

# DEFESA DE ESPINHO

PUBLICAÇÕES PERIÓDICAS

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



TAXA PAGA PORTUGAL ANTA (ESPINHO)

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

Diretor: LÚCIO ALBERTO □ Fundador: BENJAMIM COSTA DIAS □ Semanário □ Ano 84 □ Número 4418 □ Quinta-feira, 08/dezembro/2016 □ Preço: € 0,65 (Incluindo IVA)

## Solverde investe cerca de um milhão de euros na renovação do Hotel Apartamento em Espinho

página 7



PUB.



PS confirma candidatura de Nuno Lacerda à Câmara

página 3

Homenagem aos autarcas eleitos e que exerceram mandato ao longo de 40 anos de Poder Local

página 2

PUB.

TECIDOS E DECORAÇÕES

# Beatriz

DOS PANOS

## BOAS FESTAS!

- MANTAS DE PÊLO E MANTAS EM CORALINA •
- JOGO DE LENÇOL (flanela, 100% algodão, coralina, polares) •
- EDREDÕES • TOALHAS DE NATAL • COBERTORES •
- TECIDOS TEMÁTICOS •

**VALE 5€** em compras superiores a 150€.

Oferta válida com a apresentação deste destacável. Só pode ser usado um vale por cada compra.

**VISITE** a nossa loja em Paramos!

Rua do Agueiro n.º 105 • Tel: 22 734 38 51 • Aberto de Segunda a Sexta das 9:00 às 12:30 e das 14:00 às 19:00 • Sábados das 9:00 às 12:30 e das 14:00 às 17:00

### OFERTA 2º PAR

Lentes Anti-risco até 3 diop. de esfera e cilindro até 2  
Para quem quiser!



79€

**Armação + Lentes**  
Longe ou Perto

LENTE ANTI-REFLEXO ATÉ 3 DIOP. DE ESFERA E CILINDRO ATÉ 2

249€

**Armação + Lentes**  
Progressivas

LENTE ANTI-REFLEXO ATÉ 3 DIOP. DE ESFERA E CILINDRO ATÉ 2

(LENTE DE ÚLTIMA GERAÇÃO)

Promoção válida: 01 Janeiro a 31 Março de 2016.

Ligue Grátis 800 999 888



www.opticenter.pt

**OptiCenter**

ÓPTICA • OPTOMETRIA • CONTACTOLOGIA

Visite a nossa loja!

**Espinho - Rua 23, 374**

☎ 224 082 790



## Homenagem aos autarcas eleitos e que exerceram mandato ao longo de 40 anos de Poder Local

A Câmara vai homenagear todos os autarcas que ao longo de 40 anos de Poder Local foram eleitos e exerceram o mandato no Município de Espinho.

A evocação e homenagem com entrega a cada um deles de uma medalha comemorativa vai ter lugar na segunda-feira, as 17h30, no Salão Nobre dos Paços do Concelho. "A Câmara Municipal de Espinho vai prestar reconhecimento público a todos os presidentes de Junta, presidentes da Assembleia Municipal e presidentes de Câmara, alguns já falecidos, a título póstumo."

Trata-se de uma iniciativa que pretende "honrar e valorizar a dedicação e o trabalho desenvolvido em prol do Município de Espinho no âmbito do Poder Local cujas primeiras eleições foram realizadas em 12 de dezembro de 1976."

## JSD de Espinho lança campanha "Ajudar Mais" Com a colaboração das juntas de Espinho, Anta e Guetim, Silvalde e Paramos

A JSD de Espinho lançou no primeiro dia de dezembro a sua campanha de solidariedade social, denominada "Ajudar Mais". Esta iniciativa tem por base a recolha de bens alimentares e roupas e

conta com a colaboração das juntas de freguesia de Espinho, Anta e Guetim, Silvalde e Paramos, que disponibilizaram os seus espaços para as respetivas recolhas, bem como da em-

presa Gastrade que, muito gentilmente, forneceu os caixotes e o material necessário para a recolha.

A campanha será feita por todo o concelho, com pontos de recolha em cada uma das

juntas de freguesia e perderá todo o mês de Dezembro, pelo que a JSD convida todas as pessoas a darem um pequeno contributo a esta iniciativa.

O presidente da JSD de Espinho referiu que "as iniciativas sociais da JSD têm sido prática comum."

"Não é a primeira vez que fazemos uma iniciativa social", acrescentou Bernardo Lacerda. "O que queremos com esta iniciativa não é, de todo, fazer política. Eu entendo que as iniciativas sociais não devem estar descuradas da política. Ora, se podemos utilizar os elementos partidários para ajudar os outros, porque não o fazemos? É esse o nosso propósito e é essa a nossa convicção."



...com legenda!

Foto VÍTOR LANCHÁ

Uma imagem com meses e desaconselhável na Rua 21 (entre as artérias 18 e 20)



...com legenda!

Foto CARLOS SALVADOR

Um passeio da Rua 62 até faz lomba devido à irregularidade do piso



...com legenda!

Foto CARLOS SALVADOR

Na manhã de sexta-feira foram requisitados os serviços camarários para tapar um "buraco" na Alameda 8



...com legenda!

Foto VÍTOR LANCHÁ

Há meses que o desleixo é evidente num ângulo das ruas 12 e 27

## "Vamos jogar com a solidariedade!"

Aproveitando o espírito natalício e com o objetivo de fomentar, ainda mais, os laços que unem as diversas instituições de Espinho, o Eixo 2, do CLDS 3G "Espinho Vivo", decidiu organizar uma tarde dedicada ao futsal e que fosse de cariz solidário. Pretende-se criar um momento de alegria entre colaboradores das diversas instituições, promover a participação de ambos os géneros e juntar o útil ao agradável: entregar um cabaz de alimentos a uma instituição do concelho de Espinho.

Os interessados participarão, então, num torneio de futsal, durante a tarde do dia 23, com início às 14 horas e término às 18. O local será anunciado brevemente. As

inscrições decorrem até ao dia 16.

"Como todas as atividades promovidas, pelo CLDS 3G, esta não é exceção no que diz respeito aos objetivos a alcançar."

Assim, são objetivos:

- Promover o convívio entre colaboradores das diversas instituições do concelho de Espinho;
- Promover a igualdade de género;
- Evidenciar o trabalho multidisciplinar e de equipa;
- Angariar e doar alimentos a uma instituição do concelho de Espinho."

Valor de inscrição:

- Uma embalagem de arroz;
- Uma embalagem de massa;
- Uma lata de atum;
- Uma lata de salsichas;
- Uma garrafa de azeite/óleo;
- Um mimo de natal (Bolachas, por exemplo);

"Este é o valor mínimo da inscrição (quem quiser acrescentar mais alimentos é livre de o fazer). Esta entrega será realizada no dia do torneio! Todas as inscrições serão entregues a uma instituição do concelho de Espinho. No dia do torneio será sorteada a instituição contemplada!"

Dinâmica do torneio:

Todos os inscritos serão sorteados antecipadamente (pela organização). Todos, serão incluídos em equipas de uma forma aleatória. A seleção será anunciada no dia 19, para que possam ter tempo de pensarem no melhor nome para cada equipa. Será constituído um grupo fechado, com todos os inscritos, no Facebook, do "Espinho Vivo", e lá serão difundidas todas as informações importantes do evento.

Inscrições:

Limite de 70 participantes. Serão constituídas dez equipas com um máximo de sete jogadores por equipa.

Os vencedores receberão um prémio alusivo à época, de cariz simbólico.



# Comissão Política Concelhia do PS aprova candidato Nuno Lacerda às eleições autárquicas

“Independente e com “provas dadas  
a nível nacional e internacional”



A Comissão Política Concelhia do PS Espinho aprovou, em reunião, o nome do arquiteto Nuno Lacerda como candidato à Câmara Municipal nas próximas eleições autárquicas, agendadas para

o ano de 2017.

Foi assim confirmada a candidatura de Nuno Lacerda à presidência da Câmara Municipal, revelada na pré-terceira edição do jornal *Defesa de Espinho*.

Tem 56 anos, casado e pai de dois filhos, é doutorado em Arquitetura pela Universidade do Porto, onde é docente desde 1986, e coordenador do Centro de Inovação em Arquitetura e Modos de Habitar nesta faculdade, tendo sido finalista do prémio de inovação pedagógica da UP em 2015.

Professor Universitário e investigador é ainda um dos autores de referência de uma nova geração de arquitetos docentes da Escola do Porto.

Atualmente assume a coordenação científica do curso de arquitetura da Universidade José Eduardo dos Santos em Angola, de que foi também criador em 2011.

Exerce toda a atividade profissional a partir de Espinho, cidade onde reside, atuando e participando ativamente na vida cívica, artística e cultural do seu concelho.

Miguel Reis, presidente do PS de Espinho, sublinha a escolha de um “candidato independente” com “provas dadas” a “nível nacional e internacional”.



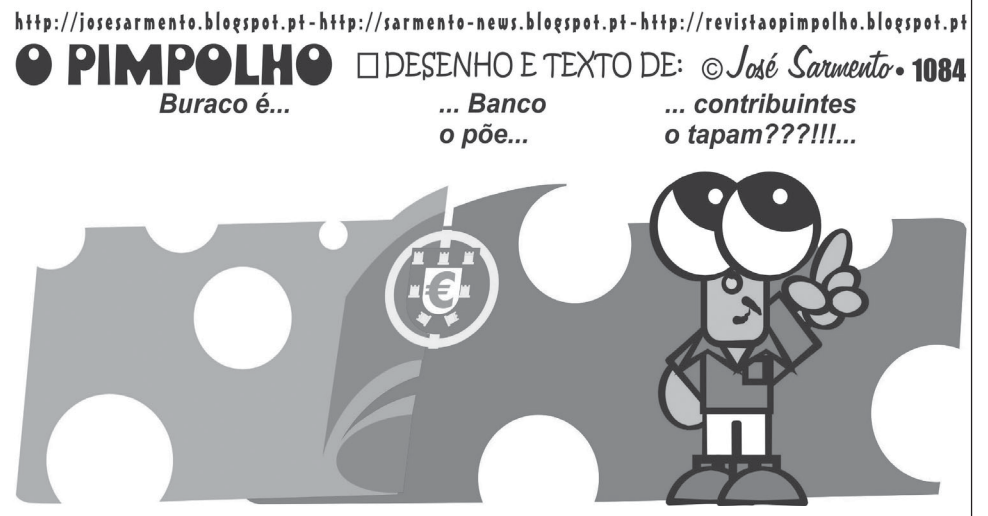
## Rotunda quase pronta

Restam alguns retoques, os trabalhos de jardinagem e a instalação das placas de trânsito para a conclusão da construção

da rotunda na Avenida 24 entre os limites das freguesias de Espinho e de Silvalde, conforme constataram Pinto Moreira e

Vicente Pinto na tarde de terça-feira.

O presidente e o vice-presidente da Câmara Municipal avaliaram o decurso da obra resultante da construção de uma superfície comercial periférica à futura rotunda.



## MALABARISMO POLITICO...

Há políticos com artes de ilusionismo capazes de transformar o saldo negativo em positivo. Depois há outros, exímios em transformar uma derrota em vitória. Outros ainda, capazes de convencer os seus seguidores ou colaboradores a seguirem com o trabalho que antes afirmavam jamais vir a fazer. Estes malabaristas da política, que se adaptam às circunstâncias com a maior facilidade e empenho, saem rapidamente do anonimato para o estrelato político sem passarem pelos corredores. São capazes de tudo para atingirem os objetivos deles, e de quem os projetou para a ribalta, que derrubam tudo que lhes aparece como entrave. Chegados ao poder absoluto, abrem um concurso de ideias faraónicas para porem em terreno os seus projetos num curto espaço de tempo, não vá o diabo tecê-las e a coisa dar para o torto. Pelo meio, promessas à custa do poder que acabam de conquistar, mas com custos para o contribuinte. Os eleitos a candidatos para as benesses, aparecem como moscas esfomeadas. Não parece haver dúvidas que uma grande parte das empresas que recrutam ex-políticos para as chefias, fazem-no sabendo que estes lhes abrem portas dos corredores de decisões. Hoje vemos algumas dessas empresas tão dependentes do estado, que só existem porque são subsidiadas pelos dinheiros públicos, não sendo capazes de sobreviver sem o estado. A exemplo disto, temos a malfadada dívida às construtoras das estradas por onde poucos circulam, mas todos pagam.

Paralelo a este embrião entre o poder central e algumas empresas deste país, temos nos últimos anos uma ligação paternal com a banca, propositadamente ruínosa na sua gestão, mas acarinhada pela classe política que certamente benefi-

cia destes acordos pagos com suor dos que pagam impostos. E o contribuinte interroga-se sobre a legitimidade destas decisões penalizadoras, essencialmente da classe média. Este drama da banca, não tem paralelo na historia deste país. É tão escandaloso como surrealista. É tão ruínoso para as contas do estado, que custa acreditar que ainda estejam no poder os mesmos do costume. Mau demais para uns, mas lucrativo para as gestões sem escrúpulos, que tem tido seguidores atentos, capazes de fazerem desaparecer a banca de Portugal, vendendo-a a qualquer chinês que apareça de mala cheia de promessas.

Este ilusionismo que toalha a visão a muita gente, tem servido para o endividamento deste país, sem que haja culpados no banco dos réus. E aqui não há esquerda ou direita partidária que se salve, estão todos lá. Há uns mais ruidosos que se dizem de esquerda, mas no que toca às mordomias que lhes provêm, nem uma palavra. Fazem barulho para justificar o seu posto na assembleia dos culpados deste drama. Dizem fazerem parte duma república e que as decisões são democráticas, por isso nada podem fazer. Porque em Portugal o que prevalece no seio partidário, da esquerda à direita (salvo algumas exceções), é a união para juntos saquearem as contas públicas. Que faz esta gente para além de aprovar as suas próprias mordomias, com acordos entre amigos para destruírem a pouca riqueza deste país. Parte destes, espreitam a troca de favores, para, quem sabe, mais tarde gerir uma empresa condecorada pelo estado à custa dos dinheiros públicos; ou talvez para comissários europeus, pois por lá o desperdício é contradizem-te com o discurso que apregoam, ainda pior que neste pequeno país.



OPINIÃO

"PORTUGA ESPINHENSE"

Joaquim Ribeiro

tugaespinhense@gmail.com

E já não bastavam as parcerias público privadas, ou a fraude da banca, para esta ruína das finanças publicas, agora vamos assumir a dívida de 700 milhões da Carris entregue à câmara municipal de Lisboa. Este presente à moda de Moscovo, é mais uma das ruínas empreitadas partidárias. “O Estado não faz nenhum favor, porque mantém-se responsável pelo que já é responsável, que é a dívida que criou”, afirmou António Costa, referindo-se ao valor que, no ano passado, ascendia a cerca de 700 milhões de euros. E acrescentava, “o bom senso prevaleceu sobre o fanatismo ideológico”.

Que malabarismo desta classe política. O Estado que somos todos nós, é que é responsável pela dívida criada pela má gestão de gestores pagos a peso de ouro. O que aqui podemos ler nas entrelinhas, é a falta de pudor desta classe já de si tão desacreditada. Resta-nos o nosso discernimento para analisar este meio de transformar o irreal em real. E resta-nos o descontentamento daqueles que não se deixam cegar por estes ilusionismos e aparecem para denunciarem o que consideram a delapidação dos portugueses. O movimento intensifica-se, e já tem notoriedade nas redes sociais e em encontros nacionais. Só o envolvimento em massa e na rua, pode impedir que este lindo país continue a ser vendido ao desbarato por aqueles que escondem interesse dúbios e à custa dos impostos dos portugueses.







# “A minha inquietação de compreender o incompreensível”

“Brumas do Tempo”, novo livro de poesia de Laura Macedo, na antecâmara de uma incursão pelo romance

Maria Laura Ferreira Macedo Quintas, nasceu em Espinho, 1954, onde sempre tem vivido. É licenciada em enfermagem e especialista em enfermagem de reabilitação, tendo exercido a sua atividade profissional no Hospital de Espinho durante 36 anos. Desde muito cedo, sentiu o prazer das artes, nomeadamente na música, onde aos 16 anos faz uma breve passagem como cantora, experiência embora efémera, vivida no Casino Espinho. Este sonho inspirou-a a uma formação de piano na Escola de Música. Quase de imediato descobre o gosto pela escrita, e no papel, manifesta sensibilidades que lhe vai na alma. Com o selo da editora Criador, Laura Macedo proporciona aos seus leitores e a quem aprecie poesia o novo livro “Brumas do Tempo”.

## DESTAQUE ENTREVISTA



Lúcio Alberto

Na sua primeira experiência, “Espólio da minha alma” poesia, abriram-se as portas ao mundo do pensamento, o gosto pela escrita, inspiração que deu origem ao segundo trabalho infantil, “A Fifi e o Fufu” aqui, manifesta uma exposição de afetos, alento dos seus netos, como a sensibilidade é perene, surgiu uma nova incursão pela poesia com “Brumas do Tempo”. Para além desta envolvimento participou nas antologias dos Poetas de Espinho e dos Poetas da Costa Verde.

– O dia 10 de dezembro de 2016 será uma data especial para a autora do livro “Brumas do Tempo” e para os leitores e em particular quem aprecia poesia?

“Penso que sim, não só pessoalmente, mas também para os meus familiares e amigos em particular.”

– “Brumas do Tempo” ... por alguma razão especial?

“Sim, é a minha inquietação de compreender o incompreensível”

– “Brumas do Tempo” ... e brumas... da vida...

“Sim, ambas as formas. As brumas do tempo perturbam as brumas da vida, na neblina do mistério.”

– “Espólio da minha

alma” ... encheu-lhe a “alma” de motivação para outras experiências literárias?

“A minha primeira experiência em ‘Espólio da minha alma’ foi o ponto de partida para uma nova realidade de sentir o meu próprio eu, e olhar para os outros doutra maneira.”

– Como é que define o conteúdo de “Espólio da minha alma”?

“Instantes de vida, experiências sentidas e outras por viver.”

– Presume-se que já tinha notas soltas... poemas e inspiração em diversos momentos da sua vida antes de ter dado à estampa o seu primeiro livro...

“Sim, gosto de aprender com aqueles que sabem mais do que eu... tenho a curiosidade do saber, por isso, participo em tertúlias de poesia, ouço poetas, e ao ouvi-los descubro novas sensações que não sabia, mas que já existiam na minha sensibilidade.”

– “A Fifi e o Fufu”, eis um livro para crianças... No universo da infância há histórias de encantar... mas também há um “mundo” real...

“Para nós, na qualidade de mães e avós, existem dois mundos que nos são particularmente importantes: os filhos e os netos. Ter escrito esta história foi a melhor forma de manifestar o amor que sinto por eles, e transmitir a todas as crianças alguns valores perdidos.”

– Como é que caracteriza... a história de “A Fifi e o Fufu”?

“É uma história de afetos, respeito, amizade e amor. É um dever dos pais, avós e



## Lançamento do livro “Brumas do Tempo” sábado na Biblioteca

Irá realizar-se às 15 horas de sábado, na Biblioteca Municipal José Marmelo e Silva, o lançamento do livro de poesia “Brumas do Tempo” de Laura Macedo.

A apresentação estará a cargo de Cândida Miranda. O evento será acompanhado com uma animação musical.

educadores dar afetos e incutir valores às nossas crianças.”

– A enfermagem trata o corpo e a poesia trata da alma?

“Entre o corpo e a alma as duas formas completam-se.”

– Enfermeira para sempre... e poetisa desde sempre?

“Sim, enfermeira para sempre, a poesia é como a criança...”

– Se recuasse na “máquina do tempo” voltava a optar profissionalmente pela enfermagem ou teria publicado poesia mais cedo?

“A enfermagem realizou-me profissionalmente e pessoalmente, teve o seu espaço e seu tempo próprio. A poesia foi um achado devido a minha sensibilidade com as coisas que me rodeiam e o gosto de escrever.”

– Quais são os seus poetas preferidos?

