



Recafe: Zona da estação do 'Vouguinha' é o próximo passo

Obra avança em conjunto com a Infraestruturas de Portugal.

Apesar da chuva e de alguns focos de infeção por Covid-19 nas equipas de trabalho, várias empreitadas estão já em fase de acabamento. **p7**

destaque

“Viver cá até gosto, mas vejo tanta confusão no futebol!”

Em entrevista de vida, Vítor Pereira – o ‘Tá’, que cresceu na Mata e ascendeu ao topo do futebol – revê o percurso pessoal e desportivo, olha para o futuro, mas não perspetiva um regresso ao nosso país. “Para isto, prefiro treinar lá fora...” **p4, 5 e 6**



4500 ESPINHO

Transformação da antiga escola da Ponte de Anta incluída nas obras da habitação social

Espaço abandonado será residência para habitação social e Município vai ceder terrenos para promover autoconstrução. **p8**

COVID-19

Começou na terça-feira a vacinação dos idosos **p9**

4500 FREGUESIAS

Bairro de Paramos com obras em breve para melhorar zona exterior

Passeios, escadas e rampas serão alguns dos pontos intervencionados num investimento de cerca de 110 mil euros. **p10**

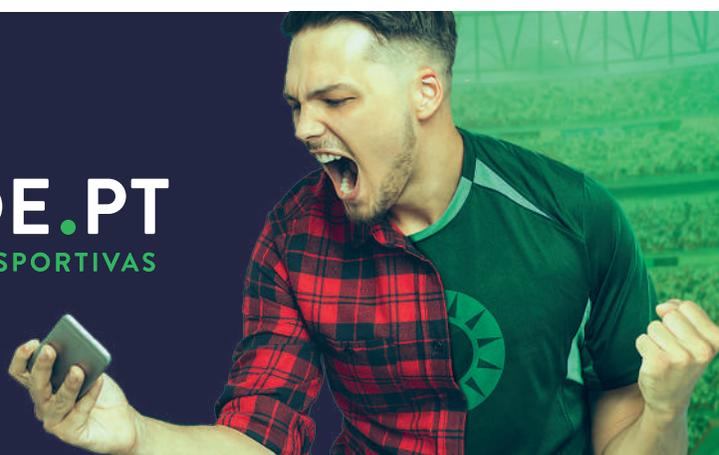
COVID-19

57 **infetados**

Balanço “animador” de testes à Covid-19 nos últimos sete dias. **p9**



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.

visto daqui



feira semanal

Factos e figuras da semana

DESTAQUE

4, 5 e 6 | Entrevista: “Sempre tive a necessidade de provar a mim próprio que consigo realizar os meus sonhos” – Vítor Pereira

Cresceu na Mata, junto ao antigo estádio dos tigres. Foi campeão nacional pelos dragões e na China atribuíram-lhe o título de Cidadão Honorário de Xangai.

4500-ESPINHO

7 | RECAFE: obra avança apesar de condicionamentos provocados pela pandemia

Requalificação do canal ferroviário de Espinho continua e a próxima intervenção será na zona da estação do “Vouguinha”.

8 | Habitação Social: escola de Anta 3 será transformada em residência

Habitacões degradadas vão ser sujeitas a obras, assim como a antiga escola da Ponte de Anta que servirá de residência para dez pessoas.

9 | Vacinação de idosos começa em Espinho

Pessoas com idades na casa dos 90 anos já foram vacinadas. Cerca de três dezenas de bombeiros foram os primeiros, no final da semana passada.

4500-FREGUESIAS

10 | Bairro de Paramos vai ter obras de cerca de 110 mil euros

Requalificação tem como objetivo melhorar a zona envolvente do Complexo Habitacional da Quinta de Paramos.

DEFESA-ATAQUE

15 | Futebol: vitória em Castro Daire e empate em S. João da Madeira

Tigres abandonam zona de despromoção.

16 e 17 | Entrevista: Nuno Araújo, jogador de hóquei em patins do Valongo

“Vou continuar a jogar até quando o meu corpo deixar e até quando sentir que sou feliz a jogar.”

18 | Voleibol: Académica de Espinho recebe Sporting

Encontro histórico, na Taça de Portugal, para Miguel Maia e seu filho, Guilherme Maia.

OFF

21 | Entrevista: Fernanda Cabral

A poetisa nascida a 18 de junho de 1956, em Espinho, é autora dos livros “Por Dentro das Palavras”, editado em 2017, e “Outros Sóis”, publicado em 2012. A assistente operacional no jardim-de-infância da Escola 3 de Espinho também colabora em várias antologias poéticas e dinamiza o grupo Poesia em Folhas de Chá.

22 | Miguel Alexandre: músico atualmente sem concertos, aproveita redes sociais para fazer atuações

Nasceu em Silvalde e foi por lá que viveu até aos sete anos, emigrando com os pais para a Venezuela. Regressou e toca diversos instrumentos e também se dedica ao canto. Os primeiros passos musicais foram dados em 1990, tinha apenas 17 anos.

EDITORIAL
Lúcio Alberto

Vacinas, máscaras, flores e bombons

1 – Espinho tem um centro de rastreio à covid-19 em que os utentes são testados dentro do carro, numa zona de estacionamento junto à Nave Municipal, mas ainda não está disponível e tem agora o centro de vacinação que fora previsto para os primeiros dias de fevereiro. O centro de despistagem ao coronavírus visa um maior controlo da situação epidemiológica local, mas urgia a instalação de um centro de vacinação em Espinho. E urge refletir em tudo e em todos começando em quem é, de facto, prioritário, sendo de risco, e não descurando todos os outros, porque a pandemia só será eficazmente combatida se as vacinas forem proporcionadas a todos e com celeridade.

2 – No âmbito do Dia Mundial do Doente, instituído pela igreja católica em 1992 (após o diagnóstico da doença que viria a vitimar o Papa João Paulo II), Vasco Barreto, secretário-geral da Sociedade Portuguesa de Medicina Interna, dá nota de que em 2020, por esta mesma ocasião, falava-se de como seria um sistema de saúde que respondesse às expectativas, necessidades e valores dos doentes. Uma das mais importantes mudanças de paradigma das últimas décadas, em saúde, é o conceito de cuidados centrados no doente. O que aconteceu desde esse dia 11 de fevereiro de 2020 – ou, mais concretamente, desde 2 de março de 2020, data do primeiro diagnóstico de covid-19 em Portugal, alterou o quadro da assistência da saúde, implicando uma deterioração do acesso a cirurgias, exames, consultas, urgências ou até mesmo a receituário crónico ou a contactos pontuais com os médicos assistentes. Houve impacto nas barreiras físicas, mas também das deficiências organizacionais. Verificaram-se quebras de continuidade e dificuldades na transição e integração de cuidados entre hospitais e centros de saúde. Passou um ano e a comunicação com os doentes, mas facilmente alguma estrutura de saúde pública suportaria a avalanche desta pandemia. Foi-se sustendo o impacto, minimizando os efeitos no presente e as sequelas para o futuro. Resta a expectativa de que, mais mês, menos mês, a conjuntura pandémica vá diluindo e permita recentrar e definir prioridades na construção de um projecto de saúde. Ou seja, centrado nos doentes e nas necessidades dos doentes.

3 – A pandemia tem afetado tudo e todos, inclusive o Carnaval e o Dia dos Namorados (14 de fevereiro), que “enche” a restauração e “esvazia” as lojas do comércio. Por um lado, a pequenada das escolas do concelho não desfilaram pelas ruas centrais da cidade, nem em Ovar, Estarreja, etc., realizaram-se réplicas dos carnavais do Brasil, mas já há muito tempo que andamos mascarados nas ruas... Por outro, as comemorações do Dia de São Valentim ficaram este ano aquém do habitual, devido ao confinamento. Mas houve recurso a serviços de “takeaway” e a improvisadas trocas de presentes com símbolo de coração e, quiçá, flores e as tradicionais caixas de bombons. Evitando contágios (de risco)...



Vítor Pereira

O técnico nasceu a 26 de julho de 1968, em Espinho, para o futebol. Foi jogador das camadas jovens do Sporting de Espinho, tendo prosseguido carreira no Avanca, Estarreja,

Oliveirense, São João de Ver e Fiães. E assumiu o comando técnico da Sanjoanense,

Sporting de Espinho, Santa Clara, FC Porto, Al-Ahli (Arábia Saudita), Olympiacos (Grécia), Fenerbahce (Turquia), TSV 1860 München (Alemanha) e Shanghai (China). Vítor Pereira foi campeão no FC Porto, tendo também erguido a Supertaça. E sagrou-se campeão na Grécia e na China.



Habitacão social

No âmbito da estratégia local de habitacão, o município e o Instituto de Habitacão e Reabilitacão Urbana (IHUR)

celebraram um acordo de financiamento.

A colaboracão, nos próximos cinco anos, visa a valorizacão do parque habitacional, com soluçoes habitacionais para os agregados familiares em condicões precárias e que não tenham possibilidades financeiras para o acesso a uma residência adequada.

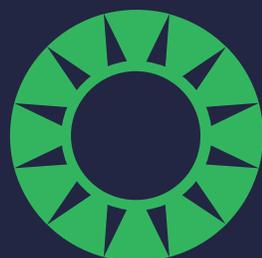


Mais confinamento

Foi renovado o confinamento geral. É sinal de que os registos pandémicos ainda são elevados. Os mais avisados, cautelosos e prudentes continuam apreensivos e prudentes. Os mais distraídos, indiferentes e descuidados devem refletir e agir, preocupando-se consigo e com os outros. O estado de emergência não é só para quem está apreensivo com a pandemia... Mas com sucessivas medidas preventivas e restritivas, o quadro pandémico continua negro.

É MUITA EMOÇÃO EM CADA APOSTA

O maior casino online
tem apostas desportivas



SOLVERDE.PT

CASINO E APOSTAS DESPORTIVAS

destaque

VÍTOR PEREIRA O MENINO QUE CRESCER NA MATA E QUE CONQUISTOU A CHINA



“Ainda estou a meio desse percurso como treinador”

ENTREVISTA. FOI CAMPEÃO PELO FC PORTO, VENCEU A LIGA DA GRÉCIA E CONQUISTOU UM TÍTULO NA CHINA E FOI CONDECORADO COMO CIDADÃO HONORÁRIO DE XANGAI. VÍTOR PEREIRA NASCEU EM ESPINHO E BRINCOU NA MATA, NUMA DAS ZONAS MAIS POBRES DO CONCELHO, ONDE JOGAVA FUTEBOL COM OS AMIGOS. Depois do sucesso no dragão, a sua vida passou, com êxito, pelo estrangeiro. O príncipe da Arábia Saudita veio a Espinho para o contratar mas o sonho levou-o para a Grécia, Turquia, Alemanha e para a China.

MANUEL PROENÇA

Quem é o Vítor Pereira (Tá)?

O Tá foi um menino que teve uma infância feliz, que cresceu na zona da Mata, na parte a sul do antigo Estádio Comendador Manuel de Oliveira Violas. Por isso, toda a sua infância ficou marcada por essa vivência naquela zona de Espinho.

Tinha um grupo de amigos e jogávamos futebol de manhã até à noite e, por isso, passávamos todo o tempo na rua. Só íamos a casa para almoçar, para o jantar e para dormir. Por isso, tive uma infância muito feliz, de brincadeiras e de disputas permanentes. Isto marcou muito a minha personalidade. Fez-me lutar pelo meu espaço e por ter a necessidade de competir. Hoje sou uma pessoa que vive para provar, a si próprio, que tem a capacidade de conseguir as coisas.

Naquela altura, os meus pais não tinham grandes possibilidades. O meu pai era rececionista no Hotel Praiagolfe e trabalhou lá, à noite, durante cerca de 30 anos. A minha mãe era costureira.

A nossa casa era na parte norte do antigo estádio do SC Espinho e os meus avós viviam na parte a sul, onde passei a maior parte do meu tempo de infância.

Em miúdos tínhamos a nossa 'seitinha', com códigos de conduta e isto marcou-me imenso.

Ainda revê esses seus amigos?

Muitas das vezes encontro-os na rua. Mas cada um dos que faziam parte dessa 'seitinha' foi à sua vida e não sei muito bem o que fazem neste momento. Mas os meus amigos de hoje, aqueles que considero, realmente, meus amigos, são os da minha adolescência. Fui crescendo e dando lugar ao Vítor Tá.

Este nome ficou porque o meu irmão não conseguia dizer o nome Vítor e, por isso, chamava-me Tá. Embora no início eu não gostasse muito, pegou de tal forma que ficou. Ainda hoje há

muita gente que me conhece por Tá. E quando comecei a jogar ficou Vítor Tá e esse nome só me largou quando passei a ser treinador. Pereira também era muito esquisito e só me chamavam pelo apelido na tropa.

O Vítor Pereira é um menino da Mata. Tem orgulho nisso, ou esconde estas suas origens?

Não tenho quaisquer motivos para ter vergonha das minhas origens! Aliás, tenho um orgulho muito grande por ter nascido numa família comum e que vivia para não faltar comida à mesa. No entanto, tanto os meus pais, como os meus avós, deram-me muito carinho.

Fui um lutador. Aquele menino que, desde muito cedo meteu na cabeça que teria de tirar um curso e que, simultaneamente, um dia gostaria de ser jogador de futebol e de poder ser, também, treinador. Se calhar é isto que marca a diferença entre muitas pessoas, ou seja, encontrar-se aquilo que nos move por paixão e ir atrás do sonho. No meu caso, sempre tive a necessidade de provar a mim próprio que consigo realizar os meus sonhos. E foi isto que terá feito com que, passo a passo, fosse conseguindo tudo aquilo que tinha como ambição.

Aquela gente lá da zona de baixo abandonava a escola muito cedo. Não era um aluno brilhante, mas era responsável. Sabia que, ou conseguia ir atrás dos meus objetivos, ou seria rececionista de um hotel. Esta seria uma profissão como qualquer uma, mas não era o que eu pretendia para a minha vida.

Fui atrás dos meus sonhos porque sonhar é, afinal, aquilo que nos alimenta. Se não nos nivelarmos por cima, certamente iremos acomodar-nos.

Como foi o seu percurso no futebol?

Julgo que mal comecei a andar foi quando comecei a jogar futebol! Cresci a ver os treinos de futebol, voleibol e de andebol do SC Espinho. Por isso, a minha segunda casa era o Estádio Comendador Manuel de Oliveira Violas e o Pavilhão Joaquim Moreira da Costa Júnior.

Começámos a jogar na rua e depois fomos para o campo do Cantinho da Ramboia. Os que tinham mais qualidade foram 'recrutados' para o Cantinho. O Jaime Alves era um dos que estava por lá. Mal tivemos idade fomos para os infantis do SC Espinho.

