

Funerária N^a S^a d'Ajuda
Sancebas

Em parceria com Servilusa

Gente da nossa terra,
ao serviço das famílias
de Espinho

Serviço
funerário
desde **995€**

227 345 129

COVID clean

* Não inclui despesas de igreja, serviço religioso, taxas de cemitério e documentação.

DEFESA DESPINHO

Quinta-feira, 10 de setembro de 2020 | Edição n.º 4610 · Ano 88 · Semanário · Diretor Lúcio Alberto · defesadeespinho.pt · Preço: €0,70 (c/IVA)

Big Days
McDonald's

preparados
para o Verão



destaque



© ALEX PEREIRA

Entrevista. "Quero que este seja o ano do Espinho"

João Ferreira

O técnico guetinense encetou a carreira no futebol popular, emigrou até à Arábia Saudita e agora quer fazer história no Sporting de Espinho com o regresso do clube aos campeonatos profissionais. A época começa já a 20 de setembro, ante o Anadia, na "casa emprestada" de Ovar

p14 e 15

Lagoa de Paramos com futuro aberto para o ecoturismo

Mas ainda há incógnitas que toldam o presente, como a conclusão da execução da dragagem e de outras intervenções projetadas para a requalificação da lagoa de Paramos/barrinha de Esmoriz e da valorização ambiental. Talvez, por isso, é que o ministro do Ambiente ainda não tenha agendada a prometida visita de bicicleta! **p4, 5 e 6**

Piscina municipal continua vazia.

"Rigorosas regras da DGS" reprovam plano de contingência por causa do sistema de ventilação **p7**

4500 Espinho. Estádio à vista

Só falta o visto do Tribunal de Contas que deverá ocorrer até meados de outubro **p8**

PESSOAS & NEGÓCIOS

3 décadas

Ostra Congelados aposta na renovação do negócio

Mudança de gestão há dois anos provoca mudança a nível de produtos, aposta nas redes sociais e vontade de atrair novos clientes. **p13**



CASINOSOLVERDE.PT

Os melhores jogos de casino,
também online!

18+ SEJA RESPONSÁVEL. JOGUE COM MODERAÇÃO.



visto daqui



EDITORIAL

Lúcio Alberto

Obras fundamentais para a qualidade de vida de que tanto se apregoa

1 – A requalificação da área libertada do canal ferroviário foi superfície do enterramento vai moldando a face da cidade. O novo visual já define desde a zona junto ao Largo da Graciosa até ao extremo nortenho e a sul da estação também já há esboços da transfiguração projetada para a denominada “sala de estar” de Espinho. Portanto, neste caso não se ajusta agora dizer “mãos à obras”, mas sim... “siga a obra”!

2 – A requalificação da Rua 19 entre o limite nascente do concelho e a Rua 22 pressupõe uma nova imagem no percurso daquele que é considerado o acesso mais frequentado à cidade, mas também se afigura um novo conceito urbano, seja no padrão estético ou na vertente da mobilidade, elevando a qualidade de vida. O projeto valoriza o espaço público e a criação de espaços verdes. E visa uma melhor e maior acessibilidade e mobilidade urbana, incentivando o uso ciclável e pedonal. Sendo a Rua 19 definida como um eixo estruturante do concelho, o Município entende ser necessária a alteração do perfil das faixas de rodagem, mantendo as duas faixas de circulação automóvel, por trajetos não retilíneos a partir da rotunda da Avenida 32 no sentido nascente. A reabilitação aponta também para a criação de uma ciclovvia bidirecional (com 2,50 metros de largura em toda a sua extensão), a par da criação de espaços de proteção e de enquadramento paisagístico, ou seja faixa ajardinada à extensão dos percursos cicláveis e pedonais. Trata-se de uma requalificação do território, subjacente à melhoria das acessibilidades e à segurança e confortabilidade pedonal e ciclável. O agendamento da conclusão da empreitada da requalificação da Rua 19 entre o limite nascente do concelho e a Rua 22 está previsto para o último dia de agosto de 2021.

3 – A conclusão da rede de abastecimento de água e drenagem de águas residuais do concelho e o aumento do número de ramais domiciliários locais incidirá sobre pequenas áreas que necessitam de obras de saneamento básico de Anta, Guetim, Silvalde e Paramos. A empreitada das ditas novas expansões urbanas permitiu dotar todos aglomerados do concelho com infraestruturas de saneamento básico indispensáveis à melhor qualidade de vida dos habitantes. A execução de condutas de abastecimento de água, de coletores e de estações elevatórias de drenagem de águas residuais domésticas resultaram de uma necessidade que se prolongava no tempo. Entretanto, urge avançar com a empreitada da substituição da rede de saneamento básico e das condutas de distribuição de água na zona pedonal da Rua 19 e no perímetro central da cidade. Tudo se conjuga para que seja no fim do ano que decorre ou no início do ano que se avizinha...
Algum dia (ou em algum ano) terá de ser!

DESTAQUE

4, 5 e 6 | Lagoa de Paramos ainda aguarda pela conclusão da requalificação e valorização ambiental Foi erguida a ponte, arranjadas as margens e construídos os passadiços que ligam Paramos a Esmoriz, mas a execução da dragagem não está completa e ainda faltam acertar de diversa índole para consolidar turisticamente a imagem de uma zona (de reserva natural) inquestionavelmente atrativa!

4500-ESPINHO

7 | Plano de contingência da piscina reprovado Sistema de ventilação não se enquadra nas “rígidas regras da DGS”

8 | Processo da empreitada do estádio municipal já está no Tribunal de Contas Parecer deverá ser dado até meados de outubro

8 | Obras na Rua 19 arrancam Ruas cortadas ao trânsito a partir de amanhã, mas será garantida a segurança na circulação dos moradores

PESSOAS & NEGÓCIOS

13 | Era de mudança e renovação na Ostra Congelados Com uma existência de mais de 30 anos, a Ostra Congelados mudou de gerência há dois anos e agora pretende dinamizar ainda mais o negócio. A implementação de novos produtos é uma das formas de tentar chegar a novos clientes.

DEFESA-ATAQUE

14 e 15 | Entrevista: João Ferreira O menino da aldeia de Guetim que chegou a treinador do Sporting de Espinho. Começou no futebol popular, passou pela Arábia Saudita e quer levar os tigres aos campeonatos profissionais.

16 | Futebol: Sporting de Espinho na Série D do Campeonato de Portugal Arranque a 20 de setembro com os espinhenses a receberem o Anadia, em Ovar

16 | Golfe: Oporto campeão nacional de clubes Jovens da Oporto Golf Club Academy, conquistam título individual

16 | Badminton: Novasemente sobe à 1.ª Divisão e sagra-se campeã nacional

OFF

17 | Sugestão para um bom fim-de-semana nas aldeias do xisto da Lousã

18 | António Pinto de Oliveira “dá” música “The Four New Dock’s” é o novo formato da banda da banda de António Pinto de Oliveira (médico e membro do corpo diretivo do Rotary de Espinho)

19 | De boa saúde: o verão está a acabar e é preciso cortar o cabelo

Os meses de verão provocam danos ao cabelo que apenas podem ser tratados com os produtos certos e com a ajuda de um cabeleireiro. Mudança de visual pode ser encarada como uma oportunidade de entrar no outono de forma diferente!

feira semanal

Factos e figuras da semana



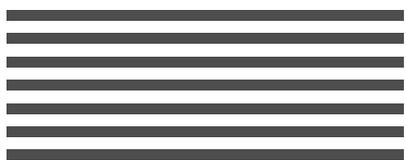
Lares de idosos
Os lares de idosos procuram soluções para resguardar os seus utentes dos efeitos da pandemia. As instituições de solidariedade redobram esforços e diligências para adaptar as valências e os recursos humanos e logísticos a uma conjuntura que isola mais os idosos e instala o medo. De facto, a Covid-19 trouxe muitos desafios aos lares e mudou toda a forma de funcionamento. É caso para constatar e reconhecer que a capacidade organizativa e dinâmica emerge em tempos difíceis e em situações que requerem a superação.



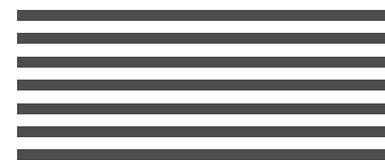
Recolha de lixo verde
Mais de 77 toneladas de resíduos foram recolhidas em junho, com destaque para as 64 provenientes da recolha porta-a-porta, nas freguesias de Anta e Guetim. Foi assim batido um recorde mensal de resíduos verdes recolhidos seletivamente resultante da articulação municipal com a Lipor.



Máscara (e mais cuidados)
A pandemia da Covid-19 está a dar sinais de ainda se manter ativa, com aumento de registos equivalentes a uma mais crítica. Resta manter, enquanto não for assegurada uma vacina, a observância das recomendações das autoridades de saúde e o sentido de responsabilidade de todos os cidadãos, designadamente no cumprimento das medidas de distanciamento social, de higiene das mãos e de etiqueta respiratória (máscara).



CASINO ESPINHO



ADIRA AO PRIVILEGE CLUB CASINOS

É GRATUITO, INCLUÍDO O CAFÉ!*

*Oferta do café em exclusivo aos membros Privilege Club Casinos. Disponível nas salas de jogo.

CASINO ESPINHO > RESTAURANTE BACCARÁ
(EXCEPTO SEXTAS E SÁBADOS)

FRANCESINHA À CASINO

*COM CERVEJA DE GARRAFA
DISPONÍVEL NO RESTAURANTE BACCARÁ DO CASINO ESPINHO.
INCLUI PAGAMENTOS COM CARTÃO PRIVILEGE CLUB: 4,29 EUROS SOLVERDE.
FOTO MERAMENTE ILUSTRATIVA.



€4,9*
SETEMBRO

CASINO ESPINHO > BINGO SOLVERDE

DOUBLE CHEESEBURGER

*COM CERVEJA DE PRESSÃO
DISPONÍVEL NO CASINO ESPINHO E BINGO SOLVERDE*
INCLUI PAGAMENTOS COM CARTÃO PRIVILEGE CLUB - 2,48 EUROS SOLVERDE.
*VALOR INCLUSIVE NA HAPPY HOUR | FOTO MERAMENTE ILUSTRATIVA.



Establishment complying with Health Measures Portugal



AMBIENTE



© SARA FERREIRA

Lagoa de Paramos ainda não está totalmente requalificada e valorizada para o ministro do Ambiente a visitar de bicicleta

REPORTAGEM.

A OBRA DE REQUALIFICAÇÃO E VALORIZAÇÃO AMBIENTAL DA LAGOA DE PARAMOS AINDA NÃO ESTÁ CONCLUÍDA E A PRESSÃO AUTÁRQUICA JUNTO DA POLIS DA RIA DE AVEIRO ESTÁ IMINENTE. RESTAM ARESTAS POR LIMAR, MAS CRUCIAIS PARA O SUCESSO DO PROJETO E DOS RESULTADOS QUE SE PRECONIZAM NAS FREGUESIAS DE PARAMOS E ESMORIZ, E, POR CONSEQUINTE, NOS CONCELHOS DE ESPINHO E OVAR.

LÚCIO ALBERTO

CLASSIFICADA COMO UMA LAGOA COSTEIRA, a Lagoa de Paramos/Barrinha de Esmoriz apresentava problemas de qualidade da água e de degradação da zona envolvente. A situação era prejudicial à utilização balnear, “quando em comunicação livre com a zona de Praia”, segundo um estudo da Polis da Ria de Aveiro. Tratava-se de um cenário que implicava, inclusive, o fecho da sua comunicação com o mar durante as cheias.

Eram cenários resultantes de cargas poluentes das bacias hidrográficas de duas ribeiras que desaguam na lagoa. O mesmo estudo dava nota de que a bacia da ribeira de Paramos era a que apresentava maiores problemas devido às lacunas nas ligações dos efluentes domésticos e industriais aos sistemas municipais, principalmente a nascente da freguesia. O maior problema (embora esporádico), que afetava a qualidade da água da Barrinha, residia na poluição associada a descargas clandestinas de efluentes domésticos e industriais.

As orientações de gestão para a conservação da Lagoa de Paramos/Barrinha de Es-

moriz, constantes do Plano Setorial da Rede Natura 2000 foram prioritariamente dirigidas para a preservação da lagoa e dos ecossistemas dunares, sendo a barrinha considerada uma lagoa costeira, constituindo o habitat natural 1150, habitat natural prioritário da Diretiva Habitats.

Importa referir que a ficha de caracterização ecológica e de gestão aludia a “um habitat complexo em cuja génese são determinantes fatores como a profundidade, o teor em sais e a variabilidade estacional da altura da água, a probabilidade de inundação pela água do mar”, entre outros itens. “A gestão da salinidade da água das lagoas costeiras é, assim, uma questão fulcral, sendo que a intervenção humana deve ser reduzida e privilegiar, o mais possível, que a dinâmica geomorfológica das lagunas siga o seu curso natural.”

Neste quadro foi delineado, anunciado e encetado um conjunto de procedimentos e execuções, nomeadamente a reconstrução do dique-fusível, devem permitir a valorização das características salobras que devem caracterizar a Barrinha de Esmoriz/Lagoa de Paramos, “contrariando, assim, a tendência que se tem verificado na lagoa na última década,

que a tem tornado maioritariamente de água doce” e, acrescente, agrava-se a degradação do espaço envolvente.

Todavia, o projeto de execução para requalificação e valorização do Sítio da Barrinha de Esmoriz/Lagoa de Paramos ainda não foi totalmente concretizado.

E assim tarda a prometida visita do ministro do Ambiente à Lagoa de Paramos, percorrendo os passadiços de bicicleta, como nos seus tempos mais jovens em que pedalava desde Espinho até à zona da Lagoa de Paramos, no gozo das férias escolares de verão.

A execução total da requalificação da Lagoa de Paramos/Barrinha de Esmoriz poderá ainda proporcionar o crescimento turístico no concelho de Espinho e potenciar novas oportunidades de desenvolvimento do Aero Clube da Costa Verde e até resgatar do passado o espaço de restauração que se perde no tempo.