“Sofia de Mello Breyner, Florbela Espanca, Natália Correia, Miguel Torga, José Régio, Cesário Verde e Tiago Alves da Costa, entre outros.”

– Já há projeto para outra publicação?

“Penso fazer uma incursão pelo romance.”

– O que é que a inspira? “Os outros, a vida.”

– E o que é que a motiva enquanto pessoa?

“O gosto de viver, sentir a vida.”

– E como espinhense... o que é que lhe agrada e desagrada?

“Agrada-me o espaço da Biblioteca, o sol, os surfistas no mar e as praias limpas. Desagrada-me o lixo e os excrementos dos cachorros, particularmente nos jardins, para não falar nas ruas e passeios, coloca os transeuntes em perigo, especialmente as crianças e idosos.”

mos de um caso sério de encanto. O jeito é tímido, já o disse. E o sorriso não cabe numa fotografia – é raro encontrarmos um assim tão cheio de doçura e esperança.

– Não vais à Escola?

– É só de manhã.

Disse ao Dudu que fámos querer andar de bicicleta. Até já, vemo-nos por aí. Depois de deixarmos as coisas no hostel, saímos para o calor insular. Na porta já estava o Dudu e um rapaz mais velho. Não se percebia quase nada do que o último dizia e com dificuldade fomos apanhando algumas ideias: era ele que organizava as visitas à ilha e qualquer coisa sobre a Unesco. O Dudu estava ali sempre a sorrir e, se lhe perguntávamos alguma coisa, dizia que sim. Nós já tínhamos o contacto de um local recomendado por um amigo para nos contar a história daquelas pessoas e lugares. Então o amigo do Dudu começou a chamar ladrão ao outro que entretanto nos encontrou. Explicámos que alugaríamos as bicicletas, mas a visita já estava marcada com o Eddy, esse sim o guia oficial da Unesco. Ofendido e a chamar-lhe repetidamente de ladrão, duplicou o valor das bicicletas e deixou o Dudu a olhar para o chão. Esquece o aluguer, dissemos, e seguimos.

Quando desistiu de nos tentar convencer pelo caminho, seguiu por outra rua. Aí aproximou-se de novo o Dudu e

disse-nos conhecer um sítio onde nos alugariam as bicicletas.

– E tu queres vir andar connosco?

– Sim.

Sorriu, com aquela serenidade de quem conhece a maior verdade do mundo. Os olhos enormes, curiosos e expectantes. Sentou-se atrás do Pedro e fomos. Eu ia aos tropeções até aprender a conduzir a bicicleta com pneus tão finos e assento torto. O Dudu levantava os pés e ia dizendo: Ali é o hospital – apontando um edifício esburacado com ar de abandono – ali é o mercado – passando mulheres com fruta em bacias coloridas à cabeça – ali é o campo de futebol onde antes enterravam os escravos – e na terra crianças a correr atrás da bola.

O Dudu tem onze anos, anda no 7.º ano e quer ser arquiteto para construir uma casa de alvenaria para a mãe. O pai morreu e vive com ela e dois irmãos.

– O que é que mais gostas na ilha?

– Da Escola – diz com naturalidade e sem nenhuma hesitação, como quem diz ali está o sol que nos queima.

Até amanhã, Dudu, e vemo-nos por aí. Ainda não sabemos que também tens uma bicicleta peculiar e que ainda vamos passar muito tempo juntos.

## Marta Pais de Oliveira Em três palavras



## OLÁ, DUDU - PARTE I

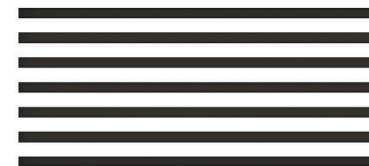
Conhecemos o Dudu mal pousámos um pé na Ilha de Moçambique. Aproximou-se do carro que nos trouxera desde Nampula e perguntou, tímido, se não queríamos andar de bicicleta ou passear de barco ou saber a história da ilha. Já me tinham contado que os meninos perseguem quem chega de fora para serem guias e poderem receber alguma recompensa. Quem conhece melhor a ilha do que eles que a calçam descalços?

Houve qualquer coisa na Dudu que nos cativou. Fala-





# CASINO ESPINHO



## “EL RINCÓN”

BY SABOR LATINO

8. 9. 10. 22. 23 DEZ.

JANTAR ESPECTÁCULO



GRANDE CONCERTO DE

## NATAL

10 DEZ. JANTAR CONCERTO



ORQUESTRA CLÁSSICA DE ESPINHO  
& VOZES DA RÁDIO



## RÉVEILLON

★ ★ ★ ★ ★ 2017 ★ ★ ★ ★ ★

CHATTANOOGA BIG BAND & TRIBUTO A ABBA

A FESTA DO ANO





# Solverde investe cerca de um milhão de euros na renovação do Hotel Apartamento em Espinho



Fotos DIREITOS RESERVADOS



O Hotel Apartamento Solverde terminou, recentemente, a primeira fase do processo de renovação do seu interior, que teve início em 2015, “com o objetivo de melhor acomodar e servir as necessidades dos seus clientes”. Trata-se de um investimento de cerca de um milhão de euros.

Desde julho passado que os clientes desta unidade hoteleira, situada junto ao Casino Espinho na Alameda 8, encontram os Estúdios T0 e os Apartamentos T1 vista mar e T1 vista cidade totalmente remodelados, num total de 58 apartamentos, com uma atrativa decoração e novos equipamentos. Já se iniciou, entretanto, a segunda fase do projeto de renovação, agora dos apartamentos T2 (25 apartamentos), estando finalizada em nove unidades, restando apenas concluir os trabalhos de renovação em 16 apartamentos T2 daquela unidade hoteleira da Solverde.

Do processo de renovação consta ainda a extensão do acesso Wi-Fi gratuito em



todos os apartamentos e melhorias nas áreas do lobby, do bar, receção, sala de pequenos-almoços e zonas comuns, trabalhos já concluídos.

A renovação completa de todos os apartamentos T0 e T1 contemplou a aplicação de pisos novos em vinílico (maioria) ou alcatifa; todas as caixilharias em madeira fo-

ram substituídas por PVC; as cozinhas dos apartamentos foram renovadas e incluem fogão, frigorífico, micro ondas, etc.; todo o mobiliário foi renovado ou é novo; cada apartamento possui sistema de ligação Wi-Fi com router dedicado; as portas de entrada foram equipadas com fechadura eletrónica; as paredes, rodapés e portas foram

pintadas; e cada apartamento está equipado com TV de ecrã plano com canais por cabo.

Logo após estarem concluídas estas obras, a Solverde irá pintar, exteriormente, o edifício do Hotel Apartamento.

O Hotel Apartamento Solverde, situado ao lado do Casino Espinho, está no centro da cidade de Espinho e

conta com vistas deslumbrantes sobre a praia da Baía e o Oceano Atlântico. Esta unidade, vocacionada para estadias de férias ou de trabalho, situa-se em frente à praia, sendo a pesca, o surf e o windsurf algumas das atividades que mais atraem os visitantes. A proximidade ao Oporto Golf Club e ao Clube de Golfe de Miramar também o torna

ideal para os praticantes da modalidade.

O Hotel Apartamento Solverde está localizado a aproximadamente dois minutos a pé da Estação Ferroviária de Espinho e a cerca de 15 minutos de automóvel da cidade do Porto e é uma das mais antigas e emblemáticas obras da Solverde, concessionária do Jogo em Espinho.





## Banca de Natal do PCP

A Comissão Concelhia de Espinho do PCP promove uma banca de Natal na sede e Centro de Trabalho na Rua 11, durante o mês de dezembro, diariamente das 9 às 18 horas (sábados e domingos inclusive).

Na banca estarão disponíveis livros (romance, poesia, políticos, ensaios, para além de literatura infantil-juvenil) e CD's. "A banca de Natal é uma excelente oportunidade para oferecer prendas aos familiares e amigos."

## Exposição de pintura de Odete Pinheiro

Está agendada para as 15h30 de sábado, no Centro Multimeios, a inauguração da exposição de pintura de Odete Pinheiro.

A mostra ficará patente ao público até 17 de janeiro.

## "ECONtigo adoçar o ambiente!"

Assinalou-se, entre os dias 19 e 27 de novembro, a oitava edição da Semana Europeia da Prevenção de Resíduos, uma iniciativa que tem sempre como objetivo sensibilizar os cidadãos para esta problemática, reforçando a necessidade de prevenir a sua produção.

A "redução de resíduos de embalagens - use menos embalagens" foi o grande tema deste ano, "pretendendo-se sensibilizar para a problemática da produção de resíduos e suas consequências, adotar hábitos de consumo corretos e sustentáveis e aprender a fazer mais com menos recursos.

Os serviços de Cultura e os serviços do Ambiente da Câmara Municipal de Espinho, em parceria com a Lipor, associaram-se a esta iniciativa, lançando a ação "ECONtigo adoçar o ambiente". E consistiu na promoção, junto dos colaboradores do Muni-

cípio de Espinho e público em geral, da utilização de açucareiros, nas cafetarias dos diversos equipamentos municipais e serviços, evitando os pequenos pacotes de açúcar que acompanham o café e o chá. O objetivo será reduzir, evitando a quantidade de pacotes de açúcar (embalagens), que se vão rasgando sempre que alguém consome alguma bebida açucarada (café da manhã, o café do almoço ou ao lanche) e sensibilizar os funcionários para a preservação do meio ambiente, recuperando também uma tradição.

"O objetivo foi atingido pois foram reduzidos muitos pacotes de açúcar e os colaboradores ficaram sensibilizados na mudança de atitude, pois perceberam que, para além de reduzirem as embalagens, ao comprar o açúcar a granel também irão obter uma poupança económica."

## "Tricotar Histórias"

Na terça-feira, às 15 horas, haverá mais uma sessão de "Tricotar Histórias" na Biblioteca Municipal José Marmelo e Silva, para a população adulta/sénior (com inscrições prévias e gratui-

tas). Trata-se de um espaço de encontro de pessoas que praticam tricot, crochet, ou outras técnicas de trabalho com agulhas, conciliando com partilha de saberes, leituras e memórias.

## Assembleia da Laces com eleição dos corpos sociais

A Liga dos Amigos do ACES Espinho/Gaia - Laces convoca os associados para uma assembleia geral ordinária no próximo dia 15, na sua sede na Rua

37, em Espinho, com a seguinte ordem de trabalhos:

Eleição dos corpos sociais para o triénio 2017/2020, das 17 às 19 horas.

## PARA AS MÃES

Com três letras apenas se escreve a palavra Mãe. São, de facto, três letras apenas, mas têm um enorme valor. Mães que por questões económicas, outras por serem doentes, outras abandonadas pela sociedade e aquelas que sofrem com as agruras da vida, abandonam os seus filhos, outras dão maus tratos e outras, até matam-nos. Isso é muito cruel, mas temos que ser compreensivos e ter compaixão, porque uma mãe digna desse nome com certeza que não faz uma barbaridade dessas. Ser Mãe digna desse nome tem um elevado significado. Mães que sofrem as dores da maternidade, que rasgam o seu ventre, que amamentam os seus filhos, são pacientes acolhedoras, carregam no seu seio durante vários meses um feto que depois se torna criança. É um fardo muito pesado ser mãe. Enquanto mãe tem que se abdicar de muita coisa, são noites sem dormir por vezes tiram à boca para dar o sustento aos seus filhos, preocupam-se com a sua educação são responsáveis pelos seus problemas. Não é só mudar a fralda. É muito mais do que isso. Ninguém melhor que as mães conhece os defeitos e as virtudes dos seus filhos e, mesmo sem saber, eles ensinam-nos amar incondicionalmente. Comemora-se o dia da mãe, o que acho muito bem.

Devia ser todos os dias dia da mãe, devia ser um dia de nos reunir-nos com a família, mas muitos, com certeza já não a têm, o que lamento, mas outros, se calhar, nem ao lar vão visitar aquela que tanto sofreu para lhes dar o ser, decerto quando forem para herdar, lá estarão todos reunidos para receber o quinhão que lhes toca. Queria prestar uma singela homenagem a todas aquelas Mães que trabalham em lares, proporcionando uma vida melhor àquelas que já não existem para alguns. A maneira abnegada como exercem sua missão de estimar e zelar por aquelas que também o são é inestimável. Lembro-me sempre daquela passagem de um filho que foi levar seu pai que estava nos fins da sua vida ao alto dum monte ao deixá-lo, deu-lhe uma manta, para se resguardar do frio. O pai



OPINIÃO

DISCURSO DIRETO

Manuel Vieira da Rocha

disse então ao filho. Pega metade desta manta, que é para quando fores velho, como eu, o teu filho te faça o mesmo que tu estás a fazer. O filho comoveu-se e já não deixou o pobre homem, trouxe-o de volta ao seu lar. Todos nós devíamos refletir antes de tomar decisões e atitudes, porque o melhor meio de vencer uma dificuldade é evitá-la.

Minha Mãe é pobre materialmente, mas muito rica em valores morais. Não sabe ler, mas soube incutir nos seus filhos as mais elementares regras, que é o respeito, dignidade e humildade, que são valores que estão a cair no esquecimento, de muita gente, ainda recordo com saudade, as canções que cantava, as orações que rezávamos à noite ao serão, quando minha mãe fiava. Ainda parece que estou a ver que, na lareira, com o lume aceso, estávamos reunidos, naquela noite de inverno rigoroso havia uma grande panela, de três pernas e uma púcara, aonde se fazia a sopa. Ainda me lembro como minha mãe cantava.

*"Minha mãe é pobrezinha. Não tem nada que me dar. Dá-me beijos, coitadinha, e depois põe-se a chorar."*

É uma quadra muito simples e vulgar, mas com uma carga emocional muito grande.

A todas as mães dignas desse nome para além de serem mães, são mulheres sofredoras e guerreiras, tanto nas lides de casa, como no campo laboral e, sabem qual é a recompensa? Por vezes são discriminadas, e sofrem maus tratos. Enquanto não mudar certas mentalidades temos que viver com esta realidade. Alguns passos já estão a ser dados nesse sentido, mas ainda estamos muito longe de atingir os objetivos desejados.

## Festa de Natal da Escola de Espinho 3

A Associação de Pais e Encarregados de Educação da Escola Básica e Jardim de Infância de Espinho 3 vai realizar nesta quinta-feira, a partir das 15 horas, no Pavilhão Municipal Napoleão Guerra, em Cassufas, a sua festa de Natal.

A iniciativa é destinada à comunidade escolar e irá contar com a participação de alunos, professores, auxiliares e pais e encarregados de educação.



## ARMANDO

A imagem, largamente difundida pelo cinema e literatura, de uma oficina mecânica como um lugar alienado onde a sujidade e a desarrumação imperavam, de um profissional da mecânica de modos pouco polidos e, normalmente, de mãos sujas de óleo, deixou de fazer sentido para mim, naquele dia.

De bata impecável e estetoscópio ao pescoço, acreditei estar na presença de um médico, embora a cor da bata (azul, neste caso) denunciava que de saúde não iria, ali, tratar-se. Muito me enganava eu a esse respeito, tendo imediatamente reformulado a minha imagem acerca de tudo o que a palavra "mecânico" me suscitava - tratar dos automóveis, naquela época, não era muito diferente do que auscultar pacientes de carne e osso. A única diferença era que aqueles "pacientes" possuíam pele de chapa e esqueleto de ferro.

O ruído irritante (que o veículo emitia) logo foi detetado, quando o mecânico (já de estetoscópio nos ouvidos) se aproximou do motor e diagnosticou o problema - eram gestos precisos e uma atitude confiante de que a "maleita" seria sanada, imediatamente. Muito contribuiu aquela "consulta" para a reestruturação de uma imagem mental que há muito eu havia tomado como certa.

Com o passar do tempo, a admiração que comecei a nutrir por aquele mecânico deu origem a um enorme respeito pelo seu trabalho - não só pela forma briosa como levava a cabo os desafios com que se deparava, como pelo modo irrepreensível como devolvia as viaturas aos clientes (bem lavadas e enceradas). Os pneus lustrosos eram a sua imagem de marca, pois que de receita caseira se tratava, quando chegava a hora de os "abrilhantar" - um brilho salutar, tal como o que os seus cabelos emanavam, numa fotografia de outrora, em que os 16 anos definiam o início de uma promissora carreira.

Recordo, com saudade,



OPINIÃO

APENAS REFLEXÕES

Jorge Madureira

o dia em se dispôs a relatar-me a sua história de vida, ou antes, retalhos de uma vida, ela própria composta de alegrias e tristezas, como tantas outras. Como tantas outras mas, de forma particular, vivida com o suor e as lágrimas de quem sempre lutou para ganhar - ganhar o respeito e a confiança dos clientes, ganhar a saúde que lhe foi concedida para cumprir a sua missão. Ouvi com agrado aquelas palavras inspiradas, de quem relata, com emoção, como tudo começou. O início, o princípio de tudo, o primeiro dia de trabalho, o frente a frente com o patrão, as "praxes" (criteriosamente levadas a cabo pelos colegas), enfim, tudo aquilo que o "endureceu", pois que de força de vontade aqui se fala - sem ela, o talento não vingaria!

Nome e reconhecimento foram construídos, passo a passo, constituindo-se como exemplo para as gerações vindouras que "podiam ser um bocadinho mais responsáveis" - diz. Responsabilidade não podia faltar naquele tempo, pois quem se descuidasse e deixasse pingar óleo de travões em cima da pintura de um carro, arriscava-se a permanecer três dias em casa (como efetivamente lhe aconteceu). Ultrapassadas as primeiras provas de "fogo", o prazer com que exercia mecânica que "era mais bonita do que a de agora" - segundo me confessou, deu-lhe alento para continuar. Continuar a receber viaturas, auscultá-las e "medicá-las", até um dia. Um dia, em que teve de parar, olhar para trás e agradecer. Agradecer a Deus, que o incumbiu de uma missão... Missão cumprida!



(Defesa da) SAÚDE

## Diabetes é a principal causa de cegueira na população ativa

Os rastreios oculares organizados pelo sistema nacional de saúde, não devem ser confundidos com outros “rastreios” visuais. Estes servem normalmente para o diagnóstico de erros refrativos e prescrição de óculos, não estando vocacionados para o diagnóstico da maioria das patologias oculares e muito menos da retinopatia diabética.

A retinopatia diabética continua a ser uma das complicações mais frequentes desta doença e uma das mais temidas pelos doentes, pois pode levar à perda de um dos sentidos mais nobres do ser humano: a visão, a SPO reforça a importância do controlo regular dos olhos dos diabéticos para um diagnóstico precoce das alterações oculares associadas à diabetes, o que permite um encaminhamento atempado dos doentes que necessitam de tratamentos diferenciados e se traduz

em melhores resultados visuais para o diabético.

Segundo dados do Observatório Nacional da Diabetes, existem cerca 1 milhão de diabéticos em Portugal, entre os 20 e os 79 anos de idade, 44% dos quais não diagnosticados (doentes que não têm a noção que sofrem desta doença). A diabetes já é considerada a primeira pandemia do século XXI e um dos mais sérios problemas de saúde pública dos tempos modernos. De acordo com a Federação Internacional de Diabetes, estima-se que em 2013 existissem 382 milhões de diabéticos, o que corresponde a cerca de 8.3% da população mundial. Prevê-se um rápido crescimento nos próximos anos e, se nenhuma ação for desenvolvida contrariar esta tendência, dentro de 25 anos o número de diabéticos no mundo rondará 600 milhões, cerca de 10% da população mundial. Infelizmente, Portugal com 13%,

tem uma das taxas mais elevadas de prevalência da diabetes na Europa.

A nível ocular, a complicação mais frequente da diabetes é a retinopatia diabética, que continua a ser a principal causa de cegueira na população ativa do mundo ocidental. De acordo com a OMS, é responsável por 5% das causas de cegueira no planeta, pelo que é fundamental o seu conhecimento e prevenção.

