

Cinco milhões de euros por ano que ^{páginas 6 e 7} “podem ser afetos a novos investimentos”

Mais de duas centenas de colaboradores da Violas SGPS em almoço de confraternização no Casino Espinho

Foto MANUEL PROENÇA

Filho do fundador recorda Comendador Manuel Violas que completaria 100 anos

páginas 2 e 3



Mulher morre em colisão na Avenida da Liberdade

Um ferido grave e dois ligeiros em acidente na A29 ^{página 5}

Feira semanal de Natal e de Ano Novo antecipadas para domingo e horário alargado no comércio local

página 9



O jornal *Defesa de Espinho* deseja a todos os seus leitores, assinantes e anunciantes, um Feliz Natal

PUB.



Universalgest
Administração de Condomínios

Deseja-lhe um santo e feliz natal

www.universalgest.com geral@universalgest.com 220 814 972 | 227 325 246

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

[f](https://www.facebook.com/opticenter) [yt](https://www.youtube.com/opticenter)
www.opticenter.pt

OptiCenter 

ÓPTICA • OPTOMETRIA • CONTACTOLOGIA

Visite a nossa loja!

Espinho - Rua 23, 374

☎ 224 082 790

Mais de duas centenas de colaboradores da Violas SGPS em almoço de confraternização no Casino Espinho

Fotos MANUEL PROENÇA

Filho do fundador recorda Comendador Manuel Violas que completaria 100 anos

Cerca de 220 colaboradores da Violas SGPS estiveram presentes, na terça-feira, num almoço anual que decorreu no Casino Espinho, no Salão Atlântico. Uma tradição que remonta ao tempo do fundador das empresas da família Violas, o saudoso Comendador Manuel de Oliveira Violas, num evento que homenageou 16 colaboradores pertencentes aos quadros do Casino Espinho, Hotel Solverde, Hotel Apartamento Solverde e Cotesi e que estão naquelas empresas há 25 anos. Maria Júlia Silva (operadora fabril), foi homenageada por completar 50 anos ao serviço da Cotesi, numa cerimónia presidida por Manuel Violas.



Manuel Proença

Coincidindo com a data de aniversário do saudoso Comendador Manuel de Oliveira Violas (19 de dezem-

bro), realizou-se no Casino Espinho, no Salão Atlântico, o almoço anual da Violas SGPS. Um almoço de confraternização que contou com a presença, entre outros, do

presidente da Violas SGPS, Manuel Violas e sua filha, Ana Marta do Couto Violas; da administradora, Celeste Violas e Sá e seu marido, Edmundo Sá; do administrador

da Violas SGPS, Pedro Violas e Sá, sua mulher Sonya Marques Leite e seu filho, Luís Pedro Violas e Sá; Manuel Silva Carvalho (administrador da Violas SGPS), Carlos Silva (administrador da Violas SGPS), Fernando Reis (administrador da Solverde SA), Luís Teixeira (administrador da COTESI), Amadeu Morais (presidente da Assembleia Geral da Solverde SA), Fernando Fernandes (ex-administrador da Solverde SA), Vasco Viana (consultor da COTESI), Pedro Souto (consultor da COTESI), Jorge Amorim (Revisor Oficial de Contas da Solverde SA), Nuno Cáceres (advogado da Solverde SA) e Francisco Marques (diretor geral do Colégio Luso Internacional do Porto - CLIP).

Antes de entregar as lembranças aos homenageados,



Fernando GAS

REVENDEDOR DE GÁS

Contatos:

965 045 779 • 913 842 638

Informações:

Atendimento telefónico 24 horas
Entregas gerais das 8 às 21 horas

Deseja a todos os seus Clientes e Amigos
FESTAS FELIZES



T 224 950 800

T 910 863 004

E geral@natycare.pt

W www.natycare.pt

Apoio Domiciliário desde idosos a crianças

- Higiene e Conforto
- Companhia
- Atividades Ocupacionais e Lúdicas
- Alimentação
- Higiene Habitacional
- Medicação (Controlo e Administração)
- Acompanhamento ao Exterior
- Apoio Biopsicossocial
- Animação e Lazer
- Serviço de Recados
- Babysitting



Rua 22, nº 364 4500-273 Espinho



o presidente da Violas SGPS, Manuel Violas, começou por “contar uma história” que lhe foi contada por sua mãe:

“O meu pai sempre disse à minha mãe que só se casaria quando tivesse dinheiro para construir a sua própria empresa. Um dia, na Madeira, telefonou e disse-lhe que já poderiam casar porque já tinha os seiscientos contos para fazer uma empresa”.

Manuel Violas recordou que o seu pai, o saudoso Comendador Manuel de Oliveira Violas, “hoje faria 100 anos. Ele teve sempre uma mulher que o acompanhou em toda a sua vida e que lhe deu a força para chegar onde chegou”.

Lembrando a sua saudosa mãe, Ana Gomes Soares Violas, que falecera no início de outubro, “não quis faltar aos seus 100 anos e, por isso, partiu há alguns meses atrás. Hoje, certamente, estão contentes por nos ver a festejar o seu dia de anos e mais um ano do Grupo Violas”, disse, emocionado, o presidente da Violas SGPS.

E concluiu: “Por isso, dedico este dia a todos os que completaram 25 e 50 anos de casa e a todos aqueles que irão completar essa data daqui para a frente”.



No final, foram contemplados com a habitual distinção (um relógio), os colaboradores do Grupo Violas que completaram 25 anos ao serviço nas empresas e Maria Júlia Pereira de Sousa da Sil-

va, colaboradora da Cotesi que completou 50 anos ao serviço daquela empresa. Eis os colaboradores que completaram 25 anos ao serviço das empresas da Violas SGPS: **Casino Espinho** - Fer-

nando Baltazar Costa Coelho, António João Castro Sequeira, Carlos Alberto Leal Magalhães Dias, Pedro Miguel Gonçalves Alves, David Alberto Silva Oliveira e Alberto António Oliveira Martins.

Hotel Apartamento Solverde - Maria Assunção Marques Hespanhol.

Hotel Solverde - Maria Dina Lemos Ribeiro, Maria Anjos Silva Santos, Maria Lucília Lopes Sousa e Or-

lando Manuel Soares Pinto. **Cotesi** - Rui Manuel Martins Fernandes, Rui Manuel Moreira de Sousa, José Carlos Teixeira de Oliveira e Rosa Maria Pereira Soares Gomes.





22h30 **JIMMY P**

ORGANIZAÇÃO: ESPINHO
APOIOS: SOLVERDE Vitalis

PASSAGEM DE ANO '17/18

Praia da Baía ESPINHO
ENTRADA LIVRE

00h00
Espetáculo Piromusical





00h15 **Dj Rusty**

Espinho entra como membro fundador da Fundação Serralves

A Câmara Municipal de Espinho e a Fundação de Serralves assinaram protocolo de cooperação. Com a assinatura deste documento a autarquia de Espinho passa a integrar o grupo restrito de membros fundadores de Serralves.

O acordo de cooperação foi assinado pelo presidente da Câmara Municipal de Espinho, Pinto Moreira, na Reunião Anual do Conselho de Fundadores da Fundação de Serralves de 2017, que teve lugar nas instalações da Fundação Serralves.

Para Pinto Moreira, "Espinho

passa a beneficiar do apoio da Fundação através da organização de exposições, promoção de conferências, consultoria na criação de serviços educativos para os equipamentos culturais do Município e no desenvolvimento de novos projetos culturais".

O autarca espinhense entende, ainda que "Espinho passa a ter oportunidade de receber no seus espaços culturais, exposições únicas que fazem parte do acervo de Serralves visando fortalecer a notoriedade e a imagem nacional e internacional de

concelho."

O protocolo agora assinado abrange ainda a colaboração com as escolas em programas pedagógicos que visam a formação na área da cultura e do ambiente bem como a organização de estágios de formação na área educativa.

A Fundação de Serralves é uma instituição de utilidade pública de que são fundadores, entre outros, o Estado, e um importante conjunto de entidades, singulares e coletivas, que representam a iniciativa privada, a sociedade civil e as autarquias. A Fundação de Serralves tem como fins a promoção de atividades culturais no domínio das artes, de que se destaca a atividade desenvolvida no Museu de Arte Contemporânea."

Vinte e cinco mil euros para tratamentos dentários e material oftalmológico a 53 munícipes

Pelo terceiro ano consecutivo, a Câmara Municipal de Espinho através do Fundo de Emergência Social Municipal 2017, vai proceder à entrega de 25 mil euros em tratamentos dentários e oftalmológicos a 53 munícipes com dificuldades económicas.

Os beneficiários deste apoio foram identificadas pelos Parceiros da Rede Social do Concelho de Espinho.

"A autarquia contratualizou os tratamentos com clínicas dentárias e óticas, mediante os melhores orçamentos apresentados" e "vai continuar a reforçar este apoio e alargá-lo aos munícipes sinalizados com necessidades e carência económica comprovada no sentido de lhes devolver a autoestima, promover a saúde oral e aumentar as possibilidades de inserção profissional para quem está desempregado", refere uma nota do Município de Espinho.

Associação Comercial de Espinho promove grandiosa Campanha de Natal

Sorteio com inúmeros prémios, entre os quais, viagens

A Associação Comercial de Espinho está a promover mais uma majestosa Campanha de Natal. Numa época tradicionalmente festiva e de grande significado para todos, a Associação Comercial de Espinho não esquece os seus associados, os empresários e as empresas, realizando para o efeito diversas iniciativas que englobam a imponente Campanha de Natal 2017. Assim sendo, sob o lema "Compre no Comércio Local", da grandiosa Campanha de Natal, vão constar insufláveis, bombos, cospefogo, malabaristas, homemandas, rancho folclórico, fogo-de-artifício, uma grande animação de rua, bandas de música, assim como a distribuição de brindes e muitas mais surpresas.

Para além de todas estas iniciativas, a Associação Comercial de Espinho procedeu ainda à entrega do habitual Cartaz de Natal em todas as lojas, com o horário de Natal. Ao mesmo tempo, foram ainda deixados nas lojas, diversos blocos de senhas, tendo em vista a realização de um grandioso Sorteio de Natal, com inúmeros prémios, entre os quais, viagens para duas pessoas à Europa, Noites Glamourosas em Hotéis de Luxo, Jantares Românticos, eletrodomésticos, monitor PC, cabazes de compras, instrumentos musicais, cabazes de cosmética, e muitos mais grandiosos prémios.

Mais uma vez, a Associação Comercial de Espinho "mostra a sua excelência, competência e qualidade,

defendendo sempre o comércio local e de proximidade. Os nossos associados, os nossos empresários e as nossas empresas são o mais importante para nós, e assim sendo, tudo fazemos por eles e continuaremos sempre a defender os seus interesses. Incentivamos à realização de compras no comércio tradicional, nas lojas locais", sublinha, a propósito, o presidente da Associação Comercial de Espinho, José Aleixo que aproveita para, em nome da Associação Comercial de Espinho "desejar a todos os seus associados, empresários e empresas, um Feliz Natal e um Próspero Ano Novo, e que os negócios continuem a vingar porque o sucesso de todos é o nosso sucesso".

Até -30% Campanha Especial de Natal
Até 24 de Dezembro

Yasmin
moda e acessórios

Yasmin
La Boutique

Desejam Feliz Natal e Próspero Ano Novo a clientes, amigos e fornecedores

nenette MORGAN MORGAN DE TOI FRACOMINA
el Armario Lulú CAFÈ NOIR
Artigli LEMON JELLY DONA V
SWALLOW LUCKYLU NO EXCESS

Yasmin Moda e Acessórios
Edif Topázio
Santa Maria de Lamas

Yasmin La Boutique
Rua 8 (junto à Clínica Persona)
Espinho

tipografia • offset • papelaria • encadernação • carimbos



Rua 8, n.º 1035 - Apartado 68
4500-372 ESPINHO
Telef./Fax 22 734 0669
grafica.espinho@gmail.com

*Deseja a todos os seus estimados
Clientes, Fornecedores e Amigos*
Festas Felizes

Natal 2017

Galeria de Sabores

Aceitam-se encomendas

Festas Felizes

- Bolo-Rei
- Escangalhado
- Pão-de-Ló
- Rabanadas
- Bilharacos
- Sortidos variados

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

Um ferido grave e dois ligeiros em acidente na A29

Um homem sofreu ferimentos graves na sequência de uma colisão entre uma carrinha e um carro, na passada segunda-feira, na A29, sentido norte/sul, junto ao nó de Anta, Espinho.



Foto PAULO JORGE DUARTE

Dois homens, de 20 e 30 anos, que viajavam na mesma carrinha, sofreram ferimentos ligeiros. Foi necessária a intervenção da equipa de desencarceramento dos Bombeiros Voluntários da Aguda.

As vítimas foram transportadas, pelos bombeiros de Esmoriz e Aguda para os hospitais de Vila Nova de Gaia e Santa Maria da Feira.

Paulo Jorge Duarte

Mulher morre em colisão na Avenida da Liberdade

Uma mulher de 62 anos, morreu após uma colisão entre dois veículos ligeiros, na Avenida da Liberdade, em S. Félix da Marinha, cerca das 2 horas da madrugada de terça-feira.

A vítima mortal era a condutora de um dos veículos envolvidos na co-

lisão, era natural do Castelo da Maia e seguia no carro com o filho, com cerca de 20 anos.

Do acidente resultou, ainda, um ferido grave, o condutor do outro ligeiro envolvido na colisão, um homem com 66 anos, residente em Santa Mari-

No local estiveram 20 operacionais e oito viaturas de socorro (no total) dos Bombeiros Voluntários do Concelho de Espinho, Voluntários da Aguda e as Viaturas Médicas de Emergência e Reanimação (VMER) de Gaia e de Santa Maria da Feira.

Foto DIREITOS RESERVADOS



GNR apreende mais de seis mil euros em material contrafeito

O Comando Territorial de Aveiro da Guarda Nacional Republicana (GNR), através do Destacamento de Trânsito de São João da Madeira, apreendeu na segunda-feira, cerca de 6500 euros em artigos

contrafeitos nas zonas de acesso à feira de Espinho.

No âmbito de uma ação de fiscalização, com o objetivo de reprimir a venda ilegal de artigos de marcas registadas, com grande expressão naque-

le mercado, os militares abordaram vários veículos, tendo sido detetado diverso material contrafeito.

A GNR identificou duas pessoas e elaborou 19 autos de contraordenações de âmbito rodoviário. Esta operação contou com o apoio do Destacamento de Intervenção de Aveiro e do Destacamento de Ação Fiscal de Coimbra.

Três detenções por condução com excesso de álcool

A Polícia de Segurança Pública de Espinho efetuou, na passada semana, várias detenções por condução sob o efeito do álcool.

Os agentes da PSP de Espinho detiveram um condu-

tor de 59 anos, que acusou uma taxa de alcoolemia de 1,50 g/l; um homem de 40 anos, por condução de veículo automóvel acusando uma taxa de alcoolemia de 1,47 g/l; Um homem de 38 anos, por

condução de veículo automóvel acusando uma taxa de alcoolemia de 1,48 g/l.

A PSP de Espinho deteve, também, um homem de 62 anos, por ameaça e injúrias a agente de autoridade.

Durante a semana que passou, a Polícia registou 13 acidentes de viação, dos quais resultaram dois feridos ligeiros.



GRAND HOTEL KEMPINSKI RIGA, LETÓNIA

Ferreira de Sá
PREMIUM BESPOKE RUGS
SINCE 1946

A TAPEÇARIAS FERREIRA DE SÁ
DESEJA-LHE UM FELIZ NATAL
E UM PRÓSPERO ANO NOVO,
COM VOTOS DE SUCESSO E FELICIDADE.

WWW.FERREIRADESA.PT

Cinco milhões de euros por ano que “podem ser afetos a novos investimentos”

Vice-presidente da Câmara, Vicente Pinto não vê razão para que os documentos previsionais de 2018 não sejam aprovados pela oposição

Em ‘vésperas’ de apreciação e de votação dos Documentos Previsionais (orçamento) da Câmara Municipal de Espinho, agendados para dia 27 próximo para a Assembleia Municipal, o vice-presidente, Vicente Pinto, em entrevista ao jornal *Defesa de Espinho* revela que “a eficiência da gestão orçamental permitiu gerar disponibilidades financeiras anuais muito significativas, em média cerca de cinco milhões por ano” e que “esses valores que geramos anualmente podem ser afetos a novos investimentos”. Obras como “a renovação e expansão da rede de água e saneamento, a construção do estádio municipal de futebol, o apoio aos bombeiros para construção do novo quartel, a requalificação das escolas, a requalificação dos bairros sociais e vários projetos de mobilidade sustentável” estarão, agora, presentes nestes documentos previsionais de 2018.

Manuel Proença

- De que forma este Orçamento do Município poderá marcar a diferença perante todos os anteriores, desde 2009?

“Este orçamento é o primeiro que este Executivo tem

com a situação financeira da Câmara normalizada. Nestes últimos anos, devido ao excesso de dívida, o Município estava muito limitado na sua capacidade orçamental, tendo de afetar uma grande parte do seu orçamento para liquidar dívida. Temos uma

espécie de ‘troika’ interna para as autarquias, que obriga as câmaras endividadas a cumprir uma panóplia de restrições, como por exemplo ter taxas máximas nos impostos municipais. Isto não só dificultava a execução dos nossos objetivos estratégicos como prejudicava as pessoas e empresas”.

- O que significa executar o Orçamento 2018 fora do PAEL?

“É um alívio... significa que temos maior liberdade de decisão e também mais capacidade de investimento. Repare que já liquidamos metade da dívida do nosso Município. O que quer dizer que a eficiência da gestão orçamental permitiu gerar disponibilidades financeiras anuais muito significativas, em média cerca de cinco milhões por ano. Pelo que, agora esses valores que geramos anualmente podem ser afetos a novos investimentos”.

- Quais são os principais vetores das Grandes Opções do Plano, nomeadamente no Plano Plurianual de Atividade



Foto DIREITOS RESERVADOS

des e no Plano Plurianual de Investimento?

“Como estamos no início de um novo mandato, inscrevermos no orçamento um conjunto de novos projetos para planeamento e execução nos próximos quatro anos. Na essência estamos a executar o programa eleitoral que propusemos aos eleitores e que mereceu a votação da maioria dos espinhenses.

Daí que, estarão no cen-

tro das nossas prioridades áreas como a reabilitação urbana do centro da cidade, o apoio aos jovens e às famílias, o apoio social aos seniores e aos mais carenciados.

Vamos igualmente promover um conjunto de ações para termos uma cidade mais amiga do ambiente e mais sustentável, com melhores serviços aos residentes”.

- Quais são as grandes obras, novos projetos e me-

didias de estratégia territorial para os próximos quatro anos patentes nestes documentos para 2018?

“A renovação e expansão da rede de água e saneamento, a construção do estádio municipal de futebol, o apoio aos bombeiros para construção do novo quartel, a requalificação das escolas, a requalificação dos bairros sociais e vários projetos de mobi-



OURIVESARIA

Confiança
 desde 1890



ESPINHO - Rua 19 (Parte de Cima)

*Faz parte da história
 de
 Espinho*


Rua 19 • Telef. 22 734 03 69 • www.ourivesariaconfianca.com



Boas Festas

Junta de Freguesia
 ANTA e
 GUETIM


O executivo da junta de freguesia
 deseja um
Feliz Natal
 e um próspero ano de
 2018



FARMÁCIA HIGIENE

Directora Técnica:
Maria do Rosário de Garcia Pinto Correia

Deseja a todos os seus Clientes e Amigos



Rua 19, N.º 395 — Telef. 22 734 03 20
 4500 ESPINHO



lidade sustentável. Mas também, daremos continuidade a projetos em curso como a requalificação da superfície do canal ferroviário (ReCaFE), a criação de um centro de inovação e co-working, a recuperação do Castro d'Ovil ou a rede de ciclovias. Vamos reforçar o apoio do cheque educação e criaremos o cheque natalidade que apoiará as crianças nascidas residentes no concelho durante os dois primeiros anos de vida".

- Aprovar estes documentos implica executar estas obras?

"Evidentemente que sim, penso que já demos provas suficientes no passado que quando colocamos uma obra no orçamento é porque te-

mos capacidade para a fazer. A execução em alguns casos é feita em vários anos, começando pela contratação do projeto, depois concurso público e finalmente a obra. O que dilui o esforço financeiro dessas obras por mais que um ano. Mas, para concretizar as obras que referi, temos obviamente que iniciar pelos projetos, colocando no plano plurianual de investimentos os valores necessários para os anos seguintes".

- O estádio municipal e o novo quartel para os bombeiros poderão estar em causa se estes documentos não forem aprovados?

"Não vejo razão para que os documentos previsionais de 2018 não sejam aprovados pela oposição, pois essas obras foram prometidas por quase todos os partidos e pre-

sidentes de junta de freguesia que concorreram às eleições autárquicas há dois meses atrás.

Tenho dificuldades em imaginar os bombeiros sem um novo quartel. Não me parece que seja razoável alguém tentar impedir que isso possa acontecer, especialmente porque o objetivo final é melhorar as condições de assistência na saúde e de socorro em emergência aos cidadãos de Espinho e arredores. Quanto ao estádio municipal é uma obra desejada há cerca de 40 anos, que poderá dar melhores condições de trabalho e competição ao nosso Sporting Clube de Espinho. Um clube que tem feito um excelente trabalho ao nível desportivo, merece o apoio da Câmara Municipal. Este apoio, como todos sabem é urgente e inadiável,

devido ao estado crítico do atual estádio e à possibilidade de subida de divisão esta época".

- Se isso vier a acontecer, quais as consequências?

"Estas e outras obras, bem como, algumas atividades não poderão ser realizadas a não ser as que já estejam em curso. Nesse caso, por coerência de raciocínio, aqueles que apesar de concordarem com as obras se escudam em pormenores para votar contra, deverão assumir as consequências políticas de privar os cidadãos de beneficiarem destes importantes projetos. Contudo, julgamos estarem reunidas as condições para aprovação do orçamento, dado que, em negociação com as quatro juntas de freguesia, a Câmara obteve acordo com todos os presidentes de junta

para a delegação de competências e respetivas transferências de verbas no âmbito do orçamento de 2018".

- Estão previstas reduções dos impostos municipais, IMI, Participação Variável de IRS e Derrama de IRC e em que medida isto poderá influenciar a economia local?

"Sim, a taxa de IMI foi reduzida pelo segundo ano consecutivo, tendo-se reduzido também a participação variável de IRS e a derrama de IRC. Estas medidas são importantes para as famílias e para a atratividade do nosso território. Considero que é necessário e urgente fazer o máximo de esforço para diminuir o peso dos impostos no bolso dos contribuintes".

- Como poderá sinteti-

zar estes documentos de forma a que os espinhenses, desde já, os possam entender?

"Os documentos previsionais, normalmente apelidados de orçamento municipal, não são apenas intenções ou um conjunto de ideias no ar. Aí aprovam-se as verbas para cada projeto ou iniciativa, o mapa de pessoal e outros documentos e autorizações relevantes para o normal funcionamento do município.

Estamos convictos de que elaboramos o Orçamento de 2018 equilibrado financeiramente, inscrevendo um excelente pacote de medidas que vai contribuir para melhorar significativamente a nossa terra, nomeadamente para o desenvolvimento e coesão social".

Autarquia de Espinho promove incentivo à reabilitação urbana

A Câmara Municipal de Espinho promoveu uma sessão de apresentação e esclarecimento sobre o Instrumento Financeiro de Reabilitação e Revitalização Urbana - IFRRU 2020.

Esta ação contou com a participação de especialistas do sector bancário e financeiro das áreas do fomento à construção, reabilitação urbana e candidaturas a fundos e instrumentos financeiros no âmbito do Programa IFRRU 2020.

Nesta iniciativa promovida pelo Município de Espinho estiveram presente investidores privados no

concelho, técnicos, promotores imobiliários, empresas de construção civil, associações comerciais e empresariais com interesse e ligação ao fomento da construção, reabilitação e negócio imobiliário.

Para o vice-presidente da Câmara Municipal de Espinho, Vicente Pinto, "este instrumento financeiro é uma ferramenta fundamental para os investidores apostarem no concelho e em particular no litoral da cidade. Este programa vem alavancar a política e estratégica deste executivo relativamente aos incentivos e estímulos à reabilitação urbana. Entendemos que

esta centralidade tem elevado potencial de atração de investimento privado na reabilitação urbana, acompanhado de um forte investimento público em projetos estruturantes que o Município de Espinho tem implementado e projetado para o espaço público já aprovado no âmbito do PEDU, do Portugal 2020".

O IFRRU 2020 é um instrumento financeiro destinado a apoiar investimentos em reabilitação urbana, que cobre todo o território nacional. Para potenciar mais o investimento, o IFRRU 2020 reúne diversas fontes de financiamento, quer fundos europeus do PORTUGAL 2020, quer fundos provenientes de outras entidades como o Banco Europeu de Investimento e o Banco de Desenvolvimento do Conselho da Europa, conjugando-os com fundos da



Foto DIREITOS RESERVADOS

banca comercial.

Num único pedido de financiamento, os investidores serão apoiados, em condições

mais favoráveis, o investimento na reabilitação urbana e na eficiência energética do imóvel a reabilitar, sem res-

trições na natureza da entidade que solicita o financiamento ou no uso a dar ao imóvel a reabilitar.

Bordados e Impressão Têxtil Artigos Disney

JENNYLINE

Festas Felizes

Estamos com promoções

Av.ª 8, C.C. Solverde 2, Lj 2
4500-205 Espinho
Tlm. 938 108 988
geral@jennyline.pt
www.jennyline.pt

PIU PIU - Baby & Home

Deseja a todos os seus estimados Clientes e Amigos Festas Felizes

Rua 16, n.º 733 Espinho — Tlm. 917 853 947

BELINTIMA
LOJA DE LINGERIE

Votos de um verdadeiro Natal e próspero Ano Novo

Rua 23
n.º 236
4500-142
ESPINHO

FRANKLIM PRATA

CALOR
Agora já pode pôr os pés de fora!

98€
AQUECEDOR CATALÍTICO

ENCOMENDE JÁ!
800 205 498

ENTREGA GRATUITA
NAS NOSSAS ÁREAS DE DISTRIBUIÇÃO DE GALP GÁS

OFERTA
CARGA DE GÁS + ACESSÓRIOS

Rosa Florista

Desejamos a todos os nossos Clientes e Amigos Festas Felizes

Rua 19, n.º 826, 4500-253 Espinho Tlf: 227 341 043

alcimar

AZEITONAS DE CONSERVA

Alcides Marques Pereira Lopes, Lda.

Deseja a todos os seus estimados Clientes e Amigos Festas Felizes

Lugar de Barros - Silvalde - Apartado, 304
Tel. 22 734 14 93 • Fax: 22 731 32 82
4500 ESPINHO

Unidades de Cuidados Primários de Saúde em Silvalde e em Paramos mantêm horários de atendimento

Solução provisória encontrada pelo Município até a ARS Norte a resolver definitivamente

Os horários de atendimento e consultas nas Unidades de Cuidados Primários de Saúde em Silvalde e em Paramos irão manter-se, ininterruptamente entre as 8 e as 18 horas.

O acordo para a suspensão da medida implementada pela ARS Norte foi alcançado na sexta-feira passada (dia

15), na sequência de uma reunião entre a vereadora Lurdes Ganicho e a ACES Gaia/Espinho.

Já antes, Lurdes Ganicho havia conseguido um compromisso para a revogação da decisão no Conselho da Comunidade em Vila Nova de Gaia. "Quer a enfermeira Celeste, quer a responsável administrativa Cecília Melo, ficaram com a indicação das duas funcionárias que na segunda-feira já se apresentaram ao serviço e que são cedidas pelo Município de Espinho. Contudo, esta será ainda uma solução provisória", referiu Lurdes Ganicho ao jornal *Defesa de Espinho*, acrescentando que "está requerida uma reunião com a ARS Norte para que saibamos quais são as suas intenções. Aquilo que pretende-

mos é que a ARS Norte abra um concurso para suprir as faltas que têm dos assistentes administrativos", sublinhou a vereadora.

E acrescentou:

"A Câmara Municipal encontrou esta solução provisória para, deste modo, evitar que a população seja afetada pela redução dos horários".

Embora a solução tenha sido encontrada pela Câmara Municipal, a vereadora Lurdes Ganicho fez questão de dizer que os dois presidentes de junta, de Paramos, Manuel Dias e de Silvalde, José Carlos Teixeira, "também participaram nas reuniões para que se encontrasse uma solução".

Manuel Proença



Vereadora Lurdes Ganicho encontrou uma solução provisória para que as Unidades de Cuidados Primários de Saúde em Silvalde e em Paramos se mantenham em funcionamento, ininterruptamente, entre as 8 e as 18 horas



A equipa Eurospuma deseja um Feliz Natal e um próspero 2018!

EUROSPUMA

EUROSPUMA - Sociedade Industrial de Espumas Sintéticas, S.A.
Rua dos Lagos, 242 - 4500-423 Espinho - Portugal - Tel. 22 7335000 - Email: comercial@eurospuma.pt

A Junta de Freguesia de Espinho e a Assembleia de Freguesia de Espinho desejam a todos um feliz Natal e um próspero 2018.

