



**Centro Óptico  
de Espinho**  
Rua 20, n.º 584  
**FELIZ NATAL**

# DEFESA DESPINHO

Quinta-feira, 26 de novembro de 2020 | Edição n.º 4621 · Ano 88 · Semanário · Diretor Lúcio Alberto · defesadeespinho.pt · Preço: €0,70 (c/IVA)



**gosto tanto**  
S. JOÃO DA MADEIRA · LOUROSA  
SANTA MARIA DA FEIRA · ESPINHO

## Surto de Covid-19 no Lar S. Tiago de Silvalde vitima idoso e contagia mais de duas dezenas de pessoas

**Dois utentes estão internados e há funcionários em isolamento.**

Espinho está com risco extremo de contágio e conheceu 255 novos casos entre os dias 8 e 19 de novembro. Medidas vão apertar nas próximas semanas **p9**

**ACeS Espinho-Gaia**  
Equipa Comunitária de Suporte em Cuidados Paliativos apoia doentes e família há um ano **p7**

**1948-2020. Pinto Ribeiro era a raça tigre nos campos de futebol** **p15**

**Entrevista.**  
“Como qualquer jogador, tenho também o objetivo de, um dia, chegar a um grande clube”  
Jota Gonçalves **p16 e 17**

**destaque**

### Quando a partida não permite o adeus

A Covid-19 mudou o ritual fúnebre. Não há lugar para o velório, a cerimónia é abreviada, a urna nunca pode ser aberta e o luto é adiado. Os fatos típicos dos agentes funerários dão, agora, lugar aos equipamentos de proteção **p4, 5 e 6**



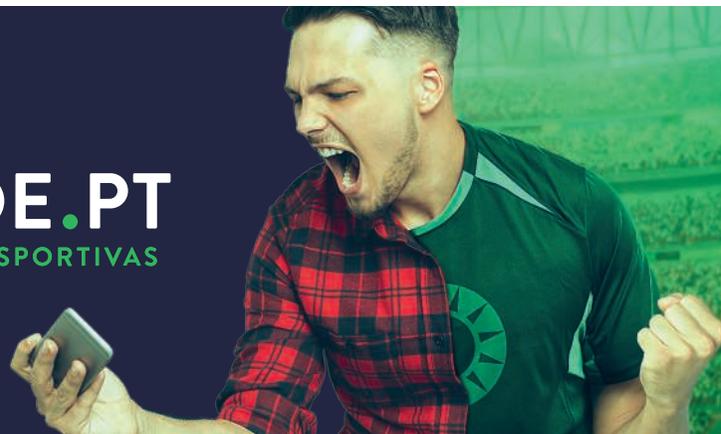
1898

**CÔMER CIO LOCAL**

edição **3 dez**

20 sugestões para compras de Natal nas lojas de Espinho

**ESPECIAL**



**SOLVERDE.PT**  
CASINO E APOSTAS DESPORTIVAS

**É MUITA EMOÇÃO EM CADA APOSTA**

O maior casino online tem apostas desportivas

18+ JOGUE POR DIVERSÃO, COM MODERAÇÃO.





# CASINO ESPINHO

# CHRISTMAS BOX

A PARTIR DE 2 DEZEMBRO ENTRE NO ESPÍRITO NATALÍCIO COM O CASINO ESPINHO E HABILITE-SE A GANHAR DEZENAS DE PRÉMIOS!



# NATAL NO BINGO



# BINGO CASINO ESPINHO

A PARTIR DE 2 DEZEMBRO ENTRE EM LINHA COM O ESPÍRITO DE NATAL DO BINGO CASINO ESPINHO E HABILITE-SE A GANHAR VÁRIOS PRÉMIOS TODOS OS DIAS!



[www.gruposolverde.pt](https://www.gruposolverde.pt)



REPORTAGEM - FUNERAIS EM TEMPO DE COVID



© SARA FERREIRA

# Morte sem despedida

**SÃO MUITOS OS QUE PARTEM VENCIDOS PELA COVID-19. ISOLADOS, SEM PODEREM TER O ÚLTIMO ADEUS, NÃO TÊM DIREITO A VELÓRIO, MISSA OU A UMA CELEBRAÇÃO NORMAL. O MOMENTO DIFÍCIL FICA, SOBRETUDO, NOS OMBROS DE QUEM FICA.**

Vêm partir quem mais amam, ficam impedidos de ver o ente querido uma última vez, é-lhes negado fazer o luto da forma como gostariam e não podem receber o abraço tão desejado. Numa fase em que o distanciamento físico é essencial, são, muitas vezes as agências funerárias que estão na linha da frente para prestar a última homenagem e amparar a incerteza do momento.

LISANDRA VALQUARESMA

**A PARTIDA A QUE TODOS** estávamos habituados está, agora, diferente. O mundo mudou. A morte passou a fazer parte do nosso dia-a-dia como nunca antes. Todos os dias, os números são atualizados e vemos, várias vezes, os estragos desta pandemia na televisão.

A morte parece estar agora mais presente, mas a hora do adeus tornou-se mais pesada, mais triste e, sobretudo, mais solitária. Os profissionais de saúde estão na linha da frente. As agências funerárias estão no fim dessa linha. Habitados a uma forma de trabalho, rapidamente se tiveram que adaptar. Tudo era novo. O risco passou a estar presente e, aliado a ele, surge o medo.

Quando a pandemia começou a fazer as primeiras vítimas mortais, as agências funerárias não sabiam no que isto se viria a tornar. Rosa Pereira trabalha há 45 anos nesta área, que não é para todos. Habituada a lidar com a morte, sabe que esta mudança é um fator de “grande tristeza”. Mariana Santos, sobrinha de Rosa, trabalha ao lado da tia para, um dia, a substituir na ‘Agência Funerária Maria de Lourdes’. Teve a oportunidade de fazer o primeiro funeral de Covid-19 da sua agência e o que mais recorda é a tristeza da família. “Houve um senhor que veio de Espanha infetado sem saber e, infelizmente, contaminou o pai. Era uma pessoa saudá-

vel, mas em oito dias apagou-se. Foi muito complicado ter que lidar com a família e explicar-lhes as regras. O filho apenas dizia que tinha sido ele a matar o pai”, recorda Mariana, explicando que as novas medidas que a pandemia impôs foram, ao início, “um bicho de sete cabeças”.

“Quando tudo apareceu nós não tínhamos informação nenhuma. Eu enviei email para a delegada de saúde da zona norte e a resposta que nos deu foi: ‘eu não sei o que vos dizer’. Toda a informação que nós tivemos, inicialmente, foi através da Associação de Agentes Funerários do Centro”, explica a agente funerária. A partir daí, foi dar início ao investimento.

Fazer um funeral nos dias de hoje requer muitos cuidados. O momento obedece a muitas regras e todo o cuidado é pouco. Antes do surgimento da pandemia, Rosa Pereira conta que “já era habitual o uso das luvas e bata”, mas agora, isso só não chega. “Tivemos que investir e comprar todo o material de proteção. Fatos, óculos, as proteções para os pés, os desinfetantes e tudo o que hoje é necessário”.

Foi assim em todas as funerárias. Com o objetivo de se prepararem para o que aí vinha e, de forma a minimizar o risco que correm diariamente, procederam à compra do material recomendado. Também a ‘Agência Funerária Luís Alves’, ao início, se debateu “com a dificuldade em encontrar no mercado equipamento de proteção individual adequado, di-

ficuldade essa que atualmente já não se coloca”.

A Direção Geral da Saúde (DGS), através de uma norma publicada em março deste ano e atualizada em julho, recomenda “agências funerárias e suas associações a uniformizarem a oferta de caixões, preferindo os modelos de mais fácil fabricação, que tanto possa ser enterrado como cremado, evitando rutura de stock, em eventual situação de aumento brusco do número de óbitos”. Da mesma forma, indica que é obrigatório “higienizar as mãos com água ou solução alcoólica logo depois de remover o equipamento de proteção individual”.

Apesar do número de falecimentos ter aumentado ao longo deste ano, a agência ‘Funerária Nossa Senhora d’Ajuda’, subsidiária da Servilusa, explica que “para o cliente, o preço médio de um funeral reduziu pela impossibilidade de realizar velórios e as habituais cerimónias de despedida, mas para as agências, pelo acréscimo em formação, procedimentos, materiais e equipamentos, houve um aumento de custos”.

Ainda que a forma de hoje se fazer um funeral tenha mudado, há diferenças entre aquele que é por Covid-19 e aquele que não é. Quando a morte é provocada pelo vírus, não há direito a velório. A regra é clara e está presente na norma emitida pela DGS. Da mesma forma, a urna nunca pode ser aberta, não é permitido o último toque no corpo e, no momento rápido

do funeral, apenas é permitido um número reduzido de familiares.

“A partir do momento em que nos é comunicada a morte, nós vamos buscar o corpo ao hospital. Vestimos os fatos, temos em atenção todos os cuidados e damos início ao processo”, relata Mariana Santos. Como não se realizam as cerimónias habituais, “o corpo é transportado diretamente para o local do funeral”, seja o cemitério ou o local de cremação. Nestes casos, quando a morte é provocada pela Covid-19, a DGS aconselha a escolha da cremação, mas é uma decisão que fica na consideração de cada família. Na ‘Funerária Nossa Senhora d’Ajuda’ “é informada esta recomendação, sendo esta a opção das famílias, na maioria dos casos”. Tal tem vindo a acontecer na grande maioria das funerárias e também na ‘Agência Funerária Luís Alves’ e na ‘Agência Funerária Maria de Lourdes’ isso se tem verificado.

#### Funerárias são transportadoras de almas, mas correm perigo

Tal como os profissionais de saúde correm, diariamente, perigo por lidarem com doentes covid, os técnicos funerários passam pelo mesmo. Apesar da pessoa já ter falecido, o perigo permanece. Tal como conta Rosa Pereira, “esta fase não tem sido fácil”. “Nós temos que continuar a trabalhar, mas nós também temos casa e uma família.” Da mesma forma, Mariana Santos reforça a opinião da tia. “O meu receio sempre foi chegar a casa com um vírus e poder infectar um filho de 13 anos. Todos os dias trabalhamos sob risco e vivemos no mundo do medo.”

A sensação de incerteza e receio está presente todos os dias e em todas as empresas funerárias. Luís Alves admite que “o receio está sempre presente”, até porque “atualmente a Covid-19 regista níveis de transmissão comunitária alarmantes, inclusivamente, no nosso concelho. Sabemos que nos expomos em cada contacto, mas não podemos deixar de exercer as nossas funções e prestar o nosso serviço o melhor que sabemos e podemos às famílias que nos procuram aquando da perda de um ente querido”.

Na ‘Funerária Nossa Senhora d’Ajuda’ o sentimento vivido é o mesmo. “Todos temos família e receio de os fazer correr riscos”, algo que foi sendo minimizado ao longo do tempo.

Devido à exposição ao perigo, a Direção Geral da Saúde não autoriza, em casos Covid-19, tratamentos realizados nos cadáveres. Quando a morte acontece por Covid-19, o corpo vem do hospital dentro de um saco, ou seja, é colocado dentro de um sudário que é indicado pela DGS, indo diretamente para o local da inumação ou cremação. Devido



Hugo Viegas, Manuel Sancebas, José Ruivo e Paula Santos trabalham na Agência Funerária Nossa Senhora d’Ajuda/Servilusa, na Rua 20, e desde o início das mortes provocadas pela pandemia têm tentado prestar auxílio na hora da despedida, bem como apoio psicológico.



Mariana Santos e Rosa Pereira trabalham na Agência Funerária Maria de Lourdes que existe, em Anta, há mais de 100 anos. Ainda que habituadas a lidar com a morte, afirmam que a fase atual é feita de muita tristeza.

à presença do vírus no cadáver, “estão impedidas as práticas tanatopráticas ou operações realizadas, tendentes à melhoria do seu aspeto exterior”. Desta forma, “o manuseamento do corpo pelos profissionais para o funeral deve ser mínimo”.

Mariana Santos confessa que “hoje em dia é mais fácil”. Contudo, “naquela primeira fase do pico foi bastante difícil”. Devido a uma operação, Rosa Pereira esteve resguardada, sendo Mariana a enfrentar

a questão. “Como a minha tia não estava a trabalhar, ela ligava-me sempre a dizer para eu ter cuidado. Dizia para eu não me esquecer de nada, para levar todos os produtos, para, no fim, colocar a roupa na máquina e me desinfetar. Agora acho que já estamos mais habituadas, mas no início não foi nada fácil”.

Apesar de já terem realizado cinco funerais Covid, sabem que o perigo está sempre presente. “Eu só caio na realidade quando acabo

o trabalho. Enquanto estou a trabalhar não me lembro muito do perigo, mas no fim dou por mim a pensar se tinha as luvas bem colocadas, se toquei em alguma coisa que não devia, se estava a usar toda a proteção de forma adequada. Só depois de pensar no que fiz é que fico descansada”, admite Rosa Pereira. Depois do trabalho, segue-se a hora do banho.

“Depois de vir do funeral eu nem entro em casa. Dispo-me na minha lavandaria, coloco toda a roupa e as sapatilhas na máquina e só depois é que entro em casa”, relata Rosa, explicando que é um dos momentos mais importantes nesta fase em que vivemos e também a sobrinha passa pelo mesmo.

Apesar da fase inicial ter sido “mais difícil” para todas as agências, estas confessam que não se habituaram não era sequer opção. “Inicialmente, encontramos algumas dificuldades, mas com o passar do tempo e com a experiência que temos vindo a adquirir progressivamente no âmbito desta pandemia, acreditamos que esta será a nossa realidade a partir de agora e também no setor fúnebre temos que nos adaptar e aperfeiçoar as nossas funções cada vez mais”, confessa o proprietário da ‘Agência Funerária Luís Alves’.

Assim como o uso dos equipamentos de proteção individual é imprescindível, o momento da desinfecção não pode falhar. “Desde o início, em março, tivemos que nos adaptar para a segurança dos próprios familiares e técnicos da Servilusa” relata a agência ‘Nossa Senhora d’Ajuda’, explicando que há a preocupação sempre presente da higienização e desinfecção em todos os materiais, viaturas e superfícies usados nos funerais.”

Como todos os cuidados são poucos, Luís Alves, que também procede à limpeza dos materiais e espaços, explica que, diariamente, optou por “avaliar a temperatura corporal dos colaboradores, alertando-os para a necessidade de reportarem qual-

quer sintoma”.

#### “Com os olhos arrasados em lágrimas temos que ser fortes para explicar às famílias as novas regras”

Segundo as normas impostas pela Direção Geral da Saúde, e já que não é permitido velório nos casos confirmados de Covid-19, nesta situação, o caixão deve manter-se sempre fechado, “por não ser permitido tocar no corpo”.

Na preparação e realização do funeral, “os agentes funerários devem manter uma boa comunicação com os familiares explicando-lhes o regime de exceção vigente e em situação de pandemia, com procedimentos que serão diferentes do habitual, por norma a minimizar a potencial transmissão da doença e manter a dignidade da cerimónia”, esclarece a DGS.

As regras que hoje se devem cumprir são muitas e nem todos estão a par. Por esse motivo, as empresas funerárias têm um papel fundamental na hora de passar a informação correta. Luís Alves, proprietário da funerária com o seu nome, explica que “em primeiro lugar, procura-se sensibilizar as pessoas para que apenas os familiares e amigos mais próximos estejam presentes nas cerimónias fúnebres, por forma a evitar aglomerados. É fundamental que todos percebamos que, por mais que isso nos custe, vivemos um tempo de exceção, em virtude da pandemia que atravessamos”.

Apesar de não ser permitido um número elevado de presentes na hora do funeral, “não pode resultar a impossibilidade da presença de conjuge ou unido de facto, ascendentes, descendentes, parentes ou afins”. Porém, “as pessoas de grupos mais vulneráveis, assim como as pessoas com sintomas respiratórios agudos não devem participar em funerais”, avisa a norma publicada pela entidade de saúde.

De forma a prestar um melhor acompanhamento às famílias, a ‘Fu-

# QUERO

AQUECER a casa

NESTE INVERNO



A Augusta nunca gastou tão pouco!





120€

AQUECEDOR HOTSPOT

Campanha válida de 01.11.2020 até 31.03.2021. Limitada ao stock existente e não acumulável com outras campanhas em vigor. Os preços incluem IVA à taxa em vigor.

OFERTA até 50€

+ RECARGA INCLUIDA  
+ UM VALE 40€ EM GÁS  
+ ACESSÓRIOS

ENTREGA GRATUITA  
nas nossas áreas de distribuição de GPL

ENCOMEDE JÁ!

300 402 000

# destaque



A Agência Funerária Luís Alves, situada na Rua 18, tem acompanhado a situação e já realizou alguns funerais por Covid-19 no concelho. Luís Alves e o filho confessam que o momento parece digno de filme de ficção científica e tentam dar o máximo de apoio às famílias.

nerária Nossa Senhora d'Ajuda, reforçou esse apoio "através da chamada de conforto da linha de aconselhamento psicológico, serviço e aconselhamento gratuito, integrado na linha telefónica do SNS 24."

A situação de morte e de partida de algum familiar é sempre um momento doloroso, não desejável e em que os afetos assumem uma importância vital. Devido à possibilidade de contágio e à necessidade de manter o distanciamento social, esses afetos ficam de parte. Segundo Mariana Santos, esta talvez seja a regra mais difícil de passar às famílias que estão a lidar com a perda. "Nesta área somos um pouco treinadas para sermos frias, mas há alturas em que isso não é possível e nesta fase tudo é ainda mais doloroso. Apesar de não podermos dar o toque, temos que conseguir tocar no coração e dar uma palavra amiga."