Na opinião de João Figueira, coordenador do Grupo Português de retina e Vítreo da Sociedade Portuguesa de Oftalmologia, “para evitar o aparecimento, bem como a progressão da retinopatia diabética, é fundamental promover hábitos de vida saudável, com exercício físico regular, abolição de hábitos tabágicos, sendo fundamental um bom controlo da diabetes, da tensão arterial, da ficha lipídica”. João Figueira afirma ainda que, “apesar de poder levar à cegueira, esta doença é muitas vezes assintomática, pelo que o doente não se apercebe da gravidade das suas lesões oculares. Por esse motivo, é capital uma consulta regular com o oftalmologista que deve ser feita pelo menos uma vez por ano”.

## Medo da cirurgia à coluna mantém doentes afastados do tratamento

O medo da operação à coluna continua a distanciar os doentes do tratamento e a influenciar a sua qualidade de vida. O alerta é da campanha Olhe Pelas Suas Costas que pretende esclarecer os portugueses a propósito dos mitos sobre a cirurgia da coluna, reforçando a importância desta no regresso à vida ativa e na melhoria da mobilidade e funcionalidade dos doentes.

“Atualmente dispomos de técnicas cirúrgicas que acarretam um risco reduzido de complicações e que podem devolver aos doentes a sua qualidade de vida. O problema é que, muitas vezes, as pessoas evitam estas cirurgias porque desconhecem a realidade destes procedimentos”, alerta Paulo Pereira, coordenador nacional da Campanha Olhe Pelas Suas Costas.

O médico explica que “as técnicas atualmente disponíveis, nomeadamente as minimamente invasivas, distanciam-se bastante do conceito convencional – e

enraizado em grande parte da população – sobre cirurgia da coluna e apresentam diversos benefícios para o doente, nomeadamente, menos dor no pós-operatório, menor tempo de internamento e um regresso mais rápido à vida ativa”.

Entre as patologias que mais frequentemente necessitam de intervenção cirúrgica estão as hérnias discais, mais comuns entre os 30 e os 50 anos de idade, e a estenose lombar, que afeta cerca de 20 por cento da população com mais de 65 anos.

“É frequente encontramos doentes que recusam sistematicamente a cirurgia, agravando o seu estado de saúde e perdendo, à medida que o tempo passa, a capacidade para realizar tarefas anteriormente consideradas simples e é preciso esclarecer estes doentes. Importa que saibam que a cirurgia da coluna é hoje diferente do que era há décadas atrás, com menor risco de complicações e maior previsibilidade em termos de resultados favoráveis”, reforça Paulo Pereira.

“Isto não significa, naturalmente, que seja uma solução para todos os doentes, nem sequer para a maioria. O que pretendo realçar é que, quando a cirurgia está indicada e é realizada por um cirurgião experiente, a probabilidade de melhorar de forma significativa a qualidade de vida do doente é, em regra, muito superior à de conduzir a um mau resultado”, conclui o neurocirurgião.

As dores nas costas são a principal causa de consultas médicas, de acordo com a Organização Mundial de Saúde. As doenças que afetam a coluna representam mais de 50 por cento das causas de incapacidade física. Um estudo, realizado no âmbito desta campanha, indica que 28,4 por cento dos portugueses sentem que a sua atividade profissional já foi prejudicada ou comprometida de alguma forma pelo facto de terem dores nas costas e mais de 400 mil portugueses faltam ao trabalho por ano por este motivo.

## Cancro da próstata

“O cancro da próstata é a segunda causa de morte por cancro no homem, atrás do cancro do pulmão, e é o cancro mais frequente nos homens acima dos 50 anos. A vigilância médica periódica é essencial para despistar o cancro da próstata, uma vez que este não apresenta sintomas numa fase inicial”, alerta Rui Borges, urologista do Hospital Lusíadas Porto.

Apesar das causas do cancro da próstata não serem conhecidas, sabe-se que o fator hereditariedade, a idade e a raça negra têm um grande peso.

“A vigilância médica periódica é essencial para despistar o cancro da próstata, sendo que esta pode começar por volta dos 45 anos nos doentes sem fatores de risco. A vigilância deve ser antecipada para os 40 anos de idade nos doentes de risco e consiste no exame do toque rectal e no doseamento do PSA (o antígeno específico da próstata), no sangue”, esclarece o urologista.

Em relação ao tratamento, o médico explica que “Embora existam diferentes opções terapêuticas, a prostatectomia radical é o

tratamento mais eficaz para o cancro da próstata localizado. Com o desenvolvimento tecnológico, esta cirurgia que era habitualmente efetuada por via aberta, pode atualmente ser executada por via laparoscópica e, mais recentemente, por via robótica, podendo diminuir assim as consequências associadas, nomeadamente a incontinência urinária e a disfunção erétil”.

“Sabe-se também que apesar de ser a segunda causa de morte por cancro no homem, quando o cancro da próstata é detetado precocemente a possibilidade de cura ronda os 85%”, conclui.

## MIOMAS UTERINOS: COMO E QUANDO TRATAR

Os miomas uterinos são os tumores pélvicos mais frequentes, afetando 60-70% da população feminina em geral e 25-40% das mulheres em idade reprodutiva.

São tumores benignos que se desenvolvem a partir da camada muscular do útero (miométrio) e conforme a sua localização classificam-se em submucosos, intramurais e subserosos.

A sua etiologia é desconhecida, mas há fatores que podem influenciar o seu crescimento: genéticos, hormonais, vasculares e ambientais.

A sua incidência aumenta a partir dos 35 anos, altura em que na sociedade atual muitas mulheres programam a primeira gravidez, devido ao facto de atingirem a sua estabilidade profissional e familiar tardiamente.

As mulheres de raça negra têm um risco acrescido em relação às caucasianas (10 a 20%) e as que apresentam excesso de peso também têm maior probabilidade de desenvolver este tipo de tumores.

A sintomatologia mais frequente inclui a hemorragia, a dor e os problemas reprodutivos.

Dependendo do tamanho e localização, os miomas podem interferir com a capacidade reprodutiva da mulher, condicionando hemorragias na gravidez, abortos de repetição e problemas no parto.

Os miomas submucosos e os intramurais mais volumosos parecem ser responsáveis por estas alterações, comprovando-se em vários estudos realizados que após a sua remoção as taxas de aborto diminuem e as taxas de gravidez aumentam de forma significativa.

Cabe ao ginecologista informar estas mulheres que, devido aos avanços da tecnologia e investigação é possível tratar os miomas conservando o útero.

O “gold standard” no tratamento dos miomas submu-

cosos é a miomectomia histeroscópica, técnica de videocirurgia considerada um dos maiores avanços no tratamento deste tipo de patologia. Pode ser realizada em ambulatório, com rápida recuperação da doente e baixa morbidade, sendo raras as complicações desde que realizada por um cirurgião experiente nesta técnica cirúrgica.

Para o tratamento dos miomas intramurais (e subserosos) a técnica de eleição será a miomectomia laparoscópica, reservando-se a clássica via aberta (laparotomia) para casos muito graves com miomas muito volumosos e/ou em grande número.

Consideradas técnicas minimamente invasivas implicam uma diminuição da dor no pós-operatório, menor tempo de internamento/convalescença e melhores resultados cosméticos.

Como alternativa ao tratamento cirúrgico surgiu a embolização da artéria uterina, técnica baseada na interferência com a vascularização dos miomas através da obliteração da artéria uterina.

Porém, esta técnica apenas permite uma redução parcial dos miomas, pode interferir com a vascularização do ovário, provocando uma menopausa precoce, não é isenta de riscos como a necrose uterina e a doença inflamatória pélvica. Os resultados parecem-nos insuficientes em relação a fertilidade futura e complicações na gravidez.

Até ao momento, as únicas opções dadas às mulheres para tratar esta doença implicavam cirurgia ou técnicas invasivas.

Isto porque, as opções de tratamento médico dos miomas, particularmente, o dispositivo intra-uterino com levonorgestrel e as pílulas contraceptivas, demonstraram algum benefício no controlo as hemorragias, sem, contudo, revelarem uma efi-



Fátima Faustino (\*)

cácia significativa na redução destes tumores uterinos.

Contudo, dispomos atualmente de um novo medicamento de administração oral (acetato de ulipristal) que, para além de conseguir o controlo das hemorragias e correção da anemia, induz uma redução de volume dos miomas, tendo um efeito prolongado, mesmo após a paragem do tratamento. Os efeitos adversos são raros.

Este tratamento inovador pode implicar uma solução na vida destas mulheres.

Nos casos em que houve necessidade de se recorrer à cirurgia, a redução de volume dos miomas permite o recurso às técnicas minimamente invasivas já referidas, evitando a remoção do útero (histerectomia).

No decurso desta terapêutica tem-se vindo a verificar que algumas mulheres ficam assintomáticas e não necessitam de cirurgia, sobretudo as que se encontram perto da menopausa.

Também em casos graves de múltiplos miomas em mulheres que desejam engravidar, esta alternativa terapêutica deve ser considerada, sobretudo quando a cirurgia pode implicar mais riscos que benefícios.

Já se confirmou ser uma terapêutica eficaz na preparação da doente para a cirurgia e os estudos indicam resultados promissores no sentido de ser possível adiar ou evitar essa mesma cirurgia.

\* Ginecologista e responsável do Centro Especializado em Endometriose do Hospital Lusíadas – Lisboa



João Guerra  
Viagem  
à roda  
do tempo



Obelisco (1886) comemorativo da restauração em 1640

## O ESPÍRITO MOVE A MATÉRIA

Todos sabemos o significado do dia 1 de Dezembro: a restauração da independência nacional, depois da humilhação de sessenta anos do domínio filipino. Foi como que se renascessemos das cinzas pesadas que nos foram impostas. Mas não é sobre este acontecimento que gostaria de escrever. O objectivo deste texto é tentar levar os leitores a reflectirem sobre o sentido da obra magistral de Fernando Pessoa: "Mensagem", sentido que poderá (e pode) casar com o dessa data, medidas as distâncias.

Foi o único livro completo que publicou em vida e é uma obra de quase uma vida: de 21 de Julho de 1913 a 26 de Março de 1934. A sua publicação aconteceu, simbolicamente, no dia 1 de Dezembro de 1934. Diz-se simbolicamente porque, assim como Portugal se libertou do jugo castelhano em 1640, assim também esta obra pretende a libertação de um outro jugo: a apatia e a ausência do sonho.

Em textos anteriores, Fernando Pessoa já vinha manifestando a sua mundivisão. Leia-mos alguns.

*Todo o Império que não é baseado no Império Espiritual é uma Morte de pé, um Cadáver mandando. (...)*

*Criando uma civilização espiritual própria, subjuguaremos todos os povos; porque contra as artes e as forças do espírito não há resistência possível, sobretudo quando elas sejam bem organizadas, fortificadas por almas de generais do Espírito. (...)*

*Nosso trabalho não é fácil: não temos que criar um mito senão renová-lo. Feito isto, em cada um de nós independentemente e a sós consigo, o sonho se derramará sem esforço em tudo o que dissermos ou*



*escrevermos, e a atmosfera estará criada, em que todos os outros, como nós, o respirem. Então se dará na alma da nação o fenómeno imprevisível de onde nascerão as Novas Descobertas, a criação do Mundo Novo, o Quinto Império. Terá regressado El-Rei D. Sebastião. (Fernando Pessoa, Obra Poética e em Prosa, vol. III, Lello & Irmão - Editores)*

*Todas as naus são naus de sonho logo que esteja em nós o poder de as sonhar. O que mata o sonhador é não viver quando sonha; o que fere o agente é não sonhar quando vive. Eu fundi numa cor uma de felicidade a beleza do sonho e a realidade da vida. Por mais que possuamos um sonho nunca se possui um sonho tanto como se possui o lenço que se tem na algibeira, ou, se quisermos, como se possui a nossa própria carne. Por mais que se viva a vida em plena, desmesurada e triunfante acção, nunca desaparecem o contacto com os outros, o tropeçar em obstáculos, ainda que mínimos, o sentir o tempo decorrer.*

*Matar o sonho é matarmo-nos. É mutilar a nossa alma. O sonho é o que temos de realmente nosso, de impenetravelmente e inexpugnavelmente nosso.*

Fernando Pessoa-Bernardo Soares,  
*Livro do Desassossego*

E a nossa grande Raça partirá em busca de uma Índia nova, que não existe no espaço, em naus que são construídas 'daquilo de que os sonhos são feitos'. E o seu verdadeiro e supremo destino, de que a obra dos navegadores foi o obscuro e carnal antearremedo realizar-se-á divinamente."

Estes extractos podem parecer excessivos, mas são necessários para a compreensão da intencionalidade da obra. São dois os vectores fundamentais que os atravessam: a necessidade ou mesmo urgência de criar uma nova realidade cultural, pois o país vivia uma grande crise de identidade e de afirmação,

país outrora grandioso na época das Descobertas e, na altura da publicação (1934) reduzido quase a cinzas, e o caminho para a renovação passar pelo sonho no sentido que o autor lhe atribui, que não anda longe do que afirmou o poeta António Gedeão no conhecido poema "Pedra Filosofal": "O sonho comanda a vida, sempre que a gente sonha, o mundo pula e avança."

O primeiro verso paradigmático e programático de *Mensagem* é: *O mito é o nada que é tudo*. Ora, se mudarmos a palavra "mito" por "sonho" encontramos o autêntico objectivo desta maravilhosa obra. Com efeito, o sonho é uma força criadora que mobiliza toda a pessoa no que tem de mais profundo e fecundo: a capacidade de se renovar. A renovação de uma pessoa ou de um país passará sempre pela inovação e só inova quem, sabendo, tem essa força interior.

O título "Mensagem" foi escolhido, depois de algumas vicissitudes, com todo o cuidado. Posto de lado o título "Portugal", Fernando Pessoa, que deveria conhecer bem o poema épico "A Eneida" de Virgílio, que serviu de modelo a "Os Lusíadas", encontrou no canto VI desta epopeia o verso 727: *mens agitat molem* e, com uma rara intuição, descobriu ali o sentido do seu livro: só a direcção espiritual (do espírito) é capaz de fazer avançar quer as pessoas quer os países. Mens ag(itat mo)em: a mente ou o espírito move o corpo ou a matéria. Com lucidez profunda, escreveu no poema *D. Sebastião*: "Que é o homem sem a loucura/ Mais que a besta sadia / Cadáver adiado que procria?"

De outra maneira, a cultura, alimento da mente, (cultura, palavra que vem do Latim *cultura*, signo para designar atividades agrícolas, que, por sua vez, vem do verbo *colere*, cuidar de plantas e também cultivar a mente, os conhecimentos, a educação,) a cultura, dizíamos, é o suplemento de alma, sol e realidade criadora. Enquanto a sociedade e sobretudo os seus dirigentes não interiorizarem esta dimensão, nunca se sairá da "mesquinha sorte" de fala Camões no seu grandioso poema épico "Os Lusíadas". Assim, é necessário ler bem "Mensagem" e descobrir que o D. Sebastião que há-de vir é essa força estruturante e estruturadora de um país, é míticamente em cada um de nós essa força pujante capaz de vencer todos os obstáculos. Tal é possível quando se descobre o valor da cultura, o valor do conhecimento e da actividade do espírito e se deixa inebriar pelo seu odor divino. Se os bens materiais são necessários, e são, devem ser colocados, em primeiro lugar, ao serviço da renovação das mentalidades que começa na família, solidifica-se nas escolas e nas universidades e regista-se nos avanços científico-culturais.

"É a hora!" Assim termina "Mensagem". É a hora, diremos nós aos leitores, de dar a prioridade os bens da mente. É a hora de acordar!

Ressoam ainda as palavras do verso pessoano: "Senhor, falta cumprir-se Portugal!" O 1.º de Dezembro político tem se unir ao 1.º de Dezembro cultural, moral ético, e assim "E assim outra vez conquistemos a Distância", ou seja, entraremos no comboio do Futuro! O caminho apontado por Fernando Pessoa é confirmado pelas palavras frontais de Albert Camus: "Sem a cultura, e a liberdade relativa que ela pressupõe, a sociedade, por mais perfeita que seja, não passa de uma selva."

O tal "Cadáver adiado, mandando"...

(Por decisão própria, o autor não escreve segundo o novo Acordo Ortográfico)

Esmeralda Laranjeira  
Temas e poemas



## HOMENAGEM AO "TI JULIÃO"



Foi tripeiro de nascença  
Da freguesia de Miragaia  
Este homem que o destino  
Trouxe cá para Espinho

Era por demais conhecido  
Na estação de Espinho Vouga  
Fazia girar a máquina, à roda de uma linha  
Lá no meio de um alçapão  
Fazia a manutenção  
E nela metia o carvão

E assim fornecia o combustível  
Para o Vouguinha andar, pouca terra-pouca terra  
Não fosse o comboio parar, até chegar a Viseu  
E depois quando voltava, até cá, ao pé do mar  
Lá estava o ti Julião, pronto para de carvão o carregar

Era homem dos sete ofícios...  
E nas horas vagas, guarda-chuvas arranjava  
Para governar a vida, que não era fácil não!...  
Com uma prol de filhos, a quem era preciso dar pão

Mas este homem esperto não parava quieto  
E gostava muito de fazer, papagaios de papel  
Para vender à rapaziada, a vinte e cinco tostões  
Que ao Domingo à tarde, percorriam a esplanada  
Numa grande algazarra, a correr e a saltar  
Com os papagaios de papel a voar... pelo ar...

Ainda em vida, foi homenageado por ter ensinado  
Em algumas escolas, a construção de estrelas  
E papagaios de papel... a que chamava de sóis  
Bacalhaus e santíssimos...  
Das suas mãos saíram, os mais belos papagaios  
Que porventura alguém já fez...

O senhor Julião fez voar os sonhos dos meninos  
Que lançaram aos céus, seus papagaios de papel  
Na nossa praia de Espinho...  
Foi uma figura carismática, que lembramos com carinho

Foi muito bom recordar, o amigo Julião  
Que marcou uma época, da sua geração  
No centenário do seu nascimento, há muita emoção  
Para a família e amigos, será sempre recordação!...

Semanário Registrado na Direcção-Geral de Comunicação Social sob o n.º 100594  
**DEFESA DE ESPINHO**  
Fundado em 27/Março/1932  
PROPRIEDADE - EMPES - Empresa de Publicidade de Espinho, Lda.  
Matriculada na Conservatória do Registo Comercial de Espinho sob o n.º 59, folhas 30 do livro C-1  
Capital Social: 5.200,00 Euros  
Contribuinte: 500 095 540

Administração  
Fernando Cunha (gerente)

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

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

Redação  
Manuel Proença - mijproenca@sapo.pt

Colaboradores  
Carlos Salvador; Francisco Azevedo; Manuel José Macedo; Paulo Jorge Soares; Paulo Malheiro; Sara Gomes; Vítor Lancha.

Colunistas  
Ana Filipa Félix; André Faria Silva; António Regedor; Arcelina Santiago; Esmeralda Laranjeira; Ferreira de Campos; Francisco Goulão; João Guerra; Joaquim Ribeiro; Jorge Madureira; José Sarmiento; 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.º 8, 456 - 1.º andar - Sala R  
Ap. 39 - 4501-853 ESPINHO Codex  
Telef. 22 734 15 25 • Tlm. 936 540 320  
Fax 22 731 99 11 • Email-empes@sapo.pt

Departamento de Redação  
Av.º 8, 456 - 1.º andar - Sala H  
Ap. 39 - 4501-853 ESPINHO Codex  
Tlf. 227 319 912 • Tlm. 934 032 770  
Fax 227 319 911  
Email-defesadeespinho@mail.telepac.pt  
Impressão  
NAVEPRINTER - Indústria Gráfica do Norte, SA - E.N. 14 (km 7,05)  
Apartado 121 - 4471 MAIA Codex  
Tiragem média  
3.700 exemplares  
Depósito Legal n.º 1604/83

Internet:  
www.defesadeespinho.pt

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





## Feirinha de Artesanato em Guetim animada com a Orquestra Típica e Coral dos Altos-Céus

A Comissão de Festas em Honra de Santo Estêvão e Nossa Senhora da Guia de Guetim organizou no fim-de-semana a tradicional Feirinha de Artesanato.