Paz
Dedicação
Sorte **Confiança**
Imaginação
Inspiração, Praia
Esperança
Viver **Amor**
Festa Boas
Sol Mar **Ideias**
Música **Cultura**
Tradição **Criatividade**
Espéctaculos **Alegria**
Rainha da Costa Verde
Espinho
2018


Tenha em atenção:
Na cidade de Espinho, **não haverá recolha de resíduos** nos dias 24 e 31 de dezembro. Coloque os seus resíduos para remoção nos dias 25 de dezembro e 1 de janeiro, no horário habitual.

A SUMA deseja-lhe Festas Felizes e sem desperdício.

ESBANJE
afetos, simpatia e solidariedade.

POUPE
recursos

- reutilize materiais e faça os seus próprios presentes e embrulhos;
- encaminhe para reciclagem o papel e as embalagens das prendas;
- dê o que já não usa a quem mais precisa.

 **Na Construção de Um Ambiente Melhor!**

Solverde prepara Natal muito especial de Chaves ao Algarve

A pensar no Natal, a Solverde preparou um conjunto de ofertas para uma quadra mágica. As quatro unidades hoteleiras Solverde propõem aos seus clientes programas especiais com combinações que podem incluir o alojamento, a Ceia de Natal e o Almoço Buffet de Natal.

Deste modo, o programa do Hotel Solverde Spa & Wellness Center, na Praia da Granja, inclui Ceia de Natal e alojamento. Para a Ceia de Natal a equipa do Restaurante "O Jardim" preparou um menu irresistível que inclui o caldo de faisão com trufas negras e hortelã do campo, o bacalhau tradicional cozido com todos, pregado grelhado

do com ervas e tomate seco e o mini tornedó de novilho com 'foie gras'. Para a sobre-mesa, um inesquecível bolo-rei conventual, rabanadas de vinho tinto, leite e chocolate, aletria e tronco de natal. No dia 25 de dezembro a unidade propõe um Almoço Buffet de Natal com uma mesa recheada com a tradicional roupa velha, os maminhos de cherne com trufas e gambas marinadas e o cabritinho de leite assado com ervas, entre muitas outras iguarias. Para terminar um faustoso buffet de sobremesas com bolo-rei de chila, rabanadas de leite, pão-de-ló de Alfeizerão, aletria, tronco de natal de chocolate e sonhos com ovos-moles.

Em Chaves, no Hotel Casino, o Natal em Trás-os-Montes tem mais encanto. Para esta quadra a unidade preparou um programa especial de alojamento com desconto para estadias entre 23 e 28 de dezembro, que incluem a ceia e o almoço de Natal. No dia 24 de dezembro o Hotel Casino Chaves apresenta uma requintada Ceia de Natal com iguarias como bisque de lagosta com natas azedas, o bacalhau de natal, polvo assado com batata-doce e azeite de ervas aromáticas, peru assado recheado de frutos secos e leitão assado. Os mais pequenos acompanham a festa na 'Kids Table' com um menu adequado para crianças. Para terminar, um extraordinário buffet de sobremesas com os tradicionais doces. No dia 25 de dezembro é servido o Almoço Buffet de Natal, uma mesa recheada de iguarias para bons momentos em família, com destaque para o cabrito assado

no forno, a perna de vitela assada e fatiada e os medallhões de garoupa com molho de camarão, a festa termina na mesa de sobremesas onde a escolha pode ser uma tarefa complicada.

Por fim, o Hotel Algarve Casino, situado na Praia da Rocha, oferece uma Ceia de Natal requintada para o dia 24, onde não vai faltar o Bacalhau com "todos", os medallhões de tamboril à portuguesa, o peru assado com castanhas, entre muitas outras iguarias. No dia 25, a festa continua com o Almoço de Natal, onde não pode faltar a tradicional roupa velha de bacalhau, o cabrito assado no forno e perna de vitela assada. O melhor chega no final com o tronco de natal, os sonhos, as rabanadas e o bolo-rei. Esta unidade preparou ainda um pacote de alojamento que inclui a Ceia e o Almoço Buffet de Natal, em quarto vista mar, com Pequeno-almoço buffet incluído.

Horário alargado no comércio local

O comércio local estará de portas abertas, em horário alargado, a partir de hoje, até ao dia 24, véspera de Natal.

Assim, hoje (dia 21) e nos dias 22 e 23, os estabelecimentos comerciais irão funcionar entre as 9 horas e as 24 horas. Na véspera de Natal, dia 24, as lojas estarão abertas ao público entre as 9 e as 16 horas.

Votação para Orçamento Participativo Jovem termina amanhã

Termina amanhã, sexta-feira, dia 22, a votação para o Orçamento Participativo Jovem Portugal que se encontra a decorrer desde o passado dia 27 de novembro.

O Orçamento Participativo Jovem Portugal (OPJovem) - processo de participação democrática no âmbito

do qual os cidadãos com idades entre os 14 e os 30 anos, inclusive, podem apresentar e decidir projetos de investimento público - tem à votação 167 projetos, nas áreas do desporto inclusivo, da educação para as ciências, da inovação social e da sustentabilidade ambiental.

Nesta fase, a votação pode ser feita de duas formas: através da página opjovem.gov.pt ou de mensagem SMS gratuita para o 4310.

Portugal é o primeiro país a realizar um processo de orçamento participativo dedicado aos jovens, conferindo-lhes poder de decisão sobre uma parte do Orçamento de Estado, tornando o OPJovem numa iniciativa pioneira a nível mundial, pelo que a preciosa colaboração é ainda mais importante.

Pinto Moreira no XXIII Congresso Nacional da Associação Nacional de Municípios Portugueses

O presidente da Câmara Municipal de Espinho, Pinto Moreira, em representação do Município e como membro da Mesa do Congresso da Associação Nacional de Municípios Portugueses (ANMP) esteve este fim-de-semana em Portimão onde decorreu o encontro que tinha como tema geral, "Descentralizar Portugal com o Poder Local".

A descentralização administrativa e a transferência de competências para as autarquias locais e entidades intermunicipais, a nova Lei das Finanças, a Programação de Fundos Comunitários no âmbito do "Portugal 2020" foram os temas em análise e discussão pelos autarcas de todo o País reunidos neste congresso.

Estas propostas a sub-



Foto MANUEL PROENÇA (Arquivo)

meter à Assembleia da República, são apontadas nas conclusões do encontro como essenciais para a construção de um Portugal mais moderno, mais

coeso e mais inclusivo.

Neste congresso, Pinto Moreira foi reeleito membro da Mesa do Congresso da Associação Nacional de Municípios Portugueses.

Feira semanal de Natal e de Ano Novo antecipadas para domingo

As feiras semanais de Natal e de Ano Novo serão antecipadas um dia, a realizar, portanto, ao domingo.

Assim, a feira semanal que deveria realizar-se no dia 25 de dezembro, será realizada já no próximo domingo, dia 24, até às 14 horas. A feira semanal de 1 de janeiro de 2018 realizar-se-á a 31 de dezembro, também até às 14 horas.

MóVeis Costa Verde
António Pinho
Gerente

Especializado em:
salas | estantes | bares
quartos | estofos
cozinhas por medida
peças soltas, etc.

Loja 1: Av.ª 24, n.º 951
4500-201 Espinho
Tel./Fax: 227343338 • Tlm: 917590077
moveiscostaverde@gmail.com

papelaria d'avenida
de Adelina A. Magalhães

Jornais - Revistas - Tabacos
Jogos Santa Casa

30 anos com os espinhenses

Deseja a todos os seus estimados Clientes e Amigos **Festas Felizes**
Av.ª 8, n.º 1438 - 4500 ESPINHO • Tel./Fax 227345116 • papelariadavenida@gmail.com

MISTERDOG
FELIZ NATAL
E BOM ANO NOVO ...

A SUA LOJA DE ANIMAIS
NA RUA 26 N.969 4500 285 ESPINHO
☎ 227 313 761 * 934 598 828

Cabana
Rocha Silva & Santos, Lda.

SNACK-BAR
RESTAURANTE
MARISQUEIRA

Av.ª 8, n.º 35 - 4500-205 Espinho * Tlf 227 341 966 * Fax 227 341 322
Tlm. 914 017 007 * restaurantecabanaespinho@gmail.com

- Saúde
- Paz
- Amor
- Harmonia

Votos de um feliz Natal e próspero Ano Novo 2018

Celeste Caprichosa
CABELEIREIROS | ESTETICA

Rua 14, n.º 726 - 4500 ESPINHO • Tel.: 22 734 12 77 • Tlm. 938 323 558

HISTÓRIA COM SABOR A NATAL

A narrativa aconteceu numa universidade do Norte de Portugal e teve como protagonistas um professor e uma aluna e o relevo da história decorre da singularidade e do seu final feliz.

Durante uma aula o professor apercebeu-se de que uma aluna tinha trejeitos estranhos, parecendo drogada. Por isso, aproveitando o intervalo pediu-lhe para não sair logo e questionou-a sobre se estava doente e se a podia ajudar. Refira-se que o relacionamento entre os alunos e o professor era muito bom e que a aluna era muito educada, mas pouco sociável, e que apresentava o semblante triste, quase sempre. Além disso usava vestimentas compridas e largas e de cores escuras, o que era invulgar numa jovem de 20 anos. Esse conjunto de características talvez ajude a compreender o porquê da aluna se banhar em lágrimas após a pergunta do professor, que logo se apercebeu da sua elevada tensão emocional. Ainda em lágrimas, mas já mais calma, a aluna contou a sua história de infelicidade. Quando tinha catorze anos, e porque sofria de epilepsia, a sua médica dissera-lhe que não iria ser uma mulher normal e dificilmente poderia ter filhos e conduzir viaturas, entre outras restrições; e que sempre teria de tomar medicamentos, os quais lhe iriam provocar momentos menos bons. Percebendo que a sua maneira de ser e de viver era uma resultante de tal parecer médico, o professor lembrou à aluna que, pelo que tinha lido, a medicina tinha evoluído bastante nesse campo e que muitos epiléticos já tinham uma vida muito próxima da normal. Por isso aconselhou-a a consultar outro médico para que o seu caso fosse reavaliado. Apesar do tom persuasivo do professor, os lindos e tristes olhos daquela jovem não expressaram grande esperança. Mas foi perceptível que algo estava a acontecer.

Uns dias depois a aluna comunicou ao professor que a família não se tinha mostrado receptiva à sugestão, eventualmente por estar conformada com o veredicto inicial. Nessa altura o professor foi mais imperativo, até porque tinha o apoio da mais alta hierarquia da universidade, com a qual havia falado, e disse à aluna que ia saber de um bom especialista e que não toleraria que ela faltasse à consulta. Isso fez com que a aluna não tardasse a consultar dois médicos, um dos quais espanhol, que lhe deram muitas esperanças, designadamente a de poder ser mãe. A vida daquela jovem mudou radicalmente, embora não de forma brusca. Alterou a indumentária, socializou-se e passou a ter a alegria da própria idade. E isso era tão notório que todos diziam que parecia um milagre e ninguém estranhava a forma como passou a tratar o professor, ou seja, docemente insolente, tanta



OPINIÃO

ASSIM, NÃO!

Messias Pinto

era a confiança que nele passou a ter. E a mudança foi tal que, poucos meses depois de ter acabado o curso, o professor não a reconheceu quando ela se lhe dirigiu para o cumprimentar.

Muitas peripécias aconteceram entretanto, as quais este espaço não permite relatar, mas importa referir algumas, como as que aconteciam em exames periódicos em que a aluna pedia para desistir da prova (o stress da doença era muito), e o professor não permitia, antes aconselhava-a a permanecer na sala, mesmo que não respondesse às questões, "ordem" que ela acatava incondicionalmente. E não raro acontecia ter aproveitamento em tais provas. Contudo, na prova oral final, a situação foi diferente. Verificando que a aluna estava muito nervosa, o professor suspendeu o interrogatório por quinze minutos, primeiro e depois por quinze dias, sempre com a aquiescência do outro membro do júri, mas sem autorização da direção da faculdade, por ser impossível obtê-la atempadamente. Infelizmente, quinze dias depois a aluna acabaria por reprovar. Porém, decorridos dois ou três meses, conseguiria obter nota positiva, acabando o curso. Faltava apenas elaborar e defender uma pequena tese para obter o diploma. E foi então que a aluna, fazendo jus ao seu especial relacionamento com o professor, o procurou para lhe "impor" que fosse o seu orientador, sem hipótese de recusa ou alegação de impossibilidade. É evidente tudo isso deliciava o professor, que se esforçou para que o trabalho saísse com qualidade e em tempo útil. E a respetiva defesa correu bem. Importa referir que uns tempos antes a aluna se havia abeirado do professor para, em tom solene, lhe dizer que nunca o iria esquecer. E não esqueceu, porque o tem informado sobre a evolução da sua vida, principalmente profissional. Entretanto casou e engravidou e quando o filho nasceu não demorou a dar a notícia e a contar os cuidados por que passou no hospital para que tudo corresse bem. E, há poucos meses, houve o batizado, ao qual o professor não pôde faltar, porque a ex-aluna, agora mãe, assim o "exigiu" dizendo que seria uma felicidade e uma honra contar com a sua presença. Mas fez mais, porque convidou cinco dos seus colegas de curso, também ex-alunos do professor, os quais lhe manifestaram profundo reconhecimento pelas lições que dele haviam recebido. Também aqui houve feliz natividade e espírito de Natal. Assim, sim!

QUE SACO!

O ser humano sempre se definiu, desde os seus primórdios, como recolector, ou seja, manifestando a tendência para armazenar todo o tipo de bens (essenciais ou não). Nas crianças essa vertente manifesta-se desde cedo, pois tudo serve para armazenar – não só os brinquedos que se lhes vão dando mas, muito especialmente, tudo aquilo que vão encontrando pelo chão e que nós, adultos, consideramos lixo.

Toda uma parafernália de tampinhas, caricas, bocados de plástico, metal e pecinhas variadas, são, para as crianças, verdadeiros tesouros. Apesar de terem acesso a brinquedos didáticos, perfeitamente concebidos para satisfazer as necessidades psicomotoras, é no bricabraque que as crianças se reveem, aumentando desmedidamente a sua coleção de objetos.

Outro aspeto que é interessante analisar é o sentido de proteção, que está presente na necessidade, por parte das crianças, de guar-



dar devidamente (em caixas ou em sacos) os seus tesouros. Nesta fase, que se revela na infância (e que se prolonga, nalguns casos, pela idade adulta) é de salientar o fenómeno conhecido como "Saco dos brinquedos". No meu caso, em particular, um grande saco de serapilheira foi eleito para albergar a minha coleção infundável de "sobras" do mundo industrial – pedaços de tudo e mais alguma coisa, não se encontrando um único objeto intacto.

Coloca-se, aqui, outra questão fundamental do universo infantil – o brinquedo partido. É sabido o fascínio que um brinquedo adquire, para as crianças, quando está partido. Um soldadinho sem uma perna ou um braço, um carro sem uma ou mais rodas, são exemplos significativos daquilo que, para uma criança, adquire o estatuto de raridade porque se trata de objetos únicos. Os brinquedos nestas condições, contrariamente ao que seria de esperar, não são arrumados ou deitados fora, sendo sujeitos a uma dedicação extra, tornan-



OPINIÃO

APENAS REFLEXÕES

Jorge Madureira

do-se alvo de uma renovada atenção por parte dos seus pequenos donos.

O sentimento de carinho por todo este universo, fez com que o meu saco dos brinquedos aumentasse (assustadoramente) de tamanho e começasse a rebentar pelas costuras. Para o substituir, solicitei que me dispensassem um de tamanho consideravelmente superior, o que só fez com que eu me tornasse um autêntico acumulador. Tiveram de me improvisar um espaço onde arrumar o novo saco, que também já estava a abarrotar, tendo sido colocado no chão,

encostado à parede. A instabilidade provocada pelo seu conteúdo disforme, tornava-o facilmente "derrubável", sendo uma ameaça para quem dele se aproximasse – era como uma Torre de Pisa, ameaçando ruir a qualquer momento.

Uma noite, a ameaça tornou-se realidade e o inevitável aconteceu: toda a casa foi acordada por um forte estrondo, que mais parecia a agitação provocada por um terremoto. Obedecendo à lei da gravidade, uma torre de objetos desabou, implacavelmente, deitando por terra tudo aquilo que eu levava horas a empilhar meticulosamente. Como se isso não bastasse, aquele desabamento ainda provocou sentimentos de terror, tendo o meu avô acordado sobressaltado; ainda estremunhado e sem conseguir perceber a causa de tão grande estardalhaço, julgou tratar-se de um assalto, pela calada da noite.

Ainda dá que falar, aquele meu "Saco dos brinquedos"!

Festas Felizes

Helena florista

PALMAS - COROAS
RAMOS DE NOIVA

Aberto aos sábados todo o dia e domingos de manhã

Rua Central n.º 685 (E.N. 109) Silvalde 4500-999 SILVALDE - Espinho
Tels.: Loja 22 734 84 10; Res. 22 732 04 64 • Tlm.: 91 758 37 51

Marreta

— RESTAURANTE - MARISQUEIRA —

Deseja a todos os seus estimados Clientes,
Fornecedores e Amigos **Festas Felizes**

Na sua cidade, com nova gerência de
Manuel Santos e Emídio Santos

Especialidades: Peixe e Mariscos Frescos

"A arte de bem servir está nas nossas mãos"

Rua 2, n.º 1355 - Espinho • Tlm. 912 985 726

CANASTRA
RESTAURANTE BAR

Deseja-lhe um Feliz Natal
e Próspero Ano Novo

Rua 2, n.º 1355 - Espinho • Tlm. 912 985 726



Foto VÍTOR LANCHÁ

Orquestra Clássica enche de magia Casino Espinho

A Orquestra Clássica de Espinho encheu o Salão Atlântico do Casino Espinho

de magia com o Grande Concerto de Natal. No espetáculo foram apresentados alguns dos trechos mais conhecidos da música clássica, desde bailados de Tchaikovsky à abertura de uma opereta vienense. Sob a direção do maestro Cesário Costa foram interpretadas obras de Antonin Dvorak, Alexander Glazunov, Dimitri Shostakovich, Tchaikovsky, Vaughan Williams e Leroy Anderson.



“Espinho e Mar a Cantar” no Lar/residencial S. Francisco

O Lar - Residencial São Francisco, contou na quinta-feira, com a alegria contagiante da Associação Recreativa “Espinho e Mar a Cantar”, que deixou todos os residentes e visitas de

coração cheio e de sorriso na alma. A receita ideal para aquecer uma tarde fria de inverno foi uma hora repleta de canções de natal e cantigas da nossa terra. “Deixamos aqui o nosso

maior agradecimento a todos aqueles que contribuíram para fazer deste dia, um dia melhor”, referiram, a propósito, os responsáveis por aquela instituição de Anta.



Foto VÍTOR LANCHÁ

Ceia de Natal da Universidade Sénior

A Universidade Sénior de Espinho realizou, na sexta-feira à noite, no Hotel PraiaGolfe, uma Ceia de Natal. A iniciativa contou com a presença de cerca de meia centena de pessoas.



Foto VÍTOR LANCHÁ

Cruz Vermelha distribui cabazes a 92 famílias carenciadas

A Delegação de Espinho da Cruz Vermelha Portuguesa entregou cabazes de Natal a 92 famílias carenciadas de Espinho, numa cerimónia que contou com a presença da vereadora Lurdes Ganicho. A iniciativa resultou da recolha que foi efetuada no âmbito

da Missão Sorriso - Recolha Alimentar que decorreu nas lojas do Continente de Espinho e de S. Félix da Marinha, por um grupo de voluntários da Delegação de Espinho da Cruz Vermelha Portuguesa. Na cerimónia de entrega dos cabazes às famí-

lias carenciadas, o presidente da delegação, Horácio Augusto, realçou “a capacidade de mobilização de dezenas de voluntários que, sem dúvida incentivaram os clientes daquelas grandes superfícies a encher os cestos de géneros alimentares”.

Horácio Augusto lembrou que os cabazes foram feitos “de acordo com os agregados familiares sinalizados pela Rede Social”.

Mais de uma centena na Festa de Natal do Centro de Convívio da Junta de Espinho



Realizou-se no sábado, o dia da grande festa de Natal do Centro de Convívio Sénior da Junta de Freguesia de Espinho. Tudo começou por um agradável almoço, servido nas instalações da Junta e organizado por colaboradores do Centro de Convívio.

No almoço, com mais de uma centena de utentes, esti-

veram também presentes os membros da Junta de Freguesia de Espinho bem como o presidente da Assembleia de Freguesia, Hélder Rodrigues e o vice-presidente da Câmara Municipal de Espinho, Vicente Pinto.

Após o almoço decorreu um espetáculo, organizado por colaboradores e volun-

tários do Centro de Convívio sendo os artistas principais, os utentes seniores, que dançaram, cantaram, marcharam, tocaram cavaquinho, fizeram ginástica e até teatro! Foi uma tarde cheia de muita alegria e convívio.

A iniciativa terminou já ao final da tarde.

Feliz Natal...

Que o maior presente seja uma quadra especial recheada de corações felizes e alegres onde reinem a alegria e a paz...

São os maiores desejos do Executivo da Junta de Freguesia de Silvalde.

E Próspero Ano de 2018!

É TEMPO DE SILVALDE

LAVÉLIA

LAVANDARIA A SÊCO

Rua 19, n.º 356-370 - 4500 Espinho
Tlf. 227 341 266
lavelia@netcabo.pt

Próspero Ano 2018

O VOTO DO PCP

Uma advertência prévia e necessária: quando falo no PCP refiro-me exclusivamente aos seus órgãos institucionais, direcção política e grupo parlamentar, e não aos seus militantes, visto que mantenho com todos com quem contacto óbvias relações de respeito e, com alguns, de sincera amizade, aliás recíproca, segundo creio.

Os únicos elos sentimentais que me ligam a Belmiro de Azevedo são os que resultam do facto de todos os dias ler o jornal que ele em boa hora fundou e o de ambos termos sido alunos, e até contemporâneos, no Liceu Alexandre Herculano (ele entrou em 1949 e eu saí em 1950).

A única vez que estive perto dele foi precisamente na cerimónia comemorativa do Centésimo Aniversário do Liceu, em que ele apareceu com trajes rurais visto que, no seu dizer, e quando discursou nessa cerimónia como antigo aluno, acabava de chegar do campo. E assim compatibilizou os seus hábitos de cuidar de perto dos seus trabalhos agrícolas com o convite que recebera, e ao qual entendeu não recusar, de discursar naquela cerimónia festiva.

Tenho a certeza que tal aconteceu, não por exibicionismo, mas por razões de gestão do seu tempo disponível para esse dia, gestão que era timbre da sua maneira de ser e que o levava, segundo antes afirmara, a comprar cinco ou seis pares de sapatos de uma só vez... para não perder muito tempo com tais necessárias compras.

Apesar de tudo, foi com algum espanto que, salvo erro no dia seguinte, li num jornal que a sua Sonae tinha lançado uma opa sobre a PT, numa operação que, confidenciara ele a seu filho e sucessor Paulo, envolvia uma "pipa de massa".

Todos sabem os interesses- Caixa Geral de Depósitos e Banco Espírito Santo- que determinaram o chumbo da operação, e o perfil moral de quem dirigia essa última instituição...

De Belmiro de Azevedo lembro ainda o tempo em que, já com escritório no Porto, e em plena actividade profissional, tive a notícia de que Afonso Pinto de Magalhães, dono do Banco com o mesmo nome, do qual, aliás, eu era cliente, lhe dera uma fatia importante na Sonae, o que provocara problemas com a



OPINIÃO
REFLEXÕES E MEMÓRIAS
Ferreira de Campos

família desse Banqueiro, E já nessa altura era voz corrente de que tal liberalidade só podia ser entendida pelo facto de Pinto de Magalhães ver em Belmiro de Azevedo, que ele bem conhecia, e não em qualquer seu sucessor, a única maneira de revitalizar a Sonae, que ao tempo passava por grandes dificuldades para sobreviver.

Belmiro de Azevedo foi um homem que criou riqueza e emprego, não porque o objectivo principal da sua vida fosse enriquecer, mas sim porque queria desenvolver o País em que vivia.

A ele devo o prazer de ler diariamente o jornal "Público", a cuja linha editorial ele fez questão de ser totalmente alheio, e onde livre e pluralmente escrevem jornalistas, políticos e pensadores de todas as cores e ideologias.

O "não" do PCP- para não falar da abstenção do Bloco de Esquerda- no voto de pesar pelo falecimento de Belmiro de Azevedo, apresentado pela Mesa da Assembleia de República, só pode ser explicado por um preconceito cego da ultrapassada ideologia marxista e leninista da luta de classes, de uma sociedade sem classes representada concretamente pela ditadura do proletariado, da "conquista do poder pelos trabalhadores" e pelo "povo" (entidade vaga onde só caberiam os trabalhadores por conta de outrem, os pequenos empresários, e, genericamente, os "mais desfavorecidos") contra a livre iniciativa privada, o empreendedorismo, a inovação, a livre concorrência nos negócios, a eficaz organização das empresas.

Como se o lucro destas fosse só por si um mal ou um pecado, tendo como única causa baixos salários. Como se fosse imoral a atribuição aos empreendedores da "mais-valia" resultante da inovação tecnológica da iniciativa deles ou de uma melhor organização das suas empresas.

Como se as empresas públicas, que por serem públicas não podem subordinar-se ao

lucro, não pudessem respeitar e prosseguir critérios de rentabilidade, e nelas não houvesse constantes litígios entre o patrão Estado e os seus trabalhadores quanto às remunerações destes...

É, aliás, oportuno dizer-se que há uma total coerência entre o "não" do PCP e outros preconceitos ideológicos e tomadas de posição que manifesta noutras áreas e noutras ocasiões.

Os portugueses esperam que o PCP não se limite a louvar a justa luta dos soviets contra a ditadura dos czares e dos nobres e da igreja que os apoiavam, e não se esqueça de lembrar, como aconteceu nas suas recentes comemorações do centenário da chamada "Revolução de 1917", a ideologia que movia os revolucionários, e que conduziu a um regime mais sangrento que o anterior.

Regime onde, em nome da "ditadura do proletariado" e do poder dos trabalhadores (que mais não foi que a ditadura do Partido Comunista Soviético) e num ambiente social da mais feroz intolerância democrática, se perpetraram arbitrariedades e barbaridades que nos tempos modernos seriam julgadas como crimes de genocídio, onde morreram sem piedade, nos Gulags ou por fuzilamento sumário e sem julgamento, ou por julgamentos fantoches ou confissões obtidas através de horríveis e medievais torturas físicas e psíquicas, por simples denúncia ou suspeita, por pura perseguição política para com os dissidentes, ou por suspeitas de dissidência, milhares de cidadãos inocentes, trabalhadores, camponeses, militares, intelectuais e estudantes, todos muitos mais dos que o Nazismo dizimou.

Os portugueses esperam que o PCP, para além de louvar o derrube da sangrenta e corrupta ditadura de Fulgêncio Batista e os indiscutíveis avanços de carácter social, cultural e educativo e no domínio da saúde, derivados da Revolução que terminou e triunfou em 1959, não silencie as prisões e perseguições de que posteriormente foram e continuam a ser vítimas os dissidentes do regime de Fidel de Castro e seu irmão Raúl.

Os portugueses esperam também que o PCP igualmente condene os regimes ditatoriais e autocráticos da Venezuela de Maduro, da Coreia do Norte de Kim Jong-un-, da Rússia de Putin ou da República Popular da China do seu Secretário- Geral do Partido Comunista Xi Jinping.

E tudo isto porque os portugueses ouvem todos os dias as descrições que o PCP faz dos defeitos e das fragilidades das democracias parlamentares e pluralistas, e das injustiças e problemas sociais, ou mesmo guerras, que o capitalismo e o imperialismo muitas vezes provocam ou não conseguem evitar, em regimes políticos onde, todavia, tais defeitos e fragilidades são livre e pacificamente denunciados pelos respectivos cidadãos.

Tal como, e a título de exemplo, aconteceu com os últimos livros que sobre essas matérias li, a saber: "A Democracia Europeia", Publicações D. Quixote, 2015; "Quem Governa o Mundo", do americano Noam Chomsky, Editorial Presença, 2016; "O Grande Retrocesso", Textos vários, editado inicialmente pelo alemão Heinrich Geiselberger, 2017; "O Grande Lóbi", de Susana Coroado, edição de Penguin Random House, 2017; "Porque Falha Portugal?", de Gustavo Sampaio, editora Manuscrito, 2016; e "Os Privilegiados", do mesmo Gustavo Sampaio, Esfera dos Livros, 2013.

Não queria terminar sem afirmar a minha sincera e profunda convicção de que a experiência da vida e o repetir dos mesmos factos históricos ao longo dos tempos permite-nos retirar algumas regras com o valor aproximado de leis (embora sem o rigor das leis da física ou da matemática, por exemplo).

E uma dessas leis é a de que a tentativa dos governos ditatoriais e autocráticos de imporem aos cidadãos a propriedade e a administração colectiva (estatal!) dos bens sociais ou culturais ou dos meios de produção, própria dos regimes comunistas, é incompatível com a individualidade e a maneira de ser natural das pessoas, e só pode ser imposta contra a sua vontade e à custa de valores essenciais da pessoa humana, tais como a sua necessidade e vontade de serem livres, criativos e plurais, de terem iniciativa própria, de preservarem o que adquiriram pelo seu trabalho honesto e que por isso consideram exclusivamente seu.

Por muito que custe a alguns, a regra do comportamento, da felicidade e do sentir das pessoas é a sua vontade e possibilidade de serem livres, e até, no limite, o seu egoísmo e não a sua solidariedade. Quanto ao egoísmo, em termos morais, não deveria ser assim... mas a verdade é que é!...

