

# DEFESA DE ESPINHO

Av.ª 8, n.º 456 - 1.º - Sala R - APARTADO 39 - 4501-853 ESPINHO Codex • Telef. 22 734 15 25 • Fax 22 731 99 11 • Email: defesadeespinho@mail.telepac.pt  
Diretor: LÚCIO ALBERTO □ Fundador: BENJAMIM COSTA DIAS □ Semanário □ Ano 87 □ Número 4559 □ Quinta-feira, 22/agosto/2019 □ Preço: € 0,70 (Incluindo IVA)



gosto tanto

## “Brutal!”

Espectáculo de Mariza encerra Festival Oito24 e arrasta um mar de gente numa semana onde atuaram Raquel Tavares e Valete

páginas 10 e 11



“Festival OITO24 afirmou a excelência da sua dimensão artística”

Pinto Moreira promete regresso do evento em 2020

página 5



Foto MANUEL PROENÇA

“Queremos manter e melhorar o nosso património que foi construído com muito esforço e dedicação pela geração dos anos sessenta”

Presidente da Direção da Associação Académica de Espinho, José António Lacerda

páginas 2, 3 e 4

Tigres com mais cabeça... que pés Vitória no jogo inaugural frente ao Gondomar pecou por escassa

páginas 12 e 13



PARK

(Em frente ao McDonald's)

SHUTTLE  
GRÁTIS | FREE

CASINO  
ESPINHO

SERVIÇO PERMANENTE  
das 20:00 às 04:30  
QUINTAS | SEXTAS | SÁBADOS



SOLVERDE  
CASINOS · HOTÉIS

Opticenter®

www.opticenter.pt



Óculos **Monofocais**  
com anti-reflexo

79€

Óculos **Progressivos**  
com anti-reflexo

249€

OFERTA DO 2.º PAR  
PROGRESSIVOS

PARA SI OU PARA QUEM QUISER!

Inclui lentes 1.5, anti-reflexo top até 3D esf. e 2D cil. Oferta de armação de campanha. Oferta do 2.º par Progressivos Premium. Não acumulável com outras campanhas. Consulte as condições em loja. Válido de 01.01.19 a 31.03.19.

ESPINHO - RUA 23, 374 ☎ 224 082 790

**“Queremos manter e melhorar o nosso património que foi construído com muito esforço e dedicação pela geração dos anos sessenta”**



Presidente da Direção da Associação Académica de Espinho, José António Lacerda acredita que “o futuro se constrói com a mesma ambição e clarividência daqueles que exatamente há cinquenta anos construíram o pavilhão Arquiteto Jerónimo Reis”

Apesar de os resultados desportivos das equipas seniores nas modalidades de hóquei em patins e de voleibol não terem sido os espectáveis há um ano a esta parte, a Académica Associação de Espinho vive, agora, um processo de reorganização estrutural com os olhos postos no futuro. O presidente da Direção do clube, José António Lacerda e o seu grupo de trabalho, têm em mãos a requalificação e ampliação das instalações desportivas com o objetivo de “manter e de melhorar o nosso património, que foi construído com muito esforço e dedicação pela geração dos anos sessenta”. Condição necessária para a “nossa sobrevivência”, contando “com todos, particularmente com os nossos sócios, os nossos dirigentes e as instituições da nossa cidade” – considera o presidente da Associação Académica de Espinho, José António Lacerda, em entrevista ao jornal *Defesa de Espinho*, admitindo que “a alocação de meios financeiros na manutenção e na valorização do nosso património nos retira competitividade desportiva”.

#### Manuel Proença

#### - Qual o balanço desportivo da época passada?

“O balanço desportivo e financeiro é positivo. Desportivamente o clube esteve ao mais alto nível em várias modalidades.

Na ginástica, quer na rítmica, quer nos trampolins,

tivemos títulos regionais e nacionais, individuais e por equipas. Vários ginastas estiveram ao serviço da seleção nacional em competições internacionais. Temos hoje um conjunto alargado de ginastas que pertencem à elite da Federação Portuguesa de Ginástica. Temos professores com provas dadas e que são

**DESTAQUE / ENTREVISTA**

**“A Académica Associação de Espinho é um dos poucos clubes da nossa cidade que mantém instalações próprias.”**

**“O nosso pavilhão foi construído quando o clube tomou conhecimento que iria deixar de poder utilizar o rink de patinagem junto à beira-mar e que, sem instalações desportivas, corria o risco de desaparecer.”**

**“Temos verificado que em particular no voleibol, o Sporting Clube de Espinho tem-se dedicado a, chegando a escalões superiores de formação, destruir equipas da Académica Associação de Espinho com um trabalho de base de anos, aliciando todos os jogadores-base da equipa.”**

**“Este comportamento é manifestamente desleal – e por isso, fomos forçados a rever o tal ótimo relacionamento com o Sporting Clube de Espinho, passando a tratá-lo como tratamos qualquer outro clube!”**

respeitados por todos, tais com as professoras Sílvia Canelas e Gabriela Salvador, na rítmica e os professores Arménio Cordeiro e Emanuel Santos, nos trampolins.

No hóquei em patins tivemos um bom ano. Na formação contamos com todos os escalões e alguns deles a competir nas fases finais dos campeonatos nacionais. As escolas de patinagem, com um trabalho fantástico do João Barbosa, do Carlitos e do Filipe, conseguiram captar dezenas de jovens para aprenderem a patinar e para darem os primeiros passos no hóquei em patins. Muitos destes miúdos serão os ho-

quistas de amanhã.

Nos seniores mais uma vez lutamos pela subida de divisão, com uma primeira volta abaixo daquilo que era necessário, mas com uma boa segunda parte do Campeonato. Ficamos mais uma vez a escassos pontos da subida. Temos um dos melhores treinadores portugueses e vários atletas de muito bom nível e com muita experiência. A base mantém-se para a época que se avizinha, com dois excelentes reforços – o Ricardo e o João. Estaremos mais fortes e novamente na luta pela subida de divisão.

No voleibol tivemos talvez uma das melhores épocas dos últimos anos. Fruto

de um trabalho de mais de quatro anos sob coordenação do professor Francisco Fidalgo, juntamente com um grupo de excelentes treinadores, tivemos todos os nossos escalões de formação nas fases finais dos campeonatos nacionais. Fomos campeões nacionais de infantis e campeões regionais e vice campeões nacionais de juvenis. Os restantes escalões bateram-se nas ‘final four’ a um nível elevadíssimo. No conjunto, a Associação Académica de Espinho pertence ao restrito grupo de clubes que obteve a melhor classificação a nível nacional.

Nos seniores aconteceu uma das possibilidades para quem luta pela manutenção: descemos à segunda divisão. Nada que não soubéssemos que seria possível, mas que ninguém desejava. Descemos com lágrimas, mas com dignidade e com muito suor. Temos de tirar ilações do que aconteceu, levantar a cabeça e ir à luta para recuperar o lugar que é nosso há mais de vinte anos, a Divisão A1. Vamos ter alguma remodelação na equipa e contamos com o professor Alexandre Afonso como treinador, cujo currículo dispensa qualquer comen-





tário. O objetivo é o de a médio e longo prazo mas, para além de termos objetivos bem definidos para a época 2019/2020, achamos que tem o perfil adequado para iniciar a integração dos jovens da formação na equipa sénior.

O hóquei em campo e de hóquei de sala conseguiu captar mais atletas, tendo participado em três escalões de formação. Tivemos novamente equipa sénior, após alguns anos sem participação. Notamos que a possibilidade de irmos a conseguir concretizar a construção do campo no Parque da Cidade dinamizou algumas figuras da modalidade, com impacto positivo na vertente desportiva.

No badminton demos seguimento ao bom trabalho desenvolvido nos anos anteriores. Temos mais de cinquenta atletas e competimos em todas as competições regionais e nacionais. Fomos campeões nacionais por equipas femininas sub-19 e a nossa atleta Inês Pardilhó foi campeã nacional sub-19 em singulares, em pares senhoras e em pares mistos. A Mariana Neves foi campeã nacional em sub-17 em pares mistos. A Mariana e a Inês fazem parte da Seleção Nacional. A modalidade, no seu todo, está de parabéns.

No andebol temos todos os escalões de formação. Apesar do esforço dos nossos técnicos e dirigentes, temos verificado uma constante entrada e saída de atletas que em nada favorece o desenvolvimento da modalidade. É necessária uma maior estabilidade, para que o andebol feminino se possa afirmar no seio do nosso clube".

**- E que balanço pode fazer no plano financeiro?**

"Em termos financeiros, os últimos anos da Associação Académica de Espinho têm sido caracterizados pela estabilidade financeira, conseguindo angariar as receitas necessárias para fazer face às despesas crescentes, quer seja com a atividade desportiva, quer com a necessidade de manutenção nas nossas instalações desportivas.

A Académica Associação de Espinho é um dos poucos clubes da nossa cidade que mantém instalações próprias. Queremos manter e melhorar o nosso património, que foi construído com muito esforço e dedicação pela geração dos anos sessenta. Sabemos que a alocação de meios financeiros na manutenção e na valorização do nosso património nos retira competitividade desportiva, mas a Académica Associação de Espinho é mesmo isso! É orgulho e respeito pelo passa-

Foto MANUEL PROENÇA



**"O hóquei em patins é uma das modalidades históricas e mais importantes da Académica Associação de Espinho. Por isso mesmo, o nosso objetivo é a subida de divisão, no que respeita aos seniores, e a reestruturação da formação do clube".**

**"A ginástica é o exemplo do que deve ser o ambiente desportivo no nosso clube".**

**"Estamos atentos a novas oportunidades para alargarmos a nossa atividade. Gostava de reativar o xadrez e o ténis de mesa."**

**"Os projetos de especialidades estão em curso e prevemos iniciar a obra no final do primeiro trimestre de 2020. Como é habitual teremos muitos obstáculos pela frente, mas estamos convictos de que iremos ultrapassar todas e quaisquer dificuldades."**

## DESTAQUE ENTREVISTA

Foto MANUEL PROENÇA



do, acreditando que o futuro se constrói com a mesma ambição e clarividência daqueles que exatamente há cinquenta anos construíram o pavilhão Arquiteto Jerónimo Reis. O nosso pavilhão foi construído quando o clube tomou conhecimento que iria deixar de poder utilizar o ringue de patinagem junto à beira-mar e que, sem instalações desportivas, corria o risco de desaparecer.

Hoje, a requalificação e ampliação das nossas instalações apresenta a mesma importância, pois é igualmente uma condição necessária para a nossa sobrevivência. Contamos com todos, particularmente com os nossos sócios, os nossos dirigentes e as instituições da nossa cidade".

**- Qual a relação com o Sporting Clube de Espinho?**

"A nossa relação com o Sporting Clube de Espinho é historicamente boa, como que de dois clubes irmãos se tratassem. Aliás, desde sempre os dirigentes dos dois clubes quase partilhavam cargos simultaneamente em ambas as instituições, como sempre foi normal também haver movimentos de atletas entre os dois clubes.

Mais recentemente, todavia, temos verificado que em particular no voleibol, o Sporting Clube de Espinho tem-se dedicado a, chegando a escalões superiores de formação, destruir equipas da Académica Associação de Espinho com um trabalho de base de anos, aliciando todos os jogadores-base da equipa. Não é um processo de uma normal transferência de jogadores isolados, mas verdadeiramente um saque feito às escondidas, de uma forma sistemática massiva de jogadores! Este comportamento, por si só, é triste. Desde logo, porque demonstra a assumida incapacidade do Sporting Clube de Espinho formar equipas próprias competitivas. Depois, porque tem sido repetidamente feito às escondidas, dissimuladamente. E este comportamento é manifestamente desleal – e por isso, fomos forçados a rever o tal ótimo relacionamento com o Sporting Clube de Espinho, passando a tratá-lo como tratamos qualquer outro clube!

Temos muita pena que assim tenha de ser, e pela nossa parte estaremos sempre disponíveis para que tudo volte ao que sempre foi!"

**- Como está a ser feita a preparação da época que se aproxima?**

"O trabalho de casa está feito e a próxima época pronta a arrancar. Vamos ter várias novidades, tal como é ha-



DESTAQUE  
ENTREVISTA

bitual”.

- Como foi a reorganização do hóquei em patins da Académica Associação de Espinho e o que pretende o clube, afinal, nesta modalidade?

“O hóquei em patins é uma das modalidades históricas e mais importantes da Académica Associação de Espinho. Por isso mesmo, o nosso objetivo é a subida de divisão, no que respeita aos seniores, e a reestruturação da formação do clube. Para isso vamos, este ano, dar início a um novo projeto nas classes de formação, com mais dirigentes afetos à modalidade, com a supervisão do professor Nelson Gomes e a coordenação do professor Tiago Ferraz, respetivamente treinador e jogador dos seniores do nosso clube. Ambos são licenciados em Educação Física, com experiência pedagógica e com muitos anos de hóquei em patins. Todos os nossos atletas da formação serão avaliados, tal como no sistema de ensino, no Natal, na Páscoa e no final da época. De uma vez por todas temos de dignificar o prestígio do hóquei em patins da Académica Associação de Espinho. Só poderemos ficar satisfeitos quando virmos na nossa equipa sénior uma vasta maioria de jogadores da casa”.