A valorização da Lagoa de Paramos como referência de excelência do ecossistema e a promoção como cartaz do ecoturismo poderá resultar em dividendos para a freguesia, em particular, e para o concelho de Espinho “Este ecossistema está numa zona limite do conce-



Lagoa costeira de água salobra
 Área com 396 hectares
 Áreas inundadas entre 18,8 e 86,4 hectares
 Alimentada pela vala de Maceda (sul) e Ribeira de Paramos (norte)
 Nível da água mantém-se entre as cotas 1,5m e 2,0m

lho de Espinho, na freguesia de Paramos, com o concelho de Ovar, na freguesia de Esmoriz, e todos temos definitivamente de conversar e delinear para divulgarmos aquilo que se designa na gíria vender a imagem deste maravilhoso espaço”, reconhece o autarca paramense Manuel Dias. “As pessoas que por aqui passam só fazem elogios a este espaço, mas ainda há muita gente que o desconhece. De facto, ainda há muita gente que desconhece este local. Portanto, temos de avançar para uma ampla e forte divulgação da Lagoa de Paramos/Barrinha de Esmoriz e creio que não será difícil, porque o entendimento entre as autarquias tem sido muito positivo. Mas falta fazer algo de mais concreto na promoção do espaço. Não será muito difícil traçarmos um caminho conjunto para divulgarmos este espaço.”

Atendendo à bondade manifestada pelo ministro do Ambiente, Matos Fernandes, aquando de uma visita à Lagoa de Paramos/Barrinha de Esmoriz, em regressar de bicicleta ao paradisíaco local, esse “evento” tem sido retardado. “Eu lembro-me perfeitamente das palavras do senhor ministro do Ambiente, mas houve um problema a meio da obra a quem tinha sido adjudicada a empreitada”, diz Manuel Dias. “Houve desinteligências que não sei especificar e face a esses desentendimentos com a Polis da Ria de Aveiro a empresa deixou de continuar a executar a obra que viria a ser adjudicada a outra empresa pela Polis da Ria de Aveiro, mas os entraves continuam...”

“É um bocado confrangedor da minha parte dizer que não sei qual é o ponto da situação”, acrescenta cabisbaixo o autarca paramense. “Reconheço que como autarca não devia dizer isto, mas tenho que dizer porque é verdade. Nós devíamos saber exatamente o ponto da situação. Por isso, e após uma reunião com o senhor presidente da Câmara Municipal de Espinho, vamos reunir com a Polis da Ria de Aveiro para sabermos exatamente o ponto da situação, ou seja averiguar se a obra está concluída ou não. É também importante apurar a questão dos passadiços, porque estava no caderno de encargos que a empresa que iria fazer o arranjo estaria comprometida a fazer a manutenção durante dois anos. De facto, chegou o momento limite para sabermos se a obra está concluída ou não e darmos mais uma vez as nossas opiniões e contributos no sentido de melhorar a situação.”

“O importante é que a obra fique concluída, mas para isso temos de ter respostas concretas da Polis da Ria de Aveiro e depois desafiar-se o senhor ministro do Ambiente para uma visita de bicicleta”, acentua Manuel Dias. “Lembro-me que o senhor ministro Matos Fernandes desejou entrar no passadiço em Gaia e sair em Ovar de bicicleta, passando por Espinho. E nessa altura eu próprio o vou acompanhar.”

O projeto da requalificação territorial e valorização ambiental da Lagoa de Paramos/Barrinha de Esmoriz, preconizava a construção de um dique fusível e a consolidação dunar. O relatório de avaliação incluía uma análise extensa das condições hidrológicas e hidráulicas, dando nota da afluência de duas ribeiras desaguando numa espécie de lagoa interior de água doce, sem comunicação com o mar. O nível de água no interior da lagoa/barrinha resulta do equilíbrio entre dos cau-

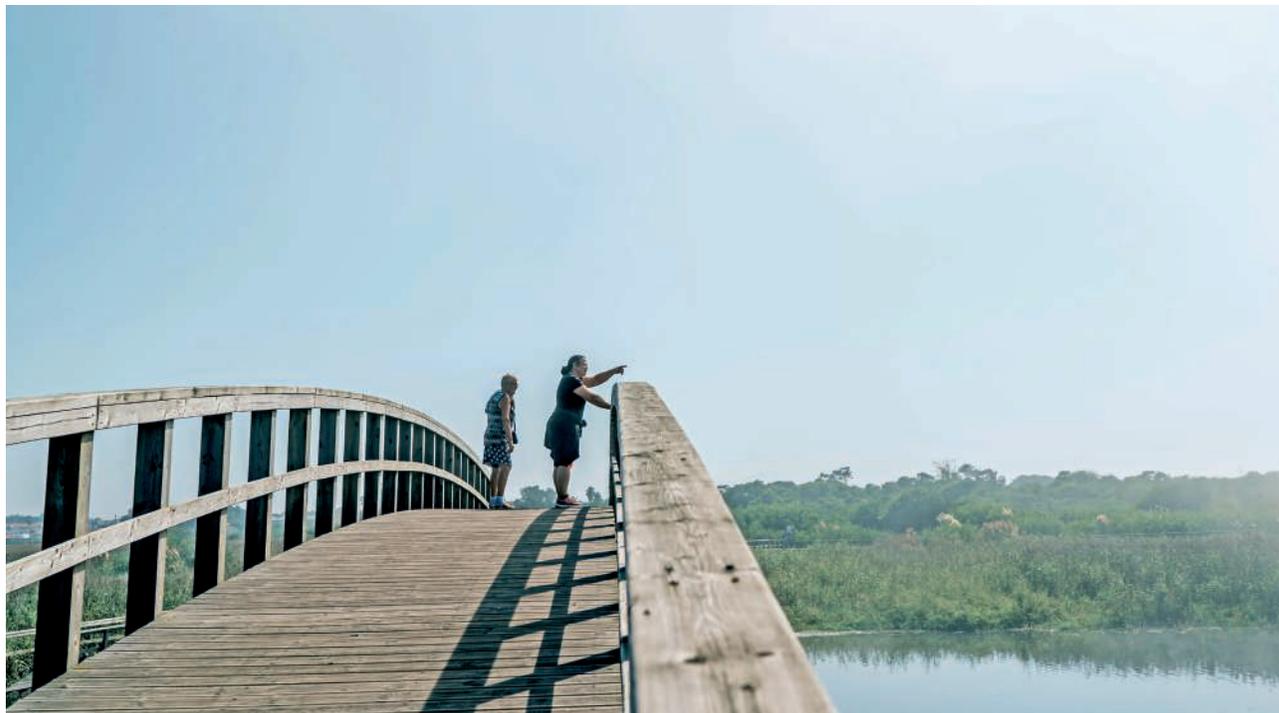
dais afluentes de montante (ribeira de Paramos e Vala de Maceda), de perdas por evaporação e perdas por percolação através do cordão dunar. Nesta situação, segundo os especialistas, o nível da água mantém-se entre as cotas 1,5m e 2,0m atingindo excepcionalmente 2,5 metros, a que correspondem áreas inundadas entre 18,8 e 86,4 hectares.

“O fusível é um terminal na foz da lagoa que aguenta a água até determinada altura, que quando atingido esse nível, é lançada para o mar”, sintetiza Manuel Dias. “Segundo o estudo que foi feito a água da lagoa nunca inundaria as margens e, portanto, toda a área dos passadiços.”

O projeto da requalificação da Lagoa de Paramos/Barrinha de Esmoriz constava ainda de dragagem. “Foi feita a dragagem, mas acho que foi insuficiente”, regista Manuel Dias, olhando desde o ponto mais elevado da ponte que atravessa a lagoa, a meio da ponte para as margens. “E digo isto porque a Junta de Fre-

guesia de Paramos deu a sua opinião na altura oportuna, quando foi discutido e apresentado o projeto de requalificação da Lagoa de Paramos/Barrinha de Esmoriz. E lembro-me que só tivemos quatro dias para dar o nosso parecer sobre o estudo do impacto ambiental que tinha, salvo erro, 200 e tal páginas, mas demos o nosso contributo. Perdemos algumas noites a analisar o estudo do impacto ambiental para dar a nossa opinião. Entretanto, não sabemos se a dragagem foi concluída ou não, mas o que é certo é que na minha opinião a dragagem poderia ter sido em maior extensão. É chegada a hora de darmos de novo as nossas opiniões e os nossos contributos.”

“Foram lá metidos enormes sacos com areia, mas não sei se aquilo vai resultar ou não e se está definitivamente concluída essa intervenção”, afirma o autarca paramense. “Porém, o fusível é fundamental para a preservação de todo o espaço envolvente da lagoa, porque para que água da lagoa seja encaminhada



© SARA FERREIRA



“Temos de unir esforços e contribuir para a total requalificação da Lagoa de Paramos/Barrinha de Esmoriz e valorizar o seu ecossistema e avaliar a promoção do ecoturismo”

Manuel Dias,
 presidente da Junta de Freguesia de Paramos

destaque

para o mar era e é fundamental que fosse construído o fusível, para que quando a água atingisse um determinado nível fosse lançada ao mar. Este pormenor ainda não está concluído, assim como a dragagem, que apesar da draga já ter remetido para os lados de Esmoriz e Paramos um conjunto de sedimentos, que na devida altura foram avaliados e não considerados perigosos, ainda não se sabe qual é o resultado final.”

Entretanto, caminhando nos passadiços, o autarca aproveita o ensejo para marcar a posição da sua autarquia. “No que respeita aos passadiços há que dizer que foram construídos conforme estava no projeto. Foram todos construídos, embora seja necessário reparar apenas alguns pormenores. A responsabilidade dos passadiços que antecedem a lagoa é, neste momento, única e exclusivamente da Câmara Municipal de Espinho. E quando a requalificação da Lagoa de Paramos/Barrinha de Esmoriz estiver oficialmente concluída, poderemos trabalhar coletivamente, porque nós somos autarcas de proximidade. E eu como presidente de junta não tenho nenhum problema em assumir a responsabilidade da manutenção. No entanto, quero meios financeiros, porque os meios humanos e logísticos terei de os arranjar. Mas é claro que uma junta de freguesia tem poucos recursos financeiros. E não estamos só a falar da extensão dos passadiços da lagoa, mas também do lado exterior, em Paramos.”

Manuel Dias vai observando de novo a lagoa e o cenário envolvente, fixando de novo o olhar na ponte por onde caminham ou pedalam cidadãos de Espinho e Ovar, ou de outros concelhos. “Era a ponte que faltava para dar mais vida a Paramos e a Esmoriz. Felizmente, entre Paramos e Esmoriz, e nomeadamente entre os dois presidentes de junta, há fortes laços de entendimento. Eu e António Bebiano conversamos muitas vezes, tentando encontrar soluções para os problemas que cruzam as duas freguesias. Foi mais uma ponte que nos ligou. Este local era antigamente conhecido por Entre Pontes, que já existia quando, segundo diziam os antigos, apareceu na praia de Paramos o corpo da Senhora da Aparecida. A história diz que apareceu uma pessoa na praia de Paramos e as entidades eclesiais de então pegaram no corpo dela, levando-o para o cemitério da freguesia, mas ela voltou no dia seguinte a aparecer no mesmo local. A Senhora da Aparecida veio na ser venerada principalmente pelos pescadores junto à ponte que existiu aqui. Havia até há pouco tempo sinais de um cais junto à ponte que agora foi construída. E nesta zona também já houve a prática da caça.”

“É uma obra de grande valor ambiental, paisagístico e de lazer, isso é inquestionável”, prossegue Manuel Dias, retomando o tema da requalificação e valorização ambiental da zona da lagoa. “Temos de ter a certeza de que a dragagem está totalmente feita. E se estiver deve-se traçar um plano com a Polis da Ria de Aveiro e saber se de facto está assegurada a manutenção. E se assim não for devem as câmaras de Espinho e Ovar e as juntas de Paramos e Esmoriz fazer um plano no sentido deste espaço estar apresentável e seguro ao serviço das populações e de quem nos visita, oferecendo-lhes uma zona ambiental e paisagística de qualidade. Não é que ela não seja, mas queremos-la sempre arranjadinha e atrativa.” •



“Isto é fantástico! Só tenho pena que as antigas instalações de restauração e hotelaria que existiam junto ao centro hípico e ao Aero Clube ainda não estejam recuperadas. Por isso, a requalificação da Lagoa pode resultar em termos turísticos, mas para mim está ótimo assim! Com muita gente poderá prejudicar a agradável e deste lindíssimo e tranquilo espaço de reserva natural!”

Alexandra Flor Bastos,
Espinho

“Passeio nesta zona porque é uma área natural e atrativa, onde faço aqui as minhas caminhadas! Acho que devemos promover este lugar agora requalificado, mas junto dos espinhenses. Se alargarmos a divulgação a quem é de mais longe poderá causar outros problemas, como a poluição e o excesso de visitantes. Devemos embelezar o que temos mas sem perder o conceito do que é natural e tranquilo!”

Susana Valente,
Guetim

“É um privilégio poder passear de bicicleta e desfrutar deste ecossistema, estando perto do centro da cidade de Espinho. Foi em boa hora que a lagoa foi alvo de requalificação. Contudo este espaço pode ser mais projetado, atraindo mais visitantes e com isso ganhava o concelho de Espinho”

Nuno Damasceno,
Espinho

4500 Espinho

PISCINA MUNICIPAL



© FRANCISCO AZEVEDO

“ Sistema de ventilação não se enquadra nas rigorosas regras da DGS impostas pela Covid-19”.

“ Município está a analisar e a ponderar as melhores soluções para este equipamento poder ainda vir a funcionar até que dê lugar a uma nova Piscina”.

CM Espinho

Plano de contingência ‘chumbado’ pela DGS

Foi ‘chumbado’, recentemente, pela Direção Geral da Saúde (DGS), o Plano de Contingência para a Piscina Municipal de Espinho, apresentado pelo Município. Uma decisão que faz com que aquele equipamento se mantenha de portas fechadas e que já levou a que as equipas de natação do SC Espinho se tenham transferido para a piscina do Colégio de Santa Maria de Lamas.

O OBSOLETO SISTEMA de ventilação da piscina e dos balneários, problema já identificado há muito tempo, deverá ter sido um dos motivos que levou a delegada de saúde a não aprovar o plano de contingência apresentado pela autarquia. Terá de ser feito, por isso, um investimento naquela já ultrapassadíssima infraestrutura e terá a autarquia de partir para a construção de um novo equipamento, moderno e dotado de todas as condições, quer a nível de segurança, quer ao nível da eficiência energética.

