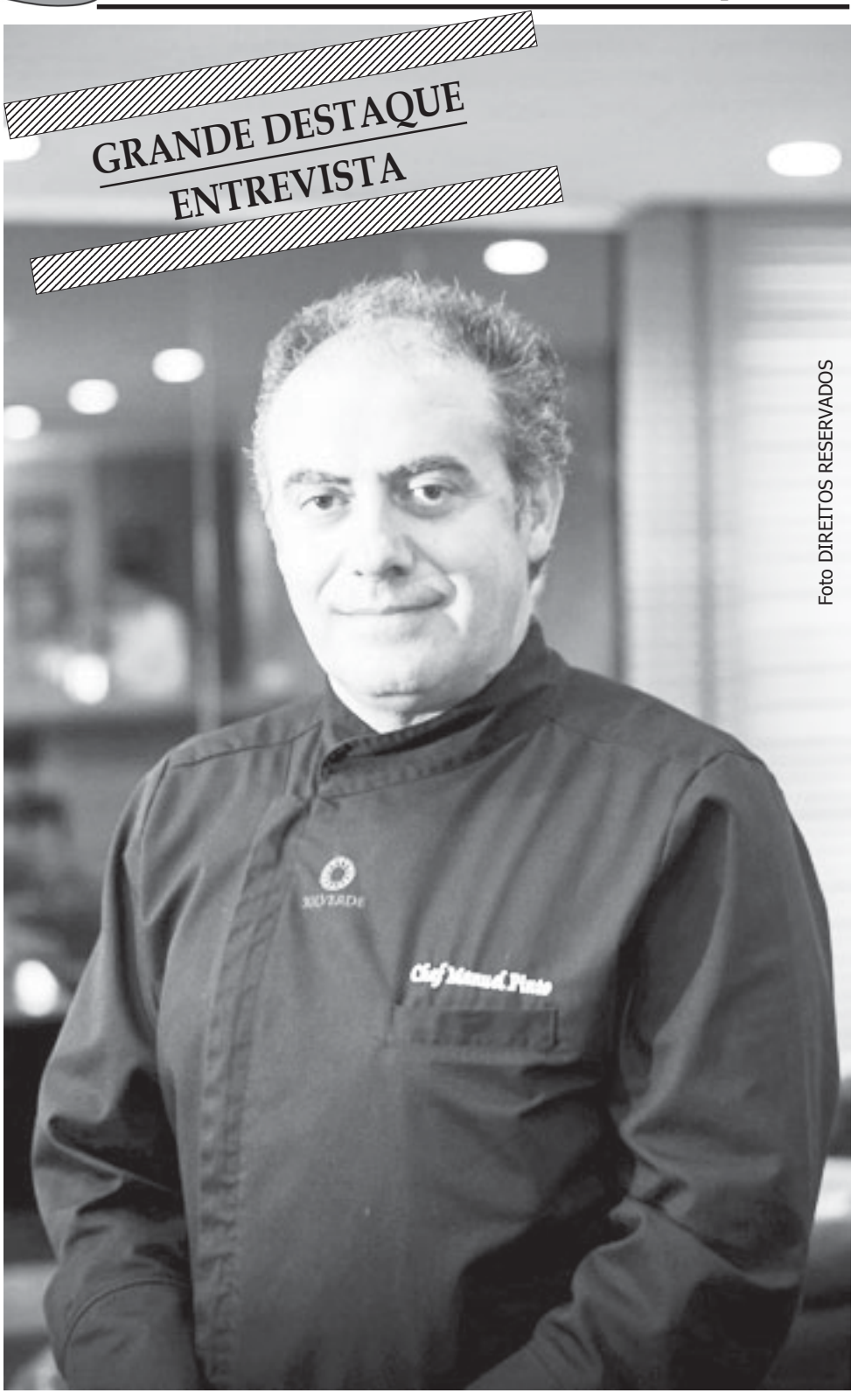


Foto DIREITOS RESERVADOS

Natural de Paredes, na Solverde há 27 anos, o chefe Manuel Pinto foi promovido, recentemente, a chefe executivo do Casino Espinho e do Hotel Solverde. "A Solverde entendeu por bem, há muito pouco tempo, promover-me a chefe executivo. Não sei se foi por mérito, mas o que sei é que me sinto orgulhoso. Sei que vou dar o meu melhor e foi isso que prometi à administração. Vou fazer tudo para que os clientes sintam que houve algumas alterações. Mas isto não dependerá, certamente, só de mim. Trabalho com uma equipa e, por isso, será um trabalho de todos. Vamos fazer algo de diferente. Irei ouvir a opinião dos clientes", disse o chefe Manuel Pinto.

Manuel Proença

– Como foi o seu percurso como chefe?

"Durante 11 anos representei Portugal na Venezuela e isso foi algo que fez com que eu aprendesse bastante. Estive no Caracas Hilton, durante esse tempo, 45 dias em cada ano. Esse hotel tinha 2400 quartos, sete cozinhas e 98 cozinheiros. Foi uma experiência muito enriquecedora, uma vez que me deu a oportunidade de trabalhar com equipas muito grandes. Também passei por uma experiência em Jacarta, na Indonésia, Holanda (Amesterdão e Roterdão), Angola (Hotel Presidente), o que me pôs em contacto com as dificuldades que muitas das vezes encontramos na cozinha. Trabalhar numa cozinha não é fácil mas torna-se fácil quando temos uma brigada flexível".

– O que difere a cozinha do Hotel Solverde da do Casino Espinho?

"No Hotel Solverde temos uma cozinha internacional e no Casino Espinho, o nosso cliente é 90 por cento nacional, a maioria clientes há muitos anos. Isto faz com que os tratemos da forma que eles querem. A juntar a tudo isto, os clientes de hoje são muito mais exigentes do que aqueles de há uns anos atrás.

O cliente de um hotel de cinco estrelas é muito exigente e tem grande capacidade financeira.

No Casino Espinho temos de pensar que temos clientes jovens, por isso, temos de ir alterando os menus de forma a adaptá-los ao gosto desses jovens. Muitas das vezes vou para a sala e questiono os clientes para saber quais são as suas ideias e sugestões. É uma forma de aprender com eles".

– O Casino Espinho e o Hotel Solverde estão integrados numa cidade com uma grande oferta na restauração. Isto não pode criar-vos mais dificuldades?

"Isso nunca me assustou. Trabalhei no Porto, num dos restaurantes mais antigos daquela cidade e no Hotel Infante de Sagres. Sempre gostei de desafios. Almoçar ou jantar num restaurante em Espinho é totalmente diferente de almoçar ou jantar num hotel. Sabemos que em Espinho há excelentes restaurantes, mas o Hotel Solverde e o Casino Espinho são obrigados a estar acima! Basta dizer que a nossa cozinha é internacional. A apresentação dos pratos é muito diferente. Sabemos que se come, também, com os olhos! O serviço que se vê na maioria dos restaurantes é de travessa na mesa. Nós trabalhamos com produtos diferentes".

– Quem escolhe os produtos?

"Chegam às nossas unidades cumprindo todas as normas. Obviamente que temos uma palavra a dizer. Se o produto que chega não nos interessa é devolvido. O produto que temos é de qualidade superior e tem mesmo de o ser".

– Como nasceu o seu gosto pela cozinha?

"A maior parte da minha família está ligada ao ramo da restauração e da hotelaria. O meu primo levou-me para a cozinha e mais tarde fiz vários cursos na Escola de Hotelaria do Porto. Com 18 anos, no Hotel Infante de Sagres, pedi ao diretor para passar para o Restaurante. Eu era vaidoso e ali os meus colegas andavam todos limpinhos. O chefe do restaurante não autorizou que eu fosse para lá porque entendia que eu poderia ser alguém na cozinha. Ele achava que eu estava bem onde estava. Fiquei aborrecido na altura, mas hoje guardo esse homem no meu coração, pois foi ele que fez com que eu continuasse na cozinha. Se não fosse ele eu hoje era empregado de mesa".

– Tem algum chefe como referência?

"Onde aprendi muito foi no Hotel Meridien. Estive lá cinco anos, a trabalhar com chefes franceses. Todos os dias de manhã tínhamos uma reunião de 10 minutos e cada um tinha um a dois minutos para colocar questões. Eram métodos de trabalho completamente diferentes. Cresci muito dentro dessa empresa.

Como andei muitos anos a representar Portugal na Venezuela, lidei sempre com grandes chefes italianos e alemães".

– Já teve algum serviço mais complicado?

"Quando estava na Venezuela pedi para fazer um almoço para 3200 pessoas. Eram cinco linhas".

– Acha que os jovens querem aprender esta arte?

"Hoje há muitos jovens a gostarem de cozinha. Além disso, a internet veio revolucionar muita coisa. Hoje posso consultar a internet para qualquer dúvida".

– Porque é que os grandes cozinheiros e os grandes chefes de cozinha são homens?

"Os homens foram os primeiros a aparecer na cozinha, mesmo nos tempos dos reis. Nos tempos de hoje é mais complicado para as mulheres estarem na cozinha, porque este trabalho não tem horas. Mas na minha equipa tenho excelentes cozinheiras".

GRANDE DESTAQUE

ENTREVISTA

"Ao vir para cá acreditei, sobretudo, na grande empresa que é a Solverde"

Chefe Manuel Carola, responsável pela cozinha do Casino Espinho

Manuel Carola, é o chefe de cozinha do restaurante do Casino Espinho e está há oito anos a trabalhar no Grupo Solverde. Alentejano, já passou pelo Hotel Sheraton e Hotel Meridien e tem, agora, pela frente a responsabilidade de liderar a equipa da cozinha do Casino Espinho. "É sempre um desafio vir de um hotel para um casino. No entanto, como já tinha trabalhado no Casino do Estoril, para mim não foi uma novidade. Mas ao vir para cá acreditei, sobretudo, na grande empresa que é a Solverde", disse Manuel Carola.

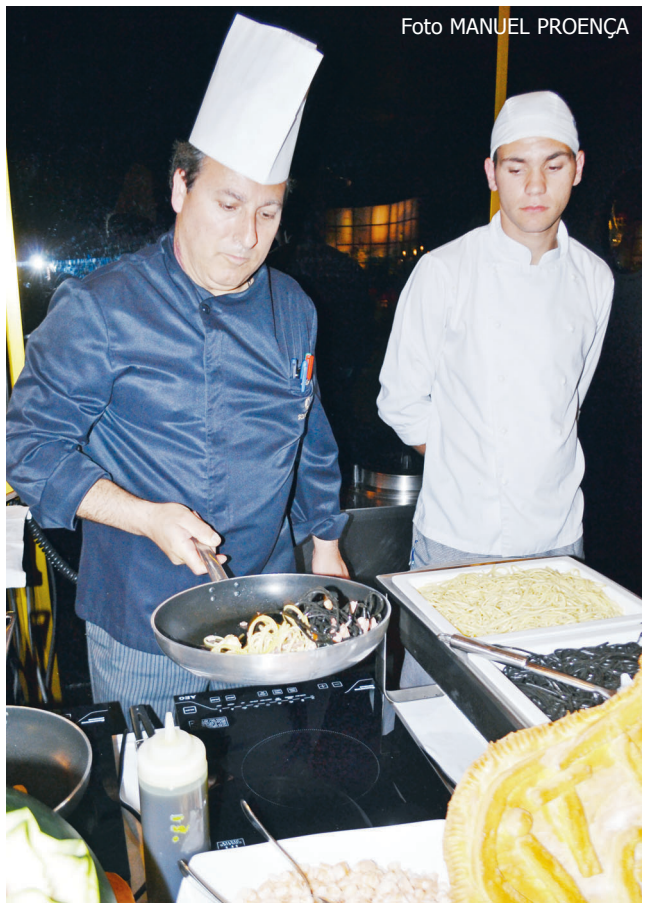


Foto MANUEL PROENÇA

Foto MANUEL PROENÇA

Foto MANUEL PROENÇA

Os buffets, às sextas-feiras, são uma aposta do Casino Espinho

Manuel Proença

– Há algum critério de escolha dos menus?