O evento decorreu no Salão Paroquial de Guetim, com a presença de catorze expositores e com a participação da Orquestra Típica e Coral dos

Altos-Céus.

Um fim-de-semana diferente para os guetineses, recheado de cor e animação, que tiveram assim e a oportunidade de ver expostos inúmeros trabalhos de artesanato, a grande maioria de artesãos da freguesia, mas também de realizar algumas compras, a pensar já no Natal que aproxima.



## Onda Poética

Está agendada para às 21h30 do próximo dia 15, na Biblioteca Municipal José Marmelo e Silva, mais uma sessão da Onda Poética.

A sessão conta com coordenação de Anthero Monteiro e leituras do Coletivo da Onda Poética.

## “À Roda das Histórias” na Biblioteca Municipal

“À Roda das Histórias – especial Natal no jardim encantado” é o evento calendarizado para as 15h30 do dia 17, na Biblioteca Municipal José Marmelo e Silva.

Integrado no projeto “Espinho cidade encantada” esta sessão da “À Roda das Histórias”, recheada de histórias “com cheirinho a Natal”, acontecerá no jardim encantado!

Este é um 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: crianças dos 3 aos 10 anos. Entrada livre.

## “O último livro” de Conceição Freitas

A sala polivalente da Biblioteca Municipal José Marmelo e Silva irá acolher no próximo dia 17, às 15 horas, o lançamento do livro “O último livro” de Conceição Freitas.

Sessão com Entrada livre.

## “Uma bola aqui, um laço acolá” na Bebéteca “Letras e Chupetas”

Irá realizar-se no dia 17, às 11 horas, na Biblioteca Municipal José Marmelo e Silva, mais uma sessão mensal da Bebéteca “Letras e Chupetas”, atividade de promoção da leitura para a primeira infância.

“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.”

Tema: “Uma bola aqui, um laço acolá”.

Público-alvo: bebés até aos 36 meses (com um ou dois acompanhantes) – Inscrição prévia.

## Convívio natalício do Núcleo de Espinho da Liga dos Combatentes

O Núcleo de Espinho da Liga dos Combatentes irá realizar a sua tradicional confraternização natalícia com

bolo-rei às 11 horas de sábado, na sua sede instalada no FACE – Fórum de Arte e Cultura de Espinho.

Arcelina Santiago  
Em três palavras



## O QUE É PEQUENO É O QUE ESTÁ MAIS PERTO DA BELEZA

*Imóvel contemplo a lua e os outros pensam que sou cego  
Matsuo Bashô in “O Eremita Viajante”*

Ouvi há tempos atrás esta citação, na rádio, na rubrica “O livro do dia” de Carlos Vaz Marques. Referia-se aos poemas japoneses “haikus”. Dava-nos, então, a conhecer a publicação da obra completa de Matsuo Bashô, em português. Joaquim Palma, responsável por esta versão confessa na introdução que se trata de uma versão portuguesa e não de uma tradução. Seria de todo impossível, dado o rigor métrico, característico destes pequenos poemas orientais, inspiradores também do mundo ocidental.

A sua origem remonta ao século IX e, inicialmente, eram compostos por 5 versos de 5 e 7 sílabas, abordando temas religiosos ou ligados à corte. Entretanto, foram sofreram algumas alterações e, no século XIX, toma a designação de haiku, atribuída pelo mestre Masaoka Shiki.

Segundo A.C. Missivas, biólogo e poeta americano “O haiku é mais do que uma forma de poesia; é uma forma de ver o mundo. Cada haiku capta um momento de experiência; um instante em que o simples subitamente revela a sua natureza interior e nos faz olhar de novo o observado, a natureza humana, a vida”.

Na verdade, um pequeno poema de 3 versos (com 5, 7 e 5 sílabas, respetivamente), caracteriza-se pela simplicidade e intensidade como retrata o momento. De forma fluente, depurada e breve, ele condensa um olhar atento sobre coisas aparentemente insignificantes da natureza da qual o ser humano faz parte integrante, como um todo, em simbiose e cumplicidade perfeita. Trata-se de uma forma filosófica de olhar e vivenciar o mundo, numa

perspetiva minimalista. Adota-se uma atitude de êxtase perante a grandiosidade da natureza que nos surpreende todos os dias e nos proporciona uma aprendizagem constante.

Falar desta preciosidade poética implica necessariamente evocar o primeiro e maior poeta japonês de haikus – Matsuo Bashô – cuja obra completa “O eremita viajante” está agora felizmente disponível. Este poeta samurai espelhou de forma sublime na sua poesia o pensamento e a reflexão, acolhendo o espírito do budismo Zen.

Para os que apreciam esta forma de olhar o mundo, valorizando as coisas simples e genuínas encima este texto com o haiku que consta da contracapa desse livro.

Este, tal como muitos outros haikus, foram inspiradores de muitos poetas contemporâneos, no tocante à percepção da natureza e na concisão da forma, nomeadamente, em Eugénio de Andrade cuja poesia realça a palavra, a imagem e a musicalidade.

No Brasil há outra forma de expressão poética denominada Poetrix, inspirada pelos haikus, mais solto e liberto de algumas regras. Tem necessariamente um título, seguido de três versos urtos com o máximo de trinta sílabas.

Em Espinho, temos o privilégio de ter um mestre da Poetrix, Antero Monteiro, com livros publicados. Deixem-vos uma pequena amostra simbólica para provar que: *o que é pequeno é o que está mais perto da beleza.*

Morte  
*Uma cadeira vazia na alameda  
Sentada numa tarde de outono  
A olhar o meu ponto de fuga*



Foto VÍTOR LANCHA



## Banda Musical S. Tiago de Silvalde com plateia(s) cheia(s) no Multimeios

A Banda Musical S. Tiago de Silvalde exibiu-se em duas sessões no Centro Multimeios, interpretando o espetáculo "Walt's Fest 2.0", que contou com a colaboração, entre outros, da

espinhense Joana Amorim. O evento estava programado para uma sessão, mas a elevada adesão de espectadores, que já tinham esgotado a lotação, motivou uma sessão dupla.



"Circ' ao Léu"

Foto VÍTOR LANCHA

A Companhia Kopinxas "Circ' ao Léu" animou as ruas de Espinho, na tarde do feriado de 1 de dezembro, numa atividade inserida na progra-

mação de "Espinho Cidade Encantada", que prosseguiu na tarde do feriado de 8 de dezembro a animação de rua. No feriado de 8 de de-

zembro com animação de rua - Ktrupe - e concerto de Natal da Banda de Música da Cidade de Espinho, no Multimeios.

## "Cantares ao Menino Jesus" com grupos da terra na Junta de Espinho

O auditório da Junta de Freguesia de Espinho foi animado no sábado com o evento "Cantares ao Menino Jesus".

O evento dos festejos da quadra natalícia contou com as atuações da Rusga de S. Pedro, do Coro da Universidade Sénior de Espinho e os dos grupos de Espinho e Mar a Cantar e do Centro de Convívio Sénior da Junta de Freguesia de Espinho.



Foto VÍTOR LANCHA

## Prémios do "Desafio Fotográfico - 12 meses 12 fotos"

A cerimónia de entrega de prémios do Concurso "Desafio Fotográfico - 12 meses 12 fotos" está marcada para as 16 horas do feriado de 8 de dezembro na Loja de Turismo como primeira abordagem, onde tem estados expostos os trabalhos dos concorrentes selecionados. Eis os premiados:

As 12 melhores fotos individuais - Calendário Espinho para Todos 2017 (prémio monetário 50 euros/foto): Fevereiro - Ricardo Bruno Batista Proença; Março - Flávio Alexandre Fonseca Alves Alberto; Abril - Ricardo Bruno Batista Proença; Julho - Antero Manuel Casal Ribeiro Pires Costa; Julho - José Cassiano Ribeiro Osório; Julho - Tatiana Denise Ramos Santos Silva; Julho - Carlos Manuel Dias Salvador; Agosto - Rui Lacerda; Agosto - Joana Pinto Amorim; Agosto - Nuno Henrique Oliveira Silva; Agosto - Soraya Van Den Berg; Novembro - Soraya Van Den Berg; Melhor Conjunto de 12 (prémio monetário de 50 euros): José Cassiano Ribeiro Osório; Menção Honrosa: (Foto) Abril - José Cassiano Ribeiro Osório; Prémio do Público (Foto) Abril - Carlos Manuel Dias Salvador.

**Galeria de Sabores**

**Natal 2016**

Aceitam-se encomendas

- Bolo-Rei
- Escangalhado
- Pão-de-Ló
- Rabanadas
- Sonhos
- Bilharacos, etc.

Rua 31, n.º 471 | 4500 Espinho | Tel. 223 234 352

Especialidade em Peixe de Mar

**Os Melinhos**

**Restaurante Marisqueira, Lda**

Rua 2, n.º 1269 - 4500-261 Espinho • Telef. 220193486 • Tlm. 916921089

**Fonseca** ESPINHO

MODAS - TECIDOS

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



# “Mud’Arte” da Cerciespinho

## Evento no Auditório da Casino assinala 40 anos da instituição de solidariedade social

O Auditório do Casino foi palco, na noite de sábado, do espetáculo “Mud’Arte” organizado pela Cerciespinho no âmbito das comemorações do 40.º aniversário da instituição de solidariedade social.

No conceito de que “a mudança evidencia como a arte é uma estratégia central no desenvolvimento de competências e uma ferramenta central na promoção da inclusão social”, o espetáculo foi marcado por quatro momentos distintos: a atuação de dança moderna que contou com o grupo Sorrisos da Cerciespinho e um grupo de bailadas da escola de Bailado

Adriana Domingues; a exibição do grupo de Bombos da Cerciespinho com uma turma 10.º ano da Escola Profissional de Música de Espinho; outra do grupo (de folclore) do Rancho Alegria da Cerciespinho com o Rancho Semente e apresentação conjunta do grupo de teatro Sobreviventes do Riso, do Bairro da Ponte de Anta, com Jorge Mendonça, do TPE - Teatro Popular de Espinho.

O evento foi assistido por Pinto Moreira e Vicente Pinto, respetivamente presidente e vice-presidente da Câmara Municipal de Espinho.



Fotos VÍTOR LANCHA



## Concertos de Natal e do Advento do Orfeão

O Orfeão de Espinho tem espetáculo de Natal agendado para as 16 horas de domingo, no Auditório do Casino, e concerto do Advento às 21h30 do feriado de 8 de dezembro, na Igreja de Guetim.

## Concerto de Natal da Orquestra Juvenil da Banda de Silvalde

Realizou-se na noite de sábado, na Capela de Nossa Senhora da Ajuda, o Concerto de Natal da Orquestra Juvenil da Banda de Música S. Tiago de Silvalde.

Pinto Moreira esteve presente neste espetáculo integrado no programa de “Espinho Cidade Encantada”.



Foto VÍTOR LANCHA

## Concerto na Igreja de Anta

No seguimento das comemorações de “Anta Capital do Violino”, realiza-se no sábado, pelas 21h30, na Igreja Paroquial de São Martinho de Anta, um concerto de Natal com a Banda de Música de Angeja (Aveiro) e a Tuna Musical de Anta.

A organização deste concerto está a cargo da União de Freguesias Anta/Guetim. A entrada é livre.

## Concerto de Natal no Casino

Na noite de sábado irá cumprir-se a tradição no Salão Atlântico do Casino com o Grande Concerto de Natal.

A Orquestra Clássica de Espinho junta-se ao grupo Vozes da Rádio para apresentar um repertório heterogéneo inspirado no Natal.



Em Espinho,  
a tradição tem um nome



227331240 / 962065450 / 913455034 / cliente@aipal.pt






**8 de dezembro**

15 horas às 18h30 - Casa Alves Ribeiro; Kitchenin; Olivinus; Padaria Aipal (rua 19); 20intensus; 3 de Esquina; Padaria Pão de Dó  
"Espinho Cidade Encantada"  
Delícias e Sabores de Natal - degustações

15h30 - ruas da cidade

"Espinho Cidade Encantada"  
Animação de rua: Ktrupe

17 horas - Centro Multimeios  
"Espinho Cidade Encantada"  
Concerto de Natal da Banda de Música da Cidade de Espinho

21h30 - Igreja de Guetim  
Concerto do Advento com o Orfeão de Espinho

**8 a 11 de dezembro**

9 às 13 horas e das 14 às 17 horas - Loja Interativa do Turismo

Exposição "Espinho para Todos - 12 Meses 12 Fotos"

8, 9, 10, 22 e 23 de dezembro

21 horas - Casino

"El Rincón" by Sabor Latino, um espetáculo único que está de volta à glamorosa sala Baccará. Durante este espetáculo a plateia é convidada a viajar até "El Rincón", na América Latina, pelo típico cruzamento entre amores e desejos, paixões desmedidas, onde a essência da latinidade sobressai em cada um dos corpos. Um ambiente intenso ao ritmo da salsa latina, ao qual ninguém fica indiferente!

**8 de dezembro a 21 de janeiro**

10 às 17 horas de segunda a sexta-feira e das 11 horas às 13h30 e das 14h30 às 18 horas ao sábado - Museu Municipal (Galerias Amadeo de Souza-Cardozo)

Exposição de fotografia "A Arte da Tanoaria - Os últimos" de José Fangueiro

**9 e 10 de dezembro**

21h30 - Centro Multimeios

Cinema Imersivo 3D  
"Nós Somos Aliens"

Terra. Agora é um mundo pequeno. A raça humana está ligada melhor e mais rápido do que nunca, mas e sobre outro qualquer lugar? Poderíamos um dia ser parte de uma comunidade galáctica, compartilhar o nosso conhecimento e ideias? Ou é a Terra o único planeta com vida? "Nós somos Aliens" leva-nos numa viagem épica, na procura de evidências sobre vida extraterrestre...

22 horas - Casino

The Joker Bar - música ao vivo com Bino Ribeiro & Milton Guedes  
Entrada livre

**9, 13 e 14 de dezembro**

16h30 e 21h30 - Cinema do Multimeios  
"Namoro à Espanhola - Aventura na Catalunha"

Realizador: Emilio Martínez Lázaro

Atores: Clara Lago, Dani Rovira, Berto Romero, Karra Elejalde

Categoria: comédia e romance  
Classificação: maiores de 12 anos

Após terminar a sua relação com Rafa, Amaia apaixonase por um catalão. Koldo, o pai de Amaia, viaja até Sevilha para persuadir Rafa a recuperar o amor da filha...

**10 de dezembro**

15 horas - Biblioteca Municipal  
Lançamento do livro de poesia "Brumas do Tempo" de Laura Macedo

15 horas - ruas da cidade

"Espinho Cidade Encantada"  
Tunas na Rua

15h30 - Planetário (Digital) do Multimeios

"Lendas do céu noturno: Perseu e Andromeda" (projeção imersiva a 360°)

21 horas - Casino

Grande Concerto de Natal com a Orquestra Clássica de Espinho e o grupo Vozes da Rádio

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

Tunas a concurso: Tuna de Medicina Dentária do Porto; Tuna da Escola Superior de Saúde de Santa Maria; Tuna Académica da Universidade Lusíada do Porto; Tuna Académica da Faculdade de Economia do Porto

Tuna convidada: Tuna Feminina da Faculdade de Psicologia e de Ciências de Educação da Universidade do Porto

**10 e 11 de dezembro**

16h30 - Planetário (Digital) do Multimeios  
"Nanocam, uma viagem pela biodiversidade"

17h30 - Planetário (Digital) do Multimeios  
"Nós somos astrónomos"

**11 de dezembro**

15h30 - Rua 19

"Espinho Cidade Encantada"  
Animação de rua: Paprika Gormét

15h30 - Planetário (Digital) do Multimeios  
"A vida das árvores" (projeção imersiva a 360°)

16 horas - Casino (Auditório)  
Concerto de Natal do Orfeão de Espinho

**13 de dezembro**

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  
Inscrições gratuitas

**14 de dezembro**

21h30 - Igreja de Espinho  
Concerto do Advento com o Orfeão de Espinho

**15 de dezembro**

21h30 - Biblioteca Municipal  
Onda Poética, com coordenação de Anthero Monteiro e leituras do Coletivo da Onda Poética

**15, 16 e 17 de dezembro**

21 horas - Casino

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"

**16 e 17 de dezembro**

22 horas - Casino

The Joker Bar - música ao vivo com Bruce Brothers Duet  
Entrada livre

**16, 20, 21, 22, 23 de dezembro**

16h30 e 21h30 - Cinema do Multimeios  
"Monstros Fantásticos e Onde Encontrá-los"

Realizador David Yates  
Atores: Eddie Redmayne, Katherine Waterston, Samantha Morton, Colin Farrell

Categoria: aventura  
Classificação: maiores de 12 anos

Nova Iorque, 1926. Algo misterioso está a deixar um rasto de destruição pelas ruas, ameaçando expor a comunidade de magia aos Segundos Salemers, uma facção fanática dos SemMages que se dedica a localizar e destruir bruxas e feiticeiros. Sem se aperceber das tensões crescentes, o magizoólogo Newt Scamander chega à cidade no fim da sua digressão mundial para encontrar e documentar um extraordinário leque de criaturas mágicas. O desastre começa quando o SemMage Jacob Kowalski deixa esca-

par algumas das criaturas que Newt guardava nas dimensões mágicas de uma discreta mala de pele...

**17 de dezembro**

10h30 - ruas da cidade  
"Espinho Cidade Encantada"  
Sons de Natal: Banda de Música da Cidade de Espinho

11 horas - Biblioteca Municipal

Bebéteca "Letras e Chupetas"  
Atividades de promoção da leitura para a primeira infância

Tema: "Uma bola aqui, um laço acolá"

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 (0 aos 36 meses) e até 2 acompanhantes  
Inscrição prévia

15 horas - Biblioteca Municipal

Lançamento do livro "O último livro" de Conceição Freitas  
Entrada livre

15 horas - Largo da Câmara  
"Espinho Cidade Encantada"  
Animação de rua: Cão à Chuva - "Lullaby"

15h30 - Biblioteca Municipal  
"À Roda das Histórias" - especial Natal no "jardim encantado"

Este é um 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: crianças dos 3 aos 10 anos  
Entrada livre

16 horas - ruas da cidade  
"Espinho Cidade Encantada"  
Animação de rua: Projeto "EZ Velocipedia"

21 horas - Parque João de Deus  
"Espinho Cidade Encantada"  
Sons de Natal: Orfeão de Espinho

21h30 - Auditório (da Academia de Música) de Espinho  
Concerto natalício com a Orquestra Clássica de Espinho e o grupo Vozes da Rádio

**18 de dezembro**

15 horas - Largo da Câmara e ruas da cidade  
"Espinho Cidade Encantada"  
Animação de rua: Wetumtum - "Crash Street" e Projeto "EZ Velocipedia"

17 horas - Largo da Câmara e ruas da cidade  
"Espinho Cidade Encantada"  
Sons de Natal: Paróquia de Espinho

**20 a 23 de Dezembro**

14h30 - Cinema do Multimeios  
"Vaiana" (versão portuguesa) - cinema infantil

Realizador: John Musker  
Categoria: animação

Nas antigas ilhas do Pacífico Sul da Oceânia, Moana Waialiki, uma navegadora nata e filha única do chefe, embarca na procura de uma ilha lendária. Durante a viagem, une-se ao seu herói, o lendário semideus Maui, para atravessarem o mar aberto numa viagem cheia de ação em que encontram enormes criaturas marinhas, submundos empolgantes e mitos antigos!