- A ginástica continua a ser a melhor imagem do clube?

“A ginástica é o exemplo do que deve ser o ambiente desportivo no nosso clube. Estabilidade e qualidade nas equipas técnicas, quantidade em número de atletas, quer nas classes de exibição, quer nas de competição, e um número significativo de ginastas a competir ao mais alto nível. A ginástica da Académica Associação de Espinho está de parabéns”.

- Em que ponto está o piso sintético para a prática do hóquei em campo?



Foto MANUEL PROENÇA

**“No atual momento da Académica Associação de Espinho as parcerias que necessitamos é a da participação de todos os academistas. O projeto que temos pela frente, independentemente do menor ou maior protagonismo que cada um tem nele, exige uma total disponibilidade para ajudar na construção do nosso futuro.”**

**“É a franqueza dos amigos que nos obriga a, por vezes, endereçar algumas críticas, com um sentido que queremos construtivo, e a transmitir o que é nosso sentimento relativamente a questões que nos afetam ou nos podem afetar.”**

“Como é público a Académica Associação de Espinho tem no Parque da Cidade um terreno cedido pela Câmara Municipal de Espinho para a construção de um campo de hóquei em campo. Logo que surja a oportunidade de construirmos o campo, avançaremos com esse projeto”.

- Está a Académica Associação de Espinho aberta à possibilidade receber novas modalidades?

“Estamos atentos a novas oportunidades para alargarmos a nossa atividade. Gostava de reativar o xadrez e o ténis de mesa”.

- Como se encontra o projeto da Académica Associação de Espinho para as suas instalações, com a requalificação e ampliação do pavilhão?

“É público que o projeto de requalificação e ampliação

do pavilhão Arquiteto Jerónimo Reis, iniciado pelo arquiteto Rui Lacerda e finalizado pelo seu filho Diogo Lacerda, deu entrada no passado dia 14 de Junho na Câmara Municipal de Espinho. Os projetos de especialidades estão em curso e prevemos iniciar a obra no final do primeiro trimestre de 2020. Como é habitual teremos muitos obstáculos pela frente, mas estamos convictos de que iremos ultrapassar todas e quaisquer dificuldades. Estamos em crer que se trata de um projeto que favorece não só o nosso clube, mas toda a cidade de Espinho, pelo que contamos com o apoio de todos, independentemente da cor política ou clubista, para a sua concretização”.

- Em que ponto se encontra o museu da Académica Associação de Espinho?

“Com a colaboração da

Câmara Municipal de Espinho recuperamos todo o espólio desportivo e documental da Académica Associação de Espinho. Estamos a falar de mais de 1500 troféus e inúmeros documentos. Este espólio irá ficar exposto no museu do clube, após as obras de requalificação. Como é sabido, a Associação Académica de Espinho tem a sua origem num grupo de jovens que estudavam no Colégio S. Luís. A Associação dos Antigos Alunos do Colégio tem um conjunto de documentos e faz todo o sentido que essa história se una à da Académica Associação de Espinho.

Mas a requalificação não nos trará apenas o museu! Vamos ter novos serviços administrativos, uma loja com venda de merchandising e material desportivo, uma cafeteria e uma sala de estudo”.

- Como foi a parceria com

o franchisado McDonald’s?

“O contrato com a McDonald’s permitiu dar consistência ao projeto ambicionado por todos os academistas. De facto, a vontade da McDonald’s em se instalar nos nossos terrenos é já antiga e a recente alteração verificada no Plano Diretor Municipal (PDM) permitiu que tudo se resolvesse, a bem da Académica Associação de Espinho e de Espinho.

A parceria com o franchisado é de total colaboração e respeito. Para além dessa relação comercial, trata-se de um verdadeiro amigo da Académica Associação de Espinho e de um parceiro que, sempre que necessário, está na disposição de ajudar e de colaborar nos projetos do nosso clube”.

- Há ideias para novas parcerias?

“No atual momento da Académica Associação de

Espinho as parcerias que necessitamos é a da participação de todos os academistas. O projeto que temos pela frente, independentemente do menor ou maior protagonismo que cada um tem nele, exige uma total disponibilidade para ajudar na construção do nosso futuro. Ninguém deve ficar de fora deste projeto que é de todos.

Precisamos também da parceria daqueles que, fora da Académica Associação de Espinho, podem fazer a diferença, ajudando ou criando dificuldades. Com certeza que todos vamos querer fazer parte do grupo daqueles que ficarão na história por ajudar a Associação Académica de Espinho”.

- Como é a relação com o Município de Espinho e com as suas infraestruturas?

“Sempre tivemos uma boa relação com o Município de Espinho, e contamos com essa relação para levar a bom porto os nossos projetos, até porque entendemos que os nossos projetos são, também, benéficos para o concelho.

Naturalmente, é a franqueza dos amigos que nos obriga a, por vezes, endereçar algumas críticas, com um sentido que queremos construtivo, e a transmitir o que é nosso sentimento relativamente a questões que nos afetam ou nos podem afetar.

Compreenderão todos que não possamos calar a nossa voz quando temos em curso um esforço tremendo, mas dado por adquirido e sempre calado por todos, para garantir a manutenção e ampliação do nosso pavilhão, exclusivamente a nosso cargo, com um óbvio prejuízo dos nossos resultados desportivos ao nível de seniores, e olhamos para o lado e tudo parece fácil com investimento zero! É uma luta franca pela igualdade de tratamento! Não queremos ofertas vãs, mas não gostamos quando o Município as dá de forma desigual!

Ninguém se recorda das autênticas fortunas que pagamos permanentemente apenas em consumos de água, luz ou gás, em obras de manutenção ou em pessoal próprio... Desafiamos todos a conseguir êxitos semelhantes aos nossos com estas responsabilidades sempre pagas a tempo e horas!”

## Telefones úteis

A. Viação Espinho ..... 227 341 296	Clinica N.º S.ª d'Ajuda ..... 227 342 695	Fisioclinica ..... 227 314 986	Segurança Social ..... 227 341 956
Biblioteca ..... 227 335 800	Clinica S. Pedro ..... 227 344 714	Brigada Fiscal ..... 227 341 196	Táxis (Câmara) ..... 227 343 167
Bomb. V. Espinho ..... 227 340 005	Clín. Dr. J. Mendes & Filha .. 227 341 710	Hospital Espinho ..... 227 331 130	Táxis (Conc. Espinho) ..... 800 208 202
Bomb. V. Espinhenses ..... 227 340 042	COGE - Clínica Santa Casa .. 227 330 960	Hospital V. N. Gaia ..... 227 865 100	Táxis Costa Verde ..... 227 340 118
Câmara Municipal ..... 227 335 800	Policlinica ..... 227 330 640	S. Sebastião (S.M.Feira) ..... 256 379 700	Táxis (Graciosa) Estação ..... 227 340 010
Centro de Saúde ..... 227 334 020	CTT - Rua 19 ..... 227 330 631	Junta Freguesia de Espinho . 227 344 418	Táxis União, Lda. .... 227 348 017
Cliesp ..... 227 330 410	EDP - Avarias ..... 800 506 506	PSP ..... 227 340 038	Táxis Unidos ..... 227 342 232
Clínica Costa Verde ..... 227 345 885	EDP - Leituras ..... 800 507 507	Registo Civil ..... 227 332 060	Táxis Verdemar ..... 227 343 500
	EDP - Comercial ..... 808 505 505	Repartição Finanças ..... 227 332 070	Tesouraria Fazenda Pública . 227 332 087
	Estação CP ..... 808 208 208	Saneam. Básico (avarias) ..... 227 335 840	Tribunal ..... 227 331 330

## Anta

Assoc. Socorros Mútuos de S. Francisco de Assis de Anta .... 227 340 103
Farmácia ..... 227 341 109
Farmácia MAIS ..... 227 341 409
Junta Freguesia ..... 227 346 453
Lar da 3.ª Idade ..... 227 330 900
Unidade de Saúde ..... 227 334 060
Táxi ..... 966 527 887 / 227 325 242

## Guetim

Junta Freguesia ..... 227 344 226
-----------------------------------

## Paramos

Centro Social ..... 227 330 870
Farmácia ..... 227 346 388
Junta Freguesia ..... 227 342 710
Reg. Engenharia ..... 227 342 023
Unidade de Saúde ..... 227 345 001

## Silvalde

Junta Freguesia ..... 227 344 017
Unidade Saúde Marinha ..... 227 343 101
Unidade Saúde Silvaldinho . 227 343 642

# "Festival OITO24 afirmou a excelência da sua dimensão artística"

## Pinto Moreira promete regresso do evento em 2020 como sendo uma "aposta para continuar"

"Esta sétima edição do Festival OITO24 afirmou a excelência da sua dimensão artística, e confirmou a aposta e pertinência do seu conceito. A edição deste ano fica marcada por enorme sucesso e com uma extraordinária adesão do público", afirmou o presidente da Câmara Municipal de Espinho, Pinto Moreira.

O Festival OITO24 decorreu entre os dias 8 e 18 de agosto em diferentes espaços da cidade de Espinho, tendo encerrado no domingo com um "balanço extremamente positivo", cumprindo com os objetivos traçados, ao nível da sua qualidade artística, organização, adesão e envolvimento do público e notoriedade.

"Uma aposta para continuar",

garantiu o autarca, salientando que "a programação do Festival permitiu que o território e todos os que nos visitaram, pudessem ter acesso a extraordinários eventos artísticos, com momentos que criaram na cidade uma atmosfera de alegria, de divertimento e de partilha, verdadeiramente únicos".

Pinto Moreira realça que esta edição do Festival OITO24 "cumpriu com todos os objetivos e ultrapassou todas as expectativas, consolidando o seu espaço no panorama dos grandes eventos na Área Metropolitana do Porto e do País".

Integrado na política de eventos da Câmara Municipal de Espinho, o Festival OITO24 contribuiu

ativamente para a afirmação do território e faz parte da oferta cultural do Município.

"O sucesso da edição de 2019 do 'OITO24' é parte de um processo de crescimento e de afirmação do Festival e de Espinho como um território com condições excecionais para a realização de eventos de rua, tendo assumido as áreas do Teatro de Rua, do Circo Contemporâneo e do Clow, como grandes fatores de crescimento desta edição", referiu, ainda, o presidente da Câmara que adiantou que "para a edição de 2020 do Festival OITO24 pretendemos manter a linha da continuidade destas duas últimas edições e com mais ambição, apostando nestas áreas e em novos projetos que con-



Foto DIREITOS RESERVADOS

tribuem para a valorização deste território".

Neste período do Festival OITO24, a cidade acolheu um vasto número de artistas e companhias provenientes de nove países de vários continentes num vasto conjunto de palcos (alguns inusitados), e que contou com a participação de milhares de pessoas.

Organizado pela Câmara Mu-

nicipal de Espinho, o Festival promete regressar para o ano, em agosto, sempre com entrada livre e mais uma vez com a marca EFFE - Europe for Festivals, Festivals for Europe, uma iniciativa da União Europeia que reconhece os festivais realizados com excelente dimensão artística e que contribuem para o reforço da cidadania e identidade europeia.

## Blaya, Disca Riscos e MC Kekel no Réveillon de Verão

### Presidente da Câmara considera um evento "diferenciador à escala nacional e internacional"

Nos próximos dias 30 e 31 de agosto, Espinho acolhe mais uma edição do Réveillon de Verão, na praia da Baía e na Avenida Maia/Brenha, com o patrocínio da Solverde e da Super Bock Group e o apoio da Rádio Comercial. O Réveillon de Verão promete muita diversão com concertos, atuações

de DJs e performances de luz. Estão previstas festas e animação em vários espaços da cidade.

O cartaz da segunda edição do Réveillon de Verão em Espinho consta no penúltimo dia do mês do DJ Disca Riscos e no dia seguinte de MC Kekel, fogo piromusical e Blaya.

Depois do grande sucesso da edição de 2018, Espinho acolhe mais uma edição deste evento que marca a despedida do verão, que segundo o presidente da Câmara Municipal de Espinho, Pinto Moreira "assume-se como diferenciador à escala nacional e internacional. Para nós este é um evento estratégico

na afirmação do nosso território como destino turístico e de lazer a uma escala nacional e internacional".