"Vamos vendo aquilo que mais agrada ao cliente e apresentamos o produto em função disso. Mas é claro que fazemos, antecipadamente, os menos que vamos apresentar durante a semana".

– Tentam acompanhar a restauração de Espinho?

"Apostamos, sobretudo, na qualidade. Mas a nossa aposta passa pela cozinha portuguesa e pela francesa. Contudo, estamos sempre atentos às nossas raízes. Temos uma cozinha riquíssima e isto dá-nos uma responsabilidade acrescida. O cliente do Casino ainda é mais exigente, o que faz com que tenhamos de dar muito mais".

– Chegam a ter no Casino Espinho eventos com mais de 400 pessoas!...

"Temos duas cozinhas a funcionar. É, realmente, um serviço de grande envergadura. Temos de ter uma grande preparação e uma grande coordenação com as duas cozinhas".

– Como surgiu o seu gosto pela cozinha?

"Tinha um primo que era chefe de cozinha e levou-me para o Hotel Sheraton em Lisboa. Foi aí que me iniciei. Tive a possibilidade de passar para uma receção de hotel e nunca quis porque era da cozinha que gostava. Depois cheguei a trabalhar no Hotel Meridien. Nestes hotéis o trabalho é diferente, pois servem-se pequenos-almoços, almoços e jantares".

– O que mais gosta de cozinhar? Peixe ou carne?

"Gosto mais de cozinhar peixe. A nossa costa é muito rica em peixe".

– O que mais pedem os clientes do Casino?

"Pedem peixe e carne, mas os estrangeiros preferem o peixe".

– Os clientes procuram os vossos buffets das sextas-feiras?

"O buffet é um serviço muito importante e ainda mais no Casino Espinho. Nós temos um buffet muito bom e muito rico. Acho que cada vez mais o cliente gosta deste conceito. Nós procuramos introduzir os pratos típicos portugueses. No entanto, temos também buffets com a cozinha italiana e com a cozinha mediterrânica".

– Não é o chefe de cozinha que faz tudo sozinho?

"Não. Somos 11 cozinheiros. Eu trabalho com os meus colegas e organizo o tempo e o espaço deles. Eu acabo por dar um ligeiro toque em algumas coisas".

– Há algum chefe que tenha como referência?

"O chefe Simpson, do Hotel Sheraton que, aliás, era uma referência nessa cadeia de hotéis".

– Qual é a sua cozinha preferida?

"Tenho muito conhecimento na cozinha portuguesa, italiana e em muitas outras. Conheço um pouco de tudo. No entanto, sou adepto da cozinha portuguesa".

– Cozinha na sua vida particular, com os seus amigos?

"Claro que sim. Faço as sopas alentejanas e a comida alentejana. Os meus amigos pedem-me muitas vezes para o fazer".

GRANDE DESTAQUE

ENTREVISTA

"Temos uma equipa de trabalho muito forte e coesa, mas temos de ter novos horizontes"

Bruno Neves, jovem espinhense de 30 anos é o novo diretor de restauração do Casino Espinho

Foto MANUEL PROENÇA

Com apenas 30 anos de idade, Bruno Neves é o novo Diretor de Restauração do Casino Espinho. O jovem espinhense, que era para ser jornalista, acabou por se formar em Gestão Hoteleira e assumiu, há cerca de dois meses, a Direção de Restauração do Casino Espinho.
"Era para ser jornalista e quando disse à minha mãe que ia estudar para hotelaria, ela disse-me que ninguém estudava para isso! Fui para a Escola de Hotelaria do Porto onde tirei o curso de Gestão Hoteleira, depois o curso de Enologia e de Diretor de Restauração. Fui para o México e estive na República Checa. Há cerca de dois meses que me foi formulado o convite para assumir a Direção de Restauração do Casino Espinho".

Manuel Proença

Bruno Neves ambiciona, "juntamente com os chefes Manuel Pinto e Manuel Carola e com os diretores de bares, proporcionar aos clientes os melhores momentos. Queremos aperfeiçoar a qualidade, que já é muito boa, proporcionar algumas experiências como, por exemplo, a que virá no próximo mês e em julho, a gastronomia oriental, num buffet à base pratos orientais".

– Quais as novidades que tem vindo a implementar?

"Temos colocado nos nossos bares novos pratos, novas produções e sensações de comida. Temos variado a nossa oferta gastronómica aos nossos clientes. Temos uma equipa de trabalho muito forte e coesa, mas temos de ter novos horizontes e o chefe Manuel Pinto veio trazer uma melhoria neste sentido.

Partimos do princípio que no Casino Espinho somos uma unidade de 'seis estrelas', com a qualidade sempre acima de tudo e onde o nosso cliente é a parte mais importante, quer no restaurante, quer nos quatro bares que temos abertos diariamente. Oferecemos ao cliente uma experiência dentro de uma unidade completamente diferente de tudo o que há aqui nesta zona.

Temos uma qualidade acima do normal, valores que estão implantados há muitos anos.

Por isso, estou cá para, em conjunto com os chefes e com toda a equipa de trabalho, melhorar o serviço. Somos mais de uma centena de pessoas a trabalhar em equipa".

– Há uma ideia de que o casino é um espaço caro!...

"Não é. Nós proporcionamos aos nossos clientes menus a partir de 20 euros (entrada, prato principal, sobremesa e café e bebidas). Se formos para a sala de espetáculos temos um menu base a partir de 25 euros e que tem um atendimento de seis estrelas e um ambiente que não se encontra em mais lado nenhum! Além disto, ainda há um espetáculo de variedades!

O cliente tem além de uma excelente gastronomia, produtos de primeira qualidade.

Os nossos bares proporcionam preços inferiores aos praticados na cidade e no distrito, com a qualidade de primeira.

Temos abertos diariamente os dois restaurantes – um com a capacidade para 40 pessoas e o outro que tem a possibilidade de acolher cerca de duas centenas de pessoas, acrescentando os espetáculos de variedades. A hotelaria é vista no casino como um produto para trazer clientes aos melhores momentos".

– É habitual terem a sala de espetáculos/restaurante completamente cheia à sexta-feira, nos jantares de buffet?

"Há bem pouco tempo tivemos um buffet regional, com mariscos, com perna de novilho a ser tranchada no momento. Este serviço, por exemplo, era muito usado nos anos 80 e nós recuperamo-lo porque entendemos que o cliente gosta. Além disto, todas as semanas temos uma confeção de sala, que vai desde bacalhau, bifinhos grelhados, o sushi português, etc.. Temos várias experiências ao mesmo tempo".

Foto MANUEL PROENÇA

– Mas nos bares, por exemplo, têm algumas promoções!...

"Há bem pouco tempo tivemos a promoção dos pregos em pão que foi um sucesso. Teve uma venda que não esperávamos que fosse tão grande.

No próximo mês será uma experiência de leitão com espumante.

Vamos inaugurar, no próximo mês, o Joker Bar que terá música ao vivo".

84 anos de serviço público

AGENDA

26 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

26 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

26 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

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, 28, 29, 31 de maio e 1 de junho
16h30 e 21h30 – Cinema 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
21h30 – Cinema Imersivo 3D no Planetário do Multimeios
"Dinossauros no crepúsculo

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

28 de maio
11 horas – Biblioteca Municipal
Bebéteca "Letras e Chupetas" – atividades de promoção da leitura para a primeira infância – tema "A minha família"
Nas sessões da Bebéteca acontecem momentos mágicos com o bebé e seus familiares; canções, histórias, brincadeiras e experiências sensoriais fazem destas sessões vivências importantes para o desenvolvimento do bebé
Público-alvo: bebés até aos 36 meses (com um dois acompanhantes e inscrição prévia)

15 horas – Biblioteca Municipal (sala polivalente)
"Espinho noutros tempos – vivências e memórias" – retrospetiva por imagens (com entrada livre)

15h30 – Biblioteca Municipal José Marmelo e Silva (sala dos contos)
"À Roda das Histórias"
Projeto de promoção do livro e da leitura para crianças entre os 3 e os 10 anos em que estas são convidadas a escolher as histórias que vão ouvir, ligando o motor das mais divertidas "máquinas de fazer histórias". Ao momento de narração oral segue-se um momento de criatividade com as palavras. Zás, Trás, Pás, uma história assim se faz!
Público-alvo (entrada livre): crianças dos 3 aos 10 anos

22 horas – Planetário do Multimeios
Noites de observação – "A Lua"

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

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)

31 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)

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"

"Espinho noutros tempos" – retrospetiva em imagens

Conforme o Jornal de Espinho já revelou, irá realizar-se às 15 horas de sábado, na Biblioteca Municipal José Marmelo e Silva, uma retrospetiva em fotografias como parte da sessão "Espinho noutros tempos – memórias e vivências".

A "Avenida" vai ser o tema dominante desta mostra de imagens que, desde os últimos anos do século XIX e durante muitas décadas a esta parte, tem sido um espaço privilegiado das pessoas de Espinho e de quem nos visita.

Os cafés e suas esplanadas, o vaivém das pessoas entre a Rua 23 e a frente do Casino, os mais diversos acontecimentos que ali tiveram lugar, o antigo Palácio Hotel, o Casino e as suas atrações, irão ter grande destaque em projeção de fotografias de época, simultaneamente comentada por alguns espinhenses. Em complemento, será apresentada a reportagem fotográfica da visita a Espinho de Oliveira Salazar, em representação oficial, por volta do ano de 1948.

Haverá ainda lugar à projeção do filme de propaganda turística "Espinho – praia da saudade", produçãodos inícios de 1950, e que nos documenta os mais variados aspetos na vida da então vila de Espinho.

Esta iniciativa resulta dum projeto comum dos Serviços de Cultura e Museologia da Câmara Municipal de Espinho e da Cooperativa Nascente, que tem em preparação uma outra mostra de imagens dedicadaà "Praia" para o próximo mês de outubro.

Pintura ("Latíbulos") de Teresa Vasconcelos

Decorre até ao próximo dia 31, no átrio da Biblioteca Municipal José Marmelo e Silva, a exposição de pintura "Latíbulos" de Teresa Vasconcelos. Nascida em Espinho a 10 de setembro de 1945, Teresa Vasconcelos destaca-se na pintura e na cerâmica, onde formou um estilo próprio. Está representada em várias coleções públicas e particulares no país e no estrangeiro, tendo também diplomas de participação em atividades artísticas.

Tigres a uma vitória do título

Futebol nacional à espera do regresso…

Com muita serenidade e personalidade, a equipa de futebol sénior do Sporting Clube de Espinho foi a Avanca vencer a equipa local, por 0-2, em jogo a contar para a penúltima jornada do Campeonato Distrital da 1.ª Divisão. Os tigres acabaram por sentir imensas dificuldades ante uma equipa que, praticamente, só defendeu e que não lutou por mais do que um empate!

Foto DIREITOS RESERVADOS

Carlos Manuel, capitão dos tigres, celebra o golo apontado na última jornada em Avanca

Com um estádio (do Avanca) cheio de espinhenses, os tigres sabendo, desde logo que só a vitória iria contribuir para as contas e para concretização dos seus objetivos.

O Sporting Clube de Espinho foi paciente, num jogo em que a vantagem até poderia ser mais dilatada. Rui Lopes, o homem do jogo, antes de fazer o golo, de livre, como lhe é peculiar, ainda rematou ao poste esquerdo à guarda da baliza de Rui Pedro. Um sinal muito positivo que veio a traduzir-se no golo da vantagem quando os tigres aceleraram um pouco mais, na segunda parte, o seu ritmo de jogo. Carlos Manuel, com a sua habilidade natural e qualidade técnica, acaba por ser derrubado à entrada da grande área e Rui Lopes, na conversão do livre, não falhou. Um passo de 'gigante' para que a barreira defensiva do Avanca fosse quebrada.