**21 de dezembro**

21h30 - Largo da Câmara e ruas da cidade  
"Espinho Cidade Encantada"  
Animação de rua: Projeto "EZ Verde", Espinho Mar a Cantar e Rusgas de S. Pedro

**22 de dezembro**

21h30 - Largo da Câmara e ruas da cidade  
"Espinho Cidade Encantada"  
Animação de rua: Projeto "EZ Verde" e Coro dos Amigos da Música

**23 de dezembro**

21h30 - Largo da Câmara e ruas da cidade  
"Espinho Cidade Encantada"  
Animação de rua: Projeto "EZ Verde", Grupo Escuteiros de Espinho e Bombeiros Voluntários de Espinho

22 horas - Casino

The Joker Bar - música ao vivo com Hugo Correia Duo  
Entrada livre

**27 a 30 dezembro**

14h30 - Cinema do Multimeios  
"Cegonhas" (versão portuguesa) - cinema infantil  
Realizador: Nicholas Stoller

Categoria: animação  
As cegonhas costumavam entregar os bebés. Agora, limitam-se a despachar encomendas para o gigante mundial da Internet, a Cornerstore.com. Junior, a cegonha que detém o recorde de entregas da empresa, está prestes a ser promovido quando acidentalmente liga a Máquina de Fazer Bebés e produz uma adorável bebé não autorizada. Desesperado, Junior e a sua amiga Tulip, a única humana na Montanha das Cegonhas, tentam resolver o problema antes que o chefe perceba e apressam-se a fazer a sua primeira entrega de um bebé - o início de uma aventura louca que pode restaurar a verdadeira missão das cegonhas no mundo!

16h30 e 21h30 - Cinema do Multimeios

"Aliados"  
Realizador: Robert Zemeckis  
Atores: Brad Pitt, Marion Cotillard, Jared Harris, Matthew Goode

Categoria: drama, guerra e romance

Em 1942 Max (Brad Pitt), um espião franco-canadiano, apaixonase e casa com a agente francesa Marianne (Marion Cotillard), depois de uma missão em Casablanca. Logo a seguir, Max é notificado de que Marianne é provavelmente uma agente dupla ao serviço dos nazis e começa a investigá-la...

**30 e 31 de dezembro**

22 horas - Casino

The Joker Bar - música ao vivo com Acoustic Covers  
Entrada livre

**31 de dezembro**

21 horas - Casino  
Espetáculo de passagem de ano O ano de 2016 termina e dá lugar a um novo ano com uma noite grandiosa no Salão Atlântico do Casino Espinho, com a banda Chattanooga Big Band, liderada pelo trompetista Patxi Urchengi e com o Tributo aos Abba

22 horas - Alameda 8

"Espinho Cidade Encantada"  
Espetáculo de passagem de ano

**8 de janeiro**

15 horas - Largo da Câmara  
"Espinho Cidade Encantada"  
Chegada dos Reis Magos  
Apoio: Grupo Cénico das Paróquias de Anta e Espinho



## Tigres empatam em Oliveira do Bairro

A equipa de futebol sénior do Sporting Clube de Espinho foi a Oliveira do Bairro empatar (1-1), em jogo a contar para o Campeonato Distrital da 1.ª Divisão. Os tigres sofreram um golo antes de irem para o intervalo e só conseguiram o empate a um minuto do final do tempo regulamentar, por Carlitos.

Dominadores, os tigres tiveram a oportunidade de passar para a frente do marcador, num remate de Lima, ao qual se opôs o guarda-linha da casa, com alguma sorte á mistura.

A equipa da casa acabou por chegar à vantagem na

sequência da marcação de um pontapé de canto.

Depois do intervalo, os tigres procuraram a baliza do adversário que se fechou conforme sabia e podia.

O tento do empate acabaria por surgir por intermédio de Carlitos, a um minuto do fim do tempo regulamentar, num lance de contra-ataque em que esteve envolvido Ministro, com um passe extraordinário para o avançado espinhense.

**Oliveira Bairro, 1  
Sp. Espinho, 1**

Jogo no Estádio Municipal de Oliveira do Bairro, em

Oliveira do Bairro.

Árbitro: Renato Oliveira (AF Aveiro).

Árbitros assistentes: Daniel Santos e José Silva.

Ao intervalo: 1-0.

**Oliveira do Bairro Sport Clube** - Marcelo; Serginho, Miguel Campos, Luís Oliveira e Rato; Leandro, Zé Alves e Diogo Alves; Tojó (cap.), Diogo André e Barreto.

Substituições: Zé Alves por Koka (57), Diogo Alves por Rafa Santos (63) e Tojó por Carnoto (80).

Não utilizados: Júnior, Rafa Silva, Miguel Oliveira e Gabi.

Treinador: Pedro Moniz.

**Sporting Clube de Espinho** - Bruno Silva; Sanguedo, Rui Silva, Bruno Gomes e Marquero; Ministro, Joel, Rui Lopes e Carlos Manuel (cap.); Lima e Carlitos.

Substituições: Rui Lopes por Van Zeller (57), Marquero por Pablo (70) e Joel por Pipa (78).

Não utilizados: Renato Lopes, Samuel, Chiquinho e Luís Pinto.

Marcadores: 1-0, por Diogo André (38); 1-1, por Carlitos (89).

Disciplina: cartão amarelo a Miguel Campos, Barreto, Diogo André, Zé Alves, Carnoto e Koka; Carlos Manuel. Cartão vermelho a Diogo André.

## Segunda parte avassaladora

A equipa de futebol de juniores do Sporting Clube de Espinho recebeu e venceu por quatro bolas a uma o conjunto do Lusitânia de Lourosa, num jogo de sentido único, a contar para o Campeonato Distrital da 1.ª Divisão. Empatados ao intervalo era um resultado tremendamente injusto e penalizador para a equipa da casa, sofrendo o golo do empate na primeira investida e única em toda a primeira parte do seu opositor.

Os tigres, 'picados' pela injustiça do resultado, regressam para a segunda metade com vontade de dar a volta à situação.

Assim aconteceu perante um adversário que mantinha o seu esquema defensivo. O jogo desenrolou-se sempre no meio campo do conjunto visitante, deixando a equipa da casa sem espaço para jogar no entanto o domínio foi de tal forma avassalador que os alvinegros se adiantaram no marcador cerca da meia hora, fazendo o 2-1.

Daí para a frente tudo se tornou mais fácil porque o Sporting de Espinho passou a pressionar ainda mais sufocando por completo a equipa visitante, ampliando com toda a naturalidade o resultado para quatro bolas a uma.

O resultado do jogo é justo, pecando por escasso, porque jogando contra um opositor que só defendeu, torna-se muito difícil fazer golos.

Quanto à equipa de arbitragem nada assinalar, esteve num plano razoável.

*Manuel de Magalhães*

## Torneio de Natal da APAM

No sábado, das 15 às 19 horas, na Nave Polivalente, a APAM vai realizar um Torneio de Natal direcionado para os escalões infantis e juvenis.

Está também programado um jantar comemorativo dos 42 anos de atividade da APAM.

**Sp. Espinho, 4  
Lourosa, 1**

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

Árbitro: Augusto Costa (AF Aveiro).

Árbitros assistentes: Ricardo Pinho e Alcino Soeiro.

Ao intervalo: 1-1.

**Sporting Clube de Espinho** - Diogo Tinoco; Rafael Figueiredo, Diogo Magalhães, André Ferreira e Filipe Oliveira; Orlando Pinto, André Pinhal e Bernardo Miguel; Samuel Bessa (cap.), Diogo Oliveira e Bruno Rodrigues.

Jogaram ainda: João Gonçalves, Eduardo Ferreira e Hugo Chang.

Não utilizados: Diogo Barbosa, José Sá, José Pedro e Sandro Oliveira.

Treinador: Paulo Marques.

Treinador ajunto: Carlos Manuel.

**Lusitânia Futebol Clube de Lourosa** - Victor Barbosa; Emanuel Madeira, André Araújo (cap.), Rui Costa e Francisco Bastos; Pedro Pereira, Ricardo Silva e Nuno Silva; André Vieira, Eduardo Soares e André Oliveira.

Jogaram ainda: Xavier Batista, Manuel Almeida, Paulo Oliveira, João Branco e Nuno Lopes.

Não utilizados: António Campos e Pedro Rodrigues.

Treinador: Bruno Almeida.

Marcadores: Samuel Bessa, Diogo Oliveira, Orlando Pinto e André Pinhal; Emanuel Madeira.

Disciplina: cartão amarelo a Diogo Oliveira, André Pinhal, Diogo Tinoco, Orlando Pinto e Bruno Rodrigues; Eduardo Soares.

## Conselho de Arbitragem explica interrupção de jogo

A propósito do incidente no jogo entre o Rio Largo e o Ronda, com o árbitro Miguel Mendes, o Conselho de Arbitragem da Associação de Futebol Popular do Concelho de Espinho emitiu o seguinte comunicado:

“Ocorreu durante a realização do jogo supra a necessidade de paragem temporária para apoio e assistência de Emergência Médica INEM ao árbitro Miguel Mendes relativamente a uma situação saúde repentina e de notória incapacidade física.

O Conselho de Arbitragem registou e verificou que Miguel Mendes foi bem acompanhado, assistido e devidamente encaminhado por elementos afetos às equipas em jogo durante o tempo necessário à chegada e intervenção do Corpo Clínico de Emergência Médica.

O senhor Miguel Mendes foi transportado ao Hospital Santos Silva onde lhe foram efetuados exames e seguimento clínico, sendo transferido posteriormente para o Hospital de Santo António.

Durante o dia de hoje (segunda-feira), o senhor Miguel

Mendes foi intervenido com uma cirurgia. Neste momento já recupera e está clinicamente estável e devidamente acompanhado. Por razões expressamente de respeito pessoal não divulgamos a razão da intervenção cirúrgica.

O Conselho de Arbitragem comunica que acompanhou e acompanha de perto todo o processo quer junto do responsável pela equipa de arbitragem, António Neiva, quer em contacto direto com o Miguel Mendes e seus pares da equipa de arbitragem.

Vem deste modo o Conselho de Arbitragem congratular e agradecer todos quantos dignificaram esta atitude e postura de valorização pela pessoa do senhor Miguel Mendes, mensagem que também foi recebida pelo próprio e que também é partilhada entre ambos.

Por este facto, comunica o Conselho de Arbitragem que pretende com o presente divulgar e esclarecer convenientemente o acontecimento.

Bem-haja a todos e votos de rápida recuperação ao senhor Miguel Mendes”.

## Vítor Pereira em seminário

Vítor Pereira, antigo treinador do Futebol Clube do Porto e do Sporting Clube de Espinho (entre outros) e Joaquim Milheiro (Federação Portuguesa de Futebol) serão os oradores de um seminário que terá como temas a “Identidade Portugal - seleções nacionais de formação FPF”;

“Modelo de treino e modelo de jogo”, que irá decorrer no dia 16 no Auditório do Estádio do Sporting Clube de Espinho, em Esmoriz.

Trata-se de uma iniciativa do Núcleo de Treinadores de Futebol do Distrito de Aveiro com o apoio e colaboração da Associação Nacional de Treinadores de Futebol (ANTF), da Associação de Futebol de Aveiro, Câmara Municipal de Ovar, Junta de Freguesia de Es-

moriz e do Sporting Clube de Esmoriz.

A ação, dedicada a treinadores graus I, II, III e IV, foi certificada pelo IPDJ e conta como 0,6 Unidade Crédito, para revalidação da Cédula/TPTD Treinador Futebol e atribuir três horas para revalidação das licenças UEFA “A”, “B” e “C”.

Eis o programa:

Às 20h30, Sessão de Abertura; às 20h45, “Identidade Portugal - Seleções Nacionais de Formação FPF”, pelo Professor Joaquim Milheiro (Treinador Futebol Grau III, Coordenador Seleções Formação FPF); às 22h30, Modelo de Treino e Modelo de Jogo, pelo Professor Vítor Pereira (Treinador Futebol Grau IV, ex-Treinador FC Porto); às 24 horas, Encerramento.

## Sp. Espinho-Esmoriz no domingo às 15 horas

A equipa do Sporting Clube de Espinho recebe, este domingo, às 15 horas, no Estádio Comendador Manuel de Oliveira Violas, o Sporting Clube de Esmoriz, líder do Campeonato Distrital da 1.ª Divisão.

Trata-se de um dérbi e de um jogo de grande importância para os alvinegros que se encontram na terceira posição da tabela, a sete pontos do seu adversário.

Para este encontro, a Direção do Sporting Clube de Espinho apela à participação, em força, dos adeptos do clube e lembra que “não estará em vigor qualquer campanha”.

### AF Aveiro - Campeonato SAFINA 2016/17

Resultados	Classificação
Beira-Mar-Sporting Paivense ..... 1-3	J V E D F-C P
Carregosense-At. Cucujães ..... 1-0	Esmoriz 13 9 4 0 24-11 31
Alba-Fiães SC ..... 2-3	S. João Ver 13 7 4 2 20-15 25
<b>Oliv. Bairro-Sp. Espinho ..... 1-1</b>	Beira-Mar 13 6 6 1 19-13 24
Esmoriz-Bustelo ..... 1-0	U. Lamas 13 7 3 3 24-13 24
Romariz-S. João Ver ..... 0-1	<b>Sp. Espinho 13 6 6 1 23-9 24</b>
Avanca-U. Lamas ..... 1-2	Lusitânia Lourosa 13 6 6 1 15-7 24
Milheiroense-Mealhada ..... 1-2	Carregosense 13 6 3 4 14-12 21
Lusitânia Lourosa-Alvarenga ..... 1-1	Alba 13 5 4 4 23-19 19
<b>Próxima jornada (11/12)</b>	Bustelo 13 5 4 4 21-18 19
Sporting Paivense-Oliv. Bairro	Oliv. Bairro 13 4 5 4 16-13 17
At. Cucujães-Beira-Mar	Sporting Paivense 13 4 4 5 20-18 16
Fiães SC-Carregosense	Avanca 13 4 3 6 16-15 15
<b>Sp. Espinho-Esmoriz</b>	Fiães SC 12 4 3 5 14-17 15
Bustelo-Milheiroense	Alvarenga 13 3 5 5 19-15 14
S. João Ver-Lusitânia Lourosa	At. Cucujães 13 2 3 8 6-23 9
U. Lamas-Romariz	Milheiroense 13 1 4 8 10-22 7
Mealhada-Avanca	Romariz 13 1 2 10 3-23 5
Alvarenga-Alba	Mealhada 12 1 1 10 8-32 4

## Leões Bairristas assumem comando

Os Leões Bairristas assumiram, à quinta jornada, a liderança da 1.ª Divisão do Campeonato de Futebol Popular do Concelho de Espinho. A equipa do Bairro Piscatório venceu os Águias de Anta, por 0-1 e beneficiou da derrota da Corga de Silvalde ante o Grupo Desportivo dos Outeiros, por 0-1. O Novamente, ao empatar com o Império de Anta, perdeu a possibilidade de estar no topo com os Leões Bairristas.

### CAMPEONATO DE FUTEBOL POPULAR DO CONCELHO DE ESPINHO

#### 1.ª DIVISÃO

##### Resultados

Estrelas Ponte Anta-Magos Anta ..... 1-6
Rio Largo-GD Ronda ..... 1-3
Império Anta-Novamente ..... 2-2
Corga Silvalde-GD Outeiros ..... 0-1
Associação Esmojães-Quinta Paramos 1-6
Águias Anta-Leões Bairristas ..... 0-1
Águias Paramos-Desportivo P. Anta 3-1

##### Classificação

J V E D F-C P
Leões Bairristas 5 4 1 0 12-4 13
Quinta Paramos 5 4 0 1 17-7 12
Corga Silvalde 5 4 0 1 8-3 12
Novamente 5 3 2 0 8-4 11
GD Outeiros 5 3 1 1 6-5 10
Águias Paramos 5 3 0 2 9-6 9
Magos Anta 5 2 0 3 13-10 6
Rio Largo 5 2 0 3 9-13 6
GD Ronda 5 1 2 2 8-8 5
Império Anta 5 1 2 2 6-9 5
Águias Anta 5 1 1 3 3-5 4
Assoc. Esmojães 5 1 0 4 5-13 3
Estrelas P. Anta 5 0 2 3 4-14 2
Desportivo P. Anta 5 0 1 4 6-13 1

##### Próxima jornada

GD Outeiros-Estrelas Ponte Anta (Seara/sábado/15h)

#### Associação Esmojães-Leões Bairristas

(Cassufas/sábado/15h)  
Desportivo Ponte Anta-Império Anta (Idanha/sábado/15h)  
Águias Paramos-Águias Anta (Paramos/sábado/14h30)  
Magos Anta-Quinta Paramos (Cassufas/sábado/17h15)  
Rio Largo-Corga Silvalde (Paramos/sábado/18h30)  
GD Ronda-Novamente (Guetim/domingo/10h)

#### 2.ª DIVISÃO

##### Resultados

Cruzeiro Silvalde-Desport. Regresso 1-3  
AD Guetim-Morgados Paramos ..... 1-2  
Lomba Paramos-Cantinho Ramboia. 0-6  
GD Idanha-Estrelas Divisão ..... 1-1  
Estrelas Vermelhas-Bairro P. Anta ..... 1-2  
Folgou a Juventude Estrada

##### Classificação

J V E D F-C P
Cantinho Ramboia 4 4 0 0 17-5 12
Bairro Ponte Anta 3 2 1 0 4-2 7
AD Guetim 4 2 0 2 7-7 6
Morgados Paramos 4 2 0 2 5-5 6
Cruzeiro Silvalde 4 2 0 2 9-10 6
Estrelas Divisão 3 1 1 1 5-5 4
Juventude Estrada 3 1 1 1 5-5 4
Desport. Regresso 4 1 1 2 7-9 4
Estrelas Vermelhas 3 1 0 2 4-5 3
GD Idanha 4 0 2 2 6-9 2
Lomba Paramos 4 0 2 2 2-9 2

##### Próxima jornada

Cantinho Ramboia-Morgados Paramos (Paramos/sábado/16h30)  
Cruzeiro Silvalde-GD Idanha (Seara/sábado/17h15)  
Juventude Estrada-Estrelas Vermelhas (Paramos/domingo/10h)  
Bairro Ponte Anta-Estrelas Divisão (Cassufas/domingo/10h)  
Desportivo Regresso-Lomba Paramos (Seara/domingo/10h)  
Folga a AD Guetim

*Manuel Proença*



## André Lancha é o novo presidente do Clube de Ténis de Espinho



André Cardoso Lancha é o novo presidente da direção do Clube de Ténis de Espinho (CTE) e foi eleito por unanimidade dos sócios presentes na Assembleia Geral, realizada na sexta-feira.

O novo presidente, que sucede a José Augusto Tavares, é atleta do clube desde muito jovem, dirigente há mais de uma década e assume agora a liderança do clube com dois pontos fortes: “arrancar rapidamente com formação de jovens atletas e renovar a imagem do clube”.

Sem querer adiantar muito na forma como esses dois pilares se vão desenvolver, o novo presidente prefere referir que “é prioridade começar rapidamente a reestruturar o clube no caminho da formação, algo que tem faltado a Espinho nos últimos anos”.

André Lancha admite ainda que “o clube vai ser mais aberto aos sócios, simpatizantes e a toda a comunidade”.

Recorde-se que o Clube de Ténis de Espinho está prestes a comemorar três décadas, “uma data considerável para qualquer instituição que sem esquecer o passado deve abrir portas ao futuro”.

## Iniciados tigres vencem Feirense e juvenis empatam em Lamego

A equipa de andebol de juvenis masculinos do Sporting Clube de Espinho foi a Lamego empatar com o Andebol Clube local por 27-27 (15-13 ao intervalo), em jogo a contar para a Zona 2 do Campeonato Nacional da 1.ª Divisão.

Por sua vez, a equipa de iniciados masculinos dos tigres foi a Santa Maria da Feira vencer o Feirense por 34-39 (14-17 ao intervalo), em encontro a contar para a Fase de Apuramento do Campeonato Nacional da 2.ª Divisão.

Os infantis masculinos (equipa A) do Sporting Clube de Espinho bateram o S. Paio de Oleiros por 28-25 (16-17 ao intervalo).

Os minis masculinos do Sporting de Espinho (equipa A), foram derrotados pelo Estarreja por 7-65 (6-32 ao intervalo). A equipa B dos tigres bateu o S. Paio de Oleiros por 54-21 (28-11 ao intervalo).