Luís Alves confessa que o momento atual "muitas vezes parece enquadrar-se num filme de ficção científica" e "trouxe consigo o distanciamento social, o distanciamento familiar e, mais do que isso, o distanciamento dos afetos, tão necessários na hora da partida dos nossos entes queridos." Tendo em conta esta premissa, "causa muita estranheza ter que pedir às famílias para evitarem comparecer aos atos fúnebres", assim como, "ver as famílias privarem-se do contacto físico, dos beijos e dos abraços, na hora da despedida."

Desta forma, "é fundamental tranquilizar a família, garantindo um

serviço eficiente, sério e sobretudo humano. As famílias vêm-se ainda privadas do apoio presencial dos amigos, procurando não raramente colmatar a sua ausência na busca de uma palavra amiga que muitas vezes procuram em nós", explica o responsável da 'Agência Funerária Luís Alves'.

Esta estranheza, de ter que se preparar um funeral diferente e explicar essa regra à família, faz parte, também, do trabalho diário da 'Funerária Nossa Senhora d'Ajuda' que confessa que é com eles que, muitas vezes, as famílias "partilham a sua dor e tristeza pela impossibilidade de organizarem a despedida que desejavam". "Há alturas em que existem muitos funerais e são muitos dias seguidos a lidar com a dor dos outros" acrescentam os responsáveis.

"O grande conforto que damos às pessoas é a presença. E agora é o que mais falta", afirma o padre Artur Pinto, pároco de Espinho, que tem, desde o aparecimento da doença, testemunhado de perto a dor da ausência.

Com o avançar da situação e tendo em conta a gravidade da mesma, a própria Igreja teve que se adaptar às mudanças. Local de partilha, de convívio e afetos, teve que deixar tudo isso um pouco de lado para confortar através das palavras.

O ato fúnebre transformou-se. Nos funerais, aparecem cada vez menos pessoas e, quando se trata de um caso declarado com o vírus, nem missa existe. "Tudo o que é iden-

tificado como sendo Covid-19, tem que seguir um protocolo que a DGS impôs". Nestes casos, "não há missa, não há velório, não há a presença." No momento, permanece "o vazio e a frieza" e é nesta altura "que se percebe que o mais reconfortante que há para as famílias que perdem os seus entes queridos, é ter uma celebração com os seus amigos e a família mais alargada." Isso "é o que reconforta porque nos faz sentir uma comunhão, um amor maior do que aquele acontecimento dramático que é a morte".

Após já ter realizado alguns funerais desta natureza, o padre Artur Pinto confessa que "o momento é muito difícil". Num tempo dito normal onde, antes não existia uma pandemia, o velório era, por norma, o local de demonstrar o apoio. No entanto, o pároco de Espinho explica que "às vezes quanto mais se fala pior é." E deixa o conselho: "no velório não é preciso dizer seja o que for, até porque, por norma, tudo o que se diz magoa por incrível que pareça. O mais belo é a presença, é o abraço e o facto de estarmos ali. O importante é escutar o outro e não sermos nós a falar".

Mas, no tempo atual, até nem isso é possível. "O problema não é só a ausência no dia do funeral. Há todo um ritual que se perde, que vai desde ao dia do funeral, como à celebração das exéquias, depois à missa de sétimo dia, que normalmente vem muita gente, a missa de trigésimo dia e depois a missa de um ano. Isso perde-se tudo. Principalmente a missa de exéquias e a de sétimo dia são sempre celebrações de muita presença."

Ter que realizar o funeral de quem parte com o vírus, é, também, difícil para quem faz a celebração da última palavra. "Isto é tudo muito difícil para mim. No dia da celebração de exéquias eu tinha sempre como princípio aproximar-me das pessoas, estar um pouco com elas, abraçá-las, cumprimentá-las e fazê-las sentir que eu estava ali com elas e para elas. Claro que agora não o poder fazer ainda mais difícil é. Para além disso, há altu-



*"É um cenário muitas vezes de guerra, uma guerra psicológica, contra um adversário que não tem cara, mas anda aí."*  
Victor Guimarães



Os fatos típicos dos agentes funerários dão agora lugar aos fatos de proteção que os salvaguardam do risco de contágio

ras em que existem muitos funerais e são muitos dias seguidos a lidar com a dor dos outros", relata, com pesar, o pároco da cidade.

Habitado a lidar de perto com a certeza da partida devido ao seu papel como capelão no hospital, o padre Artur confessa que o momento é "de grande tristeza", uma vez que há pessoas que partem sem direito ao último adeus. "Sou muitas vezes chamado para dar a santa unção a pessoas que estão muito mal. No hospital, já tive enfermeiros comigo a transmitir via redes sociais para a família, pois eles não podem estar presentes." Mas a dor maior vem depois da partida. "Aquilo que mais ouço é: 'eu não me pude despedir, eles partiram a pensar que nós os abandonamos, nós não estávamos ali, eu não fiz o que devia ter feito' e lidar com estes sentimentos é muito complicado."

Tal como explica o padre Artur, passar por uma situação destas pode trazer marcas e, algumas delas, profundas. Lidar com a morte de um parente sem ter a oportunidade da despedida acaba despertar sentimentos que, num tempo de luto normal, seriam ultrapassados de forma mais fácil e saudável.

## A dor de ver partir sem pode fazer um luto normal

Segundo Victor Guimarães, psicólogo com consultório em Espinho, "o luto é uma fase de adaptação onde acontece uma série de alterações emocionais, físicas e psicológicas. Por norma, associa-se o luto à questão da morte, mas tal não significa que seja apenas isso, até porque fazem-se muitos lutos no dia-a-dia, como tem acontecido agora onde todos são obrigados a abdicar das rotinas e das coisas mais comuns que dão dinâmica à vida."

Hoje fala-se muito do luto, ora não fosse a Covid-19 a grande impulsionadora disso. Victor Guimarães compara o vírus com uma guerra, já que "se combate o inimigo e a qualquer momento podem surgir vítimas."

Lidar com a morte não é algo novo, mas nesta fase o ritual é interrompido. "Existir o momento do

funeral, todo o momento que o antecede e o acompanha é absolutamente fundamental. Ajuda a dar o pontapé de saída para uma fase que é construtiva, que tem que acontecer, mas que é muito dura."

Nos casos de morte devido à Covid-19, tudo muda, já que "quando a pessoa está habituada ao ritual normal e preparada para dar início ao processo de luto, tal não pode acontecer como se desejava". E, desta condição, acabam por surgir, muitas vezes, problemas a nível psicológico.

No momento atual, "podem surgir muitas alterações a nível fisiológico e psíquico como a ansiedade, os medos e o luto patológico, que se entende como uma perturbação quando a pessoa, de alguma forma, não consegue elaborar a perda de uma maneira saudável e perpetua toda uma sintomatologia de desalento e tristeza profunda."

Consciente de que este não é um problema raro, o psicólogo Victor Guimarães, acredita que os problemas causados por esta situação ainda estão para ser contabilizados. "Nenhum de nós estava preparado para esta pandemia, para o teletrabalho, para despedimentos em massa, para perda do poder económico, para ter medo de assumir que estamos doentes e tudo isso ainda vai ter que ser estudado." Porém, admite que, neste momento, "a nível psicológico tudo esteja um pouco melhor porque já se fala de uma vacina, já se fala do fim desta fase."

Conhecedor da realidade que se vive e da dificuldade das famílias, Victor Guimarães aconselha que "é importante procurar ajuda e não ter medo de o fazer." Aspectos normais da vida quotidiana também não devem ser esquecidos como a alimentação, a privação do sono ou a alteração das rotinas. "Dentro do que é o confinamento, dentro do que são as medidas de segurança impostas, aquilo que recomendo é tentar, até ao limite, manter uma rotina segura, mas benéfica que construa e que ajude a manter a higiene mental." ●

**A equipa Comunitária de Suporte em Cuidados Paliativos do ACeS Espinho-Gaia é corporizada por Marta Guedes (médica coordenadora), Ana Duarte (médica em integração), Dália Santos (enfermeira responsável), os enfermeiros Filipe Madureira e Selenia Rocha, a psicóloga Sandra Prata, os assistentes sociais Júlio Nunes e Carmen Moreira e a assistente técnica Tânia Coutinho**

#### EQUIPA COMUNITÁRIA

## Dignidade e qualidade de vida em cuidados paliativos



A enfermeira Dália Santos e a médica Marta Guedes destacam o resultado positivo do primeiro ano da Equipa Comunitária de Suporte em Cuidados Paliativos do ACeS Espinho-Gaia

**A Equipa Comunitária de Suporte em Cuidados Paliativos do ACeS Espinho-Gaia completou, em novembro, um ano de atividade. O projeto é reconhecido por doentes e familiares como mais-valia oportuna e fundamental, como relatam a médica e coordenadora, Marta Guedes, e a enfermeira responsável, Dália Santos.**

**NESTA FASE DE IMPLEMENTAÇÃO**, a visão da equipa comunitária do ACeS Espinho-Gaia passa pela prestação de cuidados paliativos de qualidade, a doentes com doença grave e/ou incurável e progressiva, no domicílio e em situação de dependência. São abrangidos também os seus familiares, sendo-lhes prestados cuidados no luto.

As freguesias de Paramos, Silvalde, Espinho, Anta e Guetim estão sinalizadas neste projeto. Enquanto que Madalena, Vilar Paraíso, Canelas, Valadares, Gulpilhares, Arcozelo, São Félix Marinha, Serzedo, Perosinho, Sermonde, Grijó, Pedroso, Seixezelo, Olival, Crestuma, Lever e Sandim são as freguesias de Gaia igualmente abrangidas, a que se junta a Lomba, já no concelho de Gondomar.

Este projeto "surgiu da necessidade de existir, pelo menos, uma equipa em cada agrupamento de centros de saúde com 100 mil a 150 mil habitantes e o de Espinho-Gaia regista mais de 183 mil habitantes", historia Marta Guedes, médica e coordenadora da Equipa Comunitária de Suporte em Cuidados Paliativos do ACeS Espinho-Gaia. "De facto, havia essa necessidade. O Centro Hospitalar de Gaia-Espinho tem uma equipa intrahospitalar e tinha uma equipa comunitária, mas nós viemos reforçar e reorganizar essa resposta para doentes com doença grave, incurável e/ou progressiva, com prognóstico de vida muito limitado e em situação de dependência, mas que desejem e consigam permanecer no domicílio."

"Trata-se de um projeto diferente da hospitalização domiciliária", destrinça Dália Santos, enfermeira responsável da equipa que está sediada em Arcozelo. "A hospitalização domiciliária tem, como critérios, doenças infecciosas agudas que requeiram tratamento antibiótico endovenoso, doença crónica agudizada", expli-

ca Marta Guedes. "E cuidados no pós-operatório ou tratamento de patologia médica crónica descompensada no contexto pós-cirurgia e também trabalha em articulação com Equipas Intra-hospitalares de Suporte em Cuidados Paliativos para doentes com doença incurável, avançada e progressiva ou processo orgânico degenerativo em situação terminal."

"São doentes muito complexos e só podem estar em casa porque têm a nossa equipa a atuar, ajudando também as famílias", observa Marta Guedes no que concerne aos cuidados paliativos. "Cerca de 90% dos doentes que acompanhamos morreram no seu domicílio", regista ainda a médica coordenadora. "Foram apenas seis doentes que, ao longo do ano, morreram no hospital após uma ida à urgência e em horário fora do funcionamento da equipa."

O projeto tem-se saldado pela positiva e é reconhecido por doentes e familiares. "O reconhecimento pode ser verbal ou visual", constata Dália Santos. "Há dias em que vemos que os doentes não se podem sentar com dor e, depois de lhes administrarmos medicamentos, já se conseguiu sentar e ir até à cozinha fazer uma pequena refeição. Isso já é um reconhecimento." "São pequenas ações mas que têm um grande impacto na vida dos doentes", acrescenta Marta Guedes. "E não se trata apenas do sofrimento ao nível de dor, mas também psicológico e social. Por isso, temos uma equipa multidisciplinar para atuar e ajudar."

"O mais importante é aquilo que nós proporcionamos ao doente: a dignidade e a qualidade de vida até ao fim", sublinha Dália Santos. "O doente tem o direito de dizer o que quer. Um doente disse-me que queria ter viajado muito e que já não consiga devido à doença. Arranjamos uma solução, pondo-o a ver o mundo através da Internet." ●



**AGÊNCIA FUNERÁRIA LUÍS ALVES**



**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

JURAMENTO DE BANDEIRA PARA 14 NOVOS SOLDADOS NO RE3



COVID-19

## Mais de uma dezena de bombeiros infetados



## “Haverá muitos mais desafios e só quem tiver a arte e o saber de os ultrapassar é que poderá sentir-se vitorioso”

**A soldado-recruta Ana Marques, de Sever do Vouga, foi a melhor classificada dos 14 elementos que frequentaram o 9.º Curso de Formação Geral Comum de Praças do Exército, que decorreu no Regimento de Engenharia 3 de Espinho (RE3) e que culminou na passada sexta-feira com a cerimónia do juramento de bandeira.**

MANUEL PROENÇA

### OS 14 NOVOS SOLDADOS

do Exército participaram numa singela cerimónia que foi presidida pelo segundo comandante do Comando das Forças Terrestres, major-general Francisco Xavier Ferreira de Sousa, com a presença do comandante do RE3, coronel de engenharia Soares Pereira.

Um dos momentos que também marcou o dia destes novos soldados foi a cerimónia de entrega das boinas por parte do comandante da companhia de instrução, capitão João Borges e dos instrutores e que foi testemunhado pelos próprios familiares dos soldados.

O segundo comandante do Comando das Forças Terrestres, major-general Francisco Xavier Ferreira de Sousa, na sua alocução, não poupou elogios aos 14 novos soldados do Exército, tratando-os desde logo por “camaradas” que, a partir daquele dia “terão um dever que implica sacrifícios e a honra de representar o nosso uniforme e Portugal na comunidade internacional”.

Francisco Xavier Ferrei-

ra de Sousa disse que todos “terão de se sentir orgulhosos por atingirem esta meta”, pois “nem todos chegaram ao fim. Deram tudo e conseguiram ultrapassar os desafios colocados pelas equipas de instrutores e souberam-se transpor”, sublinhou aquele oficial-general.

“Haverá muitos mais desafios e só quem tiver a arte e o saber de os ultrapassar é que poderá sentir-se vitorioso. Ultrapassar desafios é uma demonstração de carácter. Os sucessos são alcançados quando olhamos para as adversidades e sabemos ultrapassá-las”, constatou Francisco Xavier Ferreira de Sousa.

O segundo comandante do Comando das Forças Terrestres deixou, ainda, uma palavra ao RE3 que “soube, cumprir, mais uma vez, a sua missão ao formar 14 elementos pondo todo o carácter e toda a imagem que é própria deste Regimento”.

Depois da cerimónia de juramento de bandeira, o comandante da Companhia de Instrução, capitão João Borges, dirigindo-se aos familia-

res, referiu que “a ajuda das famílias é extremamente importante, senão essencial para que os nossos militares sejam excelentes profissionais e, fundamentalmente, pessoas com valores que sejam cultivados no Exército e em casa”.

### “Conseguí ficar em primeiro porque foquei-me muito naquilo que estava a fazer”

“Esta é uma experiência gratificante porque estamos a formar mulheres e homens com quem iremos trabalhar futuramente”, salientou um dos instrutores, o tenente Paulo Barbosa. “Há sempre quem esteja melhor preparado, mas há, também, quem venha para cá sem saber muito bem para o que vem”, contou-nos aquele elemento da equipa de instrução do RE3. “Naturalmente que pretendemos que haja um determinado nível de robustez física e psicológica para aguentarem com a recruta e para conseguirem desempenhar as funções que lhes irão ser exigidas”, explicou Paulo Barbosa que revelou que, daqui para a frente, estes jovens “terão um leque de oportunidades”.

Ana Margarida Marques tem 18 anos e frequentou o Ensino Secundária na área das línguas e humanidades. Foi a melhor classificada no 9.º Curso de Formação Geral Comum de Praças do Exército.

“Sempre me interessei

muito pela vida militar”, confessou Ana Margarida Marques explicando que a sua ideia inicial “passava pela Universidade. Procurei outras coisas e aquilo que mais me interessava para o futuro. Acabei por escolher a vida militar”, afirmou a soldado do Exército Português, natural de Sever do Vouga.

Para Ana Marques, “a recruta foi um bocadinho difícil e passei aqui muitas coisas boas durante cinco semanas. Mas temos de estar preparados para tudo e, foi isso que aconteceu. Esforcei-me bastante”, referiu a melhor classificada da recruta.

“Conseguí ficar em primeiro porque foquei-me muito naquilo que estava a fazer e nunca desisti. Fui mantendo a mente positiva e os meus camaradas foram essenciais, havendo muita entreaajuda. Estou muito agradecida pelo que fizeram”, sublinhou Ana Marques que diz que irá “seguir o percurso no Exército”.