Mais um remate ao poste da baliza à guarda de Rui Pedro e um outro ao poste da baliza de Bruno Silva e o segundo golo acabaria por surgir, na conversão de uma grande penalidade que castigou o derrube de Miguel Ângelo sobre Van Zeller.

Até ao final viu-se uma equipa do Avanca a correr e à procura de chegar, novamente, ao empate. Contudo, os tigres estiveram irrepreensíveis quer na sua tarefa ofensiva, quer defensiva.

Uma nota negativa para o árbitro que mostrou, sem qualquer tipo de razão ou de justificação aparente, o cartão vermelho direto a Gonçalo, que se encontrava no banco a festejar o primeiro golo da equipa alvinegra.

No próximo domingo a equipa do Sporting Clube de Espinho recebe o Oliveira do Bairro na última jornada do Campeonato Distrital da 1.ª Divisão. Os tigres, com a vitória, serão os novos campeões e terão acesso aos campeonatos nacionais na próxima época.

Avanca, 0
Sporting de Espinho, 2

Jogo no Parque Desportivo da Associação Desportiva Atlética de Avanca, em Avanca.

Árbitro: Marco Pereira (AF Aveiro).

Árbitros assistentes: Jorge Silva e João Henriques.

Associação Atlética de Avanca – Rui Pedro; Márcio, Xano, Jonas e Bruninho; Tarola, Costa e Luís Gomes; Carlitos, Miguel Ângelo e Carlos Pesquina (cap.).

Substituições: Tarola por Tigas (58), Bruninho por João Cavilhas (72) e Luís Gomes por Joca (85).

Não utilizados: Fábio, Vasco Costa, Armando e Hugo Antunes.

Treinador: Rui Valente.

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: Rui Lopes por Pipa (76), Van Zeller por Carlitos (80) e Lima por Murillo (86).

Não utilizados: Renato, André, Gonçalo e Seminha.

Ao intervalo: 0-0.

Marcadores: 0-1, por Rui Lopes (57); 0-2, por Carlos Manuel (75, gp).

Disciplina: cartão amarelo a Jonas (56), Costa (66) e Miguel Ângelo (74); Van Zeller (35) e Carlos Manuel (41). Cartão vermelho direto a Gonçalo (58).

Jogo decisivo com o Oliveira do Bairro no domingo (17 horas)

No Estádio Comendador Manuel de Oliveira Violas

O Sporting Clube de Espinho só depende de si para regressar aos campeonatos nacionais de futebol. Se vencer em casa no próximo domingo a equipa do Oliveira do Bairro, carimbará a subida, atingindo o grande objetivo proposto para esta época.

Os tigres realizaram um excelente campeonato, batendo-se contra equipas com orçamentos mais elevados, como o Recreio de Águeda, clube que persegue há alguns anos a subida. Contra o Águeda, que era apontado no início da época como o grande favorito, o Sporting Clube de Espinho fez o pleno, vencendo os dois jogos disputados, em casa e fora.

A segunda volta dos tigres no Campeonato Distrital da 1.ª Divisão tem sido verdadeiramente espantosa: depois de uma derrota inesperada em São Roque, a 17 de janeiro, o Sporting Clube de Espinho arrancou para uma série de 15 jogos sem perder, com 13 vitórias e apenas dois empates consentidos. Foi esta série incólume que permitiu aos tigres alcançar a liderança da prova, com um 'score' notável nesses 15 jogos de 41 pontos conquistados, 45 golos marcados e apenas seis sofridos.

O Sporting de Espinho, aliás, além de comandar a prova com mais um ponto do que o Recreio de Águeda, é o melhor ataque e a melhor defesa.

Tudo parece conjugar-se assim para a subida dos tigres, mas é preciso para tal vencer no próximo domingo, às 17 horas, o Oliveira do Bairro, no Estádio Comendador Manuel de Oliveira Violas.

Na primeira volta, a equipa bairradina conseguiu travar os tigres, com um empate a duas bolas. O Oliveira do Bairro ocupa agora o sexto lugar da classificação do Campeonato Distrital da 1.ª Divisão, com 59 pontos.

É uma equipa aguerrida, com jogadores fisicamente fortes e que chegou a revelar-se na primeira volta como uma das sensações do campeonato.

Os tigres precisam do apoio em massa dos espinhenses.

Espera-se, pois, uma grande afluência de público ao Estádio Comendador Manuel de Oliveira Violas para a última 'final'.

O Sporting de Espinho tem na mão a possibilidade de regressar aos nacionais, patamar que o clube bem merece pelo seu prestígio e história no futebol português.

Resultados

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

Jornada 34.ª (29/05/2016)

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

Classificação

	P	J	V	E	D	GM-GS
Sp. Espinho	**79**	**33**	**25**	**4**	**4**	**80-21**
Águeda	78	33	24	6	3	72-23
Fiães SC	66	33	20	6	7	56-24
Alba	60	33	18	6	9	70-40
Sporting Paivense	59	33	18	5	10	52-46
Oliv. Bairro	59	33	18	5	10	64-38
S. João Ver	56	33	16	8	9	64-44
Carregosense	48	33	14	6	13	41-35
U. Lamas	47	33	14	5	14	54-40
Avanca	43	33	12	7	14	46-43
At. Cucujães	39	33	11	6	16	31-53
AC Famalicão	38	33	10	8	15	49-48
Milheiroense	37	33	10	7	16	40-76
Esmoriz	36	33	8	12	13	34-45
AD Valonguense	35	33	9	8	16	35-56
P. Brandão	19	33	4	7	22	34-78
São Roque	19	33	5	4	24	31-81
Calvão	17	33	5	2	26	35-97

Sócios podem levar acompanhantes

Para este jogo decisivo, a Direção do Sporting Clube de Espinho anunciou que irá prosseguir a campanha "1 sócio = 2 entradas". Assim, todo o sócio com as quotas em dia pode levar consigo um acompanhante, sem qualquer custo. É uma boa altura para "levar à bola" a mulher (ou o marido), um amigo, um familiar ou o vizinho.

O Sporting Clube de Espinho-Oliveira do Bairro é o jogo do ano para os tigres. Será uma tarde que se prevê de muitas emoções e (espera-se) de grande alegria no final.

Lapso

Por lapso, a que nos penitenciamos, noticiamos que o Sporting Clube de Espinho iria jogar a Avanca no domingo quando, na verdade, o jogo ter-se-á realizado no sábado, bem como toda a jornada do Campeonato Distrital da 1.ª Divisão.

Ao Sporting Clube de Espinho, adeptos, sócios e aos nossos leitores, o nosso pedido de desculpas.

Lesão da guarda-redes com influência no desfecho do jogo de andebol das minis academistas

A Associação Académica de Espinho apenas realizou um jogo de andebol este fim-de-semana. Tratou-se da deslocação das minis ao Pavilhão Municipal das Travessas, em São João da Madeira, para defrontar a equipa da Sanjoanense, que bateu os mochos por 31-16. Um encontro marcado pela lesão da guarda-redes da equipa visitante, que acabou por ser determinante para o desfecho.

Eis a constituição da equipa de minis: Maria Moreira, Beatriz Lapa, Ana Ribeiro (1 golo), Beatriz Ferreira, Luana Redol (1), Matilde Oliveira (1), Carolina Marques (1), Sara Silva, Mariana Lima (4), Lara Dias, Mariana Ferreira (8) e Jessica Barbosa. Treinadora: Sara Magalhães.

Atletismo do Rio Largo em (duas frentes) Vila Pouca de Aguiar e Mozelos

O fim de semana ajudou para a pratica desportiva e o Rio Largo não se fez rogado e marcou presença em duas provas do calendário de atletismo.

Se por um lado atacou as frente da montanha com a participação no 3.º Trail Running de Vila Pouca de Aguiar, por outro não fugiu às estradas do concelho vizinho feirense com a participação na 17.ª Grande Prémio de Atletismo de Mozelos.

Na frente de montanha, o atleta espinhense José Falcão não podia falhar esta chamada, sendo que com um percurso bastante difícil, num total de 24 km, conseguiu o segundo lugar na classificação M60, com o tempo de 3h21m59s.

Já em Mozelos a prova foi bastante mais curta, sendo dificultada pelas fortes subidas pouco habituais em provas de estrada. A corrida teve um percurso circular de duas voltas dentro da freguesia de Mozelos, com um total de 8.500 metros.

Neste particular destacou-se Renato Sousa, que mesmo em fim de temporada, manteve um ritmo bastante forte, acabando na 19.ª posição do escalão sénior com o tempo de 31m00s, seguiram-se Adriano Queiroz (36m 23s), Joaquim Gomes (41m27s), Daniel Lopes e António Caneca (43m27s) em fase de recuperação de lesão.

A próxima prova do atletismo do Rio Largo será a II Corrida de São Tiago, em Rio Meão, com a distancia de 10 km.

Novasemente perde com Restauradores em futsal

A equipa de futsal de seniores femininos do Novasemente Grupo Desportivo perdeu, em casa, com os Restauradores Avintenses, por 1-2, em jogo a contar para o apuramento do campeão do Campeonato Nacional.

As antenses estão no quinto lugar da tabela classificativa.

Entretanto, a equipa de seniores B femininos do Novasemente realizou a última jornada a contar para a Prova Extra, Série A. As antenses terminaram o jogo com uma goleada de 5-0 à formação do Fundo de Vila.

Foi um jogo de sentido único onde o resultado foi muito escasso para as oportunidades criadas pela equipa da casa. Mesmo com esta vitória não foi possível estar presente na grande final desta prova. O Novasemente ficou com a segunda posição, a um ponto do campeão, o Parc.

Eis a constituição da equipa de seniores B do Novasemente: Tânia, Filipa (1 golo), Cristiana, Diana (2), Liliana Baptista (cap.), Marisa Gomes, Marisa Rocha (1) e Matilde (1). Treinador: José Vieira. Delegado: Miguel Rosário.

Duas vitórias do hóquei em patins

As equipas de hóquei em patins dos escalões de formação da Associação Académica de Espinho conquistaram duas vitórias e um empate nos jogos disputados no fim-de-semana.

A equipa de sub-17 academistas foi a Marco de Canaveses bater o Hóquei Clube local por 4-5, em jogo do Torneio de Encerramento.

Os sub-13 academistas, na sua deslocação ao Marco de Canaveses, golearam (0-13) o seu adversário, também na prova de encerramento.

Por fim, os escolares foram a Paços de Ferreira empatar (0-0) com a Juventude Pacense.

Esta semana realizam-se os seguintes jogos:

Académica de Espinho-Carvalhos (sub-20), hoje, às 17h30 no Pavilhão Arquiteto Jerónimo Reis, em Espinho; Vigorosa-Académica de Espinho (sub-20), sábado, às 17 horas, no Porto; Carvalhos-Académica de Espinho (sub-13), sábado, às 15 horas, nos Carvalhos.

Juvenis da AJM campeões nacionais

A Academia José Moreira, na sequência da presença consecutiva nas oito fases finais dos Nacionais de voleibol em que se encontra representada, que se iniciou com os seniores masculinos e femininos da III Divisão, em que os masculinos classificaram-se em segundo lugar mas garantiram a subida à II Divisão Nacional na próxima época, enquanto as seniores femininos sagraram-se campeãs nacionais e garantiram também a subida à II Divisão Nacional.

Na semana seguinte, os juniores masculinos classificaram-se em segundo lugar, enquanto as juniores classificaram-se em quarto lugar.