Entretanto, também jogava andebol e voleibol federado e só depois optei pela modalidade que adorava, o futebol. Depois fui para os iniciados de futebol e foi nessa altura que o clube acabou com a formação! Por isso, os jogadores foram todos para clubes diferentes. Mas houve um grupo onde me incluí que, não sei por que razão, foi para Avanca. Era dos mais novos e fui atrás dos mais velhos. Ficámos todos por lá. Com cerca de 13 anos comecei a ir para Avanca três vezes por semana. Joguei lá durante cinco anos. Foi um clube que marcou o meu percurso. Fui recebido como sendo de família e tratavam-nos muito bem. O grupo ia no comboio, mas os treinos não eram todos à mesma hora. À vinda, muitas das vezes perdia o comboio porque o campo ainda era longe do apeadeiro. O meu treinador era o pai do Semedo e foi ele que praticamente nos adotou, a mim e ao Nelinho. Fizemos a formação toda naquele clube e tínhamos uma grande equipa. De vez em quando, ainda nos juntamos. O Avanca foi, para mim, uma família porque, por vezes, até ficava

a dormir em casa dos diretores que me tratavam como se fosse um filho. Joguei no clube até aos seniores e foi lá que assinei o meu primeiro contrato, em júnior. Tínhamos feito uma grande época e apenas havíamos perdido com o Beira-Mar a subida ao Nacional! O Jorge Rocha acabou por ser o meu companheiro de viagens porque o Nelinho tinha deixado de jogar. O Beira-Mar propôs-nos um contrato, mas o Avanca assinou connosco por seis contos (cerca de 30 euros) por mês. Foi ali que comecei a nossa carreira nos seniores, no Distrital.

E depois disso?

Mais tarde, fui para a Oliveirense ganhar 25 contos (cerca de 125 euros). Esse ano foi marcante pois faleceu, à minha frente, o meu melhor amigo, o João Paulo. Isto quebrou o nosso grupo, em 1988, que foi o ano em que entrei para a Faculdade. Não consegui conciliar os treinos na Oliveirense com os estudos universitários e, por isso, regressé ao Avanca. Os tempos de Faculdade, para mim, não foram fáceis! Levantava-me às 5h00 para apanhar o comboio das 6h45. Ia com o saco para as modalidades na Faculdade de Desporto e às 16 horas tinha de abandonar as aulas para voltar a apanhar o comboio para ir para o treino. Ia a correr desde o Hospital de Santo António (Biomédicas), atravessava a ponte D. Luís até à estação de General Torres, em Gaia, para apanhar o comboio. Muitas das vezes adormecia no comboio. Quando chegava a Avanca estava uma carrinha para nos levar para o treino, mas se o comboio se atrasasse tinha de fazer cerca de cinco quilómetros a pé até ao treino. Regressava às 21h40 para Espinho, mas muitas das vezes o comboio ou não parava porque vinha cheio de tropas ou chegava mais tarde. E eu sozinho no apeadeiro! Chegava a casa cerca da 1h00 e a minha mãe estava à minha espera para eu poder jantar...

Três anos depois, tive uma lesão grave e fui obrigado a parar. Como precisava de dinheiro, tive de ir dar aulas na Escola EB 2/3 de Espinho. Tirei



Não tenho quaisquer motivos para ter vergonha das minhas origens! Aliás, tenho um orgulho muito grande por ter nascido numa família comum e que vivia para não faltar comida à mesa."

**Vítor Manuel
de Oliveira Lopes Pereira**26 de julho de 1968
Natural de EspinhoTREINA
DOR

Shanghai SIPG (China) 2018/2020
TSV 1860 München (Alemanha) 2016/2017
Fenerbahçe (Turquia) 2015/2016
Olympiacos (Grécia) 2014/2015
Al-Ahli Jeddah (Arábia Saudita) 2013/2014
FC Porto 2010/2013
Santa Clara 2008/2010
SC Espinho 2005/2007
Sanjoanense 2004/2005

JOGA
DOR

SC Espinho 1981/1982
Avanca 1982/1987
Oliveirense 1987/1988
Avanca 1988/1990
Esmoriz 1990/1991
Estarreja 1991/1993
Fiães 1993/1994
S. João Ver 1994/1995
Lobão 1995/1996

a carta de condução e com o carrito do meu pai lá me fui desenrascando.

Teve um percurso de vida difícil e chegou a trabalhar como trolha, carregou caixas de peixe. Porquê? Foi castigo ou necessidade?

Ao fim-de-semana queria ter dinheiro para ir à discoteca Spinus como os outros meus amigos. Só que não queria pedir dinheiro ao meu pai, ou à minha mãe! Por isso, aproveitava o sábado ou as férias para arranjar algum dinheiro. Ao sábado fiz muitas vezes alguns biscates de trolha com um tio meu. Além disto, ao cimo da Rua 33 faziam caixas para transporte de peixe e pagavam à caixa. Era mais um dinheirito. Mas, nos meses de verão, também fui nadador-salvador e aí pagavam-me bem. Também ia para a Feira da Vandoma, ao sábado, vender coisas que a minha avó ou a minha mãe me davam.

Por isso, nunca me faltou dinheiro. O Avanca começou a pagar-me prémios de jogos desde muito cedo. Foi assim que, desde muito cedo, comecei a ganhar dinheiro para as minhas coisas.

Licenciou-se em Educação Física. E depois?

Dei aulas na Escola Dr. Manuel Laranjeira, onde fiz o meu estágio. Quando terminei o curso, pensei que já não iria ser chamado para a tropa. Nessa altura estava a jogar no Fiães. Fui chamado para o serviço militar para o curso de oficiais, em Tavira. Estive lá pouco tempo e fui promovido a aspirante a oficial. Éramos mais de 90 e fiquei classificado em primeiro lugar e, por isso, tive a oportunidade de escolher o local para onde ir. Fui colocado no Porto, no Quartel-General, onde só havia uma vaga. Tive um pelotão pela frente, mas nem sabia bem dar as ordens, pois tinha apenas cinco semanas de tropa! E isto estragou a minha época no Fiães, pois acabei por rescindir contrato.

Em seis meses de tropa fui condecorado duas vezes: em Tavira, porque fui o primeiro do curso e no Quartel-General porque montei um ginásio, que era uma ideia que tinham desde há muito tempo.

E não houve mais futebol a partir daí?

Fui jogar para o Estarreja, onde estive durante dois anos, S. João de Ver e terminei a minha carreira de jogador no Lobão, aos 29 anos. Fizemos uma grande época. Era jogador e treinador-adjunto. Levei uns sete jogadores de Espinho para lá e fizemos uma belíssima equipa. Foi a melhor classificação de sempre do Lobão. Depois disso, iniciei a minha carreira de treinador.

O que o levou a sentir que a partir daí poderia ser treinador de futebol?

Estava com uma vontade incontrolável de começar a treinar, como treinador. Estive quatro

meses a planear treinos, a inventar exercícios. Fiz um dossier enorme, pois passava de manhã à noite a pensar nisso. Durante a noite acordava, levantava-me e escrevia aquilo que estava a sonhar. Se calhar foi uma forma que encontrei de esquecer a parte de jogador!

Tinha dado aulas com o Artur Jorge Quaresma e encontrávamo-nos no café Benidorm. Conversávamos sobre futebol. Ele estava no Gondomar e convidou-me para trabalhar com ele. Foi o meu primeiro contrato como treinador-adjunto. Tínhamos uma grande equipa. Lembro-me de jogar lá o Petit e o Braima.

No futebol nunca lhe chamaram professor Vítor Pereira!

Dei aulas durante 15 anos. Efetivei, em S. João da Madeira, como professor, muito cedo porque terminei o curso com uma boa média. Ainda era jogador. Tinha dois ordenados, o de professor e o de jogador e um deles punha sempre de lado. Por isso, sempre tive dinheiro para mim e nunca me privei de nada. O futebol foi-me dando sempre ou para pagar o meu curso ou para comprar as minhas coisas. Permitiu construir a minha vida. A profissão de professor deu-me uma estabilidade muito grande. Depois de S. João da Madeira fui para Paços de Brandão dar aulas e, três anos depois, fui para Santa Maria da Feira, onde dei aulas durante 10 anos. Tenho muito boas recordações do meu tempo de professor porque adorava dar aulas. Mas passava a minha vida com um bloco na mão a planificar treinos.

Estava em Santa Maria da Feira e já era treinador do SC Espinho. A presidente do Conselho Executivo sempre foi minha amiga e fazia-me o meu horário de forma a poder treinar.

Como foi o seu percurso como treinador da formação do FC Porto?

Estive cinco anos na formação do FC Porto. O Artur Jorge Quaresma foi do Gondomar para o Rio Tinto, mas esse clube não pagava grande coisa. Por isso, não fui com ele. Fui com o José Guilherme para o Esmoriz, para a 2.ª Divisão. Tínhamos sido colegas na Faculdade e identificávamo-nos muito com o Professor Vítor Frade. Entretanto, ele foi convidado para ir para a formação do FC Porto e eu acabei por ir para o Arriafanense com o Dito. No ano seguinte, fui para a Ovarense para a 2.ª Liga com o Bruno Cardoso, onde fizemos uma belíssima época. Entretanto, recebi um telefonema do FC Porto, do José Guilherme que me disse que me tinha indicado para ocupar o seu lugar de treinador-adjunto com o João Pinto, nos juniores, uma vez que ele iria ser o treinador principal dos juvenis. Falei



Em seis meses de tropa fui condecorado duas vezes: em Tavira, porque fui o primeiro do curso e no Quartel-General porque montei um ginásio".

com o presidente da Ovarense, que era portista e fui a uma entrevista com o coordenador do FC Porto, o Ilídio Vale. Fui para os juniores do FC Porto e tive dois anos maravilhosos com o João Pinto, pois fomos campeões nacionais. Na final ganhámos 6-0 ao Benfica! Foi uma experiência espetacular porque eu planeava os treinos e ele é que escolhia e orientava a equipa. Mas eu tinha a liberdade para criar os treinos de acordo com aquilo que o João Pinto pensava do jogo. Este, para mim, foi o meu grande laboratório. Foi aqui que comecei a experimentar coisas, ainda por cima com os melhores. Isto deu-me uma bagagem muito grande.

Como surgiu o SC Espinho?

Um dia, estava nos iniciados e pedi para sair. Comecei a sentir que teria de ser treinador de

seniores e fui para a Sanjoanense. Estive lá quatro meses quando surgiu o convite do SC Espinho. Tentámos subir de divisão... Tínhamos uma boa equipa, mas houve um acontecimento que marcou a minha vida: a doença do meu pai. A meio da primeira época, foi-lhe detetado um tumor, adoeceu e começou a fazer quimioterapia. Nunca imaginei que isso poderia acontecer! Apanhou-nos de surpresa. Foi um ano (inteiro) a lutar contra a doença e que apanhou metade da época seguinte, altura em que o meu pai faleceu. Foram, provavelmente, os dois anos mais difíceis da minha vida. Estava na minha terra e tinha uma vontade enorme de subir o clube e, ao mesmo tempo, tinha de acompanhar o meu pai... Foram dois anos que me arrasaram. Pedi ao clube para sair antes de acabar o campeonato.

Passei por um período em que queria abandonar o futebol e acabei por ir, mais um ano, para a formação do FC Porto porque todos os anos me convidavam para voltar.

Mas depois foi para o Santa Clara!

Estava a fazer o curso de terceiro nível de treinadores, em Rio Maior, e estava lá um rapaz do Santa Clara que gostou imenso das minhas intervenções. Convidou-me a apresentar um projeto. A partir daí deixei de dar aulas. Fiz um belíssimo contrato por três anos. Foram dois anos

**CONSTRUÇÕES
OBJECTIVO
GRUPO**

**SERRALHARIA
OBJECTIVO**

**JARDINS
OBJECTIVO**

**CARPINTARIA
OBJECTIVO**

**INSTALAÇÕES
ELÉCTRICAS | PICHELARIA
OBJECTIVO**

Rua do Golf Nº 723 | 450-605 Espinho
www.construcoesobjectivo.com

T.: 224 967 765
geral@construcoesobjectivo.com



Vencedor da Supertaça da China 2019
 Campeão da China em 2018
 Campeão da Liga da Grécia e vencedor da Taça da Grécia 2014/2015
 Campeão Nacional da Liga Portuguesa pelo FC Porto em 2011/2012 e 2012/2013
 Vencedor da Supertaça Cândido Oliveira pelo FC Porto em 2011/2012 e 2012/2013
 Campeão Nacional de juniores C pelo FC Porto em 2004/2005

para subir de divisão. No primeiro ano andámos sempre em primeiro e no segundo lugar e perdemos a subida! Mas foram dois anos maravilhosos. A estrutura dava-me poder e fiz lá um trabalho que adorei.

E depois, novamente o FC Porto!...

Depois do Santa Clara comecei a ter convites da Primeira Liga. Reuni com o Paços de Ferreira, no restaurante A Cabana e chegámos a um acordo, mas tinha de me libertar do Santa Clara. Tive algumas dificuldades em sair. Pedi ao Paços de Ferreira dois ou três dias para pensar. Entretanto, ligou-me o Antero Henrique, para me pedir para ser treinador-adjunto de um treinador que viria para o FC Porto, que seria um jovem e que precisaria de alguém ao seu lado com a minha experiência de campo. Disse-lhe que ia para o Paços de Ferreira e que não queria passar de treinador principal para adjunto. Só que fui para casa e, nessa noite, não dormi. No dia seguinte telefonei-lhe e marcámos uma segunda reunião e voltei a dizer que não. Porém, o Antero Henrique, com os seus argumentos, de forma inteligente, convenceu-me. Liguei para o Paços de Ferreira e expliquei. Eles entenderam-me. Lá fui para o FC Porto, para adjunto do André Vilas-Boas.

Não conhecia o André e só tinha falado com ele uma vez enquanto tinha estado na formação do FC Porto. Ele acabou por fazer uma época marcante no clube. Depois foi para o Chelsea e convidou-me para ir com ele. Só que fui para o FC Porto por gratidão com o clube e a minha intenção era a de voltar à carreira de treinador principal num outro clube. No entanto, nessa altura voltei a receber um telefonema do Antero Henrique. Reunimo-nos do restaurante Aquário Marisqueira. Perguntou-me se queria ser o treinador principal do FC Porto. Aceitei e foram aqueles dois anos difíceis, especialmente os primeiros quatro ou cinco meses. Havia jogadores com grandes expectativas de sair para grandes clubes da Europa. Não é fácil trabalhar com isso. Acabámos por estabilizar e colocámo-nos na luta. Vencemos o Benfica que tinha uma grande equipa. Nós tínhamos 12 ou 13 jogadores fantásticos, mas faltava-nos algumas soluções. Ganhámos durante dois anos e decidi sair.

Mas para onde?

Fui a uma entrevista para o Everton, em Inglaterra. Pensei que ia para ficar. Contudo, numa entrevista eles falam com 10 treinadores! Acabaram por escolher o Roberto Martínez e fiquei sem saber o que ia fazer. Mas nunca imaginei ir para a Arábia Saudita!

Como foi que isso aconteceu?

Estava em casa, em Espinho e um dia bateram à porta. Eram dois emissários do Al-Ahli Jeddah a tentar convencer-me a ir para lá. Resisti durante nove dias até à altura em que veio cá o filho do príncipe e neto do rei. Apareceu-me aqui à porta. Entrou e sentou-se à nossa mesa e pôs-me um contrato em branco em cima da mesa! Pus lá um valor a pensar que nunca iriam aceitar. Mas aceitaram os valores!...

As suas experiências como treinador emigrante foram riquíssimas Fenerbahçe (Turquia), no Olympiakos (Grécia), no Al-Ahli Jeddah (Arábia Saudita), TSV 1860 München, da 2ª liga alemã, etc....

Acho que ainda estou a meio desse percurso como treinador. Quando chego cá, leio os jornais e vejo o que cá se passa, até perco a vontade de treinar cá! Viver cá até gosto, mas vejo tanta confusão no futebol!... Para isto, prefiro ir trabalhar para fora onde se é muito mais valorizado.

Somos mais respeitados do que aqui em Portugal. Não quero dizer que não venha a treinar em Portugal!