Tendo como grande novidade na edição deste ano o alargamento para mais um dia (30 de agosto), o evento conta com o reforço da oferta de animação e de conteúdos, todos de acesso livre. Con-

certos de MC Kekel e Blaya, Dj's Set com Nuno Luz, João Dinis e Rob Willow (Djs da Rádio Comercial), Dj Disca Riscos, Festa Revivalista na Piscina Solário Atlântico, Instalações artísticas, jogos e o tradicional Countdown e Fogo de Artificio às 00.00 horas do dia 31 de agosto constituem o cartaz deste ano.

Para o presidente da Câmara Municipal, "o Réveillon de Verão que, à semelhança de outras marcas de Espinho como o projeto Sem Espinhas e o projeto Fresquinhos, surgiu no âmbito do OITO24, um Festival que se diferencia pelo seu lado incubador de projetos culturais e de entretenimento".

O Réveillon de Verão terá o seguinte programa:

30 agosto (Warm Up) - DJ Nuno Luz by Rádio Comercial, no Palco Rádio Comer-

cial, a partir das 22 horas; DJ Disca Riscos, no Palco Esplanada, a partir das 23 horas.

31 agosto - Festa da Piscina, na Piscina Solário Atlântico, a partir das 22 horas, festa revivalista; MC Kekel, no Palco Super Bock, na Avenida Maia/Brenha, às 22h45; Countdown e Fogo de Artificio, às 00.00 horas; Blaya, no Palco Praia da Baía, às 0h15; Palco Rádio Comercial, na Esplanada da Praia da Baía, a partir da 1h15, com o DJ João Dinis by Rádio Comercial (1h15), DJ Rob Willow by Rádio Comercial e MC Henrique Mano a partir das 2h30; Instalação La Gran Tempesta, na Avenida Maia/Brenha, a partir das 21 horas, na Tenda de Confetti; animação de rua e festas nos espaços de diversão noturna e outros espaços aderentes.

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

**DEFESA DE ESPINHO**

Fundado em 27/Março/1932

PROPRIEDADE - EMPES - Empresa de

Publicidade de Espinho, Lda.

Matriculada na Conservatória do Registo

Comercial de Espinho sob n.º 59, folhas 30

do livro C-1

Capital Social: 5.200,00 Euros

Contribuinte: 500 095 540

**Administração**  
Nelson Soares (gerente)

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

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

**Redação**  
Manuel Proença - mjproenca@sapo.pt

**Colaboradores**  
Bruno Caprichoso; Carlos Fontes; Carlos Salvador; Francisco Azevedo; Isabel Faustino; Manuel José Macedo; Marco Lopes; Miguel Mesquita; Paulo Jorge Duarte; Paulo Malheiro; Sérgio Santos; Vítor Lancha.

**Colunistas**  
Acácio Couto Jorge; António Regedor; Arcelina Santiago; Esmeralda Laranjeira; Fátima Barbosa; Ferreira de Campos; Francisco Goulão; Joaquim Ribeiro; José Sarmento; Manuel Sancebas; Manuela Aguiar; Mário Frota; Padre Rodrigo Lynce de Faria.

**Departamento de Produção**  
António Guerra  
**Secretaria de Administração e Redação**  
Cristina Fonseca e Fernanda Oliveira  
**Serviços Administrativos e Publicidade**  
Avenida 8, 456 - 1.º andar - Sala R  
4500-205 ESPINHO

**Correspondência por Via Postal:**  
Ap. 39 - 4501-853 ESPINHO Codex  
Telef. 22 734 15 25 • Tlm. 936 540 320  
Fax 22 731 99 11  
email - geral@defesadeespinho.pt  
email - defesadeespinho@sapo.pt  
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 • 227666559  
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](http://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.



Esmeralda Laranjeira  
Temas e poemas

## SENHOR DO CALVÁRIO

Ó Nosso Senhor do Calvário  
Em Silvalde és adorado  
És o padroeiro dos emigrantes  
Em agosto festejado!

Tua linda procissão  
Composta de belos andores  
São para cumprir promessas  
Enfeitados de belas flores

São promessas dos teus filhos  
Por esse mundo espalhados  
Vêm agradecer a tua proteção  
Quando se sentem desamparados

O lugar do Souto se alegra  
E enfeita bem, tua capela  
Onde se reza a missa solene  
E se faz essa procissão tão bela!

Linda procissão é essa  
Que percorre o teu lugar  
Com anjinhos e andores  
E a fanfarra a tocar...

É altura dos emigrantes  
Que te querem visitar  
Participam na procissão  
E juntos em oração  
Aos teus pés vão rezar!

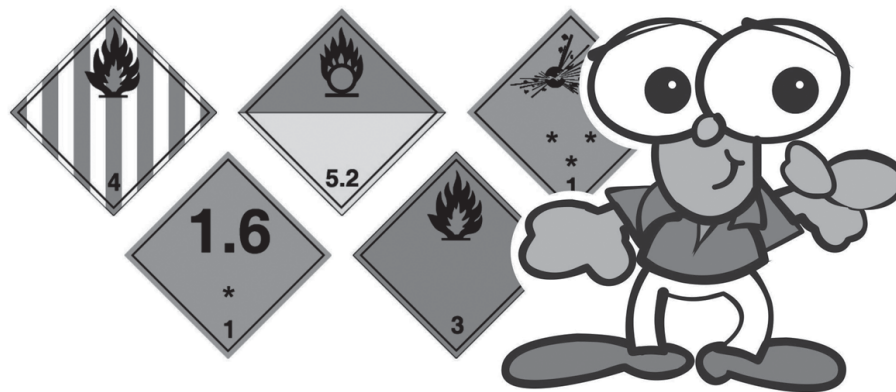
E a noite de festa é animada  
Com concertos a atuar  
Juntam-se as famílias e os amigos  
Os novos e os antigos...

E matam-se as saudades  
Deste tão belo lugar...  
E fica a promessa feita  
Para o ano cá voltar  
Para o santo festejar

Nosso Senhor do Calvário  
Padroeiro dos emigrantes  
Repartidos pelo mundo  
Eles voltam sempre, a este lugar  
Com sentimento profundo

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

**PIMPOLHO** □ DESENHO E TEXTO DE: © José Sarmento • 1337  
A crise energética ... terminou ... ficou sem  
de agosto... a meio do mês... combustível????!!!...



## A VER A "VOLTA" PASSAR

1 - Uma das melhores recordações da minha infância é a de ver a "Volta" passar, umas vezes, em pelotão compacto e rápido, que logo desaparecia na primeira curva, outras em que o espetáculo se prolongava, graças a fugas individuais ou de pequenos grupos, sempre muito saudadas, quaisquer que fossem as cores das suas camisolas. Nos anos cinquenta, já os três grandes clubes do futebol português se defrontavam também na estrada, o que dava à corrida mais paixão e mais impacto mediático. Era o acontecimento - rei do mês de agosto! Um desporto de resistentes, de "heróis", todos mereciam do público, (composto por homens, mulheres, famílias inteiras), alinhado nas bermas dos caminhos e amontoado em pontos estratégicos, os mais entusiásticos aplausos e incitamento, quando não, também, uma garrafinha de água... E ali ficávamos, num ambiente de romaria, quase invariavelmente sob um sol tórrido, até que a aproximação do "carro vassoura" desse o sinal de retirada, fechando o cortejo.

O Porto, então, não vencia sempre, como tem acontecido, desde o seu feliz regresso à modalidade, em 2016, mas ganhava muito mais do que no futebol. A luta norte/sul era equilibrada. O norte não se circunscrevia ao FCP, que tinha a companhia de Leixões, Boavista, Académico, Maia, ou, mais ao centro, Sangalhos... O sul não se reduzia aos dois colossos da capital, era, igualmente, Campo de Ourique, Carcavelos ou CUF, e estendia-se ao Algarve, com destaque para Tavira e Loulé.

Na primeira Volta, em 1927, foram, por sinal, homens do Carcavelos, Leixões e Campo de Ourique as figuras principais, que inscreveram o nome no topo da classificação geral.

A regularidade da competição só se conseguiu a partir de 1931,



Manuela Aguiar  
Em três palavras

com raras interrupções provocadas, no início da década de quarenta, pela Grande Guerra, por razões que desconheço em 53/54, e, em 1975, pelo PREC.

Ainda eu não era nascida quando os míticos José Nicolau (Benfica) e José Trindade (Rio de Janeiro e, depois, Sporting) comemoraram vitórias individuais e ofereceram aos companheiros a coletiva.

O FCP fez a fulgurante estreia em triunfos, coletivo e individual, com Fernando Moreira, em 1948, e repetiu o feito com Dias dos Santos, em 1949 e 1950, quando eu aprendia as primeiras letras e já teimava em soletrar as notícias da "Volta" no jornais. Dias dos Santos foi o primeiro que vi, de perto, e nunca esqueci a receção apoteótica com que a cidade do Porto o recebeu, nem o seu sintético e pragmático discurso, quando lhe foi pedido para falar à multidão: "Ena, pá, limpá-mos o sebo à malta de Lisboa!". É difícil dizer mais em menos palavras! Foi um delírio!

A década de 50 começou com a segunda vitória de Dias dos Santos, e foi mais "nortista" do que propriamente "portista", com a ascensão imparável de Alves Barbosa (Sangalhos) e de Ribeiro da Silva (Académico). O FCP somava mais títulos de equipa do que individuais. Um destes, em 1952, foi o de Moreira de Sá, atleta de eleição. Não posso precisar a data em que emigrou para a Venezuela na veste de empresário, mas sei que aí deixou

fama mais duradouramente - a ele se deve a introdução do ciclismo de competição naquele País! Um pioneiro, de quem muito se orgulham as comunidades portuguesas.

Só em 1959 o FCP voltou a um triunfo individual, com Carlos Carvalho, que repetiria nos anos seguintes com Sousa Cardoso, José Pacheco e Joaquim Leão.,

A década de 70 foi indelevelmente marcada por outro "imortal": Joaquim Agostinho, com as cores do Sporting. Apenas em 1979, o "meu" FCP voltou a vencer, por equipas e individualmente, com Joaquim Sousa Santos e os anos 80 começaram em pleno, no pódio em três anos sucessivos, com Manuel Zeferino (1981) e Marco Chagas (1982 e 1983), mas, afinal, seguir-se-ia um longo interregno de mais de três décadas.

O Sporting desapareceu da história gloriosa da Volta, pouco depois, com um último êxito de Marcos Chagas, em 1985. O Benfica ganhou a sua derradeira "Volta" anos mais tarde, em 1999, mas ainda não retornou, ao contrário dos rivais - que são rivais, sobretudo, no futebol.

2 - Quando sumiram do pelotão as camisolas clubistas azuis e brancas, verdes e brancas e vermelhas, a magia do ciclismo não se perdeu, de todo, embora, mesmo com o envolvimento de tantas e tantas marcas comerciais, com a chegada de concorrentes estrangeiros, e com os êxitos internacionais dos nossos ciclistas de elite, algum entusiasmo andasse perdido... É esse, pelo menos, o muito subjetivo sentimento, que me leva a olhar nostalgicamente as corridas do passado, mais amadoras, sim, mas mais apaixonantes, e não menos duras, pois se prolongavam por três semanas e atravessavam, de facto, o país, de lés a lés - não, apenas, percursos de pura conveniência comercial, que deixam de fora regiões inteiras, e em apenas dez "episódios", como numa telenovela curta. Espinho esteve, muitas vezes nesses roteiros e chegou a acolher chegadas e partida de etapas. Esperamos que isso aconteça de novo, em breve, pois aqui, em agosto, nunca há falta de

fãs e de entusiasmo desportivo!

Apesar de assim abreviada, a Volta a Portugal dá sinais de ressurgimento e, depois do "Tour", da "Vuelta" e do "Giro", parece ser mesmo a melhor, a nível europeu. O duelo Porto - Sporting/Tavira, e o despique com outras equipas de antigos pergaminhos, como o Boavista e o Louletano, (ficando ainda a faltar o SLB), ajudam a reconciliar a competição com as suas tradições e a trazer mais e mais gente de volta à Volta.

Em 2019, Gaia e Porto chamaram a si o final da competição e foram amplamente compensados. O vereador da Câmara de Gaia, Guilherme Aguiar, fez título de jornal, ao afirmar: "Eventos destes são rentáveis na nossa promoção" (no plano nacional e internacional) e um administrador da "Porto Lazer" foi também claro, dizendo: "Faltava-nos recuperar esta aposta na Volta", querendo com isso significar que, depois de "grandes eventos com automóveis, barcos e aviões", chegara a vez da bicicleta. Em boa hora, porque a tripla vitória do FCP, na etapa e na classificação individual, com o jovem João Rodrigues, e na coletiva, ajudou a juntar uma multidão imensa, fantástica e ordeira, como é habitual nas festas do Porto, que são sempre mais um São João, antes ou depois do que se celebra a 24 de junho.