A sua mãe, Patrícia Ventura, não escondeu a emoção e o orgulho no percurso da filha: “A nós, pais, custa-nos sempre ver a nossa filha partir para uma experiência destas. Mas a minha filha gostou imenso. Se ela é feliz aqui, eu também estou bem”, sustentou Patrícia Ventura que se deslocou ao RE3 para assistir à cerimónia de juramento de bandeira. •

### SÃO 15 OS CASOS

de bombeiros infetados com a Covid-19 no corpo ativo dos Bombeiros Voluntários do Concelho de Espinho. Dos 101 testes realizados, foram, entretanto, detetados 18 casos de infeções nos soldados recuperado. Está em vigilância ativa um dos elementos.

A iniciativa de testar todos os elementos do corpo ativo dos bombeiros partiu do comando em consonância com a autoridade de saúde, após se terem verificado casos de infeção em bombeiros.

Dos casos positivos detetados, apenas haverá relação com atividade em cinco situações, sendo a origem dos restantes desconhecida.

Trata-se de uma situação que não irá afetar a operacionalidade dos Bombeiros do Concelho de Espinho, mas que impôs um plano de contingência, obrigando à implementação de algumas medidas extraordinárias

nas próximas três semanas (sujeito a reavaliação), entre as quais a suspensão da atividade de formação e instrução; só podem comparecer no quartel os bombeiros escalados ou convocados; serão suspensas as autorizações de férias do pessoal profissional; o pessoal da secretaria presta serviço em regime de teletrabalho; as reuniões ocorrem por teleconferência, incluindo as do Grupo de Crise; o contacto entre os elementos do quadro de comando só é permitido em contexto de operações de proteção e socorro ou outras situações inevitáveis; são organizadas três brigadas com pessoal fixo, em que cada uma delas presta serviço durante sete dias contínuos; e de entre o pessoal voluntário é constituída, em reserva, uma brigada com 13 bombeiros e com capacidade de assegurar o serviço durante, pelo menos, 24 horas seguidas. // MP •

**CLÍNICA MÉDICA DENTÁRIA**  
**Dra. Rosa Neves**

Clínica Geral com Ortodontia Fixa, Invisível e Implantes

Cheque-Dentista até aos 18 anos

**Agora com serviço de Fisioterapia e Osteoetipatia**



**CENTRO DE TERAPIA MANUAL**  
FILIPE RAMOS

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

# 4500 Espinho

**SURTO DE COVID-19**

## Lar do Centro Social de Silvalde com 22 infetados e uma morte



Um surto de Covid-19 afetou o Lar do Centro Social e Paroquial S. Tiago de Silvalde, tendo-se registado o teste positivo em 22 utentes e em alguns dos funcionários. Um dos utentes, de 91 anos, faleceu na passada segunda-feira. Dois estão internados.

**UM DOS UTENTES** do lar do Centro Social e Paroquial S. Tiago de Silvalde, com 91 anos, faleceu vítima de Covid-19, após ter sido detetado um surto na passada semana. Segundo um comunicado emitido pela direção daquela instituição, a vítima apresentava “um quadro clínico com antecedentes”.

A direção daquele lar confirma, ainda, a hospitalização de mais dois dos utentes, adiantando que os restantes 22 utentes infetados encontram-se “acomodados em quartos individuais”.

Num comunicado, o Centro Social e Paroquial S. Tiago de Silvalde garante que o plano de contingência “foi

ativado de imediato”, que “foram efetuados todos os procedimentos adequados” e que a situação está a ser “acompanhada pela Unidade de Saúde Pública”.

A direção daquela instituição diz que “todos os utentes e trabalhadores foram testados” e não especificando o número, só “alguns funcionários” testaram positivo, estando estes isolados nos “seus domicílios”.

O Centro Social e Paroquial S. Tiago de Silvalde assegura, ainda, que os familiares dos utentes “conhecem a situação” e que “são informados com regularidade diária”, garantindo, também, que “à data (terça-feira), os utentes

evidenciam um quadro clínico estável”.

No comunicado, o Centro Social e Paroquial S. Tiago de Silvalde “lamenta, profundamente, o óbito de um dos seus utentes” que ocorreu na manhã de segunda-feira.

Por fim, a instituição silvaldense elogia o quadro de pessoal, quadro de enfermeiros e médico, que “têm sido incedíveis no apoio, voluntarismo e solidariedade com os utentes”.

Entretanto, desde terça-feira, o Centro Social e Paroquial S. Tiago de Silvalde conta com o apoio de elementos de uma brigada coordenada pela Cruz Vermelha Portuguesa. • MP

**ESTADO DE EMERGÊNCIA**

## Espinho em risco máximo com mais restrições

**ESPINHO É UM** dos que integram a lista dos concelhos de risco extremo, com mais de 960 casos de Covid-19 por 100 mil habitantes. Neste sentido, no âmbito do Estado de Emergência e das medidas implementadas pelo Governo, o concelho estará sujeito a um conjunto de restrições, nomeadamente, a proibição de circulação na via pública entre as 23 e as 5 horas em todos os dias. O teletrabalho será obrigatório e haverá ações de fiscalização neste âmbito. Serão mantidos os horários de

encerramento dos estabelecimentos comerciais, às 22 horas e dos restaurantes e equipamentos culturais, às 22h30.

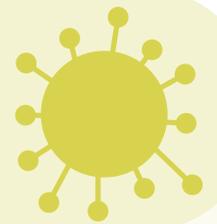
A circulação na via pública será proibida aos sábados, domingos e feriados de 1 e 8 de dezembro entre as 13 e as 5 horas e os estabelecimentos comerciais também deverão manter-se encerrados entre as 13 e as 5 horas.

Nos dias 30 de novembro e 7 de dezembro (véspera de feriados), os estabelecimentos comerciais deverão encerrar a partir das 15 horas.

Além destas medidas, será obrigatório o uso de máscara nos locais de trabalho e estará proibida a circulação entre concelhos entre as 23 horas de 27 novembro e as 5 horas de 2 dezembro e ainda entre as 23 horas de 4 dezembro e as 5 horas de 9 dezembro.

As atividades letivas estarão suspensas a 30 novembro e 7 dezembro e haverá tolerância de ponto a 30 de novembro e 7 de dezembro. O Governo lançou, também, o apelo a entidades privadas para dispensa de trabalhadores na véspera dos feriados. •

## COVID-19 CASOS CONFIRMADOS ESPINHO



\* FONTE DGS / DADOS ATUALIZADOS A 24 NOVEMBRO \*\* NO CONCELHO DE ESPINHO



**877**

CASOS DESDE O INÍCIO DA PANDEMIA \*\*



**255**

ÚLTIMOS 10 DIAS\*\*



**5**

ÓBITOS

**25,5**

NOVOS CASOS EM MÉDIA POR DIA \*\*

**139.905**

CASOS NA ARS NORTE (24/11/2020) \*

**1254**

CASOS POR 100 MIL HABITANTES (6 A 19 DE NOVEMBRO)\*



**Funerária N<sup>a</sup> S<sup>a</sup> d'Ajuda Sancebas**

Em parceria com  Servilusa

**Gente da nossa terra, ao serviço das famílias de Espinho**

Serviço funerário desde **995€\***

☎ **227 345 129**

Rua 20 N.º 887, 4500  
Loja-NossaSraDajuda@servilusa.pt



# 4500 Freguesias

GUETIM - NOVA ESCOLA BÁSICA ABRIU HÁ UM MÊS

## “Os alunos vieram para uma escola melhor, com novas instalações e com tudo o que é de melhor”

**Mais de um mês após a mudança, os alunos do primeiro ciclo da Escola Básica de Guetim parecem estar satisfeitos com as novas instalações.** Trata-se de uma escola nova, com espaços adequados ao trabalho diário dos estudantes, docentes e do pessoal não docente e que terá, muito em breve, os problemas iniciais das acessibilidades, completamente resolvido.

MANUEL PROENÇA

“AS CRIANÇAS não sentiram o impacto da mudança que ocorreu no fim-de-semana de 16 e 17 de outubro passado. Terminaram as aulas a uma sexta-feira e, na segunda-feira seguinte, estavam na sua nova sala, com todos os seus pertences em cima da respetiva mesa”, explicou a coordenadora do Centro Escolar de Guetim, Fátima Ferreira que se sente orgulhosa por estar num novo espaço.

“Os alunos vieram para uma escola melhor; com novas instalações e com tudo o que é de melhor, o que nos deixa satisfeitos”, acrescentou aquela docente que garante que “a nível de instalações temos tudo: a nível de conforto e de potencialidades educacionais. Temos uma cozinha devidamente equipada e que entrou em funcionamento no dia 19 de novembro”. Por isso, segundo a coordenadora, “estas instalações constituem uma mais-valia para o corpo docente, corpo não docente, alunos e para a comunidade educativa. Este Centro Esco-

lar é uma valência positiva para Guetim”.

Fátima Ferreira considera que o facto de estarem juntos, o jardim-de-infância e o primeiro ciclo constitui, também, “uma mais-valia para todos. Por isso, estamos completamente satisfeitos com aquilo que podemos oferecer à comunidade educativa e, essencialmente, às nossas crianças”.

A escola dispõe, agora, de um gabinete administrativo e, por isso, “até a nível de papéis as coisas estão descentralizadas e facilitadas, havendo uma facilidade de comunicação entre a escola, a direção do Agrupamento e os encarregados de educação”, diz a responsável por aquele centro escolar. Trata-se de um gabinete administrativo que “tem muitas potencialidades, até com a permanente presença de uma assistente técnica”, sublinha, ainda, Fátima Ferreira.

A mudança de instalações ocorreu durante um fim-de-semana de outubro. Fátima Ferreira assegura que “as crianças não estranharam a mudança, até porque nem se aperceberam disso! Foi fei-



© ISABEL RAUSCHING

Está para breve a conclusão das obras das acessibilidades à Escola Básica de Guetim

ta após o horário letivo. No dia 19, a uma segunda-feira, tinham as suas carteiras, cadeiras e os livros nos seus lugares. Por isso, só o espaço é que era novidade e era substancialmente melhor do que aquele que tinham antes”, constatou a coordenadora da escola que realça que isto “superou a expectativa de todos”.

Os alunos deixaram de ter um quadro preto nas salas e passaram a ter quadros brancos e interativos. “Tudo isto é apelativo para estas crianças. Fizemos o melhor que sabíamos e que podíamos”, sublinha, ainda, Fátima Ferreira, acrescentando que “os alunos sentiram que o espaço era deles, embora diferente e para melhor. É um espaço muito apelativo, com muita cor e múltiplas potencialidades. Por isso, tenho a certeza de que o nosso trabalho também irá ser muito bom”.

A coordenadora da Escola de Guetim não esconde que houve alguns problemas com o arranjo da zona exterior da escola o que desagradou os pais e encarregados de educação. Contudo, “já compreenderam que é necessário tempo e que as coisas estão a ser feitas pois aquele espaço está a ser intervencionado. Teremos de dar tempo ao tempo para colhermos os frutos”.

Por fim, Fátima Ferreira admite que “ainda há a fazer alguns reajustes”, mas se tivesse de avaliar a escola, a coordenadora dar-lhe-ia “a pontuação máxima”.

Elisabete Vieira é a as-

sistente técnica que está no novo gabinete de atendimento da Escola Básica de Guetim e reconhece que “a mudança foi trabalhosa, mas pacífica. Acompanhei as mudanças, desde aqui até às instalações provisórias e, depois, de lá para cá. Temos uma equipa fantástica a trabalhar connosco e tivemos a ajuda dos colegas da Escola Sá Couto, da Piscina Municipal e de outros funcionários do Município de Espinho. Foi uma mudança muito agilizada e vantajosa para todos nós”, sublinha Elisabete Vieira.

Para aquela assistente técnica este novo espaço “é mais trabalhoso do que os anteriores, pois tem outras dinâmicas. Mas, por outro lado, oferece-nos outras condições de trabalho pois, por exemplo, não temos de andar ao frio e no meio de paredes velhas com necessidade de limpeza constante. A infraestrutura é maior, mas está muito mais facilitado todo o trabalho”, afirma Elisabete Vieira.

A assistente técnica conta que “as crianças vieram para cá com imensa curiosidade e ansiosas por ver como tinha ficado a sua escola velha. Tentaram reconhecer e identificar algumas coisas que foram alteradas, até porque alguns dos meninos do ensino básico já cá tinham frequentado o pré-escolar. Alguns dos alunos ficaram felicíssimos por reencontrar professores e assistentes operacionais”, concluiu Elisabete Vieira. •

### TESTEMUNHOS DOS PAIS

“

Foi uma mudança tranquila e boa.

Trata-se de uma escola nova e a minha filha está a gostar. As aulas estão a correr bem e tanto os professores como os funcionários são exemplares. O espaço é melhor do que o que tínhamos. Tirando os inconvenientes do espaço exterior, está tudo muito bem”.

Hélder Capela



“

O meu filho gostou desta escola porque as condições, no interior, são melhores. Por isso, eles estão melhor aqui. É pena não existir um campo de jogos e mais algum espaço para as crianças poderem brincar durante os intervalos. Os acessos não estão bem”.

Morena Maia



“

O único problema que existe dentro da escola é a inexistência de espaço suficiente para brincar. Cá fora é a questão das acessibilidades. Todo este espaço exterior fica enlameado quando chove e está cheio de buracos. Penso, no entanto, que as crianças do primeiro ciclo poderiam ter permanecido na outra escola por causa da Covid-19. Mas é verdade que as instalações melhoraram imenso e a minha filha gosta desta escola”.

Sandra Chaves



“

A parte mais difícil tem sido a adaptação das crianças à nova realidade e às novas regras face à pandemia. De resto, a minha filha está muito satisfeita com este novo espaço, mas o recreio é mais pequeno do que o tinham. Mas a minha filha até acha que aqui tem mais amigas. Eu, como pai, estou muito satisfeito com estas instalações que são mais modernas e dão outro conforto aos nossos filhos”.

Fábio Teixeira



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

# peessoas & negócios

PRODUTOS SERRANOS

## Casa Maximino de atrativos cheiros

**A CASA MAXIMINO FOI ABERTA HÁ 15 ANOS NA RUA 20, MAS JOSÉ CARLOS MAXIMINO MUDOU, HÁ QUASE UMA DÉCADA, A VENDA DE QUEIJO, PRESUNTO, AZEITE, MEL, ALHEIRAS E OUTRAS IGUARIAS PARA A ESQUINAS DAS RUAS 23 E 20. E JUNTO À ENTRADA HÁ TRÊS REFERÊNCIAS GEOGRÁFICAS: SABUGUEIRO, SEIA E ESPINHO.**



“Nasci há 52 anos no Sabugueiro, a aldeia mais alta de Portugal, Vim viver para Espinho há 15 anos”  
José Carlos Maximino

© FRANCISCO AZEVEDO

LÚCIO ALBERTO

“**CASEI HÁ 25 ANOS** com uma espinhense e estivemos uma dezena de anos no Sabugueiro, de onde sou natural e tinha negócio”, apresenta-se José Carlos Maximino. “A serra é um encanto, mas o mar também tem o seu encanto. Eu gosto de trabalhar, seja na serra ou junto ao mar.”

José Carlos Maximino faz uma retrospectiva pessoal, com o olhar dividido entre os artigos expostos de uma forma metódica, e estrategicamente à vista da clientela, e a porta envidraçada aberta para quem já se fidelizou na Casa Maximino, ou a quem a montra desperte a curiosidade e aguçar o apetite. “A minha vida foi sempre isto. Sou natural do Sabugueiro, a aldeia mais alta de Portugal e conheci a minha mulher em Espinho. Eu fazia as festas da Senhora da Ajuda e todas as romarias, nos Carvalhos, em Cortegaça, etc.”

“Comecei a trabalhar muito cedo”, prossegue o proprietário da Casa Maximino. “Já me dedicava a esta atividade antes dos 15 anos. É a atividade que a minha família exerce. Trabalhei com o meu irmão, que é mais velho três anos. Ele continua a sua atividade no Sabugueiro. E a nossa irmã tem um negócio do mesmo género em Seia. É caso para dizer que a minha família dedica-se a este tipo de negócio desde a Serra da Estrela até ao mar em Espinho!”

“Vendo queijo, alheiras, presunto, azeite, mel e um bocadinho de tudo”, diz com orgulho. “Até pantufas!”

José Carlos Maximino aponta para os produtos com um brilho nos olhos e a voz animada. “As pantufas

são da Serra da Estrela e quentinhas! Os artigos são todos do melhor que há até para o cliente mais exigente. Tenho licores e outros produtos, seja do Sabugueiro, de Seia, de Vila Flor, do Fundão ou de outra terra muito distante daqui.”

A loja onde está sediada a Casa Maximino acolheu outrora de outras vertentes comerciais. Por exemplo, já foi loja de máquinas de costura e eletrodomésticos.

“Eu abri esta lojinha motivado com as romarias”, conta José Carlos Maximino. “Sou muito conhecido em Espinho, Ovar, Cortegaça, etc.”

De facto, foi nas romarias que Maximino granjeou muita clientela. “Fui criando uma boa relação com os fregueses e isso motivou-me a instalar o negócio em formato de loja.”

Todavia, o negócio já registou melhores dias. “Isto está muito complicado. Vai-se vivendo! Já estive muito melhor. Mas se é só para pagar às Finanças, à Segurança Social, pagar luz e tudo isso, é muito mau. Se é só para pagar, é preferível fechar a porta...”

A Casa Maximino é já uma referência do centro citadino de Espinho. “Se fosse numa cidade grande, talvez fosse mais rentável, ou talvez não”, avalia quem a dinamiza. “Mas eu gosto de estar cá, gosto da cidade de Espinho que tem gente boa.”