Como foi a sua experiência na China no Shanghai SIPG?

Quando fui para a China fui renitente. Ia para lá ficar apenas um ano. Já vinha escaldado da Arábia Saudita porque tinha dois anos de contrato e decidi sair no final do primeiro ano. Estava frustrado porque não era o nível que queria. Paguei muito dinheiro para me vir embora.

Na China fui para ver como era e foi um ano fantástico. Quebrámos a hegemonia do Guangzhou Evergrande que queria conquistar o oitavo título consecutivo. Ganhámos o jogo decisivo por 4-5, em casa do adversário. Foi o primeiro título da história para o Shanghai SIPG. Quiseram que renovasse por três anos, mas fi-lo por mais um. No ano seguinte perdemos o grande goleador que foi para o Espanhol. E perdemos mais jogadores a meio da época. Faltou-nos argumentos.

No final da época passada tinha decidido que não renovaria e fui a Inglaterra para ter três reuniões com clubes diferentes. Cheguei a acordo com um clube para dois anos e meio e estava convencido que iria para lá. Comecei a preparar o jogo seguinte e eles contrataram um outro treinador. Decidi que não poderia faltar ao respeito aos chineses que me tinham tratado tão bem e voltei para lá.

O último campeonato foi atípico!

Não foi um campeonato, mas sim um torneio. Estivemos fechados durante quatro meses num hotel com várias torres, com duas ou três equipas em cada torre. Havia lá oito campos no hotel, na China. Estávamos a preparar os jogos com os adversários a observar-nos das torres. Ganhámos a primeira fase e fomos para a segunda sem pontos. Numa meia-final sofremos um golo a 10 minutos do fim, num canto! Estávamos empatados e no prolongamento, quando pressionávamos, sofremos outro golo... Perder desta forma um campeonato é uma frustração. Achei que três anos de China foram muito bons e que está na altura de um projeto europeu.

Como viveu os primeiros momentos da pandemia na China?

Quando regresssei, em janeiro de 2019, fui com medo. Os chineses têm coisas boas e más, como todos os povos. Mas quando há uma decisão do Presidente, todos respeitam. Todos ficaram fechados em casa. Cheguei lá e fiquei fechado 15 dias. Somos controlados pelo próprio condomínio e se alguém não cumprir as autoridades são imediatamente avisadas.

Passados 15 dias começámos a treinar e a vida começou a normalizar, mas sem competição.

Passado algum tempo deixou de registar qualquer caso de infeção e a vida em Xangai voltou ao normal.

Foi difícil viver fora de Espinho e longe da sua família?

Foi um ano muito difícil e, por isso, a meio da época já tinha prometido que regressaria. Estive 10 meses sem poder vir cá.

Mas foi bem acolhido pelos chineses?

Recebi o prémio de Cidadão Honorário de Xangai, que é algo de extraordinário. É um prémio que, por norma, é atribuído a cientistas e a pessoas que fazem pela cidade algo de grandioso. Xangai não vencia uma Liga há 21 anos! Fui tratado e continuam a tratar-me com um respeito enorme. Deixei lá amigos e valorizei-me. Foi uma experiência de vida cul-



Recebi um telefonema do Antero Henrique. Reunimo-nos do restaurante Aquário Marisqueira. Perguntou-me se queria ser o treinador principal do FC Porto. Aceitei e foram aqueles dois anos difíceis".

turalmente muito interessante e conheci países como a Austrália... Fui do bairro da Mata para o mundo!...

O Vitor Pereira considera-se um treinador da nova vaga, já que o sucesso da sua carreira é inegável?

Quando era miúdo, assistia com grande entusiasmo e admiração aos treinos do Quinho e do Manuel José. Para se ser treinador, nessa altura, era quase condição necessária ter-se sido jogador. Esta era chamada a 'velha guarda'. Quando o Carlos Queirós teve o sucesso que teve, abriu a possibilidade àqueles que não tinham sido jogadores de grande nível e outros que vinham da Faculdade, a serem treinadores de futebol. Mas o grande impacto vem do sucesso do José Mourinho que não precisou de fazer grande carreira como jogador. Esta foi a grande abertura para uma nova geração de treinadores e nos quais me incluo. Mas aquilo que é preciso é competência que vem da capacidade de refletir e de resolver problemas do treino e do jogo.

Muita tática, muito estudo, análise de jogo e muita metodologia, ou nem por isso?!

E liderança também. É preciso saber convencer os jogadores a irem por determinado caminho. Mas é preciso, também, muito estudo e muita reflexão. Mas há, também, alguma coisa que seja inata como a perceção das coisas e a intuição. Algo que vem, também, da minha infância e daqueles jogos de futebol na Mata. Dos jogos em que já organizávamos as equipas e que começávamos a ser treinadores mesmo sem saber!

O que lhe falta na sua carreira?

Falta-me trabalhar em grandes ligas europeias e chegar a um grande clube europeu e aparecer na Liga dos Campeões a poder lutar por títulos. Gostaria de chegar à Liga Inglesa, impor qualidade de jogo e de trabalho e de obter resultados. **Recorda-se de algum episódio engraçado que**

tenha tido no futebol?

Tive tantos!... Especialmente na Arábia Saudita. Uma vez, com o nosso médico, Ângelo Bastos, fizemos uma brincadeira. É boa gente e os meus adjuntos sabiam disso. Estávamos a almoçar para irmos para um jogo e veio um diretor com uma carta, escrita em 'nome' do príncipe, a despedi-lo. Apresentava algumas razões para o despedir. Coisas absolutamente engraçadas. Ele ficou branco e entregou-me a tal carta. Comecei a ler e deu-me muita vontade de rir. Afastei-me para me rir um bocadinho. Voltei à mesa e disse que não podiam estar a fazer aquilo sem me consultar! O doutor ficou irritado, levantou-se e disse que já não ia fazer o jogo e que se ia embora. Entretanto, os meus adjuntos estavam sentados num sofá à espera que o médico passasse. Foi uma galhofa completa, com a cara que o doutor fez.

O que vai fazer o Vitor Pereira daqui para a frente?

Nestas duas últimas semanas foram imensos os convites para voltar à Arábia Saudita e, também, para ir treinar para o Brasil. Não é isso que pretendo.

O SC Espinho é um clube do seu coração. E agora? O Estádio Municipal já está em construção!...

Mas está mesmo em construção?! É que no meu tempo, quando estava no SC Espinho foi lançada a primeira pedra! Espero, sinceramente, que a obra avance! Custa-me ver o Espinho como está. Espero, também, que a equipa não desça de divisão. Tenho muita pena disto.

Espinho continua a ser uma cidade encantadora?

Ainda me lembro daquela Avenida 8, com as palmeiras. Até o comboio tinha charme. Até o cheiro da linha me agradava. Quando chegava de comboio a Espinho e via o mar, parecia que estava a chegar ao paraíso! Agora quero ir à beira-mar e parece que tenho de passar por um labirinto! Nem sei quais são as ruas que estão fechadas. Estou para ver como tudo irá ficar. Por isso, estou na expectativa de voltar a ver Espinho a ter algum encanto.

Qual a mensagem que gostaria de deixar aos espinhenses?

Nesta altura, de crise mundial... Tenham Fé e lutem. Acredito que a Fé associada a uma força interior poderá levar-nos onde sonhamos. E isso não tem limites. Independentemente do sítio onde se nasce não determina o nosso futuro. •

4500 Espinho

OBRA

RECAFE: Estação do “Vouguinha” é a próxima intervenção



© SARA FERREIRA

Apesar da chuva e de alguns focos de infeção por Covid-19 nas equipas de trabalho, a obra do RECAFE continua a avançar. O Posto de Turismo está em fase de acabamentos, a estrutura do parque de estacionamento está já na fase final na zona da Rua 33 e a estação do “Vouguinha” é a seguinte intervenção.

LISANDRA VALQUARESMA

AO LONGO DE toda a cidade decorrem vários pontos de obra, mas é na zona correspondente à requalificação do canal ferroviário de Espinho (RECAFE) que as mudanças ganham uma maior dimensão. Apesar da obra estar a avançar e de várias transformações já terem ocorrido, prepara-se agora um dos próximos passos. Segundo a Câmara Municipal de Espinho, está para breve uma intervenção na zona da estação do “Vouguinha”, encontrando-se já esta fase “em preparação, em conjunto com as Infraestruturas de Portugal”.

Com esta obra, será permitido “alinhar e reduzir a linha do comboio”, assim como beneficiar a plataforma de passageiros de uma total intervenção, “estando prevista ainda a construção de uma rampa de saída pelo topo norte e reparação na íntegra da cobertura, bem como colocação da vedação de segurança do local.” Com esta intervenção, vai ser possível “um atravessamento integral da cidade pela Rua 8, desde a entrada norte (Rio Largo) até à rua do Golfe.” Um dos grandes pontos de obra onde é possível acompanhar a transformação é na zona do parque de estacionamento em construção. Tal como foi avançado pela Câmara Municipal, “a estrutura do parque de estacionamento encontra-se na fase final, nomeadamente na zona da Rua 33 e 35. Atualmente estão a decorrer trabalhos na entrada e

saída de viaturas na zona sul” e “a laje de cobertura está instalada até à Rua 33, estando em preparação a betonagem da lâmina de compressão entre a Rua 31 e 33.”

Depois destes avanços, “estão a ser preparadas as paredes para instalação das últimas 15 lajes pré-fabricadas”, assim como está “em fase de preparação a execução da entrada e saída sul do parque de estacionamento”, tal como explica a autarquia, acrescentando que “as pavimentações à superfície estão a decorrer com algumas limitações devido às condições meteorológicas adversas.”



Este tipo de obra é sempre influenciado pelas condições atmosféricas, associado ao facto de o solo em Espinho ser uma mistura de areia e argila.”

Câmara Municipal de Espinho

No que diz respeito ao edifício do Posto de Turismo, este continua a ser alvo de intervenção, mas já “se encontra em fase de acabamentos”. Neste sentido, a Câmara Municipal espera que a iluminação comece a ser instalada já no início do próximo mês de março.

Mau tempo e Covid-19 influenciam avançar da obra

Debaixo de condições meteorológicas difíceis, como a chuva que se tem feito sentir nos últimos tempos em Espinho, a obra do RECAFE avança, embora a um ritmo que não é o desejado. Tal como explica a autarquia, “este tipo de obra é sempre influenciado pelas condições atmosféricas, associado ao facto de o solo em Espinho ser uma mistura de areia e argila.” Da mesma forma, “também o nível freático é muito alto, o que torna o solo instável e de difícil compactação para a aplicação da calçada.”

No que diz respeito à aplicação do material betuminoso no piso de circulação automóvel, “este requer condições atmosféricas favoráveis e adequadas para ser aplicado”, o que tem sido colocado em causa devido à chuva que se tem notado. Segundo a Câmara Municipal, “é inevitável que a condição atmosférica adversa destes últimos meses prejudique o andamento da obra. Acresce a esta situação o facto da presença de pequenos focos de infeção por Covid-19 nas equipas de trabalho, que acarreta sempre alguma redução de pessoal na frente de obra.” No entanto, tal como confirma, “tudo está a ser feito pela autarquia e pelo empreiteiro para que o impacto desta situação não interfira com o calendário de execução da obra.” •

ASSALTO



© FRANCISCO AZEVEDO

Vidros partidos e tabaco furtado na Sortido Original

Às 5 horas, do passado dia 11 de fevereiro, disparou o alarme no estabelecimento da Rua 8. Os assaltantes só tiveram tempo para roubar a máquina de tabaco.

A CONFEITARIA e padaria Sortido Original, no ângulo das ruas 9 e 8, em Espinho, foi assaltada no passado dia 11 de fevereiro, por volta das 5 horas da manhã. O episódio resultou no furto de tabaco e no estroçamento da respetiva máquina de venda instalada no interior do estabelecimento, bem como num conjunto de danos na porta da fachada envidraçada. O vidro foi partido para facilitar a intromissão na porta da Rua 9, mas o alarme disparou e quem cometeu o assalto só teve tempo de arrombar a máquina de tabaco e furtar os maços que lá estavam, fugindo sob o manto da madrugada.

“Os assaltos continuam e a insegurança aumenta”, dizia José António, de 67 anos,

olhando para a zona da fachada afetada, após uma ligeira pausa na sua caminhada matinal.

“Deus nos livre, é só assaltos e mais assaltos!”, lamentava Conceição da Silva, de 73 anos, que se aprestava para comprar pão.

“E com isto da pandemia e do desemprego que já anda por aí, ainda pode ser pior”, acrescentava João Silva, de 59 anos, que passava junto ao local do assalto.

A Polícia de Segurança Pública de Espinho tomou conta da ocorrência e procede a investigações para apurar as responsabilidades deste assalto, que vem somar-se uma série de acontecimentos semelhantes ocorridos nas últimas semanas, em plena zona comercial da cidade. • LA

FARMÁCIA ESPECIALIZADA EM SAÚDE ANIMAL

CUIDAMOS DO SEU MELHOR AMIGO!

GRANDE FARMÁCIA

RUA 8 N°1025 TLF: 227 340 092

DUJIB

4500 Espinho

HABITAÇÃO SOCIAL – PROGRAMA 1º DIREITO

Escola Anta 3 vai servir de residência e autarquia cede terrenos para autoconstrução

A par com as obras de várias frações de habitação social degradadas, a Câmara Municipal vai requalificar a antiga escola Anta 3 para alojamento de transição e emergência para dez pessoas. Com o objetivo de fixar jovens famílias no concelho vai, também, ceder terrenos e possibilitar intervenções do setor social.



LISANDRA VALQUARESMA

Numa cerimónia digital, tendo em conta o quadro atual de confinamento, foi assinado, na passada quinta-feira, dia 11, o acordo de colaboração entre a Câmara Municipal de Espinho e o IHRU (Instituto de Habitação e Reabilitação Urbana).

Este acordo, possível no âmbito do programa 1º Direito - Programa de Apoio ao Acesso à Habitação, vai permitir a reabilitação de várias frações ou prédios municipais em elevado estado de degradação e tudo terá que ser realizado num prazo de cinco anos.

Através de uma videoconferência que teve a presença de Pedro Nuno Santos, Ministro das Infraestruturas e da Habitação, foram apresentados os objetivos específicos da estratégia local de habitação a ser executada em Espinho, bem como foi relembrada a importância do Parque Habitacional Municipal.

Pinto Moreira, presidente da Câmara Municipal de Espinho, afirmou, durante a cerimónia digital, que “é fundamental passar das palavras aos atos”, explicando que este projeto “visa apoiar a reabilitação do edifício, promovendo a resolução do problema de condições de habitação indignas públicas e privadas.” Esta estratégia local de habitação, “permite ao Município, por via do programa 1º Direito, aplicar no plano a cinco anos, os seus objetivos de melhorar as condições habitacionais de agregados mais desfavorecidos por via da habitação social e proporcionar aos privados, condições favoráveis de reabilitação do seu património.” No caso concreto de Espinho, “está pre-

“

Este é um programa que só tem sucesso e só pode ser executado com o envolvimento dos municípios, de outra forma ele não veria a luz do dia”

Pedro Nuno Santos, Ministro das Infraestruturas e da Habitação

vista a reabilitação de fogos municipais em elevado estado de degradação, nomeadamente em habitações dispersas e nos bairros mais antigos, cujo estado de degradação é mais avançado”, afirmou o presidente.