Os números, a quantidade e a qualidade da participação popular, (tal como as audiências da RTP...), vieram comprovar que, afinal, os portugueses continuam fiéis aos seus desportos favoritos, o futebol e o ciclismo (a que poderemos acrescentar o hóquei em patins, pois não sendo jogo de atrair multidões desta ordem, tem lugar cativo no coração dos portugueses).

3 - No dia seguinte, procurei na imprensa o eco daquela esplêndida manifestação desportiva. Para surpresa minha, (ou talvez não...), a melhor reportagem não pertencia a nenhum dos três diários especializados que lhe davam uma modesta entrada num cantinho da primeira página e parques comentários no interior. O destaque merecido surgiu apenas no DN, que lhe dedicou as primeiras páginas da secção de desporto, antes do inevitável futebol, bem como chamada de capa, com uma grande e belíssima imagem de Gustavo Veloso (o veterano galego, já por duas vezes vencedor da Volta, a quem só uma queda terá tirado a enorme probabilidade de repetir a proeza), levando aos ombros o algarvio João Rodrigues, com o povo eufórico em fundo.

Imagem duplamente simbólica, tanto de admirável companheirismo num desporto em que impera a generosidade e a capacidade de sacrifício, como de uma aliança entre gerações, reunindo a classe do mais velho e a impetuosidade do mais jovem. Imagem que, afinal, documenta, na perfeição, o segredo de uma vitória do Porto clube no Porto cidade.

# “Cadernos d’ Espinho” enchem Biblioteca Municipal



## Dezenas de pessoas no lançamento do segundo volume da coleção, que é dedicado à pesca e aos vareiros

Fotos VÍTOR LANCHA

A Biblioteca Municipal foi pequena, no sábado, para albergar as largas dezenas de pessoas que acorreram ao lançamento do segundo volume da coleção “Cadernos d’ Espinho”, desta feita dedicado à arte da pesca e à comunidade piscatória espinhense, e que tem o título “É do nosso mar! – A tradição da arte-xávega”.

Para além dos autores, a sessão contou com a presença do presidente da Câmara Municipal de Espinho, Pinto Moreira, que lembrou a feliz coincidência de neste mesmo dia – 17 de agosto – estar a assinalar-se a efeméride dos 120 anos da criação do concelho de Espinho.

Projeto que nasceu da cumplicidade de quatro amigos espinhenses – o historiador Armando Bouçon, o designer Pedro Pinheiro e os jornalistas Luís Costa e Mário Augusto –, este volume dos “Cadernos d’ Espinho” estende-se por 12 interessantes capítulos que são ilustrados profusamente com fotografias, postais e ilustrações.

Destaque para as imagens de Ricardo Fonseca, ex-presidente da APDL e da Metro do Porto que é um ilustre e referenciado fotógrafo desde os anos 60, e para as ilustrações de Rodrigo Bulhosa – um jovem estudante de artes visuais que cumpre o desiderato, a repetir em futuras edições dos “Cadernos d’ Espinho”, de mobilizar jovens



estudantes do concelho para este projeto.

Vendido ao preço simbólico de cinco euros na cerimónia de lançamento, mas ainda disponível por mais dois euros num conjunto vasto de lojas espinhenses (como sejam a Casa Alves Ribeiro, a confeitaria Pá Velha, o quiosque Peralta, a Livrália, a ABC ou a Aipal, entre outros estabelecimentos de referência) e também no Museu de Espinho – no FACE, antiga fábrica Brandão Gomes – este livro conta com um prefácio de Artur Faustino, ele próprio oriundo de uma família com ligações à pesca e ao bairro piscatório.

No prefácio, Artur Faustino defende a tese de que a origem do termo “vareiro” tem tudo a ver com as inúmeras

“varas” que entram na função do pescador espinhense, de que se deixam aqui alguns exemplos: para serem movidos no areal da praia, os barcos das companhas do arrasto costeiro têm de ser postos em cima de “varas”; os homens que transportam as cordas e as redes têm de estar munidos de bordões, que também são “varas”; o “vareiro da proa” está em cima da proa da embarcação com uma “vara”; as redes são postas a secar numa armação com “varas”; e até os remos e a forcada de empurrar os barcos são feitos também de compridas “varas”.

Nesta sessão da Biblioteca Municipal, Mário Augusto anunciou que o próximo caderno de Espinho já tem data e local de lançamento: será a

19 de outubro, nas instalações do Casino Espinho. Ou não fosse esse terceiro livro da coleção dedicado ao tema do jogo em Espinho, que tem largas tradições na cidade desde os tempos anteriores a 1927 (quando a zona de jogo foi oficialmente constituída) em cafés como o Chinez, que tinham salões para o efeito.

“Sorte ao jogo” – assim se designa o terceiro volume dos “Cadernos d’ Espinho”, projeto que ao longo dos próximos dois anos ainda dará à estampa exemplares dedicados a temas tão diversos como “Grandes Empreendedores”, “Memórias de Arte e Cultura”, “Histórias de uma Terra Nova – 120 anos de concelho”, “Festas e Tradições” ou “Aqui Nasceram Campeões – Vamos Ganhar!”.

## Núcleo de Espinho da Liga dos Combatentes em visita a Ponte de Lima e Viana do Castelo



Foto DIREITOS RESERVADOS

O Núcleo de Espinho da Liga dos Combatentes, organizou um passeio de cariz lúdico religioso às festas em honra da Senhora da Agonia, que decorreram em Viana do Castelo, no domingo.

Esteve presente cerca de meia centena de associados, acompanhados pela Direção do Núcleo, com o presidente, Artur Silva, a vice-presidente Leonor Lêdo da Fonseca, bem como outros elementos – Ferreira, Pacheco e Bacelo.

A comitiva aproveitou para visitar Ponte de Lima e posteriormente assistiu à majestosa procissão da Senhora da Agonia.

Foram “momentos de convívio e de partilha, de fé e devoção que o Núcleo de Espinho da Liga dos Combatentes faz questão de manter vivos entre os seus associados”, sublinhou, a propósito, o presidente, Artur Silva que aproveitou para informar “que se encontram abertas as inscrições para o próximo passeio, a realizar a 10 de novembro, à capital”. Lisboa, será, portanto, o próximo destino.

## Tuna Musical de Anta festeja 95.º aniversário

A Tuna Musical de Anta vai assinalar o seu 95.º aniversário com um programa que terá início no sábado e que se estende até 1 de setembro.

Eis o programa das festividades:

Domingo – 9 horas, hastear da bandeira.

Dia 31 – Abertura às 21h30; colocação da faixa alusiva no Estandarte da Tuna Musical de Anta, às instituições e coletividades convidadas; entrega de placas comemorativas aos associados com 25, 50 e 75 anos de associativismo; concerto da Orquestra e Coral.

Dia 1 de setembro – Às 11 horas, missa de aniversário, seguida de romagem ao cemitério; às 13 horas, almoço de aniversário.

## Passeio do Sporting de Silvalde à Lousã

O Sporting Clube de Silvalde promove caminhadas e corridas com encontro marcado todas as quintas-feiras no largo da Junta de Freguesia de Silvalde (sede do clube) pelas 21 horas.

As caminhadas terão um percurso de cinco quilómetros e os grupos de corrida, com ritmos adequados aos participantes, terão percursos de cinco e de 10 quilómetros, previamente definidos.

No âmbito destas iniciativas, o clube ira realizar um passeio convívio no próximo dia 1 de setembro à Lousã, aldeias do xisto, mais propriamente à aldeia Talasnal. Ali irá realizar uma caminhada intitulada “À Descoberta de Portugal”. Trata-se de uma iniciativa que será repetida, com destino a anunciar brevemente.

**(Defesa da) SAÚDE**

Manuel Portela \*

**A IMPORTÂNCIA  
DO EXAME  
MÉDICO  
DESPORTIVO**

Os exames médico-desportivos constituem um instrumento imprescindível para aferir a aptidão ou inaptidão dos praticantes desportivos para o desempenho da sua prática, representando um importante meio de triagem de determinadas patologias ou situações clínicas.

Neste quadro, o exame médico-desportivo torna-se obrigatório, em todas as situações e para todos os praticantes desportivos, árbitros, juizes e cronometristas filiados ou que se pretendam filiar em federações dotadas de utilidade pública desportiva. No entanto, apesar da sua realização ser apenas obrigatória para atletas federados este exame está clinicamente recomendado para os praticantes de desporto ou candidatos à prática desportiva, amadores ou profissionais que pratiquem desporto de uma forma regular com intensidade moderada a vigorosa.

Este exame é obrigatório para todos os atletas federados e sem ele o seguro desportivo não pode ser efetuado.

A realização do exame médico-desportivo mesmo que não tenha como finalidade a prática federada, é uma excelente oportunidade para verificar o seu estado de saúde, tratar atempadamente patologias que se detetem na avaliação e delinear procedimentos futuros para uma vida mais saudável.

O exame médico-desportivo é realizado por um médico especialista e consiste numa avaliação médica que se inicia pela recolha da história clínica, antecedentes pessoais e familiares, exame sumário de diferentes órgãos e sistemas, com especial atenção à hipertensão arterial, diabetes, patologias do foro ortopédico, patologia do foro auditivo e visual, finalizando com o preenchimento do respetivo atestado médico-desportivo (que dispõe de impresso próprio) e termina emitindo parecer sobre a existência ou não de contraindicações para a prática da modalidade, com ou sem restrições.

\* Podologista na Portela Clínica

**O CALOR  
AUMENTA O RISCO  
DE DESENVOLVER  
PÉ DE ATLETA  
TAMBÉM**

O verão traz consigo um maior risco de infeções dos pés, de elevado grau de contágio, como é o caso do pé de atleta. Aproveite o sol e o calor, faça praia, vá à piscina, mas não se esqueça de redobrar os cuidados com os seus pés, uma vez que os ambientes húmidos são propícios ao desenvolvimento de infeções contagiosas causadas por fungos.

O pé de atleta é uma infeção provocada pelos denominados fungos "dermatófitos" e pode transmitir-se facilmente através do contacto com superfícies ou objetos contaminados. Chuveiros públicos, piscinas e balneários são locais onde é frequente contrair esta infeção. Para além disso, a partilha de objetos pessoais, como calçado, toalhas, lençóis e roupa, é também um comportamento de risco que deve ser evitado.

Existem três tipos principais de pé de atleta: o vesicular, a forma mais grave e menos comum, em que se formam pequenas bolhas no dorso (peito) e na planta do pé, que podem rebentar e causar feridas; a forma plantar, que afeta, como o próprio nome indica, a planta do pé, mas também o calcanhar e a zona lateral; e o interdigital,



Fátima Carvalho \*

o tipo mais comum, que ocorre nos espaços entre os dedos.

Estima-se que cerca de 15 a 25 por cento da população já tenha desenvolvido pé de atleta pelo menos uma vez na vida. Os desportistas são o grupo em que a infeção regista maior incidência, uma vez que utilizam balneários e chuveiros públicos com maior frequência.

Para prevenir este problema, a primeira recomendação passa por proteger-se enquanto utiliza os espaços referidos anteriormente. Para isso ser possível, evite andar descalço nestes ambientes, optando por utilizar chinelos ou sandálias.

Para além disto, tenha sempre o cuidado de: secar muito bem os pés, especialmente entre os dedos; lavar frequentemente as toalhas; usar meias limpas todos os dias e mudá-las, se estiverem húmidas ou depois de fazer desporto; optar por calçar meias de seda, lã ou algodão com extratos de algas e sais de prata, pois proporcionam elevado conforto e

proteção ativa para os seus pés, sendo também indicadas para quem apresenta excessiva transpiração (fator proporcionador do desenvolvimento de fungos e bactérias).

Mas não se deixe enganar se pensa que os cuidados se aplicam somente fora de casa. Quando estiver no conforto do seu lar: tire os sapatos e deixe os pés "respirar"; lave frequentemente as toalhas; e, sempre que possível, calce sandálias ou sapatos feitos de materiais orgânicos sustentáveis, tais como cascas de maçã orgânica e cortiça (o couro e a lona também são boas opções).

Como em qualquer problema de saúde, uma deteção precoce é essencial para um tratamento mais fácil, rápido e eficaz. Esteja atento aos sintomas e não os ignore! São eles a comichão, vermelhidão, inflamação, descamação da pele, fissuras, mau cheiro, pele esbranquiçada e frágil e pele mais dura e grossa na planta do pé.

Uma vez adquirida a infeção, tenha cuidado com os outros, de forma a evitar a sua propagação. Mantenha os pés protegidos, lembre-se de usar toalhas diferentes para os pés e lave sempre as mãos depois de aplicar qualquer medicamento, para que a infeção não passe para outras partes do corpo.

Atualmente, a ozonoterapia podal é um dos métodos terapêuticos mais eficazes no tratamento do pé de atleta. Através da colocação de uma bolsa de ozono, o paciente começa rapidamente a sentir melhorias ao nível do alívio dos sintomas.