Eis a constituição das equipas do Sporting Clube de Espinho:

**Juvenis masculinos -**

Francisco Vasconcelos (guarda-redes); Jorge Ferreira (1 golo), João Póvoa (10), João Soares (2), Sérgio Maganinho, Tiago Soares, Vasco Lacerda, Guilherme Baptista (6), Manuel Melo, Ruben Aguincha, Nuno Lima (5) e Ricardo Silva (3). Treinadores: Manuel Proença e José Jorge.

**Iniciados masculinos -** Gonçalo Loureiro e Rui Maia (guarda-redes); Vasco Botelho, Renato Mendes (3 golos), Bernardo Costa, Sérgio Maganinho (6), Tiago Fonseca, Nuno Pinto, Vasco Lacerda (7), Ruben Aguincha (12), André Carvalho (2), Bruno Lourenço (1), Carlos Pereira (2) e Ricardo Silva (6). Treinadores: Leonel Santos e José Jorge.

**Infantis masculinos -** Gonçalo Bastos (guarda-redes); Gonçalo Silva (2 golos), Nuno Caetano, João Tavares (2), Tiago Fonseca (8), Luis Relvas (2), Carlos Castelo (4), Diogo Tavares (6), João Pinheiro, João Pereira (2) e Ruben Tavares (2). Treinador: Ricardo Guimarães.

**Minis masculinos (equi-**

## Académica vence Juventude

A equipa de seniores de hóquei de sala da Associação Académica de Espinho bateu a Juventude de Lousada por 10-7, em jogo a contar para o Campeonato Nacional.

Foi mais um excelente jogo realizado pelos academistas, que desta vez tiveram a Juventude de Lousada, com um grupo de jogadores que foram Campeões Nacionais de sub18 na época finda.

No sábado, a equipa da Académica irá jogar ao Porto, com o Viso, às 21 horas, no pavilhão do adversário.

Eis a constituição da equipa academista:

Márcio Marques, Leonardo Dias (1 golo, cap.), João Santos (2), Pedro Pinto (3), Paulo Vieira, José Catarino, Pedro Teixeira, Ricardo Rocha (1), Jorge Sá (3), Pedro Gonçalves (2), Ruben Pinto e

Paulo Plasta. Treinador: José Catarino. Delegado: Joaquim Magano.

Entretanto, a equipa de sub15 da Associação Académica de Espinho empatou com a equipa de seniores femininos do Viso (3-3), em encontro do Campeonato Nacional.

No sábado, às 20 horas, a Académica de Espinho desloca-se ao pavilhão do Viso para defrontar a equipa de sub15 daquele adversário.

Eis a equipa academista: Pedro Maranhão (cap.), João (1 golo), Ricardo Silva, Rodrigo Gomes (2), Guilherme Caramalho, Ruben, Miguel Vitó, Luis Gomes, João Magalhães, Daniel Filipe e Vasco Silva.

Treinador: Márcio Marques. Delegado: Joaquim Magano.

## Academistas em segundo

A equipa de hóquei em patins sénior da Associação Académica de Espinho foi a Póvoa de Varzim vencer o Desportivo local por 4-10 e ascendeu à segunda posição da tabela classificativa do nacional da 2.ª Divisão, Zona Norte.

Os academistas venceram os poveiros ao intervalo por 3-5.

Os golos dos espinhenses foram marcados por Fred Saraiva (3), Pedro Silva (3), Miguel Costa (2), Eduardo Brás e pelo capitão, André Pinto.

No sábado a Académica de Espinho receberá a equipa de Caldas das Taipas (CART), às 18h30.

Entretanto, os academistas irão jogar a Oliveira do Hospital, a 14 de ja-

neiro de 2017, com o Futebol Clube de Oliveira do Hospital, da 3.ª Divisão, em jogo a contar para a segunda eliminatória da Taça de Portugal.

Entretanto, a equipa de sub20 da Académica empatou (2-2) com o Vila Boa do Bispo e os sub17 academistas foram derrotados pelo Fânzeres por 5-2.

A equipa de sub15 da Académica bateu o paço Rei por 4-1 e os sub13 golearam o Infante de Sagres por 4-11.

Nos mais pequeninos, os escolares perderam com os Carvalhos por 8-3 e os benjamins foram derrotados por aquela equipa por 6-4.

A equipa de benjamins goleou o Lavra por 23-2.

## Atletismo tigre em destaque no Gerês e em Braga

A equipa de atletismo do Sporting Clube de Espinho/António Leitão teve uma excelente participação nas provas que realizou no fim-de-semana. Os tigres alcançaram o primeiro lugar individual (8.º lugar na geral) na prova de veteranos M55 no Gerês Extreme Marathon, por José Cabral que percorreu 42 quilómetros em 3h 26m 55s. O Sporting de Espinho conquistou o segundo lugar no escalão e na geral de veteranos, com a equipa formada por Abílio Ribeiro, Paulo

Oliveira e Paulo Reis, com 2h56m4s.

Manuel Oliveira alcançou o 3.º lugar (45.º lugar na geral) na prova de veteranos M50 e Paula Oliveira, em veteranos F45 obteve o sexto lugar individual (269.º na geral).

Em Braga, no Torneio de Abertura, o destaque vai para a atleta Lara Martins que alcançou o segundo lugar nos 150 metros planos em benjamins A e o terceiro lugar, no mesmo escalão, em 60 metros planos.

Os atletas juvenis Tiago

Pires e Maria João Silva, alcançaram, respetivamente, o 7.º e o 8.º lugar nos 300 metros planos.

Em benjamins B (60 metros planos), Nuno Oliveira obteve o 16.º lugar, enquanto Rita Neiva conquistou a 18.ª posição. Nuno Oliveira, em benjamins B, ficou em sexto lugar no lançamento de peso e Rita Neiva ficou na nona posição nos 150 metros planos.

Nos 60 metros planos, os iniciados Pedro Oliveira, Márcia Vieira e Sara Félix conseguiram, respetiva-

mente, o 11.º, 17.º e 18.º lugar.

Nos 250 metros planos, Pedro Oliveira ficou em 11.º lugar, Márcia Vieira em 19.º e Sara Félix em 20.º. O iniciado Alexandre Sousa conquistou o 18.º lugar na prova de 1000 metros planos.

Esta foi a primeira participação dos atletas de formação da secção de atletismo do Sporting Clube de Espinho/António Leitão, no Torneio Abertura realizado na Pista Coberta de Braga.

## Jornada aziaga

O primeiro fim-de-semana do último mês do ano não podia ter corrido pior para a secção de andebol da Associação Académica de Espinho, com todos os escalões a perderem nos jogos realizados.

A primeira equipa a entrar em campo foi a de infantis femininos, no sábado de manhã, que na deslocação a S.J. Madeira, para defrontar a equipa “B” da formação da casa, não conseguiu ir além de nove golos marcados, contra 15 sofridos. No final da tarde, a equipa de juvenis, na deslocação à Pampilhosa para defrontar o Vacariça, num jogo bastante equilibrado, acabou por ceder por 27-26.

No domingo, foram as minis as primeiras a entrarem em campo, na terra das fogaças, onde a derrota por 22-5, não foi o suficiente para tirar às “mascotes” espinhenses, a alegria de jogar. O jogo mais caricato estava para vir, à hora do lanche, com a deslocação das iniciadas à Murtosa para defrontarem o Monte, num encontro que mesmo antes de começar já se adivinhava difícil, pois um dos membros da equipa de arbitragem era dirigente do clube da casa, o que fez com que a equipa de arbitragem fosse a principal protagonis-

ta da partida, acabado, ainda, por enviar para a banca uma atleta e o treinador dos mochos. O resultado final foi de 27-22.

Finalmente, passadas 24 horas, entraram novamente em cena as juvenis, para receberem o Alavarium em jogo em atraso, mas também não foram além de 25-31.

**Minis femininos -** Ana Carvalho, Luna Ferreira (3 golos), Bruna Pinho, Beatriz Pereira, Beatriz Lapa (1), Clara Loureiro, Maria Pereira e Gabriela Almeida. Treinadora: Joana Ferreira.

**Infantis femininos -** Mariana Ferreira (3 golos), Joana Pimenta (2), Carolina Marques, Matilde Oliveira (1), Jéssica Barbosa, Ana Ribeiro (1), Inês Fonte, Ana Pereira (1), Mariana Lima, Luna Ferreira (1) e Maria Moreira. Treinadora: Sara Magalhães.

**Iniciados femininos -** Joana Campos, Lara Marques (8 golos), Francisca Cardoso (3), Maria Sousa, Maria Venâncio (2), Mariana Pereira, Maria Carvalho, Inês Ramos (4), Ana Branco (5), Iris Marques, Diana Belinha, Mariana Valente, Luana Ferreira e Silvana Lopes. Treinador: Adelino Pinto.

**Juvenis femininos (jogo com o Vacariça) -** Sofia Mota (3 golos), Rita Mota (1), Viviana Silva (1), Rita Gomez, Leonor Gonçalves (19), Sofia

Gonçalves, Maria Mota (2), Ana Silva, Rita Correia, Sofia Marins, Sara Moutinho, Luísa Oliveira, Inês Almeida e Rossana Martins. Treinador: Miguel Barbosa.

**Juvenis femininos (jogo com o Alavarium) -** Maria Cáliz (1 golo), Sofia Mota (3), Rita Mota (5), Viviana Silva (4), Rita Gomez (2), Leonor Gonçalves (6), Sofia Gonçalves, Maria Mota, Ana Silva, Rita Correia, Carolina Loureiro (1), Sofia Martins, Sara Moutinho, Luísa Oliveira, Inês Almeida e Rossana Martins. Treinador: Miguel Barbosa.

Próximos jogos: Académica de Espinho-LAAC (juvenis femininos), hoje, dia 8, às 18h30, no Pavilhão Arquitecto Jerónimo Reis, em Espinho; Sanjoanense “A”-Académica de Espinho (infantis femininos), sábado, às 9h30, no Pavilhão Municipal das Travessas, em São João da Madeira; Salreu-Académica de Espinho (juvenis femininos), sábado, às 14h30, no Pavilhão do Salreu, em Salreu/Estarreja; Académica de Espinho-Alavarium (iniciados femininos), domingo, às 10 horas, no Pavilhão Arquitecto Jerónimo Reis, em Espinho; Académica de Espinho-Vacariça (minis femininos), domingo, às 14 horas, no Pavilhão Arquitecto Jerónimo Reis, em Espinho.



# Mundial de vólei de praia regressa à Baía em julho

A cidade de Espinho vai voltar a receber uma competição de voleibol de praia organizada sob a égide da Federação Internacional de Voleibol (FIVB).

O evento, incluído no calendário mundial para 2017 desta variante do voleibol, está agendado para os dias 28 a 30 de julho, será disputado por duplas de seniores masculinos e organizado pela Federação Portuguesa de Voleibol, em colaboração com a Câmara Municipal de Espinho.

Em 2009, Espinho recebeu o Campeonato da Europa de Sub-18, depois de, no ano anterior, ter sido palco do Europeu de Sub-23, em masculinos e femininos.

Recorde-se que, ininterruptamente, durante 13 anos (de 1995 a 2007), a praia da Baía acolheu o Open de Portugal, considerada uma das mais apeteçadas etapas do Circuito Mundial (World Tour).

Miguel Maia/João Brenha foi a dupla espinhense de voleibol de Praia mais famosa a nível nacional e uma das mais célebres e duradouras a nível internacional.



Foto DIREITOS RESERVADOS

## Iniciados academistas vencem em Lamego

As equipas de iniciados masculinos e de cadetes masculinos de voleibol da Associação Académica de Espinho saíram vitoriosas dos encontros realizados no fim-de-semana.

Os iniciados foram a Lamego vencer os locais, Latino Coelho, por 0-3 (16-25, 4-25 e 10-25).

Mesmo com o muito frio que se fazia sentir, os mochinhos aqueceram os amantes da modalidade.

Embora descansando alguns dos seus habituais titulares, apresentaram-se fortes, respeitando o adversário, mas conscientes do seu valor.

Assim, consolidando técnica e tacitamente o seu jogo atacante, a equipa experimentou uma nova etapa em termos de sistema de jogo, onde todo o carácter individual e coletivo desta equipa veio ao de cima, não demonstrando qualquer dificuldade em assimilar os

novos processos de jogo.

Concentrados, motivados e decididos em provar o porquê de serem bicampeões regionais e nacionais, os atletas comandados por António Natário venceram e convenceram todos os que se deslocaram à escola secundária Latino Coelho.

Na próxima jornada, que será a penúltima antes da fase final do regional, que apurará o campeão desta fase, os academistas irão receber a equipa do Sporting Clube de Espinho, num jogo que traz sempre alguma expectativa, visto ser um dérbi espinhense que motiva sempre os atletas, amantes da modalidade e nomeadamente os tigres que tudo irão fazer para, no máximo, dificultar a tarefa aos academistas. O jogo será no sábado, pelas 15 horas no pavilhão Dr. Amadeu Morais.

Por sua vez, a equipa de cadetes da Académica de Espinho bateu o Ala Gondomar 'B' por 3-0 (25-13, 25-11 e 25-10).

Os academistas venceram o jogo com toda a naturalidade. Os mochos, com uma entrada forte, concentrados e sempre consistentes, conseguiram ganhar o encontro com facilidade, nunca deixando de respei-

tar o adversário. Foi uma excelente oportunidade para os atletas menos rodados jogarem mais.

Entretanto, a equipa de juniores masculinos da Académica de Espinho perdeu com o Leixões por 0-3. Apesar da derrota, esta terá sido a melhor exibição da equipa academista esta época.

Num primeiro set disputado até ao final, o Leixões foi mais consistente na parte final e acabou por vencer por 22-25. No segundo parcial os mochos ainda começaram bem, mas após alguma desconcentração a meio do set, o Leixões aproveitou e venceu tranquilamente por 13-25.

No terceiro parcial a equipa voltou a dar luta e

só a partir do meio do set é que o Leixões abriu uma vantagem que já não foi possível recuperar e venceu por 18-25.

Felizmente a equipa teve uma atitude mais aguerrida e mais batalhadora, o que nos leva a afirmar que foi sem dúvida o melhor jogo desta equipa nesta época, mesmo com este resultado.

Os juvenis academistas foram derrotados pela Escola Latino Coelho por 2-3 (12-25, 25-22, 16-25, 25-15 e 7-15).

O jogo, realizado no Pavilhão Arquiteto Jerónimo Reis, a uma quarta-feira, habitual hora de treino, talvez por esse motivo tenha parecido mais um treino do que propriamente um jogo

“a sério”.

O resultado foi mais sério, já que os parciais levaram a disputa da ‘negra’, onde os durientes foram mais eficazes.

Entretanto, no sábado, a equipa de juvenis academista perdeu com o Ginásio Clube de Santo Tirso por 3-1 (25-12, 25-23, 25-27 e 25-21). Excetuando o primeiro set em que os espinhenses entraram desconcentrados e algo apáticos, os restantes três parciais primaram pelo equilíbrio constante entre ambas as equipas. A determinada altura do jogo, os desequilíbrios foram promovidos apenas por uma arbitragem desastrosa, que quase sempre prejudicou os mochos em fases de decisão

dos sets.

Por fim, os minis A da Académica de Espinho participaram no Torneio de Natal, no pavilhão do Ala de Gondomar, e tiveram um ‘saldo’ positivo e muita diversão.

A Associação Académica de Espinho fez-se representar com oito equipas (35 meninos/as).

No Nível Avançado, as equipas A e B conquistaram, respetivamente, o segundo e terceiro lugar. No Nível Intermédio, a equipa C ficou com a primeira posição, a equipa D em sétimo lugar e a equipa E em 12.º lugar. No Nível Inicial, as equipas F, G e H conquistaram, respetivamente, o sexto, sétimo e oitavo lugares.



As equipas de voleibol de minis A da Associação Académica de Espinho tiveram uma participação positiva no Torneio de Natal, em Gondomar

### Telefones úteis

A. Viação Espinho	227341296
Biblioteca	227335800
Bomb. V. Espinho	227340005
Bomb. V. Espinhenses	227340042
Câmara Municipal	227335800
Centro de Saúde	227334202
Cliesp	227330410
Clínica Costa Verde	227345885
Clínica N.º 5.ª d'Ajuda	227342695
Clínica S. Pedro	227344714
Clín. Dr. J. Mendes & Filha	227341710
COGE - Clínica Santa Casa	227330960
Policlínica	227330640
CIT - Rua 19	227330631

EDP - Avarias	800506506
EDP - Leituras	800507507
EDP - Comercial	808505505
Estação CP	808208208
Fisioclínica	227314986
Brigada Fiscal	227341196
Hospital Espinho	227331130
Hospital V. N. Gaia	223794211
S. Sebastião (S.M. Feira)	256379700
Junta Freguesia de Espinho	227344418
PSP	227340088
Registo Civil	227332060
Repartição Finanças	227332070
Saneam. Básico (avarias)	227335840
Segurança Social	227341956

Táxis (Câmara)	227343167
Táxis (Conc. Espinho)	800208202
Táxis Costa Verde	227340118
Táxis (N.º Sr.ª d'Ajuda)	227340010
Táxis União, Lda.	227348017
Táxis Unidos	227342232
Táxis Verdemar	227343500
Tesouraria Fazenda Pública	227332087
Tribunal	227331330
<b>Anta</b>	
Assoc. Socorros Mútuos de S. Francisco de Assis de Anta	227 340 103
Farmácia	227 341 109
Farmácia MAIS	227 341 409
Junta Freguesia	227 346 453

Lar da 3.ª Idade	227 330 900
Unidade de Saúde	227 334 060
Táxi	966 527 887 / 227 325 242
<b>Guetim</b>	
Junta Freguesia	227344226
<b>Paramos</b>	
Centro Social	227330870
Farmácia	227346388
Junta Freguesia	227342710
Reg. Engenharia	227342023
Unidade de Saúde	227345001
<b>Silvalde</b>	
Junta Freguesia	227344017
Unidade de Saúde Marinha	227343101
Unidade de Saúde Silvaldinho	227343642

Vende-se ou Aluga-se

**Apartamento T1**

Com garagem privativa, junto ao Pingo Doce de S. Félix. Com bons acessos à A29  
Tlm. 913 244 968

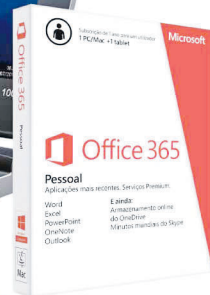




Válido de 6 a 19 de dezembro de 2016 (Continente)

~~€649<sup>97</sup>~~  
 PVP conjunto  
**€499<sup>99</sup>\*  
 10X sem juros €49,99**

Intel CORE i5 5200U	4GB MEMÓRIA RAM	1TB
INTEL HD GRAPHICS	MICRO HDMI	DVD SUPER MULTI
WINDOWS 10 HOME		



**Lenovo PACK PORTÁTIL**  
**IDEA 100-15IBD i5 +**  
**MOCHILA SIMPLE 15,6" +**  
**OFFICE 365 PERSONAL 1 ANO**  
 1264648 + 1261993 + 1256624

**OFERTA\***  
**TABLET TAB A**  
 NO VALOR DE €159  
 1263800



~~€729<sup>99</sup>\*~~  
**€729<sup>99</sup>\*  
 10X sem juros €72,99**

**SAMSUNG**  
**Galaxy S7 edge | S7**  
 Redefina o que o telefone pode fazer

OCTA CORE 2.3Ghz+ 1.6Ghz	4GB MEMÓRIA RAM	32GB
MICRO SD ATÉ 200GB	RESISTENTE AO PO E A ÁGUA IP68	CÂMARA DUAL PIXEL F1.7
RESOLUÇÃO QHD SUPER AMOLED		

TAMBÉM DISPONÍVEL  
 S7 EDGE €829<sup>99</sup>  
 1263314/6/7/4544

**SAMSUNG SMARTPHONE GALAXY S7 32GB**  
 1263304/5/7/1264624 - Disponível em branco, preto, dourado e rosa  
 \* Oferta válida de 6 até 20 de dezembro de 2016