Com um investimento de mais de cinco milhões de euros, vai ser possível melhorar as condições de habitação nos edifícios da Câmara Municipal em várias vertentes. Segundo Pinto Moreira, “317 pessoas vão beneficiar desta intervenção, num total de 132 soluções habitacionais, onde se inclui a reabilitação de 78 fogos habitados em avançado estado de degradação, a reabilitação de duas habitações para alojamento partilhado, direcionado para oito pessoas isoladas e em especial situação de vulnerabilidade, nomeadamente em condição de sem abrigo”.

Escola Anta 3, hoje desativada, vai ser aproveitada

Outro dos objetivos estipulados no âmbito desta estratégia local de habitação de Espinho refere-se, tal como foi anunciado nesta video-

conferência, ao aproveitamento da escola Anta 3 que se encontra desativada. Segundo o presidente da Câmara Municipal, esta será requalificada e, posteriormente, transformada “em alojamento de transição e emergência com capacidade para dez pessoas”. Além disto, será ainda feita uma reabilitação de um total de 36 fogos devolutos, ao longo de cinco anos, para agregados familiares candidatos à habitação social municipal”, futuramente.

Neste projeto, estão também incluídas duas IPSS (Instituições Particulares de Solidariedade Social): a Cerci Espinho e ainda a Santa Casa da Misericórdia de Espinho. Tal como confirmou Pinto Moreira, “a estratégia local de habitação incorpora intervenções do setor social”, mais especificamente “a reabilitação de três fogos que são pertença da Santa Casa da Misericórdia de Espinho e, a construção de oito respostas habitacionais na escola desativada, para agregados com deficiência, mas com capacidade de vida independente, apoiado pela Cerci de Espinho”.

Para a concretização destes dois últimos objetivos, será necessária a colaboração do IHRU, uma vez que o terreno é propriedade do Instituto da Habitação e Reabilitação Urbana, sendo preciso que passe para a posse da Câmara Municipal. “O sucesso destas duas respostas previstas na estratégia local de habitação de Espinho depende da transferência da propriedade do terreno por parte do IHRU. A transferência desta propriedade sem ónus para o município, onde está construída esta escola desativada e que se pretende transformar, foi já solicitada pelo município

“

Urge tratar do que é decisivo que é a questão estrutural destes edifícios, destes blocos de apartamento que estão numa tal degradação que têm problemas estruturais gravíssimos”

Pinto Moreira, presidente Câmara Municipal de Espinho

ao IHRU, considerando exatamente este uso previsto da estratégia local de habitação”, explicou o autarca.

Câmara Municipal vai ceder terrenos para autoconstrução

Além das intervenções municipais e as de cariz social, haverá também atenção “a 54 beneficiários diretos, dos quais 18 referem-se a obras de reabilitação das suas edificações e 36 em situação de autoconstrução para a qual o município irá disponibilizar terrenos municipais permitindo fixar, no concelho, jovens famílias enquadradas nas condições do programa 1º Direito”, revelou Pinto Moreira. Depois de apresentar os objetivos desta estratégia de habitação e já quase no fim da sua intervenção na cerimónia digital, o presidente fez questão de relembrar que “o Complexo Habitacional da Ponte de Anta é verdadeiramente o ponto crítico da habitação social do concelho”, expli-

cando que “além dos 468 fogos de habitação social que são propriedade do município, existe ainda uma oferta de 464 fogos distribuídos por dois bairros de propriedade mista e que são propriedade do IHRU”. Neste sentido, tendo em conta que no Bairro da Ponte de Anta existe um total de 359 frações, das quais 228 são do IHRU, o autarca apelou “a que se resolvam todas as diligências para que este complexo com mais de 40 anos possa ser intervencionado”, uma vez que “existem sérios riscos que podem por em causa a segurança de pessoas e bens”.

No fim da cerimónia que teve por base a assinatura do acordo, o Ministro das Infraestruturas e da Habitação realçou a importância do programa 1º Direito, admitindo que, a breve prazo, haverá mais novidades sobre o projeto, bem como fez notar a importância de o mesmo estar concluído até 2026. •

10 PESSOAS

Em residência criada na escola Anta 3

REABILITAÇÃO 3 FOGOS MUNICIPAIS

Da Santa Casa de Espinho

63,5%

Do Complexo Habitacional da Ponte de Anta é propriedade do IHRU

5 ANOS

Prazo de execução do projeto

TERÇA-FEIRA – O DIA EM QUE OS IDOSOS COMEÇARAM A SER VACINADOS

“Não custa absolutamente nada”

“A injeção não me doeu nada”, afirmou Lucinda Almeida Teixeira que, com 100 anos feitos em 10 de janeiro passado, se deslocou ao Centro de Saúde de Espinho, durante a manhã da pretérita terça-feira, no dia em que os utentes mais idosos do concelho de Espinho começaram a ser vacinados contra a Covid-19.

MANUEL PROENÇA

LUCINDA Almeida Teixeira, nasceu no Porto mas reside em Anta. “Não custa absolutamente nada”, contou-nos a centenária, apoiada pela sua filha. “Já tenho tomado muitas injeções e esta não custou nada”, acrescentou, à saída do Centro de Vacinação de Espinho aquela cidadã. “Não demorou muito para que me atendessem e estava tudo muito bem organizado. Foram todos muito simpáticos e não estava nada complicado”, acrescentou a utente que durante muito tempo foi costureira de profissão e que, ao mesmo tempo, trabalhava na agricultura. “Estava tudo excelente, foi rápido e fluído, sem esperas demasiadas”, reforçou a filha, Amélia Almeida, que a acompanhou durante todo o percurso. “Tivemos de fornecer os dados essenciais da minha mãe, bem como a medicação que toma. Estes profissionais de saúde são muito simpáticos e tinham tudo muito bem organizado, fornecendo-nos todas as indicações de que necessitávamos. Estou muito feliz por a minha mãe já estar vacinada e mais protegida. Queria era tomar a minha vacina já”, concluiu Amélia Almeida.

A terça-feira foi o dia em que se deslocaram ao Centro de Saúde os mais idosos, para a primeira dose da vacina contra a Covid-19.

Maria Alice Bessa, que reside em Espinho, tem 91 anos e também foi vacinada, tendo sido acompanhada pela nora. “Foi tudo muito calmo, muito tranquilo e muito bem organizado pelos profissionais desta unidade de saúde. Inclusive, não sabia como preencher o formulário e uma funcionária veio, imediatamente, auxiliar-me. Por outro lado, a vacinação não demorou e não tive de esperar muito tempo, pois compareci aqui à hora que me marcaram”, testemunhou aquela cidadã espinhense.

“Pronto. Já estou vacinada”, disse-nos, cheia de entusiasmo e de orgulho, Amélia Varela, que também reside em Espi-



nho e que tem 92 anos. A nonagenária, à saída do Centro de Saúde de Espinho, depois de ter permanecido durante cerca de 30 minutos no interior de uma tenda, enquanto aguardava a autorização dos profissionais de saúde para regressar a sua casa fez questão de dizer que se sentiu “muito bem após a injeção e, por isso, ainda quero tomar a outra vacina (segunda dose)”. “Ela estava com medo, mas afinal até correu muito bem”, acrescentou a sua filha, que a acompanhou na terça-feira de manhã ao Centro de Vacinações. “Tenho medo às injeções”, explicou, logo de seguida, a nonagenária. “Gosto de tomar todos os remédios, menos as injeções”, revelou aquela utente à saída. “Hoje até correu bem! Até porque tinha mesmo de ser. Pensei: ou vou ou fico”, disse, ainda Amélia Varela que não escondeu que “senti qualquer coisinha com a picada da agulha. Pica mais um pouquinho do que a que se toma por causa da gripe, mas não é nada de especial”.

Segundo Amélia Varela as condições e a forma como foi tratada “foram muito boas. As enfermeiras eram muito simpáticas e muito atenciosas, por isso, tudo correu muito bem”, contou-nos aquela utente que garantiu que à entrada não teve de esperar muito tempo para ser atendida. “Foi chegar e entrar. Está tudo muito bem organizado e, por isso, só tenho a dizer bem de tudo isto. Havia funcionários a auxiliar-nos, o que nos deixou mais tranquilas”, concluiu Amélia Varela.

Alberto Ribeiro, reside em Espinho e tem 92 anos. “Foi a coisa mais simples! Chega-se lá e já está”, contou-nos aquele utente enquanto aguardava à saída do Centro de vacinação por um táxi para o levar a casa. “Temos de esperar durante 30 minutos, depois de tomar a vacina, para ver se não há qualquer reação. Mas correu tudo muito bem”, explicou Alberto Ribeiro.

Este espinhense afirmou ter ficado surpreendido, pela forma como as coisas estavam organizadas. “O motorista de táxi disse-me, durante o caminho, que estava uma fila enorme. Quando cá cheguei verifiquei que não era assim e que as pessoas entravam, tranquilamente no Centro de Vacinação. Isso poderá ter acontecido, realmente, no início, antes

da hora de atendimento, mas depois ficou tudo tranquilo”.

Alberto Ribeiro disse que quando chegou teve de “preencher um papel e para tomar a vacina nem demorou cinco minutos. Nesta vacina acaba por não se sentir nada de diferente da vacina da gripe! E, além disto, os enfermeiros eram muito simpáticos”, acrescentou.

Alberto Ribeiro estava entusiasmado e disse-nos, de imediato que agora regressaria ali para “tomar a segunda dose, no dia 9 de março à mesma hora. Não tenho nada a apontar”, concluiu Alberto Ribeiro enquanto se dirigia para o táxi que o iria levar a casa. •

“Já tenho tomado muitas injeções e esta não custou nada”.
Lucinda Teixeira, 100 anos



“Foi tudo muito calmo, muito tranquilo e muito bem organizado pelos profissionais desta unidade de saúde”.
Maria Alice Bessa, 91 anos



“Quero tomar a outra vacina (segunda dose)”.
Amélia Varela, 92 anos



“Foi a coisa mais simples! Chega-se lá e já está”.
Alberto Ribeiro, 92 anos



SAÚDE

Cerca de três dezenas de bombeiros com a primeira dose da vacina contra a Covid-19

CERCA DE TRÊS DEZENAS de bombeiros do Corpo de Bombeiros do Concelho de Espinho foram vacinados na passada quinta e sexta-feira, no Centro de Vacinação de Espinho, a funcionar no Centro de Saúde de Espinho. Tratou-se da toma da primeira dose da vacina AstraZeneca contra a Covid-19 que irá proteger os soldados da paz.

“As primeiras vacinas foram ministradas na quinta-feira passada a 21 bombeiros e no dia seguinte foram vacinados mais 10 bombeiros”, revelou o comandante dos Bombeiros Voluntários do Concelho de Espinho, Pedro Louro, que acrescentou: “Temos até ao momento um total de 31 bombeiros que tomaram a primeira dose da vacina AstraZeneca, aguardando agora pela chamada dos restantes. O que nos foi informado é que nesta primeira fase apenas serão vacinados 43 bombeiros, o que corresponde a 50% do efetivo”, disse-nos Pedro Louro que não esconde a grande ansiedade que vivem os bombeiros neste momento na expectativa de poderem ser vacinados.

“Todos esperávamos com alguma ansiedade o início deste momento. Desde março do ano passado que estamos fortemente empenhados na luta contra a pandemia, não só no transporte de casos positivos ou suspeitos (mais de 700), mas também na descontaminação de espaços, preparação de espaços de retaguarda, entre outras ações, pelo que o risco de contágio é significativo”, explicou o comandante que sublinha que, “neste contexto, o sentimento de segurança é importante para todos os que estão expostos. E a vacina contribui sem dúvida para esse sentimento pois, apesar de não evitar a doença, contribui para uma menor probabilidade das suas formas mais graves em caso de contágio”, concluiu Pedro Louro. // MP •

COVID-19 CASOS CONFIRMADOS ESPINHO

660,7 CASOS POR 100 MIL HABITANTES *

57 ÚLTIMOS 7 DIAS **

9 ÓBITOS **

8,14 NOVOS CASOS EM MÉDIA POR DIA **

* FONTE ARS NORTE / DADOS ATUALIZADOS A 13 DE FEVEREIRO
** NO CONCELHO DE ESPINHO

4500 Freguesias

HABITAÇÃO MUNICIPAL

Obras no Bairro de Paramos começam em abril



O bairro situado na freguesia de Paramos vai ser alvo de obras de requalificação para melhorar a zona exterior. Rampas, escadas e passeios vão ser reparados e será também feita uma demolição parcial do muro de contenção do conjunto habitacional. Investimento de cerca de 110 mil euros vai permitir remodelar aspeto urbano e surge após candidatura do Município de Espinho ao programa Norte 2020.

LISANDRA VALQUARESMA

O CONJUNTO Habitacional da Quinta de Paramos vai ser alvo de uma requalificação já este ano. A obra, aprovada após candidatura do Município de Espinho ao programa Norte 2020, pretende realizar uma requalificação do espaço público, valorizando, assim, o exterior do Bairro desta freguesia. Com um valor de investimento de cerca de 110 mil euros, Pinto Moreira, presidente da Câmara Municipal, confessou que esta se trata de uma questão muito recente. “Tivemos conhecimento a semana passada da aprovação de uma candidatura no âmbito do Programa Operacional para as Comunidades Desfavorecidas” e que vai permitir uma “melhoria do ambiente urbano, das condições de conforto, e da segurança dos residentes neste Complexo Habitacional da Quinta de Paramos”. Esta obra, que tem data de início prevista para o dia 1 de abril, caracteriza-se por ser uma “intervenção profunda quer ao nível do edificado,

quer ao nível do espaço público.” Desta forma, “a degradação das infraestruturas, nomeadamente dos arruamentos e passeios, a sensação de enclausuramento do bairro, são características que conferem ao local uma reduzida atividade urbana e a presença de fenómenos de exclusão social, que urge mitigar.” Neste sentido, há o objetivo de “promover a homogeneização da imagem do espaço público do Conjunto Habitacional, de forma a minimizar o seu isolamento e integrar esta área no tecido urbano da freguesia”, e ainda “abrir o Conjunto Habitacional ao tecido envolvente, diluindo a presença de alguns elementos arquitetónicos existentes no território”. Com a aprovação desta candidatura, o Município de Espinho pretende “para a área exterior ao Conjunto Habitacional, uma intervenção de regeneração física ao nível do espaço público, a alargar numa fase posterior, ao edificado.” Assim, vai ser realizada “uma reparação geral dos pavimentos, mais especificamente em passeios, escadas e rampas” e, ainda, feita uma “substituição de guias de separação de arruamento”, bem como “estacionamento, passeios e a plantação de árvores nas caldeiras existentes.” Outra das alterações diz respeito à mudança do espaço onde, atualmente, se encontra o anfiteatro e à sua “transformação num jardim vertical, bem como, a demolição parcial de um muro de contenção de terras existente, de forma a trazer mais luz e salubridade ao local”, mas sem pretender alterar a sua função. Segundo o presidente da Câmara Municipal, “um bairro que está com um bom aspeto visual no seu espaço exterior, evidentemente favorece a integração social de todos os que lá moram.” A obra tem um investimento total de 110.025,24 euros, será executada em seis meses, tendo início marcado para o início de abril e data prevista de conclusão para o dia 31 de agosto. •



110 mil

INVESTIMENTO

PASSEIOS, ESCADAS E RAMPAS
Reparados

GUIAS DE SEPARAÇÃO DE ARRUAMENTOS
Substituídas

MURO DE CONTENÇÃO
Demolição parcial

“

Um bairro que está com um bom aspeto visual no seu espaço exterior, evidentemente favorece a integração social de todos os que lá moram.”