Caso detete alguns dos sintomas de pé de atleta, consulte um podologista, para que este possa fazer um correto diagnóstico e avaliar qual o tratamento mais adequado para si.

\* Podologista

**(Defesa da) SAÚDE****EXPOSIÇÃO  
PROLONGADA  
AOS RAIOS UV  
AUMENTA O RISCO  
DE CATARATAS**

O verão é uma época do ano caracterizada não só pelas altas temperaturas, como também pelo aumento da intensidade de radiação ultravioleta (UV) proveniente do sol, direta ou indiretamente.

Os riscos e complicações associados à intensidade da radiação UV merecem também especial atenção ao nível da saúde da visão. A proporção de raios UVB, radiação particularmente responsável pelas queimaduras solares, é maior nos meses de verão do que no inverno e é centenas de vezes mais forte ao meio-dia do que às primeiras horas da manhã.

Em quantidades moderadas, a radiação UV torna-se bastante benéfica, principalmente por estimular a produção de vitamina D, essencial para a nossa pele, sistema cardiovascular, entre outros. Contudo, a exposição excessiva, pode causar lesões oculares em diversas estruturas dos nossos olhos, nomeadamente na córnea, no cristalino, nas pálpebras e/ou na retina.

Apesar da necessidade de reforçar a prevenção destes problemas durante a estação mais quente do ano, importa referir que os cuidados deverão estender-se a todo o ano. Isto porque dois dos principais efeitos negativos dos raios UV na saúde da nossa visão devem-se a uma exposição recorrente ao lon-



Raúl Sousa \*

go de diversos anos. Entre esses problemas estão as cataratas e a degeneração macular.

A catarata consiste na alteração da transparência (opacificação) do cristalino, uma lente situada por detrás da íris. Este processo limita a passagem de luz até à retina, impedindo a formação de imagens. Atualmente, mais de 95 por cento das pessoas com mais de 65 anos desenvolvem cataratas, uma vez que este problema deriva do processo natural de envelhecimento, mas que pode ser agravado pela existência de fatores de risco como a exposição excessiva à radiação solar.

Já a degeneração macular relacionada com a idade (DMRI) é uma maculopatia caracterizada pela degeneração das células fotorreceptoras que integram a mácula, região central da retina, causando uma perda gradual e progressiva das suas funções. Numa fase inicial, a doença pode ser impercetível, mas à medida que se desenvolve, a pessoa começa a identificar algumas alterações na visão, como distorção da imagem e dificuldades em reconhecimento de caras, condução, etc. A DMRI é uma das principais causas de cegueira depois dos 60 anos, e está comprovado cientificamente que a excessiva e contínua exposição a raios ultravioleta está associ-

ada ao seu aparecimento.

Os grupos de risco no que respeita à exposição solar são as crianças, os idosos, os doentes crónicos e as pessoas que exercem profissões que motivam uma presença constante em meios exteriores. Se não estiverem devidamente protegidos, o risco de desenvolver uma lesão ocular será maior.

Mesmo não estando incluído nos grupos de risco, é crucial que siga as principais recomendações de proteção contra a exposição de raios UV. A primeira passa por utilizar, sempre que sair de casa, óculos de sol escuros, com adequada proteção contra os raios UV. É muito importante que se certifique que os seus óculos de sol tenham as características necessárias para proteger eficazmente os seus olhos, pois caso não as tenham, os raios UV podem vir a afetar o globo ocular de forma severa, causando mais e maiores danos do que aqueles que teria na ausência de óculos de sol.

Para além deste, importa ainda: usar chapéu, de preferência com abas largas, de modo a impedir a emissão direta da radiação; utilizar protetor solar específico para a zona peri-ocular; se for o caso, ao usar lentes de contacto, escolher os modelos com bloqueio UV, sem dispensar a utilização de óculos de sol; evitar a exposição solar nos períodos de maior radiação solar, a saber entre as 11 e as 17 horas; e optar sempre por se manter na sombra, sem retirar os óculos de sol (na praia, por exemplo, a água e a areia refletem os raios UV).

O conselho é: proteja-se no verão e no resto do ano! Não se esqueça, inclusive, de consultar com regularidade o seu optometrista, como forma de prevenção, para que este profissional dos cuidados primários da saúde da visão possa avaliar o estado da sua visão.

\* Optometrista e presidente da Associação de Profissionais Licenciados de Optometria



# CASINO ESPINHO



## LENDAS DA MÚSICA PORTUGUESA

— AGOSTO —

23.24 LENA D'ÁGUA | 30.31 VITORINO

# “Brutal!”

Espetáculo de Mariza encerra Festival Oito24 e arrasta um mar de gente numa semana onde atuaram Raquel Tavares e Valete



Foto ISABEL FAUSTINO



Fotos ISABEL FAUSTINO

“Ainda sem palavras para descrever o que senti Espinho. Brutal!” – foram estas as palavras de Mariza, na sua página do Facebook, depois do espetáculo de sábado, na Avenida Maia/Brenha. Brutal, não só pela qualidade da cantora e dos seus temas, mas também pela presença de uma verdadeira multidão.

Brutal e indescritível, aquela que foi, sem sombra de dúvidas, uma das maiores ‘enchentes’ do Festival Oito24. Um espetáculo verdadeiramente memorável, como “esta ponte de saudade, este beijo de saudade, foi feito entre Espinho e S. Vicente... à nossa terra”, salientou a fadista que (en)cantou



**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

[www.clinicaspacheco.com](http://www.clinicaspacheco.com)

- IMPLANTOLOGIA
- CIRURGIA ORAL
- ESTÉTICA DENTÁRIA
- REABILITAÇÃO ORAL
- ORTODONTIA
- ODONTOPEDIATRIA
- OCLUSÃO
- ENDODONTIA

DR. JORGE PACHECO  
\* Master em Implantologia  
DR. TOMÁS PACHECO  
Aberto aos sábados - Cheque-Dentista - EDP - CGD - SAMS - SAMS Quadros  
Saúde Prime - Victoria Seguros - Future - Healthcare - Salvador Caetano  
Rua 8, n.º 381 ESPINHO **227 342 718 / 929 074 937**  
espinho@clinicaspacheco.com

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

**Clínica Médica Dentária ROSA NEVES**  
**ORTODONTIA FIXA E INVISÍVEL**  
Implantologia \* Prótese Fixa/Removível  
*Cheque-Dentista alargado aos 16/18 anos*  
Rua 29, n.º 696 (entre as ruas 26 e 24)  
Contactos: 227 340 116 / 914 961 367



Fotos ISABEL FAUSTINO



com temas como 'Melhor de Mim', ou 'É mentira', entre muitos outros.

E foi no dia em que Espinho assinalou os 120 anos de elevação do Município a concelho.

Mariza que regressará a 19 de outubro próximo, num espe-

táculo no Casino Espinho.

Mas a última semana ficou marcada por mais dois concertos na Avenida Maia/Brenha - na quarta-feira, em véspera de feriado, foi a vez da fadista Raquel Tavares dar o mote, com um extraordinário espetáculo e na sexta-feira, o rapper Valete,

num espetáculo mais voltado para a juventude.

Três concertos em menos de uma semana que encerraram, com 'chave de ouro' o Festival Oito24 deste ano, que deixou mais uma grande marca no panorama musical nacional.

*Manuel Proença*



Fotos ISABEL FAUSTINO




Especialidade em Peixe de Mar



**Os Melinhos**  
**Restaurante Marisqueira, Lda**

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



*Salvé 25/08/2019*  
**António Henrique Oliveira Coelho**  
"Popey"

*A família da Cerci da Idanha, na passagem das suas 68 primaveras vem desejar-lhe muitas felicidades e que esta data se repita por muitos e bons anos. Parabéns.*



**Aipal**  
Padarias, Pastelarias e muito mais...

**PAULO LIMA**  
INSTALAÇÕES ELÉTRICAS

**SERVIÇOS**  
Instalações elétricas  
- baixa / média tensão  
Contratos de manutenção  
Piquete de avarias  
Manutenção a postos de transformação

Técnico Responsável Instalações Elétricas 48501 DGE

**PEÇA JÁ O SEU ORÇAMENTO!**  
Tlf. 227 345 057 / Tlm. 924 314 267  
geral@iepl.pt / orcamentos@iepl.pt

# Tigres com mais cabeça que pés

Vitória no jogo  
inaugural frente  
ao Gondomar  
pecou por escassa

## DESTAQUE / DESPORTO

Foi só por um golo que o Sporting Clube de Espinho derrotou, no arranque do campeonato, o Gondomar. Foi o bastante para somar os três pontos. Mas se em termos coletivos a equipa evidenciou algumas lacunas, nem por isso faltaram ocasiões para que o marcador expressasse no final um resultado mais dilatado.



Foto SÉRGIO SANTOS

**Carlos Fontes**

Para início de campeonato não foi mau. O importante são os pontos. As exibições podem esperar. Os pontos não. O Sporting Clube de Espinho, com uma equipa muito diferente daquela que na temporada passada conquistou o primeiro lugar na sua série - na fase final alguma falta de audácia no jogo da segunda mão disputado em Fiães, com o Casa Pia, pode ter comprometido

a subida - foi um vencedor justo neste confronto com a de Gondomar, talvez superior em termos coletivos, mas sem igualar a velocidade e a garra demonstradas pela dos tigres.

Cedo deu para perceber que em campo, para um jogo presenciado por algumas centenas de espetadores, estavam duas formações com ambições. Começaram melhor os tigres. Muito seguros na defesa - dois centrais muito fortes, e laterais sempre bem posi-

cionados e dispostos, quando a equipa precisava, a dar uma ajuda em terrenos mais adiantados - um meio-campo muito ativo, no qual se destacou a visão de Miguel Baptista, de Diogo Valente e Paulo Jorge (João Ricardo esteve em bom plano, mais a defender que a municar o seu ataque) e com uma seta (Jota) sempre apontada à baliza gdomarense, os espinhenses logo nos



Foto SÉRGIO SANTOS

Cartões		Subst.		AS EQUIPAS		Subst.		Cartões	
V	A	V	A	V	A	V	A	V	A
				Bruno Silva	Ricardo				
				Mica	Alberto		80'		
				Amadeu	Meneses				
				João Pinto	Zé Pedro		41'		
				Gonçalo	Huguinho		90+2'		
				João Ricardo	Caí		int		
				Miguel Baptista	Fabinho ©				
			71'	Tiago Jorge	Tiago Gomes				
			88'	Diogo Valente	Fausto				
			80'	© Carlitos	Jé		56'		
				Jota	Digas				
				JOÃO FERREIRA	PEDRO PINTO				
				Diego	Zé Santos				
				Dante	Rui Filipe				
			71'	Filipe Leite	Ángelo		56'		
			80'	Rafa	Micoli		int		
				Christian	Dinis		80'		
			88'	Ivan Santos	Pedras				
					Yao				
Ao intervalo: 1-0									
Golos: 1-0, por Jota (17')									
Árbitro: Rui Soares (AF Santarém)									
Árbitros Assistentes: Filipe Lascas e Pedro Gorjão									



Foto SÉRGIO SANTOS

minutos iniciais mostraram que estavam ali para vencer.

Não se estranhou que, na sequência de um pontapé-de-canto, surgisse o golo para os tigres. Jota, de cabeça, bateu Ricardo. Um bom golo ...que acabaria por ser modelo único. Não porque faltassem ocasiões para mais. Pelo contrário. Mesmo sem terem feito uma exibição de 'encher o olho', a formação de João Ferreira poderia ter marcado pelo menos por mais três ou quatro vezes.

Ainda, nos primeiros 45 minutos, os tigres esbanjaram duas situações que 'deveriam' ter dado outra expressão ao marcador. Aos 20 minutos, após um contra-ataque rápido, a bola chegou a Carlitos que isolado rematou contra os pés de Ricardo. Mais mérito para o guarda-redes visitante, que demérito para o capitão dos espinhen-

ses. Depois foi Jota, que em velocidade deixou a defesa visitante nas 'covas', isolou-se e rematou ao lado. No esbanjar estiveram melhor os tigres. Porque, mesmo mostrando saber tratar bem a bola, os forasteiros pouco trabalho deram a Bruno Silva na primeira parte.

Os últimos 45 minutos foram disputados com um futebol, não de muito nível, mas rápido e até mais emotivo. Os visitantes começaram melhor. Mas nem por isso deixaram de pertencer aos tigres as melhores ocasiões para fazer funcionar o marcador. Aos

58 minutos Jota atirou ao lado, quando numa posição que lhe exigia melhor pontaria; aos 70 minutos foi Miguel Baptista que fez aquilo que ninguém esperava, perder, não se sabe como, aquele que seria o segundo golo. Já na parte final, quando os gondomarenses - aos 59

m obrigaram Bruno Silva a grande defesa para canto - procuram a igualdade, foram ainda os tigres que por falta de pontaria de Paulo Jorge e Jota não fizeram mais golos.