Entretanto, escusando-se responder a algumas questões formuladas pelo jornal Defesa de Espinho, no decorrer da semana passada, o Município de Espinho dá nota, através de uma comunicação enviada para vários órgãos de comunicação social, que em articulação com os Serviços Municipais de Proteção Civil e a Delegação de Saúde “tem observado todas as orientações e adotado com rigor os procedimentos prescritos pela Direção Geral da Saúde (DGS), no âmbito das medidas Covid-19”, tendo sempre em conta que “a segurança dos utentes,

nomeadamente de crianças, jovens e adultos que frequentam os diversos equipamentos municipais com assiduidade, constitui uma preocupação e um dever que estão subjacentes a todas as decisões tomadas até aqui, ou outras que possam vir ainda a ser adotadas”.

Relativamente à situação da Piscina Municipal, o Município de Espinho admite que “a idade do edifício e problemas estruturais já anteriormente identificados pelos serviços técnicos da autarquia designadamente o sistema de ventilação que não se enquadra nas rigorosas regras da DGS impostas pela Covid-19, recomendam que por questões de segurança e de saúde pública, em contexto de pandemia, as instalações se mantenham por enquanto sem atividade e sem frequência dos utentes”.

Na nota informativa, a edilidade dá, ainda, conta de que está “a analisar e a ponderar as melhores soluções para este equipamento poder ainda vir a funcionar até que dê lugar a uma nova Piscina Municipal construída de raiz em terreno anexo”. • MP



**AGÊNCIA
FUNERÁRIA
LUÍS ALVES**



PHB

Agora ao lado do meu filho, continuando a dar o meu melhor em prol das Famílias.

Estamos situados em Espinho na Rua 18, n.º 954.

Podem contactar-nos através dos seguintes números: 917263249 e 914249496.

4500 Espinho

PRAZO TERMINA EM MEADOS DE OUTUBRO

Processo da empreitada do estádio municipal no Tribunal de Contas



A Câmara Municipal de Espinho remeteu no passado dia 2 (quarta-feira) ao Tribunal de Contas (TC) o processo relativo à empreitada de 4,47 milhões de euros para a construção do Estádio Municipal. O TC tem, agora, um prazo de 30 dias úteis para se pronunciar, ou seja, até meados de outubro.

MANUEL PROENÇA

"ESTAMOS NA RETA FINAL de um processo complexo e moroso. Fomos já bastante prejudicados por um conjunto de incidentes que nem sequer vale a pena relembrar, obstáculos que fomos encontrando ao longo do processo e, agora, recentemente, provocados pela própria pandemia", afirmou o presidente da Câmara Municipal de Espinho, Pinto Moreira, ao jornal Defesa de Espinho.

Pinto Moreira mostrou-se "absolutamente convicto" de que a resposta do Tribunal de Contas "será positiva", até porque "o processo foi absolutamente claro e transparente. É bom relembrar que o Tribunal de Contas já havia dado visto ao pedido de empréstimo para a cons-

trução do estádio, no valor de 1,8 milhões de euros", sublinhou o autarca espinhense, realçando, ainda que se trata de um processo que "todos almejam que se conclua com sucesso, faltando, apenas, este pequeno passo, que é o visto do Tribunal de Contas, para que a obra se inicie, a bem da cidade, do concelho e do SC Espinho".

Segundo o presidente da Câmara, "na última fase do procedimento concursal, três empresas apresentaram proposta dentro do preço-base. De acordo com o relatório do júri, a empreitada foi adjudicada à PEMI Engenharia e Construção, Lda e foi celebrado o respetivo contrato de empreitada que foi, agora, a visto do Tribunal de Contas. Vinde esse visto, a obra é consignada e, imediatamente, serão iniciados os trabalhos", dá conta o autarca.

O TC tem um prazo de 30 dias úteis para se pronunciar. Contudo, o presidente da Câmara Municipal de Espinho admite que "poderá ser interrompido" se o Tribunal "pedir algum tipo de esclarecimento relativamente ao processo, o que é absolutamente normal. Sabemos que existe o regime de teletrabalho e, nesta fase de pandemia, espero que o Tribunal de Contas seja o mais célere possível porque a realização desta empreitada é, absolutamente, essencial".

Para Pinto Moreira, "além de ser uma ânsia e um sonho muito antigo da comunidade espinhense, sabemos bem que o SC Espinho anda com a 'casa às costas' como o caracol, ora em Fiães e, agora, em Ovar. E isto é inaceitável para Espinho, para aquele clube, para os seus adeptos, corpos sociais e sócios. Damos uma imagem negativa para o resto do país com esta circunstância de o SC Espinho andar a jogar fora de portas", concluiu o autarca espinhense. • M

“Além de ser uma ânsia e um sonho muito antigo da comunidade espinhense, sabemos bem que o SC Espinho anda com a 'casa às costas' como o caracol, ora em Fiães e, agora, em Ovar. E isto é inaceitável”.

Pinto Moreira

REQUALIFICAÇÃO DO ESPAÇO PÚBLICO

Rua 19 com trânsito cortado



A Rua 19, entre as avenidas 24 e 32 e entre a rotunda da Congosta e o cruzamento da Rua da Igreja, em Anta, irão estar cortadas ao trânsito, a primeira a partir de amanhã e a segunda já desde ontem, depois do fecho da edição.

Estes constrangimentos são provocados na sequência da Requalificação da Rua 19 e, segundo o Município de Espinho, "toda a zona de intervenção será vedada, a sinalização implementada e garantida a segurança na circulação dos moradores".

A obra visa promover o uso de ciclovias e a circulação de peões. Trata-se da requalificação do espaço público, com a criação de espaços verdes, uma melhor e maior acessibilidade e mobilidade urbana.

O novo ciclo de obras ini-

ciado pelo Município, envolve seis empreitadas cujo orçamento global é de 5,6 milhões de euros.

Trata-se, assim de uma estratégia do Município que "visa tornar Espinho uma cidade mais apelativa do ponto de vista pedonal, transformando o território e o cenário urbanístico com recursos que privilegiem a circulação confortável de transeuntes em detrimento da movimentação rodoviária".

A Câmara Municipal alerta, ainda para os incómodos gerados que "serão significativos, mas são um sacrifício de que todos sairão beneficiados, particularmente os comerciantes, considerando o novo potencial de atração que estas transformações vão conferir à cidade". •

OS NOSSOS CLASSIFICADOS

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

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

DEFESA DE ESPINHO - 4610 - 10 SETEMBRO 2020



ASSOCIAÇÃO DE MORADORES DA IDANHA

CONVOCATÓRIA

Convocam-se todos os associados da "AMI - Associação de Moradores da Idanha", p. c. 508230241, para a Assembleia Geral Ordinária a realizar no próximo dia 27 de Setembro de 2020, às 15.00 horas, na sede da Associação, sita no Largo de S. Vicente, no 1542, Idanha, Anta, com a seguinte Ordem de Trabalhos:

- 1 - Leitura e aprovação da acta da Assembleia Geral anterior;
- 2 - Deliberar sobre o relatório e contas respeitantes ao ano de 2019;
- 3 - Eleição dos órgãos sociais para o quadriénio 2020/2024;
- 4 - Deliberar sobre o plano e orçamento para o ano de 2020;
- 5 - Outros assuntos de interesse.

NOTA: O Relatório e Contas do exercício estarão disponíveis para consulta dos associados, na sede da Associação.

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

Aos 01 de Setembro de 2020, A Mesa da Assembleia Geral

4500 Freguesias

SILVALDE



Praia de Silvalde viveu momentos de diversão

FOI NO PASSADO mês de agosto que a Quimera, empresa de eventos espinhense, animou a praia Pau da Manobra, em Silvalde. Com jogos e brincadeiras, o objetivo consistiu em dar a conhecer aos banhistas as regras de segurança decididas para esta época balnear.

A empresa foi contratada pela Junta de Freguesia que “numa época em que os condi-

cionalismos são tantos, quis transmitir uma ideia de segurança, ainda que de forma contraída”.

Os momentos foram vividos por crianças e adultos que participaram nas atividades e ficaram a saber mais sobre o verão seguro de 2020. •

SAÚDE VETERINÁRIA

Celebrações do Senhor do Calvário e da Senhora das Dores

FOI MARCADA para as 18 horas do domingo de 13 de setembro, na Capela de Nossa Senhora das Dores, em Silvalde, uma missa festiva em honra da padroeira, e para terça-feira, às 19 horas, a celebração do dia litúrgico da Senhora das Dores.

No âmbito do dia litúrgico do Senhor do Calvário também será celebrada uma eucaristia em Silvalde, às 19 horas, de 14 de setembro, segunda-feira. O programa festivo em honra de Nosso Senhor do Calvário foi encetado com uma missa na tarde do pretérito domingo, na Capela do Senhor do Calvário.

O programa religioso que decorre na paróquia de Silvalde foi delineado no cumprimento das normas de aconselhamento e restrições no quadro da pandemia da Covid-19. •

Campanha de vacinação antirrábica nas freguesias

FOI AGENDADA para setembro, nas freguesias do concelho, uma campanha de vacinação antirrábica.

O local de vacinação está reservado no Gabinete Médico-Veterinário, no largo do antigo Matadouro de Espinho, para Anta/Guetim nos dias 15, 16, 17, 18 e 22, Paramos nos dias 23 e 24, Espinho no dia 25 e Silvalde a 29 de setembro, com o seguinte horário: das 10 horas às 12h30 e das 14h30 às 16h30.

“Proteja-se, protegendo o seu animal de estimação”, dá nota o Município. “A raiva é uma doença mortal e transmissível ao homem.”

A vacinação antirrábica é anual e obrigatória para todos os cães com mais de três meses de acordo com o Plano Nacional de Luta e Vigilância da Raiva e Outras Zoonoses (doenças transmissíveis aos humanos através de animais).

“Para os gatos, a vacinação antirrábica é facultativa, exceto se o animal se deslocar para o estrangeiro. A vacina antirrábica só pode ser realizada quando os cães se encontrem identificados eletronicamente (microchip) e confere uma imunidade de três anos. •

SOLVERDE
CASINOS · HOTÉIS

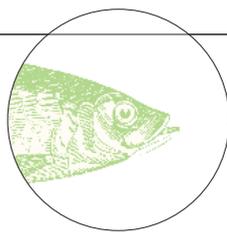
11 & 12 SETEMBRO · TORNEIO SOLVERDE

A.A. ESPINHO · INFANTE SÁGRES · A.D. SANJOANENSE

JOGO À PORTA FECHADA · TRANSMISSÃO EM DIRETO YOUTUBE



É do nosso mar



VOX POP

O verão está a chegar ao fim. Restam poucos dias e, por isso, há quem os aproveite até à 'última gota'. Um verão absolutamente atípico, com as habituais férias, mas com as restrições que se impuseram pelo mundo, e em particular, no nosso país.

Os veraneantes acorreram a outras praias e a outros locais, um pouco fora daquilo que habitualmente fazem todos os anos. O destino turístico de muitos dos espinhenses e de alguns cidadãos de concelhos vizinhos foi mesmo a praia de Espinho. Por uma questão de segurança e por estarem mais próximos de suas casas.

Receio da pandemia fez ficar os espinhenses mais próximo de suas casas



1. Aproveitou bem o verão ou gostaria de ter tido mais algum tempo para o desfrutar?

2. Do que sentiu falta e em que medida foi diferente?



Rita Costa,
Espinho

1 - Neste verão tive muito tempo e, por isso, aproveitei-o muito bem. Tudo correu muito bem e tem estado muito bom tempo em Espinho. Por isso, as férias até duraram muito tempo.

2 - Notou-se muita diferença relativamente às medidas de segurança que todos tivemos de adotar. Tivemos de ter mais precauções na praia e em todos os lados. No restante não senti grande diferença dos verões passados. Houve restrições no que respeita a estar com algumas pessoas. Mas há que ter os cuidados básicos que são fruto da atual situação pandémica. ●



João Cabral,
Mozelos

1 - Acho que aproveitei bem o verão. Foi diferente de outros anos porque costumava ir para o Algarve e este ano não fui. Fiquei mais por Espinho, terra que visito regularmente no verão.

2 - A grande diferença foi o receio que todos sentimos relativamente à Covid-19 e de viajar para locais que ficam mais longe de casa. Não fui para o Algarve pois é habitual ir acompanhado por pessoas mais velhas, nomeadamente pela minha mãe e por umas tias. Tivemos receio. Se fosse só por mim até teria ido. O Algarve só agora está a ter mais estrangeiros e, por isso, até seria mais tranquilo há algum tempo atrás. Como a minha família não ia, resolvi ficar por cá. De resto, tudo foi diferente, nomeadamente com o uso de máscaras e de medidas especiais nos restaurantes. A vida é mais ou menos normal, cumprindo-se as regras. ●



Aurélio Silva,
Valadares

1 - Este ano, as férias foram complicadas. Gostaria de ter tido mais tempo para as desfrutar. Mas penso que o pouco que tive acabei por o gozar muito bem.

2 - Tirando aquilo que referi atrás, senti mais falta da companhia dos amigos em virtude da situação pandémica que ainda hoje se vive. Não se desfrutou muito o verão, por isso, aquilo que eu pessoalmente fiz, consigo faze-lo bem. ●



Paula Costa,
Espinho

1 - Este ano até aproveitei bem o verão, o que não é costume. As minhas férias estão a terminar, mas têm sido muito boas. Fiz muita praia em Espinho, porque adoro o nosso concelho. A nossa costa é espetacular.

2 - Não senti falta de alguma coisa em especial. Mas o verão foi diferente, não em relação ao tempo, porque até se tem mantido muito bom, mas em relação aos incómodos que as obras têm causado em Espinho. Tendo-se adotado, por outro lado, as medidas de prevenção e de segurança necessárias à Covid-19, tudo acabou por ser normal. ●



António Maceda,
Espinho

1 - Tenho bastante tempo, mas acabei por não aproveitar o verão do mesmo modo que o costumava fazer noutros anos porque tive receio da pandemia. Não fui para outros lados e fiquei por Espinho. Habitualmente vou aos Açores visitar a minha filha e acabei por não ir porque teria de fazer testes. Fiquei por aqui, de uma forma mais reservada.