**50€**  
 DESCONTO DIRETO



~~€399<sup>99</sup>~~

~~€349<sup>99</sup>\*~~  
**€349<sup>99</sup>\*  
 10X sem juros €34,99**

**INCLUI**  
**UNCHARTED 4**  
**THE LAST OF US**  
**DRIVECLUB**

**PS4. CONSOLA 1TB + 3 JOGOS**  
 1265875 - \* PVP com desconto incluído

**CARVALHOS (ATLANTIC PARK) • GAIA (VL8) • OVAR (ATLANTIC PARK)**

**10x SEM JUROS** para compras a partir de €197      **Pagamentos sem juros FIM DO MÊS** para todas as compras a partir de 1€

**TAEG do cartão de crédito rp on: 17,3%** Ex. para limite de crédito de €1.500, pago em 12 mensalidades iguais de capital às quais acrescem juros e encargos, TAN 14,21%.  
 Acresce comissão de débito bancário de 0,30€, exceto opção de reembolso Pagamento Mínimo. Informe-se no Cetelem, através do 707 27 27 27 (0,10€/min. redes fixas/0,25€/min. redes móveis.  
 Faturação ao segundo após 1º min. Acresce IVA à taxa em vigor, de 2ª a 6ªF das 09h às 20h. A Radio Popular atua como Intermediário de Crédito a título acessório e com exclusividade.



radiopopular.pt



VOLEIBOL

SENIORES MASCULINOS  
CAMPEONATO NACIONAL  
1.ª DIVISÃO - 1.ª FASE

**Resultados**

Fonte Bastardo-Leixões ..... 3-0  
(25-22, 25-14 e 25-17)  
AAS Mamede-Esmoriz ..... 1-3  
(23-25, 27-25, 27-29 e 21-25)  
Benfica-VC Viana ..... 3-0  
(25-13, 25-21 e 25-14)  
SC Caldas-Castelo Maia ..... 1-3  
(16-25, 23-25, 25-17 e 22-25)  
AA Espinho-Sp. Espinho ..... 0-3  
(18-25, 19-25 e 16-25)  
CA Madalena-Vitória SC ..... 0-3  
(17-25, 18-25 e 19-25)

**Classificação**

	J	V	D	F-C	P
Benfica	7	7	0	21-2	21
Sp. Espinho	7	6	1	19-6	17
Fonte Bastardo	7	5	2	18-10	16
Esmoriz	7	5	2	14-9	14
Castelo Maia	7	5	2	16-10	14
SC Caldas	7	3	4	12-13	10
Vitória SC	7	3	4	9-13	9
AAS Mamede	7	3	4	9-15	9
AA Espinho	7	3	4	10-17	7
VC Viana	7	1	6	5-18	5
Leixões	7	1	6	5-3	3
CA Madalena	7	0	7	4-1	1

**Próxima jornada**

Sp. Espinho-Leixões  
(Arena Tigre/sábado/17h)  
Castelo Maia-Vitória SC  
VC Viana-CA Madalena  
Esmoriz-AA Espinho  
(Esmoriz/sábado/17h)  
Fonte Bastardo-SC Caldas  
AAS Mamede-Benfica

2.ª DIVISÃO - SÉRIE B

**Resultados**

AA Coimbra-Fiães ..... 0-3  
(14-25, 12-25 e 20-25)  
CV Espinho-AA José Moreira ... 1-3  
(22-25, 20-25, 25-21 e 19-25)

**Classificação**

	J	V	D	F-C	P
AA José Moreira	6	6	0	18-4	17
Fiães	6	3	3	12-9	10
CV Espinho	6	3	3	10-9	9
AA Coimbra	6	0	6	0-18	0

**Próxima jornada**

AA José Moreira-Fiães  
(Luso/sábado/17h)  
CV Espinho-AA Coimbra  
(Sá Couto/sábado/17h30)



Foto DIREITOS RESERVADOS

Tigres na Madeira e academistas em Lisboa para a Taça de vólei

As equipas de voleibol sénior da Associação Académica de Espinho e do Sporting Clube de Espinho jogam hoje (quinta-feira), os oitavos-de-final da Taça de Portugal. Os academistas deslocam-se a Lisboa para defrontar o Clube Nacional de Ginástica, no Complexo Desportivo do Clube Nacional de Ginástica, às 17 horas. O Sporting Clube de Espinho irá desloca-se à Ilha da Ma-

deira para jogar com o Clube Sport Marítimo, no complexo desportivo daquele clube, no Funchal, às 16 horas. Eis os jogos dos oitavos-de-final da Taça de Portugal: CN Ginástica-AA Espinho  
AJ Fonte Bastardo-AA S. Mamede  
CA Madalena-SC Caldas  
AA José Moreira-VC Viana  
Castelo Maia-Leixões  
Marítimo-Sp. Espinho  
Benfica-Vitória SC  
Vilacondense-Esmoriz

Tigres vencem dérbi

A equipa de voleibol sénior masculina do Sporting Clube de Espinho manteve-se no segundo lugar do Campeonato Nacional da 1.ª Divisão, depois de vencer o dérbi com a Associação Académica de Espinho, por 3-0 (18-25, 19-25 e 16-25). Os tigres, que assim continuam a quatro pontos do líder Benfica, não deram qualquer hipótese e impuseram-se com inteira justiça. Naquele que foi o terceiro jogo consecutivo longe da Arena Tigre, a equipa de Rui

Pedro começou bem e colocou-se rapidamente em vantagem no marcador. A vencer, os alvinegros não sentiram grandes dificuldades para fechar os dois sets seguintes, e consequentemente o encontro. Desta vez, a grande arma do Espinho foi Kibinho, com 14 pontos. No próximo sábado, pelas 17 horas, o Sporting Clube de Espinho recebe na Arena Tigre, na Nave Desportiva de Espinho, o Leixões em mais um clássico do voleibol português.

**AA Espinho, 0  
Sp. Espinho, 3**  
Jogo no Pavilhão Arquitecto Jerónimo Reis, em Espinho.  
Árbitros: José Ferreira e Marco Santos.  
Parciais: 18-25 (22m), 19-25 (25m) e 16-25 (21m).  
**Associação Académica de Espinho** - Luís Rodrigues (3 pontos), Filipe Pinto (12), Gonçalo Iglésias, Jorge Iglésias (7), Daniel Canas (4) e Filipe Sousa (6) - seis inicial; Sandro Mota (líbero), Rafael Cavalcanti (2), Pedro Maia, João Domingues, Henrique Nunes, Gonçalo Sousa Bruno Rodrigues, Tiago Nunes e

Hugo Monteiro.  
Treinador: Paulo Brenha.  
Treinador adjunto: Hugo Iglésias.  
**Sporting Clube de Espinho** - Jose Rojas (11 pontos), Marco Ferreira (8), Kibinho (14), Miguel Maia (2), João Simões (6) e Hélio Sanches (6) - seis inicial; Hugo Ribeiro (líbero), Frederico Santos, Valdir Reis (7), Jonathan Nunes, Paulo Silva, Gonçalo Sousa, Everton Almeida, Januário Alvar e Lídio Guedes.  
Treinador: Rui Pedro Silva.  
Treinador adjunto: Vítor Pinto.  
*Manuel José Macedo*

JUNTE A FAMÍLIA E OFEREÇA A LOTARIA DO NATAL

**ESPÉCIMEN**  
23 dezembro 2016  
51.ª Ext.  
Quinto 1  
**€12.500.000\***  
€15

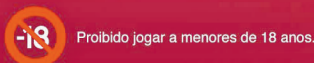
12345 ADMINISTRADORES EXECUTIVOS DO DJ  
PROVEDOR DA SCML VICE-PROVEDOR DA SCML

lotaria clássica

O MELHOR PRESENTE É ESTAR PRESENTE  
**€12.500.000\***  
DIA 23 DE DEZEMBRO ANDA A RODA



NO MEDIADOR OU EM WWW.JOGOSSANTACASA.PT



\*Prémio total nas dez séries. Os prémios atribuídos de valor superior a €5.000 estão sujeitos a imposto do selo, à taxa legal de 20%, nos termos da legislação em vigor. Linha Direta Jogos 808 203 377 (das 8h às 24h).





Liga NOS 2016/17

Table with 2 columns: Team and Results. Lists teams like Marítimo-Benfica, Rio Ave-Tondela, Sporting-V. Setúbal, etc.

Table with 6 columns: J, V, E, D, F-C, P. Shows classification for various teams.

Table with 2 columns: Team and Results. Lists teams like V. Setúbal-Estoril Praia, Belenenses-Marítimo, etc.

LEDMAN LIGAPRO 2016/2017

Table with 2 columns: Team and Results. Lists teams like Portimonense-Ac. Viseu, Famalicão-Desp. Aves, etc.

Table with 6 columns: J, V, E, D, F-C, P. Shows classification for various teams.

Table with 2 columns: Team and Results. Lists teams like Freamunde-Olhansen, Gil Vicente-Sp. Covilhã, etc.

totobola logo and text: Concurso dos Órgãos de Informação n.º 51/2016 de 18/12/2016. Prognóstico "Defesa de Espinho", Redacção Desportiva.

FUTEBOL

Table with 2 columns: Team and Results. Lists teams like Sp. Espinho-Gondomar, Vila Real-Coimbrões, etc.

Table with 6 columns: J, V, E, D, F-C, P. Shows classification for various teams.

Table with 2 columns: Team and Results. Lists teams like Feirense-Gondomar, Coimbrões-Sp. Espinho, etc.

Table with 2 columns: Team and Results. Lists teams like Cucujães-Fiães, Calvão-Argoncilhe, etc.

Table with 6 columns: J, V, E, D, F-C, P. Shows classification for various teams.

Table with 2 columns: Team and Results. Lists teams like Freamunde-Olhansen, Gil Vicente-Sp. Covilhã, etc.

Table with 6 columns: J, V, E, D, F-C, P. Shows classification for various teams.

Table with 2 columns: Team and Results. Lists teams like Freamunde-Olhansen, Gil Vicente-Sp. Covilhã, etc.

totobola logo and text: Concurso Extra dos Órgãos de Informação n.º 51/2016 de 21 a 23/12/2016. Prognóstico "Defesa de Espinho", Redacção Desportiva.

Table with 2 columns: Team and Results. Lists teams like S. Martinho-S. Vicente Pereira, Fervedo-Cesarense, etc.

Table with 6 columns: J, V, E, D, F-C, P. Shows classification for various teams.

Table with 2 columns: Team and Results. Lists teams like Mealhada-Sp. Espinho, Agueda-Sanjoanense, etc.

Table with 6 columns: J, V, E, D, F-C, P. Shows classification for various teams.

Table with 2 columns: Team and Results. Lists teams like Mealhada-Agueda, Sanjoanense-Avanca, etc.

Table with 2 columns: Team and Results. Lists teams like Fervedo-Rio Meão, ADF Anta-Canedo, etc.

Table with 6 columns: J, V, E, D, F-C, P. Shows classification for various teams.

Table with 2 columns: Team and Results. Lists teams like Fervedo-ADF Anta, Canedo-P. Brandão, etc.

Table with 2 columns: Team and Results. Lists teams like Arouca-ADF Anta, Mealhada-Agueda, etc.

Table with 6 columns: J, V, E, D, F-C, P. Shows classification for various teams.

Table with 6 columns: J, V, E, D, F-C, P. Shows classification for various teams.

Table with 2 columns: Team and Results. Lists teams like ADF Anta-Paivense, Canedo-Vilamaiorense, etc.

Table with 2 columns: Team and Results. Lists teams like ADF Anta-Esmoriz, Marfoot-Sanguedo, etc.

Table with 2 columns: Team and Results. Lists teams like Lourosa-Vilamaiorense, Argoncilhe-Esc. Rui Dolores, etc.

Table with 6 columns: J, V, E, D, F-C, P. Shows classification for various teams.

Table with 2 columns: Team and Results. Lists teams like Vilamaiorense-U. Lamas, Esc. Rui Dolores-Lourosa, etc.

Table with 2 columns: Team and Results. Lists teams like Tarei-Cesarense, Fiães-Sanjoanense, etc.

Table with 6 columns: J, V, E, D, F-C, P. Shows classification for various teams.

Table with 2 columns: Team and Results. Lists teams like Sp. Espinho-Marfoot, (Espinho/sábado/10h15), etc.

Table with 2 columns: Team and Results. Lists teams like Lourosa, Arrifanense, etc.

Table with 6 columns: J, V, E, D, F-C, P. Shows classification for various teams.

Table with 6 columns: J, V, E, D, F-C, P. Shows classification for various teams.

Table with 2 columns: Team and Results. Lists teams like Sp. Espinho-Marfoot, Sanguedo-Vilamaiorense, etc.

Table with 2 columns: Team and Results. Lists teams like Marfoot, ADF Anta, etc.

Table with 6 columns: J, V, E, D, F-C, P. Shows classification for various teams.

Table with 2 columns: Team and Results. Lists teams like ADF Anta-Esmoriz, Sp. Espinho-Vilamaiorense, etc.

Table with 2 columns: Team and Results. Lists teams like Lourosa-Fiães, Feirense-Rui Dolores, etc.

Table with 6 columns: J, V, E, D, F-C, P. Shows classification for various teams.

Table with 2 columns: Team and Results. Lists teams like ADF Anta, Lourosa, etc.

Table with 6 columns: J, V, E, D, F-C, P. Shows classification for various teams.

Table with 2 columns: Team and Results. Lists teams like ADF Anta, Lourosa, etc.

Table with 6 columns: J, V, E, D, F-C, P. Shows classification for various teams.

Table with 6 columns: J, V, E, D, F-C, P. Shows classification for various teams.

Table with 2 columns: Team and Results. Lists teams like Argoncilhe-Fiães, Vilamaiorense-U. Lamas, etc.

Table with 2 columns: Team and Results. Lists teams like Fiães, ADF Anta, etc.

Table with 6 columns: J, V, E, D, F-C, P. Shows classification for various teams.

Table with 2 columns: Team and Results. Lists teams like Lourosa-Sp. Espinho, Vilamaiorense-Canedo, etc.

Table with 6 columns: J, V, E, D, F-C, P. Shows classification for various teams.

Table with 2 columns: Team and Results. Lists teams like Lourosa-Fiães, Feirense-Rui Dolores, etc.

Table with 6 columns: J, V, E, D, F-C, P. Shows classification for various teams.

Table with 2 columns: Team and Results. Lists teams like ADF Anta, Lourosa, etc.

Table with 6 columns: J, V, E, D, F-C, P. Shows classification for various teams.

Table with 6 columns: J, V, E, D, F-C, P. Shows classification for various teams.



## Muitos pódios na primeira braçada dos tigres

No passado sábado, a equipa de Pré-Competição 2 da secção de natação do Sporting Clube de Espinho esteve presente no I Torneio 1.ª Braçada. Esta competição foi realizada nas Piscinas Municipais da Murtosa.

Estiveram presentes 132 nadadores em representação de nove clubes da Associação de Natação do Centro Norte de Portugal. O Sporting Clube de Espinho esteve presente com 17 nadadores (nove masculinos e oito femininos nascidos em 2007 e 2008).

A classificação foi realizada de forma absoluta, não tendo em consideração o escalão competitivo dos nadadores, apenas separando os Cadetes A (masculinos nascidos em 2005 e femininos nascidos em 2006) de todos os outros escalões.

Neste tipo de prova a principal preocupação dos treinadores é medir a evolução técnica de nado destes nadadores desde o início da época.

Os destaques desta competição Ana Carolina Moreira, Ana Filipa Silva, Clara Rodrigues, Gonçalo Ribeiro, Guilherme Pinto, João Castro, João Neves, Rita Sousa e

Raul Sousa por alcançarem pódios absolutos.

Raul Sousa ficou em 1.º lugar nos 25m Pernas Costas (1.º Cadete D) e em 5.º lugar nos 50m Livres (3.º Cadete D). Clara Rodrigues classificou-se em 1.º lugar nos 25m Pernas Livres (1.º Cadete B) e em 6.º lugar nos 25m Costas (2.º Cadete B). Rita Sousa ficou em 2.º lugar nos 25m Pernas Costas (2.º Cadete C) e em 7.º lugar nos 50m Livres (3.º Cadete C). João Castro obteve o 2.º lugar nos 25m Pernas Livres (1.º Cadete D) e 10.º lugar nos 25m Costas (5.º Cadete D). Ana Carolina Moreira ficou em 2.º lugar nos 25m Pernas Livres (1.º Cadete C) e 8.º lugar nos 25m Costas (4.º Cadete C). Guilherme Pinto obteve o 2.º lugar nos 25m Pernas Costas (1.º Cadete C) e em 5.º lugar nos 25m Livres (2.º Cadete C). Gonçalo Ribeiro ficou em 3.º lugar nos 25m Pernas Costas (2.º Cadete D) e em 12.º lugar nos 50m Livres (5.º Cadete D). Ana Filipa Silva obteve o 3.º lugar nos 25m Pernas Livres (2.º Cadete C) e em 19.º lugar nos 25m Costas (13.º Cadete C). João Neves classificou-se em 3.º lugar nos 25m Pernas Livres (2.º Cadete D) e



em 19.º lugar nos 25m Costas (9.º Cadete D).

Também em destaque estiveram as estafetas espinhenses ao alcançarem pódios em todas as provas em que participaram. Na prova 4x50m Livres Masculino, os nadadores Gonçalo Pereira, Gonçalo Ribeiro, Guilherme Pinto e Raul Sousa ficaram em 1.º lugar. Também em 1.º lugar ficaram os nadadores Afonso Neves, João Castro, João Neves e Simão Ângelo na prova dos 4x25m Costas. Na prova de 4x25m Costas

Feminino, as nadadoras Ana Filipa Silva, Clara Rodrigues, Leonor Ferreira e Raquel Monteiro classificaram-se em 2.º lugar. As nadadoras Ana Carolina Moreira, Bárbara Barbosa, Marta Sousa e Rita Sousa obtiveram o 3.º lugar nos 4x50m Livres Femininos.

Nos masculinos, Afonso Neves classificou-se em 4.º lugar nos 25m Costas (3.º Cadete C) e em 5.º lugar nos 25m Pernas Livres (2.º Cadete C). Simão Ângelo obteve o 4.º lugar nos 25m Pernas Costas (2.º Cadete C) e o 9.º lugar

nos 25m Livres (3.º Cadete C). Mateus Sousa classificou-se em 4.º lugar nos 25m Pernas Livres (1.º Cadete C) e em 25.º lugar nos 25m Costas (7.º Cadete C). Gonçalo Pereira ficou em 5.º lugar nos 25m Pernas Costas (3.º Cadete C) e em 15.º lugar nos 50m Livres (6.º Cadete C).

Nos femininos, Marta Sousa ficou em 4.º lugar nos 25m Pernas Livres (3.º Cadete C) e em 13.º lugar nos 50m Costas (7.º Cadete C). Bárbara Barbosa classificou-se em 4.º lugar nos 25m Pernas Cos-

tas (3.º Cadete C) e em 14.º lugar nos 25m Livres (9.º Cadete C). Raquel Monteiro obteve o 12.º lugar nos 25m Pernas Livres (6.º Cadete C) e 29.º lugar nos 25m Costas (19.º Cadete C). Leonor Ferreira ficou em 13.º lugar nos 25m Pernas Livres (7.º Cadete C) e em 32.º lugar nos 25m Costas (20.º Cadete C).

No final da competição foram batidos 34 novos recordes pessoais, nove pódios em regime absoluto e 21 pódios por escalão (ano de nascimento).