Pinto Moreira, presidente Câmara Municipal de Espinho

NO COMPLEXO HABITACIONAL DA QUINTA DE PARAMOS, construído em 1997, existem 160 fogos de habitação multifamiliar distribuídos por seis edifícios de rés-do-chão e três pisos.

Das **160** habitações

18 T1
79 T2
40 T3
11 T4
12 T4 DUPLEX

4500 Região

PROTEÇÃO

Conclusão do ajuste das barreiras de insonorização na A29 (junto a Arcozelo) prevista para duas semanas



Decorre uma intervenção na A29, junto a Arcozelo, com ajustes pontuais nas barreiras acústicas. A ação deverá ser concluída no prazo de duas semanas, dependendo sempre das condições meteorológicas.

LÚCIO ALBERTO

A INTERVENÇÃO em curso consiste em implementar ajustes pontuais nas barreiras acústicas já existentes, ajustes esses decorrentes dos estudos realizados e cujas conclusões revelaram essa necessidade.

Esta intervenção é consequência do acompanhamento que é feito sobre a pressão sonora decorrente do tráfego que circula nesta autoestrada, através dos dados obtidos nas monitorizações deste descritor, de acordo com o plano de monitorização.

A Ascendi, concessionária da A29, dá nota de que “estas ações integram em grande parte o plano de ação desta grande infraestrutura rodoviária, aprovado pelas entidades competentes e têm como objetivo minimizar as consequências do ruído na vizinhança destas vias.”

Questionada no que concerne ao prazo de execução da obra, a Ascendi aponta para duas semanas, “dependendo sempre das condições meteorológicas.”

Acresce referir que ainda não está agendada mais alguma intervenção

do género, ou de diferente âmbito, na A29 junto à zona de Espinho (entre Arcozelo e Ovar). “Estão a decorrer estudos de avaliação sobre os resultados obtidos nas monitorizações recentes pelo que, no imediato, não temos informação sobre as respetivas conclusões e eventuais intervenções necessárias. Está prevista para 2023 a revisão do plano de ação desta infraestrutura que liga Vila Nova de Gaia e Albergaria-a-Velha.” •

PORTO E NORTE

Força das marcas regionais fundamental na retoma do turismo

AUTENTICIDADE, sustentabilidade, património e pessoas são eixos fundamentais para a retoma do turismo, alicerçados na força das marcas regionais”, dá nota Luís Pedro Martins, presidente do Turismo do Porto e Norte. “As marcas regionais vão ter um papel essencial na retoma e são o nosso grande trunfo.”

“Temos a grande marca Portugal e

sete grandes marcas regionais, com uma imensa diversidade debaixo de um chapéu comum”, constata Luís Pedro Martins, assinalando dois anos na liderança do turismo na região. Património, natureza, vinhos, gastronomia e diversidade são os vetores apontados como trunfos da marca da região que abrange Espinho. “E associados à grande hosi-

talidade, à força da nossa indústria exportadora, ao prestígio das nossas universidades e até personalidades e entidades desportivas.”

“O setor do turismo tem uma estratégia muito bem definida, descentralizada e que trará os resultados que todos esperamos no futuro”, acrescenta, por seu turno, Rita Marques, secretária de Estado. •

REDES FERROVIÁRIA E VIÁRIA



Obras adiadas no distrito de Aveiro

O MINISTRO das Infraestruturas e da Habitação foi confrontado com um vasto conjunto de obras não realizadas no distrito de Aveiro, tendo a deputada Helga Correia acusado o Governo de ser “pródigo em anúncios”, mas com uma concretização que “deixa a desejar”.

Foi numa interpelação a Pedro Nuno Santos, no Parlamento, que a deputada do PSD se referiu à Linha do Vale do Vouga, lamentando os sucessivos anúncios e recordando que o Plano Nacional de Investimentos reservava 75 milhões para a obra, quando, agora, prevê 100 milhões, mas incluindo a requalificação entre Aveiro e Espinho.

Foi então feita alusão a uma recente portaria relativa à reabilitação da ferrovia, mas em referência ao troço entre

Santa Maria da Feira e Oliveiras de Azeméis, o ministro foi questionado sobre quando é que a obra vai, realmente, para o terreno e se as verbas são mesmo as suficientes para a sua execução.

Helga Correia também mencionou uma petição em curso tendente à criação de um nó de ligação a Fajões, a partir da via que ligará Arouca ao nó de Pigeiros da A32. E, ainda no capítulo da rede viária, exortou o ministro a promover a desejada requalificação do IC2 no troço que atravessa o concelho de Oliveira de Azeméis. Pedro Nuno Santos foi também questionado sobre a ligação de Sever do Vouga à A25, tratando-se de um concelho do interior do distrito com condicionalismos no acesso que têm aos hospitais e na fixação de indústrias. •

SANTA MARIA DA FEIRA

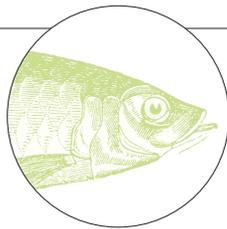
“Livros sobre Rodas” chegam a 21 freguesias

DEPOIS DE disponibilizar o acesso Online a mais de 7000 jornais e revistas em dezembro de 2020, a Biblioteca Municipal de Santa Maria da Feira reforça agora a proximidade aos seus leitores com o serviço de entrega de documentos ao domicílio “Livros sobre Rodas”, que abrange todo o território municipal (216 quilómetros quadrados), enquanto vigorar o dever geral de recolhimento domiciliário.

O serviço “Livros sobre Rodas” é gratuito e possibilita aos leitores das 21 freguesias do concelho o empréstimo e devolução de um extenso e diversificado conjunto de

documentos – livros, revistas, CD e DVD – sem sair de casa, bastando formalizar o pedido através do catálogo Online (www.biblioteca.cm-feira.pt), contacto telefónico 256 377030 (segunda a sexta-feira, das 8h30 às 18 horas) ou e-mail biblioteca@cm-feira.pt.

Após o pedido, o leitor é contactado para confirmação do dia e hora de entrega dos documentos solicitados, na morada indicada, pelos técnicos da biblioteca, cumprindo todas as normas e medidas de segurança da Direcção-Geral da Saúde relativas à prevenção e combate da covid-19. •

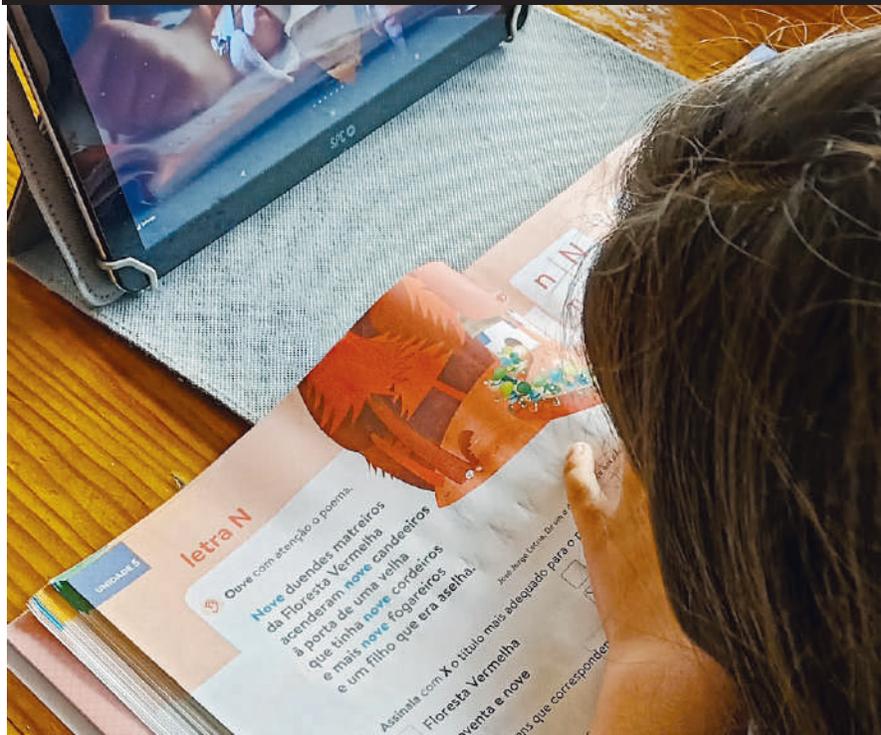


VOX POP

Depois do encerramento das escolas, o ensino à distância voltou e as rotinas sofreram novas adaptações. Ainda que esta forma de aprender não seja a mais adequada, os pais acreditam que está a correr bem dentro do que é possível.

Aprender à distância não é fácil para a rotina familiar, no entanto, acreditam que, nesta segunda vez, tanto os alunos como os professores se sentem mais preparados. Contudo, a mistura entre os alunos a aprender em casa com os pais em teletrabalho se tem revelado uma tarefa complexa.

Ensino à distância: “Dentro do que é possível tem corrido bem”



1.

No seu caso familiar como tem corrido o ensino à distância?

2.

Acredita que o ensino à distância traz tanta produtividade para o aluno como se fosse presencial ou acredita que é exatamente o oposto?



Susana Valente,
Espinho

1- Tenho dois filhos, um está no primeiro ano e o outro no quinto. As aulas estão a correr bem, sem percalços.
2- Aulas síncronas nunca serão iguais às presenciais. Face a esta pandemia e de forma a não ser de novo um ano tão difícil como o ano letivo anterior, é notório o aumento de carga horária e de trabalhos para casa. No nosso caso em particular, ambos estão felizes pelo regresso, rever professores e colegas, mesmo não sendo o ideal. Há uma breve revisão da matéria e já estão a aprender matéria nova. ●



Gustavo Amaral,
Espinho

1- Está a correr melhor do que no anterior confinamento, sobretudo pelo empenho dos professores.
2- Para quem tem meios, disponibilidade e sorte com os professores dos filhos, consegue aproximar-se da aprendizagem em escola. ●



Emília Sequeira,
Espinho

1- É o que temos, dadas as circunstâncias. Na rua onde moro não há fibra para a internet e, talvez por isso, há falhas frequentes. Por esta razão, avisei os diretores de turma logo que entramos em confinamento, pois quando os alunos têm um período de tempo para responder a questões, as minhas filhas podem não conseguir cumprir os prazos. Quando estão as duas a ter aulas ao mesmo tempo, tenho uma filha na sala e outra no escritório. Ficamos limitados para circular pela casa e fazer a nossa vida normal. Quanto às aulas, tantos os alunos como os professores já estão mais adaptados. Pelo que me parece estão a dar a matéria, a dar trabalhos de casa, a mandá-los estudar, bem como a enviar tarefas. Na minha modesta opinião o ensino está desatualizado há muitos anos. Programas extensos com matérias a que costumamos chamar "com muita palha". Penso que deveriam ensinar a estudar, pesquisar e fazer experiências/praticar nas várias disciplinas. Depois cada um optaria, conforme a vocação, por estudar em profundidade os seus interesses. Depois do que aconteceu no final do ano letivo 2019/2020, com esta nova situação, poderia ter sido uma oportunidade para mudanças, mas infelizmente quem manda continua preocupado em que se cumpram

programas desatualizados e inadequados. Os estudantes, com tudo isto, passam demasiado tempo na escola, ficam sem tempo para serem jovens, muitas responsabilidades, obrigações, quietos, calados e de preferência que não questionem muito, para não haver discussão de temas e se atrase o programa. Quando chegarem aos 40 ou 50 anos vão viver a vida de adolescente. Com toda esta crise continuam a estar demasiadas horas sentados e agora nem com os colegas podem estar.

2- A produtividade não é a mesma, nem poderia ser. As minhas filhas sentem mais dificuldades e não gostam. ●



Carina Pereira,
Espinho

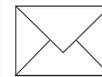
1- Tem corrido bem, tudo dentro da normalidade.
2- Não acho que tenha tanta produtividade como presencial, porque a educação escolar é diferente e porque o meio ambiente inserido é propício a mais falta de atenção. ●



Madalena Ricou,
Guetim

1- Dentro do que é possível tem corrido bem. O meu filho mais velho está no 4º ano, já tem alguma autonomia e responsabilidade e, por isso, não necessita de muito apoio para participar nas aulas. Já não posso dizer o mesmo em relação aos mais pequenos, que nem sempre participam nas atividades que as educadoras de infância sugerem, por falta de disponibilidade da minha parte para os acompanhar, já que estou em teletrabalho. Por este motivo, sinto que as aprendizagens não serão as mesmas.

2- Não, porque o contexto é o mesmo que eles atribuem ao descanso e lazer. Não é possível manter o mesmo tipo de concentração e produtividade sem mudar o contexto e, por isso, na maior parte das vezes é preciso insistir para que realizem as tarefas que realizariam normalmente na sala de aula. Além disso, estando em teletrabalho é difícil dar o suporte que um professor daria numa sala de aula, como por exemplo o esclarecimento de dúvidas. Ainda assim, o meu filho mais velho tem duas horas de aulas síncronas com a professora, que está disponível para os ajudar sempre que precisam, ainda que à distância. ●



CORREIO DO LEITOR

Ruas em obras e algumas às escuras

Não interessa se já deviam ter sido feitas há muito ou há pouco tempo, porque o que importa é que estão a acontecer algumas obras que eram precisas na cidade. E é necessário, isso sim, que sejam bem feitas e rapidamente. Deve-se evitar que se arrastem no tempo e que sejam motivo de maior cuidado para quem conduz nas ruas da cidade e, principalmente, para quem caminha nos passeios ou precisa de atravessar as ruas. E, já agora, deve-se ter atenção a algumas ruas que estão às escuras, por avaria ou falta de reposição de postes de iluminação pública que foram abaixo ou danificados devido a acidentes de trânsito.

João Martins - Espinho

Idosos mais isolados com a pandemia

Nestes tempos difíceis para todos, devido à pandemia do coronavírus, não nos podemos esquecer dos idosos que estão sozinhos em casa e quase sem contacto com ninguém. O confinamento tem imposto que muitas pessoas fiquem em casa e os idosos fazem parte desta situação, mas muitos deles ficam isolados de tudo e de todos!

Alguns idosos ainda contam com o apoio de familiares, amigos e vizinhos, mas outros nem têm que lhes bata à porta!

Muitos idosos já vivem com dificuldades para sair à rua, ir às compras de alimentos e de medicamentos e até com muita dificuldade financeira.

É necessário tratar de quem já deu algo ou muito de si durante uma vida de trabalho e que hoje enfrenta muitas dificuldades para sobreviver.

E nestes tempos de pandemia e de confinamento agravam-se as dificuldades dos mais velhos, principalmente dos que estão isolados, entre paredes, de tudo e de todos!

Rosa Gonçalves - 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

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



opinião

Carlos Guimarães Pinto

Onde está o Qaly?

Em medicina é habitualmente utilizada uma medida de estado de saúde que considera tanto a longevidade como a qualidade dessa vida. Dá-se o nome de QALY (do inglês Quality Adjusted Life Years). Um ano de boa saúde representa 1 QALY. Estar morto representa 0 QALY. Depois há todos os níveis intermédios dependendo do nível de saúde de cada um. Um ano em estado vegetativo representa menos QALY do que alguém um ano com fortes dores na coluna ou com problemas de depressão. Estas medidas são usadas para tomar decisões sobre tratamentos e, em casos extremos, decidir que doentes são tratados ou recebem transplantes. Havendo apenas um órgão para transplante e dois possíveis receptores, um de 20 e outro de 60 anos, à partida será o de 20 a recebê-lo por ter mais anos de vida pela frente. No entanto, se o de 20 tiver uma doença grave que afecte de forma severa a sua qualidade de vida ou longevidade, pode acontecer a pessoa de 60 anos ter uma expectativa de QALY maior. Da mesma forma, alguns médicos recomendam aos seus doentes não enveredarem por certos tratamentos que lhes prolongam a vida por poderem diminuir mais do que proporcionalmente a qualidade de vida. Isto acontece, por exemplo, com tratamentos ao cancro em pessoas mais velhas e com menos esperança de vida. Uma pessoa com 95 anos poderá apreciar mais um ano de vida de boa saúde do que três anos de tratamentos dolorosos.