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

Fonseca ESPINHO
Festas Felizes
MODAS
TECIDOS

CAFÉ SNACK—BAR
DIPLOMATA
JOGOS SANTACASA Agente Oficial
Desejamos aos nossos Clientes e Amigos Natal Feliz
Rua 19, n.º 1445 — Telefone, 22 734 48 04 — 4500 ESPINHO

RESTAURANTE
Poeta
Festas Felizes
Especialidades
* GRELHADOS
* BACALHAU À Poeta
* COSTELETÃO DE VITELA
* ENTRE OUTROS
Rua 15 N.º 252
4500 - 339 ESPINHO
Telef. 227 321 054

CASA TONICHA
CONFECÇÕES PARA CRIANÇA E LINGERIE DE SENHORA
Maria Laura Lopes Ferreira Ribeiro
Rua 19, n.º 330 • 4500-255 ESPINHO • Telef. 227342415 • casatonicha@oniduo.pt
MATOLL
Festas Felizes
MATOS & OLIVEIRA, LDA.
FÁBRICA DE APRESTOS PARA EMBALAGEM – Fundada em 1955
MÁQUINAS AUTOMÁTICAS E SEMI-AUTOMÁTICAS PARA:
POLIPROCINTA, FILME ESTIRÁVEL, FITA AÇO, FITA ADESIVA
APARTADO 92 – 4501-909 ESPINHO
Escrit./Armazém: Rua Padre Joaquim Faria, 2682 - Olivães - Nogueira da Regedoura
Telef. 227471780 - Fax 227471789 • E-mail: matosoliveirald@gmail.com • www.matoll.pt

Farmácia de Anta
— DIRECÇÃO TÉCNICA DE —
MARIA DE LOURDES LOURENÇO FERREIRA LOPES
Deseja a todos os seus Clientes e Amigos FESTAS FELIZES
Rua Tuna Musical de Anta, 907 - 4500-054 ANTA • Tlf. 227 341 109

Quadros de João Guedes da Silva em exposição até 11 de janeiro

Está patente ao público, até 11 de janeiro de 2018, na Rua 32, n.º 612, uma exposição de pintura da autoria de João Guedes Silva.

João Guedes Silva foi Professor do ensino técnico e da Escola do Magistério Primário em Sá da Bandeira (Angola). Licenciado pela Faculdade de Belas Artes do Porto, com o curso superior de pintura, foi professor do ensino técnico de 1943 a 1975, doze anos de serviço em Portugal e vinte anos em Angola na Escola Industrial e Comercial Artur Paiva e Escola do Magistério Primário de Sá da Bandeira. Expôs coletivamente em Angola, destacando-se na galeria de artes plásticas em 1959, onde obteve dois primeiros prémios: "Cascata da Hunguéria a óleo e primeiro prémio - Desenho. Expôs em 1969 no Liceu Diogo Cão, sendo premiado com o primeiro prémio a óleo "Inverno Triste". Contemporâneo de grandes mestres, salienta-se o Professor Dórdio Gomes e Domingos Alvarez.



Oito novas exposições permanentes para o Museu Municipal

O Museu Municipal de Espinho está a preparar a abertura em 2018 e 2019 de oito salas com novas exposições permanentes relacionadas com temas da história e cultura local.

Isto acontece na sequência da aprovação das normas da sua política de incorporação, documento que

foi aprovado no passado mês de novembro pela Câmara Municipal de Espinho e que está em conformidade com o exigido pela Rede Portuguesa de Museus.

Trata-se de um trabalho que pretende salientar e dar a conhecer ao grande público vários aspetos do património histórico material e

imaterial do concelho de Espinho, alargando o âmbito das suas coleções a espólios relacionados com a atividade e tradição balnear, coleções arqueológicas, históricas, artísticas, etnográficas, documentais e imagéticas decorrentes de um território com uma forte vocação marítima e rural.

As oito novas exposições permanentes contemplam temáticas relacionadas com a praia e os banhos de mar, as invasões do mar, o jogo de fortuna ou azar, os cafés, a batalha de flores, o cinema, a música, a tanoaria e a feira semanal.



Foto DIREITOS RESERVADOS

S. Silvestre de Espinho no Dia de Reis

Realizou-se na tarde de terça-feira, a sessão de apresentação da 4.ª edição da Corrida São Silvestre de Espinho, no salão nobre dos Paços do Concelho.

Esta sessão contou com as presenças de Vicente Pinto, vice-presidente da Câmara Municipal de Espinho e José Henriques, responsável da Atletas.net.

No próximo dia 6 janeiro

de 2017, pelas 18 horas, será dado o tiro de partida na Alameda 8 para a 4.ª edição da São Silvestre de Espinho.

Esta será uma prova de estrada com 10 quilómetros de distância (haverá também a versão de 5 quilómetros, para aqueles que preferirem fazer a caminhada).

Está prevista a participação de 1500 atletas, nesta pro-

va organizada pela Câmara Municipal de Espinho em parceria com a Atletas.net. O trânsito na cidade sofrerá alguns constrangimentos perto da hora da prova, ao longo do trajeto da mesma.

O Running Espinho irá ser galardoado com o Prémio Prestígio António Leitão, entidade que, segundo a organização e o Município de Espinho se distinguiu na promoção do atletismo no distrito de Aveiro e que irá tentar bater um recorde de inscrições que deverá ultrapassar as duas centenas de atletas nesta prova.

ASSOCIAÇÃO COMERCIAL DE ESPINHO

ASSOCIAÇÃO COMERCIAL DE ESPINHO

A Associação Comercial de Espinho deseja a todos os associados e empresários um Feliz Natal e um próspero Ano Novo.

Agradecemos a vossa confiança em 2017, esperamos que 2018 seja um ano recheado de excelentes negócios.

“Ao Serviço das Empresas e dos Empresários”



Solverde - Sociedade de Investimentos Turísticos da Costa Verde S.A. – pretende recrutar para a sua equipa do Hotel Solverde SPA & Wellness Center:

Técnico Polivalente Manutenção

Principais tarefas:

- Praticar intervenções regulares de manutenção e solução de problemas nas instalações (electricidade, sistemas de ar condicionado e ventilação, canalização, redes de gás, sistemas electromecânicos, pintura, carpintaria, etc.)
- Aplicar medidas preventivas e correctivas de modo a garantir que todos os sistemas técnicos e de segurança funcionam correctamente

Requisitos:

- Experiência profissional em função semelhante (mínimo 1 ano, preferencialmente)
- Conhecimentos de Electromecânica, hidráulica, carpintaria e pintura
- Capacidade de trabalho em equipa, dinamismo

Se se revê neste perfil, envie o seu CV indicando o assunto "Manutenção-HS" para o endereço de e-mail recrutamento@violas.pt

O SILÊNCIO NUM NATAL DE RUÍDOS

“Existe no silêncio uma tão profunda sabedoria que às vezes ele se transforma na mais perfeita resposta”

- Fernando Pessoa

O Natal está a chegar! Dominados pelo ruído, como poderemos nele encontrar a tal sabedoria profunda, presente nesta citação sábia de Fernando Pessoa? Mergulhados no ruído parece que nos esquecemos da importância do silêncio para nos constituirmos como Pessoas.

Na verdade, na sociedade atual somos quase formatados para agir de imediato porque, se não o fizermos, fazem-nos acreditar que podemos perder a caminhada do progresso. Não somos educados para os benefícios do exercício do silêncio como forma introspectiva que nos proporcionaria melhores opções de vida. Aliás, quem se demarca, rendido ao silêncio corre o risco de ser estigmatizado como tendo um traço de ignorância.

Quem aborda este problema é David Le Breton (Le Mans, 1953), pensador francês, sociólogo e professor universitário em Estrasburgo, autor de livros como *El silencio*, *Elogio del caminar*, e *Desaparecer de sí*, publicados em Espanha. Defende o silêncio como forma de resistência perante a desumanização do presente. Aborda a questão do ruído que nos acompanha permanentemente, provocado pelas novas tecnologias, o ruído dos veículos e outras formas de contaminação acústicas, em especial, patente nas cidades.

Segundo este autor, o silêncio permite-nos a visita ao nosso espaço interior e essa disciplina interior da qual a filosofia Zen incita ao cultivo, parece não ter muita expressão no mundo ocidental. No entanto, o silêncio ganha sentido em tradições como a cristã onde a sabedoria dirige-se a compreender o que não se pode dizer, o que transcende a linguagem. Nessa mesma tradição, o silêncio é uma via de aproximação de Deus, o que também se pode interpretar como um conhecimento.

Neste ano, destaco um filme que me mar-



Em três
palavras

cou profundamente - “Osilêncio”, uma aprendizagem que aborda este tema através da odisséia da evangelização dos jesuítas no Japão, no século XVI e XVII. Nele integra-se a história de renúncia à fé cristã por parte do padre Cristovão Ferreira, perseguido e martirizado... Aqui o silêncio de Deus perante a solidão humana em ambiente adverso leva à dor da renúncia... E segundo palavras do padre jesuíta, José Maria Brito, em entrevista ao jornal o Público: “É um filme que nos obriga a confrontarmo-nos com a fragilidade da própria experiência de fé. O que vale mais? As pessoas torturadas ou a imagem que os missionários em vários momentos são convidados a pisar? É nesse momento de rutura que eles percebem que Deus não fala só dentro deles, mas através da realidade, através dos outros.” É nesse momento de compaixão pelos outros que o silêncio de Deus se quebra e o conseguimos escutar”.

Esta fragilidade humana traduzida no abismo do silêncio interior é algo angustiante, por sabermos que estamos sós, perdidos, sem respostas. Por isso, se o silêncio é importante como modo de introspeção ele não pode ser o abismo que nos leve a um abandono resignado...

Eu gosto do silêncio. De olhar para o lado de dentro. Nele encontro inspiração e renovação e, pela reflexão, encontro-me, desentendo-me e reencontro-me. Nele, os meus pensamentos fluem, dando azo ao sonho, à imaginação - a parte mais bela da vida, mas também à análise da realidade que me rodeia. Nele busco sentido para a vida, mesmo para coisas que parecem, à partida, não ter sentido...

Alguém disse um dia referindo-se ao silêncio como “o abraço do amigo íntimo”. E não será isso mesmo?

Neste Natal, que cada um encontre, no silêncio, alento para se encontrar e renascer! E que o Novo Ano surja como uma alvorada promissora!

ESTADO SÓLIDO

Eram autênticas armas de arremesso, as miniaturas de automóveis com que me presenteavam na minha infância. O seu característico tamanho fazia com que aquele pedaço de metal com rodas, que um dia se encontrou em estado líquido (ao ser vazado nos moldes), se tornasse altamente colecionável (em estado sólido).

Apontávamos, euforicamente, para as montras das lojas onde os carrinhos se alinhavam - ora estacionados em espinha (como se de um verdadeiro parque automóvel se tratasse), ora em fila indiana (tal como se estivessem prontos a arrancar para um local predefinido). A designação das marcas e modelos era desafiada, numa autêntica ladainha, enquanto nos permitiam que escolhêssemos um (o que se revelava impraticável, tendo em conta a extensa oferta de mercado, que se ia avolumando diante dos nossos olhos). Geralmente, mais do que um era remédio santo para não chorarmos baba e ranho, embaraçando os nossos progenitores.

O aspeto reluzente daqueles carrinhos era o que fazia com que desejássemos possuí-los imediatamente, mal os avistávamos. Mas depois de os termos na mão, essa aura de “Santo Graal” desaparecia e as esmurradelas começavam a fazer-se notar - as quedas e os encontrões a que os sujeitávamos aceleravam o seu desgaste, e aquilo que antes era objeto de desejo tornava-se moeda de troca, pois não tardava que nos fartássemos deles.

Quando assim era, a substituição tornava-se inevitável: exercitando os nossos dotes comerciais (de parte a parte) exacerbávamos as qualidades daquela peça, tendo em vista convencer um colega a ser o seu feliz proprietário, fazendo também notar o nosso interesse pela sua “viatura”. Se aquelas reuniões de cavalheiros não dessem os frutos desejados, os brinquedos eram postos de lado, arrumados na prateleira, esperando nova oportunidade para mais uma investida de encontro à montra (já para não falar nas crises existenciais que de nós se apoderavam, ao questionar a



OPINIÃO
APENAS REFLEXÕES
Jorge Madureira



razão da existência de um vidro a servir de separador entre a nossa euforia e os objetos desejados).

Depois de tempos tão atribulados (e bem passados), é curioso o modo como aquelas preciosidades se tornaram um símbolo da sociedade consumista de outros tempos, tendo sido fabricadas em número infinitamente grande, massivamente, enchendo agora as bancas de venda de brinquedos antigos, em feiras a eles dedicadas.

Continuam a despertar a atenção de alguns graúdos, que ainda há pouco tempo eram miúdos, com o mesmo entusiasmo de então, mas com algumas diferenças - o que antes era vendido como uma novidade, é-o, nos dias de hoje, como uma raridade, não deixando de ser uma preciosidade. A diferença é que aquilo que, anteriormente, se definia como tendo um “aspeto gasto”, fruto do tratamento intensivo a que os submetíamos, faz com que estes carrinhos (atualmente) não sejam considerados peças velhas, tendo agora um aspeto “brincado”.

Por último, os expositores onde as antigas miniaturas aguardam comprador estendem-se, agora, a céu aberto, para que os seus admiradores já não tenham de bater “com o nariz no vidro”.

rolespinho

COMÉRCIO DE ROLAMENTOS E AFINS, LDA

Rua dos Mourões n.º 763
S. Félix da Marinha - VNG - Apartado 317
4501-911 Espinho-Portugal
Tel. +351 227 333 060
(Vendas) +351 227 312 111
Fax. (Administrativo) +351 227 333 069
Email. (Vendas) tiagosilva@rolespinho.pt
www.rolespinho.pt

Festas Felizes

NTN SNR
Linear Center In Portugal Authorized

TSUBAKI Innovation in Motion
Stieber Clutch

óptica de espinho

Rua 23, n.º 850 • 4500-276 Espinho
+351 227 324 359

+351 227 346 717
geral@opticadeespinho.com

Festas Felizes

Boas Festas

via@12ze
Rua 12, 580 Espinho

LIVRARIA a b c PAPELARIA
VIEIRA, CORREIA & MATOS, LDA.

MATERIAL DE ESCRITÓRIO, TINTEIROS ORIGINAIS E RECICLADOS, DESENHO E PINTURA, LIVROS ESCOLARES, TÉCNICOS E DE CULTURA GERAL, SELOS CTT, IMPRESSOS, FOTOCÓPIAS, JOGOS SANTA CASA

Deseja a todos os seus Clientes e Amigos Boas Festas

Rua 19 n.º 182 - ESPINHO • Tel. 22 734 00 99

Tasca Da Maria
Restaurante . Petisqueira

Gerência de:
CONCEIÇÃO BRANDÃO

- PEIXE NA BRASA
- CALDEIRADA DE PEIXE
- BACALHAU C/ BROA
- BIFES AROUQUENSES

Ao fim de semana
Cabrito e Vitela
Assada no Forno à
Moda de Arouca

Rua 2, 1119 - 4500 Espinho
Tlf. 227 325 061 • Tlm. 914 721 439 • tasca.da.maria@gmail.com

Desejamos Festas Felizes a todos os nossos Clientes e Amigos

Coro Amigos da Música em Concerto de Natal na Igreja Matriz de Espinho

O Coro Amigos da Música apresenta-se hoje (quinta-feira), em Concerto de Natal com a Orquestra Filarmonia das Beiras, na Igreja Matriz de Espinho. Integrado na programação de Espinho Cidade Encantada, o concerto terá início às 21h30, e a entrada é livre.

Na primeira parte do concerto, a Orquestra Filarmonia das Beiras vai interpretar excertos da obra 'O Messias HWV 56', de Georg Friedrich Händel. O programa inclui, ainda, cinco composições de Johann Sebastian Bach, a saber: 'Concerto Brandeburguês N.º3 BWV 1048'; 'Motete O Jesu Christ, meus Lebens Licht BWV 118'; 'Cantata Vergnügte Ruh, beliebte Seelenlust BWV 170' (excerto); 'Cantata Nun Komm der Heiden Heiland BWV 61'; e a 'Cantata Herz und Mund und Tat und Leben BWV 147' (excertos).

Este Concerto de Natal vai contar com a participação dos solistas Isabel Alcobia (soprano), João Pedro Azevedo (contratenor), André Lacerda (tenor), Eduardo Portugal (baixo) e Paulo Bernardino (órgão). A orquestra é dirigida pelo maestro António Vassalo Lourenço e o coro, pelo maestro Fausto Neves.



Foto VÍTOR LANCHÁ

Natal Solidário do Running a favor dos bombeiros

O Running Espinho realizou no passado dia 12, um Treino Especial Natal Solidário para ajudar os Bombeiros Voluntários do Concelho de Espinho.

A iniciativa contou com a presença massiva, mais de uma centena de

participantes vestidos de pais Natal que contribuíram, assim, para uma causa solidária, ajudando os nossos bombeiros.

Assembleia Municipal dia 27

Terá início no dia 27, a 5.ª Sessão Ordinária deste ano da Assembleia Municipal de Espinho, na qual estarão em discussão e votação os Documentos Previsionais - opções do plano e proposta de orçamento para o ano 2018 da Câmara Municipal de Espinho.

A sessão irá "aprovar os Documentos Previsionais - opções do plano e proposta de orçamento - para o ano 2018".

Desejamos a todos os nossos clientes, amigos e fornecedores um Feliz Natal e um próspero Ano Novo

GARRAFEIRA
DIÁLOGO
DE GERAÇÕES

C.C. SOLVERDE I

Escolha o seu próprio

Cabaz!

Poupe

15%

Compazcha válida para aquisições superiores a 80,00€

Aipal

O MILAGRE DA VIDA (II)

Viver na esperança, viver na gratuidade, viver doação, viver de portas abertas, viver na procura, na caminhada da montanha, tudo isto é fascinante e perfaz o que se chama o milagre da vida, dizíamos no anterior artigo. Acrescentaria ainda: amar o silêncio.

Viver em esperança.

Seja-nos permitido transcrever um curto poema conhecido de Sebastião da Gama: Pelo Sonho é que vamos,/comovidos e mudos./Chegamos? Não chegamos?/Haja ou não haja frutos,/ pelo Sonho é que vamos./Basta a fé no que temos./Basta a esperança naquilo/que talvez não teremos./Basta a alma que demos,/com a mesma alegria,/ao que desconhecemos/e ao que é do dia a dia. Chegamos? Não chegamos?/—Partimos. Vamos. Somos.

O poeta define com rigor o que é a esperança. A esperança acompanha-nos sempre, desde que desde que tomámos consciência do nosso existir. A vida seria uma tortura sem esperança. Quando saímos de casa, esperamos regressar. Quando nos deitamos, esperamos levantarmo-nos. Quando temos um objectivo, esperamos alcançá-lo. A esperança faz parte da experiência humana. Esperamos que a realidade tenha um sentido. Esperamos que as pessoas alcancem os seus sonhos. Esperamos que a justiça triunfe sobre a injustiça. Esperamos que a sociedade humana seja mais solidária. Esperamos um futuro melhor. Esperamos que a morte não seja a última palavra mas a penúltima. Enfim, sonhamos. É o sonho que vamos caminhando, vencendo, caindo aqui, levantando além, olhos no horizonte. Como escreveu Tolentino Mendonça: "Todos os nossos sentidos são implicados para acolher, com espanto e sobressalto, a promessa que vem, não apenas num tempo indefinido futuro, mas já hoje, a cada momento. A esperança mantém-nos vivos. Não nos permite viver macerados pelo desânimo, absorvidos pela desilusão, derrubados pelas forças da morte. Compreender que a esperança floresce no instante é experimentar o perfume do eterno" A esperança é a carne do nosso existir.

São imensas as dificuldades que o nosso tempo levanta à esperança, bem o sabemos e experimentamos no dia-a-dia. Mas o sonho, a utopia, a loucura (no sentido pessoano) levamos a esperar contra toda esperança. Viver é isso mesmo: lutar, nunca desistir. São imensas as dificuldades. As injustiças, as guerras, o desequilíbrio ecológico, a corrupção, a droga, a exploração sexual, enfim um rol de realidades negativas podem tentar matar o sonho. Mas não. Nada pode destruir o sonho quando a força da vontade é de ferro, segurando o leme do caminho contra ventos e marés.

Viver na gratuidade, na doação. Gratuidade, atitude essencial para sentirmos a leveza do ser que se dá. Banida a poderosa gramática do ter, a gratuidade é a gramática do sol que ilumina e aquece. Aquele que entendeu a vida como um dom, sente-se feliz na dádiva aos outros sem pedir factura. "É no dar que se recebe". Ter sempre as portas abertas para que entre o ar da vida. Fecharmo-nos é morrer. Não é verdade que queremos ser felizes? Pois bem. Então, que o nosso jardim floresça para os outros, para aqueles mais marginalizados que não têm sol. Não andemos sempre



João Guerra
Viagem à roda do tempo

acorrentados ao carrinho do consumo. Paremos. A vida está aí. Em cada pessoa. Em cada coisa. Em cada acontecimento. Gratuidade é tudo isso. É um abraço desinteressado à vida, aos outros. Escreveu Paula Ascensão: "Às vezes fico a olhar o céu, as nuvens a fazer teatro, as árvores a dançar e os passarinhos a cantar. Às vezes fico só a assistir ao milagre que é a vida a acontecer mesmo à nossa frente sem darmos por isso. Subo às árvores e perco horas a escrever, ver filmes, ler livros e passear sem destino. Volto a ser criança cuja principal preocupação era saber qual era a forma daquela nuvem ali à esquerda e se a ovelha do príncipezinho tinha ou não comido a flor." E o rabi Yaacov bem Shimon acertou quando afirmou: "O egoísmo fecha as portas, proíbe a entrada, constrói muros, corta pontes, semeia injustiças, é ponte para a solidão. O egoísmo é pensar somente em nós próprios como centro do mundo e construir um mundo fechado que nos isola das oportunidades que a vida pode oferecer.

"É no dar que se recebe". Abrindo-nos aos outros, abrindo-nos à vida que se oferece como dádiva universal, descentrando-nos para nos centrar nos outros, eis o caminho para a felicidade. Tantas desgraças seriam evitadas se soubéssemos que não somos nós o centro do mundo, ninguém se constrói sozinho, é fruto de muitas mãos, o que é deve-o sempre muito aos outros. Gratuidade é compreender esta verdade e corresponder-lhe, abrindo as portas à graça que vem de fora.

Terminamos com um poema de Cristovam Pavia:

Ó Vida dá-me tudo
O que não me podes dar!...
Vens com mãos de poesia,
Vens com voz de embarlar,
E a dor é alegria
A ponto de chorar!
Ó Vida dá-me tudo
O que me vens tirar!:
Até mesmo a infância
Porque a posso sonhar!
Ó Vida, com que magia
Trémula e deslumbrada
Te agradeço esta paga!

Nota: Cristovam Pavia, pseudónimo de Francisco António Lahmeyer Flores Bugalho (Lisboa, 7 de Outubro de 1933 - Lisboa, 13 de Outubro de 1968) foi um poeta português, filho do também poeta Francisco Bugalho (da geração da revista Presença), oriundo de Castelo de Vide.

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

PORTUGAL E O DIABO

Há uns tempos atrás fomos ameaçados
Pela possível vinda do diabo.
Alguns ficaram receosos, outros alheados,
Dado não haver alvo indicado.

O autor do aviso dispersou simpatias,
Forçado por poderes mais elevados,
De quem o país, eu, e tu também dependias,
Depois dos muitos milhões por eles emprestados.

Mais que o esforço a todos exigido,
Houve falta de jeito na forma usada.
Qualquer um fica mais ou menos ferido,
Se o espremem sem explicação adequada.

Não se pode conduzir a macroeconomia
Só no gabinete com os especialistas,
Desconhecendo que os que andam pela via
Não suportam tudo sem levantar as cristas.

Em tudo na vida é preciso bom senso,
Procurando tomar decisões por fases.
Observando que o resultado chega ao tenso,
Imediatamente alteras o que fazes.

Com a política mais apropriada
Teria a anterior maioria
Possível eleição renovada,
Mas regenerar-se precisaria.

Entretanto houve um fator
Que parece ter-se desprezado,
A mudança da Europa a favor
De um governar menos apertado.

Esta abertura financeira
Não podia descarada ser,
Tinha de ir sorrateira
Para a face não perder.

A nova maioria formada
Resulta de pratica hábil e boa,
Já antes experimentada,
Na Câmara de Lisboa.

Tudo parecia correr bem,
Bruxelas apoiava para se redimir,
A comunicação social também,
Mas algo terrível veio intervir.

Por duas vezes a natureza explodiu
Não foi o diabo, mas um inferno,
Mortos como nunca se viu,
Difícil reconstrução até ao inverno.

A incúria e a geral desorganização
Foram postas a nu fortemente,
Apesar de antecipada informação,
Os serviços não agiram eficientemente.



Um outro caso me vem à lembrança,
Material de guerra armazenado,
Em quartel com forte segurança,
Terá, ou não, desaparecido, ou foi roubado.

Este caso teve um final inédito e feliz,
Pois as autoridades foram avisadas
Sobre o local exato, e não por um triz,
Onde as armas seriam encontradas.

O mais interessante desta maldade
É que apareceu mais do que o procurado,
Levando a concluir não ser eventualidade,
Mas obra do diabo, ou aviso, para mais cuidado.

Outros casos ainda houve,
Como os da Legionella,
Quando da notícia se soube,
Num hospital, não se acreditava nela.

Presentemente há outro satanás,
Porque acordou-se recuperar
Regalias antigas, boas e más,
Sem no orçamento pensar.

Para professores não chega o dinheiro,
Agora juntam toda a função pública
Que tendo o mesmo direito por inteiro,
Resulta no diabo prá República.

Bruxelas já está inquieta,
Presidente e governo à rasca.
O que não temos não se promete,
Outra vez o país se atasca.

Não se pode governar para eleições,
Mas sim para bem da Nação,
Aceitar especiais condições
Só pode acarretar confusão.

Teremos um país agitado,
Em greves ou manifestações,
Pois, se se vir injustiçado,
Faz na rua suas ações.

O triste de tudo isto
É que não são "diabos" de fora.
Difícilmente se terá visto,
Em casa, tantos a toda à hora.

De forma concertada e definitiva,
Não serão os nossos eleitos
Capazes de conseguir alternativa,
Que deixe os nossos diabos desfeitos?

Ou prefere sempre cada escolhido,
Do palanque, apresentar aos seus:
Tudo o que queríamos foi obtido,
Para os demais, valha-lhes Deus.

tabacariadomercado
SECCÃO DE LIVRARIA RELIGIOSA
DOMINGOS GODINHO PERALTA
BAZAR * REVISTAS * JORNAIS
TOTOLOTO * TOTOBOLA * LOTARIAS
Rua 23, n.º 420 - 4500 Espinho • Telef. 22 734 27 17

Festas Felizes

SUNSET
CAFÉ · SNACK BAR

Cláudia Sofia Couto Castro
deseja a todos os seus Clientes, Amigos e Fornecedores
FESTAS FELIZES

Centro Comercial Solverde 1 - Av.ª 8, n.º 454 - 4500-205 ESPINHO

Tlm. 926 728 221

Joka
PET STORE

Rua 23, n.º 329 4500 ESPINHO

MTV Dance com dois espetáculos de casa cheia

O Projeto de Dança do Sporting Clube de Espinho "MTV Dance" realizou este fim-de-semana os já habituais Espetáculos de Natal. Durante a noite de sábado e a tarde de domingo, as meninas MTV protagonizaram três magníficas sessões, todas elas com casa cheia, no Centro Multimeios de Espinho.

A magia desta época natalícia foi uma vez mais iluminada pelas classes deste grupo de dança, que contam sempre com a participação do

grupo de 'Pais Artistas'. Em todas as sessões, este grupo de dança encantou os presentes com diferentes coreografias preparadas pelas professoras Patrícia Calado Ribeiro e Sofia Costa. Destaque, ainda, para as novas classes de Dança Contemporânea, Hip Hop e Zumba Fit, agora também disponíveis, e que fizeram a sua estreia nestes espetáculos, superiormente coreografadas pelos professores, Inês Ribeiro, Dygas e Marta Dias. Mais uma vez um sucesso!



Fotos PEDRO FONSECA



Aula de hidroginástica solidária

A Câmara Municipal de Espinho, através da Divisão de Desporto promove uma Aula de Hidroginástica de Natal Solidária, no sábado, pelas 11 horas, na Piscina Municipal de Espinho.

Promover a atividade física e a solidariedade nesta época natalícia é o mote da iniciativa.

Os participantes terão a oportunidade de ajudar, através da entrega de um bem alimentar enlatado (atum, feijão, salsichas, etc.), as famílias carenciadas do concelho de Espinho, para as quais revertem a totalidade dos bens angariados.



Policlínica Central de Espinho, Lda.