Esta semana foi a vez dos juvenis masculinos sagrarem-se campeões nacionais, revalidando o título conquistado na última época, enquanto as juvenis alcançaram o terceiro lugar na sua fase final.

Esta semana serão os cadetes masculinos que estarão a disputar a sua fase final em Viana do Castelo e na semana seguinte serão as iniciadas que irão disputar a sua fase final em Vila do Conde.

Foto DIREITOS RESERVADOS

O espinhense Ruben Vita ficou com o terceiro lugar na etapa de Espinho do Circuito de Surf do Norte

Foto DIREITOS RESERVADOS

A espinhense Luísa Meneses alcançou as meias-finais na categoria Sub-18 feminino

Fotos TÓ MANÉ

Ruben Vita alcança terceiro lugar na etapa de Espinho

Luísa Meneses também em destaque no Circuito de Surf do Norte

O espinhense Ruben Vita alcançou o terceiro lugar na categoria Open da última etapa deste ano do Circuito de Surf do Norte que abriu mais uma edição do Espinho Surf Destination. Vita ficou atrás de Elohe (o vencedor) e de Miguel Freitas (segundo classificado), mas à frente de Manuel Colomina (4.º) e de Gonçalo Maya (5.º).
O destaque vai, também, para a surfista espinhense Luísa Meneses que alcançou as meias-finais na categoria Sub-18 feminino.

Arrancou no fim-de-semana passado, a terceira edição do Espinho Surf Destination com a realização da terceira e última etapa do Circuito de Surf do Norte, que consagrou os campeões desta modalidade no norte do país.

Circuito de Surf do Norte chegou ao seu termo com a final realizada na praia da Baía em Espinho, numa prova que contou com a participação de mais de uma centena de atletas.

João Crespo foi o vencedor da categoria de sub-12, José Bruschy venceu em sub-14, Manel Villas-Boas em sub-16, Tiago Santos em sub-18, Catarina Beirão em sub-16 feminino e Mariana Gonçalves em sub-18 feminino.

O Espinho Surf Destination 2016 continua com uma Skate Total Experience (FingerBoards, com a YellowWood), segue com o Campeonato Nacional de Bodyboard Masters e a finalíssima do Circuito de Bodyboard do Norte, para terminar com o Surf Pro Espinho, a terceira etapa do Circuito Europeu de Surf Pro Junior da World Surf League, entre os dias 23 e 26 junho.

Ao longo de mais de um mês de eventos desportivos haverá ainda espaço para um workshop de Kinesiologia, uma formação do Instituto de Socorros a Náufragos, através do projeto Surf Salva, workshops de Tow In e Tow Out (surf assistido com motas de água) e inúmeras atividades paralelas ao longo de todo o evento.

Eis os resultados da etapa final do Circuito Surf Norte:

Sub-12: 1.º João Crespo – SCPA; 2.º Salvador Tavares – AON; 3.º Lourenço Jervell – AON; 4.º Francisco Silva – CSP.

Sub-14: 1.º José Bruschy – CSP; 2.º Tomás Jervell – AON; 3.º João Crespo – SCPA; 4.º Sacha Garcia – CSP.

Sub-16: 1.º Manel Villas-Boas – CSP; 2.º Filipe Cruz – AON; 3.º Marcelo Martins – AON; 4.º Gonçalo Magalhães – AON.

Sub-18: 1.º Tiago Santos – ESC; 2.º António Gouveia – CSP; 3.º Henrique Menezes – CSP; 4.º Rodrigo Mendo – CSP.

Sub-16 feminino: 1.º Catarina Beirão – CSP; 2.º Mariana Gonçalves – SCV; 3.º Beatriz Millan – SCV; 4.º Benedita Neves – SCV.

Sub-18 feminino: 1.º Mariana Gonçalves – SCV; 2.º Inês Sousa – CSP; 3.º Catarina Beirão – CSP; 4.º Sofia Campos – AON.

Open: 1.º Elohe; 2.º Miguel Freitas; 3.º Ruben Vita; 4.º Manuel Colomina; 5.º Gonçalo Maya.

Natação tigre em nono no Torneio Regional de Clubes

Com vinte 20 nadadores (dez masculinos e dez femininos, o Sporting de Espinho classificou-se em nono lugar. com 243 pontos, no Torneio Regional de Clubes, o organizado pela Associação de Natação do Centro Norte de Portugal ei realizado nas Piscinas Municipais do Fontelo, em Viseu.

De acordo com o regulamento, a classificação coletiva era feita de acordo com a classificação absoluta de cada prova, onde apenas o melhor nadador de cada clube pontuava.

Em destaque estiveram João Branco e Sara Castelo (juniores A), tendo sido os nadadores que mais pontuaram, conseguindo, cada um, um total de 33 pontos. João Branco ficou em quinto lugar nas provas dos 100 metros livres, sexto nos 50m livres e sétimo nos 100m mariposa. Sara Castelo obteve o nono lugar nos 100 e 200m bruços, o 13.º nos 200m estilos e o 18.º nos 100m costas.

Foram batidos 16 recordes pessoais, e um recorde sénior do clube: Salomé Monteiro – 800 metros livres.

Nos masculinos, Tiago Marques (Sénior) foi sexto nos 100m bruços e oitavo nos 200m bruços, com um total de 22 pontos; Bernardo Costa (sénior), décimo nos 200m costas e 11.º nos 100m costas (17 pontos); M. Rodrigo Monteiro (júnior A), oitavo nos 400m livres e 12.º nos 800m livres (11); Fernando Marcelo Rocha (júnior B), nono nos 200m estilos e décimo nos 100m mariposa (10); Vasco Tavares (júnior B), 11.º nos 800m livres e 13.º nos 400m livres (9); Rui Santos (infantil A), 12.º nos 200m mariposa e 16.º nos 100m costas (8 pontos); André Costa (sénior), 11.º nos 100m livres e 13.º nos 50m livres; Igor Oliveira (júnior B), 13.º nos 200m bruços e 14.º nos 200m estilos; Miguel Vaz (juvenil A), 16.º nos 100m bruços.

Nos femininos, Salomé Monteiro (sénior) classificou-se em 12.º lugar nos 200m costas e 13.º nos 400 e 800m livres, com 22 pontos; Carolina Silva (júnior A), 11.º nos 100m livres e 14.º nos 50m livres (17 pontos); Inês Melo (juvenil A), 10.º nos 200m mariposa e 17.º nos 100m mariposa (9); Teresa Aires (sénior), 11.º nos 100m mariposa e 15.º nos 100m livres (9 pontos); Maria Inês Poinho (juvenil A), 13.º nos 200m bruços e 14.º nos 100m bruços; Maria Almeida (infantil A), 18.º nos 200m estilos; Catarina Dias (sénior), 18.º nos 200m costas e 19.º nos 100m costas; Matilde Almeida (infantil A), 19.º nos 400 e 800m livres; Sandra Gomes (sénior), 20.º nos 50m livres.

Nas estafetas masculinas, André Costa, João Branco, Fernando Marcelo Rocha e Tiago Marques registaram 12 pontos no quinto lugar dos 4x100 metros estilos. Bernardo Costa, Tiago Marques, João Branco e André Costa ficaram no sexto lugar dos 4x100m estilos, com 11 pontos.

Nas estafetas femininas, Inês Melo, Carolina Silva, Sara Castelo e Teresa Airesna estafeta de 4x100 metros livres e Carolina Silva, Sara Castelo, Inês Melo e Teresa Aires na estafeta de 4x100m estilos classificaram-se em sétimo lugar em ambas as provas, com 20 pontos.

Estágio-homenagem da APAM a mestre Tran-Huu-Há (na Nave)

Com cerca de 60 praticantes, a Associação Portuguesa de Artes Marciais (APAM) organizou um estágio-homenagem ao mestre Tran-Huu-Ha, assinalando os doze anos do seu desaparecimento físico.

Mestre Tran-Huu-Ha foi o introdutor do Viet-Vo-Dao em Portugal e mestre direto dos atuais diretores nacionais de viet-vo-dao: mestres Carlos Santos e Carlos Tavares.

Tran-Huu-Ha nasceu em Dong Hoi, província de Quang Bin no Vietname, em 1939. Em 1974, na sequência do fim das hostilidades no Vietname, implantou-se na Europa o viet-vo-dao, movimento a que aderiu com forte empenho e entusiasmo, sem contudo abandonar totalmente as raízes da sua formação e estilo, integrando desde logo o restrito conselho de mestres. Nessa qualidade ensinou em França, Itália, Alemanha, Suíça, para além de Portugal, onde conquistou o respeito e carinho de milhares de praticantes. Em 2004, na noite de 14 para 15 de maio, perto de completar 65 anos, morreu em Lille.

O estágio-homenagem realizou-se na Nave Polivalente de Espinho. Várias associações de viet-vo-dao inseridas no movimento tran-vo-dao (o movimento que consagra a divulgação das técnicas do mestre Tran-Huu-Ha) marcaram presença no evento. Além das várias classes da APAM, estiveram presentes as associações de viet-vo-dao de Santa Maria de Lamas, de Nogueira da Regedoura, do Porto, de Matosinhos e do Marco de Canavezes.

Tratando-se de um estágio-homenagem, todas as técnicas abordadas tiveram como origem técnica introduzidas por mestre Tran-Huu-Ha. Assim, vários temas foram abordados, tais como quyens (sequencias predefinidas de movimentos que devem ser executados de forma a simular um combate com um adversário imaginário) e a arma tradicional vietnamita bastão longo (bong-phap). A memória de mestre Tran-Huu-Há foi solenemente evocada através de uma singela cerimónia.

O estágio técnico foi orientado pelos mestres Carlos Santos, Carlos Tavares e Jorge Belinha, apoiados pela instrutora Rita Tavares.

Dupla José e Manuel Moreira ganha torneio de matrecos dos Águias de Anta

Realizou-se no domingo, na sede dos Águias da Anta, um torneio de matrecos organizado pela Direção do clube antense e com o triunfo para a dupla José Moreira e Manuel Moreira, que derrotaram na final a dupla formada por Diana Rosadas e José Vieira.

Na terceira posição ficaram José Oliveira e Miguel Carvalho, deixando Tiago Pereira e Tiago Silva na quarta posição.

Foi uma noite recheada de grandes partidas, visto que todas as equipas presentes dominam esta modalidade.

Andebol tigre empata

A equipa de andebol de seniores masculinos do Sporting Clube de Espinho empatou (25-25) com o Gondomar Cultural, em jogo da segunda fase do Campeonato Nacional da 3.ª Divisão. Os tigres, ao intervalo, estavam a vencer por 15-12.

Por sua vez, a equipa de iniciados do Sporting de Espinho venceu o S. Bernardo por 34-28 (18-14, ao intervalo).

Os infantis masculinos, com o apuramento garantido para a final nacional, bateram a Sanjoanense A por 43-14 (23-6, ao intervalo).

Por fim, os minis tigres tiveram sorte diferente. A equipa A venceu a Académica de Coimbra por 50-13 (21-6, ao intervalo). A equipa B foi derrotada pelo Águeda por 36-14 (23-5, ao intervalo).

Seniores – Vítor Pereira e João Ribeiro (guarda-redes); Alexandre Relvas (7 golos), Francisco Lopes, Bruno Antunes (5), João Domingues (5), Pedro Almeida, Ricardo Soares (1), Manuel Sousa, Tiago Ferreira, João Pinhal (5) e Vasco Marques (2). Treinador: Hugo Valente.

Iniciados – Bruno Aguiar e Gonçalo Loureiro (guarda-redes); André Sousa (10 golos), Joao Félix (5), Sérgio Maganinho (5), Pedro Salvador (2), Nuno Lima (4), André Carvalho (3), Manuel Campos, Carlos Pereira (1) e Ricardo Silva (4). Treinador: Vítor Pinhal. Treinador adjunto: Ricardo Guimarães.