2 - Tratou-se de um verão diferente porque as pessoas tinham algum receio de toda esta situação que se vive atualmente. Não foi o mesmo verão de outros anos. ●



Arménio Pereira,
S. Paio de Oleiros

1 - Tempo tenho muito, mas por ter receio da Covid-19 evitei sair de cá de Espinho. Acabei por sair de casa todos os dias e aproveitei para fazer as minhas caminhadas, indo para norte até à Aguda e, para sul, até à praia de Paramos. No entanto, ainda não fui à praia este ano! Acabo por estar cansado de praia, tantos foram os anos que a frequentei.

2 - Para mim este verão foi normal à exceção do receio que tive da pandemia. Tenho evitado alguns locais e até hoje, felizmente, não aconteceu nada. ●



opinião
Manuel Sancebas

Sem gosto

Agosto despediu-se sorridente por vezes escondido mostrando bem o sol quente sofreu bastante de vertigens que o tornaram impertinente. Deu de tudo ao planeta que existe no espaço para nos dar embaraço.

Setembro já espreitava muito triste sem saber se o mar iria gozar seu velho vício de ver na praia o fogo de artifício.

Temos de passar a provação. Haja fé... O céu tem solução para dar força e alegria e mostrar à epidemia o rumo da cremação.



CORREIO DO LEITOR

Cuidado com a escuridão junto à estação!

A zona onde decorre a obra da requalificação da alameda, aproveitando o enterramento do caminho de ferro, continua às escuras. O acesso à estação é cada vez mais complicado, principalmente à noite.

Não há projetores que iluminem aquela zona e a insegurança é um facto. Quem tem de viajar de comboio é melhor ir de dia...

E a insegurança deve aumentar quando anoitecer mais cedo, no outono ou no inverno, pois não há jeito de se colocar ali uns projetores que iluminem o acesso à estação.

As obras são precisas, mas é preciso ter cuidado com as pessoas, sejam municipais de Espinho ou de quem trabalha em Espinho ou visita a cidade.

Manuel Gonçalves - Espinho



VIDRARIA FERREIRA

ESPECIALISTAS NA INSTALAÇÃO DE TODO O TIPO DE VIDROS. ORIENTADOS PARA O CLIENTE, EXCELÊNCIA E INOVAÇÃO. CONSIGO DESDE 1960.

ZONA INDUSTRIAL DE ESPINHO ☎ TEL./FAX 227 340 480
✉ VIDRARIA-FERREIRA@HOTMAIL.COM



opinião
Tito Miguel Pereira

Turistas para que vos quero!?

A nível mundial, a actividade turística tem, cada vez mais, um contributo determinante para a criação de emprego e geração de riqueza, com um peso de 10,3% do produto mundial, com um crescimento económico de 3,5%, mais pronunciado que o crescimento de 2,5% da economia global, sendo actualmente a terceira actividade económica com maior contributo para o produto económico, sendo responsável por um em cada quatro novos postos de trabalho de criação líquida de emprego nos últimos cinco anos.

Em Portugal, a actividade turística tem evidenciado um crescimento significativo, e tem um impacto decisivo no produto interno bruto, com um peso mais significativo que outras economias. De acordo com dados de 2019, publicados pelo World Travel & Tourism Council, o sector do turismo representa 16,5% do produto interno bruto português, numa actividade que cresce 4,2%, enquanto a economia nacional cresce apenas 1,6%, com um contributo de cerca de 900 mil empregos (18,6% do emprego em Portugal), ou seja, duas pessoas empregadas em cada 10, trabalham no sector turístico.

De entre os países da OCDE, a economia portuguesa é mesmo uma das mais dependentes do turismo, com um peso de 16,5% da actividade turística no PIB nacional em Portugal, 11,8% em Espanha e 11,3% na Croácia.

Com efeito, e como os números e a percepção imediata na economia, e na vida das pessoas o demonstra, a actividade turística tem sido de facto uma, senão a, alavanca motor da economia portuguesa

nos anos mais recentes, a qual, não fosse tal dinamismo no sector turístico, a economia, já de si muito frágil e estagnada, certamente teria um comportamento com pior desempenho, com mais desemprego, e sem possibilidade de assistirmos a dinâmicas fundamentais na revitalização urbana e das economias locais, e na emergência de novas áreas de negócio, responsáveis pela criação e de emprego e de riqueza.

Não haja qualquer dúvida que a dinâmica de reabilitação urbana que se assiste em Lisboa, no Porto, e muitas outras cidades, e localidades rurais, por esse país fora, deve-o à actividade turística, que conseguiu o que décadas de políticas públicas e de incentivos à reabilitação nunca o conseguiram.

Compreenda-se, pois, no actual contexto gerado pela pandemia da COVID-19, a crise que atravessa o sector e, por conseguinte, como tal afecta sobremaneira a economia nacional e o bem-estar dos portugueses.

Os “Números da Crise” recolhidos pelo INE, e publicados pela Pordata, são o espelho da situação devastadora que atravessa o sector turístico. Já não falando do tempo em que as unidades e estabelecimentos turísticos e da restauração estiveram encerrados, sem qualquer actividade, os dados mais recentes, respeitantes ao mês de Junho são o exemplo da crise económica gerada pela pandemia da COVID-19.

No mês de Junho, e em relação ao período homólogo, o número de dormidas totais em alojamentos turísticos em Portugal sofreu uma quebra de 85,2%. Com o encerramento de fronteiras, e o impedimento da realização de viagens transfronteiriças, a quebra no número de dormidas de estrangeiros em alojamentos turísticos em Portugal foi praticamente de 100%, so-

frendo uma perda de 96,2%. Dito de outra forma, os números de 2020 representam apenas 14,8% do número de dormidas totais de Junho de 2019, e o número de dormidas de estrangeiros em Portugal foi de apenas 3,8% do número de dormidas de estrangeiros no período homólogo.

Com tamanha descida, como a que se verificou, não é de espantar que o nível de proveitos com dormidas em alojamentos turísticos tenha sido igualmente drasticamente afectado no mês de Junho de 2020, tendo sofrido uma quebra de 88,2%, ou seja, representando apenas 11,8% dos proveitos alcançados em 2019.

Dito de outra forma, e para que se entenda de modo claro, suponha-se que um individuo que em Junho do ano passado tenha tido um rendimento ou vencimento de 1.000,00 Euros, no mês de Junho deste ano, teve somente um rendimento ou vencimento de 118,00 Euros!

Os “Números da Crise” recolhidos pelo INE, e publicados pela Pordata, são o espelho da situação devastadora que atravessa o sector turístico.

O impacto no emprego é igualmente significativo, na sua tendência negativa, com um aumento de 35,3% no número de desempregados inscritos no IEF, em Julho de 2020, no sector do alojamento, restauração e similares, face ao número de desempregados registado em Julho de 2019.

Não só, mas também pela relevância e preponderância do sector do turismo no emprego, no cômputo geral, a taxa de desemprego teve um aumento no período homólogo de 1,5%, aumentando de 6,1% em Julho de 2019, para 7,6% em Julho de

2020. Um aumento mais pronunciado em Portugal do que o verificado no conjunto dos 27 países da União Europeia, cujo aumento foi de 0,7%.

As perdas acumuladas, pela diminuta actividade, são significativas e ascendem a 70% relativamente ao período homólogo no primeiro semestre de 2020, face a 2019, com uma redução de proveitos totais de 1.257 milhões de euros, baixando de 1.800 milhões de euros no primeiro semestre de 2019, para apenas 539 milhões de euros no primeiro semestre de 2020.

Em Abril deste ano, cálculos do INE consideravam uma simulação de quebra da actividade turística de 25%, estimando que tal redução anual da actividade turística teria um efeito negativo de 2,9% do PIB anual em Portugal.

Como se constata, a redução da actividade turística em Portugal poderá ser bastante mais pronunciada que o valor considerado na simulação do INE, pelo que a reduzida actividade turística poderá ter um impacto assinalável traduzido numa contracção significativa do PIB anual em Portugal, numa quebra na economia portuguesa de 5,8% a 8,7%, considerando só o efeito provocado pela crise do sector do turismo.

Saliente-se que o PIB de Portugal sofreu uma queda histórica e sem precedentes de 16,5% no segundo trimestre de 2020, face ao segundo trimestre de 2019, superando a queda do PIB registada na Zona Euro, que contraiu 15% em termos homólogos.

Pelo que: Não! Não é bom não termos as filas e as enchentes de sempre! Muitas vezes e tantos contestatários relativamente às filas e enchentes de turistas em muitos locais, como se constata, pelo contrário, o quão bom seria e quão necessitados estamos que estejam de volta, rápido e em força!

Escrito em desacordo ortográfico. ●



experto
centro de explicações

5° ao 12° ano
Ensino Superior

Abertas as inscrições para o ano letivo 2020-2021!

No arranque de mais um ano letivo (segundo as recomendações da DGS), deixamos desde já o compromisso de **dedicação, empenho e profissionalismo** no acompanhamento dos nossos alunos, comprovados nos nossos 18 anos de existência.

Vem conhecer-nos! Vem estudar connosco...

Rua 26 n. °439 R/C, 4500 - 163 Espinho

8114



965 650 974
centro.experto@hotmail.com

necrologia

† Rosa Rodrigues (Gabina)



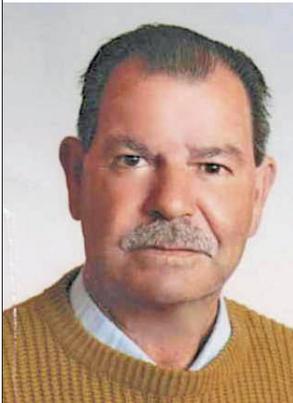
Fas 1 ano que partiste para o céu. Os teus filhos muito te agradecem o empenho que tiveste na educação que transmitistes. Fostes e serás sempre uma mãe querida. Descansa em pas.

Será celebrada missa por sua alma dia, 15 terça-feira, às 19 horas na Igreja Matriz de Espinho.

Manuel Couto – filho
Gilberto Couto – filho
João Miguel Couto – filho
Maria Manuela Couto – filha
Carlos Couto – filho
Genros, noras, netos e bisnetos.

† António Casimiro Oliveira de Sá

AGRADECIMENTO



Rua do Fojo / Anta - Espinho

Sua família vêm por este meio agradecer a todas as pessoas de suas relações e amizade, que tomaram parte no funeral e missa de 7º dia do seu ente querido ou que de outro modo se associaram à sua dor. Desde já agradecem a todos quantos participaram nestas cerimónias.

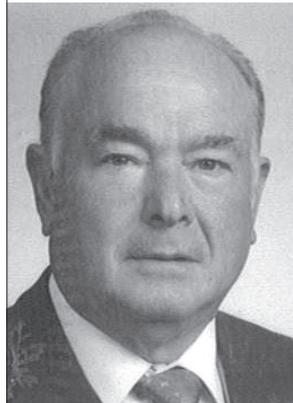
Eternos são aqueles que amamos

Anta, 10 de setembro de 2020

Agência Fun.ª Maria de Lourdes – Anta - Espinho [Tlf. 227340609 – 966225173]

† Manuel Pinto Duarte (Adega Loureiro)

MISSA DO 18º MÊS DO FALECIMENTO



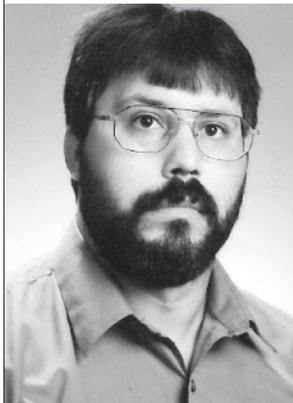
Sua esposa, filhas, genros, netos e demais família, vêm por este meio, participar a todas as pessoas de suas relações e amizade, que na passagem do 18.º mês do falecimento do seu ente querido, será celebrada missa por sua alma, domingo, dia 13, pelas 11 horas na Igreja Paroquial de Silvalde. Antecipadamente agradecem a todos quantos se dignem assistir a esta Eucaristia.

Mª Celeste da Silva Carvalho – esposa
Mª Manuela da Silva Duarte Fonseca – filha
Mª Palmira da Silva Duarte – filha
Mário Fernandes R. Vieira Fonseca – genro
Jorge Emanuel G. Oliveira da Silva – genro
Mário Filipe – neto
Jorge Duarte – neto
João Pedro – neto

Funerária Henriques & M. Otilia – Esmoriz – Telef. 256752774 – Tim. 914096243

† José dos Santos Pinheiro

MISSA DE 9.º ANIVERSÁRIO DO SEU FALECIMENTO



Eu não estou longe, apenas estou do outro lado do caminho...

Recordando-o com muita saudade, sua esposa 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 12, sábado, pelas 19 horas, na Igreja Paroquial de Anta. Desde já agradecem a todos quantos participarem nesta santa eucaristia.

Aldeia Nova – Anta – S. Paio Oleiros
10 de setembro de 2020

† Maria Palmira Gomes da Rocha

AGRADECIMENTO



Rua da Congosta / Anta - Espinho

Sua família vêm por este meio agradecer a todas as pessoas de suas relações e amizade, que tomaram parte no funeral e missa de 7º dia da sua ente querida ou que de outro modo se associaram à sua dor. Desde já agradecem a todos quantos participaram nestas cerimónias.

Eternos são aqueles que amamos

Anta, 10 de setembro de 2020

Agência Fun.ª Maria de Lourdes – Anta - Espinho [Tlf. 227340609 – 966225173]

† Odete Berta da Conceição Brito

MISSA DE 2.º ANO DE FALECIMENTO



"Eu não estou longe, apenas estou do outro lado do caminho"

Recordando-a com muita saudade, seu marido, filhos, noras, genros, netos, bisnetos e restante família, vem por este meio comunicar a todas as pessoas das suas relações e amizades que será celebrada missa por sua alma de 2.º. ano de falecimento por intenção da Sra. Odete Berta da Conceição Brito que faleceu no dia 16-09-2018, será celebrada na próxima quarta feira, dia 16, às 8h na Igreja Paroquial São Tiago de Silvalde. A todos a família, muito sensibilizada, agradece a presença ao ato litúrgico bem como as Vossas orações.