Telef. 227 330 640 (10 linhas)
Tlm. 961 788 984

Consultórios - Espinho:
Rua 33, n.º 408
Rua 16, n.º 1143

Psicopedagogia - Espinho:
Rua 14, n.º 437

Fisioterapia - Ponte d'Anta:
Telef. 227 330 060
Tlm. 937 827 310

Especialidades:

ALERGOLOGIA RESPIRATÓRIA
ANÁLISES CLÍNICAS
ANESTESIOLOGIA
CARDIOLOGIA
CIRURGIA
CLÍNICA GERAL / MEDICINA FAMILIAR
DERMATOLOGIA
ELECTROMIOGRAFIA
ENDOCRINOLOGIA E NUTRIÇÃO
ENFERMAGEM
GINECOLOGIA / OBSTETRÍCIA
MEDICINA FÍSICA E DE REABILITAÇÃO
FISIOTERAPIA



NEUROLOGIA
OFTALMOLOGIA
ORIENTAÇÃO PROFISSIONAL
ORTOPEDIA
OTORRINOLARINGOLOGIA
PNEUMOLOGIA
PODOLOGIA
PSICOLOGIA
PSIQUIATRIA
TERAPIA DA FALA
TERAPIA OCUPACIONAL
UROLOGIA

E108493

Licença n.º 6263/2013



Restaurante Snack-Bar

América



REFEIÇÕES DO DIA * SERVIÇO À LISTA

Av.ª 24, n.º 973 - 4500 ESPINHO • Tlf 22 734 2279 * restauranteamerica24@gmail.com

Feliz Natal

ASSOCIAÇÃO
SÃO FRANCISCO DE ASSIS DE ANTA
FUNDAÇÃO EM 1985

O Presidente e toda a equipa
deseja um santo Natal
e um Feliz Ano Novo

Fúnebre | Clínica Médica | Creche | Centro Lúdico | ERPI

Esmeralda Laranjeira
Temas e poemas



TEMPO DE NATAL

Um clima de sonho se espalha no ar
As pessoas se olham com brilho no olhar
A gente já sente o Natal a chegar ...

É tempo de amor, todo mundo é igual
Os velhos amigos irão se abraçar
Os desconhecidos irão se falar...

E quem for criança vai olhar para o céu
Fazendo um pedido ao velho Noel
Pedindo brinquedos e muitas lembranças
O melhor do Natal, é para as crianças...

Se a gente é capaz de espalhar alegria
Se a gente é capaz de toda essa magia
Eu tenho certeza que a gente podia
Fazer com que fosse Natal todo dia...

Um jeito mais manso de ser e falar
Mais calma, mais tempo pra gente se dar
Diz-me por que só no Natal é assim?
Que bom se ele nunca tivesse mais fim!

Que o Natal comece no seu coração...
Que seja pra todos sem ter distinção
Um gesto, um sorriso, um abraço, o que for
O melhor presente é sempre o Amor!

Os desconhecidos se irão falar
Porque essa magia paira no ar...
Um sorriso no olhar, com muita alegria
Fazer com que seja Natal todo dia...

Que o Natal comece no seu coração
Que seja pra todos de igual modo
Para o rico, para o pobre e necessitado
Para o doente, o só, e o refugiado...

Eu tenho a certeza que a gente podia
Fazer com que fosse Natal todo dia...
Na solidariedade, seja onde for
No voluntariado que alivia a dor
Porque o lema do Natal...
É sempre o Amor...

Amor entre os homens
De boa vontade...
A paz é uma necessidade
Só quando acabar o flagelo do mal
Aí sim... será realmente Natal!...
Natal.

EXPLORADORES

Estou a ler um livro chamado Breve História de Quase Tudo, de Byll Brison. Comecei a leitura para conhecer um pouco mais do universo em que vivemos. O autor não é um cientista nem astrólogo e escreve sobre a história com humor e a simplicidade possível. Desde o Big Bang, passando pela teoria da evolução, os cromossomas ou a origem dos vulcões. Tanto conhecimento na palma da mão. Até agora, sublinhei várias frases fascinantes, como esta:

“Cada átomo que possuímos já passou com certeza por variadíssimas estrelas e foi parte de milhões de organismos pelo caminho, até se tornar parte de nós. Todos nós somos tão atómicamente numerosos, e tão vigorosamente reciclados no momento da nossa morte, que uma parte significativa dos nossos átomos – até cerca de mil milhões para cada um de nós, como já houve quem sugerisse – provavelmente já terá pertencido a Shakespeare.”

Somos poeira de estrelas. Não é isto belo? O fascínio que o cosmos exerce em nós é antigo. E desconhecemos tantos mistérios do espaço e tempo que habitamos.

Marta Pais de Oliveira
Em três
palavras



Como explica Brison:

“O resultado é que vivemos num universo cuja idade não conseguimos calcular, rodeados por estrelas a distâncias que não conseguimos determinar com precisão, preenchidos por matéria que não sabemos identificar, e a funcionar em conformidade com leis da física cujas propriedades não entendemos verdadeiramente.”

E apesar de toda a ignorância, estamos vivos. Acordamos todos os dias e esforçamo-nos por saber mais. Isto é, também, belo. Passam-se anos e anos e não sabemos se esse é pouco ou muito tempo porque a escala temporal é, também, muito relativa. Passam-se milhares de anos tranquilos até uma revolução natural mudar a ordem das coisas num piscar de olhos.



EM TEMPOS DE GRIPE, PROTEJA-SE! VACINE-SE!

Todos os anos ouvimos falar da gripe e da importância de vacinar-se, mas afinal, o que é a gripe? E porque tenho que me vacinar todos os anos?

A gripe é uma doença contagiosa que, na maioria das vezes, cura espontaneamente. As principais manifestações são: febre (temperatura axilar > 38°C), fortes dores de cabeça, dores musculares, cansaço e fraqueza mas também congestão nasal e espirros. Em algumas pessoas mais suscetíveis podem ocorrer complicações, particularmente em pessoas com doenças crónicas ou com 65 ou mais anos de idade.



Carla Carneiro (*)

Os vírus da gripe estão em constante alteração e a imunidade provocada pela vacina não é duradoura, motivo pelo qual as pessoas se devem vacinar anualmente. Esta é a principal medida de prevenção contra a gripe e tem como objetivo proteger as pessoas mais vulneráveis, prevenindo a doença e as suas complicações. No entanto, existem também outras medidas preventivas ao alcance de todos e que devem ser aplicadas por cada um, nomeadamente: uma higiene das mãos adequada, a etiqueta respiratória (tossir ou espirrar para um lenço descartável ou para o antebraço) e no caso de estar infetado aconselha-se o distanciamento social.

Pessoas com idade igual ou superior a 65 anos, residentes ou internadas em instituições, com Diabetes Mellitus, sob diálise, com Síndrome de Down (trisomia 21), submetidas ou a aguardar transplante, Profissionais do Serviço Nacional de Saúde (SNS) e Bom-

Derek V. Ager, geólogo, afirmou com razão:

“A história de qualquer uma das partes da Terra, tal como a vida de um soldado, compõe-se de longos períodos de tédio e curtos períodos de terror.”

Então aqui estou, em casa, Vila Nova de Gaia, distrito do Porto, Portugal, Europa, Planeta Terra, Sistema Solar, Via Láctea, Grupo local de galáxias, Superaglomerado Local, Universo Observável. E o não observável?

Admiro muito todos os homens e mulheres que, no seu tempo, vão desvendando um pouco mais da complexidade deste puzzle. É preciso coragem e ousadia para levantar os olhos do chão muito além do que podemos alcançar. Para construir engenhos que nos permitam ir mais longe. Para perscrutar pacientemente o céu, noite após noite. E para errar tantas vezes e recomeçar tudo de novo. Contrariar o que todos dizem, estando ciente das consequências, e afirmar com convicção aquilo em que se crê. O que é maravilhoso no mundo da ciência e, também, no quotidiano mais banal que possamos ter. Somos todos exploradores em potência. O que nos trará de novo o dia de hoje?

beiros com atividade assistencial têm uma forte recomendação para fazer a vacinação contra a gripe e esta é disponibilizada gratuitamente nos centros de saúde.

Por outro lado, doentes sob quimioterapia ou com doenças pulmonares crónicas, nomeadamente: fibrose quística, défice de alfa-1 antitripsina, patologia do interstício pulmonar, entre outras, também têm um risco acrescido e devem ser vacinados. Se está incluído neste grupo a vacina ser-lhe-á disponibilizada gratuitamente, mediante declaração médica.

As vacinas também são recomendadas para a faixa etária de 60 a 64 anos.

A vacinação inicia-se em Outubro e deve ser feita preferencialmente até ao fim do ano, mas pode prolongar-se até ao final do inverno.

As pessoas não abrangidas pela vacinação gratuita podem adquirir a vacina nas farmácias, sob prescrição médica, beneficiando de comparticipação de 37%. As receitas médicas nas quais seja prescrita, exclusivamente, a vacina contra a gripe, emitidas a partir de 1 de julho, são válidas até 31 de dezembro.

Se ainda ficou com dúvidas, contacte o seu centro de saúde.

Proteger-se da gripe também depende de si: Vacine-se!

* Médica Interna da Formação Específica de Medicina Geral e Familiar na USF Anta

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

Clínica Dentária de Espinho
Prof. Doutor Casimiro de Andrade
Rua 22 (junto à Câmara)
Telef. 22 734 4909 / 96 804 2300 / 91 900 2700

Clínica Dentária de Reabilitação Orofacial
clínicas pacheco
www.clinicaspacheco.com
– IMPLANTOLOGIA – ORTODONTIA
– CIRURGIA ORAL – ODONTOPEDIATRIA
– ESTÉTICA DENTÁRIA – OCLUSÃO
– REABILITAÇÃO ORAL – 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@clínicas pacheco.com

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

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

Espectáculos solidários no Agrupamento Dr. Manuel Laranjeira

No passado dia 6 realizou-se um concerto de Natal, na Escola Sá Couto e no dia seguinte, na Escola Dr. Manuel Laranjeira, tendo sido este de carácter solidário. Estes concertos foram dinamizados pelas professoras do Grupo 250 de Educação Musical (Clementina Silva, Celina Pinho Helena França e Regina Coelho). As turmas participantes pertenciam ao 2.º Ciclo (quintos e sextos anos de escolaridade) e 3.º Ciclo (7.º Ano), no âmbito da disciplina de Oferta de Escola - Oficina de Teatro Musical.

É de realçar, a adesão em massa dos pais e encarregados de educação, bem como da restante comunidade educativa.

O verdadeiro espírito de Natal traduziu-se em espectáculos simples, mas com uma emoção própria, de uma verdadeira família que pretende ser a nossa comunidade escolar.

É de referir que as famílias e os alunos tiveram ainda a oportunidade de visitar a Feira do Livro da

respetiva escola, promovida pelas respetivas bibliotecas escolares

“Não podemos deixar de destacar o empenho e entusiasmo dos nossos alunos na preparação de todo este espetáculo, o apoio dos professores e em particular a emotiva participação do assistente operacional Orlando Vendas, que na escola sede, interpretou a canção ‘Noi-



te Feliz”, sublinharam, a propósito, as professoras organizadoras do evento que fizeram questão de “deixar um agradecimento à equipa de professores e alunos de audiovisuais da escola que nos ajudaram a enaltecer estes eventos”.

A participação solidária traduziu-se na recolha de bens alimentares que, no âmbito da Escola/Agrupamento Solidário, serão entregues às paróquias de Anta e Guetim e Espinho, que posteriormente os distribuirão às famílias mais carenciadas.



DOMINGUES & GOMES, LDA.

**ESTAÇÃO DE SERVIÇO BP
ESPINHO**

RUA19 ANTA • TLF: 227 323 198 • FAX 227 312 304

DESEJA A TODOS OS
SEUS ESTIMADOS
CLIENTES, AMIGOS E
FORNECEDORES
FESTAS FELIZES



OBRIGADO PELA SUA VISITA!



Casa Souzé

ARTIGOS PARA DECORAÇÃO E UTILIDADES DOMÉSTICAS
CRISTAIS * ESTANHOS * INOX * PORCELANAS
VASSOURAS * ESCOVAS * ESPANADORES * PINCÉIS

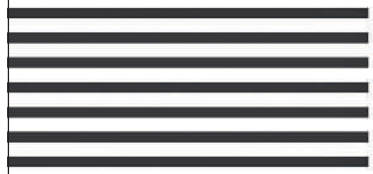
José Fernandes de Sousa, Herdeiros

Rua 19, n.º 329 - 4500-256 ESPINHO • Telef. 227 340 211

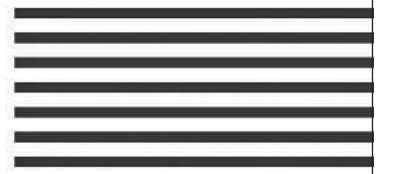


O Executivo da Junta de Freguesia de Paramos, nesta quadra festiva, deseja a todos os Paramenses e também aos seus emigrantes, um Santo Natal cheio de alegrias e que o Ano 2018 seja um concretizar de todos os seus desejos.

O Presidente,
Manuel Dias



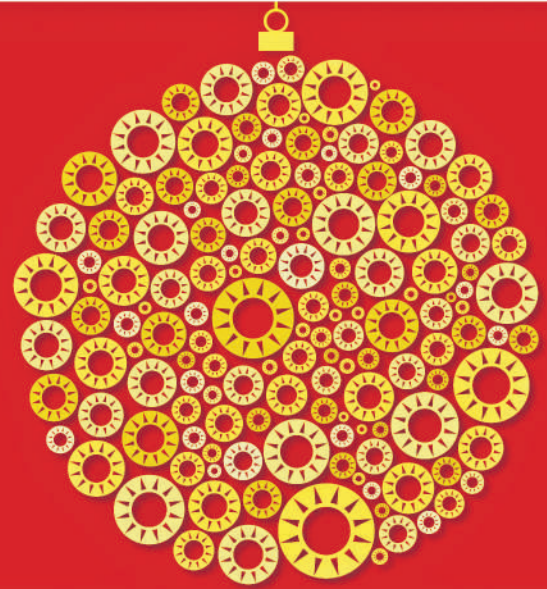
CASINO ESPINHO



NATAL

JANTARES DE NATAL
CONVÍVIOS PARA EMPRESAS

RESERVAS: +351 227 335 500 | eventos@solverde.pt



OLÉ

20 A 23
DEZ

JANTAR ESPECTÁCULO



RÉVEILLON

7
2018

A MAIOR FESTA DO ANO

SALÃO ATLÂNTICO: CHATANOOGA BIG BAND • TIMELESS • LUCKY DUCKIES
RESTAURANTE BACCARÁ: ORQUESTA SAUDADE • SONUS FABER





Alunos da Escola Básica de Anta levam 'Auto de Natal' à sede do agrupamento

O 'Auto de Natal' foi a peça de teatro levada a cena pelos alunos do 4.º Ano, Turma C, da professora Orquídea Amaral, da Escola Básica de Anta, no Auditório Dr.ª Maria Ricardo, na Escola Dr. Manuel Laranjeira.



Fotos MANUEL PROENÇA

Uma peça de teatro elaborada pela própria turma, que retratava de forma divertida e bem-hu-

morada a Feira Semanal de Espinho e estabelecia a ligação com o Advento. Numa sala completa-

mente cheia, a iniciativa contou com a presença da Diretora do Agrupamento de Escolas Dr. Manuel

Laranjeira, Ana Gabriela Moreira, que presenteou os alunos e os presentes com um porto de honra

servido pelos alunos do curso de bar e mesa daquela escola anfitriã do evento.

sabor a *Mar*

restaurante

Aceitamos encomendas de peru c/ recheio para o Natal e Ano Novo

O Restaurante está aberto nos dias 24 (almoço), 31 e dia 1 de janeiro de 2018

O Sabor a Mar entrega refeições em casa nas localidades de Espinho, S. Félix, Arcozelo, Gulpilhares e Valadares

Rua Bernardino Oliveira Pinto, n.º 303
Praia da Aguda
Tlf. 22 762 84 72
Tlm. 91 912 08 82
E-mail: rest.saboramar@gmail.com
Visite-nos no facebook

Limas, Lda.

SOLUÇÕES DE ÁGUA QUENTE

Materials de Construção
Artigos Sanitários e Decorativos

RAIN BIRD

sistemas de rega

Festas Felizes

NOVAS INSTALAÇÕES
(Junto à antiga Praça de Touros)

Rua 39 n.º 571 - Apartado 386 - 4501-912 ESPINHO
Tel.: 227 319 792 • Fax: 227 319 793 • www.limas.com.pt



DIABETES: VIDA SAUDÁVEL NA PREVENÇÃO DO AVC

No âmbito do Dia Mundial da Diabetes, celebrado anualmente a 14 de novembro, a Sociedade Portuguesa do Acidente Vascular Cerebral vem desta forma alertar para a importância da diabetes mellitus como fator de risco para o Acidente Vascular Cerebral (AVC).

Um em cada cinco diabéticos vai morrer de AVC, tornando-o numa das principais causas de morte nestes doentes.

O AVC e a diabetes são duas doenças que têm muito em comum: estão a aumentar na população, afetam os vasos sanguíneos e associam-se a outros importantes fatores de risco vascular, como a hipertensão arterial e a dislipidemia (aumento das gorduras no sangue).

A diabetes é a doença em que o corpo deixa de produzir insulina, ou esta não tem o efeito desejado. A insulina é a hormona que controla a glicemia (os níveis de açúcar no sangue), que passam a estar aumentados.

Comparando com uma pessoa sem diabetes, um diabético tem mais do dobro do risco de sofrer um AVC isquémico, o tipo de AVC em que uma artéria do cérebro fica bloqueada e deixa de fazer a circulação para essa região do cérebro. Isto acontece porque os níveis elevados de açúcar no sangue danificam as artérias, tornando-as mais duras e progressivamente mais estreitas, até entupirem. O risco de AVC também aumenta porque há a tendência para o aumento de peso, que pode levar a aumento da tensão arterial e do colesterol, outros fatores de risco para AVC.



Liliana Pereira (*)

O diabético vai ter um AVC em idade mais jovem, maior probabilidade de sofrer de demência por acumulação de pequenos AVC, e se os níveis de açúcar estiverem altos no momento do AVC, o tamanho da lesão pode ser maior e as consequências do AVC mais graves.

Controlar a glicemia é muito importante, mas não é suficiente para reduzir o risco de AVC, nem para melhorar a sobrevivência após AVC. É fundamental controlar também a tensão arterial, para valores ditos normais, com a redução do consumo de sal e o uso de medicação anti hipertensora, se necessário. E o mesmo se aplica ao controlo do colesterol, com a redução de gorduras da dieta. É possível que mesmo sem ter o colesterol alto o médico receite medicamentos para o reduzir, porque eles também protegem a parede das artérias.

Também as escolhas feitas no dia-a-dia podem ajudar a prevenir um AVC: uma dieta saudável, rica em fruta, legumes, cereais integrais e laticínios magros; a prática de exercício físico durante mais de 30 minutos o máximo de número de dias por semana, seja andar, correr, ou praticar outro desporto; manter o peso próximo do ideal; não fumar; e evitar o álcool, este aumenta a glicemia e a tensão arterial.

A continuada adoção de medidas estratégicas preventivas permite reduzir a mortalidade por AVC. Só a divulgação e adoção das medidas preventivas poderá diminuir também o número de AVC. Se é diabético, siga os conselhos do seu médico, não seja mais um número para as estatísticas do AVC.

* Neurologista do Hospital Garcia de Orta e membro da Sociedade Portuguesa do AVC

A PROBLEMÁTICA DA LUZ QUE NOS ALUMIA

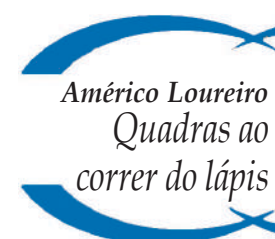
No Mundo atual a Eletricidade
Tornou-se o centro do desenvolvimento,
Não havendo qualquer possibilidade
De a dispensar neste momento.

Não dá, por isso, para entender
Que responsáveis Nacionais,
Sem nisto política se escolher,
A negligenciassem sem mais.

A base da maioria das atividades,
Tanto na produção, como iluminação,
Distração e bem-estar, em campo e cidades,
Deveria ser controlada pela própria Nação.

Saindo do domínio maioritário Português,
O controlo energético foge-nos em parte,
Além das fortes mais-valias que não vê,
Não há interesses que a outrem farte.

Os custos de eletricidade em Portugal,
Dos mais elevados da Comunidade,
Têm uma influência negativa tal
Que muitos produtos não nos dão oportunidade.



As rendas nesta energia faturada,
Para subsidiar eólicas e solares,
Sobrecarregam de forma exagerada
Os preços que apresentares.

A tentativa experimentada,
Para reduzir os milhões perdidos,
Acabou por dar em nada
Com alguns deputados arrependidos.

Ficaram bem os proponentes
Da taxa que perdeu o pé,
E se formos coerentes,
Aqui, apoiamos o B.E.

Haverá fortes razões
Para manter esta espécie de P.P.?
As renováveis envolvem milhões
E muito investimento não é Português?

Não haver alguns porquê,
Leva a tudo poder-se pensar
E assim, mais uma vez,
As culpas generalizar.

<http://josesarmento.blogspot.pt> - <http://sarmento-news.blogspot.pt> - <http://revistaopimpolho.blogspot.pt>

PIMPOLHO □ DESENHO E TEXTO DE: © José Sarmento • 1168



Festas Felizes

Prespunto
Comércio de Vestuário

Rua 16, n.º 1039 - ESPINHO • Telef. 227 323 015

Palácio do Pão
PÃO QUENTE * PASTELARIA * SALÃO DE CHÁ
FABRICO PRÓPRIO

Festas Felizes

Rua 26, n.º 428 - Espinho • Tlf. 227 310 232

Restaurante
O Peixeiro
PEIXE NA BRASA

Especialidades:
| Peixe fresco grelhado
| Camarão Tigre grelhado

Festas Felizes

Rua 41, n.º 275 - 4500-350 ESPINHO
Tlf. 227 343 203

Rua 62 n.º 5 e 7
(Largo da Graciosa)
4500-290 ESPINHO
Telef. 227313615

Graciosa

Especialidades na Brasa:

- * Bacalhau Assado na Brasa
- * Polvo à Lagareiro
- * Lulas na Brasa
- * Frango no Churrasco
- * Carpinteiro à "Graciosa"
- * Entrecosto Assado na Brasa
- * Costelas de Vitela na Brasa
- * Espetada de Carne Crioula

**Churrascaria
Restaurante
Snack-Bar**

Desejamos aos nossos Clientes e Amigos Festas Felizes

**Farmácia
Machado**

Propriedade e Direcção Técnica:
Dr. Carlos Jorge Silva Machado

256 753 704
917 080 319
917 418 366

E-mail: farmachado@gmail.com
Avenida Central Sul, n.º 1275 e 1273
4500-502 PARAMOS

Deseja a todos os seus Clientes e Amigos Festas Felizes

AGENDA

21 de dezembro

10 horas - Centro Multimeios
Workshops decoração T-shirts

15 horas - Planetário do Multi-
meios
"Vida das Árvores"

16 horas - Planetário do Multi-
meios
"Terra Dinâmica"

21h30 - Biblioteca Municipal
Onda Poética

21h30 - Igreja de Espinho
Concerto de Natal - Coro dos
Amigos da Música e Orques-
tra das Beiras

21h30 - Biblioteca Municipal
Onda Poética com coordena-
ção de Anthero Monteiro, lei-
turas do coletivo da Onda
Poética e música

22 de dezembro

10 horas - Centro Multimeios
Histórias encenadas

15 horas - Planetário do Multi-
meios
"Lendas do Céu Noturno:
Perseu e Andrómeda"

16 horas - Planetário do Multi-
meios
"Seleção Natural"

21h30 - Largo da Câmara e
ruas da cidade
Animação de rua: Projeto EZ
"EZ Avião"

21h30 - Largo da Câmara e
ruas da cidade
Animação de rua: Banda às
Riscas

23 de dezembro

15 horas - Ruas da cidade
Sons de Natal: Banda de Músi-
ca Cidade de Espinho

15 horas - Largo da Câmara e
ruas da cidade
Animação de rua: Projeto EZ
"EZ- Dragonologia"

15 horas - Largo da Câmara e
ruas da cidade
Animação de rua: Projeto EZ
"EZ Avião"

17 horas - Rua 19
Concerto de Natal do Coro da
ADRA

21h30 - Largo da Câmara e
ruas da cidade
Animação de rua: Projeto EZ
"EZ Avião"

26 de dezembro

15 horas - Planetário do Multi-
meios
"Vida das Árvores"

16 horas - Planetário do Multi-
meios
"Terra Dinâmica"

10 horas - Biblioteca Municip-
al
No Laboratório do Abecedário
(oficina de escrita criativa di-

namizada pelos funcionários
da Fábrica de Palavras)

15 horas - Biblioteca Municip-
al
Tricotar Histórias
(espaço de encontro de pesso-
as que praticam tricot, cro-
chet, ou outras técnicas de
trabalho com agulhas, concili-
ando com partilha de sabe-
res, leituras e memórias)

27 de dezembro

15 horas - Planetário do Multi-
meios
"Lendas do Céu Noturno:
Perseu e Andrómeda"

16 horas - Planetário do Multi-
meios
"Seleção Natural"

28 de dezembro

10 horas - Biblioteca Municip-
al
As Vogais São Demais!
(oficina de promoção do livro e
da leitura dirigida ao público
do pré-escolar que envolve
narração oral, dramatização
e expressão musical)

15 horas - Planetário do Multi-
meios
"Vida das Árvores"

16 horas - Planetário do Multi-
meios
"Terra Dinâmica"

29 de dezembro

15 horas - Planetário do Multi-
meios
"Lendas do Céu Noturno:
Perseu e Andrómeda"

16 horas - Planetário do Multi-
meios
"Seleção Natural"

31 de dezembro

20 horas - Casino Espinho (Sa-
lão Atlântico)
Festa Réveillon 2017-2018
Chattanooga Big Band, Ti-
meless, Lucky Duckies

20 horas - Casino Espinho (Res-
taurante Baccará)
Festa Réveillon 2017-2018
Orquestra Saudade, Sonus
Faber

20 horas - Hotel Solverde Spa
& Wellness Center
Festa Réveillon 2017-2018
Música ao vivo

20 horas - Hotel Casino Cha-
ves (Restaurante Península)
Festa Réveillon 2017-2018
Orquestra Televisión, San-
drinEddy

20 horas - Casino Vilamoura
(Salão Miralago)
Festa Réveillon 2017-2018
Golden Ira Orchestra, Night
Joker Band e Espectáculo "3D
Dance Dance Dance"

20 horas - Casino Monte Gor-
do (Salão Oceano)
Festa Réveillon 2017-2018
Slot Machines Band, Banda Sé-
culo XXI

20 horas - Hotel Algarve



Casino, Praia da Rocha (Res-
taurante Aladino, no Casino)
Festa Réveillon 2017-2018
Full House Band, Banda Dexys

20 horas - Hotel Algarve
Casino, Praia da Rocha (Res-
taurante Amendoeiras, no
Hotel)
Festa Réveillon 2017-2018
Full House Band, Trio Bucel
Band com Karitta Max

22h30 - Praia da Baía
Festa Réveillon 2017-2018
Concerto com Jimmy P

00 horas - Praia da Baía
Festa Réveillon 2017-2018
Espetáculo Piromusical

00h15 - Praia da Baía
Festa Réveillon 2017-2018
DJ Rusty

7 de janeiro
15 horas - Largo da Câmara
Chegada dos Reis Magos

20, 22, 27 e 29 de dezembro
15 horas - Planetário do Multi-
meios
Lendas do Céu Noturno: Per-
seu e Andrómeda

20, 21, 22 e 23 de dezembro
21 horas - Casino Espinho
Golden Ira Orchestra, Night
Joker Band e Espectáculo "3D
Dance Dance Dance"

21 e 22 de dezembro
10 horas, 14h30 e 16 horas -
Parque João de Deus
Jardim Encantado - "Fábrica
dos Brinquedos do Pai Nat-
tal"
Público-alvo: crianças

21, 22, 23, 26 e 27 de dezembro
14h30 - Cinema do Multimeios
Cinema Infantil - "O Gangue
do Parque 2 (versão portu-
guesa e em 2D)
Categoria: animação/comédia
Após os eventos do primeiro
filme, Surly e os seus amigos
reúnem-se para impedir que
o presidente da câmara de
Oakton City destrua o sítio
onde vivem para abrir cami-
nho a um perigoso parque de
diversões...

21, 26 e 28 de dezembro
16 horas - Planetário do Multi-
meios
Terra Dinâmica

**21, 22, 23, 26, 27, 28, 29 e 30 de
dezembro, 2 e 3 de janeiro**
16h30 e 21h30 - Cinema do
Multimeios
"Star Wars: Os Últimos Jedi"
(em 2D e 3D)
Realizador: Rian Johnson
Atores: Daisy Ridley, Mark
Hamill, Adam Driver e Carrie
Fisher
Categoria: ficção
Classificação: maiores de 12
anos
Oitavo episódio de "Star Wars".
Tendo dado os primeiros pas-
sos no mundo dos Jedi em
"Star Wars: O Despertar da
Força" (2015), Rey junta-se a
Luke Skywalker numa aven-
tura onde conta com a com-
panhia de Leia, Finn e Poe,
para descobrirem novos mis-
térios da Força e outros segre-
dos do passado...