Infantis – Gonçalo Loureiro e Miguel Loureiro (guarda-redes); Filipe Ferreira (3 golos), André Sousa (7), Igor Duarte, Goncalo Silva (1), Joao Félix (10), Sérgio Maganinho (8), Emílio Figueiras (5), João Tavares (2), Tiago Fonseca (2), Nuno Pinto (2), Luis Relvas, Vasco Brandão (1), Vasco Lacerda (2) e Carlos Castelo. Treinador: Hugo Valente.

Minis (equipa A) – Pedro Gouveia, Gonçalo Bastos, Diogo Tavares (7 golos), Gonçalo Carvalho (13), Gustavo Carvalho (4), Gustavo Ferreira, João Pinheiro (3), João Pereira (9), Rafael Duarte, Ricardo Maganinho (1) e Tiago Sousa (13). Treinador: Rui Cordeiro.

Minis (equipa B) – Simão Pinho, Afonso Moreira (2 golos), Alexandre Montenegro, Diogo Pereira (3), Gonçalo Moreira (4), Gonçalo Rodrigues (1), Gonçalo Soares (1), Gonçalo Rodrigues (1), Ivo Guimarães, Gustavo Costa, João Dias (2) e Francisco Oliveira. Treinador: José Jorge.

Próximos jogos:

Infesta-Sporting de Espinho (seniores masculinos), hoje (quinta-feira), às 18h30, na Escola Secundária Abel Salazar, em S. Mamede Infesta; Sporting de Espinho-Beira Mar (seniores masculinos), sábado, às 18 horas, no Pavilhão Municipal Napoleão Guerra, em Cassufas (Anta); Alavarium-Sporting de Espinho (iniciados masculinos), domingo, às 11h45, no pavilhão do Alavarium, em Aveiro; Feirense 'A'-Sporting de Espinho 'A' (minis masculinos), domingo, às 12 horas, na Escola Básica Fernando Pessoa, em Santa Maria da Feira; Sporting de Espinho 'B'-S. Bernardo 'A', domingo; às 15 horas, na Nave Desportiva de Espinho.

Juvenis academistas ficam em sétimo no Nacional de voleibol

Disputou-se este fim de semana, entre o dia 20 e o dia 22, a fase final de juvenis masculinos de voleibol em Lisboa. A equipa da Associação Académica de Espinho, após ter assegurada a presença numa disputadíssima fase de apuramento, levava como objetivo, tentar ultrapassar o difícil obstáculo do Ginásio Clube Santo Tirso, na primeira jornada, e assim ficar apurado para as meias-finais. Assistiu-se no Campo 2 do Pavilhão 2 da Luz a um excelente e emocionante jogo, com uma entrega total por parte de ambas as equipas, numa noite quentíssima. Entrou no jogo um pouco melhor a Académica, concentradíssima, conseguindo vencer o primeiro set (25-23). Seguiram-se mais três sets de equilíbrio constante e ascendente alternado. O Santo Tirso vence o segundo por 25-19, a Académica o terceiro por 25-16 e novamente o Santo Tirso no quarto por 25-20. Na negra, o adversário dos espinhenses esteve sempre na frente do marcador, apesar dos mochos nunca terem baixado os braços e lutado até ao último ponto, o set termina com um 15-9 que permeia a equipa mais concentrada na parte final do jogo. Uma partida que teve a duração de duas horas e 20 minutos.

Sem possibilidades de acesso aos jogos das meias-finais e após uma curtíssima noite de sono, no sábado de manhã, a Académica de Espinho defrontou o Esmoriz, que no dia anterior jogou mais cedo e esteve em campo menos tempo, num jogo também muito equilibrado mas nem sempre bem jogado. A vitória iria sorrir à equipa da Barrinha por 3-1 com os parciais de 23-25, 26-24, 25-12 e 27-25 em mais de duas horas de jogo.

No último dia, a Académica de Espinho defrontou o Calheta dos Açores, uma equipa claramente mais fraca, e a vitória dos academistas aconteceu com naturalidade por 3-1 com os parciais de 25-16, 25-16, 21-25 e 25-10.

A Associação Académica de Espinho termina assim a participação no Campeonato Nacional com o sétimo lugar que não espelha, de facto, a enorme evolução de um grupo que está de parabéns pela forma como foi ultrapassando as suas dificuldades e vencendo jogos durante uma época da qual se podem orgulhar.

Por sua vez, os minis A academistas disputaram no domingo de manhã, em Fiães, o Torneio de Maio que contou com elevada participação nos três níveis de evolução dos pequenos atletas (avançado, intermédio e inicial), com a participação do Fiães, Académica de Espinho, Esmoriz, Colégio dos Carvalhos, Maceda e Sporting Clube de Espinho.

Como é habitual a alegria e a boa disposição dos pequenos atletas garantiram uma manhã bastante divertida e competitiva. Os mochinhos, mais uma vez, estão de parabéns, pois acabaram por conquistar no nível avançado o primeiro lugar, um quarto e um sétimo lugar.

No nível intermédio dos academistas conquistaram a sétima e a oitava posição e no nível inicial o sexto lugar.

O próximo e último torneio de minis A conta sempre com a participação de todos os clubes e com centenas de atletas, será no dia 10 de junho, no Complexo Desportivo de Lousada.

Entretanto já é conhecido o sorteio da fase final de iniciados masculinos que irá decorrer de 3 a 5 de junho em Esmoriz e que contará com a participação da Associação Académica de Espinho, Esmoriz, Leixões, Antigos Alunos dos Açores, Frei Gil, Benfica, Académica de S. Mamede e Ala Gondomar.

Os academistas jogam no primeiro dia, às 21 horas, no campo 2, com a equipa açoriana.

84 anos de serviço público

FUTEBOL

CAMPEONATO DISTRITAL AVEIRO

JUNIORES - 1.ª DIVISÃO - 1.ª FASE

Resultados

Fiães-Cucujães 7-1
Estrela Azul-S. João Ver 2-3
Oliveira Bairro-P. Brandão 1-1
Estarreja-Gafanha 1-1
Soutelo-Arrifanense 3-3
Alba-Águeda 3-2
Sp. Espinho-Paivense 7-2
Avanca-Feirense 4-1
Cesarense-U. Lamas 5-1

Classificação

	P	J	V	E	D	F-C
Cesarense	90	33	29	3	1	114-19
Feirense	79	33	25	4	4	118-41
Sp. Espinho	70	33	22	4	7	112-52
Avanca	66	33	21	3	9	69-38
Alba	59	33	19	2	12	85-62
Gafanha	58	33	16	10	7	70-44
Oliveira Bairro	50	33	15	5	13	53-43
U. Lamas	46	33	13	7	13	49-58
Estarreja	44	33	13	5	15	41-50
S. João Ver	43	33	13	4	16	54-74
Arrifanense	42	33	12	6	15	59-64
Fiães	40	33	12	4	17	70-75
Cucujães	38	33	10	8	15	68-86
Águeda	37	33	11	4	18	49-72
Soutelo	34	33	9	7	17	51-69
Paivense	25	33	7	4	22	40-84
P. Brandão	18	33	4	6	23	33-94
Estrela Azul	8	33	2	2	29	24-134

Última jornada

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

JUVENIS - 1.ª DIVISÃO - 1.ª FASE

Resultados

Feirense-Carregosense 9-0
Soutelo-Gafanha 1-6
Lourosa-Oliveira Bairro 0-2
S. João Ver-Fiães 2-2

totobola

Concurso dos Orgãos de Informação n.º 23/2016 de 05/06/2016. Prognóstico "Defesa de Espinho", Redacção Desportiva:

1. SÉRVIA - RÚSSIA	2
2. ESTÓNIA - LETÓNIA	1
3. ALEMANHA - HUNGRIA	1
4. ESLOVÁQUIA - IRLANDA N.	1
5. CROÁCIA - SAN MARINO	1
6. FRANÇA - ESCÓCIA	1
7. REP. CHECA - COREIA DO SUL	1
8. SUÉCIA - P. GALES	1
9. ESLOVÉNIA - TURQUIA	X
10. BÉLGICA - NORUEGA	1
11. NÁSTIC - ALAVÉS	2
12. OVIEDO - OSASUNA	1
13. ALCORCÓN - ELCHE	2

totobola

Concurso Extra dos Órgãos de Informação n.º 23/2016 de 10 a 16/06/2016. Prognóstico "Defesa de Espinho", Redacção Desportiva:

1. PORTUGAL - ISLÂNDIA	1
2. ALBÂNIA - SUÍÇA	2
3. INGLATERRA - RÚSSIA	1
4. TURQUIA - CROÁCIA	X
5. ALEMANHA - UCRÂNIA	1
6. ESPANHA - REP. CHECA	1
7. REP. IRLANDA - SUÉCIA	2
8. BÉLGICA - ITÁLIA	2
9. ÁUSTRIA - HUNGRIA	1
10. RÚSSIA - ESLOVÁQUIA	1
11. ROMÉNIA - SUÍÇA	1
12. INGLATERRA - P. GALES	1
13. ALEMANHA - POLÓNIA	1

Águeda-Alba 2-3
Anadia-Sanjoanense 3-0
Oliveirense-Arouca 0-2
Avanca-U. Lamas 3-0
Sp. Espinho-Taboeira 0-1

Classificação

	P	J	V	E	D	F-C
Taboeira	86	33	27	5	1	119-23
Anadia	79	33	25	4	4	102-30
Feirense	75	33	22	9	2	79-28
Águeda	59	33	18	5	10	69-43
Arouca	59	33	18	5	10	72-50
Fiães	55	33	17	4	12	96-44
Sp. Espinho	54	33	17	3	13	85-61
Avanca	50	33	15	5	13	70-45
Oliveirense	45	33	13	6	14	60-62
U. Lamas	44	33	13	5	15	85-86
Gafanha	42	33	12	6	15	52-47
Sanjoanense	41	33	13	2	18	61-65
Lourosa	40	33	12	4	17	55-51
Alba	40	33	13	1	19	40-81
Oliveira Bairro	35	33	10	5	18	43-89
Soutelo	20	33	6	2	25	21-117
S. João Ver	18	33	5	3	25	29-95
Carregosense	11	33	3	2	28	31-152

Próxima jornada

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

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

Resultados

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

Classificação

	P	J	V	E	D	F-C
Cesarense	10	4	3	1	0	17-3
ADF Anta/Baixinhos	9	4	3	0	1	11-8
Mealhada	4	4	1	1	2	7-10
Estarreja	0	4	0	0	4	3-17

Próxima jornada

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

JUVENIS - 2.ª DIVISÃO
PROVA DE ENCERRAMENTO
SÉRIE A

Resultados

Relâmpago-ADF Anta/Baixinhos 1-0
Canedo-Lourosa 3-2
Folgou o Fiães

Classificação

	P	J	V	E	D	F-C
Canedo	9	3	3	0	0	10-5
Relâmpago	6	2	2	0	0	6-3
ADF Anta/Baixinhos	3	3	1	0	2	2-5
Lourosa	0	2	0	0	2	3-5
Fiães	0	2	0	0	2	6-9

Próxima jornada

ADF Anta/Baixinhos-Fiães
(Guetim/sábado/9h)
Lourosa-Relâmpago
Folga o Canedo

JUVENIS - 2.ª DIVISÃO
PROVA DE ENCERRAMENTO
SÉRIE D

Resultados

Cucujães-Unidos Rossas 0-2
Tarei-Esmoriz 3-2
Folgou o Sp. Espinho

Classificação

	P	J	V	E	D	F-C
Unidos Rossas	9	3	3	0	0	10-5
Tarei	6	3	2	0	1	7-4
Sp. Espinho	3	2	1	0	1	4-3
Esmoriz	0	2	0	0	2	6-9
Cucujães	0	2	0	0	2	0-6