Em suma, não protagonizando uma grande exibição - nesta altura ninguém esperava que o fosse - o conjunto dirigido por João Ferreira triunfou merecidamente.

Fê-lo com grande cabeça... porque estivessem os pés ao mesmo nível e do Estádio do Bolhão, em Fiães, os gondomarenses teriam saído goleados.

E se neste primeiro jogo pouco há a apontar às duas equipas, menos, ainda, deve ser apontado à de arbitragem, que vinda de terras escalabitanas, realizou bom trabalho.

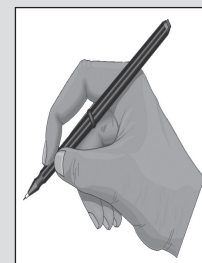


Fotos SÉRGIO SANTOS



## CAMPEONATO DE PORTUGAL – SÉRIE B

Resultados	Classificação				
	J	V	E	D	F-C P
SC Espinho-Gondomar SC ..... 1-0					
AD Castro Daire-Leça FC ..... 1-3					
Valadares Gaia-G. Figueirense (C.Rodrigo) ..... 3-0					
Lusitano Vildemoinhos-Vila Real ..... 4-0					
Amarante FC-USC Paredes ..... 0-1					
Trofense-Arouca ..... 1-2					
Lusitânia Lourosa-FC Pedras Rubras ..... 1-0					
Canelas 2010-FC Felgueiras 1932 ..... 1-1					
SC Coimbrões-AD Sanjoanense ..... 2-1					
<b>Próxima jornada</b>					
<b>(25 de agosto - 17 horas)</b>					
Vila Real-AD Castro Daire					
Ginásio Figueirense (C.Rodrigo)-SC Coimbrões					
<b>Leça FC-SC Espinho</b>					
AD Sanjoanense-Lusitano Vildemoinhos					
USC Paredes-Canelas 2010					
Arouca-Amarante FC					
FC Pedras Rubras-Trofense					
Gondomar SC-Valadares Gaia					
<b>26/08 (Canal 11 - 20 horas)</b>					
FC Felgueiras 1932-Lusitânia de Lourosa					
Lusitano Vildemoinhos	1	1	0	0	4-0 3
Valadares Gaia	1	1	0	0	3-0 3
Leça FC	1	1	0	0	3-1 3
SC Coimbrões	1	1	0	0	2-1 3
Arouca	1	1	0	0	2-1 3
USC Paredes	1	1	0	0	1-0 3
Lusitânia de Lourosa	1	1	0	0	1-0 3
SC Espinho	1	1	0	0	1-0 3
Canelas 2010	1	0	1	0	1-1 1
FC Felgueiras 1932	1	0	1	0	1-1 1
Trofense	1	0	0	1	1-2 0
AD Sanjoanense	1	0	0	1	1-2 0
Amarante FC	1	0	0	1	0-1 0
Gondomar SC	1	0	0	1	0-1 0
FC Pedras Rubras	1	0	0	1	0-1 0
AD Castro Daire	1	0	0	1	1-3 0
Ginásio Figueirense (C.Rodrigo)	1	0	0	1	0-3 0
Vila Real	1	0	0	1	0-4 0



OPINIÃO

DISCURSO DIRETO

Carlos Fontes

## GRANDE JOGADA EM PROL DO FUTEBOL

Este Campeonato de Portugal que no passado fim-de-semana se iniciou é, na verdade, a grande competição de futebol de todo o País.

Temos equipas espalhadas por todos os cantos. Naturalmente que o litoral deste 'cantinho à beira-mar plantado' é o mais beneficiado. A regra é cumprida.

Talvez por isso, e em boa hora, que deve ser saudada, a Federação Portuguesa de Futebol (FPF) tenha apostado, ao transmitir pelo seu novo canal (11) de TV, jogos deste Campeonato de Portugal.

Saudemos esta iniciativa dos responsáveis pelo futebol nacional. Este sinal, de que nem só as ligas profissionais merecem atenção, pode ser bastante estimulante para os que à custa de grandes esforços (como é o caso dos que dirigem o futebol dos tigres) vão mantendo vivo um futebol, que deve ser de todos, mas que alguns 'paraquedistas', sedentos de protagonismo, procuram colocar ao seu serviço. Ao serviço das suas ambições pessoais, mas não só.

Levar aos telespetadores este futebol é, sem dúvida, uma grande jogada dos responsáveis federativos.

Estão de parabéns!

## Liga NOS

### Resultados

FC Famalicão-Rio Ave	1-0
Moreirense-Gil Vicente	3-0
Belenenses SAD-Benfica	0-2
FC Porto-V. Setúbal	4-0
CD Aves-Marítimo	3-1
Paços de Ferreira-Santa Clara	0-1
V. Guimarães-Boavista	1-1
Sporting-SC Braga	2-1
CD Tondela-Portimonense	1-2

### Classificação

	J	V	E	D	M-S	P
Benfica	2	2	0	0	7-0	6
FC Famalicão	2	2	0	0	3-0	6
Sporting	2	1	1	0	3-2	4
Boavista	2	1	1	0	3-2	4
Portimonense	2	1	1	0	2-1	4
SC Braga	2	1	0	1	4-3	3
Moreirense	2	1	0	1	4-3	3
Gil Vicente	2	1	0	1	2-4	3
CD Aves	2	1	0	1	4-3	3
Santa Clara	2	1	0	1	1-2	3
FC Porto	2	1	0	1	5-2	3
CD Tondela	2	0	1	1	1-2	1
Belenenses SAD	2	0	1	1	0-2	1
V. Setúbal	2	0	1	1	0-4	1
V. Guimarães	1	0	1	0	1-1	1
Marítimo	2	0	1	1	2-4	1
Rio Ave	1	0	0	1	0-1	0
Paços de Ferreira	2	0	0	2	0-6	0

### Próxima jornada

23/08

V. Setúbal-Moreirense

Rio Ave-CD Aves

24/08

Benfica-FC Porto

Boavista-Paços de Ferreira

25/08

Santa Clara-elenenses SAD

Marítimo-CD Tondela

Portimonense-Sporting

Gil Vicente-SC Braga

V. Guimarães-FC Famalicão

## II LIGA

Académico Viseu-Académica OAF	0-0
UD Oliveirense-SC Covilhã	0-2
Casa Pia-FC Penafiel	1-2
GD Chaves-CD Mafra	2-1
Estoril Praia-Farense	1-2
FC Porto B-Varzim	1-1
Leixões-Nacional	1-1
CD Cova Piedade-Feirense	2-1
Vilafranquense-Benfica B	4-0

### Classificação

	J	V	E	D	M-S	P
SC Covilhã	2	2	0	0	4-0	6
Farense	2	2	0	0	5-2	6
Académico Viseu	2	1	1	0	2-0	4
Académica OAF	2	1	1	0	3-2	4
Nacional	2	1	1	0	4-1	4
Vilafranquense	2	1	0	1	4-2	3
Feirense	2	1	0	1	3-2	3
GD Chaves	2	1	0	1	2-4	3
CD Cova Piedade	2	1	0	1	4-4	3
CD Mafra	2	1	0	1	4-4	3
FC Penafiel	2	1	0	1	2-3	3
Benfica B	2	1	0	1	2-5	3
Varzim	2	0	2	0	1-1	2
Leixões	2	0	1	1	3-4	1
FC Porto B	2	0	1	1	1-3	1
UD Oliveirense	2	0	1	1	0-2	1
Estoril Praia	2	0	0	2	2-4	0
Casa Pia	2	0	0	2	2-5	0

### Próxima jornada

23/08

Benfica B-UD Oliveirense

24/08

Académica OAF-GD Chaves

Feirense-Académico de Viseu

FC Penafiel-CD Cova Piedade

SC Covilhã-Vilafranquense

25/08

Farense-FC Porto B

Nacional-CD Mafra

Varzim-Leixões

Casa Pia-Estoril Praia

## Nuno Malheiro (ex-Sosnowiec) e Chapi (ex-Huracán) reforçam os tigres

Nuno Malheiro (ex-Sosnowiec, Polónia) é o mais recente reforço da equipa de futebol sénior do Sporting Clube de Espinho.

O defesa esquerdo de 25 anos esteve na equipa polaca do Sosnowiec desde 2017 até à época passada e já vestiu a camisola do clube espanhol do Recreativo (2015/2016).

Nuno Malheiro iniciou a sua carreira no Estoril, ten-



Fotos DIREITOS RESERVADOS



do passado pelo Sporting, União de Leiria, Belenenses, Coruchense, Portomosense, Tourizense e Vitória de Sernache.

Também o médio ofensivo de 21 anos argentino, Chapi assinou pela equipa do Sporting Clube de Espinho.

Gastón Manuel Romano (Chapi), ex-Huracán da Argentina, passou pelo River Plate, também da Argentina entre 2013 e

2015, tendo seguido depois para o Huracán onde se manteve até a época finda.

Manuel Proença

## FUTEBOL

### CAMPEONATO NACIONAL JUVENIS - 1.ª FASE - SÉRIE B

#### Resultados

Tondela-Boavista	2-2
Régua-Padroense	0-10
Anadia-Académico Viseu	2-1
FC Porto-Lourosa	5-0
SC Espinho-Seia	10-1
Marialvas-Feirense	a)

a) Adiado para 22 de setembro

#### Classificação

	J	V	E	D	F-C	P
Padroense	1	1	0	0	10-0	3
SC Espinho	1	1	0	0	10-1	3
FC Porto	1	1	0	0	5-0	3
Anadia	1	1	0	0	2-1	3
Boavista	1	0	1	0	2-2	1
Tondela	1	0	1	0	2-2	1
Feirense	0	0	0	0	0-0	0
Os Marialvas	0	0	0	0	0-0	0
Académico Viseu	1	0	0	1	1-2	0
Lourosa	1	0	0	1	0-5	0
Seia	1	0	0	1	1-10	0
Régua	1	0	0	1	0-10	0

#### Próxima jornada

Padroense-Os Marialvas

Boavista-Régua

Feirense-Anadia

Académico Viseu-FC Porto

Lourosa-SC Espinho

(Lourosa/domingo/11h)

Seia-Tondela

### INICIADOS - 1.ª FASE - SÉRIE B

#### 1.ª Jornada

Freamunde-Moreirense

Salgueiros-Boavista

Paços Ferreira-Rio Ave

Varzim-Dragon Force

FC Porto-Feirense

SC Espinho-Cesarense

(Espinho/domingo/11h)

Nota: As datas e os horários dos jogos estão sujeitos a alterações de última hora da responsabilidade dos clubes intervenientes.



Foto NENÉ

## Juvenis tigres goleiam Seia

A equipa de futebol de Sub-17 (juvenis) do Sporting Clube de Espinho entrou com o 'pé direito' no Campeonato Nacional, ao golear o Seia por 10-1.

Um jogo praticamente sem história, de sentido único como, aliás, demonstra o resultado.

### SC Espinho, 10 Seia, 1

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

Árbitro: Rodrigo Pais (AF Coimbra).

Árbitros assistentes: Flávio Fonseca e Gonçalo Ribeiro.

Ao intervalo: 5-0.

**Sporting Clube de Espinho** - Rodrigo Silva; Gonçalo Costa, Eduardo Ribeiros, Ricardo Rocha e Luís Rocha; Diogo Silva, Gustavo Almeida e Luca Lotitto; Martim Oliveira, Miguel Silva e Diogo Teixeira.

Substituições: Martim Oliveira por Jorge Ferreira

(45), Diogo Teixeira por Gustavo Silva (45), Luís Rocha por Gustavo Ribeiro (59), Diogo Silva por Pedro Sousa (59) e Luca Lotitto por Tiago Sousa (75).

Não utilizados: José Moreira e Gonçalo Ventura.

Treinador: Telmo Nunes.

**Seia Futebol Clube** - Pedro Ribeiro; Ricardo Fernandes, Bernardo Nogueira, Gabriel Ferreira e Marco Silva; David Almeida, Jorge Cardoso e Romeu Daniel; David Morgado, João Pais e Francisco Pereira.

Substituições: Romeu Daniel por Afonso Almeida (45), David Morgado por João Vicente (45), Gabriel

Ferreira por José Mouro (45) e Ricardo Fernandes por José Silva (76).

Não utilizados: Duarte Cabral, Francisco Alves e Luís Cruz.

Treinador: César Fernando.

Golos: 1-0, por Diogo Teixeira (4); 2-0, por Miguel Silva (5); 3-0, por Luca Lotitto (30); 4-0, por Martim Oliveira (35); 5-0, por Ricardo Rocha (41, gp); 6-0, por Gustavo Silva (62); 6-1, por João Pais (65); 7-1, por Gustavo Almeida (69, gp); 8-1, por Pedro Sousa (81, gp); 9-1, por Gustavo Almeida; 10-1, por Miguel Silva (85).