A segunda-feira é o dia com menos azáfama na Casa Maximino. “As pessoas querem ir para a feira e nem sequer param quando passam por aqui.” Todavia, não entram só espinhenses. “Tenho clientes de Gondomar, Rio Tinto, Porto, Gaia, Miramar, Santa Maria da Feira.” •



**Queijo, alheiras, presunto, azeite, licor, mel e outras iguarias: uma loja perfumada! E também há pantufas à venda. É uma visita simulada à serra e outros encantos!**

### necrologia

#### † Irene Gomes da Cunha Folha Pereira

AGRADECIMENTO



Rua 37 B – Espinho

Suas filhas, genros, netos e demais família vêm, por este meio agradecer a todas as pessoas que participaram no funeral e na missa do 7.º dia por alma da sua ente querida.

Mariana Cunha Folha Pereira Caneira – filha  
Ana Paula Cunha Folha Pereira – filha  
Hugo Silva Ferreira Caneira – genro  
Joaquim Fernando Oliveira da Silva – genro

Espinho, 26 de novembro de 2020

Funerária Henriques & M. Otília – Esmoriz – Telf. 256 752 774 – Tlm. 914 096 243

#### † Maria Adelaide da Silva Ribeiro Pinto

AGRADECIMENTO E MISSA DO 7.º DIA



Rua Manuel D' Areia - Silvalde

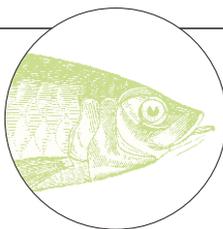
Seus filhos, nora, netos e demais família, vêm por este meio agradecer a todas as pessoas que participaram no funeral do seu ente querido, ou que de outra forma lhes manifestaram o seu pesar. Comunicam que a missa de 7.º dia será celebrada, dia 26, quinta-feira, às 18,30 horas na Capela Nossa Senhora do Mar - Silvalde. Desde já agradecem a todos quantos participem nesta Eucaristia.

António Augusto da Silva Ribeiro – filho  
Isabel Maria Ribeiro da Silva Lopes – filha

Silvalde, 26 de novembro de 2020

Funerária Henriques & M. Otília – Esmoriz – Telf. 256 752 774 – Tlm. 914 096 243

# É do nosso mar



## VOX POP

Sexta-feira, 27 de novembro, é dia do “Black Friday”. Esta iniciativa de saldos foi encetada num grande armazém dos Estados Unidos da América, em 2009. A “sexta-feira negra” transformou-se no dia em que se inaugura a temporada de compras natalícias com significativas promoções em muitas lojas retalhistas e grandes armazéns. E não só...

Como complemento ao evento, existe a “Cyber Monday”, que é um dia dedicado às compras pela Internet e que é celebrado na segunda-feira depois da Ação de Graças nos EUA. No início de 1980, foi criada uma teoria que usava a cor vermelha para se referir aos valores negativos de finanças e a cor preta para indicar valores positivos. O período negativo correspondia entre janeiro a novembro e o lucro acontecia no dia seguinte ao Dia de Ação de Graças e permanecia até o final do ano. A moda já chegou a Espinho e já há alusões nas montras.

LÚCIO ALBERTO



## “Já há “Black Friday” para tudo e mais alguma coisa!”

1.

Vai às compras na “Black Friday”?

2.

A “Black Friday” compensa em tudo ou só em algumas coisas?



**Joana Gonçalves,**  
Espinho

1 - Eu já aderi a iniciativas de “Black Friday”. É mais fácil quando queremos comprar coisas mais simples. De facto, é mais fácil comprar quando há saldos. Agora já se usa mais esta promoção de saldos em Portugal. Mas não vou às compras quando há saldos. 2 - Já há “Black Friday” para tudo e mais alguma coisa! Por exemplo, para jogos e até para viagens. Mas nem tudo são preços de saldos... ●



**Telma Vieira,**  
Espinho

1 - Aproveito sempre que posso este tipo de promoções. Até para fazer as compras do Natal. 2 - Há sempre pretextos para este género de saldos, mas nem sempre os preços correspondem à realidade... Na sexta-feira é que vamos ver! Não estamos atualmente tão a par dos preços, porque temos estado mais tempo em casa ao fim-de-semana. E assim não será fácil comparar os preços. ●



**Selma Madureira,**  
Espinho

1 - Vou, porque há coisas que vale a pena comprar. Mas também há outras que vai dar ao mesmo, ou seja custa mais ou menos como dantes. 2 - Muitas das vezes, a gente vai a uma loja e vê um preço e passado um tempo o saldo tem o mesmo preço, ou baixou porque aumentou antes... ●



**Rosário Milheiro,**  
Espinho

1 - Não costumo ir ao “Black Friday”. Quando tenho que comprar, compro. Se estiver em saldos, muito bem. Se não estiver, paciência! Mas isto não está com condições para o comércio, seja pela crise devido à pandemia, ou pelas obras em Espinho, na altura do Natal... Eu sei que as obras têm de ser feitas, mas de qualquer modo não ajuda o comércio nesta fase. 2 - Por vezes, há saldos só com coleções anteriores. ●

## CORREIO DO LEITOR

### Quem é que acode ao comércio local?

O comércio tradicional está a passar uma fase negativa, devido aos confinamentos na fase de pandemia e também às obras que vão decorrendo na cidade. E ainda haverá mais obras. Todas as obras são precisas mas não deviam ser feitas quase todas ao mesmo tempo. A pandemia do coronavírus está a agravar a situação. Foi imposto o recolher obrigatório entre as 13 horas de sábado e as 5 horas d de domingo e no mesmo horário entre domingo e segunda-feira. A restauração é afetada, é verdade, mas o comércio tradicional também tem sido afetado. E em ambos os casos há risco de fecho de portas e de desemprego. Cuidado com o comércio local!

Maria José Oliveira - Espinho

### Bons e maus exemplos

Houve uma rutura de água em minha casa e tive de a arranjar. Solicitei aos serviços municipalizados que, no mínimo, tivessem em consideração os custos das taxas. Fui bem atendido em nas duas primeiras vezes em que contactei os serviços municipalizados, mas da última vez não fui bem recebido. Depende da boa-disposição... É caso para dizer que há bons e maus exemplos”

Carlos Duarte - Anta

### Escreva-nos! A sua opinião importa.

Indique nome e morada, bem como o seu contato, e envie os seus comentários ou sugestões para [redacao@defesadeespinho.pt](mailto:redacao@defesadeespinho.pt).

O DE reserva-se o direito de selecionar e eventualmente reduzir os textos.



opinião  
Manuela Aguiar

## Vagas de um só mar

1 – Chegou a esperada segunda vaga da pandemia. Conhecer os números da nossa cidade, num quadro comparativo, é-nos bastante útil, para que redobremos os cuidados. Reconheço, assim, a esse mapa, pelo menos, um efeito psicológico. A informação sobre a diversidade das situações locais, a respetiva evolução semanal ou quinzenal, é, a meu ver, mais motivador de virtuosos comportamentos individuais e coletivos do que os números referentes à totalidade ou às grandes regiões, com que nos massacraram nas conferências de imprensa, ao longo de meses. Contudo, as medidas restritivas da livre circulação das pessoas e dos horários de funcionamento do comércio são tantas, tão fragmentadas e cheias de exceções, e mudam tão depressa (hoje umas, amanhã outras...) que, por um lado, ninguém se entende, e, por outro, torna-se difícil a avaliação de resultados. Lavra, infelizmente, a desorientação nas altas esferas do Estado. Há poucos dias, as suas mais importantes figuras, o Presidente da República e o Primeiro-Ministro, vieram a público assumir responsabilidades neste estado de coisas. Eis um ponto em que me encontro de acordo com ambos! De facto, não vale atirar as culpas aos portugueses, em especial às famílias e aos convívios, dentro de portas ou nos cafés e restaurantes, como o fez o Primeiro-Ministro, ao dizer que cerca de 70% dos contágios acontecem em meio familiar.

Indubitável é a chocante profusão de contágios em espaços do absoluto “confinamento” (que é considerado a arma maior de combate à propagação). Falo dos estabelecimentos prisionais, de direta gestão do Estado, e das autênticas “prisões domiciliárias” em que se converteram os lares de idosos, em relação aos quais o Governo tem, no mínimo, um dever de escrupulosa vigilância. Mal se compreende que no setor prisional não tenha havido agora, sendo a situação no interior dos estabelecimentos muito mais grave, novas medidas de libertação ou de cumprimento de penas no domicílio, seguindo critérios já praticados, com sucesso, na primeira fase (isolados numa cadeia de alta segurança deveriam estar, sim, e não estão, a pretexto da Covid-19, os assassinos de um estrangeiro inocente, cujo único “pecado” era o de ser candidato à emigração). É incrível quer ali, quer no universo dos “lares-prisões de idosos” (destinados a fazer

História trágica, como a mancha mais negra desta pandemia!), o grau de incúria e desleixo evidenciado, nomeadamente na falta de testes constantes a todos quantos diariamente entram e saem daqueles clausuras, e são, sem sombra de dúvida, os agentes do contágio - guardas prisionais, enfermeiros, pessoal administrativo...

*“Com o retângulo continental português dividido em quatro, num “ranking” de risco de contágio, vemos, infelizmente, Espinho no escalão de topo, entre os piores 47 concelhos do país, embora não isolado na região norte, a mais problemática, (sobretudo na cintura do Porto e, um pouco mais acima, à volta de Paços de Ferreira). Porquê? É o que ninguém nos diz...”*

2 – E também não procede a cândida desculpa de que a “2.ª vaga” chegou mais cedo do que o esperado. Não! As medidas é que chegaram tarde. A meu ver, em rigor, nem existe sequer uma segunda vaga de Covid-19! Não há vaivém desta corona, que veio para ficar, imparável e imutável (ou com mutações sem expressão relevante), contagiando sempre que a ocasião se lhe oferece. As vagas de que se fala – depois da 2.ª, a 3.ª (Marcelo dixit...) são devidas diretamente à pendularidade das políticas de contenção: quando se reforçam os meios de combate, testes, rastreios, quarentenas, é possível “achatar a curva”; quando se deixa campo à avançada do vírus, logo a curva sobe! Com uma transparência que tem faltado no discurso oficial, Ana Jorge, médica e antiga Ministra da Saúde de um Executivo socialista, veio afirmar, sem hesitação, que os números nunca desceram substancialmente! De facto, em julho e agosto, a região de Lisboa até atingia picos de contágio, e tudo o que aconteceu no estio está a repercutir, presentemente, no outono, e a ameaçar o inverno. Ah! O leviano verão de 2020... Quem não se lembra dos insistentes “convites ao desconfinamento”, concertadamente avançados pela palavra e pelo exemplo do Presidente da República e do Primeiro-Ministro a partir de julho – as idas à praia, aos restaurantes, a um badalado espetáculo com 2000 pessoas em recinto fechado? Quem não se lembra da ânsia com que apelavam à vinda de turistas de Inglaterra e de Espanha, (dois dos países mais contaminados da Europa), e facilitavam a entrada sem qualquer controlo sanitário nos aeroportos portugueses (com a muito louvável exceção dos que estavam sob autoridade

regional, na Madeira e Açores)? Quem não se lembra da “guerra às máscaras” da DGS e da relutância de António Costa em recomendar o seu uso fora de espaços públicos fechados - que acabou, enfim, há poucos dias, por impor obrigatoriamente, tarde e a más horas, “muitos contágios depois”?

Nada disto aconteceria se o “desconfinamento” tivesse sido feito com prudência. Sair, sim, conviver, sim, porém com as cautelas que o risco permanente (repito, permanente!) impunha e impõe – para além da mais, a máscara, no exterior ou na casa de cada um, na companhia de quaisquer visitas, sejam de parentes, vizinhos ou amigos, pois, como é óbvio, a Covid-19 não distingue “quem é quem”.

3 – A terminar, não voltarei à requeitada polémica das magnas reuniões do PCP no meio do “estado de emergência”. Direi apenas que, se o PCP se quer mostrar “negacionista”, deixemo-lo fazer, em paz e boa ordem, mais uma

pública manifestação... Está de acordo com a letra da lei, não, porventura, com a seu “ratio”, que é a defesa das instituições democráticas. Aqui e agora o funcionamento da democracia ainda não me parece ameaçado, embora alguns tiques de autoritarismo se vão já vislumbrando, nomeadamente em excessos, contradições e desigualdades de tratamento. Dou só um exemplo: alegam sempre os nossos decisores políticos, em favor do PCP, a sua capacidade de organização. É real e eu até vaticino que, com o uso de máscaras e o respeito das distâncias físicas, nenhum mal virá deste congresso ao mundo. Mas de igual capacidade de organização e disciplina deram sobejas provas os clubes de futebol, nos raros jogos abertos a (pouco) público, e ao ar livre. Qual a razão de continuarem a ser discriminados os estádios, em comparação com cinemas, teatros, concertos e outros espetáculos em sala fechada? Parece-me que em democracia podemos exigir resposta. •



# beatriz dos panos



## Jogos de inverno

Microcoralinas,  
coralinas, flanelas



Tenha conforto na sua cama com preços fantásticos! Uma prenda excelente e útil para oferecer este Natal!





**10% desconto**  
Promoção válida de 26 a 3 de dezembro

Enquanto p...sa... Nós já executamos.

Cortinas • Têxteis-Lar • Blackout's • Aboalhados • Fardamentos

Serviço de Estofa • Tecidos de Confeção • Robôs Microperfurados

geral@beatrizdospanos.pt

# necrologia

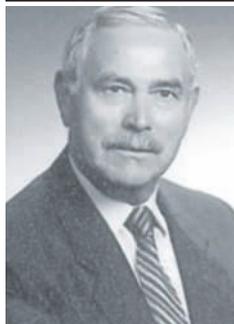


## ANTÓNIO MOREIRA DE SOUSA

13.º ANIVERSÁRIO DO FALECIMENTO

## ZULMIRA ALVES FERREIRA

4.º ANIVERSÁRIO DO FALECIMENTO



Seus filhos e restante família recordando-os com saudade, comunicam que será celebrada missa por suas almas, dia 29, domingo, pelas 8 horas, na Igreja Paroquial de Silvalde. Agradecem desde já a todos quantos participem na Eucaristia.

Espinho, 26 de novembro de 2020



## ROSA FERNANDES DE SOUSA ("ROSA CEITELA")

MISSA DO 16.º ANIVERSÁRIO



Seus filhos, genros, netos, bisnetos e restante família vêm, por este único meio, comunicar que será celebrada missa, por alma da sua ente querida, dia 3 de dezembro, quinta-feira, pelas 19 horas, na Igreja Paroquia de Anta. Desde já agradecem a todos quantos participem nesta celebração.

Espinho, 26 de novembro de 2020



## MARIA EDUARDA DE ALBUQUERQUE E VASCONCELOS SOTTOMAYOR PIZARRO

MISSA DO 1.º ANIVERSÁRIO DO FALECIMENTO



Seu marido, filhos, noras, netos e demais família vêm por este meio comunicar que será celebrada missa, por alma do seu ente querido, dia 2 de dezembro, quarta-feira pelas 19 horas na Igreja Matriz de Espinho. Agradecem, desde já, a todos quantos participem nesta Eucaristia.

Espinho, 26 de novembro de 2020



## Eduarda Maria da Silva Ferreira Capela

MISSA DO 26.º ANIVERSÁRIO



(EX-PROFESSORA DO ENSINO SECUNDÁRIO)

Sua mãe vem, por este meio, comunicar que será celebrada missa do 26.º aniversário, por alma da sua saudosa filha, dia 2, quarta-feira, às 19 horas, na Igreja Paroquial de Anta. Antecipadamente agradece a todas as pessoas que participarem nesta eucaristia.

Espinho, 26 de novembro de 2020

### OS NOSSOS CLASSIFICADOS

**APARTAMENTOS TO, 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.

## Manuel Domingues de Sousa

15.º ANIVERSÁRIO DO FALECIMENTO



O Amor do coração é mais forte do que o tempo... este pode passar, mas o amor permanecerá eternamente.

Saudades de ti Pai.

## Maria Rosa Pereira de Sousa Mendes

AGRADECIMENTO E MISSA DO 30.º DIA



Seu marido e demais família vêm por este meio agradecer a todas as pessoas que participaram no funeral do seu ente querido, ou que de qualquer outra forma lhes manifestaram o seu pesar. Comunicam que a missa do 30.º dia será celebrada segunda-feira, dia 30, pelas 8 horas da manhã na Igreja Paroquial de Paramos. Desde já agradecem a todos quantos participem nesta Eucaristia.

António da Silva Mendes – marido

Paramos, 26 de novembro de 2020

Funerária Henriques & M. Otilia – Esmoriz – Telf. 256 752 774 – Tlm. 914 096 243

## Hernâni de Oliveira Guimarães

AGRADECIMENTO E MISSA DE 7.º DIA



Seu filho e nora vêm 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 hoje, quinta-feira, dia 26, pelas 19 horas, na Igreja Matriz de Espinho, agradecendo a todos quantos participem na Eucaristia.

Espinho, 26 de novembro de 2020

Fun.º N.º S.º D'Ajuda – Sancebas – Rua 20 nº 887 Espinho – Servilusa [Tlf. 227345129 - 917738092]

## José Manuel de Sousa Oliveira

AGRADECIMENTO E MISSA 7º DIA



RUA DOS LIMITES - ANTA - ESPINHO

Sua irmã e demais família vêm por este meio agradecer a todas as pessoas de suas relações e amizade, que tomaram parte no funeral do seu ente querido ou que de outro modo se associaram à sua dor.