Portanto, a medicina já aceitou há muito tempo que o seu objectivo não é, tecnicamente, salvar vidas, mas sim estendê-las porque nenhuma vida é salva indefinidamente. Também já se aceita há muito tempo que a vida não é só longevidade, mas que também há um aspecto de qualidade de vida que é preciso ter em conta. Se o único objectivo da vida fosse a longevidade, o ideal era nascermos e sermos colocados numas cápsulas a ser alimentados por uma sonda durante 140 anos até finalmente o corpo ceder. Provavelmente ninguém invejaria esta vida. Os seres humanos, pelo contrário, gostam de tomar opções que colocam em risco a sua longevidade a troco de uma maior qualidade de vida. Muitas vezes até o fazem a troco de aumentos de

qualidade de vida que são discutíveis, como quando fumam, tomam drogas, comem em excesso ou praticam outros comportamentos que diminuem a longevidade. Algumas pessoas apreciam tanto o risco que não se importam de arriscar severamente a sua esperança média de vida para terem acesso a emoções fortes que lhes aumentam a qualidade de vida (como quem faz parapente, alpinismo ou andar a pé ao longo da nacional 109 em Paramos). Desfrutar a vida implica estas duas coisas: longevidade e qualidade. Enquanto a longevidade é fácil de medir, a qualidade depende muitos dos gostos de cada um. A medicina, e também a filosofia e a economia, já o aceitou há muito tempo.

“Já se aceita há muito tempo que a vida não é só longevidade, mas que também há um aspecto de qualidade de vida que é preciso ter em conta.”

Na gestão de uma pandemia é inevitável pensar em salvar vidas, perdão, em alongar vidas. Pelo caminho, impõem-se várias restrições que inevitavelmente reduzem a qualidade de vida das pessoas. Este é um equilíbrio muito complicado por vários motivos. O primeiro é porque a morte é um evento imensamente mais dramático do que qualquer perda individual de qualidade de vida. Ao lado de uma morte, ter uma turma inteira sem aulas durante dois meses não parece muito grave. Ao lado de uma morte, ter centenas de pessoas fechadas em casa também não parece muito grave. Por outro lado, os custos em termos de longevidade estão muito concentrados numa faixa etária (os mais velhos), mas os custos de qualidade de vida estão concentrados noutra faixa etária (mais novos e meia idade). Não fossem as elevadas fatalidades entre os mais velhos, provavelmente o vírus nem sequer seria visto como um problema sério.

Apesar destas dificuldades, não se deve retirar o olhar daquilo que a ciência sempre usou: os QALY. Quando fechamos escolas, estamos a diminuir a qualidade de vida futura de centenas de milhares de crianças. A redução da qualidade da educação irá afectar o futuro dessas crianças, mas também o futuro de todas as pessoas que iriam depender dessas crianças para alguma coisa. Daqui a 20-30 anos, um problema de formação precoce pode fazer com que um grande médico ou investigador não passe

de um médico ou cientista banal, incapaz de salvar, perdão alongar, vidas com a sua genialidade.

Todos nos lembramos dos nossos 16 anos ou do nosso tempo na universidade. Quão tristes, quão pior teria sido a nossa vida, se nesse período estivéssemos impedidos de estar com os amigos, beber uns copos e conviver. Quantas histórias, recordações, não teríamos hoje para contar ou para nos aquecer o coração ao recordar? Isto também é qualidade de vida, qualidade de vida que esses jovens hoje não podem ter.

Toda a gestão da pandemia é muito complexa. É complexa acima de tudo porque nunca sabemos o efeito de cada decisão tomada. Aquele fecho dos hipermercados à tarde na altura das compras de natal ajudou a con-

ter o contágio ou favoreceu-o ainda mais? Nunca saberemos. O pico ali em meados de janeiro deveu-se mais ao natal ou à onda de frio? Claro que a culpa de tudo isto é primariamente do vírus e da pandemia. No entanto, como decisores, como imprensa, como opinião pública que pressiona políticos a tomar decisões, nunca nos podemos esquecer que vida não é apenas longevidade. Todas as decisões que tomamos têm consequências também na educação, nos pequenos negócios, na saúde mental, enfim, na qualidade de vida, o outro lado do cálculo, mas um lado muito importante. Sempre que pensarem numa decisão não se esqueçam de perguntar: onde está o QALY? •

Assinatura 2021



ESPINHO POR DENTRO.

A Defesa chega-lhe a casa, sem complicações!
Entre no novo ano com o pé direito e a informação certa, renovando a sua assinatura a preço especial.

Subscriva por
28,5€ p/ano*

*Preço de assinatura anual (IVA incluído).
Válido até 28 de fevereiro de 2021.

Informações e condições comercial@defesadeespinho.pt / +351 22 734 15 25
Transferência bancária IBAN: PT50 0079 0000 07405836 10169 (Banco EuroBic)

necrologia

† Glória Pereira de Sá Mota Capela

AGRADECIMENTO



Rua de São Martinho / Anta - Espinho

Seu marido, filhos, genro, nora, netos e demais família vêm por este meio agradecer a todas as pessoas de suas relações e amizade, que tomaram parte no funeral da sua ente querida e a todas as mensagens de carinho recebidas ou que de outro modo se associaram à sua dor.

A Família

Quem sofre saudade não chora a mágoa de agora, mas, da eternidade.

Anta, 18 de Fevereiro de 2021

Agência Fun.ª Maria de Lourdes, Lda. Anta - Espinho Tel. 227340609 - 966225173

† Adélia Fernandes Camarinha

AGRADECIMENTO



Rua da Igreja - Guetim

Seus filhos, noras, netos, bisnetos e demais família vêm por este meio agradecer a todas as pessoas de suas relações e amizade, que tomaram parte no funeral da sua ente querida e a todas as mensagens de carinho recebidas ou que de outro modo se associaram à sua dor.

A Família

Quem sofre saudade não chora a mágoa de agora, mas, da eternidade.

Guetim, 18 de Fevereiro de 2021

Agência Fun.ª Maria de Lourdes, Lda. Anta - Espinho Tel. 227340609 - 966225173

† ELISA PINTO PEREIRA "CASA CRUZ DAS LOIÇAS"

COMUNICAÇÃO DO 30.º DIA DE FALECIMENTO

21-01-2021 - 21-02-2021

Seu marido, filha, filhos, noras e netos. Recordam esta data com profunda saudade.



É com profundo pesar que o Centro Social de Paramos participa o falecimento da **Srª Dª Margarida da Costa**, mãe do Presidente da Direção e agradece a todos os que de alguma forma manifestaram o seu pesar.



† MANUEL SOARES MAGANINHO

6.º ANIVERSÁRIO DO SEU FALECIMENTO

22-02-2021

Seus filhos, noras, genros, netos, bisnetos e demais família, recordam esta data com profunda saudade.

OS NOSSOS CLASSIFICADOS

APARTAMENTOS T0, T1, T2 e T3.

Totalmente equipados, com TV Cabo mais Sport TV, telefone, garagens, limpezas.

Rua 62, n.º 156. Tlf. 227310851/2 - Fax 227310853

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

FARMÁCIAS
Serviço de turnos do concelho de Espinho

🕒 9 às 24 horas 📞 Após as 24 horas o atendimento é efetuado, exclusivamente, através da LINHA 1400

quinta 18	Farmácia Santos Rua 19, n.º 263 - Espinho	227 340 331
sexta 19	Farmácia Paiva Rua 19, n.º 319 - Espinho	227 340 250
sábado 20	Farmácia Higiene Rua 19, n.º 395 - Espinho	227 340 320
domingo 21	Grande Farmácia Rua 8, n.º 1025 - Espinho	227 340 092
segunda 22	Farmácia Conceição Rua S. Tiago, n.º 701 - Silvalde	227 311 482
terça 23	Farmácia Mais Rua 19, n.º 1412 - Anta	227 341 409
quarta 24	Farmácia Machado Av.ª Central Sul, 1275 - Paramos	227 346 388

CONTACTOS ÚTEIS

A. VIAÇÃO ESPINHO	227 341 296
BIBLIOTECA	227 335 800
BOMB. V. ESPINHO	227 340 005
BOMB. V. ESPINHENSES	227 340 042
CÂMARA MUNICIPAL	227 335 800
CENTRO DE SAÚDE DE ESPINHO	227 334 020
UNIDADE SAÚDE MARINHA	227 343 101
UNIDADE SAÚDE SILVALDINHO	227 343 642
UNIDADE DE SAÚDE DE PARAMOS	27 345 001
UNIDADE DE SAÚDE DE ANTA	227 334 060
CLIESP	227 330 410
CLÍNICA COSTA VERDE	227 345 885
CLÍNICA N.ª S.ª D'AJUDA	227 342 695
CLÍNICA S. PEDRO	227 344 714
CLÍN. DR. J. MENDES & FILHA	227 341 710
COGE - CLÍNICA SANTA CASA	227 330 960
POLICLÍNICA	227 330 640
CTT - RUA 19	227 330 631
EDP - AVARIAS	800 506 506
EDP - LEITURAS	800 507 507
EDP - COMERCIAL	808 505 505
ESTAÇÃO CP	808 208 208
FISIOCLÍNICA	227 314 986
BRIGADA FISCAL	227 341 196
HOSPITAL ESPINHO	227 331 130
HOSPITAL V. N. GAIA	227 865 100
S. SEBASTIÃO (S.M.FEIRA)	256 379 700
JUNTA FREGUESIA DE ESPINHO	227 344 418
JUNTA FREGUESIA DE ANTA	227 346 453
JUNTA FREGUESIA DE GUETIM	227 344 226
JUNTA FREGUESIA DE PARAMOS	227 342 710
JUNTA FREGUESIA DE SILVALDE	227 344 017
PSP	227 340 038
REGISTO CIVIL	227 332 060
REPARTIÇÃO FINANÇAS	227 332 070
SANEAM. BÁSICO (AVARIAS)	227 335 840
SEGURANÇA SOCIAL	227 341 956
TÁXIS (CÂMARA)	227 343 167
TÁXIS (CONC. ESPINHO)	800 208 202
TÁXIS COSTA VERDE	227 340 118
TÁXIS (GRACIOSA) ESTAÇÃO	227 340 010
TÁXIS UNIÃO, LDA.	227 348 017
TÁXIS UNIDOS	227 342 232
TÁXIS VERDEMAR	227 343 500
TESOURARIA FAZENDA PÚBLICA	227 332 087
TRIBUNAL	227 331 330

Anuncie

NA "NOVA" DEFESA

CONSULTE CONDIÇÕES

GERAL@DEFESADEESPINHO.PT
227 341 525

defesa-ataque

CAMPEONATO DE PORTUGAL

“A equipa está claramente em ascensão”

“NÃO FOI NADA FÁCIL ganhar ao Castro Daire”, reconheceu o treinador do SC Espinho no final do jogo de terça-feira e que deu os três pontos aos tigres na Série D do Campeonato de Portugal. “O nosso adversário já não perdia no seu campo desde setembro de 2019. Isto traduz bem as dificuldades que há em jogar ali. O piso sintético dificulta imenso quer o jogo, quer a sua qualidade”, explicou o técnico dos alvinegros que elogiou os seus jogadores que “tiveram paciência”.

“Não escondo que tivemos, também, a felicidade que nos faltou, por exemplo, no jogo com a Sanjoanense”, admitiu o treinador dos tigres que, por outro lado diz que “a equipa está claramente em ascensão. Nos últimos cinco jogos temos três vitórias e um empate com a Sanjoanense e uma derrota, que não merecíamos, em Canelas. A equipa está a crescer e esta vitória irá ajudar a dar mais confiança e acreditar naquilo que estamos a fazer”, considera Bruno China.

Para o treinador dos espinhenses, “foram três jogos muito seguidos e no domingo temos pela frente mais uma luta, com o Vila Cortez. No entanto, queremos dar continuidade a este trabalho e ao bom momento da equipa. Neste jogo em Castro Daire jogaram alguns dos jogadores que ainda estão connosco há pouco tempo e que ainda não estão tão identificados com o nosso processo, mas que deram boa conta do recado”.

Bruno China diz que quando veio para o comando técnico do SC Espinho, encontrou a equipa “numa situação complicada na tabela classificativa e temos vindo a melhorar a sua classificação. Mas ainda não conseguimos nada pois temos muito que trabalhar”, considerou o treinador que afirmou estar “muito satisfeito quer com a evolução da equipa, quer com a qualidade de jogo que tem apresentado e com o compromisso de todos os jogadores. Tenho de lhes dar uma palavra de mérito porque são eles os principais obreiros das melhorias e dos resultados positivos que temos vindo a conseguir”, sublinhou Bruno China que disse que os seus atletas têm tido, sobretudo, “um espírito de sacrifício e sempre estiveram abertos a nos aceitar, recebendo-nos da melhor maneira”. // MP •

“

Não escondo que tivemos, também, a felicidade que nos faltou, por exemplo, no jogo com a Sanjoanense”



Bruno China, treinador do SC Espinho



Tigres empatam em S. João da Madeira

O SC Espinho perdeu, no sábado, a oportunidade de amealhar três pontos diante uma das equipas que estão no topo da tabela classificativa. Os tigres estiveram a vencer por 0-1 a Sanjoanense e ainda desperdiçaram uma grande penalidade a quatro minutos do final do tempo regulamentar, acabando por sofrer o tento do empate em tempo de compensação.

MANUEL PROENÇA

UM JOGO ENTRE o SC Espinho e a Sanjoanense traz sempre emotividade, sobretudo por se tratar de um dérbi de Aveiro. E este jogo, o segundo nesta temporada, não foi exceção. A divisão de pontos que se havia registado na primeira volta, acabou por se registar, também, neste segundo jogo. E os papéis acabaram por ser inverter, com a Sanjoanense, nos minutos finais, à procura, desesperadamente, do empate. Valeu a sorte, ou neste caso o azar dos espinhenses, que muito perto dos 90 minutos, desperdiçaram uma grande penalidade, que lhes daria o 0-2 e que terminaria, definitivamente com as esperanças da equipa adversária.

Mas o facto de o SC Espinho ter estado a vencer durante a maior parte do tempo não significa que tenha dominado a partida! O jogo foi repartido, sobretudo a meio-campo, com alguma evidência para a equipa da casa. Mas nada que fizesse com que se justificasse a vantagem no marcador, à exceção de um ou dois lances em que o guarda dos tigres, Bruno Silva, teve de ser posto à prova.

O golo dos espinhenses acabou por surgir num lance de bola parada. Diogo Valente, com toda a sua experiência, na marcação de um livre direto sobre a esquerda e muito

próximo da grande área, colocou a bola, com um potente remate, no ‘buraco da agulha’. Um golo que perturbou, sobremaneira, a equipa de S. João da Madeira que, daí em diante, não mais se acertou.