Próxima jornada

Unidos Rossas-Sp. Espinho
(Rossas/domingo/9h)
Esmoriz-Cucujães
Folga o Tarei

INICIADOS - 1.ª DIVISÃO
1.ª FASE

Resultados

Águeda-ADF Anta/Baixinhos 4-0
Taboeira-Sp. Espinho 0-0
Mealhada-Arouca 0-1
Sanjoanense-Paivense ..... a)
Bustelo-Geração Paramos 0-2
Gafanha-Oliveira Bairro 1-2
Beira Mar-U. Lamas 1-4
Oliveirense-Anadia 2-2
P. Brandão-Feirense 2-3
a) Interrompido aos 60 minutos

Classificação

	P	J	V	E	D	F-C
Sp. Espinho	90	33	29	3	1	102-16
Anadia	69	33	21	6	6	94-41
ADF Anta/Baixinhos	66	33	19	9	5	57-32
U. Lamas	56	33	17	5	11	62-41
Feirense	54	33	17	3	13	51-40
Águeda	53	33	16	5	12	79-58
Arouca	51	33	16	3	14	69-59
Gafanha	50	33	15	5	13	53-54
Oliveira Bairro	49	33	12	13	8	33-28
P. Brandão	47	33	14	5	14	57-55
Oliveirense	45	33	12	9	12	59-50
Geração Paramos	44	33	12	8	13	54-42
Mealhada	43	33	11	10	12	51-54
Bustelo	35	33	10	5	18	41-72
Paivense	29	32	8	5	19	45-70
Beira Mar	23	33	6	5	22	41-86
Taboeira	15	33	3	6	24	16-87
Sanjoanense	13	32	2	7	23	30-109

Última jornada

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

INICIADOS - 2.ª DIVISÃO
PROVA DE ENCERRAMENTO
SÉRIE A

Resultados

Feirense-ADF Anta/Baixinhos 4-2
Sanjoanense-Oliveirense 0-4
Folgou o U. Lamas

Classificação

	P	J	V	E	D	F-C
Oliveirense	6	2	2	0	0	7-1
Feirense	6	2	2	0	0	7-3
ADF Anta/Baixinhos	3	3	1	0	2	7-7
U. Lamas	0	1	0	0	1	1-3
Sanjoanense	0	2	0	0	2	0-8

Próxima jornada

ADF Anta/Baixinhos-U. Lamas
(Guetim/sábado/9h)
Oliveirense-Feirense
Folga a Sanjoanense

INICIADOS - 2.ª DIVISÃO
PROVA DE ENCERRAMENTO
SÉRIE C

Resultados

Arouca-ADF Anta/Baixinhos 1-0
Geração Paramos-Fiães 6-7
Folgou o Fermedo

Classificação

	P	J	V	E	D	F-C
Fermedo	6	2	2	0	0	6-1
Fiães	6	2	2	0	0	11-7
Arouca	3	2	1	0	1	2-3
Geração Paramos	3	3	1	0	2	9-11
ADF Anta/Baixinhos	0	3	0	0	3	2-8

Próxima jornada

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

INICIADOS - 2.ª DIVISÃO
PROVA DE ENCERRAMENTO
SÉRIE E

Resultados

Argoncilhe-S. João Ver 2-0
Sp. Espinho-Sanguedo 1-0
Folgou o Canedo

Classificação

	P	J	V	E	D	F-C
Sp. Espinho	9	3	3	0	0	11-1
Argoncilhe	6	2	2	0	0	4-0
S. João Ver	3	3	1	0	2	6-7
Sanguedo	0	2	0	0	2	3-7
Canedo	0	2	0	0	2	1-10

Próxima jornada

S. João Ver-Canedo
Sanguedo-Argoncilhe
Folga o Sp. Espinho

INFANTIS A - GRUPO 1
2.ª FASE - PREMIUM

Resultados

Avanca-ADF Anta/Baixinhos 3-5
Gafanha-Anadia 1-3
U. Lamas-Feirense 0-6
Vista Alegre-Cesarense 1-0

Classificação

	P	J	V	E	D	F-C
Vista Alegre	28	11	9	1	1	31-11
Feirense	23	11	7	2	2	42-16
Anadia	23	11	7	2	2	34-15
Gafanha	17	11	5	2	4	27-23
Cesarense	12	11	4	0	7	19-30
ADF Anta/Baixinhos	11	11	3	2	6	28-39
Avanca	9	11	2	3	6	27-29
U. Lamas	3	11	1	0	10	12-57

Próxima jornada

ADF Anta/Baixinhos-Vista Alegre
(Cassufas/sábado/9h)
Anadia-Avanca
Feirense-Gafanha
Cesarense-U. Lamas

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

Resultados

Cortegaça-Sanjoanense 1-6
Vilamaiorense-Sp. Espinho ..... b)
Sanguedo-Arrifanense 0-3
Fiães-Carregosense 1-2
b) Adiado para quinta-feira, às 19h15, em Vila Maior

Classificação

	P	J	V	E	D	F-C
Sanjoanense	33	11	11	0	0	63-8
Arrifanense	22	11	7	1	3	54-16
Vilamaiorense	21	10	7	0	3	32-15
Cortegaça	18	11	6	0	5	38-39
Fiães	15	11	5	0	6	42-35
Sp. Espinho	12	10	4	0	6	32-31
Carregosense	7	11	2	1	8	25-36
Sanguedo	0	11	0	0	11	5-111

Próxima jornada

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

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

Resultados

Arrifanense-ADF Anta/Baixinhos 8-0
Feirense-U. Lamas 4-1
Sp. Espinho-Oliveirense 4-2
Sanjoanense-Unidos Rossas 2-1
Folgou o Fiães

Classificação

	P	J	V	E	D	F-C
Feirense	37	13	12	1	0	89-10
U. Lamas	31	13	10	1	2	51-17
Sanjoanense	28	13	9	1	3	47-18
Sp. Espinho	25	14	8	1	5	44-31
Oliveirense	20	13	6	2	5	42-40
ADF Anta/Baixinhos	16	14	5	1	8	39-51
Fiães	10	13	3	1	9	22-57
Unidos Rossas	4	14	1	1	12	15-101
Arrifanense	4	13	1	1	11	16-40

Próxima jornada

ADF Anta/Baixinhos-Sanjoanense
(Cassufas/sábado/9h)
U. Lamas-Arrifanense
Oliveirense-Feirense
Fiães-Sp. Espinho
(Fiães/sábado/10h15)
Folga o Unidos Rossas

INFANTIS B - GRUPO 1
2.ª FASE - PREMIUM

Resultados

Casa Benfica Estarreja-ADFAnta/Baixinhos 2-2
Taboeira-LAAC 3-1
Vilamaiorense-Feirense 1-6
Sanjoanense-Anadia 5-2

Classificação

	P	J	V	E	D	F-C
Feirense	31	11	10	1	0	52-17
Casa Benfica Estarreja	26	11	8	2	1	30-12
Taboeira	19	11	6	1	4	20-17
Sanjoanense	15	11	5	0	6	26-33
Anadia	14	11	4	2	5	25-24
Vilamaiorense	10	11	3	1	7	21-34
ADF Anta/Baixinhos	10	11	3	1	7	21-31
LAAC	3	11	1	0	10	10-37

Próxima jornada

ADF Anta/Baixinhos-Sanjoanense
(Cassufas/sábado/10h15)
LAAC-Casa Benfica Estarreja
Feirense-Taboeira
Anadia-Vilamaiorense

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

Resultados

Cucujães-Oliveirense 1-2
Lourosa-Sp. Espinho 6-4
Cortegaça-Avanca 4-6
S. João Ver-Milheiroense 6-1

Classificação

	P	J	V	E	D	F-C
Oliveirense	27	11	9	0	2	40-27
Avanca	23	11	7	2	2	53-25
Lourosa	22	11	7	1	3	42-22
S. João Ver	21	11	7	0	4	31-20
Sp. Espinho	13	11	4	1	6	29-39
Cortegaça	9	11	3	0	8	30-52
Milheiroense	9	11	3	0	8	16-50
Cucujães	6	11	2	0	9	22-28

Próxima jornada

Oliveirense-S. João Ver
Sp. Espinho-Cucujães
(Espinho/sábado/10h15)
Avanca-Lourosa
Milheiroense-Cortegaça

BENJAMINS A - 2.ª FASE
PREMIUM

Resultados

Avanca-Feirense 1-3
ADF Anta/Baixinhos-Mourisquense 1-0
Anadia-Casa Benfica Aveiro ..... b)
Oliveira Bairro-Sanjoanense 1-3
Fiães-Cesarense 16-1
b) Adiado para quinta-feira

Classificação

	P	J	V	E	D	F-C
Anadia	42	14	14	0	0	75-17
Mourisquense	31	15	10	1	4	38-25
ADF Anta/Baixinhos	26	15	7	5	3	45-23
Fiães	25	15	8	1	6	63-25
Casa Benfica Aveiro	22	13	7	1	5	36-41
Feirense	20	15	5	5	5	40-32
Sanjoanense	18	14	5	3	6	47-49
Avanca	15	15	4	3	8	34-52
Oliveira Bairro	6	15	1	3	11	22-54
Cesarense	2	15	0	2	13	21-103

Próxima jornada

Feirense-Fiães
Mourisquense-Avanca
Casa Benfica Aveiro-ADF Anta/Baixinhos
(Aveiro/sábado/15h30)
Sanjoanense-Anadia
Cesarense-Oliveira Bairro

BENJAMINS B - 2.ª FASE
PREMIUM

Resultados

Oliveira Bairro-Casa Benfica Estarreja ... 1-6
ADF Anta/Baixinhos-Lourosa 2-3
Fiães-Sanjoanense 4-4
Feirense-Oliveirense 2-2
Taboeira-Gafanha 5-1

Classificação

	P	J	V	E	D	F-C
Casa Benfica Estarreja	43	15	14	1	0	112-16
Taboeira	37	15	12	1	2	64-19
Gafanha	27	15	8	3	4	54-49
Feirense	24	15	7	3	5	41-28
Oliveira Bairro	24	15	7	3	5	42-48
Sanjoanense	19	15	5	4	6	49-43
Oliveirense	18	15	5	3	7	38-44
Lourosa	12	15	3	3	9	25-63
Fiães	7	15	2	1	12	35-88
ADF Anta/Baixinhos	3	15	1	0	14	17-79

Próxima jornada

Casa Benfica Estarreja-Taboeira
Lourosa-Oliveira Bairro
Sanjoanense-ADF Anta/Baixinhos
(SJ Madeira/sábado/11h30)
Oliveirense-Fiães
Gafanha-Feirense

TRAQUINAS A - 2.ª FASE
PREMIUM

Resultados

Gafanha-Feirense 1-1
ADF Anta/Baixinhos-Estarreja 2-3
Sanjoanense-Oliveira Bairro 2-2
Lourosa-Oliveirense ..... b)
Fiães-Casa Benfica Aveiro 1-3
b) Adiado para quinta-feira

Classificação

	P	J	V	E	D	F-C
Lourosa	34	14	10	4	0	40-15
Feirense	33	15	10	3	2	44-13
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
Estarreja	18	15	5	3	7	28-40
ADF Anta/Baixinhos	17	15	4	5	6	22-27
Gafanha	16	15	5	1	9	39-39
Oliveira Bairro	8	15	2	2	11	13-55
Sanjoanense	8	15	2	2	11	15-40

Próxima jornada

Feirense-Fiães
Estarreja-Gafanha
Oliveira Bairro-ADF Anta/Baixinhos
(Ol. Bairro/sábado/11h30)
Oliveirense-Sanjoanense
Casa Benfica Aveiro-Lourosa