A Missa de 7º dia será celebrada sexta-feira, dia 27 de Novembro, pelas 19 horas na Igreja Paroquial de Anta.

Desde já agradece, muito reconhecidamente a todos quantos se dignem participar ou que de outro modo lhes manifestarem o seu pesar.

Anta, 26 de novembro de 2020

Agência Fun.º Maria de Lourdes, Lda. Anta – Espinho Tel. 227340609 – 966225173

## Emília Gomes de Souza

AGRADECIMENTO E MISSA DE 7.º DIA



Silvalde

Seus filhos, noras, genro, netos, bisneto e demais família vêm agradecer a todos quantos têm manifestado pesar, associando-se à sua dor. Informam que a missa de 7.º dia será celebrada amanhã, sexta-feira, pelas 08:00 horas, na Igreja Paroquial de Silvalde.

Rosa Maria Sousa Correia Massé  
Vitor Manuel Correia dos Santos  
Silvério Augusto dos Santos Gomes

Silvalde, 26 de novembro de 2020

Agência Funerária Luís Alves - Rua 18, n.º 954 – Espinho Tlm: 917 263 249 / 914 249 496



## JOAQUIM LARANJEIRA RODRIGUES

MISSA DO 14.º ANIVERSÁRIO

A família vem, por este meio, comunicar que será celebrada missa, por alma do seu ente querido dia 3 de dezembro, quinta-feira, pelas 19 horas na Igreja Matriz de Espinho

Desde já agradece a quem comparecer



## JOSÉ DOS SANTOS MOURÃO

MISSA DO 22.º ANIVERSÁRIO

(Aposentado do Casino)

Sua esposa e toda a família, recorda o seu 22.º aniversário com muita saudade. Será celebrada missa por sua alma, dia 4 de dezembro, sexta-feira, pelas 8 horas da manhã, na Igreja Paroquial de Silvalde. Desde já agradecem a quem comparecer.

# defesa-ataque

O **SC Espinho** irá receber o Beira Mar, no domingo (dia 29), às 11 horas, no Estádio Marques da Silva, em Ovar, em jogo da 7.ª jornada do Campeonato de Portugal.



## Entrevista.

**“Como qualquer jogador, tenho também o objetivo de, um dia, chegar a um grande clube”**

O sonho de Jota Gonçalves, o defensor central do Tondela que aos 20 anos já tem um lugar no futebol profissional. **p16 e 17**

**Ginástica. Ana Isabel Cardoso tem uma vida dedicada à modalidade e concorre às eleições da FPG de 19 de dezembro. p18**



**Andebol. Tigres empatam com AC Fafe.**

Recuperação dos tigres na segunda parte surpreende antiga equipa da 1.ª Divisão. **p19**

FERNANDO PINTO RIBEIRO/1948-2020

## “Não era um jogador tecnicamente perfeito, mas tinha muita força”

**Morreu o antigo jogador do SC Espinho, Fernando Pinto Ribeiro, aos 72 anos. O antigo futebolista, natural de Argoncilhe, esteve num dos períodos áureos dos tigres, nomeadamente na primeira subida ao escalão principal do futebol português, em 1973/1974 terminando de tigre ao peito em 1977.**



**Foi uma das melhores pessoas que encontrei”**

Álvaro Meireles, ex-jogador do SC Espinho



**Era uma pessoa bem-disposta e como jogador, dentro de campo, era muito forte e agressivo”**

Manuel José, antigo treinador do SC Espinho

MANUEL PROENÇA

**“ELE TINHA** uma fibra e uma determinação incríveis e, sobretudo, um imenso amor à camisola do SC Espinho, como era timbre, aliás, em praticamente todos os jogadores do clube”, recorda Álvaro Meireles que jogou vários anos com Pinto Ribeiro. “Foi uma das melhores pessoas que encontrei, quer como colega de equipa, quer como jogador. Alguns treinadores diziam-lhe para marcar determinados adversários, como o João Alves (Benfica) ou o António Oliveira (FC Porto) e que tinham muita influência no jogo dos adversários. Não era um jogador tecnicamente perfeito, mas tinha muita força”, recorda Álvaro Meireles que conta

um dos episódios com Pinto Ribeiro:

“O Caiado, treinador do SC Espinho, um dia, quis que ele fizesse marcação ao António Oliveira, num jogo contra o FC Porto. Mandou-o aquecer e depois de entrar em campo, passados cinco minutos, com a sua raça ia com a intenção de dar uma pancada no Oliveira e lesionou-se. O António Oliveira desviou-se um bocadinho e o Pinto Ribeiro fez uma rotura de ligamentos. Isto demonstra bem a vontade e o amor que ele tinha pelo clube”, lembra Álvaro Meireles.

Pinto Ribeiro jogou com a camisola do SC Espinho quan-

do Manuel José assumiu a equipa como treinador/jogador. “Foi alguém com quem joguei quando vim para Espinho e de quem fui treinador e amigo. Dei-me bem com ele durante muitos anos”, disse Manuel José.

“Era uma pessoa bem-disposta e como jogador, dentro de campo, era muito forte e agressivo. Era fortíssimo na marcação e não dava espaço ao adversário. Fez uma época excelente comigo a treinador/jogador, no ano em que subimos à 1.ª Divisão. Ele e o Manuel Gonçalves faziam uma excelente dupla de centrais. Não era tecnicamente muito dotado, mas era mui-

to eficiente na marcação”, caracterizou-o Manuel José, lamentando a morte de Pinto Ribeiro.

Entretanto, no final do jogo de domingo, após a vitória do SC Espinho ante o Gondomar para a Taça de Portugal, o plantel espinhense, no balneário, prestou uma homenagem a Pinto Ribeiro, pai do treinador adjunto, Nuno Rangel.

Pinto Ribeiro continua a deixar a sua marca no futebol do SC Espinho, quer com o filho na equipa técnica do plantel sénior, quer com o seu neto, Gustavo Pinto Ribeiro, como futebolista da equipa júnior dos alvinegros. •

TAÇA DE PORTUGAL PLACARD

## Até à lavagem dos cestos é vindima!

O **SC ESPINHO** alcançou mais uma vitória na Taça de Portugal, batendo o Gondomar, também do Campeonato de Portugal, por 2-1, no Estádio Marques da Silva, em Ovar. Os tigres passaram, assim, à quarta eliminatória (dezas-seis-avos de final) daquela prova. O sorteio da próxima eliminatória deverá ter-se realizado ontem, já depois do fecho da edição.

Num jogo disputado taco-a-taco, os espinhenses foram pacientes e mais felizes.

O Gondomar, em desvantagem, reagiu e alcançou o empate.

Na segunda parte, o equilíbrio manteve-se e já em tempo de compensação, os espinhenses acabaram por chegar ao golo da vitória na marcação de um livre direto, em posição frontal, à entrada da área gdomarense. •

TAÇA DE PORTUGAL :: 3.ª ELIMINATÓRIA



SC ESPINHO

2



GONDOMAR

1

22/11/2020. Estádio Marques da Silva, em Ovar

CARTÕES		SUBSTITUIÇÕES		AS EQUIPAS		CARTÕES	
V	A	SUBS	A	SUBS	A	V	A
				Kadú	Ricardo		
				Mica	Bosingwa		89
				João Pinto	Álvaro		90
				Né	Zé Pedro ©		49
				Gonçalo	Miguel Silva		44
				© João Ricardo	João Abreu		
		79	90	Dani	Pacheco		76
			75	Nakedi	Ángelo		
				Diogo Valente	Jorge Monteiro		59 6
				Betinho	Zakari		59
				Ivo Lucas	Sheriffe		59
				João Ferreira	Sérgio Machado		
				Bruno Silva	João Loureiro		
				Zé Santos	Tiago Gomes		59
				Sandro	Huguinho		
				Miguel Pereira	Fábio Borges		59
				Jota	Sala		
				Miguel Ângelo	Hulk		59
				Duarte Duarte	Cláudio		76

1-1 ao intervalo. **Marcadores:** 1-0, por Betinho (11); 1-1, por Ângelo (21, gp); 2-1, por Né (90+2)

ÁRBITRO: João Matos (AF Viana do Castelo)  
ASSISTENTES: João Mota e Afonso Barbosa

NESTE NATAL  
VESTE-TE  
COMO UM REI



KING SPORT

SOMOS DESPORTO  
HÁ MAIS DE 40 ANOS

RUA 62

Natal local  
é mais seguro

# defesa-ataque

JOTA GONÇALVES, ESPINHENSE NO FUTEBOL PROFISSIONAL DO CD TONDELA

**“Tenho o sonho de, um dia, jogar uma ‘Champions’ e de chegar à Seleção Nacional”**

**Jota Gonçalves (João Paulo Marques Gonçalves), tem 20 anos e nasceu em Espinho.** O defesa-central/médio defensivo do CD Tondela, estreou-se como sénior no Tondela, na época passada, na Liga NOS, com o treinador espanhol, Natxo González. Saiu de Espinho aos 16 anos, como juvenil, para a Académica de Coimbra e, agora, está no plantel de um clube da principal Liga profissional.



MANUEL PROENÇA

## Fale-me de si. Quem é o Jota?

Cresci muito à volta do futebol, com todas as pessoas que me acompanharam e que me ajudaram a crescer. Sempre imaginei que poderia chegar longe na minha carreira, mas nunca pensei que isso pudesse vir a acontecer tão cedo e que com a minha idade pudesse estar onde estou atualmente. Por isso, tenho de agradecer a todos os que me ajudaram e que me acompanharam. É evidente que muito do trabalho será meu, mas tenho a certeza de que se estivesse sozinho nunca conseguiria chegar a este patamar.

## Alguma vez praticou uma outra modalidade?

A modalidade que sempre pratiquei foi o futebol. Desde muito pequeno que acompanhava o meu irmão e, por isso, sempre tive o 'bichinho' do futebol. No início não se tratava de algo muito sério, mas com o decorrer do tempo comecei a focar-me com determinação no futebol.

## Como foi o seu primeiro contacto com o futebol?

Comecei a treinar com cinco anos e foi nas captações do SC Espinho. Como o meu irmão sempre jogou no Espinho, o meu pai decidiu pôr-me a jogar lá. Na altura, os treinos realizavam-se no Campo da Seara, em Silvalde. O meu treinador era o mister José António que foi uma pessoa que sempre me ajudou muito. Por

isso, guardo um carinho enorme por ele e por tudo aquilo que representa no SC Espinho.

## Porquê o SC Espinho e qual a razão que o levou a ir jogar para o Feirense um ano depois, regressando no ano seguinte?

Joguei no SC Espinho até aos 10 anos e fui para o Feirense porque esse clube mostrou interesse em mim. Mas era muito pequeno e foi o meu pai que tomou essa decisão. Mas as coisas acabaram por não correr bem e, no ano seguinte, voltei ao meu clube, que é o Espinho. Não estou nada arrependido por regressar ao clube que mais gosto, que é da minha terra e que muito respeito.

## Como foi a escolha pela posição de defesa-central ou médio defensivo?

Curiosamente era médio e nunca fui central! O meu irmão é que ocupava essa posição. Eu fazia todas as posições no meio-campo. Mais tarde, nos juvenis, quando fui para a Académica de Coimbra, passamos a jogar no sistema de três defesas. O mister achou por bem recuar-me para a linha de três. A partir daí comecei a ganhar o gosto de defender e de ser defesa-central. Não me arrependo desta escolha.

**O seu irmão, Fábio Gonçalves, também jogou no SC Espinho. Teve alguma influência no seu percurso?**  
O meu irmão é o exemplo que quero seguir. Ainda mais agora, que jogo na posição que ele sempre jogou. O Fábio dá-me muitas dicas e ajuda-me imenso mesmo tendo eu já chegado

a um patamar acima do dele. É mais velho e tem mais experiência do que eu. Tem estado sempre ao meu lado.

## Acha que os clubes onde os jovens jogadores se formam dão-lhes o verdadeiro valor?

Em Portugal temos uma mentalidade diferente da de outros países. Mas há clubes e clubes. Basta olharmos para o exemplo do CD Tondela que nos últimos dois anos apostou em quatro jovens da formação. Entendo que mais clubes se deveriam inspirar neste exemplo. Afinal, o futuro somos nós, os jovens! Temos de acreditar nos nossos jogadores.

## Foi isso que lhe aconteceu em Tondela, pois depressa ascendeu a sénior!...

Parece que foi depressa para quem está de fora! Para mim, que tive de passar por muito para chegar a este nível, foi um caminho difícil. O Tondela sempre me ajudou imenso e as pessoas que estão envolvidas no clube sempre confiaram em mim. É por isso que tento retribuir essa confiança que foi depositada em mim.

## O que é que o Tondela encontrou no Jota?

Quando passei pelos juvenis do clube fizemos um ótimo campeonato. Foi a primeira vez que o Tondela, neste escalão, foi à fase final. Acabei por ascender aos seniores juntamente com um outro colega meu. Mas ao longo dessa época de juvenis, demonstrei ter uma grande capacidade de trabalho e de resiliência. Penso que me viram com um exemplo para

aquilo que o clube pretende implementar, que é dar seguimento a esta aposta na formação.

## Alguma vez tinha pensado que poderia vir a ser jogador profissional de futebol tão novo?

Para qualquer jovem esse é sempre um sonho e um objetivo. Nunca pensei que iria alcançar este patamar tão novo. Em Portugal é muito difícil as equipas da primeira ou da segunda Liga encaixarem nos plantéis seniores os jovens que saem dos juvenis! Muitos acabam por ir para o Campeonato de Sub23 ou para o Campeonato de Portugal para ganharem alguma experiência e algum ritmo de jogo. Mais tarde acabam por chegar lá, mas só quando atingem os 23 ou 24 anos. São raros os casos de jovens com 19 ou 20 anos. Ainda bem que a mim acabou por me acontecer mais cedo. Por isso, sou um sortudo por estar na posição em que estou.

## Ainda se recorda de algum jogo que tenha marcado o seu percurso até agora?

Todos temos momentos bons e prefiro recordar os que são os melhores. Recordo-me de um momento na Académica de Coimbra, nos juvenis, quando estávamos no 'play-off' de acesso à terceira fase para o apuramento do campeão. O último jogo era com o Rio Ave. Nós tínhamos de ganhar e ao nosso adversário bastava um empate. Vencemos por 1-0, com um golo marcado por mim. Por isso, este jogo ficou-me marcado

“

Ainda não conquistei nada! Não fiz ainda nada que justificasse ver reconhecido este valor. No entanto, espero, um dia, conseguir valorizar a nossa cidade e o meu querido concelho de Espinho”.

para sempre na minha memória. Foi um momento muito feliz.

Nos juvenis do Tondela tivemos muitos momentos excelentes e não sou capaz de destacar um em particular. Tínhamos uma grande equipa e um grande coletivo.

Nos seniores, o último jogo do ano passado, com o Moreirense, em que conseguimos assegurar a manutenção na primeira Liga. Mesmo não tendo jogado, foi um ano muito difícil, quer para mim, quer para os meus colegas. A recompensa veio no último jogo.

## Qual ou quais os treinadores que mais o marcaram?

No SC Espinho foram os misteres José António, Fábio Paquete e Manuel José Correia, tendo este último apostado em mim nos juvenis sendo eu juvenil de primeiro ano. Todos me ajudaram muito neste meu percurso.

O Rui Silva e o seu adjunto, Tiago, na Académica de Coimbra. O José Pipo e o adjunto, Pedro Alegre, nos juniores do Tondela. Acabam por ser, no fundo, as equipas técnicas pois no futebol há, também, um trabalho coletivo. Os treinadores dos seniores do Tondela também foram muito importantes para mim.

#### **Há algum ou alguns ídolos pelos quais tenha admiração?**

O meu ídolo é o meu irmão, o Fábio Gonçalves. Mas também gosto muito do Rúben Dias que agora se transferiu para o Manchester City, porque é um jogador português e, sobretudo, por tudo aquilo que ele tem feito, tanto no Benfica como enquanto esteve na Seleção Nacional. Também gosto muito do Sérgio Ramos, do Real Madrid.

#### **Está longe de casa e dos seus familiares e amigos. Como se tem adaptado a esta nova realidade da sua vida?**

A primeira vez que estive sem a minha família foi quando fui para os juvenis da Académica de Coimbra. Tinha 16 anos e ainda era muito novo. No entanto, acabava por estar com a família todas as semanas. Ou viam os meus jogos ou eu ia a casa. Nunca me afetou essa situação. Falo todos os dias com a minha família, quer por telefone, quer por videochamada. Mantenho este contacto o que minimiza a distância. O meu projeto, afinal, vale tudo isto. Faço-o para mim, naturalmente, mas também pela minha família.

#### **O que sente a sua família mais próxima acerca desta realidade que o Jota abraçou?**

A minha família apoia-me muito desde o início. Acredita muito em mim. O mais importante é termos esse suporte familiar.

#### **Tem sentido o apoio e o carinho das gentes de Tondela?**

As pessoas desta terra não muito carinhosas. É um meio muito pequeno e fazem-nos sentir como se estivéssemos em casa. E isso é mais um fator que vem minimizar as saudades que possamos ter dos nossos familiares e amigos. Dão-nos tudo aquilo que precisamos.