21, 22 e 23 de dezembro
A partir das 20 horas - Casino
Espinho
Olé by Sabor Latino

22 e 23 de dezembro
22 horas - Casino Espinho
Andor Violeta
Música ao vivo no bar The Joker
com entrada livre

22, 27 e 29 de dezembro
16 horas - Planetário do Multi-
meios
Seleção Natural

22 e 23 de dezembro
22 horas - Casino Espinho
Andor Violeta
Música ao vivo no bar The Joker
com entrada livre

22 horas - Hotel Casino Cha-
ves (Solverde)
All of Three
Música ao vivo no bar Plaza
com entrada livre

23 e 30 de dezembro (15h30)
21, 26 e 28 dezembro (15 horas)
Planetário do Multimeios
A Vida das Árvores

23 e 30 de dezembro
16h30 - Planetário do Multi-
meios
Nós Somos Aliens (3D)

24 e 25 de dezembro
22 horas - Casino Espinho
Hugo Correia Duo
Música ao vivo no bar The Joker
com entrada livre

27, 28, 29 e 30 de dezembro
21 horas - Casino Espinho
"Idols" - espetáculo revivalista,
coreografado por Max Olivei-
ra, onde os presentes, numa
viagem intemporal, podem
recordar artistas como David
Bowie, Leonard Cohen, James
Brown ou George Michael

28 de dezembro a 3 de janeiro
14h30 - Cinema Multimeios
A Magia dos Póneis (VP)
Uma nova força sinistra amea-
ça Ponyville. Twilight Spar-
kle, Applejack, Rainbow
Dash, Pinkie Pie, Fluttershy e
Rarity iniciam uma viagem
para lá de Equestria a fim de
usarem a magia da amizade e
proteger o seu lar.
(Não se realizam sessões nos
dias 31 de dezembro e 1 de
janeiro)

29 e 30 e 31 de dezembro
22 horas - Casino Espinho
Vitor Peixeiro Duo
Música ao vivo no bar The Joker
com entrada livre

22 horas - Hotel Casino Cha-
ves (Solverde)
Ricardo Rocha Duo
Música ao vivo no bar Plaza
com entrada livre

Até 6 de janeiro
10 horas - Biblioteca Municip-
al
Exposição de Patchwork "Es-
pecial de Natal" - atelier
Artpatch

9h30 às 19 horas de terça a sex-
ta e 10h30 às 17 horas de se-
gunda e sábado - Biblioteca
Municipal
Exposição de presépios por
Maria Vasconcelos

Até 7 de janeiro
9h30 às 18h30 e das 21 às 22
horas de segunda a sexta e
das 14 às 19 horas e das 21 às
22 horas ao sábado, domingo
e feriado - Multimeios (gale-
ria)
Exposição de pintura "Ori-
gens" de Sílvia Vale

GRUPO DESPORTIVO DOS OUTEIROS
Deseja a todos os associados e amigos **FESTAS FELIZES** e um **2018** com muita saúde.

MENESES ARTES GRÁFICAS
TIPOGRAFIA MENESES
COOPERATIVA GRÁFICA DE ESPINHO, C.R.L.
MAIS DE 50 ANOS DE SERIEDADE, COMPETÊNCIA E QUALIDADE
Deseja a todos os clientes e amigos **FESTAS FELIZES** e um **2018** com muita saúde e bons negócios

Golfinho
Marisqueira / SnackBar
ARROZ DE MARISCO * AÇORDA DE MARISCO
e todo o tipo de Marisco
FRANCESINHAS e todo o serviço de snack-bar
Rua 2, n.º 663 - Espinho - Portugal • Tels.: 227 344 294 / 227 311 887
www.golfinho.web.pt

O NATAL INTERPELA-NOS

A descrição do que aconteceu nesta Noite de Natal não podia ser mais simples: «encontrareis um menino envolto em panos e reclinado numa manjedoura» (Lc 2, 12).

Este é o sinal de sempre para encontrarmos Jesus. Não só há dois mil anos, mas também agora.

Se desejamos festejar de verdade o Natal - nascimento de Jesus Cristo - contemplemos este sinal evidente no presépio: a simplicidade de um recém-



OPINIÃO
DIALOGAR PARA TODOS
Padre Rodrigo Lynce de Faria

nascido; a mansidão de estar reclinado numa manjedoura; a ternura de Maria que envolve o Menino nuns simples paninhos.

Ali, naquela gruta, está verdadeiramente Deus, que Se fez homem para nos

salvar. E para chegar até ao Menino, como nos diz o Papa Francisco, é necessário que cada um de nós saiba inclinar-se, abaixar-se e fazer-se pequeno.

Jesus, recém-nascido, interpela-nos.

Interpela-nos, em primeiro lugar, a deixarmos o efémero da vida para podermos chegar ao que é essencial: Deus ama-nos e não podemos ficar indiferentes a esse amor, nem deixar de o comunicar à nossa volta. Sem oração pessoal, não captamos esta interpelação.

Interpela-nos a renunciar a pretensões vãs e a pautar a nossa vida pela única coisa que vale a pena: cumprir a missão que Deus nos confiou ao trazer-nos a este mundo. Sem exame de consciência, arrependimento e contrição não

captamos esta interpelação nem corrigimos nada no rumo da nossa vida.

Interpela-nos, por fim, a olhar à nossa volta e observar que muitas almas se perdem porque não têm ninguém que as ajude. Sem decisão de olhar para a evangelização como algo que nos compete, não captamos esta interpelação nem sentimos o bendito peso das almas, que foi o motivo pelo qual Deus veio a este mundo.

Com Maria e José, contemplemos o Menino Jesus na manjedoura e saibamos dizer-lhe de verdade: obrigado, Jesus, por teres vindo à Terra para nos salvar! Queremos deixar-nos interpelar por Ti!

O MILAGRE DA VIDA (III)

Que a vida é uma permanente procura, uma caminhada sempre inacabada, que somos peregrinos, é uma verdade que aprendemos desde o dia do nosso nascimento. A criança procura o leite da mãe, procura dar os primeiros passos, procura balbuciar as primeiras palavras e depois, com os vários momentos do crescimento, tudo é procurar, caminhar, satisfeita e insatisfeita, na tensão que vertebrada o ser humano. Tem razão o grande poeta espanhol Antonio Machado quando diz: "Caminhante, são teus passos/o caminho e nada mais;/ Caminhante, não há caminho,/faz-se caminho ao andar./Ao andar se faz caminho,/e ao voltar a vista atrás/se vê a senda que nunca/se voltará a pisar./Caminhante, não há caminho,/mas sulcos de escuma ao mar. (Caminante, son tus huellas/el camino y nada más;/ Caminante, no hay camino,/se hace camino al andar./Al andar se hace el camino,/y al volver la vista atrás/se ve la senda que nunca/se ha de volver a pisar./Caminante no hay camino/sino estelas en la mar.)

Quando não se entende a vida como um percurso à procura do sentido humano e transcendente, esta torna-se o desenrolar dos fios do tempo ao acaso, sem objectivos, sem princípios, sem projecção e sem transformação, só se pode acabar na desistência. Tolentino de Mendonça escreveu: "Esta vida que é exaltante como uma dança sem fim e ao mesmo tempo é lugar de fragilidade, contradição e dor. Esta misteriosa vida que se lança de tal maneira para a frente, para além de nós, que parece que nos escapa. Esta vida, assim em trânsito entre direcções opostas, é a mira do olhar de Deus.



João Guerra
Viagem à roda do tempo

Precisamente esta vida, que construímos no esforço dia após dia, que resiste ao abstracto e se deixa ver melhor no concreto: em gestos pequenos e grandes, em obras de amplo respiro ou no minúsculo silabário dos dias.

Esta vida que não é unicamente pura biologia, elementar factualidade, mas é ética, amor, intencionalidade, arte, oração, desejo, sonho e procura. Esta vida que se quantifica e mede, mas para permanecer por fim indecifrável, é o lugar de Deus."

Da mesma forma se pronunciou o apreciado escritor Augusto Cury: "Posso ter defeitos, viver ansioso e ficar irritado algumas vezes, mas não esqueço de que a minha vida é a maior empresa do mundo. E que posso evitar que ela vá à falência. Ser feliz é reconhecer que vale a pena viver, apesar de todos os desafios, incompreensões e períodos de crise. Ser feliz é deixar de ser vítima dos problemas e tornar-se autor da própria história. É atravessar desertos fora de si, mas ser capaz de encontrar um oásis no recôndito da sua alma. É agradecer a Deus a cada manhã pelo milagre da vida. Ser feliz é não ter

medo dos próprios sentimentos. É saber falar de si mesmo. É ter coragem para ouvir um "não". É ter segurança para receber uma crítica, mesmo que injusta. Que ninguém tenha medo da vida, tenha medo de não vivê-la. Não há céu sem tempestades, nem caminhos sem acidentes. Só é digno do pódio quem usa as derrotas para alcançá-lo. Só é digno da sabedoria quem usa as lágrimas para irrigá-la. Os frágeis usam a força; os fortes, a inteligência. Seja um sonhador, lute pelo que ama."

Ao mesmo tempo que é caminhada para dentro, para os outros, para Além, a vida precisa de ser irrigada pela água do silêncio. O silêncio. O silêncio é o paraíso que o mundo ignora ou procura destruir, o silêncio é o momento em que nos escutamos, entramos no nosso jardim interior e aí descobrimos as flores vindas do fundo da alma, nos vemos no puro e límpido espelho que nos devolve a nossa plena identidade e nos fala num diálogo amoroso. É aí, nesse paraíso, que nascem os grandes pensamentos, os grandes projectos, as grandes ideias e a grande arte, nomeadamente a poesia. Reparemos que a semente germina no silêncio, o bebé ainda não nascituro vive e cresce no silêncio, as raízes entranham-se no silêncio e o firmamento, esse, porque é imenso, abraça-nos no silêncio. António Ramos Rosa escreveu o poema A Festa do Silêncio de que transcrevemos a primeira estrofe: Escuto na palavra a festa do silêncio./Tudo está no seu sítio. As aparências apagaram-se./As coisas vacilam tão próximas de si mesmas./Concentram-se, dilatam-se as ondas silenciosas./É o vazio ou o cimo? É um pomar de espuma.

Estamos em plena época natalícia e a parafernália do ruído enche tudo e todos, o carrossel dos movimentos fatiga e ensombra o pensamento, as carruagens dos comboios do consumismo são o coração a pulsar falso, e no silêncio da noite, no

deserto do ruído, no património da simplicidade, na nudez da transparência, nasce o Menino, o Senhor do Universo, que O canta com o coro de todas as estrelas, o Menino que vai mudar a história abrindo uma nova era. Quem se lembra d'Ele? Quem o convida para a ceia da consoada? Quem lhe dá um beijo de amor, desse amor que é um integral compromisso?

Não nos esqueçamos que a vida é um milagre único e irrepitível. Vale a pena vivê-la em plenitude.

Terminamos com um simples mas belo poema da Ir. Alda Maria Rego, MRSCJ, desejando a todos os leitores um Santo Natal. A vida é um pássaro/Vais passando, voando a cantar;/Experimentando como é bom saber voar./Os teus primeiros voos tiveste de ensaiar/E sabias que a tua vida é um cair e levantar;/Um depender de quem te pudesse alimentar/De todos quantos te ensinaram a cantar./Tantas vezes te quiseram apanhar./Para quê? Para te engaiolar./Mas tu fugias voando sem parar/Para não te deixares acorrentar;/Mesmo quando te procuravam calar,/Continuas o teu lindo chilrear./As tuas asas, nunca as deixaste cortar,/Embora muitas vezes tu tivesses de parar/E te tivesses ensinado a esperar./Dentro de ti sentias a VIDA a germinar/E por isso não paravas de cantar./Ainda hoje és um pássaro a voar./O teu canto tem a nostalgia do luar;/Traz em si uma aurora a despontar,/Um novo dia que não acaba de chegar;/Uma esperança nova que tu não podes guardar/Que o mais importante de tudo é AMAR./Continua e não deixes nunca de cantar,/Meu pássaro verde de esperança no olhar./Sobe aos ramos ... não te deixes rastejar;/Sobe sempre mais alto, pois lá é o teu lugar;/E quando alguém triste fitar em ti o seu olhar,/Que esse alguém sinta vontade de cantar.

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

ALBERTO FERREIRA
Cabelleiro

Esquina das ruas 26 e 21
Telef: 227323319 • Telem: 917857086
4500-267 Espinho

Festas Felizes

* Mais espaço
* Mais promoções
* Mais qualidade

Tudo isto foi criado para si

SUPERMERCADO
NOVO ORIENTE

visite-nos

Rua 31, n.º 914 - 4500-000 ESPINHO • Telef. 22 734 62 30

Desejamos aos nossos estimados Clientes e Amigos **Festas Felizes**

LABORATÓRIO
Rua 25, n.º 253
Telefone 22 731 29 87
ESPINHO

Justino Godinho, Lda.
PRÓTESE DENTÁRIA

Deseja a todos os estimados Clientes e Amigos
FESTAS FELIZES

Aberto todos os dias úteis, das 8h30 às 12 e das 13 às 18 horas, excepto às sextas-feiras que encerra às 16 horas



Fotos DIREITOS RESERVADOS

Homenagem a Pinto Resende e inauguração da Sala da Lareira

Realizou-se no domingo, a Festa de Natal da Associação de Moradores da Idanha, que contou com a presença de algumas dezenas de associados e familiares. Apesar do frio, o sol ajudou a festa, e não faltou o convívio, em especial na inauguração da nova Sala da Lareira. Este novo espaço, recentemente reabilitado, passou assim a estar disponível para a realização de atividades diversas, proporcionando um ambiente acolhedor a quem o venha frequentar. Foi também prestada homenagem aos sócios que colaboraram nas obras da sede, bem como ao benfeitor e fundador, José Pinto Resende, tendo sido descerreadas duas placas comemorativas.



Foto DIREITOS RESERVADOS

Associação Dó Ré Mi realiza encontro de coros

A Associação Dó Ré Mi realizou, no domingo, um encontro de coros, no Salão Paroquial

de Guetim, que contou com a presença do Coro da Associação, o Coro da Tuna de Anta e o Coro dos Pais e Amigos da Artâmega (Marco de Canaveses).



Foto DIREITOS RESERVADOS

Sessão cultural com Domingos de Oliveira

marca arranque da Feira do Livro do PCP em Espinho

Teve lugar no passado sábado, no Centro de Trabalho do Partido Comunista Português (PCP) em Espinho, uma sessão cultural animada pelo Professor Domingos de Oliveira.

Esta iniciativa, onde se debateu literatura e arte populares, contou com a presença de militantes e simpatizantes comunistas, que desta forma tomaram parte

no momento de abertura ao público da Feira do Livro do PCP.

A Feira é constituída por livros de cariz político, mas também ficcional e até mesmo infantil, constituindo-se como uma boa alternativa quer no conteúdo que oferece, quer no permitir fugir aos espaços de maior concentração nesta época do ano. Está aberta até sábado.

Casa Papagaio
Gerência de Victor Santos

ESPECIALIDADES NA BRASA
PEIXES E CARNES VARIADAS
SEMPRE FRESCAS

Rua 41, n.º 99
(Largo da Capela S. Pedro)
4500-586 ESPINHO • Tif. 227 346 194

Desejamos aos nossos
estimados Clientes e Amigos
FESTAS FELIZES

Café Charme

Refeições económicas e caseiras

Desejamos aos nossos estimados Clientes e Amigos
Festas Felizes

Rua 20, n.º 897 – 4500 Espinho

RESTAURANTE BALIZA

RESTAURANTE – CHURRASCARIA

Desejamos a todos os nossos Clientes e Amigos
FELIZ NATAL e PRÓSPERO ANO NOVO

A Gerência

Rua 62, n.º 37 - Rua 8, n.º 471 - 4500 Espinho • Telef.: 22 734 02 20 / 22 734 0607

Lavandaria MARSOL

Deseja a todos os seus Clientes e Amigos
FESTAS FELIZES

Rua 33, n.º 933 - 4500-315 ESPINHO • Telef. 22 734 63 47

Lurdes Cabeleireiro

Deseja a todos os seus estimados Clientes e Amigos
FESTAS FELIZES

Rua 20, n.º 924 – 4500-263 Espinho
Telef. 227 322 231

P. Q.

Pão Quente Athena

Largo da Igreja, 39 – Anta – Tlm. 912 870 057

Todo o serviço de pastelaria e padaria ao seu dispor

Aceitamos qualquer tipo de encomendas

A nossa missão é a sua satisfação!

Desejamos a todos os nossos estimados Clientes,
Amigos e Fornecedores **NATAL FELIZ**

“Queremos formar Homens, antes de formar Campeões”

António José Sá, presidente do Clube Geração Paramos

O Clube Geração Paramos (CGP) irá completar no próximo ano uma década de existência. É a única coletividade desportiva de Paramos que se encontra a competir filiada na Associação de Futebol de Aveiro, envolvendo cerca de seis dezenas de atletas, nos escalões de formação, pais e dirigentes. Em entrevista ao jornal *Defesa de Espinho*, o presidente do Clube Geração Paramos, António José Sá, assevera que se trata de “uma instituição centrada na formação de jovens para a prática desportiva, mais propriamente, o futebol, mas ao mesmo tempo, para além do desporto, o nosso objetivo é a formação educacional e social, para que os jovens possam ter uma integração na sociedade com mais facilidade”.

Manuel Proença

- Como surgiu este clube?

“O Clube Geração Paramos surgiu numa conversa de café entre amigos, com o objetivo de aproveitar as infraestruturas desportivas criadas em Paramos e dar resposta às crianças da freguesia e do concelho. Os cinco sócios fundadores da qual fiz parte, decidiram criar duas estruturas diferenciadas: uma escola de formação EFD Paramos, e um clube de futebol, Clube Geração Paramos. O projeto arrancou com muita força e moti-

vação conseguindo através de parcerias chegar facilmente à centena de praticantes, distribuídos por seis escalões.

Em 2011, fui dar aulas de Educação Física para Paredes de Coura e deixei a escola de formação e o clube entregue aos outros fundadores. Nessa altura, por não ser sustentável, a escola de formação foi extinta, ficando apenas o Clube Geração Paramos com a sua génese de coletividade sem fins lucrativos.

Neste momento o clube atravessa uma fase delicada da sua existência. A oferta de inúmeros clu-

bes no concelho e arredores dificulta a captação de novos atletas para o Clube Geração Paramos. Daí a importância da envolvência da comunidade paramense e de todos os que têm carinho por esta coletividade no sentido de alimentar a nossa existência trazendo novos atletas para o clube.

Respeitando as opções de cada um, enquanto



Foto DIREITOS RESERVADOS

DESTAQUE ENTREVISTA

O presidente do Clube Geração Paramos, António José Sá afirma que aquela coletividade procura “sempre trabalhar com pessoas qualificadas”, pois “a qualidade na formação é fundamental para o futuro do atleta”

paramense não posso deixar de confessar uma enorme tristeza pelo facto de ver muitos filhos da terra a jogarem em clubes vizinhos. Muitos deles, preferem ser suplentes e pouco jogarem mas representarem um clube prestigiado ao invés de integrarem um projeto da sua localidade e terem o

privilégio e orgulho de jogar pela sua terra natal.

Atualmente estamos apenas com três escalões de competição; traquinas, benjamins e juvenis, envolvendo sensivelmente 60 atletas.

Relativamente aos sócios, apesar de existir essa figura nos nossos es-

tatutos, ainda não avançamos com o recrutamento de associados. Considero que em 2018, teremos condições para avançar com esse processo, pela altura do nosso décimo aniversário de existência”.



RESTAURANTE • SNACK-BAR

MARACANÃ

Abraão Soares Pimenta Soeiro

Deseja a todos os seus Clientes e Amigos **Festas Felizes**

Rua 23, n.º 903 (âng. Rua 30) 4500-377 Espinho • Tel. 227 321 809

ALMOÇOS E JANTARES
COZIDO À PORTUGUESA
BACALHAU À MARACANÃ
FRANCESINHAS NO FORNO
PRESUNTO NA TÁBUA

tecnicópia
papalária & centro de cópias

Horários:
Segunda a Sexta: 8 às 13 e das 14 às 19 horas
Sábados: 8,30 às 13 horas
Domingos e Feriados: 9 às 13 horas

Rua 32, n.º 611 | 4500-190 Espinho | Telef./Fax 227 320 058
e-mail: geraltecnicopia@gmail.com

Festas Felizes

TODO O TIPO DE SNACK
SANDES * CACHORROS * PREGOS

CAFE-SNACK EUROPA

Deseja a todos os seus Clientes e Amigos **Festas Felizes**

silvaldecafeeuropa@gmail.com

Largo da Igreja, 163 - Silvalde - Espinho • Tlf. 227345804 - Tlm. 919850937

payshop JOGOS SANTALASA

Papelaria AZUL

LIVROS • MATERIAL ESCOLAR
MATERIAL DE ESCRITÓRIO • REVISTAS
BRINDES • VALORES SELADOS

RUA 19, N.º 825 - TELEFONE 22 734 33 13 - 4500 ESPINHO

Deseja a todos os seus Clientes e Amigos **Festas Felizes**

FRANJAS E FARRIPAS
CABELEIARIA & ESTÉTICA

Avenida 8, n.º 884
4500 Espinho
Tlm. 918 433 184

Festas Felizes

ROPICANA

CONFEITARIA • CAFÉ • SNACK-BAR

AGENTE AUTORIZADO
Jogos Santa Casa • EDP • PT • PayShop

RUA 19 N.º 815 - ESPINHO • TEL. 22 734 49 15

payshop JOGOS PT edp

**DESTAQUE
ENTREVISTA**



- Qual o balanço que pode fazer do historial do clube na formação do futebol jovem?

"Ao longo destes quase 10 anos de existência conseguimos diversos feitos. Destaco a subida dos iniciados para a 1.ª Divisão distrital, a conquista de alguns torneios de prestígio, como o torneio Mértola Cup, o honroso terceiro lugar no Torneio Internacional de Fermentelos e ainda a nossa deslocação à Madeira para participar no torneio do Marítimo onde fomos elogiados e reconhecidos pelo nosso trabalho.

Contamos também com várias presenças nas séries dos primeiros em benjamins e infantis.

Nesta altura o clube atravessa um momento especial, onde os nossos bânmbis de 2008 estão prestes a entrar no escalão de juniores, facto que nos deixa verdadeiramente orgulhosos.

Gostaria de destacar a qualidade da nossa formação. Ao longo desta década são inúmeros os casos de atletas cobiçados e levados a prestar provas em clubes de dimensão nacional. Acredito que um dia teremos um jogador por nós formado a integrar um plantel de prestígio, fato que muito nos honraria".

- Qual a vossa aposta e quais os objetivos?

"O Clube Geração Pa-



Foto DIREITOS RESERVADOS

Os juvenis do Clube Geração Paramos estão na terceira posição da tabela classificativa do Campeonato Distrital da 2.ª Divisão, Série A

ramos é uma instituição centrada na formação de jovens para a prática desportiva, mais propriamente, o futebol, mas ao mesmo tempo, para além do desporto, o nosso objetivo é a formação educacional e social, para que os jovens possam ter uma integração na sociedade com mais facilidade. Daí o nosso lema: "Queremos formar Homens, antes de formar Campeões". Esta é e será sempre a nossa bandeira.

Gostaria também de destacar o nosso papel social. Desde que nascemos, em 2008, houve sempre a preocupação não só em formar mas também em ajudar. E temo-lo feito de várias formas: começando nos nossos atletas, em especial os que têm dificuldades económicas. Chamo à atenção que o Clube Geração Paramos não manda nenhum atleta embora por falta de recursos financeiros!

Promovemos também

"Neste momento o clube atravessa uma fase delicada da sua existência. A oferta de inúmeros clubes no concelho e arredores dificulta a captação de novos atletas para o Clube Geração Paramos"

"Enquanto paramense não posso deixar de confessar uma enorme tristeza pelo facto de ver muitos filhos da terra a jogarem em clubes vizinhos. Muitos deles, preferem ser suplentes e pouco jogarem mas representarem um clube prestigiado"

"Ainda não avançamos com o recrutamento de associados. Considero que em 2018, teremos condições para avançar com esse processo, pela altura do nosso décimo aniversário de existência"

"Ao longo desta década são inúmeros os casos de atletas cobiçados e levados a prestar provas em clubes de dimensão nacional. Acredito que um dia teremos um jogador por nós formado a integrar um plantel de prestígio, facto que muito nos honraria"

"O Clube Geração Paramos é uma instituição centrada na formação de jovens para a prática desportiva, mais propriamente, o futebol, mas ao mesmo tempo, para além do desporto, o nosso objetivo é a formação educacional e social"

"O Clube Geração Paramos não manda nenhum atleta embora por falta de recursos financeiros!"

iniciativas com instituições de solidariedade como a 'Acreditar', e ultimamente com a Associação Paramos em Movimento. Nesta época natalícia iremos distribuir cerca de 200 quilos de alimentos oferecidos pelos pais dos atletas às famílias carenciadas de Paramos".

- Qual o papel que o clube tem tido quer na freguesia de Paramos, quer no concelho de Espinho? O que preconizam para o futuro do clube?

"O Clube Geração Paramos é hoje uma referência no concelho e no distrito. Somos, sem dúvida, das coletividades que mais tem contribuído para levar o nome da nossa freguesia e do concelho por todo País.

O futuro do Clube Geração Paramos preocupa-me diariamente. Sinceramente, gostaria que clube fosse reconhecido pela atual Associação Despor-

tiva de Paramos (ADP) como um potencial parceiro que possa ser parte integrante da própria ADP. Na minha perspetiva só dessa forma poderemos assegurar no futuro a continuidade do projeto.

Ao longo de 10 anos, as direções foram sempre dependentes de pais de atletas, o que traz uma constante insegurança na permanência dos seus membros, ou seja, quando um atleta sai, o pai cessa as suas funções. Com a agregação a uma coletividade com uma direção permanente e não parentalmente dependente, o clube reuniria condições para pensar a longo prazo.

Por outro lado, é certo e sabido que possivelmente o futebol popular irá, no futuro, ser tutelado pela Associação de Futebol de Aveiro. Esse facto irá provocar uma insustentabilidade na



Especialidade em Peixe de Mar

Os Melinhos
Restaurante Marisqueira, Lda

Desejo aos meus Clientes e Amigos **FESTAS FELIZES**

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

Cinda
Cabeleireira

Deseja a todos os seus estimados Clientes e Amigos **Festas Felizes**

Rua 33, n.º 1089 — 4500-191 Espinho • Tlf. 227 314 053

CASARÃO EMIGRANTE
CAFÉ-RESTAURANTE

CASAMENTOS | COMUNHÕES | BAPTIZADOS | CONVÍVIOS | EVENTOS

Praia de Paramos, 94 • 4500-510 Paramos-Espinho • Tel.: 22 734 4001
email: casaraoemigrante@iol.pt | Restaurante Casarão do Emigrante

VICTOR
OURIVESARIA

Ouro | Jóias | Relógios

Agente Oficial Relógios SEIKO

Oficinas próprias para consertos de relógios e ouro

Rua 23, n.º 349 - Espinho • Telef. 22 734 09 31

Deseja a todos os seus estimados Clientes e Amigos **Festas Felizes**

DESTAQUE ENTREVISTA



maioria dos clubes de futebol popular e uma consequente extinção da sua maioria.

Enquanto presidente do Clube Geração Paramos olho para o futuro de uma forma diferente dos que se acomodam e não querem ter uma visão futurista, ambiciosa capaz de responder às necessidades de uma sociedade em evolução. Na minha perspectiva, o futuro passará pela existência de um ou dois clubes por freguesia. Essas coletividades devem estruturar-se com o futebol de formação culminando com o futebol sénior. É esta a minha visão de futuro, que infelizmente não é partilhada pela maioria dos que andam no futebol popular e que pensam que estão muito bem assim”.

- Como é o vosso relacionamento com outras coletividades do concelho de Espinho, nomeadamente com a AC Marfoot, ADF Anta e Sporting Clube de Espinho?

“O nosso relacionamento com os outros clubes é cordial e institucional. A este propósito somos um clube apetecível e estamos constantemente a ser sondados para nos juntarmos a clubes vizinhos. No entanto, enquanto nos conseguirmos aguentar não queremos perder a nossa identidade e o nosso símbolo.



Foto DIREITOS RESERVADOS

A equipa de benjamins A do Clube Geração Paramos ocupa o quarto lugar da Série B no Campeonato Distrital da Associação de Futebol de Aveiro

Falando em particular sobre o Sporting Clube de Espinho, considero que o Clube Geração Paramos poderia ser uma mais-valia na formação principalmente no futebol de sete. Sempre estivemos abertos a trabalhar em parceria com o Sporting Clube de Espinho ou com qualquer outro clube que nos veja como um parceiro estratégico e em que ambas as instituições saiam a ganhar”.

- Quais são, neste momento, as vossas maiores necessidades?

“A nossa maior necessidade neste momento é a construção de raiz de um campo de futebol de sete. O relvado principal encontra-se no término da sua

“Nesta época natalícia iremos distribuir cerca de 200 quilos de alimentos oferecidos pelos pais dos atletas às famílias carenciadas de Paramos”

“O Clube Geração Paramos é hoje uma referência no concelho e no distrito. Somos, sem dúvida, das coletividades que mais tem contribuído para levar o nome da nossa freguesia e do concelho por todo País”

“Gostaria que clube fosse reconhecido pela atual Associação Desportiva de Paramos (ADP) como um potencial parceiro que possa ser parte integrante da própria ADP. Na minha perspectiva só dessa forma poderemos assegurar no futuro a continuidade do projeto”

“Na minha perspectiva, o futuro passará pela existência de um ou dois clubes por freguesia. Essas coletividades devem estruturar-se com o futebol de formação culminando com o futebol sénior”

“Falando em particular sobre o Sporting Clube de Espinho, considero que o Clube Geração Paramos poderia ser uma mais-valia na formação principalmente no futebol de sete. Sempre estivemos abertos a trabalhar em parceria com o Sporting Clube de Espinho ou com qualquer outro clube que nos veja como um parceiro estratégico”

durabilidade, por outro lado torna-se escasso apenas um campo, e para progredir até ao escalão de juniores, será necessário libertar o campo principal dos escalões do futebol de sete, para que assim o futebol de onze tenha espaço e tempo suficiente para os escalões de iniciados, juvenis e juniores.