O segundo tempo, contrariamente àquilo que se esperava, trouxe mais do SC Espinho. A equipa foi mais solidária e conseguiu trazer ainda mais dificuldades ao seu adversário que apostou o tudo por tudo no ataque. Foi aqui que o jovem guarda-redes espinhense, Bruno Silva deu cartas e evitou que o adversário conseguisse o golo.

Também Bruno China implementou algumas alterações na sua estratégia e lançou dois dos novos reforços, que vieram refrescar quer o meio-campo, quer o ataque, produzindo os efeitos pretendidos. Gildo, o avançado de 24 anos brasileiro que veio do Marco, foi carregado em falta dentro da grande área da Sanjoanense. Na marcação da respetiva grande penalidade, o avançado dos tigres, Miguel Pereira, proporcionou uma defesa a Bradley.

Com esta intervenção, já nos minutos finais do encontro, a equipa de S. João da Madeira galvanizou-se e carregou sobre o SC Espinho, alcançando um golo já em tempo de compensação, por intermédio de Nonato, que de cabeça surpreendeu o guarda-espinoense. •

CAMPEONATO DE PORTUGAL :: SÉRIE D



SANJOANENSE

1



SC ESPINHO

1

JORNADA 16. 13/02/2021. Estádio Conde Dias Garcia, em S. João da Madeira

CARTÕES		SUBST.		AS EQUIPAS		SUBST.		CARTÕES	
V	A							A	V
		Bradley		Bruno Silva					
		Aldair		Mica					
		© Rúben Pereira		Jota				84	
65		Godinho		Né				67	
	73	Gil Barros		Paço					
		Barbosa		João Ricardo ©					
34	62	George		Dani					
	int	Paulinho		Diogo Valente		82	61		
	int	Tarcísio		Betinho		73	51		
43		Élder Santana		Miguel Pereira					
	67	Zé Leite		Nakedi		73			
		Sérgio Machado		Bruno China					
		Rui Mota		Kadú					
90+2	62	Sandro		Jimmy					
	73	Jota Oliveira		Andrezo		73			
		Jean		Eduardo Baldé		82			
	67	Mário Correia		Carlitos					
	int	Nonato		Zé Santos					
	int	Márcio Machado		Gildo		73			

0-1 ao intervalo. **Marcadores:** 0-1, por Diogo Valente (36); 1-1, por Nonato (90+3)

ÁRBITRO: Marco Cruz (AF Porto)

ÁRBITROS AUXILIARES: Sérgio Ribeiro e Filipe Fernandes



CASTRO DAIRE

0



SC ESPINHO

1

JORNADA 8. 16/02/2021. Complexo Desportivo de CD e em Castro Daire

CARTÕES		SUBST.		AS EQUIPAS		SUBST.		CARTÕES	
V	A							A	V
23		Pedro Gonçalves		Bruno Silva					
		Tomé		Mica					
	29	Mané		Jota				81	
45+6		Paulo Oliveira		Né					
		Luís Henrique		Gonçalo				61	
		Márcio Rocha		João Ricardo ©				62	
		Fred		Jimmy				75	
		Rui Cardoso		Andrezo				75	
	83	© Marcel		Paço				89	
		Luís Barry		Miguel Pereira				82	48
	66	Yoshi		Gildo					
		Vasco Almeida		Bruno China					
	29	Tomás Correia		Kadú					
		Edu Leal		Dani				75	
	83	Luís Paiva		Betinho				82	
	66	Márcio Santos		Zé Santos					
		Hugo Parente		Rafa					
				Diogo Valente				61	
				Nakedi				75	

0-0 ao intervalo. **Marcadores:** 0-1, por João Ricardo (87)

ÁRBITRO: Fernando Ferreira (AF Guarda)

ÁRBITROS AUXILIARES: Bernardino Sousa e Pedro Santos

RESULTADOS 16.ª JORNADA

Sanjoanense	1-1	SC Espinho
Águeda	1-1	Lourosa
Canelas 2010	1-0	Vildemoinhos
Valadares Gaia	1-2	Anadia
Beira Mar	3-1	S. João Ver
Vila Cortez	3 MAR	Castro Daire

CLASSIFICAÇÃO

	J	V	E	D	F-C	P
1 Canelas 2010	16	11	2	3	24-8	35
2 Anadia	15	9	5	1	20-8	32
3 Lourosa	15	8	4	3	28-18	28
4 S. João Ver	16	7	6	3	24-11	27
5 Sanjoanense	16	5	10	1	19-11	25
7 SC Espinho	16	5	2	9	19-20	17
10 Águeda	14	4	3	7	14-16	15
11 Vildemoinhos	15	2	3	10	9-21	9
12 Vila Cortez	15	1	1	13	6-55	4

PRÓXIMA JORNADA (20* e 21 de fevereiro)

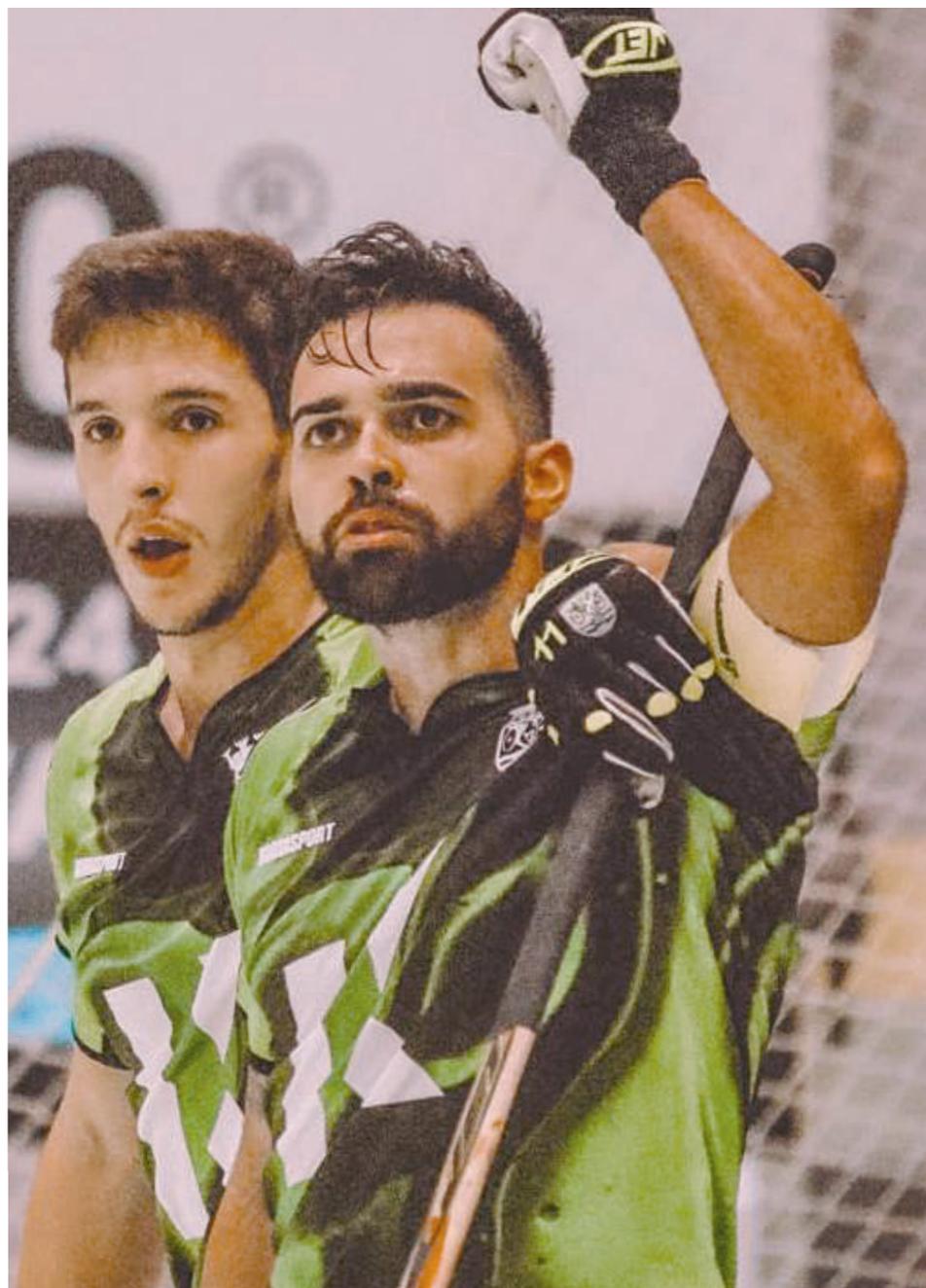
Vildemoinhos	15h00*	Águeda
Lourosa	15h00*	Sanjoanense
Castro Daire	15h00	Beira Mar
SC Espinho	15h00	Vila Cortez
Anadia	15h00	Canelas 2010
S. João Ver	15h00	Valadares Gaia

defesa-ataque

NUNO ARAÚJO JOGADOR DE HÓQUEI EM PATINS DO VALONGO

“Não escondo que gostaria de, um dia, poder vestir a camisola da Académica de Espinho”

Entrevista. Nuno Araújo, aos 32 anos, é um dos principais jogadores de hóquei em patins da AD Valongo, que joga na 1.ª Divisão nacional. O jogador nascido e criado em Espinho, internacional por Moçambique, completou esta época 20 jogos e marcou 15 golos. O seu percurso começou na Académica de Espinho, pela mão de Vladimiro Brandão e passou por clubes como a Oliveirense, Candelária, Nortecoope, HC Braga e pelo Valongo onde se encontra desde 2018.



MANUEL PROENÇA

Como foi a sua infância?

Foi uma infância idêntica à de qualquer criança, apenas tive de conciliar os estudos com o desporto. No entanto, recordo com saudade, as férias que passava na praia de Espinho, com os meus amigos. Mas o mais marcante neste tempo eram as peladinhas aos sábados à tarde, no campo da Seara, em Silvalde. Juntávamos 20 rapazes e passávamos horas a jogar futebol. E, neste sentido, a infância é um tempo mágico que nos marca profundamente. Por isso, tenho boas recordações desse período da minha vida.

Como apareceu o hóquei em patins na sua vida?

O hóquei em patins surgiu na minha vida depois de ter assistido a um jogo no Pavilhão Arquitecto Jerónimo Reis com o meu pai. Foi a partir daí que despertei o meu interesse pela

modalidade.

Os meus pais compraram-me uns patins e fui aprendendo, sozinho, a patinar em casa, mas passado algum tempo viram que a casa já era pequena para mim. Nessa altura, decidiram levar-me ao pavilhão da Académica de Espinho, onde tive a felicidade de encontrar um grande ser humano, o saudoso Vladimiro Brandão, que tanto me ensinou, principalmente a patinar. Felizes foram aqueles que o tiveram como mestre.

Praticou algum outro desporto antes do hóquei em patins?

Não pratiquei mais nenhum desporto federado além do hóquei em patins. Apenas aproveitava todos os tempos livres para jogar à bola com os meus colegas. Nada mais do que isso! O futebol tem essa facilidade. Basta ter uma bola, umas pedras para se fazer uma baliza e toca a jogar. Em miúdos, todos têm tendência para experimentar várias modalidades e eu não fugi à regra, mas onde me senti

como 'peixe na água' foi, sem dúvida, no hóquei em patins.

Qual a razão que o levou a estar muito tempo da sua vida desportiva longe da sua terra natal?

A principal razão que me levou a jogar fora desde muito cedo foi o facto de ter sido 'aliciado' por outros projetos desportivos e isso afastou-me um pouco de Espinho. Hoje em dia, dificilmente se encontra um atleta que faça toda a sua carreira desportiva num só clube. Ou por aconselhamento de alguém em quem se tem muita confiança, ou por 'aliciamento' por parte de outros clubes, ou então na busca de alguma coisa diferente que proporcione uma evolução na sua vida desportiva, entre outras coisas. Acabamos por vestir outras cores de outros clubes e desta forma se faz a história de uma carreira desportiva. Foi tudo isto que provocou, inevitavelmente, a minha saída da cidade

de Espinho.

O Valongo preencheu grande parte da sua carreira desportiva como adulto... Qual foi ou quais foram os momentos mais importantes da sua carreira desportiva?

Os mais importantes momentos da minha carreira desportiva, como jogador sénior, foram os títulos conquistados pela AD Valongo, nomeadamente o Campeonato Nacional e a Supertaça. Nestas duas épocas foram reunidos no clube os ingredientes perfeitos para resultados de eleição. Atletas, staff, sócios, simpaticantes, assistência, tudo era 'Valongo'. Jogo a jogo fomos subindo a montanha. No fim daquela vitória contra o FC Porto, todos nos sentimos realizados. Valeu a pena. Marcou-nos todos profundamente. O Valongo foi campeão nacional de seniores. Por isso, vamos ficar para sempre

“

TIVE A FELICIDADE DE ENCONTRAR UM GRANDE SER HUMANO, O SAUDOSO VLADIMIRO BRANDÃO, QUE TANTO ME ENSINOU, PRINCIPALMENTE A PATINAR.”

“

A VIDA DE UM ATLETA DE ALTA COMPETIÇÃO REQUER MUITA DEDICAÇÃO E SACRIFÍCIO, MAS PARA MIM A FAMÍLIA ESTÁ EM PRIMEIRO LUGAR.”

CLUBES

1999/2009 Nortecoope
 2009/2010 HC Braga
 2010/2011 Oliveirense
 2011/2012 Candelária
 2012/2016 Valongo
 2016/2018 Oliveirense
 2018/2021 Valongo



PERFIL

Nuno Miguel Pinto Lopes Araújo
 32 anos
 Natural de Espinho
 Dupla nacionalidade (Portuguesa e Moçambicana)
 13 internacionalizações (8 golos)
 Defesa/médio
 Na presente época completou 20 jogos e marcou 15 golos

Internacionalizações
 Participação nos Mundiais de 2017 e de 2019 (sete jogos e quatro golos)
 Taça Intercontinental de Hóquei em Patins 2019 (seis jogos e quatro golos)

na história do hóquei em patins da AD Valongo.

Sempre conseguiu conciliar os estudos com o hóquei em patins?

Sim, sempre o consegui fazer, mas com alguma dificuldade, como acontece a qualquer desportista. Quase todos os dias tinha treino e isso obrigava-me a fazer uma ginástica muito grande para conseguir conciliar estudos, hóquei em patins e o tão necessário descanso.

O Nuno já tem 32 anos. Até quando pretende jogar?

Vou continuar a jogar até quando o meu corpo deixar e até quando sentir que sou feliz a jogar hóquei em patins. Gostar daquilo que fazemos é fundamental. No entanto, estou consciente de que tenho de continuar a trabalhar muito o aspeto físico. Enquanto assim for, nunca estarei na linha descendente.

Alguma vez pensou vestir a camisola do clube da sua terra, a Académica de Espinho?

Não escondo que gostaria de, um dia, poder vestir a camisola da Académica de Espinho, não só por ser o clube da minha terra, mas também

por ser o que clube que me formou enquanto jogador de hóquei em patins. A Académica de Espinho é um grande clube, com um enorme historial e que formou grandes nomes do desporto nacional. Sim, jogar pela Académica de Espinho poderá vir a ser uma realidade. Tenho lá bons amigos.

Como foi a sua experiência internacional?

Foi das melhores experiências que já tive a nível desportivo. O ambiente de um Campeonato do Mundo é incrível! É lá que se juntam os melhores jogadores do mundo e apenas num pavilhão. Esta experiência foi muito importante para mim (na altura era jovem) e para a minha evolução na modalidade. Tive, ainda, a oportunidade de poder observar, de perto, os meus ídolos do hóquei em patins.