ALMACRISTI - Agenda Funerária, Lda, - Silvalde - Telef. 227 343 392 - Tim. 915 014 404

† Maria da Conceição Oliveira Maia

AGRADECIMENTO E MISSA DE 7.º DIA



Espinho

Sua filha, genro e netas vem agradecer às pessoas que se dignaram a tomar parte no funeral do seu ente querido ou que de outro modo manifestaram pesar. Comunicam que a missa de 7.º dia será celebrada dia 13, domingo, pelas 19 horas, na Igreja Matriz de Espinho, agradecendo a todos quantos participem na Eucaristia.

Espinho, 10 de setembro de 2020

Fun.ª N.ª S.ª D'Ajuda – Sancebas e Luís Alves – Espinho – Servilusa [Tlf. 227345129]

† Maria Nogueira Pinto Soares Couto

AGRADECIMENTO E MISSA 7º DIA



Rua 33 / Anta - Espinho

Sua 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. A Missa de 7º dia será celebrada sábado, dia 12, pelas 19 horas na Igreja Paroquial de Anta. Desde já agradece, muito reconhecidamente a todos quantos se dignem participar.

Eternos são aqueles que amamos

Anta, 10 de setembro de 2020

Agência Fun.ª Maria de Lourdes – Anta - Espinho [Tlf. 227340609 – 966225173]

PROCURA-SE
SENHORA A TEMPO INTEIRO OU PART-TIME PARA TOMAR CONTA DE IDOSA. TAREFAS DOMÉSTICAS E HIGIENE PESSOAL. HORÁRIOS A COMBINAR (ALGUMAS NOITES TAMBÉM).
PARA MAIS INFORMAÇÕES: 966092710 OU +352691233825. ZONA ESPINHO/ANTA.

FARMÁCIAS
Serviço de turnos do concelho de Espinho. Das 24 às 9 horas (só para receitas do dia ou da véspera)

quinta 10	Farmácia Paiva Rua 19, n.º 319 - Espinho	227 340 250
sexta 11	Farmácia Higiene Rua 19, n.º 395 - Espinho	227 340 320
sábado 12	Grande Farmácia Rua 8, n.º 1025 - Espinho	227 340 092
domingo 13	Farmácia Conceição Rua S. Tiago, n.º 701 - Silvalde	227 311 482
segunda 14	Farmácia Mais Rua 19, n.º 1412 - Anta	227 341 409
terça 15	Farmácia Machado Av.ª Central Sul, 1275 - Paramos	227 346 388
quarta 16	Farmácia de Anta Rua Tuna Musical, 907 - Anta	227 341 109

†



HENRIQUE PEREIRA LEITE "CARVALHO"

MISSA DO 5.º ANIVERSÁRIO DE FALECIMENTO

SILVALDE

Sua esposa, filhos, noras, genro, netos e bisnetos vêm, por este meio, comunicar que será celebrada missa por alma do seu ente querido dia 14, segunda-feira, pelas 19 horas, na Capela do Senhor do Calvário – Silvalde. Agradecem desde já a todos quantos participarem.

Silvalde, 10 de setembro de 2020

peças & negócios

COMÉRCIO LOCAL

Ostra Congelados: era de mudança e renovação de uma casa com mais de 30 anos

ESTÁ ABERTA AO PÚBLICO HÁ MAIS DE TRÊS DÉCADAS E AGORA, COM NOVA GERÊNCIA, A APOSTA ASSENTA NA RENOVAÇÃO. EM ESPINHÓ É UMA DAS LOJAS MAIS PROCURADAS DO COMÉRCIO LOCAL, ONDE O ATENDIMENTO PERSONALIZADO É UM DOS MOTIVOS DE DIFERENCIAÇÃO.

LISANDRA VALQUARESMA

EXISTE HÁ MAIS de 30 anos. Esteve inicialmente na Rua 21, mas fixou-se, anos mais tarde, na Rua 18. Começou por pertencer a uma sociedade, mas hoje está nas mãos de Bruno Guimarães e Adriana Santos. A passagem aconteceu há dois anos quando o antigo proprietário tomou a decisão de encerrar a loja. Adriana era a funcionária desde o começo e nunca teve outra atividade. Bruno Guimarães, hoje com 37 anos, cresceu a ver a mãe, Adriana, a trabalhar na loja. Depois de seis anos no estrangeiro, voltou a Espinho para não deixar o negócio morrer.

“Eu acompanho isto desde os meus três anos. A minha mãe sempre trabalhou aqui e, quando me disse que a loja ia fechar, decidi voltar a Portugal e à minha cidade para dar continuidade ao trabalho dela. Tive pena e além disso a minha mãe não está ainda na idade de deixar de trabalhar”, conta Bruno, hoje o atual proprietário.

Quando assumiu a gestão do espaço, Bruno Guimarães quis “tentar dinamizar um pouco a imagem da empresa que estava adormecida”, bem como marcar presença nas redes sociais e “chamar a atenção de clientes novos”. Para além disso, houve a preocupação de “implementar uma gama de diferentes produtos”, a pensar numa parte de clientes mais jovem.

“Quis trazer uma gama mais versátil de produtos, principalmente para a juventude que agora não tem tempo para, por exemplo, arranjar o peixe. Temos filetes que em 10 minutos dá para ter uma refeição pronta. Agora temos vinho, um pouco mais



©SARA FERREIRA



direcionado para os homens que antigamente ficavam à porta e hoje já acompanham a esposa nas compras. Eu e a minha mãe quisemos chamar novos clientes aqui à loja, mas queremos manter a qualidade dos produtos que a Ostra sempre habituou os seus clientes, até porque a matriz deste negócio sempre foi essa, a da aposta na qualidade”, explica Bruno Guimarães.

A abertura de vários supermercados em Espinho prejudicou o negócio. Na opinião do atual proprietário da Ostra Congelados, “as pessoas procuram o mais prático possível. Num dia de chuva preferem ir a uma grande superfície, guardam o carro no estacionamento, fazem lá todas as suas compras. Acho que é desta forma que as pessoas pensam. Eu também sou consumidor e penso naquilo que me dá mais jeito. Nós, o comércio local, acabamos por ser mais prejudicados, mas estamos agarrados a uma coisa que nos distingue das grandes superfícies que é o atendimento.”

E é neste campo diferenciador que está Adriana Santos. Com mais de 30 anos de experiência sabe que, por vezes, estar atrás de um balcão

é muito mais do que simplesmente vender produtos. “Já são muitos anos aqui e sinceramente não me imagino a fazer outra coisa. Esta é a minha área, dá trabalho, mas eu gosto. Às vezes acabo por ter que dar mais atenção a alguns clientes. Noto que estão mais em baixo, que querem desabafar, mas sei que isso faz parte”, conta a funcionária. Na visão de Bruno, o atendimento personalizado é um fator “muito importante” e que os diferencia dos supermercados. “Aqui temos uma política de proximidade com o nosso cliente, nós temos vários exemplos de pessoas que nos procuram porque, para além do produto de qualidade, têm um atendimento de excelência. Há pessoas que entram aqui e nem sequer sabem o que vão cozinhar. Às vezes procuram uma opinião, quer minha quer da minha mãe. Há aqui uma interação muito importante e isto acaba por fidelizar os clientes.” Para além disso, mãe e filho que hoje estão à frente do negócio sentem-se felizes quando “há clientes de outros locais que procuram a Ostra Congelados.” Segundo Bruno Guimarães, “há pessoas de Santa Maria da Feira, Grijó,

Santa Maria de Lamas e de outros sítios que procuram esta loja.” Confessando que se trata de um motivo de grande satisfação, o proprietário realça a ambição de conseguir chegar a novos clientes, mas sem nunca perder os que os acompanham há muitos anos.

A pandemia que afetou e continua a afetar a vida das empresas, acabou por se revelar positiva na procura pela loja. “A pandemia acabou por ser boa para nós no sentido em que conseguimos atrair novos clientes. O nosso negócio é considerado um bem de primeira necessidade, nós nunca encerrámos e acabámos por ter clientes novos, muito pela dificuldade que se sentiu nas grandes superfícies. Tivemos uma percentagem desses novos clientes que continuaram e conseguimos manter os que estavam connosco, o que eu acho que é muito importante. Neste momento, estamos num equilíbrio a nível financeiro e sabemos que o crescimento é feito aos poucos”, afirma Bruno Guimarães, contando que o objetivo é fazer com que o negócio dure muitos mais anos. •



“

Eu gosto de trabalhar aqui, sempre gostei. Aprecio muito a proximidade que tenho com os clientes desde o início e agora quero que isto continue e dure muitos mais anos.”

Adriana Santos



“Se nós vendermos sempre os mesmos produtos, vai chegar a um ponto em que os clientes chegam aqui e dizem que é sempre a mesma coisa. E quando fiquei com a empresa essa foi a grande tarefa e o meu foco. Não é fácil manter um negócio destes quando há tanta concorrência, mas quando se trabalha com muita dedicação, quando somos apaixonados por aquilo que fazemos tudo se consegue.” - Bruno Guimarães

defesa-ataque

O MENINO DE GUETIM QUE CHEGOU A TREINADOR DO SC ESPINHO

“O que mais quero neste momento é ficar na história do SC Espinho”

JOÃO FERREIRA NASCEU EM GUETIM E SEMPRE TEVE O SONHO DE PODER VIR A SER TREINADOR DE UMA EQUIPA SÉNIOR DE FUTEBOL.

Começou o seu percurso na sua aldeia, na AD Guetim, clube que considera ter sido um ‘laboratório’ para a sua carreira. Esteve na Arábia Saudita e, na época passada, foi escolhido para liderar a equipa do SC Espinho, realizando um percurso notável, tendo sido interrompido pela pandemia. Aos 37 anos, João Ferreira, não se esquecendo das suas origens, quer levar os tigres ao futebol profissional.

MANUEL PROENÇA

Do que melhor se recorda do futebol dos seus tempos de criança?

Cheguei a jogar ténis no Complexo de Ténis de Espinho e ‘pratiquei’, durante algumas semanas, voleibol na Académica de Espinho. Contudo, a minha vontade e ambição era ir para o futebol. No meu grupo de amigos eu até jogava bem e, por isso, fui para o SC Espinho. O meu treinador era o Fonseca. Nessa equipa, apenas chegou a jogador profissional o Ricardo Correia. Mas esse foi um ano que até joguei muitos jogos, a extremo-direito. Na época seguinte, ainda iniciei a pré-temporada, mas quando chegaram os horários da escola, tornou-se muito difícil conciliar a prática do futebol. Por isso, deixei de jogar. Passados alguns anos fui para a AD Guetim onde tinha alguns dos meus amigos. Foi nesse clube que comecei o meu percurso como treinador.

Que significado teve e que contributo deu o futebol popular à sua vida como treinador?

Comecei a minha carreira de treinador no escalão mais baixo do futebol popular (3.ª Divisão). Era aí que a AD Guetim estava quando me iniciei como treinador. Esses foram os meus melhores anos porque estudava na Faculdade de Desporto e acabei por tirar muito proveito em termos de aprendizagem. Foi na AD Guetim que pude aplicar algumas das minhas ideias como treinador de futebol e, por isso, o clube, acabou por ser para mim uma espécie de ‘laboratório’. Aproveitei, ao limite, o

tempo que lá estive (três anos), ‘desnudei-me’ com os jogadores porque era, afinal, aquilo que eu mais queria fazer. Subimos até à 1.ª Divisão no futebol popular em três fantásticas épocas. Foram estes anos, os resultados e estas pessoas que me fizeram acreditar, definitivamente, que eu poderia ser treinador e foi lá que fiz a minhas primeiras asneiras.

No futebol federado teve um percurso como treinador adjunto e como preparador físico...

Quando saí da AD Guetim fui treinar a equipa de juvenis B do Maia Lidador. Foi o passo que consegui dar porque não tinha contactos com empresários, como aliás nunca tive! Foi através de um amigo que conhecia o coordenador daquele clube. Tive uma experiência muito curta no U. Lamas como preparador físico da equipa sénior, mas saí porque não me revia em algumas coisas que lá se passaram. Acabei por regressar ao futebol popular, aos Leões Bairristas, que era o clube mais titulado. Não queria estar parado e queria estar a treinar seniores para me testar a mim próprio, num nível diferente, com mais exigência. Fui muito bem tratado. Ganhámos a Supertaça e quando saí, para ir para a Arábia Saudita, os Leões estavam em primeiro lugar. Quando regresssei a Portugal, fui treinar os sub19 do Espinho. Quando saí do SC Espinho queria muito voltar a treinar seniores porque não pretendia ser ‘catalogado’ como treinador de formação. Mas voltei a sentir dificuldades em entrar numa equipa e, quase



por milagre, surgiu a possibilidade do Levensense. Fui a uma entrevista, com mais dois candidatos e acabei por ser escolhido. Foi outro ano que acabou por ser uma incrível lição para mim. Tivemos imensos jogadores à experiência na pré-época e perdíamos todos os jogos! No Campeonato, em 30 jornadas, só à 26.ª é que perdemos! O Levensense subiu à 2.ª Divisão Distrital. Nesse verão fui convidado pelos D. Sandinenses, que era um clube com outra notoriedade e outras condições de trabalho. Saí, por opção própria, à 18.ª jornada quando estávamos em terceiro lugar. No ano seguinte, na sexta jornada, o Avintes formulou-me o convite para treinar a equipa. Tínhamos, apenas, quatro pontos e acabámos por fazer uma época extraordinária, acabando em terceiro, a dois pontos do primeiro lugar. Na época seguinte, surgiu o SC Espinho.

Como foi o tempo em que esteve na Arábia Saudita?

Se fosse hoje iria desfrutar mais dessa minha passagem pela Arábia Saudita, não em termos sociais porque durante o tempo que lá estive até

me interessei muito pelos jogadores árabes e pela sua cultura. Mas do ponto de vista desportivo, tinha menos maturidade e alguma arrogância própria de quem sai da Faculdade e pensa que já sabe tudo. Nunca questione a liderança, mas não gostava e não concordava com tudo o que se fazia. Penso que poderia ter tirado mais proveito, mesmo dessas tais coisas que não gostava. Acabei por sentir falta disso mais à frente. Não aprendi o que poderia ter aprendido no tempo certo. Poderia ter tido outra serenidade.