#### **O que mais gosta de fazer para ocupar os seus tempos livres?**

Sempre que tenho tempos livres tento falar com a minha família e com os meus amigos. Costumo jogar PlayStation para me distrair um pouco. De resto, aproveito para descansar porque isso também é importante.

**Espera, um dia, poder vir a dar um**

#### **salto para um dos grandes clubes portugueses – FC Porto, Benfica, Sporting, Braga...**

Como qualquer jogador, tenho também o objetivo de, um dia, chegar a um grande clube. No entanto, sinto que estou bem em Tondela pois é um clube que me dá estabilidade para um dia chegar a esse patamar. Prefiro pensar que vou caminhar passo-a-passo e esperar para ver como as coisas correm com o tempo.



Se pensarmos muito no futuro acabamos por não nos concentrarmos no presente e por não conseguir alcançar os objetivos que temos”.

#### **Já alguma vez lhe passou pela cabeça poder vir a jogar no estrangeiro?**

Não descarto essa possibilidade. Mas penso, o mesmo, como atrás referi.

#### **Qual é a grande diferença entre estar num clube profissional, como o CD Tondela e estar no futebol não profissional?**

A grande diferença está nas condições de trabalho. São realidades muito diferentes.

#### **Tem algumas regras, nomeadamente em relação à alimentação, descanso...**

É evidente que tenho. Aliás, o clube incute-nos esse princípio e nós temos de ter essa mentalidade. Como jogadores profissionais de futebol temos de ter esses cuidados e temos, também, autonomia.

#### **Como foi e como está a ser para si este período de pandemia que estamos a atravessar?**

O momento que estamos a atravessar é muito difícil. No entanto, a vida continua! Antes de tudo isto, tínhamos o público nas bancadas, não era obrigatório o uso da máscara... Só temos de nos saber adaptar à nova realidade.

#### **Quando esteve o futebol parado pela pandemia, como se conseguiu manter em atividade?**

Treinava todos os dias em casa. Fazia-o com o meu irmão. Por isso, mais uma vez ele foi uma grande ajuda que tive. Foi muito difícil ter ficado em casa dois meses, sem se saber bem aquilo que iria acontecer, sem previsões de quando voltaríamos a treinar e a jogar. Foi um período difícil.

#### **Tem muitos amigos no futebol?**

Tenho grandes amigos no futebol que espero trazê-los comigo ao longo da vida.

#### **Embora a sua carreira ainda esteja no início, acha que a sua terra natal lhe tem dado o devido e merecido valor?**

Eu ainda não conquistei nada! Não fiz ainda nada que justificasse ver reconhecido este valor. No entanto, espero, um dia, conseguir valorizar a nossa cidade e o meu querido concelho de Espinho. Espero que tudo aquilo que eu venha a alcançar na minha carreira possa projetar, também, o nome de Espinho.

#### **Quais são os seus objetivos para o futuro?**

Tenho o sonho de, um dia, jogar uma ‘Champions’ e de chegar à Seleção Nacional. Como referi atrás, vou pensando à medida que for dando um passo... Se pensarmos muito no futuro acabamos por não nos concentrarmos no presente e por não conseguir alcançar os objetivos que temos.

#### **Tem acompanhado o percurso do SC Espinho no Campeonato de Portugal?**

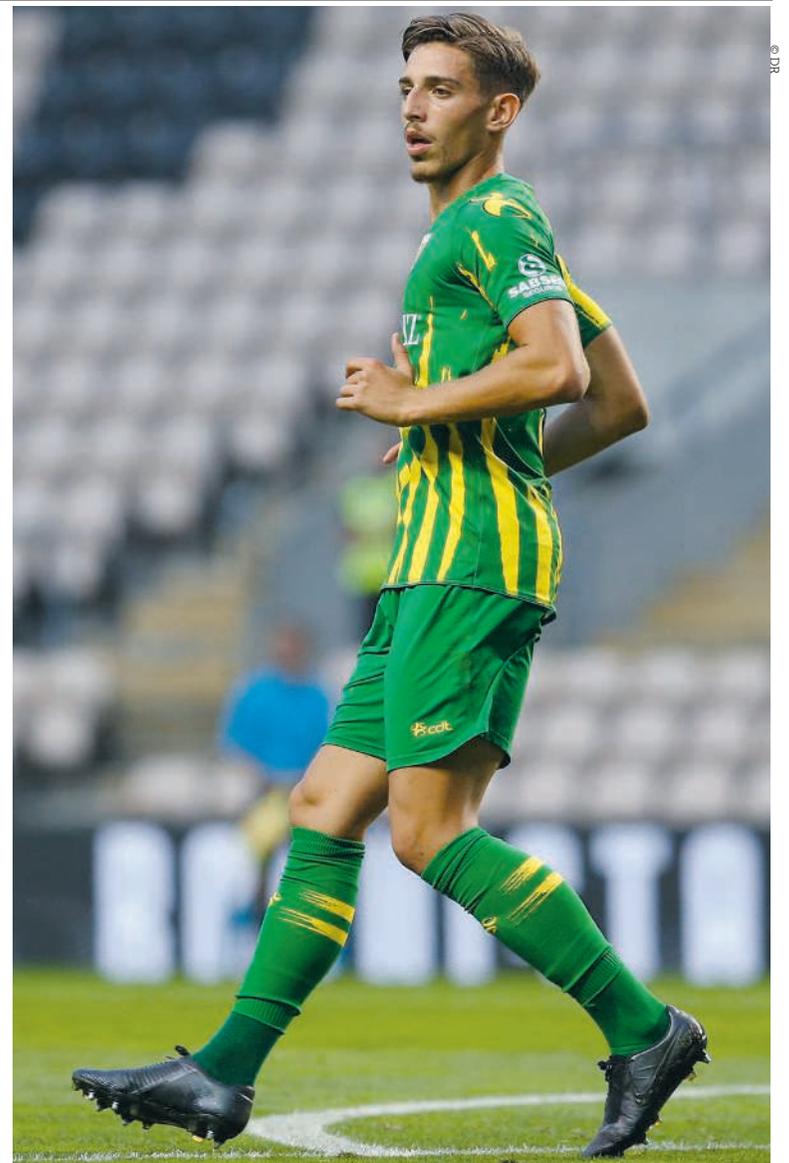
Infelizmente o SC Espinho ainda não conseguiu encontrar o caminho do sucesso. Mas tenho acompanhado as transferências e aquisições. Penso que a equipa se reforçou bem, com jovens jogadores. Mas o futebol depende muito do trabalho, mas também da sorte. E é a sorte que tem faltado ao SC Espinho. O clube tem feito um bom trabalho com as condições que tem. O facto de o clube não ter um estádio e de fazer muitos treinos em relva sintética, de jogar em Ovar, não ajuda em nada o percurso do Espinho. O clube tem uma grande massa adepta e se os estádios estivessem abertos ao público, nada disto estaria a acontecer ao Espinho! Os seus adeptos são muito importantes.



É a sorte que tem faltado ao SC Espinho. O clube tem feito um bom trabalho com as condições que tem”.

#### **Qual a mensagem que gostaria de deixar aos jovens jogadores espinhenses que estão a iniciar-se no futebol?**

Trabalhem, acreditem e lutem muito



por aquilo que mais ambicionam. É muito difícil chegar onde cheguei. Com a idade desses jovens nunca me passou pela cabeça que chegaria aqui tão cedo! Não baixem os braços, sejam humildes e trabalhem porque tudo aquilo que ouvimos acerca do Cristiano Ronaldo e de outras figuras do desporto acaba por ser verdade. Quem vence é quem trabalha mais.

#### **Estamos quase a chegar ao final do ano. Que mensagem gostaria de deixar ficar?**

Ter um estádio seria muito importante, tanto para o SC Espinho como para a própria cidade.

Espinho é a minha cidade e a terra onde quero morar. Nunca irei sair de Espinho porque aí temos tudo e estamos muito perto de tudo.

Sou um sortudo por ser de Espinho. •

#### **DO SC ESPINHO AO CD TONDELA**

Jota iniciou a sua formação no futebol do SC Espinho aos cinco anos e começou a competir nos sub9, em 2008/2009, tendo seguido para a equipa de sub10 do Feirense na época seguinte. Regressou ao SC Espinho em 2010, para o escalão de sub11, clube onde permaneceu até aos juniores B (sub17) na época de 2015/2016. Na temporada seguinte, Jota foi para a equipa de juniores B da Académica de Coimbra, seguindo em 2017 para os juniores A do Feirense, onde esteve até 2018, partindo nesse ano, ainda como sub19 para o CD Tondela onde permanece até hoje. Pela equipa da principal Liga Profissional de futebol portuguesa, Jota já realizou três jogos. Este ano, o jovem jogador espinhense integra o plantel do CD Tondela, sob o comando do espanhol Pako Ayestarán.

**Milénio GOLD COMPRAMOS OURO**  
**ESPINHO - Galeria Sabinus Loja nº 2** **91 204 59 52**

## GINÁSTICA



## Ana Isabel Cardoso em lista candidata à FPG

A espinhense Ana Isabel Cardoso integra a lista candidata às eleições da Federação Portuguesa de Ginástica (FPG) de 19 de dezembro próximo, encabeçada por Ricardo Antunes.

MANUEL PROENÇA

**"FOI COM MUITO AGRA-DO** que aceitei este desafio de fazer parte da equipa do Ricardo Antunes", disse Ana Isabel Cardoso que acredita que esta equipa poderá "levar a ginástica a um novo patamar".

"A ginástica faz parte da minha vida e sou uma apaixonada por esta modalidade", refere a antiga treinadora da Académica de Espinho que é juiz de ginástica rítmica desde 1990.

Ana Isabel Cardoso acredita que o projeto que integra "tornará a ginástica mais competitiva, sustentável e que criará uma marca da modalidade que Portugal precisa. Como diz Ricardo Antunes, somos profissionais de sucesso nas empresas onde trabalhamos. Não ambicionamos o poder

nem procuramos protagonismos. Juntamo-nos para pensar fora da caixa um futuro para a ginástica portuguesa porque o futuro constrói-se, não acontece, os jovens sabem isso, exigem isso e são a missão que abraçamos", sublinha a espinhense

Ana Isabel Cardoso revela, entretanto, que foi convidada para integrar outra lista candidata concorrente ao ato eleitoral, o que a deixou orgulhosa e grata.

A candidata federativa não esconde as suas origens desportivas. "Sou espinhense, acadêmica e à Académica de Espinho devo o meu percurso na ginástica rítmica", refere Ana Isabel Cardoso.

Tendo estado, recentemente, no seu antigo clube, faz questão de deixar um agradecimento ao presidente dos

academistas, José António Lacerda, por ter acolhido "a nossa visão para o desenvolvimento da ginástica portuguesa".

Ana Isabel Cardoso acredita que com a candidatura que integra "é possível construir uma nova liderança, visionária e de vocação humanista para a ginástica".

Ana Isabel Cardoso é professora de Educação Física na Escola Dr. Manuel Laranjeira, em Espinho. Tem os diplomas "Reconhecer o Mérito", do Instituto Desporto de Portugal e de Sócia Honorária da Associação de Ginástica do Norte (AGN) em reconhecimento dos altos serviços que lhe prestou. Foi diretora técnica nacional da FPG, tendo desempenhado outras funções quer na Federação, quer na AGN. •



**É possível construir uma nova liderança, visionária e de vocação humanista para a ginástica".**

Ana Cardoso, candidata à FPG



Licenciatura em Ensino da Educação Física e Mestrado em "Treino com Crianças e Jovens" pela Faculdade de Ciências do Desporto e de Educação Física da Universidade do Porto

Desde 1995, professora efetiva de Educação Física na Escola Dr. Manuel Laranjeira

Curso de Treinadores Ginástica Rítmica da Federação Internacional de Ginástica - Grau 3

Juiz Internacional de Ginástica Rítmica desde 1990

Treinadora de Ginástica Rítmica no Boavista Futebol Clube (1986/92)

Treinadora de Ginástica Rítmica na Associação Académica de Espinho (1993/2014)

Medalha de Mérito e Dedicção da AA Espinho (1998)

Medalha de Dedicção atribuída por deliberação da Assembleia Geral da AA Espinho (2011)

Medalha Mérito Desportivo AA Espinho (2013)

Diretora Técnica Nacional de Ginástica Rítmica da FPG (1992/94)

Elemento da Comissão Técnica de Ginástica Rítmica da FPG (2012/16)

## Vitória com sabor a leiteão

**HÓQUEI EM PATINS.** A Académica de Espinho foi à Mealhada vencer o conjunto local por 3-6, em jogo da 8.ª jornada do Campeonato Nacional da 2.ª Divisão Norte de hóquei em patins.

Os academistas entraram mal no jogo e nos primeiros 10 minutos já perdiam por 2-0. Foi a partir daí a reação dos mochos que, quase de seguida reduziram para 2-1, por intermédio do capitão, André Pinto e pouco depois restabeleciam o empate por Ricardo Ramos.

Antes do intervalo ainda se registou uma oportunidade de alcançar a vantagem para cada uma das equipas, na marcação de livres diretos. Não obstante, a equipa de Luís Canelas acabou por chegar ao golo ainda

antes de partir para o intervalo, por Fred Saraiva.

No segundo tempo, o Mealhada reagiu e chegou ao empate, mas André Pinto acabou por desfazer as dúvidas ao colocar os academistas novamente na frente do marcador, com um golo de grande penalidade.

Mais descontraída, a equipa da Académica de Espinho ampliou para o 3-5 por Fred Saraiva e chegou ao 3-6 por Tiago Ferraz. O guarda dos academistas foi chamado a tentar converter um penalti, mas acabou por desperdiçar a oportunidade.

A cinco minutos do termo do encontro, Ricardo Ramos não conseguiu converter mais uma grande penalidade a favor dos mochos. •

## Quatro pódios para os tigres

**NATAÇÃO.** Os nadadores do SC Espinho João Castro, Guilherme Pinto e Marta Sousa alcançaram lugares no pódio no Torneio de Preparação de Infantis que se realizou nas Piscinas do Colégio Nossa Senhora da Apresentação, em Calvão, Vagos.

João Castro (infantil B) classificou-se em primeiro lugar nos 100 metros bruços e no segundo lugar nos 100 metros mariposa, tendo ainda obtido a sexta posição nos 200 metros estilos e o sétimo lugar nos 100 metros costas. Guilherme Pinto (infantil A) ficou em primeiro nos 100 metros mariposa, conquistando a quarta posição nos 200 me-



tros estilos, o quinto lugar nos 100 metros costas e o nono lugar nos 100 metros livres.

Marta Sousa (infantil A) obteve o terceiro lugar nos 100 metros mariposa, o oitavo lugar nos 100 metros livres e o 10.º lugar nos 100 metros costas. •

## AF Aveiro suspende competições

**FUTEBOL.** A Associação de Futebol de Aveiro (AFA) deliberou suspender os campeonatos de futebol sénior e de esperanças e de futsal até ao dia 27 de dezembro. Esta decisão vem na sequência das restrições impostas em consequência do Estado de Emergência

em Portugal. A AFA admite, entretanto, poder vir a prolongar a suspensão destas provas em função da avaliação que poderá vir a ser feita nos próximos dias. No entanto, prevê-se que as provas possam vir a ser retomadas a 9 e 10 de janeiro de 2021. •

# Craft & Cose

Retrosaria Rua 14



**Corte, costura e crie um natal diferente**



Natal **local** é mais seguro

## VOLEIBOL - 1ª DIVISÃO

# Águias levam a melhor



**A equipa de voleibol de seniores masculinos do SC Espinho perdeu com o Benfica, por 0-3 (16-25, 23-25 e 22-25), em encontro da 15.ª jornada do Campeonato Nacional da 1.ª Divisão.**

**AS ÁGUIAS** entraram mais fortes no primeiro parcial, controlaram o jogo dos espinhenses e conseguindo uma vantagem no marcador.

Nos sets seguintes, os tigres deram luta e criaram imensas dificuldades ao Benfica, mas não foram capazes de contrariar a mais-valia individual e coletiva dos encarnados.

Os espinhenses ocupam a sexta posição da tabela classificativa, mas ainda terão de realizar os jogos em atraso com o Ala Gondomar (29 de novembro), VC Viana (3 de dezembro) e Clube K (6 de dezembro).

Eis a equipa tigre, treinada por Vítor Pinto, que defrontou o Benfica:

Robson Gomes (3 pontos), José Monteiro (2), Ricardo Alvar (5), Gabriel Andrade (5), Dinis Leão (19), Filip Cveticanin (9),

Januário Alvar (líbero); João Simões (3), Manuel Figueiredo e João Castro (líbero).

Entretanto, a equipa de seniores femininos do SC Espinho alcançou mais uma vitória para o Campeonato Nacional da 2.ª Divisão. As tigres, orientadas por Ricardo Lemos, bateram a Juventude Pacense por 3-0 (28-26, 26-24 e 25-13).

Eis o conjunto espinhense: Ana Vieira (1 ponto), Francisca Cruz (15), Matilde Moura (2), Karoline Silva (20), Cristiana Correia (4), Catarina Lacerda (6), Rita Elísio (líbero); Célia Almeida (2), Daniela Matos (5), Matilde Sines (3), Beatriz Gomes, Maria José, Filipa Teixeira e Matilde Moreira (líbero).