TRAQUINAS B - 2.ª FASE
SÉRIE A

Resultados

Sanjoanense-Oliveirense 6-0
Lourosa-ADF Anta/Baixinhos 1-5
Feirense-P. Brandão 0-0
Folgou o Estarreja

Classificação

	P	J	V	E	D	F-C
Sanjoanense	29	11	9	2	0	78-11
Feirense	16	10	4	4	2	13-17
Estarreja	16	10	5	1	4	25-30
Oliveirense	14	10	4	2	4	27-33
ADF Anta/Baixinhos	13	9	4	1	4	29-26
P. Brandão	8	10	1	5	4	8-26
Lourosa	1	10	0	1	9	7-44

Próxima jornada

Estarreja-Sanjoanense
Oliveirense-Lourosa
ADF Anta/Baixinhos-Feirense
(Cassufas/sábado/11h30)
Folga o P. Brandão

TRAQUINAS B - 2.ª FASE
SÉRIE B

Resultados

Esc. Rui Dolores-Fajões 4-1
Vilamaiorense-ADF Anta/Baixinhos ..... b)
Avanca-Salesiano Arouca 7-3
Arrifanense-Milheiroense 1-5
b) Adiado para quinta-feira, às 10h30, em Vila Maior

Classificação

	P	J	V	E	D	F-C
Avanca	36	12	12	0	0	104-17
Esc. Rui Dolores	24	12	8	0	4	50-44
Salesiano Arouca	24	11	8	0	3	49-27
Milheiroense	14	12	4	2	6	35-57
Fajões	14	11	4	2	5	17-25
Arrifanense	10	12	3	1	8	22-49
ADF Anta/Baixinhos	10	11	3	1	7	17-40
Vilamaiorense	2	11	0	2	9	15-50

Próxima jornada

Arrifanense-Esc. Rui Dolores
Fajões-Vilamaiorense
ADF Anta/Baixinhos-Avanca
(Cassufas/sábado/11h30)
Milheiroense-Salesiano Arouca

Juventude dos Outeiros e Cantinho da Ramboia despromovidos

Futebol popular

Está praticamente tudo decidido no que respeita a subidas, descidas e permanências no Campeonato de Futebol Popular do Concelho de Espinho.

Os históricos do futebol popular, Juventude dos Outeiros e o Cantinho da Ramboia juntaram-se ao Cruzeiro de Silvalde e ao Estrelas Vermelhas na descida à 2.ª Divisão.

As equipas do Império de Anta e da Associação de Esmojães festejaram a subida de escalão, ficando a indecisão, apenas adiada para a última jornada em relação à quarta equipa a ser promovida – ou o Estrelas da Ponte de Anta ou Desportivo Regresso.

A decisão será este fim-de-semana nos jogos Desportivo Regresso-Juventude Estrada e Aldeia Nova-Estrelas Ponte Anta.

CAMPEONATO DE FUTEBOL POPULAR DO CONCELHO DE ESPINHO

1.ª DIVISÃO

Corga Silvalde-Desportivo P. Anta ... 6-0
Rio Largo-Quinta Paramos 1-6
Leões Bairristas-Novasemente 1-1
Magos Anta-GD Ronda 1-1
Cantinho Ramboia-GD Outeiros 1-2
Juvent. Outeiros-Cruzeiro Silvalde ... 3-3
Estrelas Vermelhas-Águias Paramos 0-2

Classificação

	P	J	V	E	D	F-C
Leões Bairristas	62	25	19	5	1	71-29
Quinta Paramos	54	25	17	3	5	62-28
Magos Anta	48	25	15	3	7	54-35
GD Ronda	46	25	14	4	7	51-32
GD Outeiros	41	25	13	2	10	40-38
Desportivo P. Anta	37	25	11	4	10	52-52
Rio Largo	37	25	10	7	8	42-49
Águias Paramos	34	25	9	7	9	42-39
Novasemente	32	25	9	5	11	43-51
Corga Silvalde	31	25	8	7	10	45-40
Juventude Outeiros	26	25	6	8	11	40-43
Cantinho Ramboia	21	25	5	6	14	33-53
Cruzeiro Silvalde	15	25	4	3	18	27-60
Estrelas Vermelhas	7	25	1	4	20	24-77

Última jornada

Rio Largo-Desportivo Ponte Anta
(Paramos/sábado/18h30)
Novasemente-Quinta Paramos
(Cassufas/domingo/10h)
GD Ronda-Leões Bairristas
(Guetim/sábado/15h)
GD Outeiros-Magos Anta
(Seara/sábado/15h)
Cruzeiro Silvalde-Cantinho Ramboia
(Seara/domingo/10h)
Águias Paramos-Juventude Outeiros
(Paramos/sábado/14h30)
Corga Silvalde-Estrelas Vermelhas
(Seara/domingo/15h)

2.ª DIVISÃO

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

Classificação

	P	J	V	E	D	F-C
Águias Anta	53	23	17	2	4	55-22
Império Anta	42	23	11	9	3	34-19
Assoc. Esmojães	40	23	11	7	5	36-29
Estrelas Ponte Anta	38	23	10	8	5	46-30
Desport. Regresso	36	23	10	6	7	27-25
GD Idanha	33	23	8	9	6	30-29
AD Guetim	29	23	8	5	10	36-34
Aldeia Nova	29	23	9	2	12	46-49
Bairro Ponte Anta	28	23	8	4	11	32-37
Morgados Paramos	28	24	7	7	10	33-36
Juventude Estrada	27	23	7	6	10	30-43
Lomba Paramos	24	23	6	6	11	32-38
Estrelas Divisão	7	23	2	1	20	19-65

Última jornada

Estrelas Divisão-Império Anta
(Guetim/domingo/10h)
Desportivo Regresso-Juventude Estrada
(Seara/sábado/17h30)
Lomba Paramos-AD Guetim
(Paramos/sábado/16h30)
Águias Anta-Associação Esmojães
(Cassufas/sábado/15h)
Aldeia Nova-Estrelas Ponte Anta
(Cassufas/sábado/17h30)
GD Idanha-Bairro Ponte Anta
(Idanha/sábado/15h)
Folga o Morgados Paramos

Manuel Proença

Juvenis tigres falham penalti

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

Quem se deslocou ao parque desportivo do Sporting Clube de Espinho, assistiu a uma partida muito bem disputada entre as duas melhores equipas deste campeonato. A primeira parte muita repartida, com o Taboeira adiantar-se no marcador tirando partindo de um erro da equipa da casa na marcação de uma falta a seu favor, estabelecendo o resultado da primeira metade.

Regressados para a segunda parte, cedo o conjunto da casa assumiu que pretendia dar a volta ao marcador, tudo fez, falhou inclusivamente uma grande penalidade, bolas na trave e nos postes, só o resultado é que não se alterou perdendo o Espinho de forma injusta.

Quanto à equipa de arbitragem, esteve bem, deixou jogar tornando a partida num jogo emotivo.

Sporting de Espinho, 0
Taboeira, 1

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

Árbitro: Tiago Sousa (AF Aveiro). Árbitros assistentes: Ricardo Martins e Michel Lopes.

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

Jogaram ainda: Sandro Oliveira, Lucas Lima e Tiago Rodrigues.

Não utilizados: Tiago Guimarães e Tiago Oliveira.

Treinador: Ivan Santos. Treinador adjunto: Diogo Silva.

Associação Desportiva Taboeira – Bruno Terceiro; David Lopes, João Casal, Manuel Girão e Gerson Pinho; João Rocha (cap.), Bernardo Guerreiro e Duarte Valente; Miguel Quintas, Miguel Pinto e Bruno Neto.

Jogaram ainda: José Brandão, Pedro Pinto e Miguel Ferreira.

Não utilizados: Henrique Silva, Fábio Lasca, João Bastos e Bernardo Santos. Treinador: Manuel Duarte.

Ao intervalo: 0-1. Marcador: Gerson Pinho.

Disciplina: cartão amarelo a Bernardo Pereira; David Lopes.

Manuel de Magalhães

Quem falha não pode vencer!

A equipa de futebol de veteranos da Associação Desportiva de Esmojães realizou no sábado, no complexo Desportivo de Cassufas, mais um jogo de futebol, desta vez com a equipa dos veteranos da Azenha (Aveiro).

Foi uma boa partida de futebol, com bons lances de ataques rápidos, um bom espetáculo.

Foi numa jogada rápida de ataque que, aos cinco minutos, o Azenha inaugurou o marcador, tendo surpreendido a defesa antense. A partir de então, a equipa de Esmojães pegou no jogo e ia criando oportunidades atrás de oportunidades. Mas os avançados estavam em dia não! A bola teimava em não entrar.

O Azenha, que tinha uma equipa um pouco mais jovem, só em contra-ataques rápidos ia conseguindo criar lances de perigo. E quem não marca sofre. Aos trinta e cinco minutos da primeira parte, o Azenha fez o dois a zero, resultado com que se atingiu o intervalo.

Na segunda parte e depois de algumas alterações em ambas as equipas, a toada de jogo manteve-se sempre com a equipa de Esmojães por cima. Porém, em mais um contra-ataque, o Azenha fez o três a zero.

Aos sessenta minutos, Pedro Gomes, num remate colocado, reduziu para três a um, fixando assim o resultado final.

Pedro Gomes aos setenta minutos falhou, ainda, uma grande penalidade!

Terminado o jogo e depois do merecido banho, foi num restaurante em Cassufas, que se cimentou a amizade entre estas duas equipas, pois foi a primeira vez o Azenha jogou com os veteranos de Esmojães, em Anta. Houve, ainda, os tradicionais discursos e troca de lembranças.

Associação de Esmojães, 1
Azenha, 3

Jogo no campo de relva sintética do Complexo Desportivo de Cassufas (Anta).

Árbitro: Vítor Silva.

Associação Desportiva de Esmojães – Carlos Bernardes; Alfredo, Vítor Bernardes, Abel e Vicente; Tó Manel, Canedo (cap.) e Marcelino; Pedro Gomes, Bessa e Guedes.

Jogaram ainda: Humberto, Rui, Dino, Manuel Silva e Abreu. Treinador: José Peixoto.

Azenha – Delfim; Alberto (cap.), Fernando, Tiago e Castro; Telmo, Zé Luís e Zé; Jorge, Rodrigo e Juan.

Jogaram ainda: Filipe, Marito, Ruas e Seabra.

Treinador: Rameiras.

Ao intervalo: 0-2.

Marcadores: Castro (2 golos) e Telmo; Pedro Gomes.

Bernardino Fernandes

Goleada no futebol veterano

A equipa de futebol de veteranos do Centro Social Luso Venezolano foi goleada pelo Vitória de Guimarães, por 9-0.

O Luso Venezolano, ao intervalo, já se encontrava a perder por 5-0.

Apesar da pesada derrota, o jogo foi, como habitualmente, de convívio.

O Vitória, que conta no seu plantel com antigos profissionais de futebol, teve uma entrada fortíssima. Por isso, os golos surgiram muito cedo.

A equipa do Luso Venezolano, apesar do esforço que fez, sentiu grandes dificuldades em furar a muralha defensiva vimaranense.

Vitória de Guimarães, 9
Luso Venezolano, 0

Jogo no Complexo Desportivo do Vitória Sport Clube, em Guimarães.

Árbitro: José Cardoso.

Vitória Sport Clube – Miguel; Vitinha, Miguel, Tozé e Laureta (cap.); Tadeu, Tomás e Gomes; André, Tito e Sérgio.

Jogaram ainda: David, Roque, Martinho, Neca, Hélder, Lopes, João Freitas e Jorge. Treinador: Roque.

Centro Social Luso Venezolano – Acácio; Filipe, Vítor Hugo, Leandro e Maia; Marco, Jorge Sabença e Carlos Costa; Américo Martins, Zeca e José Carlos (cap.).

Jogaram ainda: Décio, Jaime Godinho, Edgar, Carlos Moreira, Betinho e Marinho. Treinador: Tono Pepe.