O SC Espinho foi sempre o seu grande objetivo e a sua paixão?

O SC Espinho nunca foi um objetivo como nunca foi meu objetivo treinar, especificamente, algum clube. Comecei a querer ser treinador aos 21 anos. Chegar ao SC Espinho era algo que estaria muito acima das minhas possibilidades. Porém, quando cheguei a treinador dos sub19, num ou noutro momento acalentei essa esperança de chegar aos seniores. Pensei que alguém que estivesse a um nível superior se lembrasse do treinador dos sub19! O clube passava

“

A questão do estádio é crucial para a continuidade do SC Espinho. O clube precisa muito de ter uma casa própria e a cidade também precisa ter um estádio.”

por dificuldades e penso que poderia ter sido uma solução. Estive, durante três meses, como treinador adjunto, mas acabei por abdicar por razões pessoais e profissionais. Por outro lado, sentia que algumas vezes era inútil pelo tempo que gastava nos seniores! Para manter a minha sanidade mental, a minha vida pessoal e profissional, era aquilo que tinha de abdicar.



João Miguel de Castro Ferreira
37 anos
Natural de Guetim
Casado
Pai de dois filhos

E quando o convidaram para liderar a equipa sénior substituindo Rui Quinta?!

Sempre soube que a minha chegada à equipa sénior do SC Espinho seria um grande orgulho e que, ao mesmo tempo, era perigoso para a minha carreira que estava no início. Se eu não ganhasse aquele desafio, provavelmente nunca iria ter outra oportunidade para treinar nesta divisão e, eventualmente, vir a treinar noutras. Isso seria um passo atrás.

Estou consciente de que quem vinha substituir o Rui Quinta após duas épocas em grande do SC Espinho, teria um trabalho hercúleo. As ambições mantinham-se, as expectativas sociais eram as mesmas mas o treinador e o plantel eram diferentes. Por isso, sei que se as coisas não resultassem, a grande responsabilidade recairia sobre o treinador. Mesmo durante os momentos difíceis preparei-me e fui capaz de manter, durante a maior parte do tempo, a lucidez. Tivemos alguns empates no início da época, levamos com assobios e isso mexeu connosco. Tenho de estar muito grato à direção do clube e a todo o staff porque sempre nos envolveram e sempre nos deram conforto, estabilidade e espaço para trabalhar. Foram muito nossos amigos e foram capazes de perceber que o treinador João Ferreira chegou à equipa sem ter um estatuto. Tenho de estar muito grato, também, à amizade que os jogadores tiveram por mim. Chegámos ao terceiro lugar, mesmo depois de momentos muito difíceis e sentíamos que estávamos com muita força para nas nove jornadas derradeiras atingirmos um dos dois primeiros lugares.

Na Taça de Portugal, o percurso também foi interessante!...

Há muitos anos que o SC Espinho não fazia um percurso como o que fez na época passada. Eliminámos duas equipas da nossa divisão (Castro D'Aire e Arouca) e duas da 2.ª Liga. E não passamos em Paços de Ferreira pelas circunstâncias muito difíceis com que deparámos! Foi um percurso que me encheu de orgulho.



Hoje estou no maior clube da cidade e num clube histórico no futebol nacional o que me enche de orgulho a mim e a toda a minha família. O menino da aldeia (Guetim) chegou ao topo!"

Aliás, participar numa eliminatória da Taça de Portugal era um dos meus sonhos.

A sua família compreende esta sua vida de treinador, pois retira-lhe muito tempo?

A minha família compreende esta minha paixão. Não tenho ninguém envolvido no futebol e no desporto, à exceção da minha mulher que praticou natação. Hoje a minha família compreende melhor do que há uns anos atrás porque também percebe que as coisas estão a acontecer. Eu sempre fui muito exigente no futebol e sempre o quis muito. Fui muito persistente e, por isso, sempre fui capaz de superar as expectativas iniciais. A minha família fica muito contente com o meu percurso e tem orgulho naquilo que vou fazendo. Estou no maior clube da cidade e num clube histórico no futebol nacional, o que me enche de orgulho e a toda a minha família. O menino da aldeia (Guetim) chegou ao topo!

O seu pai, como seu patrão, é compreensivo consigo?

Claro que sim! Por exemplo, tive de sair às 16 horas para o treino e se tivesse outro patrão não sei se o conseguiria! Ele é exigente, mas sabe que sou cumpridor, que quero que a empresa prospere e que tenha resultados. Mas todas as semanas forneço-lhe um mapa com o meu horário.

Faço o meu trabalho na empresa com gosto e dedicação.

Durante anos esteve ligado ao grupo de jovens da Paróquia de Guetim...

Fui convidado por uma senhora de Guetim para fazer parte da Juventude Alegria de Maria (JAM). Gostei muito dos anos que lá estive, que atravessaram a minha adolescência e o início da fase de adulto e de casado. Foi um grande período da minha vida. Partilhámos momentos muito bons e foi um complemento na minha formação religiosa, da minha pessoa, identidade e de algumas coisas que acredito. Influenciou diretamente a minha forma de estar na vida.

Também tem dotes para a música...

A música e a guitarra fizeram parte de um episódio muito pequeno da minha vida. Quando regresssei da Arábia Saudita queria ter alguma ocupação enquanto estava à espera de uma oportunidade no futebol profissional. Foi nesse período que decidi aprender a tocar guitarra. Trata-se de um instrumento muito fácil de transportar e de a partir dele termos gente à nossa volta, em alegria, a cantar e a partilhar momentos interessantes. Tinha a expectativa de que tendo a guitarra poderia produzir momentos desses, mas foi um período curto. Na altura aprendi a tocar uma ou duas músicas mas hoje já não me recordo de nada!

Ainda tem tempo para estar com os seus amigos?

Não tanto quanto gostaria, sobretudo devido a esta pandemia. Contudo, a minha vida é, fundamentalmente, de trabalho, futebol e casa com a minha mulher e os meus dois filhos, com os meus pais e os meus sogros. Curiosamente, no último fim-de-semana antes de estalar a pandemia estivemos em convívio com elementos do SC Espinho. Tenho pena que não se tenha podido reproduzir mais vezes.

Sendo o SC Espinho um reconhecido clube que serve de trampolim para muitos dos treinadores, até onde pretende chegar?

Não tenho nenhum plano delineado

sobre clubes que pretenda vir a treinar. Estou muito focado no presente e de que só isso me poderá levar a outros caminhos. Foi sempre assim que levei a minha carreira no futebol. Nunca tive ninguém que me tenha ajudado a estar no futebol. Acredito que ou se tem resultados ou não se consegue nada. Sou muito focado naquilo que controlo e o que mais quero neste momento é ficar na história do SC Espinho, juntamente com a minha equipa técnica, jogadores, staff e a direção do clube. Queremos subir o SC Espinho do Campeonato de Portugal à 2.ª Liga. Quero chegar aos campeonatos profissionais mas a minha maior ambição é meter lá o Espinho. Quero estar vinculado a esta ambição. Quero que este ano seja o ano do Espinho.

Como cidadão espinhense vive ansiosamente à espera do estádio municipal?

A questão do estádio é crucial para a continuidade do SC Espinho. O clube precisa muito de ter uma casa própria e a cidade também precisa ter um estádio. Percorremos o país e vemos estádios por todo o lado e a cidade de Espinho não tem um! Precisamos de mobilizar mais pessoas. O Espinho precisa muito da cidade, mas a cidade também precisa muito de um clube forte, capaz de mobilizar multidões e de atrair pessoas ao nosso concelho. Os nossos adeptos precisam saber que estão a pisar terreno espinhense para os motivar cada vez mais e para que possam estar, cada vez mais, presentes. No ano passado assistimos a espetáculos fantásticos da nossa massa adepta, quer em 'casa', quer fora. Mas queremos mais e ter o nosso campo onde poderemos ter as nossas bolas, o equipamento..., o nosso espaço de convívio e para podermos partilhar momentos uns com os outros. O clube e a cidade precisam disto, urgentemente. Um dos meus sonhos é poder ver a cidade 'dentro' do novo estádio.

Qual a mensagem que gostaria de deixar aos jovens praticantes de futebol?

Desfrutem e tenham paixão pelos

treinos. O que os jovens controlam é a qualidade da participação nos treinos. Por isso, entreguem-se ao máximo porque isso irá trazer evolução, momentos de prazer e o reconhecimento das pessoas. E se chegarem ao fim-de-semana e não forem os escolhidos, persistam porque a vida é um caminho de persistência e muitas as vezes as oportunidades não calham aos melhores, mas aos que estão disponíveis. O prazer de jogar não existe só no jogo, mas no treino onde também há competição. •



Percurso no futebol

- AD Guetim (2003/2004)
- U. Lamas (2008/2009, preparador físico)
- Leões Bairristas (2009/2010)
- Al Raed (2010/2012, preparador físico)
- SC Espinho (2012/2015, treinador juniores A, com uma época a treinador adjunto)
- Leverense (2015/2016)
- Dragões Sandinenses (2016/2017)
- Avintes (2017/2019)
- SC Espinho (2019/2020)

CLÍNICA MÉDICA DENTÁRIA
Dra. Rosa Neves

Clinica Geral com Ortodontia Fixa, Invisível e Implantes

Cheque-Dentista até aos 18 anos

Agora com serviço de Fisioterapia e Osteoetiopatia

CENTRO DE TERAPIA MANUAL
FILIPE RAMOS

Rua 29, n.º 696
227 340 116 | 914 961 367

GRANDE FARMÁCIA

RUA 8, N.º 1025 ESPINHO

VISITE-NOS!!!

Clínica Pacheco
DR. JORGE PACHECO

Clínica Dentária de Reabilitação Oral

IMPLANTOLOGIA (ALL ON 4) · CIRURGIA ORAL · ESTÉTICA DENTÁRIA
REABILITAÇÃO ORAL · ORTODONTIA (TB INVISALIGN)

Cheque-Dentista | EDP | SAMS | SAMS Quadros | Saúde Prime
Victoria Seguros | Future | Healthcare | Salvador Caetano

Rua 8, n.º 381 Espinho | 227 342 718 / 929 074 937
clinicajorgepacheco@net.novis.pt

defesa-ataque

CAMPEONATO NACIONAL DE CLUBES SOLVERDE



Oporto Golf Club sagra-se campeão

AO FIM DE QUATRO ANOS, O OPORTO GOLF CLUB (OGC) CONQUISTOU, ESTE FIM-DE-SEMANA, O TÍTULO DE CAMPEÃO NACIONAL DE CLUBES, NO MORGADO GOLF COURSE, EM PORTIMÃO, NUM TORNEIO QUE CONTOU COM A PARTICIPAÇÃO HISTÓRICA DE 25 CLUBES.

VASCO MANUEL Carreira Alves, Afonso Girão, João Girão e Pedro Maria Sousa Machado totalizaram 645 pancadas (-12), uma pancada de vantagem sobre a equipa de Miramar, segunda classificada, que terminou com um agregado de 646 pancadas.

As expectativas eram muitas para a última volta ao percurso algarvio (Par 73), com o CG Miramar, líder ao final da segunda ronda, com

uma vantagem de três 'shots', e o mais direto rival, OGC em disputa acesa pela conquista do 57.º título do Campeonato Nacional de Clubes – Solverde. E, como por uma pancada se ganha e por uma pancada se perde, foi precisamente o que aconteceu no Morgado Golf Course.

O OGC totalizou, no cômputo das três voltas de 18 buracos de 'stroke play', 645 pancadas (215+216+214), 12 abaixo

do Par, e ganhou a Taça Visconde Pereira Machado pela vantagem mínima sobre o CG Miramar, que agregou 646 'shots' (218+210+218).

O Oporto GC beneficiou do experiente e consistente desempenho de Vasco Manuel Carreira Alves (68+68+70), Afonso Girão (72+73+70) e de João Girão (75+75+74) para voltar a erguer o troféu, após a última vitória em 2016.

"Foi um dia de nervos até ao último momento e acabou por ser um 'match-play' com Miramar. Mas a nossa equipa estava confiante e conta com três jogadores muito experientes, jogadores de seleção (Vasco Alves, João Girão e Afonso Girão). Estávamos à

espera que eles não cedessem à pressão nos momentos decisivos e eles estiveram ao seu melhor nível", explicou o capitão do OGC, Luís Miguel Montenegro.

"Foi para isto que trabalhamos. Após a pandemia, os nossos jogadores trabalharam arduamente, inclusive durante todo o mês de agosto, para tentarmos concretizar o nosso objetivo para este ano, que era ganhar o Campeonato Nacional de Clubes – Solverde. Por isso, estão todos de parabéns", concluiu Luís Miguel Montenegro, que levou a oitava Taça Visconde Pereira Machado para as galerias do mais antigo clube de golfe da Península Ibérica. • MP

OPORTO GOLF CLUB ACADEMY

Jovens espinhenses conquistam títulos nacionais

Os jogadores do Oporto Golf Club Academy (OGCA), **Diogo Mealha (sub18)**, **Alberto Costa Marques (sub16)** e **Francisca Rocha (sub14)** conquistaram o título de campeão nacional, numa prova disputada no Estela Golf Club, na Póvoa de Varzim que contou com mais de 130 golfistas. **Pedro Afonso Freitas (sub16 masculino)**, alcançou a segunda posição e **Rita Costa Marques**, vestindo pela primeira vez as cores do OGC, ficou em 3.º lugar em sub18.

DIOGO MEALHA, dominou por completo os sub18 e fechou as três voltas com um agregado de 223 pancadas (77+70+76), sete acima do Par do campo, para conquistar o título com folgados 17 'shots' de vantagem sobre o vice-campeão. Nos sub16, Alberto Costa Marques (OGC) não deixou créditos por mãos alheias e, na derradeira oportunidade, conseguiu a sua melhor exibição do torneio, ultrapassando o colega de clube Pedro Afonso Freitas, líder desde a primeira jornada. Com um agregado de 234

pancadas (79+78+77), Alberto Costa Marques é o novo campeão nacional, enquanto Pedro Afonso Freitas (78+78+82) ficou em segundo.