Próximo jogo: Pavilhão Eduardo Soares, Sábado 28 de Novembro contra a Associação Académica de São Mamede. •

## Tigres empatam com Fafe

**ANDEBOL.** O SC Espinho empatou com o AC Fafe (30-30), em encontro a contar para a sétima jornada do Campeonato Nacional da 2.ª Divisão, Zona 1. Os espinhenses perdiam com o seu adversário, ao intervalo, por 14-16.

Num jogo ante uma equipa que já esteve no principal escalão do andebol português, os tigres foram capazes de ter um bom desempenho, sobretudo após o intervalo, altura em que conseguiram recuperar da desvantagem no marcador. Salienta-se a atuação do lateral-esquerdo, Daan Garcia,

que foi o melhor marcador do jogo, com 11 golos numa equipa que se salientou pela homogeneidade e pelo entrosamento que tem vindo a conseguir de jogo para jogo. Entretanto, a Federação de Andebol de Portugal anunciou a suspensão das duas próximas jornadas dos campeonatos (exceto da 1.ª Divisão) correspondentes aos dois fins-de-semana em que está em vigor o Estado de Emergência. Sendo assim, os tigres deverão regressar à competição, apenas a 12 de dezembro. •

DEFESA DE ESPINHO - 4621 - 26 NOVEMBRO 2020

### ASSEMBLEIA MUNICIPAL DE ESPINHO

EDITAL - 5ª SESSÃO ORDINÁRIA DO ANO 2020

Maria Filomena Maia Gomes, Presidente da Assembleia Municipal de Espinho:

Faz público, de acordo com o artigo 27º da Lei nº 75/2013, de 12 de Setembro, e em conformidade com o artigo 29º Regulamento Interno, que no próximo dia 3 de DEZEMBRO de 2020, pelas 21.00 horas, no Edifício dos Paços do Município, iniciar-se-á a 5ª sessão ordinária de 2020 desta Assembleia Municipal.

Sem prejuízo do que vier a ser estabelecido na Ordem do Dia, conforme as regras contempladas no nº 1 do artigo 53.º da referida lei, bem como no nº 2 do artigo 32º do Regulamento Interno, prevê-se a inclusão dos seguintes assuntos:

1. Assuntos agendados para o período de antes da ordem do dia;
2. Eleição dos candidatos a novos membros da Comissão Executiva Metropolitana do Porto;
3. Deliberar sobre os Cidadãos Eleitores designados pela Assembleia Municipal para a Comissão Alargada da CPCJ;
4. Deliberar sobre desafetação de terreno do Domínio Público Municipal para o Domínio Privado do Município;
5. Deliberar sobre delimitação da Área de Reabilitação Urbana – Litoral da Cidade de Espinho (ARU-LCE) e da Operação de Reabilitação Urbana – Litoral da Cidade de Espinho (ORU-LCE);
6. Deliberar sobre os Documentos Previsionais para o ano 2021:
  - a) Grandes Opções do Plano e Orçamento;
  - b) Mapa de Pessoal;
  - c) Autorizações Prévias Genéricas necessárias à execução dos documentos previsionais
7. Deliberar sobre a definição das taxas de IMI de 2020 para efeitos de liquidação e cobrança em 2021;
8. Deliberar sobre o Regulamento da Comissão Municipal de Proteção Civil;
9. Deliberar sobre o Regulamento do Conselho Municipal de Segurança;
10. Deliberar sobre propostas que visam prosseguir as atribuições da Autarquia;
10. Apreciar a informação escrita do Presidente da Câmara acerca da atividade Municipal;
11. Aprovar as atas 5/2020, 6/2020, 7/2020 e 8/2020;
12. Tomar conhecimento da Informação Económica e Financeira do Município de Espinho - 1º Relatório Semestral 2020

Para constar se publica este e outros de igual teor, que vão ser afixados nos lugares do estilo do Município.

Mais faz público que devido à situação epidemiológica provocada pelo coronavírus SARS-CoV-2 e doença COVID-19, a lotação dos espaços fechados está reduzida de forma a assegurar o distanciamento físico recomendado, pelo que a participação pública da sessão está condicionada à inscrição prévia de participação do público, até ao dia 30/11/2020 inclusive através dos e-mails [isaura.goncalves@cm-espinho.pt](mailto:isaura.goncalves@cm-espinho.pt) e limitada a 4 lugares (público e comunicação social). O uso de máscara é obrigatório.

Para constar se publica este e outros de igual teor, que vão ser afixados nos lugares do estilo do Município.

Espinho, 18 de novembro de 2020.  
A Presidente da Assembleia Municipal

DEFESA DE ESPINHO - 4621 - 26 NOVEMBRO 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 Quinze - E, de folhas noventa e sete a folhas noventa e oito verso, foi lavrada uma escritura de JUSTIFICAÇÃO NOTARIAL outorgada no dia vinte de Novembro de dois mil e vinte, por: ALEXANDRE PINTO DE SOUSA, titular do N.I.F. 161 016 120 e do Cartão de Cidadão 07604532 3 ZX1, válido até 06/02/2029, emitido pela República Portuguesa, e mulher, FERNANDA DE FÁTIMA RIBEIRO SOUSA, titular do N.I.F. 148 114 091 e do Cartão De Cidadão 06739636 4 ZX9, válido até 16/09/2029, emitido pela República Portuguesa, casados sob o regime da comunhão geral, naturais, ele da freguesia de Anta, concelho de Espinho, ela, da freguesia de Carviçais, concelho de Torre de Moncorvo, residentes na Rua de Cassufas, número 485, em Anta, união de freguesias de Anta e Guetim, concelho de Espinho. DISSERAM OS OUTORGANTES: Que são donos, com exclusão de outrém, do seguinte imóvel: PRÉDIO RÚSTICO – composto de terreno de cultura, com a área de setecentos e cinquenta metros quadrados, sito na Ildanha, na freguesia de Anta, concelho de Espinho, omissos na competente Conservatória do Registo Predial, a confrontar do Norte com Manuel Nogueira da Fonseca, do sul com proprietário, do nascente com António Fernandes da Silva Pereira e do poente com Manuel Pereira Pinto, inscrito na respetiva matriz sob o artigo rústico 3.790, da união de freguesias de Anta e Guetim, (anterior artigo rústico 3.733 da extinta freguesia de Anta), com o valor patrimonial tributário para efeitos de IMT e atribuído de CENTO E CINQUENTA E SETE EUROS E QUARENTA CÊNTIMOS. Que iniciaram a posse deste imóvel há mais de vinte anos, em meados do ano de mil novecentos e oitenta e oito, por doação verbal, feita a favor dos dois Outorgantes, de Rosa Pereira Pinto, solteira, maior, tia do Outorgante ALEXANDRE PINTO DE SOUSA, residente na dita Rua de Cassufas, número 485, nunca formalizada, pelo que não são detentores de qualquer título formal que legitime o seu domínio, razão pela qual se encontram impossibilitados de comprovar a aquisição pelos meios normais. Que, não obstante isso, eles têm usufruído o dito prédio, cultivando-o, colhendo os correspondentes frutos, gozando todas as utilidades por ele proporcionadas, 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, 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 características de tal posse, adquiriram a propriedade do referido prédio por usucapião. 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, 23 de Novembro de 2020.

A Notária,  
Natália de Oliveira Figueiredo Almeida Ribeiro

# OFF. BOM FIM DE SEMANA



## Decoração de natal

Já que montou a árvore de natal, é altura de trazer para fora a decoração desta época. Certamente terá panos ou toalhas para trocar, enfeites para colocar em cima do móvel ou até velas para aquecer o ambiente.



## Fazer presépio

Recue aos tempos de infância e construa o seu próprio presépio. Se tiver a oportunidade vá ao pinhal apanhar o tradicional musgo. Colocando uma toalha por baixo, espalhe o musgo e, em cima, coloque as figuras do presépio.



## Carta ao pai natal

Sente-se com o seu filho ou neto e ajude-o a escrever a carta ao pai natal. Certamente vai querer pedir mil e um presentes, mas com a sua ajuda perceberá que apenas pode pedir um ao tão querido pai natal.

# É tempo de continuar em casa e escolher lugares de sossego

**ESTÁ PRESTES A CHEGAR MAIS UM FIM-DE-SEMANA DE ISOLAMENTO.**

**As tardes são passadas em casa, onde há sempre muito que fazer, mas as manhãs podem ser aproveitadas para respirar ar puro. Mas seja prudente e proteja-se.**



© SARA FERREIRA

LISANDRA VALQUARESMA

**dia 1** **APROVEITE QUE O RECOLHER** obrigatório à sexta-feira só tem início às 23 horas, para conhecer a nova iluminação de natal deste ano. Percorra a cidade a pé e descubra a cidade encantada. Leve os mais novos, tirem fotografias e, à vinda embora, ainda têm oportunidade para saborear um bolo na Aipal ou umas pipocas bem saborosas no café Doce Prazer, ambas em plena Rua 19.

**dia 2** **HAVENDO A IMPOSSIBILIDADE** de sair de casa durante as tardes do fim-de-semana, a manhã tem que ser aproveitada para respirar ar puro. Acorde cedo e comece a manhã do seu sábado da melhor forma com uma ida ao Parque Ambiental do Buçaquinho. Situado entre Esmoriz e Cortegaça, este paraíso natural tem, no total, 24 hectares de zona verde onde pode desfrutar de momentos ao ar livre e em direto contacto com a natureza. O parque foi inaugurado em abril de 2013 e, desde essa altura, tem chamado à atenção de muitos, especialmente daqueles que procuram um espaço relaxante, seja para passear,

para passar umas horas na leitura ou para divertir os mais novos.

Pólo de atração no âmbito do ecoturismo e da educação ambiental, este espaço verde contempla seis lagoas e um vasto pinhal ao seu redor. Pegue na família, procure este lugar isolado e desfrute de um dia bem passado. Neste parque não faltam coisas para fazer. Se é daquelas pessoas que gosta de andar, pode dedicar-se a uma caminhada pelo parque. O espaço é grande e pode fazê-lo ao longo dos trilhos de madeira que por lá existem. Se caminhar não for a sua paixão, a bicicleta também serve.

Para as crianças existe o parque infantil. Nos escorregas e baloiços, os mais novos podem passar momentos de diversão, mas tenha cuidado com as aglomerações. É importante evitar contacto entre pessoas.

Se o dia estiver agradável e com sol, estender uma toalha ou manta na relva pode servir para descansar um pouco ou ler um livro. Será um momento relaxante e, até quem sabe, agradável para dormir.

A área é extensa e talvez a queira aproveitar bem. Aprecie a vista da esplanada e parta à descoberta de mais um pouco do parque. Certamente que ainda não viu metade nem parou

para vislumbrar os animais que por lá habitam. A verdade é que nem sempre é possível vê-los, mas existem rãs junto às lagoas, bem como alguns patos, raposas e gaios.

À hora de almoço regresse a casa. A tarde tem que ser passada no lar, mas a manhã no parque já valeu a pena. O ar puro certamente fez-lhe recuperar a energia.

Cozinhe o seu almoço e aproveite o resto do tempo para adiantar as tarefas que habitualmente reserva para o fim-de-semana. Por norma, há sempre algo para arrumar, roupa para lavar, arrumações para fazer na garagem, ou até aproveitar o tempo em casa para pendurar o quadro novo ou reparar algo que anda a adiar.

Para o jantar de sábado e como deve estar cansado do passeio, bem como das arrumações, pode encomendar uma pizza. Os miúdos vão adorar a ideia.

**dia 3** **À SEMELHANÇA DO DIA** anterior, o segredo é acordar cedo para aproveitar a manhã. À tarde terá tempo para dormir se assim o entender. Saia de casa e vá tomar o pequeno-almoço de forma tranquila. Não tenha pressa e aproveite para respirar o ar revi-

gorante da manhã.

Se for daqueles que gosta de fazer exercício físico de manhã, opte por uma caminhada ou uma corrida com o mar como fundo a embelezar o momento. Havendo a possibilidade de existir um elevado número de pessoas com a mesma ideia, seja prudente e evite os ajuntamentos. Opte por lugares mais calmos onde possa fazer a sua caminhada de forma segura, usando sempre a máscara de proteção.

No regresso a casa, vá pensando no almoço. Espinho tem uma vasta oferta no que toca aos restaurantes e há opções para todos os gostos e desejos. Consoante o que lhe apetece, encomende num restaurante da cidade para provar uma bela iguaria e, ao mesmo tempo, ajudar o setor da restauração.

Já em casa, desfrute da refeição com a família do seu agregado familiar, e pensem na decoração da árvore de natal.

A esta altura, há quem já a tenha feito, mas, por norma, só agora começa a ser o tempo típico para a montar. Reúna os filhos e tragam os caixotes com as bolas e as fitas da arrecadação. Para ajudar a tornar o ambiente ainda mais emblemático, coloquem música de natal como fundo. Pode ajudar a trazer de cima a inspiração e tornará o momento ainda mais bonito. •

ourivesaria  
1890  
**Confiança**  
130 ANOS  
Fazemos parte da história de Espinho  
Rua 19  
Tlf. 227 340 369  
geral@confianca1890.pt

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

OFF.

## Poesia. Livro de “Viagem Interior” de Ester Sousa e Sá

LÚCIO ALBERTO

O **NOVO LIVRO** de poesia de Ester Sousa e Sá, intitulado “Viagem Interior”, foi apresentado na plataforma digital Zoom.

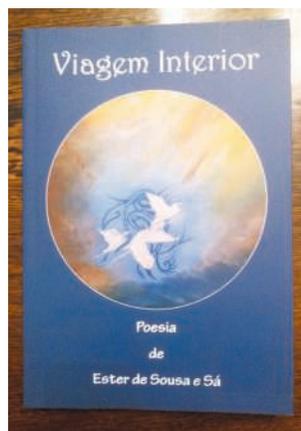
“Este meu segundo livro de poesia, reúne 66 poemas semeados ao acaso pelas páginas que o compõem, numa necessidade premente de exteriorizar o que sinto através da poesia.”

“Viagem Interior”, com Prefácio de Aida Araújo Duarte, “é, como o título sugere, uma viagem de introspecção, uma procura incessante do belo e do amor guardado dentro de mim.”

A autora dá ainda nota de que o título foi inspirado na obra com o mesmo nome e que fez parte de uma exposição virtual de arte, organizada em junho, pelo Museu Fundação Dionísio Pinheiro, em Águeda.

O agendamento presencial para a apresentação do livro estava provisoriamente marcada para 28 de novembro na Junta de Freguesia de Espinho, mas dado o agravamento da situação do Covid-19, o evento será protelado para melhor oportunidade.

“No entanto, como parar é morrer e, porque me recuso a baixar os braços, entregando-me ao desânimo”, regista Ester de Sousa e Sá. “Orga-



nizei, na tarde de 14 de novembro, uma apresentação entre amigos, utilizando a plataforma Zoom, que correu muito bem.”

“Éramos no total doze pessoas no Zoom: uma na Alemanha, outra na África do Sul, cinco em Portugal e também cinco na Galiza”, revela a autora do livro de poesia “Viagem Interior”. “Foi uma experiência interessante. Foi do agrado de todos presentes, com um diálogo aberto e fluído onde trocamos ideias e dissemos alguma poesia. Foi tal o sucesso desta reunião via plataforma Zoom, que ficou combinado marcar-se nova reunião virtual para o mês de dezembro.” •

## “Quatro tempos e mais um” do fotógrafo Alfredo Cunha no Museu municipal

**EXPOSIÇÃO.** Foi marcada para as 17h30 de 27 de novembro, no Museu Municipal – Fórum de Arte e Cultura de Espinho, a inauguração da exposição “Quatro tempos e mais um” do fotógrafo Alfredo Cunha.

Trata-se de uma das maiores exposições realizadas até hoje, com fotografias inéditas de Espinho.

Alfredo Cunha, que comemora meio século de carreira, apresenta em Espinho, até 29 de janeiro, mais de 200 fotografias. •



MONTEVAGO

THÉO CECCALDI *violino*  
ROBERTO NEGRO *piano*

## 46.º FESTIVAL INTERNACIONAL DE MÚSICA DE ESPINHO

27 NOVEMBRO, SEX \_\_\_\_\_ 21H00 AUDITÓRIO DE ESPINHO | ACADEMIA

90 MINUTOS | M/6

8€ | CARTÃO AMIGO ADE: 4€

Organização



Estrutura financiada pelo Ministério da Cultura / Direcção Geral das Artes



Apoio institucional



Apoios



Media partners



## Toscano Quarteto no Auditório de Espinho – Academia

**CONCERTO.** Foi agendado para a sexta-feira de 4 de dezembro, às 20h45, a atuação do quarteto de Toscano Quarteto no Auditório de Espinho – Academia, com “Love Supreme”, de John Coltrane.

“Não é por arrogância ou presunção que Ricardo Toscano, João Pedro Coelho, Romeu Tristão e João Lopes Pereira se atrevem a pegar em tamanha obra-prima, mas por devoção e em homenagem a um músico que jamais será esquecido”, dá nota a Aca-

demia de Música de Espinho. A obra de John Coltrane foi gravada em 1964, com os préstimos de McCoy Tyner, Jimmy Garrison e Elvin Jones. Esta suite em quatro partes resultou num dos discos mais marcantes da história da música.

“É conhecida a paixão de Ricardo Toscano pela música de John Coltrane”, traduzida pela inserção de temas do mestre em concertos do quarteto liderado pelo jovem – “mas já consagrado” – saxofonista português. •

OFF.