A vedação do espaço exterior do complexo desportivo é também uma necessidade, não só porque iria valorizar a infraestrutura, mas principalmente porque nos permitiria a obtenção de receitas próprias, através da simbólica cobrança de bilhete”.

- Que apoios recebem?
“Os apoios são funda-

mentais para estarmos vivos! Destaco as empresas da freguesia, do concelho e até fora do concelho que nos apoiam na presente época. Sinto uma enorme adesão e vontade de nos ajudarem. É o reconhecimento do nosso trabalho, é o reconhecimento da nossa importância.

Claro que agradecemos também a ajuda que a Junta de Freguesia nos tem proporcionado nomeadamente a oferta de duas mensalidades e um subsídio que nos atribuíram na época passada e que esperamos que se mantenha na presente temporada.

Fomos também contemplados com um reforço na atribuição das verbas do jogo por parte da Câmara Municipal de Espinho, com o qual nos congratulamos.

Apesar de todos os apoios recebidos, as dificuldades mantêm-se, as despesas mensais absorvem quase a totalidade dos recursos financeiros, e só com uma gestão muito criteriosa e limitada, é que vamos mantendo a casa arrumada.

Aproveito a oportunidade para agradecer a todos os que nos ajudam, e dar-lhes a garantia de que cada cêntimo será gasto nas crianças e na sua formação”.

- Qual o papel da Junta perante o único clube da freguesia inscrito na Associação de Futebol de Aveiro, em competições oficiais?

“Em primeiro lugar gostaria de ser claro; a Junta de Freguesia e o seu presidente Manuel Dias, tem ajudado o Clube Geração Paramos, aliás nunca nos foi negado qualquer apoio e ajuda quando solicitado.



**FRUTARIA
RENASCER**

*Deseja a todos os estimados Clientes,
Fornecedores e Amigos Festas Felizes*

Agora também ao seu dispor na
RUA 32, N.º 593 (antigo edifício dos CTT)

Rua 18 · nº 663 · 4500 ESPINHO · Tel. 220 927 869

Cabeleireiro Neuza

Manicure | Pedicure
Gelinho | Unhas de gel
Extensão de pestanas
Depilação | Massagens

*Deseja a todos os seus Clientes
Festas Felizes*

Rua 23 n824
4500-278 Espinho
Contacto 91 24 82 355

Sobral
Soc. de Ferragens e Ferramentas, Lda.

Deseja a todos os seus Clientes e Amigos Festas Felizes

Rua 16, n.º 791 a 795 - Apartado 30 - 4501-908 Espinho
Telef. 227 340 314 • Fax 227 348 267
e-mail: sobral.espinho@mail.telepac.pt • www.sobral-espinho.com

DESTAQUE ENTREVISTA



No entanto, lamentamos o facto de pagarmos oito meses de treinos!

Os argumentos da Junta é que recebemos mensalidades e que é necessário pagar as despesas do Complexo Desportivo.

A minha resposta é muito clara: considerando que levamos e representamos a bandeira de Paramos por todo concelho e fora dele; examinando o fato de recebemos apenas 50 por cento das mensalidades dos atletas; considerando que temos encargos mensais que ultrapassam em muito as receitas, não me parece correto o aluguer das instalações! Aliás, não conheço nenhum caso em que um clube com a nossa especificidade e propósito tenha que pagar por utilizar uma infraestrutura da freguesia.

O Clube Geração Paramos tal como todas as coletividades não tem qualquer fim lucrativo. A nossa missão é proporcionar às crianças a oportunidade de praticarem desporto, neste caso futebol.

O clube cobra aos atletas uma mensalidade de 25 euros que lhes permitem ter três treinos semanais de uma hora e meia, mais um jogo oficial por semana.

O clube tem a seu encargo ordenados a treinadores e uma fisioterapeuta que acompanha treinos e jogos.

Pagamos à Associação de Futebol de Aveiro as



Foto DIREITOS RESERVADOS

A equipa de traquinas A, que está na Série B do Campeonato Distrital, está na quarta posição da tabela classificativa

inscrições, taxas de jogos e temos despesas várias de material desportivo, como por exemplo manutenção das balizas, redes, bolas oficiais, a dispendiosa marcação do campo de futebol de sete, entre outros equipamentos.

Não considero justo que nos tratem como uma escola de futebol empresarial. Nós, Clube Geração Paramos, queremos unicamente desempenhar um papel social e de formação desportiva, oferecendo a todas as crianças sem exceção a oportunidade de praticarem futebol.

No dia em que a Junta de Freguesia nos libertar do aluguer das instalações desportivas, estou certo de que conseguiríamos baixar a mensalidade dos atletas significativamente e desta forma teríamos mais praticantes”.

- Para quando a construção de uma sede?

“A sede é muito impor-

“A nossa maior necessidade neste momento é a construção de raiz de um campo de futebol de sete. O relvado principal encontra-se no término da sua durabilidade, por outro lado torna-se escasso apenas um campo, e para progredir até ao escalão de juniores”

“Apesar de todos os apoios recebidos, as dificuldades mantêm-se, as despesas mensais absorvem quase a totalidade dos recursos financeiros, e só com uma gestão muito criteriosa e limitada, é que vamos mantendo a casa arrumada”

“A Junta de Freguesia e o seu presidente Manuel Dias, tem ajudado o Clube Geração Paramos, aliás nunca nos foi negado qualquer apoio e ajuda quando solicitado. No entanto, lamentamos o facto de pagarmos oito meses de treinos!”

“Não considero justo que nos tratem como uma escola de futebol empresarial. Nós, Clube Geração Paramos, queremos unicamente desempenhar um papel social e de formação desportiva, oferecendo a todas as crianças sem exceção a oportunidade de praticarem futebol”

“A sede é muito importante para uma coletividade como a nossa. Neste momento estamos numa garagem emprestada e temos falta de espaço e de condições. Não nego o sonho da atribuição de uma das escolas encerradas em Paramos.

Com uma infraestrutura dessas, pensaríamos no Clube Geração Paramos com a matriz que sempre nos caracterizou, a solidariedade associada aos jovens e ao desporto”

tante para uma coletividade como a nossa. Neste momento estamos numa garagem emprestada e temos falta de espaço e de condições.

Não nego o sonho da atribuição de uma das escolas encerradas em Paramos. Com uma infraestrutura dessas, pensaríamos no Clube Geração Paramos com a matriz que sempre nos caracterizou, a solidariedade associada aos jovens e ao desporto.

Por que não acrescentarmos ao clube uma valência social, criando um espaço para os jovens praticarem atividades culturais?! Por que não o Clube Geração Paramos crescer ecleticamente, criando novas modalidades como, por exemplo, o atletismo?

O sonho comanda a vida!...”

- Os pais dos atletas colaboram com a vossa instituição?

“Os pais desempenham

um papel determinante neste clube: desde o acompanhamento dos seus filhos nos treinos, à ajuda na organização de toda a estrutura e logística necessária, passando pela colaboração em eventos de angariação de fundos para o clube, entre outras tarefas.

Penso que neste capítulo o Clube Geração Paramos destaca-se de outras escolas pelo empenho, dedicação que os pais transmitem ao clube.

Dou-lhe um exemplo: há um jogo fora a ser efetuado no fim-de-semana; é necessário preparar lanches, equipamentos, fichas de jogo, transporte dos atletas entre outras tarefas, ora, os pais com ajuda de alguns elementos da Direção, executam todas estas tarefas de uma forma exemplar”.

- Como faz o Clube Geração Paramos o recrutamento técnico?

“No Clube Geração Paramos procuramos sempre trabalhar com pessoas qualificadas. A qualidade na formação é fundamental para o futuro do atleta. Neste aspeto congratulo-me com os treinadores, adjuntos e fisioterapeuta que trabalham connosco. Não posso deixar de reconhecer o nosso coordenador João Mendes, pelo empenho, dedicação e competência com que tem desempenhado as suas funções. Um filho da terra que vive e sente o clube.

Finalizo esta entrevista agradecendo a toda a Direção do Clube Geração Paramos pela dedicação que têm prestado ao clube, e convidando todos os paramenses a juntarem-se à família do Clube Geração Paramos”.

EQUICONTAS

FREITAS MEDIAÇÃO DE SEGUROS, LDA
FREITAS & FILHOS, LDA

CONTABILIDADE E SEGUROS

Especialista em seguros empresariais

SEGUROS DE TODOS OS RAMOS

Agora também em S. Félix da Marinha

Rua Oliva Teles, n.º 1018 - 4410-132

S. FÉLIX DA MARINHA – Telef. 22 753 42 68

Agente:

VICTÓRIA • LIBERTY • ALLIANZ

Av.ª 24, n.º 1019 - Salas B e C - 4500 ESPINHO

Telef.: 22 731 12 08 - 22 731 29 86 • Fax: 22 731 97 89

PRIMOR

CAFÉ - PASTELARIA

Deseja a todos os seus
Clientes e Amigos
Festas Felizes



Rua 19, n.º 883 - 4500 ESPINHO
Tlf. 22 734 23 05



Ostra Congelados, Lda,

PRODUTOS CONGELADOS

A SOLUÇÃO DA SUA COZINHA

Deseja aos seus estimados Clientes

FESTAS FELIZES

Rua 18, N.º 729 - 4500 ESPINHO • Telef. 227346184

Meia centena no Torneio de Natal Distinguidos “alunos revelação 2016-2017” no jantar do 43.º aniversário da Associação Portuguesa de Artes Marciais

Realizou-se no sábado o tradicional Torneio de Natal do Viet-Vo-Dao da Associação Portuguesa de Artes Marciais (APAM). A competição decorreu durante a tarde, nas instalações da Escola Secundária Dr. Gomes de Almeida e foi inteiramente dedicada aos mais novos. O Viet-Vo-Dao é um movimento internacional que visa a agregação e perpetuação dos estilos e artes marciais de origem vietnamita espalhados pelo mundo.

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

Nesta competição de Quyens, o praticante executa individualmente ou em equipa uma sequência fixa de movimentos com carácter marcial previamente estudados.

Em competição estive-

ram três modalidades: o Quyen Individual de mãos nuas, o Quyen Individual com armas tradicionais e o Quyen em Equipa.

No final da competição decorreu a cerimónia de atribuição das classificações.

Assim, foram entregues os diplomas de classificação aos três primeiros classificados de cada grupo de competição.

No final do torneio houve ainda tempo para a organização distribuir ofertas e lembranças a todas as crianças pre-

sentes. Foi uma festa acolhedora e familiar que terminou calorosamente.

Nesse mesmo dia à noite, incluído nas cerimónias do torneio de Natal de Viet-Vo-Dao da APAM, decorreu o jantar comemorativo do 43.º aniversário da APAM. Este ano o jantar teve lugar no restaurante do Complexo de Ténis APAM, em Espinho, onde mais de seis dezenas de convivas encheram a sala, contando com a presença da Câmara Municipal de Espinho, através do seu vice-presidente, Vicente Pinto.

Como é hábito, durante o jantar a direção da APAM atribuiu as merecidas distinções aos “alunos revelação 2016-2017” das diversas classes de Viet-Vo-Dao, Tai-Chi-Dao, Defesa Pessoal e Fight-Dance.

Como não podia deixar de ser, o jantar acabou em ambiente de festa e fraternidade.

Das cinquenta inscrições do Torneio de Natal do Viet-Vo-Dao saldaram-se os seguintes resultados:

Escalão Infantil sem graduação (5 aos 7 anos)



- Thien Mon Quyen
1.º - Simão Peixoto (ADNR - Nogueira da Regedoura); 2.º - Rodrigo Belinha Pais (ADNR - Nogueira da Regedoura); 3.º - Eduardo Silva (ADNR - Nogueira da Regedoura); 3.º - Gabriel Rocha (APAM - Espinho).

Escalão Infantil com graduação (5 aos 7 anos)
- Thien Mon Quyen

1.º - Santiago Couto (ADNR - Nogueira da Regedoura); 2.º - David Abgash (APAM - Espinho); 3.º - Leonor Mendes (APAM - Espinho); 3.º - João Pedro Ferreira (ADNR - Nogueira da Regedoura).

Escalão Infantil (8 aos 9 anos) - Thien Mon Quyen

1.º - Anderson Oliveira (APAM - Espinho); 2.º - Leonor Oliveira (APAM - Espinho); 3.º - Francisco Pires (APAM - Espinho).

Escalão Infantil (8 aos

9 anos) - Sat Thu Quyen
1.º - Martin Miranda (ADNR - Nogueira da Regedoura); 2.º - Inês Silva (ADNR - Nogueira da Regedoura); 3.º - Ruben Sabença (ADNR - Nogueira da Regedoura)

Escalão Infantil (6 aos 9 anos) - Armas Articula-
das

1.º - Ema Meireles (CDCSML - Sta Maria de Lamas); 2.º - Martin Miranda (ADNR - Nogueira da Regedoura); 3.º - Ruben Sabença (ADNR - Nogueira da Regedoura)

Escalão Infantil (6 aos 9 anos) - Armas não-articulada

1.º - Martin Miranda (ADNR - Nogueira da Regedoura); 2.º - Ruben Sabença (ADNR - Nogueira da Regedoura); 3.º - Inês Silva (ADNR - Nogueira da Regedoura)

Escalão Juvenil Masculino (10 aos 13 anos) -

Thien Mon Quyen
1.º - Ruben Magalhães (CDCSML - Sta Maria de Lamas); 2.º - Gonçalo Silva (APAM - Espinho); 3.º - Gonçalo Morais (CDCSML - Sta Maria de Lamas)

Escalão Juvenil Feminino (10 aos 13 anos) - Thien Mon Quyen

1.º - Carol Pinto (APAM - Espinho); 2.º - Joana Couto (ADNR - Nogueira da Regedoura); 3.º - Mísia Lajes (APAM - Espinho)

Escalão Juvenil Masculino (10 aos 13 anos) - Lien Hoa Chang Quyen

1.º - Herlander Miranda (ADNR - Nogueira da Regedoura); 2.º - Bia Alves (APAM - Espinho); 3.º - José Miguel Rocha (ADNR - Nogueira da Regedoura)

Escalão Juvenil Masculino (10 aos 13 anos) - Armas Tradicionais Articula-
das



Restaurante Av.ª 8, n.º 1140
4500-207 Espinho

Desejamos aos
nossos estimados
Clientes e Amigos
Festas Felizes

Terra & Mar

Tlf. 227321204
Tlm. 919716295

Canjinho da Família

desde 1987

ESPINHO MAR

CERVEJARIA MARISQUEIRA

GERÊNCIA DE JOÃO FREITAS
Telf.: 227 344 243
Rua 2 nº 799 4500-259
ESPINHO

facebook.com/www.espinho.mar

UTILIDADES DOMÉSTICAS * FERRAGENS * FERRAMENTAS
* CAMPING GÁS * MÁQUINAS RELVA E ROÇADORAS
AG. BLACK & BECKER: **DeWalt e ELU - Ag. Casals**

O MAIOR SORTIDO EM FERRAGENS DECORATIVAS

Central de Ferragens de Espinho, Lda.

Desejamos a todos os nossos Clientes e Amigos Festas Felizes

R. 12, n.º 618 - 4500-228 Espinho • Telfs. 227343045 - 227342882 • 227343045

Festas Felizes

COSTA VERDE
CONFETARIA-TABERNA
ESPINHO

Av.ª 8, n.º 1426
4500-207 Espinho
Tlm. 913 865 761
cafe.costa.verde@gmail.com
facebook | costaverde2015

Mon Cherry Festas Felizes

JOGOS SANTA CASA

Amigos e Clientes registem aqui
as suas apostas e boa sorte!

Rua 18, n.º 680 - Espinho - Telef. 22 732 2306

CASA AMÉRICO

Gerência de:
Américo Jesus Oliveira Gomes

Deseja aos seus Clientes e Amigos Festas Felizes

Rua 4, n.º 1478 - 4500-346 - Espinho • Telef. 227 347 208



Foto DIREITOS RESERVADOS



1.º - Herlander Miranda (ADNR - Nogueira da Regedoura); 2.º - Gabriel Silva (CDCSML - Sta Maria de Lamas); 3.º - Ruben Magalhães (CDCSML - Sta Maria de Lamas).

Escalão Juvenil Feminino (10 aos 13 anos) - Armas Tradicionais Articuladas

1.º - Bia Alves (APAM - Espinho); 2.º - Eva Milheiro

(APAM - Espinho); 3.º - Carol Pinto (APAM - Espinho).

Escalão Juvenil Masculino (10 aos 13 anos) - Armas não-articulada (iniciados)

1.º - Ruben Magalhães (CDCSML - Sta Maria de Lamas); 2.º - Gonçalo Morais (CDCSML - Sta Maria de Lamas); 3.º - Ricardo Cardoso (APAM - Espinho).

Escalão Juvenil Masculino (10 aos 13 anos) - Armas não-articulada (avançados)

1.º - Herlander Miranda (ADNR - Nogueira da Regedoura); 2.º - José Miguel Rocha (ADNR - Nogueira da Regedoura); 3.º - Gabriel Meireles (CDCSML - Sta Maria de Lamas).

Escalão Juvenil Feminino (10 aos 13 anos) - Armas não-articulada

1.º - Eva Milheiro (APAM - Espinho); 2.º - Carol Pinto (APAM - Espinho); 3.º - Joana Couto (ADNR - Nogueira da Regedoura).

Escalão Infantil (6 aos 9 anos) - Equipa Thien Mon Quyen

1.º - Inês Silva/Ruben Sabença/Simão Peixoto (ADNR - Nogueira da Regedoura); 2.º - David Abgash/Leonor Mendes/Ana Rita Cruz (APAM -

Espinho); 3.º - Anderson Oliveira/Leonor Oliveira/Francisco Pires (APAM - Espinho).

Escalão Juvenil (10 aos 13 anos) - Equipa Sat Thu Quyen

1.º - Herlander Miranda/José Miguel Rocha/Martin Miranda (ADNR - Nogueira da Regedoura); 2.º - Bia Alves/Carol Pinto/Misia Lages (APAM - Espinho); 3.º - Ruben Magalhães/

Gabriel Silva/Gabriel Meireles (CDCSML - Sta Maria de Lamas).

Escalão Juvenil (10 aos 13 anos) - Equipa Armas

1.º - Ruben Magalhães/Gabriel Silva/Gabriel Meireles (CDCSML - Sta Maria de Lamas); 2.º - Bia Alves/Carol Pinto/Misia Lages (APAM - Espinho); 3.º - Luís Martins/Eva Milheiro/Joana Couto (APAM - Espinho).

Veteranos do Luso Venezuelano festejam o Natal com música

A secção de futebol de veteranos do Centro Social Luso Venezuelano realizou, no sábado, a sua tradicional festa de Natal, que decorreu numa das salas do seu restaurante, tal como em anos anteriores. A iniciativa juntou diretores, atletas, familiares e amigos, numa festa em que, como é habitual, houve lembranças para todos os que fazem parte da família dos veteranos do Centro Social Luso Venezuelano.

Para animar a noite, realizou-se um baile com a atuação de um músico residente (Eduardo), não faltando o karaoke que se estendeu pela noite dentro.

No final do jantar, a Direção dos veteranos do Centro Social Luso Venezuelano, aproveitou a oportunidade para desejar um feliz Natal e um próspero Ano Novo a todos os presentes.



COMERCIAL TEC

Comercialização e Assistência Equipamentos de Escritório, Lda



DEVELOP
Soluções de Impressão

ALITAL ALCATEL TSUNAMI ETPOS TOSHIBA Leading Innovation SAMSUNG elabora software

Rua 38, n.º264 | ap. 256 | Anta | 4500-910 ESPINHO
Telf.: 227 319 021 | Fax: 227 319 023 | geral@comercialtec.pt
http://www.comercialtec.pt



A Fidalguinha
RESTAURANTE

Especialidades

LULAS - CHOCOS

e toda a variedade de peixes e carnes

Joana Maria Lopes

Av.ª João de Deus, 1484 - 4500 Silvalde - Espinho
Telef. 227 312 036 • Tlm. 917 739 386

www.afidalguinha.com

Desejamos a todos os nossos estimados Clientes e Amigos **Festas Felizes**

SUSHI HOUSE
e PEIXE GRELHADO

Informações e Reservas:
917 996 625

Rua 41, n.º 249 - 4500-355 Espinho





Fotos DIREITOS RESERVADOS

Muita animação na primeira festa da ginástica academista

Realizou-se no domingo, ao final da tarde, a 1.ª Festa de Natal da Ginástica da Associação Académica de Espinho (AAE) no pavilhão Jerónimo Reis.

O evento reuniu cerca de 140 ginastas de todas as classes (Formação Geral (3 aos 9

anos), Rítmica Educativa (3 aos 9 anos), Acrobática, Rítmica Exibição e Trampolins), que de uma forma mais descontraída, animada, e com coreografias gímnicas natalícias fizeram atuações prestando provas do trabalho efetuado durante estes pri-

meiros meses de início de época desportiva.

Recinto quase repleto de assistentes, nomeadamente pais, familiares e amigos, para um espetáculo de grande qualidade protagonizado pelos pequenos e grandes artistas.

“Toda esta festa teve gran-

de sucesso graças ao esforço e empenho dos treinadores”, referiu, a propósito, a diretora da secção de ginástica da Associação Académica de Espinho, Maria João Justiniano Vitó que fez questão de dar os “parabéns a todos os participantes”.

Gustavo Marques em sexto

A Secção de Natação do Sporting Clube de Espinho esteve presente no Torneio Zonal de Juvenis - Zona Norte em Piscina Curta, realizado

nas Piscinas Municipais de Bragança, na sexta-feira e no sábado.

Este foi um torneio com tempos mínimos de acesso, onde participaram os me-

lhores nadadores juvenis do norte do País. Em simultâneo, decorreu o Torneio Zonal de Juvenis - Zona Sul. Estes torneios foram organizados pela Federação Portuguesa de Natação em parceria com as Associações Regionais de Natação onde

se realiza a competição.

O Sporting Clube de Espinho participou com o nadador Gustavo Marques (Juvenil B) nas provas de 100 e 200m Costas. Gustavo Marques ficou em 6.º lugar nos 200m Costas e em 12.º lugar nos 100m Costas.

Natação tigre em festa de Natal



Fotos DIREITOS RESERVADOS



Realizou-se no sábado, a Festa de Natal da Natação do Sporting Clube de Espinho com o habitual minitorneio de Natação Pura e Adaptada e com a exibição das nadadoras de Natação Sincronizada, seguindo-se de um Jantar Convívio entre todos os nadadores, treinadores e dirigentes. Estiveram presentes mais de 100 nadadores.

Sp. Espinho em destaque no Torneio Primeira Braçada

A equipa de Pré-Competição 2 da Secção de Natação do Sporting Clube de Espinho esteve presente no I Torneio 1ª Braçada, no passado dia 8.

Esta competição foi realizada nas Piscinas Municipais de São João da Madeira. Estiveram presentes 122 nadadores em representação de nove clubes da Associação de Natação do Centro Norte de Portugal e um clube da Associação de Natação do Norte de Portugal.

O Sporting Clube de Espinho esteve presente com 12 nadadores (oito masculinos e quatro femininos nascidos em 2007, 2008 e 2009). A classificação foi realizada por escalão nos Masculinos Cadetes A nascidos em 2006, Cadetes B nascidos em 2007 e 2008 e Cadetes C nascidos a partir de 2009.

Neste tipo de prova a principal preocupação dos

treinadores é medir a evolução técnica de nado destes nadadores desde o início da época.

O grande destaque desta competição foi a nadadora Maria Morais Iglésias que alcançou o lugar mais alto do pódio nas provas em que individualmente participou 25m Costas e 50m livres, também subiu por duas vezes ao 2.º lugar do pódio nas duas estafetas em que participou, 4x25m livres e 4x25m costas.

Também em destaque estiveram os nadadores Afonso Monteiro, Tiago Dantas, João Tavares, Sara Morais, João Neves, Leonor Rocha e Manuel Oliveira que também subiram ao pódio.

Maria Morais Iglésias (Cadete B) obteve o 1.º lugar nos 25m Costas e 50m Livres. Afonso Monteiro (Cadete C) ficou em 1.º lu-

gar nos 50m Livres e 2.º lugar nos 25m Costas. Tiago Dantas (Cadete C) obteve o 1.º lugar nos 25m Livres e 3.º lugar nos 25m Costas. João Tavares, (Cadete C), ficou em 2.º lugar nos 50m Livres e 7.º lugar nos 25m Costas. Sara Morais (Cadete B), 3.º lugar nos 50m Costas e 5.º lugar nos 50m Livres. João Neves (Cadete B), ficou em 3.º lugar nos 50m Costas e 5.º lugar nos 50m Livres. Leonor Rocha (Cadete B), alcançou o 3.º lugar nos 25m Livres e 7.º lugar nos 25m Costas. Manuel Oliveira (Cadete B), 3.º lugar nos 50m Livres e 13.º lugar nos 25m Costas. Ana Filipa Silva (Cadete B), ficou em 4.º lugar nos 50m Costas e 6.º lugar nos 50m Livres. Guilherme Rocha (Cadete B), obteve o 5.º lugar nos 50m Costas e o 13.º lugar nos 50m Livres. Rodrigo

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; Marco Lopes; Miguel Mesquita; Paulo Jorge Duarte; Paulo Malheiro; Pedro Luís; Sérgio Santos; Vítor Lancha.

Colunistas
Américo Loureiro; Ana Filipa Félix; António Regedor; Arcelina Santiago; Esmeralda Laranjeira; Ferreira de Campos; Francisco Goulão; João Guerra; Joaquim Ribeiro; Jorge Madureira; José Sarmento; Manuel Sancebas; Manuela Aguiar; Mário Frota; 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

Estatuto Editorial disponível na 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.

Tigres perdem em Felgueiras

A equipa de futebol sénior do Sporting Clube de Espinho foi a Felgueiras perder com os locais por 2-1, em jogo a contar para o Campeonato de Portugal, Série B. Os tigres ocupam a segunda posição da tabela classificativa, com menos três pontos que o Cinfães.

O Sporting Clube de Espinho entrou muito bem na partida e aos cinco minutos já vencia o Felgueiras por 0-1, com um golo de Gilson Varela.

Os adversários reagiram e, aos 16 minutos, acabaram por chegar ao empate, num lance em que os tigres poderiam ter feito um pouco mais.

A partir daqui a equipa do Felgueiras ganhou confiança e acabou por fazer o 2-1 já na segunda parte, com um golo de Patrick.

Felgueiras 1932, 2 Sporting Espinho, 1
Jogo no Estádio Municipal Dr. Machado de Matos,

em Felgueiras.
Árbitro: Pedro Vilaça (AF Viana do Castelo).

Árbitros assistentes: Pedro Rocha e Anthony Enes.

Ao intervalo: 1-1.
Futebol Clube de Felgueiras 1932 - Márcio Paiva; Alex Porto, Ginho, Vítor Pinto (cap.) e Huguinho; Nani Soares, Cuca e Ricardo Fernandes; Diogo Torres, Patrick e Goba Zakpa.

Substituições: Diogo Torres por André Rodrigues (58), Patrick por Helinho (68) e Ricardo Fernandes por Xavi (84).

Não utilizados: Andrii Zhelizko, Sardinha, Alex Machado e Kakra Boakye.

Treinador: Horácio Gonçalves.

Sporting Clube de Espinho - Leo Leichsenring; João Ricardo, Cléber, José Santos e Bruno Gomes; Ministro, Leo Cordeiro e Samu; Van Zeller, Carlitos (cap.) e Gilson Varela.

Substituições: Bruno Gomes por Paulinho (70) e Van Zeller por Bruno Moraes (80).

Não utilizados: Bruno Silva, Pipa, Joel, Rui Lopes e João Pinto.

Treinador: Rui Quinta.
Golos: 0-1, por Gilson Varela (5); 1-1, por Ricardo Fernandes (16); 2-1, por Patrick (65).

Disciplina: cartão amarelo a Ricardo Fernandes (39), Huguinho (60) e Alex Porto (61); Cléber (7) e João Ricardo (58).

CAMPEONATO DE PORTUGAL 2017/18

SÉRIE B - Resultados		Classificação				
		J	V	E	D	M-S P
Cesarense-FC Pedras Rubras	1-1					
FC Felgueiras 1932-Sp. Espinho	2-1	Cinfães	14	9	4	1 22-12 31
Cinfães-Canelas 2010	3-2	Sp. Espinho	14	8	4	2 25-13 28
Freunde-AD Sanjoanense	0-1	Cesarense	14	6	7	1 21-9 25
Trofense-Amarante FC	0-2	FC Felgueiras 1932	14	7	4	3 20-12 25
Aliança de Gandra-Gondomar	0-2	Gondomar	14	5	7	2 16-9 22
Sousense-SC Salgueiros	0-3	Amarante FC	14	5	5	4 18-17 20
Camacha-SC Coimbrões	3-1	Camacha	14	5	4	5 19-22 19
		FC Pedras Rubras	14	4	6	4 12-12 18
		AD Sanjoanense	14	4	5	5 17-15 17
		Canelas 2010	14	4	5	5 25-23 17
		SC Coimbrões	14	3	6	5 22-28 15
		Freunde	14	4	3	7 15-14 15
		SC Salgueiros	14	2	8	4 15-17 14
		Aliança Gandra	14	3	3	8 15-25 12
		Trofense	14	3	2	9 12-21 11
		Sousense	14	3	1	10 7-32 10

Rio Largo perde terreno

A equipa dos Magos de Anta continua na liderança da 1.ª Divisão do Campeonato de Futebol Popular do Concelho de Espinho.