Francisca Rocha (OGCA), com uma performance sempre em crescendo, terminou o torneio com 262 pancadas (92+88+82) e alcançou o título máximo em disputa. Destaque, ainda, para Afonso Moreira (sub14), que arrecadou o 5.º lugar e para Pedro Sousa Machado (sub16) que fez a melhor volta do torneio do escalão e subiu ao 4.º lugar.

Miguel Valença, treinador

da OGCA não escondeu a sua felicidade com a vitória dos seus jovens golfistas: "Partimos para esta prova com o objetivo de ganhar em alguns escalões o que acabou por se traduzir em campo ao conseguirmos alcançar os títulos nacionais. Alcançamos três campeonatos nacionais e um vice-campeão, o que foi muito bom", explicou Miguel Valença.

E concluiu: "Estes resultados foram muito importantes para o clube que iniciou um projeto há cerca de um ano." • MP



Morreu Dito

FUTEBOL. Morreu Dito (Eduardo Mendes), antigo jogador do SC Espinho (1992/1993), Benfica, FC Porto, SC Braga e da seleção nacional, vítima de ataque cardíaco. Atualmente desempenhava funções de diretor técnico do Gil Vicente.

Na passada semana, Dito sentiu-se mal quando viajava de automóvel para o estágio que a equipa de Barcelos estava a realizar em Melgaço. Foi assistido pelos médicos daquela equipa no local e transportado para o hospital de Monção, vindo a falecer.

Dito nasceu em Barcelos em 18 de janeiro de 1962 e foi 17 vezes internacional. Jogou no Gil Vicente, SC Braga, Benfica, FC Porto, V. Setúbal, SC Espinho (sob o comando de Quinito), Torreense e Ovarense, entre 1975 e 1996. •

Tigres recebem Anadia na primeira jornada da Série D

A EQUIPA DE FUTEBOL do SC Espinho ficou na Série D do Campeonato de Portugal e irá ter como adversários o Lourosa, Sanjoanense, Lusitano Vildemoinhos, Vila Cortez Mondego, Anadia, Beira Mar, Valadares Gaia, Castro Daire, Canelas 2010, Águeda e S. João de Ver. Os tigres irão receber, na primeira jornada a 20 de setembro, o Anadia, no Estádio Marques da Silva, em Ovar. Na segunda jornada (4 de outubro), a equipa espinhense desloca-se a Valadares para defrontar os locais e no dia 18 de outubro recebe o Canelas 2010.

Os jogos seguintes (primeira volta) são o Águeda-SC Espinho (25 de outubro), SC Espinho-Sanjoanense (1 de novembro), Vila Cortez Mondego (8 de novembro), SC Espinho-Beira Mar (29 de novembro), Castro Daire-SC Espinho (6 de dezembro), S. João de Ver-SC Espinho (20 de dezembro), SC Espinho-Lourosa (3 de janeiro) e Lusitano Vildemoinhos-SC Espinho (10 de janeiro). •

Novasemente campeão nacional e sobe à 1.ª Divisão

BADMINTON. A equipa de badminton do Novasemente GD sagrou-se campeã nacional da 2.ª Divisão e alcançou a subida ao principal escalão da modalidade em seniores. Os antenses derrotaram na final da Final-4 da Liga de Clubes o SC Braga, por 3-0.

A equipa do Novasemente começou por derrotar a Académica de Espinho, por 3-2, no primeiro dia da prova e cedeu ante a equipa das Caldas da Rainha, MVD, por 2-3. Os antenses conseguiram, no entanto, o quarto lugar na fase de grupos ao bater a equipa da cidade dos arcebispos por 3-2. No domingo, Novasemente e Académica de Espinho reencontraram-se na meia-final, com os sementinhas a levarem, novamente, de vencida os academistas, por 3-2, acedendo, desse modo, à final onde bateram o SC Braga por 3-0. •

OFF. BOM FIM DE SEMANA



Aldeias do xisto no alto da Lousã

HÁ UMA OFERTA DIVERSIFICADA QUE ABRANGE AS ALDEIAS DO XISTO NA LOUSÃ, COM PERCURSOS PEDESTRES, PRAIAS FLUVIAIS, CIRCUITOS DE BTT, TRAIL E DOWNHILL, CASTELO, MUSEUS, CENTRO HISTÓRICO E CASAS BRASONADAS. E TAMBÉM GASTRONOMIA MUITO RICA, SEJA NA VILA (DO DISTRITO DE COIMBRA) OU SERRA ACIMA!

LÚCIO ALBERTO

A SERRA DA LOUSÃ é um território único de biodiversidade que abrange os concelhos da Lousã e de Miranda do Corvo, Góis, Figueiró dos Vinhos e Castanheira de Pera. As aldeias do xisto que a serra da Lousã “guarda” nas suas encostas inóspitas são Aígra Nova e Aígra Velha, Candal, Casal de São Simão, Casal Novo, Cerdeira, Chiqueiro, Comareira, Ferraria de São João, Gondramaz, Pena e Talasnal.

dia 1 **A SEXTA-FEIRA** é mais recomendada para uma visita sossegada à aldeia de Talasnal, porque nos dias de sábado e de domingo é um corropio de visitantes vindos de todo o país e também do estrangeiro. Talasnal é a mais famosa das aldeias do xisto da serra da Lousã. Há restaurantes e cafés, uma loja e múltiplas opções de alojamento, correspondendo à elevada atração de turistas que se embrenham nas ruelas de xisto. O lagar já está desativado, mas da fonte ainda cai água no tanque junto à eira de cima e a outra eira fica num patamar mais abaixo e com vista para a vila e o castelo. Muitas casas foram reconstruídas com a tradicional pedra de xisto. O restaurante “Ti Lena” é uma referência para quem visita Talasnal, onde a loja da Activar – Associação de Cooperação da Lousã, localizada na eira principal da aldeia, comercializa

produtos regionais. Mas sobejam espaços de venda de doçaria e, sobretudo, licores, castanha e mel!

O leitor também terá a oportunidade de visitar a aldeia de Casal Novo, que fica numa encosta de declive acentuado, com as casas construídas em ruelas íngremes, mas fotogénicas. Da eira da aldeia também é possível observar a vila e o castelo.

A exemplo de Talasnal, é possível pernoitar na aldeia de Casal Novo, sendo aconselhável a quem procurar total isolamento.

dia 2 **APROVEITE A MANHÃ DE SÁBADO** para contemplar o Castelo de Arouce, mais conhecido por Castelo da Lousã. Trata-se de pequeno castelo, junto à estrada que liga o centro da vila à aldeia de Candal, com muralhas em alvenaria de xisto. Quando o leitor avistar o castelo logo constatará que não foi edificado num local altaneiro, mas no topo de um monte escarpado na margem direita do rio Arouce, ficando à escala da serra.

O leitor, eventualmente acompanhado de familiares e/ou amigos, terá de atravessar a estrada e descer um inclinado acesso à praia fluvial de Nossa Senhora da Piedade, envolta em frondosa vegetação, com o restaurante “O Burgo” na margem esquerda e o Castelo da Lousã e o Santuário de Nossa Senhora da Piedade nas proximidades. O local serve de referência para se encetar alguns dos trilhos mais calcorreiros da serra, com o retorno à praia fluvial a afigurar-se convidativo para um banho retemperador de uma caminhada, por exemplo, no trilho da Levada.

O miradouro de Nossa Senhora da Piedade suscitará ao leitor rumo às aldeias do xisto e, preferencialmente de carro, suba a Estrada Nacional que liga Lousã a Castanheira de Pera para visitar a aldeia de Candal.

Eis uma oportunidade para observar as zonas comunitárias da piscina com as águas da ribeira do Candal, as ruelas e o casario da aldeia, o miradouro, o chafariz, a cascata e os bosques com veados e javalis.

Visite ainda a aldeia de Cerdeira com o casa-

rio de xisto alinhado encosta abaixo. É uma aldeia pequena, mas que nos conduz ao passado de campos cultivados, acrescentando detalhes decorativos. Cerdeira é um cenário de criatividade, ou não fosse a aldeia das artes (com o projeto Cerdeira – Home for Creativity) em plena tranquilidade (de quase total silêncio).

dia 3 **A ALDEIA DE CHIQUEIRO** poderá ser uma opção para a manhã de domingo, com a possibilidade de se avistar rebanhos de ovelhas e cabras próximo de um aglomerado de algumas casas de xisto reconstruídas e muitas em ruínas.

Entre as inúmeras espécies de seres vivos, nas zonas laterais do caminho principal e único rodoviário naquela zona da serra, destacam-se o veado, o javali e a víbora-cornuda, uma das poucas serpentes venenosas existentes em Portugal.

E se ainda lhe sobrar tempo aprecie a praia fluvial da Bogueira, em Casal de Ermiol, no percurso do rio Ceira. •



Castelo de Arouce

Existe uma lenda que situa o castelo ainda no período romano: “Foi mandado construir pelo Rei de Conímbriga, Arunce, como local de abrigo para onde pudesse fugir em caso de ataque à cidade – e nada mais estratégico que um local escondido e inesperado no meio da serra da Lousã. Certo dia, aquando de uma invasão a Conímbriga organizada pelo príncipe cristão Lausus, o rei parte para o castelo, levando consigo a sua filha Peralta, que durante a fuga se enamora do príncipe Lausus. A história acabaria por não ter um final feliz, com a morte de Arunce e Lausus, e Peralta chorando-os, isolada no castelo.”



Fábrica do Licor Beirão

conhecido como “O Licor de Portugal”, foi criado no século XIX, por um caixeiro-viajante de vinhos do Porto que por amor se fixou na Lousã



OFF.



“The Four New Dock’s” é a nova banda de António Pinto de Oliveira

“The Four New Dock’s” é a nova versão da banda que António Pinto de Oliveira (de raízes guetinenses) dinamiza, nos intervalos do exercício de Medicina (Ortopedia e outras valências) e da atividade nos corpos diretivos do Rotary de Espinho.

LÚCIO ALBERTO

A SEGUIR ÀS BANDAS “Doc’s and Company” (2012), “Dock’s” e “New Dock’s”, “após algum compasso de espera”, eis que surge a banda “The Four New Dock’s”, em abril de 2019. A banda é agora integrada por António Pinto de Oliveira (viola ritmo e vocalista), Guilherme Carmelo (guitarrista e diretor musical), Constantino Lopes (baixista) e Daniel Cordeiro (percussionista digital, clarinete e saxofone).

“Houve mudança de músicos, tendo entrado o Constantino (após curta passagem como guitarrista-ritmo nos New Dock’s) e o Daniel (este pela primeira vez)”, dá nota António Pinto de Oliveira. “E com isso o restauro e a readaptação das nossas músicas mais antigas, com ritmos mais modernos e adaptados às novas condições da banda. Um estilo liberal, mas sempre ao jeito do nosso diretor musical, e ensaios num estúdio do Porto, sempre que possível às quartas-feiras, das 21h30 à meia-noite.”

Muitos anos passaram desde 1966/67 até 2020. É uma longa história de Pinto de Oliveira. E com pequenas-grandes histórias. “A minha primeira banda/grupo musical (e do meu irmão Joaquim) denominada ‘Os Diabólicos’, em Luanda, surgiu em 1966/67. Foi um grupo de performances de palco, mas sobretudo de bailes privados (casamentos, aniversários, outras reuniões festivas e desportivas, e ainda atuações/concursos em palco muito em voga nesses tempos), e que durou cerca de ano e meio. Nos



As coisas agora na ‘rentrée pós-Covid; estão a avançar muito bem. Voltamos aos ensaios há cerca de dois meses!’

últimos meses com a integração de uma teclista (órgão) que muito útil foi à nossa banda. A maior história desta banda, que recorro sem mágoa, porque foi um grupo fantástico, pois sem termos conhecimentos musicais, mas apenas ‘bom ouvido’ e uma vontade férrea e enorme capacidade de vencer, é que já me encontrava na Faculdade de Medicina. E nesse ano fiz exame a apenas a duas disciplinas com duas notas finais de ‘10’! Portanto, fatalmente a banda teria que terminar, porque quase me tornei um músico com imensas festas e atuações (ganhava-se muito dinheiro com a música nesses tempos), e sinceramente quase não estudava. Foi uma banda que apareceu a seguir aos Rock’s do falecido Eduardo Nascimento, e que chegou em muito pouco tempo a ser considerada como a melhor Banda de Angola (exagero!).”

Entretanto, a criação de uma nova banda musical impunha-se recentemente para compensar as cansaças

profissionais, e dar azo a uma liberdade... “Alguns elementos não queriam progredir em termos de mais amostragem pública e espetáculos, pois gostavam muito de ter uma banda de garagem, e isso não me agradava mesmo nada. E foi assim que após um pequeno interregno, eu levei à criação da atual banda musical. Apenas a atual pandemia nos incomodou e interrompeu por algum tempo, e de que maneira! Mas o sonho impera, e nos comanda positivamente (e designadamente a mim mesmo), e fui muito bem acolhido pelos atuais músicos que muito admiro (Guilherme, Constantino e o novato Daniel Cordeiro de apenas 19 anos), pois aceitaram colaborar e participar muito ativamente no meu projeto musical. Aliás, sem eles, isto nada teria de tão útil.”