## Jornada positiva para o voleibol do Sp. Espinho

Neste fim-de-semana 'prolongado', as equipas de voleibol dos tigres somaram mais 14 vitórias em 19 jogos realizados, mostrando assim em campo, o trabalho que está a ser desenvolvido semana após semana no âmbito da formação. As juniores femininas não desistem da difícil luta por um lugar no Campeonato Nacional e, cientes da responsabilidade, venceram em casa a forte formação da Ala de Gondomar por 3-1 numa Nave repleta de adeptos de preto e branco (na primeira volta as tigres perderam por 3-0 fora de portas). A equipa somou assim mais três pontos e sobe na tabela classificativa mas já só pensa no próximo encontro (hoje no Castêlo da Maia).

As juvenis venceram tranquilamente a equipa de Canidelo e, num jogo mais equilibrado (2-3), a equipa do Atlântico da Madalena. A equipa tigre não começou o jogo da melhor forma, o que a levou a perder o primeiro set (16-25). Muitos erros persistiram ao longo do segundo set tendo como consequência a derrota no mesmo (23-25). No terceiro set, mais organizadas, as atletas conseguiram vencer a equipa adversária por 25-16. No quarto set, quando já todos pensavam que o jogo ia terminar da pior forma para a equipa de "raça vareira", as jogadoras do Sporting de Espinho demonstraram a sua garra e determinação em campo, vencendo por 26-24. Para terminar da melhor forma, e apesar de terem estado na corda bam-

ba, o resultado do último set foi feliz para o Sp. Espinho. Novamente o treinador João Santos e o seu adjunto Daniel Grilo, bem como todas as atletas das juvenis, demonstraram que em equipa se faz um excelente trabalho e que a união acaba sempre por compensar todo o esforço.

As cadetes pontuaram nos dois jogos deste fim-de-semana, vencendo por uns claros 3-0 a equipa de Santo Tirso e vendendo cara a derrota frente à forte formação do Vilacondense (2-3) num jogo sempre equilibrado. As cadetes somam assim mais quatro pontos e continuam na luta pelos lugares cimeiros do Campeonato Regional.

As iniciadas venceram os dois encontros e garantiram o apuramento para o Campeonato Nacional à 8.ª jornada e estão a uma vitória de garantirem a presença na Fase Final do Campeonato Regional. A equipa de Nené está de parabéns após as duas últimas conquistas frente ao Infesta e Colégio Universal, o que as faz permanecer no primeiro lugar do grupo.

As infantis também fizeram um pleno nos dois jogos e continuam invictas no Campeonato Regional. Líderes isoladas, uma aposta para a Final do Campeonato Regional e, consequentemente, para a disputa do Campeonato Nacional.

No masculino, e mesmo com algumas ausências na equipa, os juniores conseguiram somar mais duas importantes vitórias frente ao Atlân-

tico da Madalena (3-2) e frente ao CD Póvoa (3-0). Os cadetes masculinos tiveram também jornada dupla mas com contornos bem distintos. Contra a equipa da Barrinha (Esmoriz Ginásio Clube), os tigres perderam por 3-1 mas foi um encontro bem disputado e equilibrado. Os espinhenses deram luta e mostraram que o trabalho diário começa a dar frutos na competição. No segundo encontro, frente à Académica de S. Mamede, a equipa não esteve de todo ao mesmo nível, permitindo um avançar fácil ao jogo do adversário. Com o acumular de erros nas várias ações de jogo e com um ataque inferior ao habitual, a equipa de Bruno Guilherme permitiu uma vitória tranquila à equipa visitante. O Sp. Espinho vive do feliz presente por isso, os cadetes preparam já o próximo desafio (no domingo na Nave de Espinho frente ao Leixões) na luta de mais e melhor.

A equipa de iniciados levou de vencida o Gueifães por 3-2 num jogo equilibrado. Os tigres venceram os primeiros dois sets (25-22) mas no terceiro set, por razões diferentes, ambas as equipas alteraram as formações e o resultado sorriu ao Gueifães. No quarto set a equipa do Sporting de Espinho entrou de forma apática, vacilando inclusive na recepção, o que fez com que o jogo seguisse para uma "negra". No "mata-mata", a equipa mostrou-se nervosa, e o Gueifães obteve uma vantagem inicial confortável. No

entanto, na troca de campo, os mais pequenos recuperaram a sua garra e conquistaram o objetivo principal, a vitória (15-12) e a garantia de apuramento para a disputa do título regional. Por isso estão de parabéns.

A equipa de infantis masculinos deslocou-se ao pavilhão da Académica de S. Mamede e trouxe a vitória num jogo sempre equilibrado. A equipa de Janeiro Alvar bateu-se de igual para igual frente a um conjunto com muita qualidade. Após estarem a perder por 24-20 logo no primeiro set, os tigres deram a volta ao resultado e começaram a vencer (24-26). As desvantagens continuaram... Estava já 2-1 em sets para a Académica de S. Mamede quando, de "mangas arregaçadas", os tigres quiseram mais e igualaram o jogo obrigando a disputa de mais um set, o derradeiro. O equilíbrio manteve-se mas a "sorte" caiu para o lado espinhense e os infantis venceram, merecidamente, por 15-13 o jogo que os faz permanecer na corrida pelo pódio do Regional.

O destaque vai para os futuros campeões. Os minis A estreadam-se este fim-de-semana em Arcozelo e estão todos de parabéns pois lutaram com a alma e a raça vareira. No nível avançado, obtiveram o 1.º lugar (Sporting de Espinho A) e 7.º lugar (Sp. Espinho B). No Intermediário, obtiveram o 5.º lugar e no inicial conquistaram a primeira posição (Sp. Espinho D), 4.º e 6.º lugares.

## Rui Santos bate recorde do clube



Ariana Fonseca e Rui Santos tiveram uma boa participação em Ponte da Barca

A secção de natação do Sporting Clube de Espinho esteve, desde sexta-feira até domingo, no Torneio Zonal de Juvenis - Zona Norte, nas Piscinas Municipais da Ponte da Barca.

A prova foi organizada pela Federação Portuguesa de Natação em parceria com a Associação de Natação do Minho e contou com a participação de 246 nadadores em representação de 47 clubes das Associações de Natação do Norte, Minho, Centro Norte de Portugal, Coimbra e Nordeste.

O Sporting Clube de Es-

pinho esteve presente com dois nadadores: Ariana Fonseca (Juvenil A) e Rui Santos (Juvenil B).

Rui Santos obteve o 7.º lugar nos 100m Mariposa e o 8.º lugar nos 100m Costas e 200m Mariposa, sendo que nesta última alcançou o tempo mínimo para estar presente nos Campeonatos Nacionais de Juvenis. Ariana Fonseca classificou-se em 19.º lugar nos 100m Costas.

No final da competição foram batidos três recordes pessoais, um dos quais recorde do clube: Rui Santos - 200m Mariposa (Juvenil B).



# Aluga-se Casa

260 euros – Cozinha, sala, 2 quartos e com quintal  
Rua das Indústrias, 197 - Tr.  
(traseiras Norte do Continente de S. Felix)

**912 098 509**



**GRANDE FARMÁCIA**

SEM IDEIAS PARA PRESENTES  
DE NATAL?  
CONHEÇA AS NOSSAS SUGESTÕES  
BOAS FESTAS!

Direcção Técnica  
Dr. Manuel João Ribeiro Pais Clemente de Paiva

Rua 8, n.º 1025 Telefone: 227 340 092  
4500-372 Espinho Mail: gfarmacia@sapo.pt

## Clínica Dentária de Reabilitação Orofacial



- IMPLANTOLOGIA
- CIRURGIA ORAL
- ESTÉTICA DENTÁRIA
- REABILITAÇÃO ORAL
- ORTODONTIA
- ODONTOPIEDIATRIA
- 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 CLASSIFICADOS

### ALUGA-SE/ARRENDAR-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.

### PEDIDOS

PRECISA-SE esteticista/manicure/pedicure/unhas de gel c/ experincia, para salão em Espinho. Tlf. 227314053.

### SERVIÇOS

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

## FARMÁCIAS (Serviço de turnos do concelho de Espinho)

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

Sexta (09) - DE ANTA - Rua Tuna Musical, 907 - Anta ..... - Tel. 227 341 109  
Sábado (10) - TEIXEIRA - Ctr. Com. Solverde/1 - Av.º 8 - Espinho . - Tel. 227 340 352-  
Domingo (11) SANTOS - Rua 19, n.º 319 - Espinho ..... - Tel. 227 340 331  
Segunda (12) - PAIVA - Rua 19, n.º 319 - Espinho ..... - Tel. 227 340 250  
Terça (13) - HIGIENE - Rua 19, n.º 295 - Espinho ..... - Tel. 227 340 320  
Quarta (14) - GRANDE FARMÁCIA - Rua 8, n.º 1025 - Espinho ..... - Tel. 227 340 092  
Quinta (15) - CONCEIÇÃO - R. S. Tiago, n.º 701 - Silvalde ..... - Tel. 227 311 482

## † Maria Augusta Alves da Silva

15.º Aniversário do seu falecimento

Seu filho vem, por este meio, participar que será celebrada missa, por alma da saudosa extinta, dia 11, domingo, pelas 19 horas, na Igreja Matriz de Espinho. Desde já agradece a quem possa comparecer.

Filho: Carlos Manuel Alves da Silva



## Rosa Pereira Moutinho de Oliveira

† Missa do 4.º Aniversário do falecimento

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



## † SILVALDE (Rua do Sisto, n.º 364) Maria de Lurdes Gomes da Silva

Agradecimento e Missa do 7.º Dia

A família vem agradecer às pessoas que se dignaram a tomar parte no funeral do seu ente querido ou que de outro modo se associaram à sua dor. Comunica que a missa do 7.º dia será celebrada dia 11, domingo, pelas 19 horas, na Igreja Matriz de Espinho. Desde já agradece a todos quantos participem na Eucaristia.



Espinho, 8 de dezembro de 2016

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

## CLÍNICA MÉDICO

LEOPOLDINA SANTOS TAVARES

- MEDICINA DENTÁRIA
- TERAPIA DA FALA
- PSICOLOGIA

Acordos: SAMS QUADROS - CGD - MULTICARE

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

## MÉDICOS

SAMS QUADROS  
SAMS \* CGD  
ADVANCE CARE \* MÉDIS

## DENTISTAS

JORGE FERREIRA  
BRUNO MORRIS

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 • ORTODONTIA

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

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

## Fotógrafo VÍTOR LANCHÁ

RECORDE SEU PASSADO

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

Contatos:

**918 735 306 \* 962 788 407**

DVD para sempre

As cassetes de vídeo estragam-se

Salve-as para sempre em DVD

Agora os seus vídeos editados em DVD

**Carlos Salvador**

Reportagens • Fotografia e Vídeo

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

## Maria Manuela da Silva Duarte

† Missa do 3.º Aniversário

Sua filha, neto, genro e restante família vêm, por este meio, participar que será celebrada missa por alma do seu ente querido, dia 9, sexta-feira, pelas 19 horas, na Igreja Matriz de Espinho. Desde já agradecem a todos quantos participem na Eucaristia.



## † SILVALDE Olímpio de Oliveira Pereira

Missa do 1.º Aniversário de falecimento

A família vem comunicar que será celebrada missa por alma do seu ente querido, dia 14, quarta-feira, pelas 8 horas, na Igreja Paroquial de Silvalde. Desde já agradece a quem comparecer.

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



## † SILVALDE (Rua do Canto) D. Zulmira Alves Ferreira

Agradecimento



Sua filha, enteados, nora, genros, netos e restante família, na impossibilidade de o fazerem pessoalmente vêm, por este meio, agradecer a todas as pessoas de suas relações e amizade que tomaram parte no funeral da sua ente querida ou que de outro modo se associaram à sua dor.

A família

Silvalde, 8 de dezembro de 2016

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

## † ANTA - ESPINHO (Praceta Manuel Fabiana) D. Maria Antónia de Magalhães Bessa

Agradecimento e Missa de 7.º Dia

Sua família vem, por este meio, agradecer a todas as pessoas de suas relações e amizade que tomaram parte no funeral da sua ente querida ou que de outro modo se associaram à sua dor. Comunicam que a missa de 7.º dia será celebrada sexta-feira, dia 9 de dezembro, pelas 18,30 horas, na Igreja Paroquial de Anta. Desde já agradecem a todos quantos participem nesta Eucaristia.

A família

Anta, 8 de dezembro de 2016

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

## † ANTA - ESPINHO (Rua de Guião) Humberto Pinto Ribeiro

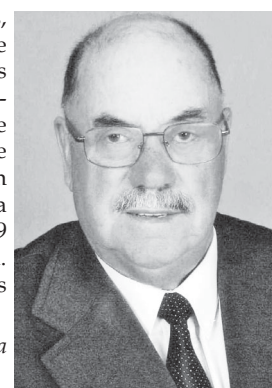
Agradecimento e Missa de 7.º Dia

Sua esposa, filhos, genro, noras, netos e restante família vêm, por este meio, agradecer a todas as pessoas de suas relações e amizade que tomaram parte no funeral do seu ente querido ou que de outro modo se associaram à sua dor. Comunicam que a missa de 7.º dia será celebrada sábado, dia 10 de dezembro, pelas 19 horas, na Igreja Paroquial de Anta. Desde já agradecem a todos quantos participem nesta Eucaristia.

A família

Anta, 8 de dezembro de 2016

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





## † Cristina Paula Rocha Morgado Gomes da Rocha

Agradecimento e Missa do 30.º Dia

Seu marido, filhos, pais, irmãos e restante família vêm agradecer, muito sensibilizada e reconhecidamente, às pessoas que se dignaram a tomar parte no funeral do seu ente querido e nas missas do 7.º dia ou que de outro modo se associaram à sua dor. Comunicam que a missa do 30.º dia será celebrada dia 10, sábado, pelas 19 horas, na Igreja Matriz de Espinho. Desde já, e de igual modo, agradecem a todos quantos participem na Eucaristia.

Espinho, 8 de dezembro de 2016

António Gomes da Rocha  
Catarina Morgado Gomes da Rocha  
Miguel Morgado Gomes da Rocha  
Armando da Rocha Morgado  
Maria Amélia Silva da Rocha Morgado  
Vitor Armando da Rocha Morgado  
Alberto Mário da Rocha Morgado  
Virgínia Clara da Rocha Morgado Martins  
Helder Luís da Rocha Morgado  
Sílvia Nelson da Rocha Morgado



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



## Dr. Amadeu Alves Morais

Missa do 29.º Aniversário

Será celebrada missa, por alma do saudoso extinto, segunda-feira, dia 12, pelas 18 horas, na Capela do Lar de Idosos, na Rua da Idanha, Anta.

Santa Casa da Misericórdia de Espinho



## Júlio Augusto dos Santos Cáliz

Missa do 2.º Aniversário

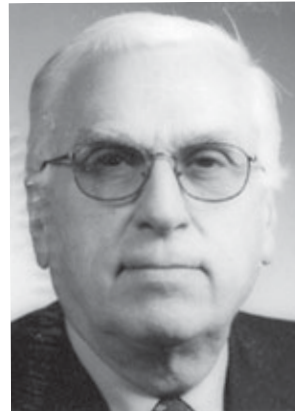
Sua esposa Maria Orlanda Lei de Sousa, filhos, noras, netos e seus familiares vêm, por este meio, comunicar às pessoas de suas relações e amizade que será celebrada missa por alma do seu ente querido, dia 13, terça-feira, pelas 19 horas, na Igreja Matriz de Espinho. Desde já agradecem a todos quantos participem na Eucaristia.

Espinho, 8 de dezembro de 2016



## Fernando de Sousa Ferreira Baptista

Missa do 11.º Aniversário do falecimento



A família vem, com profunda dor e saudade, comunicar às pessoas de suas relações e amizade que será celebrada missa por alma dos seus entes queridos, dia 8, quinta-feira, pelas 19 horas, na Igreja Matriz de Espinho. Desde já agradecem a todos quantos participem na Eucaristia.

Espinho, 8 de dezembro de 2016



## Maria Emília de Sousa Pereira Baptista

Missa por sua Alma



ESPINHO (Rua 37, n.º 554)

## Amadeu de Oliveira e Costa

Agradecimento e Missa do 7.º Dia

Seus filhos, nora, genro e netos 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 10, sábado, pelas 19 horas, na Igreja Matriz de Espinho. Desde já agradecem a todos quantos participem na Eucaristia.

Espinho, 8 de dezembro de 2016



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



SILVALDE (Rua Senhor do Calvário, n.º 92)

## Georgina Pacheco

(Georgette Pacheco/viúva de Miguel da Geraldina)

Agradecimento

Seus filhos, noras, genros, netos, bisnetos e restante família vêm agradecer às pessoas que se dignaram a tomar parte no funeral do seu ente querido e na missa do 7.º dia ou que de outro modo se associaram à sua dor.

Silvalde, 8 de dezembro de 2016



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

### OS NOSSOS GRATUITOS

#### PEDIDOS DE EMPREGO

EU, SENHORA, presto os meus conhecimentos em arranjos em costura. Moro perto. Tlm. 917629086.

SENHORA oferece-se para dar apoio a pessoas idosas com dificuldades para as suas tarefas (dia e/ou noite). Experiência e carta de condução. Tlm. 963101976.

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.



ANTA - ESPINHO

## Carlos Alberto de Sá e Santos (Esquininho)

Missa do 3.º Aniversário do seu falecimento

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

Espinho, 8 de dezembro de 2016

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



ESPINHO (Rua 19, n.º 1077)

## Judite Rosina Baptista D'Almeida

(Fundadora e sócia da Casa das Aldeias)

Agradecimento e Missa do 7.º Dia

A família vem agradecer às pessoas que se dignaram a tomar parte no funeral do seu ente querido ou que de outro modo se associaram à sua dor. Comunica que a missa do 7.º dia será celebrada dia 11, domingo, pelas 19 horas, na Igreja Matriz de Espinho, agradecendo a todos quantos participem na Eucaristia.

Espinho, 8 de dezembro de 2016



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



# Pai Natal chega cedo a Espinho “Cidade Encantada”

Foto VÍTOR LANCHÁ



Centenas de crianças (já) receberam o Pai Natal em Espinho. A tarde de domingo foi de animação com o Pai Natal de trenó e uma rena, no largo junto à Câmara Municipal, na zona pedonal da Rua 19 (enfeitada com um tapete vermelho e vasos) e noutras artérias citadinas.

A visita do Pai Natal, “o único do país certificado por seis entidades que atestam que ele personifica o verdadeiro espírito de Natal de São Nicolau”, constou do programa de animação natalícia do comércio tradicional “Espinho Cidade Encantada”.



Foto CARLOS SALVADOR

## Presépio

Foi construído na manhã de domingo, com o apoio da Associação ÉVida, o Presépio de Natal que no âmbito do programa “Espinho Cidade Encantada” embeleza a zona exterior da Capela de Nossa Senhora da Ajuda e acresce significado especial à quadra festiva e religiosa que decorre em dezembro.



Foto VÍTOR LANCHÁ

## Tunas na rua e festival “Natalis Vivere Spinus”

As ruas da cidade serão animadas no sábado, a partir das 15 horas, com a chegada dos grupos de estudantes que irão participar na quinta edição do Festival de Tunas “Natalis Vivere Spinus” marcado para as 21 horas, no Centro Multimeios, e inserido no programa de animação natalícia “Espinho Cidade Encantada”, numa parceria da Associação Empresarial EspinhoViver com a Câmara Municipal.

Eis as tunas a concurso:

Tuna de Medicina Dentária do Porto - DENTUNA, Tuna da Escola Superior de Saúde de Santa Maria, Tuna Académica da Universidade Lusíada do Porto e Tuna Académica da Faculdade de Economia do Porto.

Tuna convidada: Tuna Feminina da Faculdade de Psicologia e de Ciências de Educação da Universidade do Porto - ATITUNA.



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



### Visite o nosso Restaurante Flor de Lírio

Aberto ao público diariamente  
no nosso Hotel

CONDIÇÕES ESPECIAIS PARA EMPRESAS  
E PARCEIROS LOCAIS

*A pensar no seu conforto e bem estar*

Rua dos Limites, 550 - ESPINHO (junto ao Continente de São Félix)  
Tel. 227 327 300 | reservas@monteliriohotel.pt | www.monteliriohotel.pt