Os antenses venceram os Outeiros, por 1-0 e mantiveram a distância de um ponto para o segundo classificado, a Corga de Silvalde, que ganhou por 3-0 ao Desportivo Regresso.

A grande surpresa desta jornada foi a derrota do Rio Largo ante o Desportivo da Ponte de Anta, por 3-1, baixando à quinta posição da tabela classificativa.

No escalão secundário, o destaque vai para o confronto entre a Associação Desportiva de Esmojães e o Grupo Desportivo da Idanha, com a equipa da Idanha a vencer por 2-3 e a passar para o terceiro posto da tabela, em igualdade de pontos que o seu adversário.

O Campeonato irá fazer uma pausa para a época festiva que atravessamos, voltando a 6 e 7 de janeiro de 2018.

CAMPEONATO DE FUTEBOL POPULAR DO CONCELHO DE ESPINHO

1.ª DIVISÃO Resultados

Desportivo Ponte Anta-Rio Largo	3-1
Magos Anta-GD Outeiros	1-0
Quinta Paramos-Cantinho Ramboia	0-1
Corga Silvalde-Desportivo Regresso	3-0
Leões Bairristas-Novasemente	1-0
GD Ronda-Bairro Ponte Anta	4-1
Folgaram os Águias Paramos	

Classificação

	J	V	E	D	F-C	P
Magos Anta	8	5	2	1	12-5	17
Corga Silvalde	7	5	1	1	19-9	16
Cantinho Ramboia	7	5	0	2	10-8	15

GD Ronda	7	4	2	1	14-5	14
Rio Largo	8	3	4	1	10-7	13
Quinta Paramos	7	4	1	2	11-6	13
Leões Bairristas	7	3	2	2	10-8	11
Desportivo P. Anta	8	3	1	4	13-16	10
Águias Paramos	7	3	0	4	15-19	9
Bairro Ponte Anta	8	1	2	5	10-22	5
GD Outeiros	8	1	1	6	9-17	4
Novasemente	7	1	1	5	8-12	4
Desp. Regresso	7	1	1	5	7-14	4

Próxima jornada (6 e 7 de janeiro)

GD Outeiros-GD Ronda
Bairro Ponte Anta-Desportivo P. Anta
Corga Silvalde-Quinta Paramos
Rio Largo-Novasemente
Desportivo Regresso-Leões Bairristas
Águias Paramos-Cantinho Ramboia
Folgaram os Magos Anta

2.ª DIVISÃO Resultados

Morgados Paramos-Juvent. Estrada	2-1
Associação Esmojães-GD Idanha	2-3
Estrelas Divisão-Cruzeiro Silvalde	0-1
Lomba Paramos-AD Guetim	2-3
Império Anta-Águias Anta	3-2
Estrelas Vermelhas-Estrelas P. Anta	3-3

Classificação

	J	V	E	D	F-C	P
Morgados Paramos	7	7	0	0	22-11	21
AD Guetim	7	4	3	0	19-11	15
GD Idanha	7	4	2	1	14-10	14
Assoc. Esmojães	7	4	2	1	12-5	14
Cruzeiro Silvalde	7	3	1	3	19-16	10
Juventude Estrada	7	3	1	3	12-12	10
Estrelas Vermelhas	7	2	2	3	16-16	8
Lomba Paramos	7	2	1	4	13-21	7
Império Anta	7	2	1	4	13-16	7
Estrelas Ponte Anta	7	1	3	3	12-14	6
Estrelas Divisão	7	1	2	4	6-9	5
Águias Anta	7	0	0	7	11-28	0

Próxima jornada (6 e 7 de janeiro)

Juventude Estrada-Império Anta
Morgados Paramos-AD Guetim
Águias Anta-Cruzeiro Silvalde
Estrelas Divisão-Estrelas Ponte Anta
GD Idanha-Lomba Paramos
Associação Esmojães-Estrelas Vermelhas

Dois penaltis por marcar!

A equipa de futebol de juniores do Sporting Clube de Espinho perdeu, por 3-2, com a Oliveirense, em jogo a contar para a 14.ª Jornada da 2.ª Divisão do Campeonato Nacional de Juniores.

O encontro começou com o Sporting Clube de Espinho a impor o seu jogo através do controlo da posse de bola e aos dois minutos num remate certo de André Pinhal inaugurou o marcador. A igualdade foi restabelecida aos treze minutos num golo na própria baliza de Rafael Figueiredo.

Ao minuto dezanove, na sequência de um canto, o jogador Diogo Barros da equipa da casa colocaria o resultado em 2-1. Os tigres não se deixaram abater e obrigaram a equipa da casa a defender-se após o seu golo, conseguiram restabelecer a igualdade pelo capitão André Pinhal, resultado com que chegariam ao intervalo 2-2.

A segunda parte estava a ser bem disputada e com um ritmo alto, mas há passagem do minuto sessenta surgiu o golo da equipa da casa por intermédio de Cristiano Santos após um ataque rápido. A partir desse momento, os tigres foram atrás do resultado, assumiram o jogo, no entanto não foi possível outro resultado devido a erros grosseiros de arbitragem, grande penalidade, no mínimo duas, por marcar sobre André Pinhal ao minuto oitenta e mão na bola aos oitenta e seis minutos dentro da grande área da equipa da casa.

Nos minutos finais a lamentar a falta de eficácia em



duas oportunidades de golo dos tigres.

Duas equipas com ideias de jogo muito diferentes, num terreno extremamente difícil particularmente para o Sporting Clube de Espinho que está habituado ao sintético, num jogo bem disputado onde nos lances capitais a equipa de arbitragem não esteve bem prejudicando claramente os tigres.

Oliveirense, 3 Sporting Espinho, 2
Jogo no Estádio Carlos Osório, em Oliveira de Azeiteiros. Árbitro: José Pedro Dias (AF Bragança). Árbitros assistentes: Pedro Maia e Luís Pinto.

União Desportiva Oliveirense - Gonçalo Gonçalves; Filipe Pinho, Duarte Soares, André Araújo e Diogo Barros; José Sacramento, Marco Santo e Gonçalo Ferreira; Pedro Pereira, José Guimarães e Cristiano Santos.

Substituições: José Sacramento por Daniel Familiar (64), Cristiano Santos por Vasco Lima (70) e Diogo Barros por Miguel Costa (85).

Não utilizados: André Cardoso, Telmo Santos, Gabriel Silva e Tiago Ribeiro.

Treinador: Nelson Pinho.
Sporting Clube de Espinho - Rui Lima; Rafael

Figueiredo, Diogo Magalhães, Filipe Vito e Sandro Oliveira; Paulo Cruz, André Pinhal (cap.) e Bernardo Ferreira; Hugo Chang, Lucas Lima e Pedro Vito.

Substituições: Sandro Oliveira por Jorge Graça (60), Diogo Magalhães por Kenny Neves (69) e Pedro Vito por Rui Neto (78).

Não utilizados: João Tomás, Bruno Costa, Gustavo Lourenço e Francisco Oliveira. Treinador: Paulo Marques.

Treinadores adjuntos: Hugo Moutinho e Ricardo

Silva.

Golos: 0-1, por Rafael Figueiredo (2); 1-1, por Rafael Figueiredo (13, pb); 2-1, por Diogo Barros (19); 3-1, por Cristiano Santos (62); 3-2, por André Pinhal (74).

Disciplina: cartão amarelo a Cristiano Santos (6), Filipe Pinho (40 e 74); André Pinhal (82). Cartão vermelho, por acumulação, a Filipe Pinho (74). Expulsão dos treinadores Nelson Pinho (75) e Paulo Marques (82).

Manuel de Magalhães

Tiago Paiva candidato a presidente da AFPCE

Tiago Paiva irá encabeçar a única lista candidata (até à data) ao ato eleitoral da Associação de Futebol Popular do Concelho de Espinho (AFPCE), a realizar a 5 de janeiro de 2018, pelas 21h15, na sede daquela associação, no Fórum de Arte e Cultura de Espinho.

Tiago Paiva, do Novasemente Grupo Desportivo, apresenta na sua lista os seguintes elementos:

Direção - Presidente, Tiago Paiva; vice-presidente, Diogo Pereira; tesoureiro, Hélder Freitas; 1.º secretário, Bruno Marques; 2.º secretário, José Chumbinho.

Assembleia Geral - Presidente, Fernando Fernandes; vice-presidente, Alfredo Sousa; 1.º secretário, Álvaro Ferreira; 2.º secretário, José Vitorino.

Conselho Fiscal - Presidente, Jorge Sá; secretário, Vítor Oliveira; relator, José Ruivo.

As eleições estão agendadas para o dia 5 de janeiro e a apresentação de listas poderá ser feita até 29 de dezembro.

Rua 27, n.º 266
4500-288 ESPINHO
Telef. 227 348 918

ml
Maria de Lurdes
Cabeleireiro & Estética

- Membro do Clube Artístico dos Cabeleireiros de Portugal
- Clube Artique de Paris
- Centro Artístico Cultural dos Cabeleireiros de Portugal
- Haute Coiffure Française (Création)

CASA MEIRELES
Desde 1954

GRELHADOS NA BRASA
COZINHA TRADICIONAL
PETISCARIA

Festas Felizes

Rua 23, n.º 94 - 4500-802 ESPINHO
www.casameirelesespinho.pt • casameirelesespinho@gmail.com
Tls. 227 311 140 - 934 946 481 - 912 650 088

QUE O NATAL SEJA FESTEJADO COM HARMONIA, E 2018 SEJA DE ALEGRIA SAÚDE, PROSPERIDADE E MUITO AMOR NO CORAÇÃO.

Harmonia Caffè

Largo do Souto, Anta-Espinho



II LIGA

Resultados

Paços Ferreira-Boavista	1-2
Feirense-V. Setúbal	1-0
Estoril Praia-Desp. Aves	3-2
Braga-Belenenses	4-0
Chaves-Rio Ave	1-1
Sporting-Portimonense	2-0
Tondela-Benfica	1-5
Moreirense-V. Guimarães	2-1
FC Porto-Marítimo	3-1

Classificação

J	V	E	D	F-C	P	
FC Porto	15	12	3	0	39-6	39
Sporting	15	12	3	0	32-9	39
Benfica	15	11	3	1	37-10	36
Braga	15	10	1	4	29-13	31
Marítimo	15	8	3	4	16-13	27
Rio Ave	15	7	3	5	17-12	24
V. Guimarães	15	7	2	6	19-24	23
Boavista	15	6	2	7	16-18	20
Chaves	15	5	4	6	17-20	19
Belenenses	15	5	2	8	14-22	17
Portimonense	15	4	4	7	22-26	16
Tondela	15	4	3	8	18-26	15
Feirense	15	4	2	9	12-19	14
Desp. Aves	15	3	4	8	14-23	13
Paços Ferreira	15	3	4	8	16-29	13
Moreirense	15	2	5	8	11-24	11
Estoril Praia	15	3	2	10	12-31	11
V. Setúbal	15	2	4	9	13-29	10

Próxima jornada (03 e 04/01)

V. Guimarães-Tondela (23/12)

Boavista-Braga	
Marítimo-Chaves	
Desp. Aves-Moreirense	
Rio Ave-Paços Ferreira	
Feirense-FC Porto	
Benfica-Sporting	
V. Setúbal-Estoril Praia	
Portimonense-Belenenses	

II LIGA

Resultados

Gil Vicente-Ac. Viseu	0-0
Cova da Piedade-Real	1-0
Sporting B-Varzim	1-0
V. Guimarães B-Benfica B	1-0
Braga B-FC Porto B	1-2
Santa Clara-UD Oliveirense	0-0
Leixões-Nacional	2-2
Académica-Sp. Covilhã	2-0
Penafiel-Arouca	2-0
U. Madeira-FC Famalicão	3-0

Classificação

J	V	E	D	F-C	P	
Ac. Viseu	17	9	5	3	22-14	32
FC Porto B	17	10	1	6	27-22	31
FC Famalicão	17	8	6	3	29-17	30
Académica	17	9	3	5	29-20	30
Penafiel	17	7	6	4	23-21	27
Leixões	17	7	6	4	22-22	27
Santa Clara	17	8	3	6	26-24	27
Nacional	17	6	7	4	25-22	25
Arouca	17	7	4	6	14-17	25
Sporting B	17	7	3	7	25-31	24
Benfica B	17	6	4	7	20-24	22
Cova da Piedade	17	6	3	8	17-19	21
UD Oliveirense	17	5	6	6	15-19	21
Varzim	18	5	6	7	18-18	21
Sp. Covilhã	17	5	6	6	15-21	21
Gil Vicente	17	5	6	6	19-16	21
U. Madeira	18	5	4	9	23-24	19
Braga B	17	4	6	7	21-25	18
V. Guimarães B	17	4	2	11	17-29	14
Real	17	3	3	11	22-29	12

Próxima jornada (21e 22/12)

Varzim-U. Madeira (12/11 ----- 3-1)

Real-Santa Clara	
Sporting B-V. Guimarães B	
Ac. Viseu-Penafiel	
Sp. Covilhã-Gil Vicente	
FC Famalicão-FC Porto B	
Benfica B-Braga B	
UD Oliveirense-Leixões	
Nacional-Arouca	
Cova da Piedade-Académica	

FUTEBOL

CAMPEONATO NACIONAL JUNIORES - 2.ª DIVISÃO - SÉRIE B

Resultados

Arouca-Penafiel	1-3
Feirense-Padroeiro	2-0
UD Oliveirense-Sp. Espinho	3-2
Paredes-Sousense	0-4
Ac. Viseu-Nogueirense FC	1-1

Classificação

J	V	E	D	F-C	P	
Feirense	14	11	0	3	32-9	33
Penafiel	14	10	1	3	40-22	31
Sp. Espinho	14	7	4	3	30-24	25
Nogueirense FC	14	6	4	4	23-18	22
UD Oliveirense	14	6	3	5	22-19	21
Padroeiro	14	5	5	4	23-19	20
Ac. Viseu	14	4	4	6	21-27	16
Sousense	14	3	4	7	19-26	13
Arouca	14	2	3	9	20-42	9
Paredes	14	1	2	11	12-36	5

Próxima jornada (29 dezembro)

Padroeiro-Arouca	
Sp. Espinho-Feirense	
Sousense-UD Oliveirense	
Nogueirense FC-Paredes	
Penafiel-Ac. Viseu	

INICIADOS - 2.ª FASE

MANUTENÇÃO - DESCIDA - SÉRIE B

Resultados

Paços Ferreira-Coimbrões	1-2
Boavista-Sp. Espinho	2-2
Penafiel-Leixões	0-2
Freamunde-UD Oliveirense	1-1

Classificação

J	V	E	D	F-C	P	
Paços Ferreira	4	3	0	1	7-3	18
Boavista	4	2	1	1	7-7	16
Sp. Espinho	4	2	2	0	5-2	15
Coimbrões	4	2	1	1	8-7	13
Leixões	4	1	1	2	4-6	8
UD Oliveirense	4	1	1	2	7-8	7
Freamunde	4	0	2	2	2-4	5
Penafiel	4	0	2	2	4-7	4

Próxima jornada (7 de janeiro)

UD Oliveirense-Coimbrões	
Sp. Espinho-Paços Ferreira	
Leixões-Boavista	
Freamunde-Penafiel	

CAMPEONATO DISTRITAL DE AVEIRO

JUNIORES MASCULINOS 2.ª DIVISÃO - SÉRIE A

Resultados

S. Martinho-P. Brandão	0-1
Macieirense-Cucujães	2-3
Canedo-Lourosa	1-3
Arrifanense-Argoncilhe	1-4
Milheiroense-Mosteiró	4-0
Sanguedo-S. Vicente Pereira	2-1
ADF Anta-Vilamaiorense	3-0
Folgou o Rio Meão	

Classificação

J	V	E	D	F-C	P	
S. Vicente Pereira	10	7	1	2	27-15	22
Macieirense	10	7	0	3	34-17	21
Cucujães	9	6	2	1	27-11	20
P. Brandão	8	6	1	1	23-5	19
Lourosa	9	6	1	2	18-7	19
Canedo	9	6	0	3	28-14	18
ADF Anta	8	5	1	2	20-9	16
Argoncilhe	9	4	2	3	29-12	14
Sanguedo	9	3	2	4	17-21	11
S. Martinho	9	3	1	5	12-15	10
Vilamaiorense	9	2	2	5	11-32	8
Milheiroense	9	2	1	6	12-23	7
Arrifanense	9	0	4	5	10-21	4
Rio Meão	9	1	1	7	8-22	4
Mosteiró	10	0	1	9	2-54	1

Próxima jornada (6 de janeiro)

Rio Meão-S. Martinho	
P. Brandão-Macieirense	
Cucujães-Canedo	
Lourosa-Arrifanense	
Argoncilhe-Milheiroense	
Mosteiró-Sanguedo	
S. Vicente Pereira-ADF Anta	
Folga o Vilamaiorense	

JUVENIS - 1.ª DIVISÃO

Resultados

Anadia-U. Lamas	3-5
Águeda-Sanjoanense	0-2
Lourosa-Gafanha	0-1

Taboiera-Oliveirense	0-1
Beira Mar-Sp. Espinho	2-2
Arouca-Cesarense	3-1
Avanca-Fiães	1-2
Oliveira Bairro-Feirense	1-0
Alba-ADF Anta	2-1

Classificação

J	V	E	D	F-C	P	
Sp. Espinho	13	9	3	1	29-10	30
Fiães	13	8	4	1	32-13	28
U. Lamas	13	8	3	2	32-19	27
Oliveirense	13	8	0	5	24-16	24
Beira Mar	13	7	2	4	18-15	23
Feirense	13	7	2	4	19-16	23
Sanjoanense	13	7	1	5	29-17	22
Cesarense	13	6	3	4	25-16	21
Avanca	13	5	3	5	24-21	18
Lourosa	13	6	0	7	22-23	18
Alba	13	4	5	4	11-10	17
Gafanha	13	5	2	6	17-17	17
Taboiera	13	4	1	8	19-24	13
Anadia	13	3	4	6	17-25	13
ADF Anta	13	4	1	8	14-31	13
Oliveira Bairro	13	3	2	8	10-28	11
Arouca	13	3	0	10	16-38	9
Águeda	13	1	2	10	12-31	5

Próxima jornada (7 de janeiro)

U. Lamas-Alba	
Sanjoanense-Anadia	
Gafanha-Águeda	
Oliveirense-Lourosa	
Sp. Espinho-Taboiera	
Cesarense-Beira Mar	
Fiães-Arouca	
Feirense-Avanca	
ADF Anta-Oliveira Bairro	

JUVENIS - 2.ª DIVISÃO - SÉRIE A

Resultados

Argoncilhe-Canedo	3-4
Lourosa-Vale	9-0
Vilamaiorense-U. Lamas	2-1
P. Brandão-ADF Anta	2-0
S. João Ver-Sp. Espinho	1-2
Paivense-Geração Paramos	1-1
Fiães-Sanguedo	2-2

Classificação

J	V	E	D	F-C	P	
Sp. Espinho	9	7	1	1	30-10	22
Paivense	9	6	3	0	32-5	21
Geração Paramos	9	6	1	2	33-8	19
Lourosa	9	5	2	2	25-9	17
Vilamaiorense	9	5	2	2	27-12	17
P. Brandão	9	5	1	3	20-14	16
S. João Ver	9	4	1	4	18-16	13
U. Lamas	9	4	1	4	18-19	13
Sanguedo	9	3	1	5	18-21	10
Fiães	9	2	3	4	13-19	9
Canedo	9	3	0	6	10-33	9
Argoncilhe	9	1	2	6	17-29	5
ADF Anta	9	1	2	6	8-32	5
Vale	9	1	0	8	5-47	3

Próxima jornada (6 de janeiro)

Canedo-Fiães	
Vale-Argoncilhe	
U. Lamas-Lourosa	
ADF Anta-Vilamaiorense	
Sp. Espinho-P. Brandão	
Geração Paramos-S. João Ver	
Sanguedo-Paivense	

INICIADOS - 1.ª DIVISÃO

Resultados

Fiães-Sanjoanense	1-5
Mourisquense-Águeda	2-1
Gafanha-Cortegaça	1-2
Sp. Espinho-Lourosa	1-5
Bom Sucesso-Estarreja	1-6
Anadia-ADF Anta	4-0
Cesarense-Feirense	1-1
Luso-U. Lamas	0-2
Taboiera-Cucujães	0-1

Classificação

J	V	E	D	F-C	P	
Sanjoanense	14	12	0	2	42-7	36
U. Lamas	14	11	2	1	33-6	35
Taboiera	14	11	1	2	54-11	34
Feirense	14	10	3	1	54-7	33
Cesarense	14	10	2	2	47-12	32
Lourosa	14	10	2	2	31-9	32
Anadia	14	8	2	4	29-22	26
Estarreja	14	7	2	5	29-21	23
Sp. Espinho	14	6	2	6	32-31	20
Mourisquense	14	6	1	7	29-27	19
Fiães	14	4	3	7	22-36	15
ADF Anta	14	3	4	7	13-30	13
Cortegaça	14	4	0	10	15-34	12
Gafanha	14	3	2	9	17-31	11

Cucujães	14	2	3	9	19-29	9
Luso	14	2	2	10	20-38	8
Águeda	14	1	1	12	7-33	4
Bom Sucesso	14	0	0	14	5-114	0

Próxima jornada (7 de janeiro)

Fiães-Mourisquense	
Águeda-Gafanha	
Cortegaça-Sp. Espinho	
Lourosa-Bom Sucesso	
Estarreja-Anadia	
ADF Anta-Cesarense	
Feirense-Luso	
U. Lamas-Taboiera	
Sanjoanense-Cucujães	

INICIADOS - 2.ª DIVISÃO - SÉRIE A

Resultados

Paivense-S. João Ver	0-2
Sanguedo-U. Lamas	1-5
ADF Anta-Sp. Espinho	1-6
Vilamaiorense-Argoncilhe	5-0
Marfoot-P. Brandão	0-4
Fiães-Lourosa	2-2
Folgou o Canedo	

Classificação

J	V	E	D	F-C</
---	---	---	---	-------

Vitória ante as águias bela “prenda de Natal”

A equipa de voleibol sénior masculina do Sporting Clube de Espinho levou de vencida o Benfica, por 3-2, num jogo onde as emoções estiveram ao rubro e que ficou marcado por alguns erros de arbitragem, muito contestado por parte das duas equipas e em momentos cruciais da partida.

Manuel Proença

Os tigres alcançaram uma vitória ante os campeões nacionais, uma semana após terem sido afastados da Taça de Portugal na mesma Arena Tigre. Os espinhenses somaram dois pontos num jogo em que tiveram quase sempre com o controlo da partida, repleto de emoções e de grandes momentos de voleibol.

O Sporting Clube de Espinho entrou muito bem no jogo e cedo mostrou que estava em campo para discutir os três pontos com a equipa encarnada, campeão nacional e muitíssimo bem apetrechada.

O primeiro set foi muito equilibrado, mas os espinhenses acabaram por se revelar mais eficazes, quer a nível de defesa recuada e na recuperação de bolas, quer no bloco e no serviço, com particular destaque para o venezuelano, Maita, que teve grande eficácia.

No segundo parcial os tigres acabaram por quebrar um pouco, fruto de algumas más decisões da equipa de arbitragem, que acabaram por penalizar os alvinegros em momentos cruciais.

No terceiro set a equipa liderada por Rui Pedro Silva esteve verdadeiramente imparável e de ‘garras’ bem afiadas, levando de vencida o seu adversário.

No quarto parcial a histó-

ria repetiu-se, com más decisões dos árbitros e com a penalização da equipa da casa com um cartão vermelho, beneficiando, claramente os visitantes.

No quinto set o Sporting Clube de Espinho voltou a arregaçar as mangas e bateu os benfiquistas por 15-13.

De salientar a presença de muito público e da claqué ‘Desnorteados’, tendo sido um grande apoio à equipa espinhense nos momentos de decisão.

No final, o treinador do Sporting Clube de Espinho, Rui Pedro Silva, reconheceu que “o árbitro não esteve feliz; houve muitos episódios que foram muito contestados quer por nós, quer pelo Benfica. Mas em relação a nós, houve muitas bolas em que fomos muito prejudicados e, por isso, no meio deste encontro a arbitragem acabou por ser a parte menos bem conseguida do jogo”.

No entanto, Rui Pedro Silva, que admitiu poder ter conquistado três pontos e que, “para as nossas contas, eram fundamentais”. O treinador dos tigres elogiou os encarnados que deverão ser, sem seu entender, “a equipa mais regular do Campeonato e, por isso, conquistar dois pontos em nossa casa acaba por ser um bom prémio, sobretudo pela entrega dos jogadores e pela força deste coletivo. Estes pontos foram extrema-



Fotos FRANCISCO AZEVEDO



mente importantes e um bom presente de Natal”, sublinhou o treinador dos espinhenses.

Por sua vez, o treinador do Sport Lisboa e Benfica, José Jardim admitiu que “tivemos períodos francamente maus,

principalmente ao nível defensivo”.

José Jardim lamentou a sua equipa ter sido “francamente prejudicada, num jogo com inúmeras paragens, o que é algo de inacreditável!”

Porém, o técnico dos encarnados reconheceu que “a vitória do Sporting Clube de Espinho acaba por ser justa porque o nosso adversário recuperou muito mais bolas do que nós e é aí que assenta

a sua vitória. Mas mesmo assim nós poderíamos ter dado a volta ao jogo”, disse José Jardim.

Sporting Espinho, 3 Benfica, 2

Jogo na Arena Tigre, na Nave Desportiva de Espinho.

Árbitros: Nuno Maia (AV Braga) e Luís Meireles (AV Porto)

Parciais: 25-23 (29m), 17-25 (25m), 25-18 (29m), 23-23 (28m) e 15-13 (16m).

Sporting Clube de Espinho – José Rojas (12 pontos), Everton Almeida (10), Luis Arias ‘Maita’ (19), Roberto Reis (20, Hélio Sanches (15) e Armando Velasquez – seis inicial; Januário Alvar e Simão Teixeira (líberos); Fabrício Barros, Frederico Santos, João Pedrosa e Luís Silva.

Treinador: Rui Pedro Silva.

Sport Lisboa e Benfica – Raphael Margarido (1 ponto), Frederic Winters (10), Flávio Soares (7), Hugo Gaspar (22), André Lopes (11) e Marc Honoré (8) – seis inicial; Ivo Casas (líbero), Milija Mrdak (2), Miroslav Gradinarov (8), Filip Cveticanin (3), Tiago Violas e Dusan Stojstavljevic.

Treinador: José Jardim.

Académica vence VC Viana

A equipa de voleibol sénior masculina da Associação Académica de Espinho alcançou uma importante vitória ante o Voleibol Clube de Viana, por 3-0,

em jogo a contar para o Campeonato Nacional da 1.ª Divisão. Os academistas foram superiores ao seu adversário, valendo a sua regularidade ao longo dos sets.

Académica Espinho, 3 VC Viana, 0

Jogo no Pavilhão Arquiteto Jerónimo Reis, em Espinho. Árbitros: Nuno

Teixeira e Pedro Pinto.

Parciais: 25-21 (23m), 25-20 (23m) e 25-16 (22m).

Associação Académica de Espinho – André Lázaro (1 ponto), Manuel Silva (11), Jorge Iglésias (5), Hamza Ouafi (18), Caetano Filter (7) e Rafa Franco (11) – seis inicial; Sandro Mota (líbero); Gonçalo Iglésias, Jonathan Nunes, Gonçalo Sapage, Marco Silva e Hugo Monteiro.

Treinador: Ricardo Teixeira.

Voleibol Clube de Viana – João Franco, Renan Ribeiro (4 pontos), Nuno Silva (7), José Vieira (11), Francisco Amorim (5) e Cristian Freitas (11) – seis inicial; Bernardo Silva (líbero); João Santos, Rafael Cavalcanti, Nuno Teixeira, Manuel Meirinho e Sebastião Vitoriano.

Treinador: Ricardo Lima.