No presente musical também, são escancaradas janelas (de oportunidades) para o futuro. “Vai tudo rolando como se idealizou e planeou, e os elementos desta atual banda estão (estamos) extremamente motivados para irmos para palco e até festas públicas. Queiram assim os responsáveis por estes eventos musicais. Nós planeávamos ter efetivado uma apresentação no auditório da Junta de Freguesia de Espinho, mas a pandemia obrigou ao adiamento desta ideia. De seguida e para virmos a público, aguardamos a normalização das condições sanitárias e sociais para planear o melhor possível o futuro da banda e mesmo o nosso, como músicos criativos, embora amadores.” ●

DEFESA DE ESPINHO - 4610 - 10 SETEMBRO 2020

NATÁLIA DE OLIVEIRA FIGUEIREDO ALMEIDA RIBEIRO
NOTÁRIA

EXTRACTO DE JUSTIFICAÇÃO

CERTIFICO que neste Cartório e no Livro de Notas para Escrituras Diversas Duzentos e Nove - E, de folhas noventa a folhas noventa e um verso, foi lavrada uma escritura de JUSTIFICAÇÃO NOTARIAL outorgada no dia três de Setembro de dois mil e vinte, por: JOSÉ MARIA DA SILVA MOREIRA, titular do N.I.F. 146 422 759 e do Bilhete de Identidade 5275402, emitido em 16/03/2006, pelos Serviços de Identificação Civil de Aveiro e mulher, MARIA CECÍLIA GOMES PINTO, titular do N.I.F. 146 422 767 e do Cartão de Cidadão 05556118 7 ZY6, válido até 05/09/2029, emitido pela República Portuguesa, casados sob o regime da comunhão de adquiridos, naturais, ele, da freguesia de Santa Maria de Sardoura, concelho de Castelo de Paiva, ela, da freguesia de Silvalde, concelho de Espinho, residentes nesta última, na Travessa da Rua de Miros, número 198. DISSERAM OS OUTORGANTES: Que são donos com exclusão de outrém, do seguinte imóvel: PRÉDIO URBANO, composto de duas habitações, uma de dois pisos e outra de um piso, com garagens, anexos e quintal, com a área total de setecentos e vinte e quatro vírgula vinte metros quadrados, sendo a área coberta de duzentos e setenta metros quadrados e a área descoberta de quatrocentos e cinquenta e quatro vírgula vinte metros quadrados, sito no Lugar do Formal, na Travessa da Rua de Miros, número 198, na freguesia de Silvalde, concelho de Espinho, omissos na competente Conservatória do Registo Predial, inscrito na respetiva matriz sob o 3.137 (que proveio dos artigos urbanos 1.794 e 1.795, da mesma freguesia de Anta - anteriormente omissos à matriz), com o valor patrimonial, tributário e atribuído de CENTO E VINTE E UM MIL TREZENTOS E TRINTA EUROS. Que o referido prédio urbano foi edificado, por eles, Primeiros Outorgantes, em terreno omissos à matriz, que constituía uma parcela perfeitamente identificada e delimitada, que veio à posse dos justificantes, por venda verbal, em meados de Junho de mil novecentos e setenta e cinco, em que foram vendedores MANUEL JOAQUIM RODRIGUES PINTO e mulher, MARIA JOSÉ DA SILVA, casados sob o regime da comunhão geral, residentes no Lugar da Carvalheira, na freguesia de Maceda, concelho de Ovar, a qual não chegou a ser formalizada, pelo que, não possuem título formal que legitime o domínio do referido prédio. Que, não obstante isso, eles têm usufruído o dito prédio, procedendo à sua construção, habitando-o, procedendo às reparações necessárias ao longo do tempo, gozando todas as utilidades por ele proporcionadas, pagando os respetivos impostos, com ânimo de quem exercita direito próprio, sendo reconhecidos como seus donos por toda a gente, fazendo - o de boa-fé, por ignorarem lesar direito alheio, pacificamente, porque sem violência, continua e publicamente, à vista e com o conhecimento de toda a gente, sem oposição de ninguém - e tudo isto por lapso de tempo superior a vinte anos. Que, dadas as enunciadas características de tal posse, eles adquiriram o identificado prédio, por usucapião - título este que, por natureza, não é suscetível de ser comprovado pelos meios normais. Está conforme o original para efeitos de publicação.

Cartório Notarial de Natália de Oliveira Figueiredo Almeida Ribeiro, sito na Rua Trinta e Dois, número 820, rés-do-chão, Espinho, 03 de Setembro de 2020.

A Notária,
Natália de Oliveira Figueiredo Almeida Ribeiro

OFF.

DE
BOA
SAÚDE

© DIREITOS RESERVADOS

Verão no fim? Está na altura de cortar o cabelo

MESES DE CALOR, PRAIA E MERGULHOS SABEM BEM. NO ENTANTO, ISSO SÓ TRAZ AGRESSÕES AO CABELO QUE, POR NORMA, NESTA ALTURA FICA EM MAU ESTADO.

É nesta fase, conhecida por ser mais descontraída e com poucos cuidados, que se deve usar produtos de proteção solar, mas sem nunca deixar de lado a importância de cortar o cabelo.



LISANDRA VALQUARESMA

O DITADO JÁ É ANTIGO. O fim do tempo quente de verão faz resurgir a ideia de que é nesta fase que se deve cortar o cabelo. E o ditado tem a sua lógica. Dias passados ao sol, expostos a altas temperaturas, sem proteção, e a mergulhar no mar e na piscina fazem com que o cabelo saia fragilizado.

É nesta altura do ano que, por norma, as mulheres se queixam de ter o cabelo estragado. Muitas chamam-lhe cabelo de palha e entendem-se o porquê. Com todas as agressões fica seco, pálido e áspero.

Joaquim Amaral é cabeleireiro e conta que “o grande problema desta fase é mesmo a secura com que o cabelo fica.” Ao longo do verão “há uma grande exposição solar e infelizmente nem toda a gente protege o cabelo.”

Uma tarde passada na praia é o suficiente para fazer mal ao cabelo, mas se acrescentar a isso uns bons mergulhos então o problema ainda é pior. Mesmo depois de sair do mar e do cabelo já ter secado, o sal próprio da água continua nos fios de

cabelo. O mesmo acontece quando se trata da água da piscina que contém diferentes tipos de cloro e que causa a secura dos fios e danos nas cutículas. Para piorar, o cabelo fica emaranhado e quebradiço.

Um dos grandes erros depois de uma ida ao mar é a utilização de elásticos para amarrar o cabelo. Uma vez que ele está frágil, isso só vai parti-lo. Como explica Joaquim Amaral, o problema mais comum diz respeito às cutículas. “O cabelo divide-se em três partes: a cutícula, a medula e o córtex. Normalmente, o problema mais comum está na cutícula e é isso que acontece à maioria das pessoas.”

Para ajudar a reparar todos estes danos capilares, existem no mercado vários produtos que podem e devem ser utilizados. Joaquim Amaral explica: “hoje em dia há uma gama de produtos muito diversificada. Existem muitos produtos solares como champô, máscaras e hidratantes que devem ser utilizados. Para além da água do mar, a água da piscina tem cloros que são muito maus para o nosso cabelo, por isso, a hidratação é muito importante.”

A maioria das mulheres sabe que nesta altura é importante tratar o cabelo e cortar acaba por ajudar a que o cabelo recupere e cresça mais forte. Assim, e apesar de isso consistir num desagrado para algumas senhoras, Joaquim Amaral reconhece que é um procedimento importante. “Ter de cortar o cabelo é algo que depende do estado dele e cada caso é um caso, mas cortar após o verão é o mais indicado, não só para ajudá-lo a recuperar após esta fase de muitas agressões, como também ajuda na entrada de novo na rotina. É na próxima fase que se volta ao trabalho e que se inicia o ano letivo que muitas pessoas optam por esta altura para cortar”, diz o cabeleireiro.

Para ajudar a manter o cabelo saudável durante o ano, Joaquim Amaral aconselha a que se corte com uma periodicidade de dois em dois meses. Mas, com a chegada do fim dos meses de verão, é “fundamental fazer um diagnóstico com um cabeleireiro e perceber qual é o tipo de tratamento a fazer, se de nutrição, de reconstrução ou outro.”



Existem muitos produtos solares como champô, máscaras e hidratantes que devem ser utilizados. Para além da água do mar, a água da piscina tem cloros que são muito maus para o nosso cabelo, por isso, a hidratação é muito importante.”

Joaquim Amaral
Cabeleireiro

Conselhos a seguir:

- ♥ Não prender o cabelo após os mergulhos
- ♥ Não dormir com o cabelo molhado
- ♥ Cortar o cabelo, pelo menos, de dois em dois meses
- ♥ Usar e abusar da hidratação
- ♥ Utilizar produtos de proteção solar
- ♥ Fazer um diagnóstico com o cabeleireiro

CLÍNICA DENTÁRIA DE ESPINHO
PROF. DOUTOR CASIMIRO
DE ANDRADE

RUA 22 (JUNTO À CÂMARA)
TLF. 227 344 909 / 968042300 / 919 002 700



Especialidade em Peixe de Mar



Os Melinhos
Restaurante Marisqueira

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

Jorge Ferreira



Bruno Morris

MÉDICOS DENTISTAS

SAMS QUADROS | SAMS | CGD | ADVANCE CARE | MÉDIS

Edifício S. Pedro - Sala W
Rua 23, n.º 174

22 734 86 93

última

DEFESA DE ESPINHO
ESPINHO POR DENTRO

RECEBA ESTE JORNAL EM SUA CASA!

Assinatura anual do jornal Defesa de Espinho, por €30.

Envie os seus dados pessoais para
comercial@defesadeespinho.pt
ou ligue 227 341 525 / 934 032 770

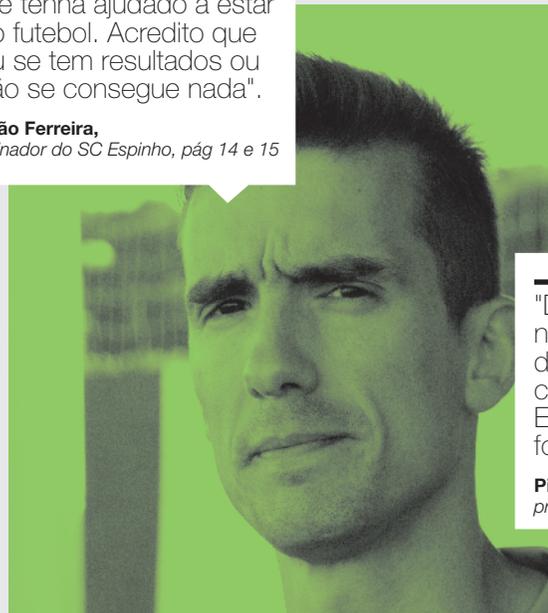


"Lembro-me que o senhor ministro Matos Fernandes desejou entrar no passadiço em Gaia e sair em Ovar de bicicleta, passando por Espinho. E nessa altura eu próprio o vou acompanhar."

Manuel Dias,
Presidente da JF Paramos,
pág 4, 5 e 6

"Nunca tive ninguém que me tenha ajudado a estar no futebol. Acredito que ou se tem resultados ou não se consegue nada".

João Ferreira,
treinador do SC Espinho, pág 14 e 15



"Damos uma imagem negativa para o resto do país com esta circunstância de o SC Espinho andar a jogar fora de portas".

Pinto Moreira,
presidente da CM Espinho, pág 8

faladura

TEMPO ESPINHO:

QUI - 11		24° 15°
SEX - 12		24° 15°
SÁB - 13		27° 16°
DOM - 14		26° 17°
SEG - 15		22° 16°
TER - 16		20° 15°
QUA - 17		20° 14°
QUI - 18		20° 14°

Fonte: www.ipma.pt

HÓQUEI EM PATINS

Torneio Solverde à porta fechada

A **ACADÉMICA** de Espinho vai realizar, no fim-de-semana, a edição deste ano do Torneio Solverde em hóquei em patins, prova que terá, também, o apoio do jornal Defesa de Espinho que irá patrocinar o troféu para o melhor marcador. Num contexto de pandemia, os jogos irão decorrer à porta fechada no Pavilhão Arquiteto Jerónimo Reis, mas terão a transmissão, em direto, através do 'You Tube'. Assim, na sexta-feira, às 20h30, a AA Espinho irá jogar com o Infante de Sagres. No sábado, às 11 horas, a Sanjoanense defronta o Infante de Sagres e às 17 horas a AA Espinho joga com a Sanjoanense. A cerimónia de entrega de prémios está agendada para as 18h30 de sábado. •

SURF

Pro Júnior Europeu e de Longboard em outubro na praia da Baía

ESPINHO IRÁ RECEBER os melhores surfistas juniores da Europa, de 6 a 9 de outubro, no Pro Júnior Europeu e no Longboard Pro Espinho (10 e 11 de outubro) que irão decorrer na Paria da Baía, num evento da WSL integrado na marca Espinho Surf Destination. Trata-se de uma etapa única onde estará em discussão o título europeu de 2020 de juniores (masculinos e femininos) e apurar os campeões europeus de longboard, registando a reentrada de Espinho nos eventos do surf, após a suspensão das provas devido à pandemia da Covid-19. Joaquim Chaves, Guilherme Ribeiro, Martim Nunes e Martim Ferreira, são alguns dos nomes dos portugueses que figuram na lista dos inscritos na prova masculina e no feminino Carolina Santos, Francisca Veselko, Beatriz Carvalho, Gabriela Dinis, Raquel Otero, Camila Cardoso e Sofia Silva. •

SEGURANÇA

Autarquia de Portimão vem ver como funciona Dispositivo de Salvamento Aquático

OS REPRESENTANTES do Município de Portimão (Algarve) estiveram na segunda-feira, em Espinho, para uma troca de experiências com o Serviço Municipal de Proteção Civil espinhense. Os representantes daquela autarquia algarvia, que pretendem vir a implementar em Portimão um sistema idêntico ao de Espinho, tiveram a oportunidade de ver como está montado e como se operacionaliza o Dispositivo de Salvamento Aquático dos Bombeiros Voluntários do Concelho de Espinho, assistindo a uma demonstração da utilização destes meios pelos nossos soldados da paz. •



O comandante dos Bombeiros do Concelho de Espinho e coordenador municipal de proteção civil, Pedro Louro, mostrou aos representantes da autarquia de Portimão, como funciona o Dispositivo de Salvamento Aquático, proporcionando-lhes uma pequena demonstração

ACADEMIA
ESCOLHA POR SI.

**VOCÊ COMPRA O JORNAL
A INSCRIÇÃO É POR NOSSA CONTA
E ESTA MENSALIDADE TAMBÉM !**

www.academia20.pt

Ginásio
Consultas:
Anti-ageing,
Ortomolecular,
Nutrição,
Fisioterapia
Gabinete de estética
Massagens
Snack-bar
Parque de estacionamento

Esta edição da Defesa de Espinho acrescenta uma novidade à campanha: além da oferta de inscrição, fica isento da mensalidade de setembro... e só começa a pagar em outubro*! Basta comprar o jornal e mostrar o anúncio na Academia 20. Quer melhor notícia do que esta para começar a treinar?

*Campanha exclusiva para a edição Defesa de Espinho nº 4610. Oferta não inclui despesas de seguro obrigatórias.