## agenda

**26 NOV**  
**Planetário do Multimeios**  
**15h30 horas**  
**"SOL, A NOSSA ESTRELA"**  
 Duração: 45 minutos  
 Classificação: maiores de 8 anos  
 O Sol já brilha no nosso mundo há quatro mil e quinhentos milhões de anos. "A luz que hoje aquece a nossa pele foi sentida por todas as pessoas que já viveram. É a nossa estrela mais próxima e a central energética do nosso planeta, a fonte da energia que impulsiona os nossos ventos, o nosso clima e toda a vida." Uma sessão (projeção imersiva a 360º) com com imagens nunca antes vistas da violenta superfície do Sol no formato de cinema imersivo.

**26 a 30 NOV**  
**OR Galeria**  
**(ângulo das ruas 25 e 14)**  
**5 às 19 horas de terça a sexta**  
**"SÍNTESE E GESTO"**  
 A exposição de pintura "Síntese e Gesto - Domingos Loureiro e Nadir Afonso" celebra os 100 anos do nascimento de Nadir Afonso, desafiando o artista Domingos Loureiro a realizar uma série de obras em diálogo com a obra do pintor-arquiteto.

**26 NOV a 31 DEZ**  
**Museu Municipal - FACE**  
**EXPOSIÇÕES DA FÁBRICA BRANDÃO E ARTE-XÁVEGA**  
 A exposição permanente que contempla a coleção da antiga fábrica Brandão, Gomes reparte-se por um núcleo central composto por torres expositivas e por duas salas dedicadas aos produtos, trabalho e circuito industrial e uma série de informação histórica disponibilizada em três quiosques multimédia. A coleção da arte-xávega reparte-se por um núcleo central composto por torres expositivas e por quatro salas com objetos utilizados no quotidiano desta secular arte de pesca artesanal, fotografias da faina e das suas gentes, e informação mais técnica e peculiar disponibilizada em três quiosques multimédia.

**26 NOV a 10 JAN**  
**Multimeios (galeria)**  
**"BOCA DE CÃO"**  
 O mundo da "Boca de Cão", onde há esquilos, bruxas e dragões, numa exposição que abre as portas da imaginação e em que o teatro de rua e as marionetas são os protagonistas de "uma história que vai começar com quem a visitar". A entrada é livre (limitado às novas regras de circulação e lotação dos espaços)



**26 NOV a 5 DEZ**

### "O ANO DA MORTE DE RICARDO REIS"

**Cinema do Multimeios**  
**Horário novembro: 16 horas, quinta e sexta Horário dezembro: 19 horas, quarta, quinta e sexta**

Um filme de João Botelho, com os atores Chico Diaz, Victoria Guerra, Catarina Wallenstein, Luís Lima Barreto, Dinarte Branco. Fernando Pessoa, um dos maiores escritores da língua portuguesa estabeleceu um gigantesco universo paralelo criando uma série de heterónimos para sobreviver à sua solidão de génio. José Saramago, prémio Nobel da literatura em 1998, fez regressar o heterónimo Ricardo Reis a Portugal, ao fim de 16 anos de exílio no Brasil. 1936 é o ano de todos os perigos, do fascismo de Mussolini, do Nazismo de Hitler, da terrível guerra civil espanhola e do Estado Novo em Portugal, de Salazar. Fernando Pessoa, o criador, encontra Ricardo Reis, a criatura. Duas mulheres, Lídia e Marcenda são as paixões carnisais e impossíveis de Ricardo Reis. Drama com 128 minutos e para maiores de 14 anos.

no horário das 10 às 18 horas de terça a quarta-feira, das 10 às 18 e das 21 às 22 horas de quinta e sexta-feira e das 15 às 19 horas.

**27 NOV**  
**Cineteatro António Lamoso (Feira)**  
**21 horas**  
**RICARDO AZEVEDO - 20 ANOS DE CARREIRA**  
 Em 2000, Ricardo Azevedo, fundou a banda Ez Special, onde permaneceu até finais de 2006. Desde então tem desenvolvido a sua carreira a solo. Canções como "Daisy", "Pequeno T2", "My Explanation", conhecidas do público português e que foram singles populares durante anos nas listas das músicas mais ouvidas na rádio, não poderão faltar.

**27 e 29 NOV**  
**Planetário do Multimeios**  
**15h30 de sexta-feira e 11 horas de domingo**  
**"VIAGEM PELOS PLANETAS"**  
 Duração: 40 minutos.  
 Classificação: maiores de 4 anos.  
 O sistema solar é constituído pelo Sol e por um conjunto de mundos que se encontram e

movem sob a sua influência. De entre esses muitos mundos - como cometas, asteroides ou as luas - destacamos os planetas. "Venha ao Planetário de Espinho e parta connosco à descoberta destes nossos vizinhos cósmicos."

**28 NOV**  
**Planetário do Multimeios**  
**11 horas**  
**"A TERRA NO ESPAÇO"**  
 Duração: 40 minutos.  
 Classificação: maiores de 10 anos. O Universo é imenso, sendo necessária uma viagem para o conseguir compreender. A sessão mostra o lugar que a Terra ocupa, a sua vizinhança no sistema Terra-Lua, no Sistema Solar e no espaço interestelar, até ao espaço intergaláctico.

**4 DEZ**  
**Auditório de Espinho - Academia - 20h45**  
**QUARTETO DE RICARDO TOSCANO - "LOVE SUPREME" DE JOHN COLTRANE.**  
 É conhecida a paixão de Ricardo Toscano pela música de John Coltrane, traduzida pela

**28 NOV**

### GASTRONOMIA DA BAIRRADA

**Casino Espinho**  
**Horário: 20 horas**

Será servido creme de cogumelos, folhado de leitão em cama de verdes, leitão da Bairrada e tarte de Águeda. Jantar acompanhado de música ao vivo: Diana Basto e Fabrizio Rinaldi.

inserção de temas do mestre em concertos do quarteto liderado pelo jovem - mas já consagrado - saxofonista português. Desta vez, Toscano decidiu dedicar todo um programa a John Coltrane, escolhendo uma das suas edições mais marcantes, o álbum A Love Supreme.



### "A Liga dos Animais Fantásticos" nas manhãs de sábados e domingos

**CINEMA INFANTIL.** O Centro Multimeios irá exhibir a versão portuguesa do filme "A Liga dos Animais Fantásticos", com sessões a 28 e 29 de novembro, 5 e 6 de dezembro, às 10h30. Um filme de animação/comédia, para maiores, de 6 anos, realizado por Reinhard Klooss e com vozes de Sara Prata e José Mata Roger é o "Robin Hood" da ultramoderna Robôtrópolis. "O último cão vadio da cidade, ele rouba comida aos ricos e distribui o saque pelos animais menos privilegiados." Há duas coisas na vida que Roger dispensa: animais domésticos e, especialmente, gatos. "Um dia ao chegar à zona degradada da cidade onde vive, Roger depara-se com bulldozers prontos para destruir a sua casa. O Presidente Frank Stone parece ter enlouquecido e está prestes a expulsar todos os seres vivos de Robôtrópolis..."

### Reposição no Multimeios de "Listen" - candidato português aos Óscares

**CINEMA.** O Centro Multimeios irá repor na sua programação de cinema, às 16 horas de 26 e 27 de novembro, e às 19 horas de 2, 3 e 4 de dezembro, o filme "Listen", realizado por Ana Rocha de Sousa. Trata-se de um drama. Para maiores de 14 anos, com os atores Lúcia Moniz, Sophia Myles, Ruben Garcia, Maisie Sly. "Listen" é a primeira longa-metragem da realizadora e atriz Ana Rocha de Sousa, tendo vencido quatro prémios no Festival de Veneza: O Leão de Futuro, de primeira obra, o prémio especial do júri da secção Horizontes, e duas distinções paralelas, 'Bisato d'Oro' e Sorriso Diverso Veneza. "Listen" será o candidato português à categoria de melhor filme internacional nos Óscares. •

Dizem que fazem PRENDAS destas

Natal local é mais seguro Rua 23

DESDE 1969

# Belameia

jeito sempre

OFF.

# “Considero-me uma aprendiz e simplesmente gosto de escrever”

## Laura Macedo Quintas



© FRANCISCO AZEVEDO

**“Não me considero poetisa nem escritora”, diz sem hesitar, e sem ponta de pretenciosismo, Laura Macedo Quintas, que tem na forja mais dois livros, estando a concluir o segundo, enquanto o primeiro aguarda pela retoma. “Considero-me, com muito orgulho, uma aprendiz, simplesmente gosto de escrever. O meu júbilo está em conviver com pessoas cultas e inteligentes com as quais muito aprendo.”**

LÚCIO ALBERTO

“Achei interessante termos combinado esta entrevista na Biblioteca Municipal José Marmelo e Silva, que foi meu professor de Português na antiga Escola Comercial e Industrial de Espinho”, dá nota Laura Macedo Quintas. “Notava-se que eu era pessoa distinta. Numa aula, disse-nos que devíamos escrever, insistir na escrita. Eu não sabia que ele também era escritor. Nessa altura, entre os meus 14 e 15 anitos, eu fazia um diário. Era um caderno liso em que eu escre-

via a minha ingenuidade, a minha inocência.”

“Atrevi-me a dizer-lhe, à saída da aula, que tinha um diário e ele disse para lhe mostrar”. Recorda ainda Laura Quintas Macedo. “E assim foi na aula seguinte, mas achava que ele não iria ligar nenhuma ao meu diário, porque não seria interessante. Ele não me falou sobre o diário durante 15 dias e eu fiquei com pena, porque não conseguia dar continuidade ao meu diário. Até que, no final de uma aula, entregou-me o diário e disse-me para continuar a escrever. Fiquei com os olhos arregalados. Estava à espera que ele dissesse mais qualquer coisa, nem que fosse isto nada vale, mas continue a escrever...”

Laura Macedo Quintas refletiu e encontrou em si própria a motivação, fazendo jus à vocação que nela despertava. “E continuei a escrever. O diário tinha o nome de um amigo imaginário, com que eu conferenciava. Era o Henry e eu desenhava-o de cartola e fraque. Se o professor José Marmelo e Silva tivesse dito para eu desistir, talvez até não escrevesse mais. Mas foi assim que ele deu ânimo e forças a alguém que não tinha nenhuma bases.”

E também carecia de maturidade e as vivências eram de tempos de aprendizagem escolar e de sonhos. “Eu era adolescente, também irrequieta,

mas sem grandes hábitos de leitura em casa, onde nem se falava de religião ou política, porque era quase tabu falar disso. Depois, quando já era enfermeira, escrevia uns poemas para os meus colegas que já estavam reformados. Eu buscava as particularidades deles e eles achavam imensa graça aos poemas.”

Nunes Carneiro, da Editora Elefante, disse-lhe então que tinha matéria “para fazer um livro”. Laura Macedo Quintas não contava com tal desafio. “Ri-me”, confessou. “Mas ele tinha razão.”

Há intimidade e inspiração quando a ex-enfermeira escreve. “A gente não consegue separar o irreal do real. Há uma simbiose que a gente exorciza, ou que a gente já viveu noutras épocas. E também há outras coisas que são alimentadas pelo nosso imaginário. Acho que sou criativa, porque tenho uma imaginação fértil.”

“Eu não tinha vocação para enfermagem”, diz a autora nascida há 66 anos, em Espinho. “Nem para freira e tinha uma tia freira que queria que eu fosse freira. E levou-me de férias, duas semanas, não para um convento mas para uma quinta de retiro religioso em Gondomar, onde ela estava. A experiência marcou-me pela positiva, porque consegui entrar dentro de mim e meditar sobre coisas que no dia-a-dia não conseguia pensar.

Era tudo meticuloso. Senti-me uma princesa, porque fui bem tratada por todas as freiras. Eu tinha outra tia freira que também era enfermeira. Foi no namoro que o meu marido incentivou-me a tirar o curso de enfermagem. E assim foi. Tive uma experiência muito dignificante.”

“Eu tenho o meu lado exacerbado”, reconhece Laura Macedo Quintas. “Sou contundente para quem merece. Mas sou afável para quem precisa e merece. Tudo isto é arte. A arte de cuidar dos outros e a arte de escrever. É a tal simbiose. Ninguém cuida sem saber cuidar. Se nós cuidamos, temos de saber cuidar e ter alma para o ser humano que precisa. Se nós queremos escrever, temos de saber abrir a alma. Foi, por isso, que comecei a escrever poesia e já tinha cerca de 30 anos.” Entretanto, já concorreu com 50 poemas ao concurso de poesia realizado em Fânzeres (2018) e frequenta com alguma regularidade a “Onda Poética”, em Espinho, e tertúlias.

Entre outros, os seus poetas de referência são Rosa Lobato de Faria (“adotei-a como minha madrinha na escrita”), Florbela Espanca, Natália Correia, Sophia de Mello Breyner e Miguel Torga •

*“Comecei a trabalhar aos 20 anos e fui enfermeira sempre no Hospital de Espinho, durante 36 anos, até me reformar. E foi então que publiquei o primeiro livro. Fiquei intrigada quando fui desafiada a publicar o primeiro livro, mas arrisquei!”*

*Livros de Laura Macedo Quintas:*

*“Espólio da Minha Alma” – poesia (dezembro de 2012);*

*“A Fifi e o Fufu” – conto infantojuvenil (maio de 2016);*

*“Brumas do Tempo” – poesia (dezembro de 2016);*

*“Um Sonho de Natal 1966” – conto infantojuvenil (novembro de 2018)*

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

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

foto com memória

21 novembro de 1903

**Aventura e tragédia do balão Lusitano**

Belchior Fonseca, farmacêutico do Porto e aficionado do balonismo, convidou César Marques dos Santos e José António de Almeida para subir com o seu balão «Lusitano», na manhã de 21 de novembro de 1903, a partir do Palácio de Cristal. Diz Joaquim Tato, na Defesa de Espinho de 13 de janeiro de 1978, que a frágil aeronave, “impelida por forte guinada de vento”, foi conduzida para o mar, “seguindo destino incerto”. Recorda ainda “a multidão que à praia de Espinho ocorreu” para assistir à passagem do balão, cuja forma se “assemelhava a uma laranja”. A morte dos três tripulantes foi mais uma das várias tragédias do balonismo portugueses.



TEMPO ESPINHO:

QUI - 26		15° 10°
SEX - 27		16° 9°
SÁB - 28		16° 8°
DOM - 29		16° 10°
SEG - 30		16° 10°
TER - 31		16° 10°
QUA - 25		16° 9°
QUI - 26		15° 9°

Fonte: www.ipma.pt

# Seis árvores da rua 20 ganharam nova vida no parque de campismo

**AS ÁRVORES** que faziam parte da Rua 20 e que foram retiradas do local devido à requalificação em curso, foram replantadas no parque de campismo da cidade, por se encontrarem em bom estado. Mercês Ferreira, engenheira do ambiente a trabalhar na Câmara Municipal, explicou à Defesa de Espinho que “o que se fez foi avaliar o estado de saúde das árvores e verificar até que ponto era possível voltar a transplantá-las.” Como tal foi permitido, foram, até ao momento, replantadas seis árvores “e a ideia é continuar a fazer esse trabalho”. A técnica do ambiente adianta que “a intenção do município em outra obras que venham a decorrer será sempre, em primeiro lugar, esta de replantação e, só em último lugar, serão abatidas, caso estejam de saúde deficitária ou por apresentarem alguma de-

bilidade que pode, inclusivamente, pôr em causa a segurança e a vida de quem passa.” Para além de ter sido realizado este trabalho, “está previsto plantar de novo com a obra e, por isso, vai surgir mais plantação na zona”. Neste sentido, “e mesmo que não se transplante imediatamente, faz-se o seu envasamento e replanta-se depois, mais tarde, noutra sítio porque estamos numa época em que isso pode acontecer, em termos climáticos”, esclarece Mercês Ferreira. Tendo em conta que este tem sido um tema polémico vivido nos últimos meses em Espinho, Pinto Moreira, presidente da Câmara Municipal, partilhou o sucedido nas redes sociais e afirmou “não haver qualquer preconceito ambiental na autarquia”, sendo que são tomadas “são baseadas em pareceres técnicos, devidamente fundamentados.” • LV



## Nova ajuda à restauração em parceria com a plataforma Comer em Casa

**PARA AJUDAR** o setor da restauração, a Câmara Municipal de Espinho e a empresa ‘Comer em Casa’, dirigida por um espinhense e sediada em São Félix da Marinha, uniram-se para criar uma parceria que vai decorrer durante o mês de dezembro. A plataforma online que entrega as refeições em casa, após a encomenda feita aos restaurantes, levará até aos residentes de Espinho o prato escolhido, isentando o cliente do pagamento da taxa de entrega no valor de 1.50 euros. No que diz respeito aos restaurantes, a Câmara Municipal vai assumir o valor de 1.60 euros, a taxa que os estabelecimentos teriam que pagar por cada entrega realizada através da plataforma. Desta forma, esta parceria que decorre no próximo mês vai ajudar o cliente do restaurante a poupar, assim como vai permitir que os espaços possam vender as suas refeições sem ter que pagar a taxa extra pela entrega. Esta medida surge no âmbito das ajudas que o Município está a prestar ao setor da restauração, em compensação às perdas de faturação provocadas pelas medidas impostas pelo governo para tentar travar o agravamento da situação atual de pandemia. •

Rua 19

# abc

Papelaria e Livraria

É aqui que se começa a ler

Natal local é mais seguro