DOMUSGEST
Administração de Condomínios - Desde 1996

Confie na nossa experiência
www.domusgest.net

A melhor relação
QUALIDADE / PREÇO

Consulte-nos
Rua 21, 755, 1.º Dto. (junto às Finanças) – 4500-204 Espinho
Telf./Fax: 227 320 866 - Tlm. 964 875 154 - geral@domusgest.net

ZÉNITE
ELECTRÓNICA

ASSISTÊNCIA TÉCNICA TV

Deseja a todos os seus Clientes e Amigos Festas Felizes
RUA 18, N.º 825 — ESPINHO • Tlm. 914 373 627

CABELEIREIROS
MANICURE — PEDICURE

Teresa Pires

Desejamos aos nossos
Clientes e Amigos um
Natal Feliz e um Bom Ano

Rua 27, n.º 330 - 4500-288 Espinho • Telef. 227 313 935

FUTSAL

CAMPEONATO NACIONAL SENIORES MASCULINOS 2.ª DIVISÃO - SÉRIE C

Classificação					
	J	V	E	D	F-C P
Viseu 2001	11	10	1	0	63-21 31
ABC Nelas	11	8	1	2	40-25 25
Saavedra Guedes	10	6	2	2	42-31 20
Sp. Silvalde	11	6	1	4	43-29 19
Abeira Douro	11	5	1	5	46-35 16
Lobitos Futsal	11	4	3	4	33-36 15
Ossela	10	3	2	5	35-43 11
AJAB Tabuaço	11	2	2	7	24-51 8
Juventude Gaia	11	2	1	8	35-57 7
Unidos Estação	11	1	0	10	23-56 3

Próxima jornada (30 de dezembro)
Unidos Estação-Ossela
Abeira Douro-Lobitos Futsal
Juventude Gaia-ABC Nelas
AJAB Tabuaço-Viseu 2001
Sp. Silvalde-Saavedra Guedes

SENIORES FEMININOS - NORTE

Resultados	
Santa Luzia-Póvoa Futsal	5-2
FC Vermoim-Nun'Álvares	5-4
EDC Gondomar-Chaves	4-2
RC Penaguião-Novasemente	1-9

Classificação					
	J	V	E	D	F-C P
Novasemente	11	10	0	1	51-18 30
FC Vermoim	10	9	1	0	47-20 28
Nun'Álvares	10	4	2	4	21-21 14
Santa Luzia	11	4	2	5	25-38 14
EDC Gondomar	10	4	1	5	29-31 13
Chaves	10	3	1	6	19-21 10
Póvoa Futsal	10	2	2	6	19-31 8
RC Penaguião	10	0	1	9	20-51 1

Próxima jornada
Novasemente-Santa Luzia (a)
Chaves-FC Vermoim
Póvoa Futsal-EDC Gondomar
Nun'Álvares-RC Penaguião
(a) Jogo realizado a 25 de novembro, com vitória para o Novasemente por 6-1

CAMPEONATO DISTRIAL DE AVEIRO JUNIORES - ZONA NORTE

Resultados	
Fundo Vila-Sp. Silvalde	10-7
FC Azeméis-PARC	3-5
Lordelo-Arouca	4-7
Lamas Futsal-Din. Sanjoanense	3-0
Bairros-Juventude Fiães	6-1

Classificação					
	J	V	E	D	F-C P
FC Azeméis	13	12	0	1	1104-29 36
Lordelo	13	8	1	4	56-51 25
Juventude Fiães	13	8	0	5	46-44 24
Bairros	13	7	2	4	68-39 23
Arouca	12	6	2	4	49-50 20
PARC	12	6	1	5	54-44 19
Din. Sanjoanense	13	4	1	8	39-61 13
Fundo Vila	13	4	1	8	57-87 13
Lamas Futsal	13	1	4	8	30-62 7
Sp. Silvalde	13	1	2	10	35-71 5

Próxima jornada
Sp. Silvalde-Lamas Futsal
(Nave Espinho/sábado/18h30)
PARC-Fundo Vila
Arouca-FC Azeméis
Din. Sanjoanense-Bairros
Juventude Fiães-Lordelo

JUVENIS - ZONA NORTE

Resultados	
Novasemente-Lordelo	1-8
Maceda-Juventude Fiães	1-3
Mineiro Pejão-Escapães	5-6
ACR Vale Cambra-Fundo Vila	4-3
Din. Sanjoanense-PARC	2-8

Classificação					
	J	V	E	D	F-C P
Lordelo	12	11	1	0	63-25 34
PARC	12	10	0	2	70-29 30
Juventude Fiães	12	7	1	4	49-42 22
Escapães	11	6	1	4	58-48 19
Din. Sanjoanense	12	5	2	5	40-38 17
Mineiro Pejão	12	5	1	6	72-75 16
Fundo Vila	12	4	1	7	40-55 13
ACR Vale Cambra	11	4	0	7	36-58 12
Novasemente	12	3	1	8	41-52 10
Maceda	12	0	0	12	13-60 0

Próxima jornada
Escapães-Novasemente (a)
Lordelo-Maceda
PARC-Juventude Fiães
Fundo Vila-Mineiro Pejão
Din. Sanjoanense-ACR Vale Cambra
(a) Realizado ontem, depois do fecho da edição

INICIADOS - ZONA NORTE

Resultados	
Lordelo-ACR Vale Cambra a)
PARC-Arrifanense	6-0
Novasemente-Ossela	1-5
Maceda-Futsal Azeméis	7-4
Telhada-Din. Sanjoanense	2-4

a) Adiado devido ao piso escorregadio

Classificação					
	J	V	E	D	F-C P
Maceda	11	9	0	2	60-32 27
Ossela	11	8	2	1	66-20 26
PARC	12	8	2	2	59-29 26
ACR Vale Cambra	11	8	0	3	70-26 24
Lordelo	10	6	1	3	51-29 19
Din. Sanjoanense	12	5	2	5	50-43 17
Futsal Azeméis	12	3	0	9	31-58 9
Novasemente	11	2	1	8	27-68 7
Telhada	12	1	2	9	18-55 5
Arrifanense	10	0	2	8	17-89 2

Próxima jornada
Ossela-Lordelo
ACR Vale Cambra-PARC
Din. Sanjoanense-Arrifanense
Futsal Azeméis-Novasemente
(Oliv. Azeméis/sábado/16h)
Telhada-Maceda

INFANTIS - ZONA NORTE

Resultados	
Ossela-Fundo Vila	7-3
PARC-Saavedra Guedes	8-0
Din. Sanjoanense-Lourosa	5-0
ACR Vale Cambra-Maceda	3-3
Novasemente-Escapães	2-6

Classificação					
	J	V	E	D	F-C P
ACR Vale Cambra	13	11	1	1	1123-22 34
Din. Sanjoanense	13	11	1	1	65-22 34
Maceda	13	9	3	1	69-33 30
Escapães	13	8	1	4	54-35 25
PARC	13	6	2	5	41-38 20
Ossela	13	3	2	8	45-67 11
Saavedra Guedes	13	3	2	8	39-77 11
Fundo Vila	13	2	4	7	27-58 10
Novasemente	13	2	1	10	24-67 7
Lourosa	13	1	1	11	15-83 4

Próxima jornada
Fundo Vila-ACR Vale Cambra
Saavedra Guedes-Ossela
Lourosa-PARC
Maceda-Novasemente
(Maceda/hoje, quinta-feira/19h)
Escapães-Din. Sanjoanense

BENJAMINS - ZONA NORTE

Resultados	
Din. Sanjoanense-Novasemente	4-1
PARC-ACR Vale Cambra	15-0
Barrô-Arrifanense	5-0
Lordelo-Juventude Fiães	7-1
Ossela-Maceda	10-2

Classificação					
	J	V	E	D	F-C P
PARC	14	13	0	1	1184-16 39
Barrô	13	12	0	1	1112-16 36
Ossela	12	11	0	1	1155-25 33
Lordelo	14	8	2	4	80-59 26
Din. Sanjoanense	13	7	1	5	95-51 22
Novasemente	14	6	1	7	71-63 19
Arrifanense	13	4	0	9	66-94 12
Maceda	13	4	0	9	60-92 12
ACR Vale Cambra	13	4	0	9	40-94 12
Juventude Fiães	13	1	0	12	1230-162 3
Canedo	12	0	0	12	1212-233 0

Próxima jornada
Novasemente-Canedo
(Cassufas/sábado/11h)
ACR Vale Cambra-Din. Sanjoanense
Arrifanense-PARC
Juventude Fiães-Barrô
Maceda-Lordelo
Folga o Ossela

TRAQUINAS

Resultados	
Juventude Fiães-Barrô	0-3
CP Esgueira-Din. Sanjoanense	0-13
Novasemente-Lordelo	9-0
Pateira-ADREP	1-3
Branca-Crecus	2-11

Classificação					
	J	V	E	D	F-C P
Crecus	10	9	0	1	82-13 27
Din. Sanjoanense	9	8	1	0	61-11 25
Pateira	9	6	1	2	42-18 19
Novasemente	8	6	0	2	60-8 18
ADREP	8	6	0	2	52-9 18
Lordelo	8	3	0	5	19-42 9
Branca	9	3	0	6	25-55 9
Barrô	9	2	1	6	18-26 7
ACR Vale Cambra	8	1	1	6	3-29 4
CP Esgueira	6	0	0	6	4-71 0
Juventude Fiães	8	0	0	8	2-86 0

Próxima jornada
ACR Vale Cambra-Juventude Fiães
Barrô-CP Esgueira
Din. Sanjoanense-Novasemente
(S) Madeira/sábado/11h)
Lordelo-Pateira
ADREP-Branca
Folga a Crecus

VOLEIBOL

CAMPEONATO NACIONAL SENIORES MASCULINOS

1.ª DIVISÃO - 1.ª FASE

Resultados	
Esmoriz-Leixões	3-1 (25-18, 25-22, 28-30 e 25-18)
Fonte Bastardo-Vitória SC	3-1 (25-21, 25-20, 21-25 e 25-13)
SC Caldas-Castêlo Maia	0-3 (18-25, 20-25 e 15-25)
AA Espinho-VC Viana	3-0 (25-21, 25-20 e 25-16)
Sp. Espinho-Benfica	3-2 (25-23, 17-25, 25-18, 23-25 e 15-13)
Clube K-Vitória SC	2-3 (18-25 25-18 20-25 25-11 22-24)

Classificação				
	J	V	D	F-C P
Benfica	14	12	2	39-8 37
Sporting	13	12	1	36-6 35
Fonte Bastardo	14	11	3	35-18 32
Sp. Espinho	14	11	3	37-18 31
Castêlo Maia	14	9	5	34-22 28
SC Caldas	14	8	6	26-24 23
Leixões	13	6	7	24-30 16
Esmoriz	14	5	9	23-32 16
Vitória SC	14	5	9	22-34 13
AA Espinho	14	4	10	19-34 13
Clube K	12	3	9	14-30 10
VC Viana	14	1	13	14-41 6
AA S. Mamede	12	1	11	9-35 4

Próxima jornada (16.ª)
AA Espinho-Esmoriz
(Espinho/amanhã/21h30)
Vitória SC-VC Viana **
Leixões-SC Caldas *
Clube K-Fonte Bastardo ***
Benfica-Castêlo Maia *
Sporting-AA S. Mamede

* A 27 de dezembro
** A 14 de janeiro
*** A 6 de fevereiro

2.ª DIVISÃO - SÉRIE B

Resultados	
CV Espinho-GD Martingança	3-1 (13-25, 25-18, 25-19 e 25-16)
AC Albufeira-CN Ginástica	1-3 (21-25, 17-25, 25-19 e 20-25)
CS Marítimo-CD Fiães	3-1 (25-14, 28-26, 19-25 e 25-23)

Classificação				
	J	V	D	F-C P
CN Ginástica	8	8	0	24-7 23
CS Marítimo	8	6	2	20-12 17
CD Fiães	9	5	4	18-16 14
CV Espinho	9	5	4	18-18 14
CV Oeiras	8	2	6	13-18 9
GD Martingança	9	3	6	12-20 8
AC Albufeira	9	1	8	10-24 5

Próxima jornada (11.ª)
(6 de janeiro)
CS Marítimo-AC Albufeira
CD Fiães-CV Oeiras
GD Martingança-CN Ginástica
Folga o CV Espinho

Tigres fecham o ano em grande



A formação (voleibol) do Sporting Clube de Espinho terminou em grande a última jornada de 2017, disputada este fim-de-semana. Destaque para as infantis que começaram a fase final do Campeonato Regional com o pé direito. A equipa de Filipa Teixeira venceu por 1-3 o Arcozelo, que até aqui seguia sem derrotas.

Já as juvenis seguem invictas depois de vencerem o segundo classificado da série, somando dez vitórias em

dez jogos. Por seu turno, as cadetes venceram o Futebol Clube Infesta por 3-0 e as juniores folgaram, mas foram uma importante ajuda na quarta vitória consecutiva da equipa sénior (3-1, frente ao Frei Gil). As iniciadas de Eduardo Faustino cederam na "negra" perante uma Associação Académica de S. Mamede mais consistente (1-3 e 0-3, respetivamente) e os cadetes não conseguiram ultrapassar o Atlântico da Madalena, perdendo pela margem máxima.

Juvenis e cadetes academistas na luta pelo título regional



A equipa de voleibol de infantis masculinos da Associação Académica de Espinho deslocou-se a Esmoriz para jogar com o Esmoriz Ginásio Clube, tendo obtido um resultado desfavorável de 3-0.

No domingo à tarde, os iniciados academistas foram jogar a Gondomar contra o Ala Nun'Álvares de Gondomar, perdendo por 3-2. Os cadetes masculinos da Associação Académica

de Espinho receberam este domingo, na primeira jornada da segunda fase para apuramento do campeão regional, o Leixões Sport Clube.

Num jogo muito disputado, os espinhenses venceram por 3-1. Por sua vez, os juvenis da Associação Académica de Espinho foram à Póvoa de Varzim dando início, assim, à segunda fase do Campeonato Regional, jogando contra o Clube Desportivo da Póvoa, onde perderam por 3-0.

Leixões Sport Clube. O resultado de 1-3 favorável aos mochos, apura esta equipa para primeira série da segunda fase de apuramento do campeão regional.

Por fim, os juniores da Associação Académica de Espinho foram à Póvoa de Varzim dando início, assim, à segunda fase do Campeonato Regional, jogando contra o Clube Desportivo da Póvoa, onde perderam por 3-0.

Lídia Ferreira e Lara Santos brilham em Vagos

O passado fim-de-semana foi uma dose de conquistas para o atletismo do Sporting Clube de Espinho/António Leitão, sobretudo para os mais pequeninos e para a benjamim B, Lídia Ferreira que obteve o primeiro lugar nos 60 metros planos, na Pista de Vagos e Lara Santos a segunda posição nos 600 metros.

A começar pela corrida de São Silvestre de Gondomar, na sexta-feira, onde a equipa obteve o 3.º lugar da classificação por equipas, passando pela São Silvestre de Ovar onde vários atletas bateram o seu recorde pessoal e claro, não esquecendo as fantásticas prestações da formação em Vagos.

A São Silvestre de Gondomar contou com a presença em pódio dos seguintes atletas: Paulo Reis (tempo oficial: 34:11, 2º lugar VET45 e 9º ge-

ral); Hélder Rodrigues (tempo oficial: 35:26; 3º lugar VET35 e 17º geral) e José Cabral (tempo oficial: 35:52; 1º lugar VET 55; 20º geral). Paulo Oliveira e Paula Oliveira, também brilharam nesta prova de 10 km com as respetivas classificações de (tempo oficial: 36:36; 8º lugar VET 45 e 31º geral) e (tempo oficial: 54:43; 13º lugar VET 45 Fem e 441º geral).

Já a São Silvestre de Ovar, contou com a presença de 16 atletas de ambas as secções de Atletismo e Triatlo. Na competição masculina destacaram-se os atletas Ricardo Ferreira (tempo oficial: 34:25; 6º lugar VET40; 33º geral); Hugo Bastos (tempo oficial: 34:25; 15º SÉN.; 34º geral); Rui Santos (tempo oficial: 34:53; 8º lugar VET45 e 40º geral); Hernâni Furtado (tempo oficial: 35:57; 21º lugar SÉN.; 62º geral); Augusto Aluai (tem-

po oficial: 36:27; 8º lugar VET50; 74º geral); Carlos Ferreira (tempo oficial: 38:23; 25º VET40; 130º geral); Luís Almeida (tempo oficial: 40:52; 92º lugar SÉN.; 243º geral); Jorge Sousa (tempo oficial: 42:09; 43º lugar VET45; 301º geral); Vítor Ferreira (tempo oficial: 45:13; 90º VET40; 450º geral); Nuno Silva (tempo oficial: 46:45; 119º VET40; 533º geral); Jorge Santos (tempo oficial: 53:02; 92º VET50; 826º geral). Na competição feminina destacaram-se as atletas Maria Coelho (tempo oficial: 41:02; 8º lugar SÉN.; 253º geral); Nádia Santos (tempo oficial: 46:16; 16º lugar SÉN.; 514º geral); Gabriela Dias (tempo oficial: 58:10; 96º lugar SÉN.; 992º geral) e Fátima Oliveira (tempo oficial: 59:10; 112º lugar SÉN.; 1031º geral).

Também os mais novos se destacaram este fim-de-semana com as seguintes marcas na Pista de Vagos: Nos 60 metros planos femininos, a atleta Lídia Ferreira (BENJ-B) brilhou com o 1.º lugar da série 3 com uns fantásticos 8,93s.



Também as atletas Lara Santos (BENJ-B) e Rita Neiva (Infantis) obtiveram excelentes marcas, alcançando o 7º e 8º lugar, com 10,10 e 11,12s, respetivamente. Nos 60 metros planos masculinos, os atletas

André Rola (JUV), Rui Ferreira (Infantis) e Nuno Oliveira (Infantis) brilharam com 8,72s, 9,58s e 9,61s, alcançando os 7º, 8º e 5º lugares, respetivamente.

Nos 600 metros femininos brilhou novamente a

atleta Lara Santos que alcançou o 2º lugar. Nos 1500m brilhou mais uma vez o atleta Rui Ferreira com 5min23,15s, 13º lugar. Também no salto em comprimento o atleta André Rola alcançou o 12º lugar.

Atletismo do Rio Largo em força em Ovar

No passado sábado, o atletismo do Rio Largo apresentou-se em força em mais uma edição da corrida S. Silvestre de Ovar.

Representada por 14 atletas, a secção alcan-

çou as seguintes excelentes classificações.

Nas seniores femininas, Julia Schiavon (45min00seg) alcançou um excelente 12.º lugar no escalão e 19.º na geral. Já Susana Monteiro (55m 26s) ficou na posição 61 do

escalão global de veteranas.

No que diz respeito aos seniores masculinos, José Pereira (39m 13s) foi 62.º, Hélder Rocha (39m 54s) ficou na 74.ª posição, João Mendes (53m 05s) na 261.ª e Daniel Lopes (53m 05s) no lugar 262.

Já nos Veteranos M40, Alain Couto (35m 52s) conseguiu um excelente 10.º lugar, enquanto Carlos Coelho (39m 48s) ficou na posição 37. Destaque para Wouter de Broeck

(38m 10s) nos Veteranos M45 onde foi 19.º classificado. Por seu lado, Rui Silva (42m 31s) ficou na 44.ª posição dos Veteranos M50.

No Escalão M60, aquele em que a Secção mais esteve representada, Augusto Silva (41m 05s) fechou o TOP 10, Adriano Queiroz (44m 04s) foi 14.º, Joaquim Gomes (45m 00s) ficou no 16.º lugar e Alfredo Santos (52m 09s) na 38.ª posição.

Marfoot vence em Paços de Brandão



A equipa de futebol de benjamins A da Academia Marfoot foi a Paços de Brandão vencer os locais por 1-5, em partida a contar para o Campeonato Distrital daquele escalão.

Jogo muito disputado na primeira parte em que o equilíbrio entre as duas equipas foi a nota dominante, traduzindo-se também no resultado em que chegou ao intervalo, um golo para ambos os lados.

No segundo tempo a Marfoot foi superior ao adversário, fazendo uma excelente circulação de bola entre os seus jogadores,

brindando os adeptos com bonitas jogadas que se traduziram em mais quatro golos sem resposta para a Academia.

Eis a constituição das duas equipas:

Paços de Brandão - Dinis, André, Duarte, Bruno, João, Martim, Tiago, Rodrigo, Carlos e Diogo.

Treinador: José Feiteira. Delegado: Pedro Alves.

AAC Marfoot Silvalde - Fernando, João, Ricardo, Lacerda, Xavier, Tiago, Flávio, Simão e Rui.

Treinador: Bruno Silva. Delegado: Miguel Lacerda.

'Força na Canela' na S. Silvestre de Ovar

O grupo de corrida, 'Força na Canela Espinho', participou nos 10 quilómetros da S. Silvestre de Ovar com uma dezena de atletas. Os atletas Maria Lucília (veterana) e Abílio Gomes (veterano IV) alcançaram o 44.º lugar em veteranos, respetivamente com 52m39s e 49m17s.

Os atletas Ernesto Gonçalves (veterano II), alcançou o 61.º lugar, com 44m05s; Eduardo Fardilha (veterano II), o 112.º lugar, 55m24s; Herlânder Fardilha, o 155.º lugar, 51m58s; Nídia Rocha (veterana II), o 66.º lugar, 56m42s; Fernando Almeida (veterano V), o 50.º lugar, 57m55s; Manuel Santos (sénior), o 315.º lugar, 1h01m01s; Joana Almeida (sénior), o 122.º lugar, 1h01m20s; e Isabel Rios (veterana), o 89.º lugar, 1h01m20s.



Boa jornada do hóquei de sala

A equipa de hóquei de sala de sub-18 da Associação Académica de Espinho empatou (2-2) com a Associação Desportiva de Lousada, em jogo disputado no domingo no Pavilhão Arquitecto Jerónimo Reis.

Os academistas, no escalão de sub-15, acabaram por vencer, em Lousada, ante a Juventude Hóquei local, por 3-4.

Eis a constituição das equipas da Associação Académica de Espinho:

Sub15 - Pedro Maranhão (cap.), Jota, Magalhães, Vasco Silva, Guilherme Caramalho (3 golos), Luis Gomes (1),

Francisco Oliveira e Paulo Pinto. Treinadores: Joaquim Magano e Manuel Botelho.

Sub-18 - Pedro Maranhão, João Magalhães, João Gomes, Ruben Silva (cap.), Sandro Rodrigues (1), Luís Gomes, Leonardo Dias e Daniel Santos. Treinador: Joaquim Magano.

As próximas jornadas disputam-se a 6 e 7 de janeiro. A equipa de sub-18 academista irá jogar a Lousada ante a Associação Desportiva de Lousada, no dia 7; a equipa de sub-15 do Mocho irá receber o Viso no Pavilhão Arquitecto Jerónimo Reis a 6 de janeiro.

De complicado a goleada

O único jogo da secção de andebol da Associação Académica de Espinho que se realizou este fim-de-semana realizou-se em Canelas (Estarreja), contra o Arsenal local.

Jogo muito equilibrado ao longo da primeira parte, apesar da equipa academista ter conseguido uma diferença considerável a meio da primeira parte.

Nos restantes minutos que faltavam para o termo do primeiro tempo, acabou por perder essa vantagem chegando ao intervalo a vencer pela margem míni-

ma, 15-14. A segunda parte começou com muita determinação por parte das atletas academistas, que a defender foram implacáveis e no ataque demolidoras. O primeiro golo da equipa do Canelas só aconteceu ao minuto 38, já a equipa de Espinho tinha utilizado o mesmo tempo para marcar oito golos.

O que começou como um jogo complicado acabou por ser um passeio para a equipa academista que conseguiu trazer uma vitória folgada para Espinho ao vencer por 19-40.

† Maria Bernarda Martins Faustino Natário

Missa do 12.º Aniversário do falecimento

Seu marido, filhos e restante família vêm, por este meio, participar que será celebrada missa por alma do seu ente querido, dia 23, sábado, pelas 19 horas, na Igreja Matriz de Espinho. Desde já agradecem a todos aqueles que a honrem com a sua presença.



Espinho, 21 de dezembro de 2017

Joaquim Moreira Natário
Anabela Faustino Natário
Rui Paulo Faustino Natário
Carla Alexandra Oliveira Braga

† Ilídio Custódio Pereira

† Missa do 31.º Aniversário
Dia de Natal

Suas filhas, genros e netos, mandam celebrar missa pelo seu eterno descanso, no dia 25, segunda-feira, às 18 horas, na Igreja Paroquial de Anta.



† Francisco Joaquim Serra

† Missa do 14.º Aniversário

Seu filho Francisco Serra, esposa, filho e nora vêm, por este meio, comunicar que será celebrada missa por alma do saudoso extinto, dia 26, terça-feira, às 19 horas, na Igreja Matriz de Espinho. Antecipadamente agradecem a quem comparecer.



† Lúcia Fernandes Teixeira

Missa do 30.º Dia

Seus filhos e restante família vêm comunicar que será celebrada missa por alma do seu ente querido na próxima quinta-feira, dia 28, pelas 19 horas, na Igreja Matriz de Espinho. Desde já agradecem a quem comparecer.

Espinho, 21 de dezembro de 2017

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



† Maria Olinda Roma Lopes

Missa do 6.º Aniversário do seu falecimento

Seu marido, filhas, genros e netos vêm participar que será celebrada missa por alma do seu ente querido, dia 23, sábado, pelas 19 horas, na Igreja Matriz de Espinho. Desde já agradecem a quem comparecer.

Espinho, 21 de dezembro de 2017

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



† SILVALDE (Rua da Nossa Senhora das Dores) José Pinto de Oliveira e Sá

Agradecimento



Sua esposa, filho, nora, neto e demais 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 e missa de 7.º dia do seu ente querido ou que de outro modo se associaram à sua dor.

A família

Silvalde, 21 de dezembro de 2017

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

† Ruben Manuel Magalhães de Sá

Missa do 23.º aniversário

Seus pais e tios vêm, por este meio, comunicar que será celebrada missa por alma do seu ente querido, dia 22, sexta-feira, pelas 19 horas, na Igreja Matriz de Espinho. Desde já agradecem a quem possa comparecer a esta Eucaristia.

Espinho, 21 de dezembro de 2017



† Ana Dias Rocha



AVÓETIA — Vós partiste e no meu coração ficou uma dor imensa, um vazio profundo e uma saudade eterna.

Da vossa neta e sobrinha Amélia



† Francisco Ferreira da Rocha

Missa do 9.º Aniversário do falecimento

Sua esposa, filhas, netas e bisnetas vêm, por este meio, participar a todas as pessoas de suas relações e amizade que será celebrada missa por alma do seu ente querido, dia 22, sexta-feira, pelas 19 horas, na Igreja Matriz de Espinho. Desde já agradecem a quem participar.

Espinho, 21 de dezembro de 2017



† ANTA - ESPINHO (Rua de Cassufas) Joaquim Ferreira Alves Moreira

Missa de 2.º Aniversário

Recordando-o com muita saudade seu filho, genro, nora, netos, bisnetos e restante família vêm, por este meio, comunicar a todas as pessoas de suas relações e amizade que será celebrada missa por sua alma, sábado, dia 23 de dezembro, pelas 19 horas, na Igreja Paroquial de Anta. Desde já agradecem a todos quantos participarem nesta Eucaristia.

A família

Anta, 21 de dezembro de 2017

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



† Dr. Manuel Marques dos Santos Valente

Missa do 12.º Aniversário do falecimento

Sua esposa, filha, sogra, cunhada, sobrinhas e restante família vêm, por este meio, comunicar a todas as pessoas das suas relações e amizade que será celebrada missa, por alma do saudoso extinto, dia 22, sexta-feira, pelas 19 horas, na Igreja Matriz de Espinho. Desde já agradecem a todos quantos participem na Eucaristia.

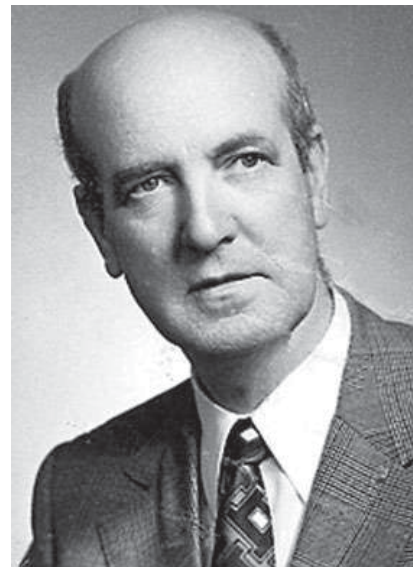
Espinho, 21 de dezembro de 2017



† José de Sousa Fernandes Marques

Missa do 38.º Aniversário do falecimento

Um grupo de amigos e familiares, recordando, com saudade, a sua memória, manda celebrar missa por sua alma no dia 23, sábado, pelas 19 horas, na Igreja Matriz de Espinho. Desde já agradecem a todos quantos possam assistir a esta Eucaristia.



Feliz Natal

— E BOM ANO 2018 —



EDUARDO GONÇALO

CONSULTOR IMOBILIÁRIO

☎ (+351) 926 650 298 ✉ EGONCALO@REMAX.PT

20 ANOS ... DE EXPERIÊNCIA IMOBILIÁRIA
... DE EXCELENTES NEGÓCIOS



CONSULTOR PREMIADO PELA RE/MAX PORTUGAL



RE/MAX MARKET

📍 AVENIDA 24, Nº865 4500-201 ESPINHO
EM FRENTE AO MULTIMEIOS

☎ (+351) 223 709 781
✉ MARKET@REMAXPT

🌐 REMAX.PT/MARKET
📱 REMAXMARKET1

REDE MÁGICA - MEDIAÇÃO IMOBILIÁRIA UNIP LDA | AMI 7670 - CADA AGÊNCIA É DE PROPRIEDADE E GESTÃO INDEPENDENTE

★ ★ DESEJOS DE UM ★ ★

🎄 ❄️ ❄️ FELIZ ❄️ ❄️ 🎄
NATAL

❄️ AS MELHORES PRENDAS SÃO AS NOSSAS MARCAS EXCLUSIVAS ❄️

MANGO

CUSTO
BARCELONA

Pepe Jeans
LONDON

PULL&BEAR

amichi*

THELOOK

OPTICALIA®

ESPINHO

Consultas Diárias
Optometria e Contactologia
Mediação de Tensão Ocular

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