Ao intervalo: 5-0. Marcadores: André (4 golos), Tadeu (2), Neca, Gomes e João Freitas.

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

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

Clínica Médico-Dentária
Rosa Neves, Lda.
CHEQUE DENTISTA (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**

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

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.

TOMAR conta de crianças; fazer limpezas; dou explicações de História (5.º até 12.º ano), Geografia, Filosofia, Sociologia e Economia. Tlm. 917258703.

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.

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.

ALUGO andar moradia T4 para férias, em Espinho, perto da praia, terraço exterior e quintal; mobilado; electrodomésticos. Inclui roupa de cama, toalhas, água e luz. Tlm. 966033929.

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.

ESPINHO - JOAQUIM VIEIRA (Terapeuta/Massagista) – Massagens; relaxamento muscular; terapêutica específica e desportiva. Para deslocações ao domicílio contatar 917726158.

TRESPASSES

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

ESPINHO
CÂMARA MUNICIPAL
Divisão de Gestão Administrativa, Financeira e Turismo

«Defesa de Espinho» - 4390 – 2016-05-26

EDITAL Nº 15/2016

Joaquim José Pinto Moreira, Presidente da Câmara Municipal de Espinho:

Faz público, em cumprimento da deliberação tomada por esta Câmara Municipal em sua reunião de 16 de maio de 2016, que no próximo dia 30 de maio de 2016, com início às 15.00 horas, na Sala de Reuniões da mesma Câmara, realizar-se-á um procedimento de hasta pública para atribuição, a título precário, da exploração económica do espaço municipal destinado a cafetaria sito na piscina Solário Atlântico – época balnear 2016.

O programa e condições para realização deste procedimento de hasta pública, encontram-se à disposição dos eventuais interessados na página da Internet do Município de Espinho, com o endereço eletrónico: www.cm-espinho.pt e nos Serviços de Atendimento Municipal de Espinho, todos os dias úteis, durante o horário normal de funcionamento.

E para constar se passou este e outros de igual teor que vão ser afixados nos lugares de estilo.

Espinho, 17 de maio de 2016.

O PRESIDENTE DA CÂMARA
DR. JOAQUIM JOSÉ PINTO MOREIRA

FARMÁCIAS (Serviço de turnos do concelho de Espinho)

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

Sexta (27)	SANTOS	Rua 19, n.º 265 - Espinho	Tel. 227 340 331
Sábado (28)	PAIVA	Rua 19, n.º 319 - Espinho	Tel. 227 340 250
Domingo (29)	HIGIENE	Rua 19, n.º 295 - Espinho	Tel. 227 340 320
Segunda (30)	GRANDE FARMÁCIA	Rua 8, n.º 1025 - Espinho	Tel. 227 340 092
Terça (31)	CONCEIÇÃO	R. S. Tiago, n.º 701 - Silvalde	Tel. 227 311 482
Quarta (01)	MAIS	Rua 19, n.º 1412 - Anta	Tel. 227 341 409
Quinta (02)	MACHADO	Av.ª Central Sul, 1275 - Paramos	Tel. 227 346 388

PARAMOS

Maria Isaura Marques

Agradecimento

A família vem, por este meio, agradecer às pessoas que se dignaram tomar parte no funeral do seu ente querido e a todos quantos participaram na missa do 7.º dia ou que de outro modo manifestaram o seu pesar.

Agradece também ao Centro Social de Paramos pelo tratamento irrepreensível que sempre lhe dedicaram durante a sua estadia naquele Centro.

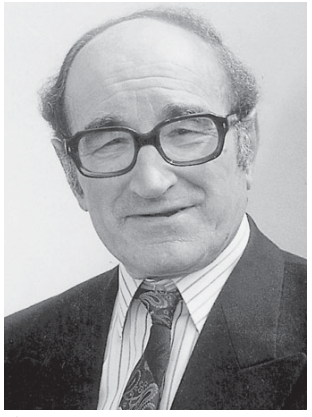
A família

ANTA – ESPINHO

Armando Correia da Fonseca

Missa do 13.º Aniversário

Data do falecimento 31.maio.2003



Sua esposa, suas irmãs, irmãos, cunhadas, cunhados e restante família vêm, por este meio, comunicar que será celebrada missa por alma do seu ente querido, dia 31, terça-feira, pelas 19 horas, na Igreja Paroquial de Anta. Desde já agradecem a todos quantos participarem na Santa Eucaristia.

Esposa: *Maria Amélia do Couto Guimarães*
e família

«Defesa de Espinho» - 4390 – 2016-05-26

AMI - Associação de Moradores da Idanha

CONVOCATÓRIA

Convocam-se todos os associados da "AMI – Associação de Moradores da Idanha", para a Assembleia Geral da Associação, a realizar no próximo dia 26 de junho de 2016, às 15 horas, na sede da Associação sita no Largo de S. Vicente, n.º 1542, Idanha, Anta, com a seguinte Ordem de Trabalhos:

1 – Deliberar sobre o Balanço e Contas respeitante aos anos de 2010, 2011, 2012, 2013, 2014 e 2015; **2 –** Deliberar sobre a aplicação de resultados; **3 –** Deliberar sobre a alteração dos Estatutos da Associação, a alteração do Regulamento Interno e a alteração do Regulamento Eleitoral; **4 –** Realizar as eleições para os Órgãos Associativos; **5 –** Outros assuntos de interesse.

NOTA: Os Relatórios e Contas dos exercícios, bem como o Projecto dos novos Estatutos da Associação, o Projecto do novo Regulamento Interno e o Projecto do novo Regulamento Eleitoral estarão disponíveis para consulta dos associados, na sede da Associação, sita no Largo de S. Vicente, n.º 1542, Idanha, Anta, todos os dias das 14 às 18 horas.

Mais se informa que os interessados têm 15 dias a partir da data deste aviso para apresentarem listas eleitorais, na sede da Associação, onde se encontram o regulamento e o caderno eleitoral disponíveis para consulta.

Se à hora marcada não estiver presente a maioria dos associados com direito a voto, a Assembleia iniciará os trabalhos uma hora mais tarde, com qualquer número de associados.

Aos 25 de Maio de 2016

A Mesa da Assembleia Geral

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. _____

ANTA - ESPINHO (Rua da Guimbra)

Manuel Couto Rodrigues de Oliveira

Agradecimento e Missa de 7.º Dia

Seus filhos, genro, nora, 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 terça-feira, dia 31 de maio, pelas 19 horas, na Igreja Paroquial de Anta. Desde já agradecem a todos quantos participarem nesta Eucaristia.

A família

Anta, 26 de maio de 2016

AGÊNCIA FUNERÁRIA DE MARIA DE LOURDES - Anta - Espinho - Tlf. 227 340 609 - Tlm. 966 225 173

PARAMOS (Rua Estrada Real, n.º 800)

António Pereira da Cunha

Agradecimento e Missa de 7.º Dia

A família vem agradecer às pessoas que se dignaram a tomar parte no funeral do seu ente querido ou que de outro modo se associaram à sua dor. Comunica que a missa do 7.º dia será celebrada dia 27, sexta-feira, pelas 18 horas, na Igreja Paroquial de Paramos. Desde já agradece a todos quantos participem na Eucaristia.

A família

Paramos, 26 de maio de 2016

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

ANTA (Rua da Capela dos Ramos)

José Pereira Faria dos Santos

Missa do 7.º Aniversário

Recordando-o com muita saudade sua esposa, filhos, netos, irmã, cunhado, sobrinhos e restante família vêm, por este meio, comunicar a todas as pessoas de suas relações e amizade que será celebrada missa por sua alma, sexta-feira, dia 27 de maio, pelas 19 horas, na Igreja Paroquial de Anta. Desde já agradecem a todos quantos participarem nesta Eucaristia.

A família

Anta, 26 de maio de 2016

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

SILVALDE (Rua de Barros, n.º 407)

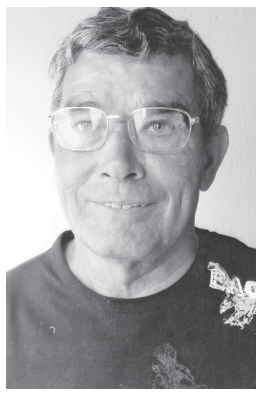
Narciso da Conceição Gomes

Agradecimento e Missa de 7.º Dia

Seus irmãos, sobrinhos e restante família vêm agradecer às pessoas que se dignaram a tomar parte no funeral do seu ente querido ou que de outro modo se associaram à sua dor. Comunicam que a missa do 7.º dia será celebrada dia 30, segunda-feira, pelas 8 horas, na Igreja Paroquial de Silvalde. Desde já agradecem a todos quantos participem na Eucaristia.

Silvalde, 26 de maio de 2016

Alcindo Conceição Gomes
Carlos Alberto Moreira Gomes
Adelino da Conceição Gomes
Maria da Conceição Gomes
Rosa da Conceição Gomes

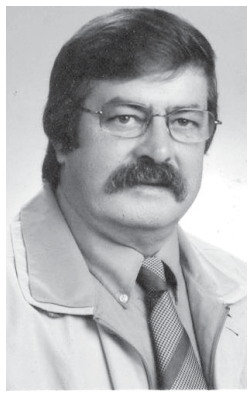


FUNERÁRIA N. S. D'AJUDA – SANCEBAS E LUÍS ALVES - ESPINHO - TEL. 22 734 51 29

GUETIM

Manuel Fernando Dias Alves

Missa do 2.º Aniversário do falecimento



Sua esposa, filhos, nora e restante família vêm, por este meio, comunicar que será celebrada missa por alma do seu ente querido, dia 29, domingo, pelas 10 horas, na Igreja Paroquial de Guetim. Desde já agradecem a todos quantos participem na Eucaristia.

Guetim, 26 de maio de 2016

Ana Celeste Moreira de Sá Alves
Tiago Manuel Moreira de Sá Dias Alves
Ivo Jorge Moreira de Sá Dias Alves
Daniela Carla da Silva Fonseca

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

***DVD** para sempre*
As cassetes de vídeo estragam-se
*Salve-as para sempre em **DVD***
*Agora os seus vídeos editados em **DVD***

Carlos Salvador

Reportagens, Fotografia e Vídeo

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

DEFESA DE ESPINHO
vende-se no
Café Harmonia
(Anta)

AVENIDA 24 – ESPINHO

Ricardo Oliveira Marques

Missa do 6.º Aniversário do falecimento

Sua esposa, filhos, nora, netos, bisnetos e restante família vêm, por este meio, comunicar às pessoas de suas relações e amizade que será celebrada missa por alma do seu ente querido, dia 3 de junho, sexta-feira, pelas 19 horas, na Igreja Matriz de Espinho.

Desde já agradecem a presença.

ESPINHO (Rua 5, n.º 633)

Ofélia de Assunção Carvalho Dias

Agradecimento e Missa de 7.º Dia

Seu marido, *Eduardo António Dias*, e restante família vêm agradecer às pessoas que se dignaram a tomar parte no funeral do seu ente querido ou que de outro modo se associaram à sua dor. Comunicam que a missa do 7.º dia será celebrada dia 29, domingo, pelas 19 horas, na Igreja Matriz de Espinho. Desde já agradecem a todos quantos participem na Eucaristia.

Espinho, 26 de maio de 2016

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

António do Carmo Ferreira Baptista

Missa do 5.º Aniversário do falecimento

Sua esposa, filhos, noras, netos, irmã e restante família vêm, por este meio, comunicar que será celebrada missa por alma do seu ente querido, dia 1 de junho, quarta-feira, pelas 19 horas, na Igreja Matriz de Espinho. Desde já agradecem a todos quantos participem na Eucaristia.

Espinho, 26 de maio de 2016

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

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

CASINO ESPINHO