Disciplina: cartão amarelo a Marco Silva (69).

## Espinhense André Sousa em quarto lugar no campeonato do Mundo de Sub-19 de andebol

O jogador de andebol espinhense, André Sousa, que iniciou a sua carreira no Sporting Clube de Espinho e que atualmente veste a camisola do Futebol Clube do Porto, André Sousa, conquistou o quarto lugar no Campeonato do Mundo de Sub-19 pela seleção nacional, liderada por Carlos Martingo, que terminou no domingo, em Escócia - República do Norte da Macedónia.

André Sousa ficou na 22.ª posição do ranking dos melhores marcadores do Campeonato do Mundo, apontando 36 golos, em igualdade com o brasileiro Marcos Braga, Lauritz Leger (Dinamarca) e Isak Persson (Suécia).

Portugal acabou derrotado nas meias-finais pela equipa campeã do mundo, o Egito, por 41-36 e na



Foto IHF/ DIREITOS RESERVADOS

luta pelo terceiro e quarto lugar perdeu com a Dinamarca por 27-35, com André Sousa a apontar dois golos no primeiro e quatro golos no segundo.

Nos quartos-de-final, Portugal afastou a equipa de França por 26-31 e André Sousa foi o segundo melhor

marcador da equipa nacional, com 9 golos, depois de Martim Costa (11 golos).

Nos oitavos-de-final, Portugal bateu a equipa da casa (República do Norte Macedónia) por 29-25 e na fase de grupos obteve o primeiro lugar, invicto.

## Reis/Kibinho campeã nacional de voleibol de praia

O luso brasileiro, Fabrício Silva (Kibinho), ex-Sporting Clube de Portugal e que este ano irá integrar a equipa sénior masculina de voleibol do Sporting Clube de Espinho, sagrou-se campeão nacional de voleibol de praia, fazendo dupla com o ex-tigre, Roberto Reis. A dupla venceu a final do Campeonato ActivoBank, disputada na Praia Internacional do Porto, junto ao Edifício Transparente, na Cidade Invicta.

Roberto Reis e Fabrício Silva (Kibinho) são agora tetracampeões nacionais, já que venceram as quatro últimas edições da prova, contando agora com oito títulos nacionais no seu histórico: 2010, 2011, 2012, 2014, 2016, 2017, 2018 e 2019.

Na final, Roberto e Kibinho superiorizaram-se aos espinhenses Fabrício Barros (jogador da Associação Académica de Espinho) e Januário Silva (atleta dos tigres) por 2-0 (21-19 e 21-15).

O último degrau do pódio foi ocupado por Luís Freitas e Tiago Pereira, que superaram (2-0: 21-18 e 24-22) Francisco Pombeiro/José Jardim.

Em femininos,

No feminino, a espinhense Vanessa Paquete



Fotos FPV/ DIREITOS RESERVADOS



## Fabrício Barros/Januário Silva e Vanessa Paquete/Beatriz Pinheiro conquistam medalha de prata

(campeã em 2018) alcançou o segundo lugar do pódio fazendo dupla com Beatriz Pinheiro ao serem derrotadas por 2-0 (21-17

e 21-14), na final, por Juliana e Tânia que (re)conquistaram o título de campeãs alcançado em 2016 e 2017.

No jogo de atribuição da medalha de bronze, Maria Tinoco e Daniana Esteves superaram (2-0: 21-19 e 21-15) a espinhense

Matilde Calado que faz dupla com Mafalda Porto, jovem dupla que repetiu assim o 4.º lugar rubricado em 2018.

## Tigres vão ter equipa de andebol de seniores masculinos

O Sporting Clube de Espinho irá inscrever, na presente temporada, uma equipa de andebol de seniores masculinos, que irá disputar o Campeonato Nacional da 3.ª Divisão (PO03). A equipa, que irá contar com jogadores jovens, em maioria oriundos da equipa de juniores da época passada, terá, também, alguns antigos atletas e outros que jogavam noutros clubes por o Sporting Clube de Espinho ter abandonado a sua participação no escalão sénior há algumas épocas a esta parte. A equipa de seniores masculinos dos tigres terá como treinador o até agora técnico dos juniores, Luís Filipe Ferreira.

A decisão da Direção do Sporting Clube de Espinho, segundo apuramos, foi tomada com base na anunciada isenção de taxas de inscrição por parte da Federação de Andebol de Portugal, o que reduz, substancialmente, os custos da participação na prova deste escalão etário.



## Espinhense Helena Lemos no Paris-Brest-Paris

A espinhense, Helena Lemos está a participar na prova de ciclismo Paris-Brest-Paris 2019 Randonneurs, prova de 1220 quilómetros que terá de ser completada em 90

horas, que está a decorrer desde domingo e que termina hoje.

Trata-se de uma prova de grande exigência física e psicológica e que conta com a participação

de 7500 atletas que começou na cidade de Paris, no domingo, às 21 horas e que terá como ponto de chegada a cidade francesa de Rambouillet.

## Workshop Formação a 14 de setembro

A Associação de Futebol Popular do Concelho de Espinho e a Associação de Futebol de Aveiro vão realizar no dia 14 de setembro, entre as 14 e as 17h30, no Centro Multimeios de Espinho, um Workshop Formação.

A iniciativa contará como oradores/palestrantes, João Vieira Pinto (Diretor da Federação Portuguesa de Futebol), João Ferreira (treinador de futebol do Sporting Clube de Espinho), Manuel Machado (treinador de futebol), Vasco Miguel Costa (médico pós-

graduado em Medicina Desportiva e médico-chefe da Volta a Portugal em bicicleta), André Seabra (diretor da Portugal Football School), Tiago Paiva (presidente da Associação de Futebol Popular do Concelho de Espinho), Arménio Pinho (presidente da Associação de Futebol de Aveiro), Alexandre Mestre (advogado e ex-secretário de Estado da Juventude e Desporto) e Vicente Pinto (vice-presidente da Câmara Municipal de Espinho).

As inscrições são gratuitas.

## Cinanima em novembro

### Filmes de estudantes com a maior representação na seleção da edição de 2019

Terminado o prazo de submissão de filmes ao Cinanima - Festival Internacional de Cinema de Animação de Espinho -, é agora o momento de revelar que foram inscritos cerca de 1400 filmes, provenientes de 72 países, que serão visionados e selecionados pela equipa de programação do Festival e pelo Júri de Seleção de Curtas-metragens; de Seleção de Filmes de Estudante; de Seleção de Longas-metragens e de Seleção de Filmes Portugueses.

Mais um festival, mais um top três de países com filmes em seleção: como já vem sendo habitual, a França lidera com 196 filmes; segue-se o Reino Unido com 120 -, um

país também com forte produção. No entanto a novidade surge com as 96 obras do Brasil. De salientar a galopante ascensão da animação brasileira, que aparece em terceiro lugar, numa posição habitualmente ocupada pelos EUA ou pela Rússia.

De sublinhar que a categoria com maior número de filmes - 461 - é de Filmes de Estudantes. A notoriedade e a visibilidade que o Cinanima oferece ao vencedor do Grande Prémio, entrando este automaticamente para a lista dos nomeados ao Oscar, parece continuar a não passar despercebida aos jovens animadores que tentam a sua sorte no terceiro festival mais

antigo do mundo.

Ao longo de 43 anos, já passaram pelo festival dezenas de milhares de filmes, vindos dos mais diferentes pontos do mundo. Em 2019, o Cinanima recebe, pela primeira vez, uma obra das Ilhas Maurícias, uma de Omã e uma da República Democrática do Congo.

Relativamente ao Concurso Nacional, "do qual o Cinanima tem particular orgulho, no seu papel inegável de pioneiro na divulgação e promoção do cinema de animação de autor", o festival recebe, em 2019, cerca de 60 obras.

O Cinanima acontece de 11 a 17 de novembro,

## Cuidados a ter nas praias porque "há mar e mar, há ir e voltar"

O tempo quente poderá convidar a população a frequentar as praias. Contudo, a Autoridade Marítima Nacional alerta para os cuidados a ter e para a importância da adoção de um comportamento de segurança.

Nesta época do ano, as praias podem apresentar ainda efeitos da agitação marítima, podendo verificar-se fundões, declives acentuados, remoinhos e agueiros.

Alguns destes fenómenos não são visíveis, acarretando perigo para quem entra na água.

Assim, a Autoridade Marítima Nacional recomenda: "Vigiar permanentemente as crianças e não permitir que se afastem, mantendo-as sempre próximas de um adulto;

Evitar comportamentos de risco;

Não vire as costas ao mar evitando ser surpreendido por uma onda;

Caso testemunhe uma situação de perigo dentro de água, não entrar e pedir ajuda através do 112;

Evitar o período de exposição solar entre as 11 e as 15 horas."

Em mais um ano a recomendação mantém-se "há mar e mar, há ir e voltar".

## Aberto o concurso para ingresso na Polícia Marítima

Está aberto o concurso para o ingresso no curso de formação de agentes da Polícia Marítima, na categoria de Agente de 3ª classe, até ao dia 5 de setembro.

Para a formalização da candidatura, todos o candidatos deverão aceder ao sítio da internet da Autoridade Marítima Nacional através de [www.amn.pt](http://www.amn.pt), na área Concursos, preencher o formulário e seguir todas as indicações até este processo estar concluído, podendo também aceder à legislação e a todas as informações necessárias para o concurso.

**Cozinheiro (m/f)  
e Ajudante de Cozinheiro (m/f):**  
Santa Casa da Misericórdia de Espinho está a recrutar profissionais na área acima referida

#### Requisitos:

- Experiência na função (preferencial);
- Bom relacionamento interpessoal;
- Disponibilidade imediata para trabalhar (por turnos).

#### Oferece-se:

- Vencimento compatível com a função;
- Possibilidade de integração direta na entidade.

Contactos:

Endereço eletrónico: [rhumanos@scme.pt](mailto:rhumanos@scme.pt)  
Telefone: 227 330 900

**A CLÍNICA MÉDICA  
DR. JOAQUIM MENDES  
& FILHA, LDA.**

continua em actividade na Rua 14, n.º 448 e em expansão do seu corpo clínico  
*Fazem-se domicílios*

Tlf. 227341710 • Tlm. 939449380

*DVD para sempre*

*As cassetes de vídeo estragam-se*

*Salve-as para sempre em DVD*

*Agora os seus vídeos editados em DVD*

**Carlos Salvador** | Reportagens,  
Fotografia e Vídeo

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

**Fotógrafo VÍTOR LANCHÁ**

**RECORDE SEU PASSADO**

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

Contatos: 918 735 306 \* 962 788 407





## † Emídio Gomes Caldeira

Missa do 2.º Aniversário

A família vem, por este meio, participar que será celebrada missa por alma do seu ente querido, dia 25, domingo, pelas 11 horas, na Igreja Paroquial de Anta. Desde já agradecem a quem comparecer.



## † Joaquim Meireles Ventura de Almeida

Missa do 3.º Aniversário

Recordando-o com muita saudade sua esposa, filho, neta e restante família vêm, por este meio, comunicar a todas as pessoas de suas relações e amizade que será celebrada missa, por sua alma, dia 25 domingo, pelas 11 horas, na Igreja Paroquial de Anta. Desde já agradecemos a todos quantos participarem nesta Eucaristia.



A família

## † Maria de Lurdes Lima Gonçalves

SILVALDE

Missa de 3.º Aniversário de falecimento

A família vem comunicar às pessoas de suas relações e amizade que será celebrada missa por alma do seu ente querido dia 24, sábado, pelas 19 horas, na Capela de Nossa Senhora do Mar. Desde já agradece a todos quantos participem na Eucaristia.



Silvalde, 22 de agosto de 2019

## † João de Oliveira Vinhas

PARAMOS

Missa do 19.º Aniversário

Sua esposa, filhas, genros, netos e bisnetas vêm, por este meio, participar que será celebrada missa, por alma do saudoso extinto, dia 24, sábado, às 19 horas, na Igreja Paroquial de Paramos. Desde já agradecemos a quem comparecer.



## † Valdemar Gonçalves da Rocha

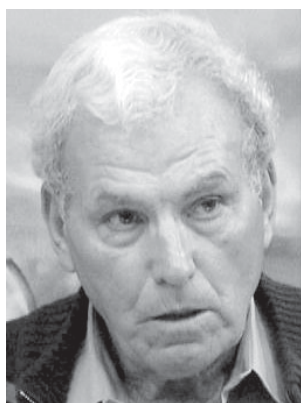
NOGUEIRA DA REGEDOURA - SEBOLIDO - MIDÕES

(Valdemar Ferreira "Marinheiro")

7.º Aniversário  
do falecimento  
25-08-2012

Sua esposa, filhas, genros, neto e demais família, recordam com saudade o seu ente querido.

Nogueira da Regedoura, 22 de agosto de 2019



## † Maria Antónia Pereira Soares

SILVALDE

Missa de 3.º Aniversário de falecimento

Seus filhos, noras, netos e restante família vêm comunicar que será celebrada missa por alma do seu ente querido dia 25, domingo, pelas 11 horas, na Igreja Paroquial de Silvalde. Desde já agradecem a todos quantos participem na Eucaristia.

Silvalde, 22 de agosto de 2019



## † Rui Jorge de Novais Paiva Coelho

Missa de 4.º Aniversário de falecimento

Sua esposa e família vêm comunicar às pessoas de suas relações e amizade que será celebrada missa por alma do seu ente querido, dia 23, sexta-feira, pelas 19 horas, na Igreja Matriz de Espinho. Desde já agradecemos a todos quantos participem na Eucaristia.

Espinho, 22 de agosto de 2019

Fun.º N. S. D'AJUDA - Sancebas e Luís Alves - Espinho - Servilusa - Tlf. 227345129



## Associação de Cultura e Ensino de Espinho Universidade Sénior de Espinho



A Universidade Sénior de Espinho participa o falecimento do seu Decano **Rogério Virgílio Coutinho dos Santos**, tendo o funeral sido realizado no passado dia 20 do corrente.

A família da USE apresenta as mais sentidas condolências.

A Direcção

## † Rogério Virgílio Coutinho dos Santos

ESPINHO (Rua 19)

Agradecimento  
e Missa de 7.º Dia

Seus filhos, netos, bisnetos e demais família vêm, por este meio, agradecer a todas as pessoas de suas relações e amizade que tomaram parte no funeral do seu ente querido ou que de outro modo se associaram à sua dor. Comunicam que a missa de 7.º dia será celebrada dia 25, domingo, pelas 19 horas, na Igreja Matriz de Espinho. Desde já agradecem a todos quantos participarem nesta Eucaristia.

A família

Espinho, 22 de agosto de 2019

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

## † Eudócia Isabel Gerrero Nieves

SILVALDE

Agradecimento

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

Silvalde, 22 de agosto de 2019

Fabiola Olímpia Guerreiro Pinto da Silva Correia - filha  
Fernando Marcial Guerreiro Ferreira - filho  
José Alberto Dias Correia - genro  
Fabiana Isabel Pinto Correia - neta  
Maria Alexandrina Pinto Correia - neta

ALMACRISTI - Agência Funerária, Lda. - Silvalde - Telef. 227 343 392 - Tlm. 915 014 404



## † Rosa Correia da Silva

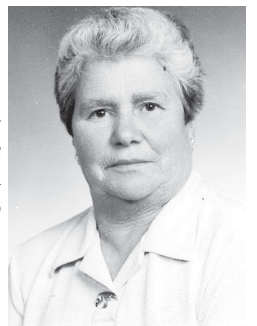
SILVALDE

Agradecimento

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

Silvalde, 22 de agosto de 2019

Fun.º N. S. D'AJUDA - Sancebas e Luís Alves - Espinho - Servilusa - Tlf. 227345129



## † Avelino Oliveira dos Santos

GUETIM - ESPINHO (Rua Nossa Senhora da Guia)

Agradecimento e Missa de 7.º Dia

Seus filhos, nora, genro, netos e demais família vêm, por este meio, agradecer a todas as pessoas de suas relações e amizade que tomaram parte no funeral do seu ente querido ou que de outro modo se associaram à sua dor. Comunicam que a missa de 7.º dia será celebrada sábado, dia 24, pelas 17,30 horas, na Igreja Paroquial de Guetim. Desde já agradecem a todos quantos participarem nesta Eucaristia.

A família

Anta, 22 de agosto de 2019

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



SÃO FELIX DA MARINHA (Rua Sargento Silva)

## † D. Aida Guedes Maia dos Santos Matos Pereira

Agradecimento e Missa de 7.º Dia

Seu marido, filhas, genros, netos e demais família vêm, por este meio, agradecer a todas as pessoas de suas relações e amizade que tomaram parte no funeral da sua ente querida ou que de outro modo se associaram à sua dor. Comunicam que a missa de 7.º dia será celebrada sábado, dia 24, pelas 19 horas, na Igreja Paroquial de São Félix da Marinha. Desde já agradecem a todos quantos participarem nesta Eucaristia.

A família

São Félix da Marinha, 22 de agosto de 2019

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

## † Casimiro da Silva Marques

ANTA - ESPINHO (Rua da Igreja)

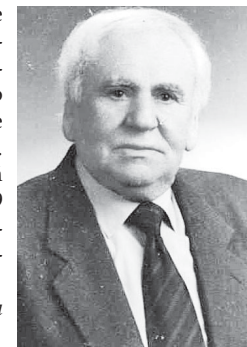
Agradecimento e Missa de 7.º Dia

Sua esposa, filhos, genros, netos e demais família vêm, por este meio, agradecer a todas as pessoas de suas relações e amizade que tomaram parte no funeral do seu ente querido ou que de outro modo se associaram à sua dor. Comunicam que a missa de 7.º dia será celebrada dia 23, sexta-feira, pelas 19 horas, na Igreja Paroquial de Anta. Desde já agradecem a todos quantos participarem nesta Eucaristia.

A família

Anta, 22 de agosto de 2019

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



## OS NOSSOS GRATUITOS

PEDIDOS DE EMPREGO

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

SENHORA oferece-se, dia ou noite, para tomar conta de idosos. Tlm. 913598045.

SENHORA oferece-se para tomar conta de idosa(s) ou criança(s). Contatar tlm. 918131178.

# Nasceram quatro bebés flamingos no Zoo de Lourosa

O Zoo de Lourosa tem novos habitantes, nasceram quatro flamingos e os bebés já podem ser vistos na sua instalação. Os recém-nascidos são resultado de um projeto para criar uma colónia de nidificação que o único Parque Ornitológico do país iniciou há cerca de nove anos.

A história começa no final de 2010, quando o Zoo de Lourosa tinha um grupo de aves selvagens irrecuperáveis que nunca tinha criado. Em fevereiro de 2011, com a intervenção da coordenadora da espécie da Associação Europeia de Zos e Aquários, o parque ornitológico recebe 10 flamingos jovens do Zoo de Basileia, na Suíça. Naquele ano, foi decretado o "Alerta Rosa", com o objetivo de sensibilizar a comunidade e visitantes para a importância de se cumprir o objetivo de ter uma colónia com capacidade de nidificação. Com este projeto também foi criada a "Hora de alimentação dos flamingos", que pretende dar a conhecer aos visitantes as várias curiosidades sobre a biologia desta espécie enquanto o tratador faz a sua alimentação.

A introdução de aves jovens teve grande impacto no comportamento do

grupo residente que se tornou mais tranquilo. Em 2015, quando as aves provenientes de Basileia atingiram a idade adulta, observou-se, pela primeira vez, a construção de ninhos. E no dia 13 de julho de 2017 nasceu o primeiro flamingo do Zoo de Lourosa. Em 2018, nasceram três flamingos e, em 2019, nasceram quatro. Neste momento, o Zoo possui a reproduzir casais de aves do grupo inicial, casais oriundos de Basileia e casais mistos. O grupo atual conta com 31 flamingos, incluindo as crias deste ano, e o objetivo é estabelecer um grupo de 40 indivíduos.

Os flamingos quando nascem são cinzentos, e adquirem a coloração de adulto por volta dos quatro anos de idade, quando atingem a maturidade sexual. A coloração rosa deve-se aos pigmentos (alfa e beta carotenos) presentes no alimento que ingerem. Uma vez que os flamingos não possuem dimorfismo sexual, não sendo possível distinguir macho e fêmea pelas suas características físicas, para determinar-se o sexo das aves, é necessário fazer-se uma endoscopia, que é realizada por volta dos seis meses de idade.

Foto DIREITOS RESERVADOS



OPINIÃO

CONTRA A CORRENTE

Manuel Sancebas

## NUNCA TE ESQUECI

Amor!

Tu não estás esquecido  
Sinto dele o calor  
Que anda sempre comigo.

Amor!

Vi-te ao longe e parei  
Ainda és linda, chorei  
Não deixo de estar ferido.

Talvez!

Venhas a compreender  
Que sem contigo viver  
Sozinho não estou.

Porque

O meu... teu coração  
Ainda hoje te ama  
Não te escorçoçou.

É amor

É amor verdadeiro  
Não é de mãos dadas  
A mostrar-me interessado.

Nota: Musicado pelo autor

## ANTA-ESPINHO (Rua de São Martinho) António Augusto de Oliveira e Silva

Agradecimento e Missa de 7.º Dia

Sua esposa, filhas, genros, netos e demais família vêm, por este meio, agradecer a todas as pessoas de suas relações e amizade que tomaram parte no funeral do seu ente querido ou que de outro modo se associaram à sua dor. Comunicam que a missa de 7.º dia será celebrada sábado, dia 24, pelas 19 horas, na Igreja Paroquial de Anta. Desde já agradecem a todos quantos participarem nesta Eucaristia.

A família

Anta, 22 de agosto de 2019



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

## FARMÁCIAS

(Serviço de turnos do concelho de Espinho)  
DISPONIBILIDADE - DAS 24 ÀS 9 HORAS  
(SÓ PARA RECEITAS DO DIA OU DA VÉSPERA)

- Sexta (23)**  
- CONCEIÇÃO - R. S. Tiago, n.º 701 - Silvalde ..... - Tel. 227 311 482
- Sábado (24)**  
- MAIS - Rua 19, n.º 1412 - Anta ..... - Tel. 227 341 409
- Domingo (25)**  
- MACHADO - Av.ª Central Sul, 1275 - Paramos ..... - Tel. 227 346 388
- Segunda (26)**  
- DE ANTA - Rua Tuna Musical, 907 - Anta ..... - Tel. 227 341 109
- Terça (27)**  
- TEIXEIRA - Ctr. Com. Solverde/1 - Av.ª 8 - Espinho ..... - Tel. 227 340 352
- Quarta (28)**  
- SANTOS - Rua 19, n.º 263 - Espinho ..... - Tel. 227 340 331
- Quinta (29)**  
- PAIVA - Rua 19, n.º 319 - Espinho ..... - Tel. 227 340 250

## CAFÉ IMPERADOR

Rua 33, n.º 402 — ESPINHO

**Reabre com nova Gerência**

Horário: 7h30 às 22h00 de segunda a segunda  
PASTELARIA • SNACK-BAR • MENUS DIÁRIOS

## OS NOSSOS CLASSIFICADOS

ALUGA-SE/ARRENDAR-SE

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

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

VENDAS

VENDE-SE TERRENO para construção de moradia em Guetim. ± 500 m2. Contatar 966870818.

**Precisa-se**  
**EMPREGADA/O DE BALCÃO**  
Para Pão Quente nas proximidades de Espinho  
Entrada imediata em setembro  
Contatar: **966 462 325**

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



## Rancho Folclórico S. Tiago de Silvalde em Zarza la Mayor

Festival decorreu durante dois dias na praça de touros daquela localidade espanhola

O Rancho Folclórico S. Tiago de Silvalde levou até à Extremadura espanhola, à povoação de Zarza la Mayor, região de Cáceres, junto à fronteira alentejana, nos dias 17 e 18 de agosto, a convite do Grupo Nuestra Señora de Sequeros, o seu folclore para participar nas Festas locais. Foram dois dias de intenso calor, onde os componentes do Rancho de Silvalde usufruíram de dois dias de convívio com o grupo local e desfrutar das piscinas aí existentes e descansarem um pouco, depois

das intensas atividades que vêm tendo desde o início de junho até à presente data. O festival decorreu na Praça de Touros local, onde centenas de pessoas marcaram presença para assistirem ao evento.

Para além da representação portuguesa, estiveram presentes o grupo organizador "Nuestra Señora de Sequeros" e também o Grupo Folclórico Jovenes Extremeños, de Moraleja, também de Cáceres.

Uma palavra de agradecimentos para os componentes do grupo

local, que foram incansáveis e presentes para com os nossos elementos.

Agora, os componentes do Rancho de Silvalde terão uma pausa de 15 dias para umas pequenas férias. No dia 1 de setembro já está agendado mais um festival em Barcelos, no XXV Festival de Folclore Cidade de Barcelos e no dia 7 de setembro, no XXXVI Festival Nacional de Folclore de Alenquer.

Francisco Moreira



9,95  
€/MÊS

OS SEUS ÓCULOS DE MARCA  
PARA QUALQUER GRADUAÇÃO  
COM ANTI-REFLEXO  
MONOFOCAIS E PROGRESSIVOS  
SEM JUROS



OPTICALIA® ESPINHO

Consultas diárias · Optometria e contactologia · Medição tensão ocular  
Rua 19, 343 r/c Dto · Telf: 227 322 340 / 964 706 973