Há alguma história engraçada e curiosa que lhe tenha surgido na sua carreira desportiva?

Tenho muitas histórias, sobretudo dentro do balneário, mas só poderei contar depois de deixar de jogar hóquei em patins (risos).

Como é a vida de um atleta que, ao

mesmo tempo, tem um trabalho e uma família?

A vida de um atleta de alta competição requer muita dedicação e sacrifício, mas para mim a família está em primeiro lugar. Como em qualquer outra atividade, também nesta entramos em competição e um dia o 'interruptor' está para cima e no outro está para baixo; um dia ganha-se e no outro perde-se. E é nas derrotas que o apoio da família é crucial para se ganhar forças para as outras vertentes e para os desafios da vida.

O hóquei em patins faz muitos amigos ou muitos inimigos?

A prática desportiva tem uma influência ímpar na nossa formação como adultos e como pessoas. Aprendemos a aceitar os outros com as mais variadíssimas personalidades. E é neste conjunto de diferenças partilhadas que se constroem grandes amizades. O hóquei em patins deu-me grandes amigos para a vida.

Ainda gosta de Espinho?

É a minha terra natal. Foi em Espinho que nasci, cresci e que me tornei o homem que sou hoje.

Adoro passar o verão em Espinho com a minha família.

Não há nada melhor do que viver perto do mar.

O que acha que deveria mudar nesta terra?

Estou esperançado que com todas as obras que atualmente estão a realizar-se em Espinho, a mudança que ambiciono será uma realidade. Acredito que, desta forma, Espinho será uma cidade muito mais apelativa.

Qual a mensagem que gostaria de deixar aos espinhenses?

O desporto é muito importante na nossa sociedade. Por isso, incentivem as vossas crianças a praticar desporto e apoiem, fortemente, os clubes de Espinho. •

“

A ACADÉMICA DE ESPINHO É UM GRANDE CLUBE, COM UM ENORME HISTORIAL E QUE FORMOU GRANDES NOMES DO DESPORTO NACIONAL.”

“

OS MAIS IMPORTANTES MOMENTOS DA MINHA CARREIRA DESPORTIVA, COMO JOGADOR SÉNIOR, FORAM OS TÍTULOS CONQUISTADOS PELA AD VALONGO, NOMEADAMENTE O CAMPEONATO NACIONAL E A SUPERTAÇA.”

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

Clínica Dentária de Espinho

PROF. DOUTOR
CASIMIRO DE ANDRADE

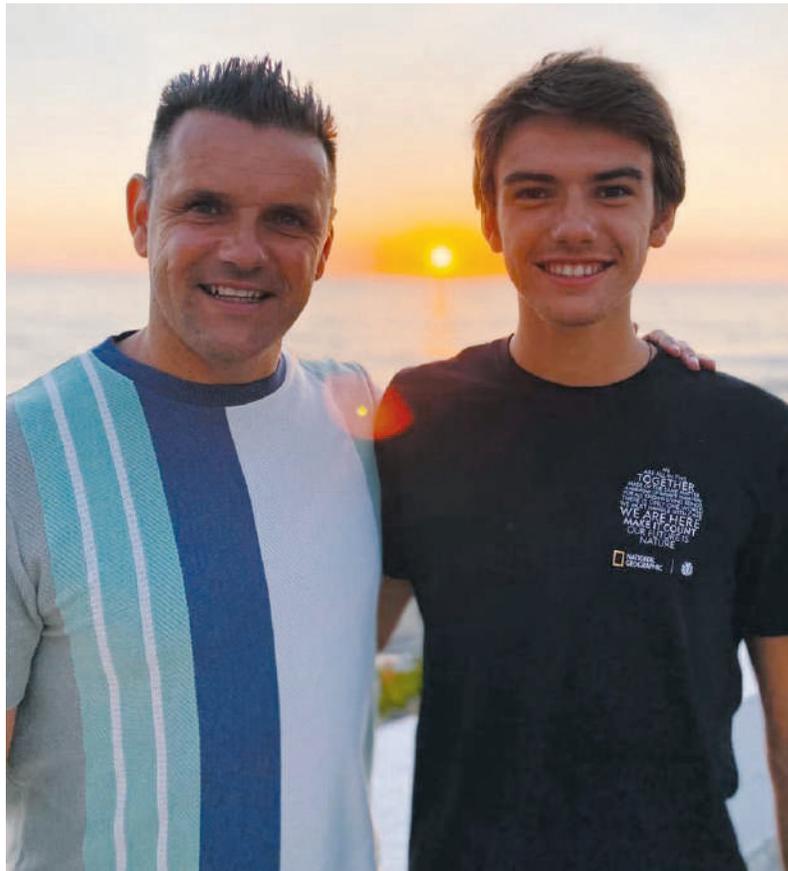
RUA 22 (JUNTO À CÂMARA)
 TLF. 227 344 909 / 968042300 / 919 002 700

defesa-ataque

VOLEIBOL - TAÇA DE PORTUGAL

Académica de Espinho-Sporting irá pôr em confronto o 'clã' Maia

A ACADÉMICA DE ESPINHO IRÁ ESTAR NA FINAL 8 DA TAÇA DE PORTUGAL QUE IRÁ DECORRER DE 5 A 7 DE MARÇO PRÓXIMO EM SANTO TIRSO. Os academistas, a única equipa da 2.ª Divisão em prova e, portanto, o 'outsider', irão defrontar o Sporting, no dia 5, às 21 horas, no Pavilhão Municipal de Santo Tirso. Um jogo que irá pôr frente-a-frente o ícone do voleibol nacional, Miguel Maia (Sporting) e o seu filho, Guilherme Maia (AA Espinho).



MANUEL PROENÇA

O APURAMENTO DIRETO para a Final 8 da Académica de Espinho deve-se ao facto de a Federação Portuguesa de Voleibol (FPV) ter decidido eliminar o CS Marítimo dos oitavos-de-final da Taça de Portugal 2020/2021, cujo jogo estava agendado para o pretérito domingo no Pavilhão Arquitecto Jerónimo Reis, em Espinho.

A decisão da FPV veio na sequência das restrições impostas pelo Governo Regional da Madeira e que impossibilita a saída de equipas daquela região autónoma portuguesa até ao próximo dia 21, não possibilitando, assim a realização do encontro agendado para dia 14 com a Académica de Espinho. Segundo o Jornal da Madeira, "a Associação de Voleibol da Madeira e o Marítimo tentaram arranjar uma solução que viabilizasse a sua participação na Taça de Portugal, mas a FPV entendeu não haver condições para reagendar novamente o jogo, dada a incerteza de um novo prolongamento da suspensão competitiva para o clube madeirense".

A FPV procedeu, assim, à eliminação administrativa da equipa madeirense nos oitavos-de-final da Taça de Portugal, mas sem qualquer tipo de penalização para aquele clube.

Na Final 8 de Santo Tirso estarão presentes, além dos academistas e dos leões, as equipas da 1.ª Divisão da Académica de S. Mamede, Benfi-



Mesmo conhecendo bem as 'manhas' do meu pai, ele acaba sempre por surpreender os adversários".

Guilherme Maia, jogador da AA Espinho

ca, SC Caldas, AJ Fonte Bastardo, VC Viana e Leixões. As meias-finais da prova estão agendadas para a tarde do dia 6 de março e a final para o dia seguinte.

Os academistas, no escalão secundário do voleibol português, irão reencontrar, assim, o Sporting em jogos oficiais ao final de praticamente dois anos. O jogo está revestido de uma particularidade, na medida em que irá envolver dois protagonistas especiais: o espinhense que veste a camisola dos leões, Miguel Maia que irá defrontar, pela primeira vez, o seu filho, Guilherme Maia, jogador da

Académica de Espinho. Um sonho que paira há já algum tempo na 'lenda' do voleibol português: jogar, um dia, com o seu filho. E nesta primeira vez, tendo o seu filho como adversário e a vestir as cores da sua querida Académica.

"É uma satisfação enorme poder defrontar a equipa que me formou e onde joga o meu filho. É um sonho, nunca pensei que fosse possível, mas com o decorrer dos anos e o aparecimento dele numa equipa sénior, acalentei essa esperança. A juntar a isto há ainda o meu sobrinho - Miguel Maia Sá, líbero do Sporting. Fica tudo em família", disse o jogador olímpico espinhense em mensagem disponibilizada pelo Sporting a um diário desportivo.

"É algo que sempre desejámos", disse o academista Guilherme Maia à Defesa de Espinho. "Ao longo dos anos começámos a verificar que isso poderia ser possível, de acordo com a longevidade do meu pai na modalidade", acrescentou o filho de Miguel Maia.

"Isto é muito emocionante para os dois porque será um encontro marcante nas nossas vidas", revelou Guilherme Maia, acrescentando que

"será um motivo de grande orgulho". O jovem jogador da Académica de Espinho nunca escondeu que sempre foi um grande adepto de Miguel Maia, tendo acompanhado a sua carreira desportiva desde que se conhece.

"Mesmo conhecendo bem as 'manhas' do meu pai, ele acaba sempre por surpreender os adversários. Sei que comigo não será diferente", admite Guilherme Maia.

"Acredito que nada acontece por acaso e no meio desta pandemia este jogo será algo extremamente especial. Se vai acontecer é porque estava destinado a acontecer. Só espero poder estar presente", disse, ainda, o jovem jogador academista.

Além de se tratar de um encontro entre pai e filho, no Sporting joga, também, o primo Miguel Maia Sá. Não será um reencontro muito diferente daqueles que já tinha tido antes, uma vez que já jogara, várias vezes, contra ele. "Somos praticamente da mesma idade e só é dois anos mais velho do que eu. Será um jogo especial, também, mas estou certo de que esse reencontro irá acontecer muito mais vezes porque ambos pretendemos continuar na modalidade", refe-



É um sonho, nunca pensei que fosse possível, mas com o decorrer dos anos e o aparecimento dele numa equipa sénior, acalentei essa esperança".

Miguel Maia, jogador do Sporting

riu, ainda, Guilherme Maia.

Por fim, o jogador da Académica de Espinho desvaloriza o facto de o seu clube se ter apurado diretamente para a Final 8, por o Marítimo não ter podido vir jogar a Espinho.

"Esta passagem à próxima fase, da forma que foi, não retira qualquer mérito à Académica de Espinho. Sabemos muito bem qual é o nosso valor e o do Marítimo. Infelizmente não pudemos jogar esse jogo, mas no caso de ter acontecido nós estávamos bem preparados para competir e para o ganhar", concluiu o atleta do clube do Mocho. •

VOLEIBOL - SÉRIE DOS PRIMEIROS

Tigres assustam águias



O SC Espinho voltou a perder com o Benfica, 10 dias depois de ter sido afastado da Taça de Portugal pelas águias. Um 0-3 que não traduz, claramente, aquilo que se passou em campo, uma vez que os espinhenses não tornaram a vida fácil aos encarnados.

MANUEL PROENÇA

APESAR DA DERROTA, a equipa liderada por Nuno Coelho apresentou-se muito desfalcada, pois não pôde contar com as prestações de Robinho, José Pedro Monteiro e João Simões. Mesmo assim, a prestação dos alvinegros obrigou o 'super' Benfica a ter de suar a camisola e a 'puxar pelos galões'.

O jogador alvinegro, Dinis Leão foi o melhor pontuador do jogo, alcançando só à sua conta 19 pontos. Mas isto não chegou para contrariar os melhores argumentos da equipa da capital. Foi nos detalhes que os tigres acabaram por claudicar.

Os espinhenses dominaram o primeiro parcial praticamente até à sua metade e só a partir daí é que o Benfica foi capaz de arrancar para a vantagem.

No segundo 'set', a equipa liderada por Nuno Coelho ainda foi melhor, conseguindo atingir uma vantagem de 14-8 e no terceiro parcial os alvinegros também estiveram no comando das operações com vantagens de três pontos. Foram, efetivamente os momentos finais dos parciais que acabaram por galvanizar a mais experiente equipa da Segunda Circular.

"Este resultado não reflete aquilo que se passou em campo", afirmou o treinador do SC Espinho, Nuno Coelho. "Estivemos bem durante o jogo e mal em alguns momentos", prosseguiu o técnico dos alvinegros que admitiu que "contra uma

equipa como o Benfica ter momentos maus durante cada um dos 'sets' faz a diferença".

Nuno Coelho declarou, no final do jogo que a equipa saiu de campo com um "sentimento ambíguo". E explicou: "Por um lado, satisfeitos pelo nível de jogo apresentado e, por outro, tristes por deitar a perder dois 'sets' em que tínhamos uma vantagem confortável".

Por sua vez, o treinador do Benfica, Marcel Matz reconheceu as dificuldades que encontrou diante dos tigres. "Os jogadores tiveram de se esforçar muito para corrigir algumas falhas", afirmou o técnico dos encarnados que disse ter conquistado uma "vitória importante" ante a um "possível candidato a entrar nos 'play-offs'".

O Campeonato Nacional da 1.ª Divisão de voleibol masculino, fase dos primeiros, está a chegar a uma altura decisiva. Tudo poderá ficar definido este fim-de-semana relativamente aos quatro primeiros classificados que irão integrar a 'final four'. O SC Espinho poderá garantir, desde já, a presença nesta fase, uma vez que se encontra com uma vantagem de três pontos sobre o quinto, o Esmoriz.

No próximo fim-de-semana realiza-se nova jornada dupla. Os tigres deslocam-se, no sábado, a Viana do Castelo para jogarem às 18 horas contra o VC Viana. No domingo, os espinhenses recebem os açorianos da AJ Fonte Bastardo, às 16 horas, na Arena Tigre, na Nave Desportiva Municipal de Espinho. •

**SC ESPINHO 0
SL BENFICA 3**

JOGO Arena Tigre, na Nave Desportiva Municipal de Espinho. **PARCIAIS** 21-25, 23-25 e 23-25. **SC ESPINHO** Vladyslav Tolmachev, Luis Godinho (3 pontos), Ricardo Alvar (10), Gabriel Andrade (10), Dinis Leão (19), Filip Cveticanin (6), Januário Alvar (libero); Robson Gomes (4), João Simões, Manuel Figueiredo e José Monteiro. **TREINADOR** Nuno Coelho **SL BENFICA** Raphael Oliveira (12), André Lopes (7), Peter Wohlfahrstatter (6), Hugo Gaspar (15), Flávio Soares (9), Nuno Pinheiro (2), Ivo Casas (libero); Theo Lopes (1), André Aleixo (1) e Tiago Violas. **TREINADOR** Marcel Matz.

“

SATISFEITOS PELO NÍVEL DE JOGO APRESENTADO E TRISTES POR DEITAR A PERDER DOIS 'SETS' EM QUE TÍNHAMOS UMA VANTAGEM CONFORTÁVEL”.

Nuno Coelho, treinador do SC Espinho

“

OS JOGADORES TIVERAM DE SE ESFORÇAR MUITO PARA CORRIGIR ALGUMAS FALHAS”.

Marcel Matz, treinador do Benfica

FUTSAL



Dupla derrota caseira com uma goleada

A EQUIPA DE FUTSAL de seniores femininos do Novasemente Cavalinho somou uma dupla derrota caseira. No sábado, perdeu com o Santa Luzia, por 1-2 e na terça-feira, à noite, foi goleada pelo Benfica, por 1-6, em jogo da segunda jornada.

No jogo de terça-feira, o único golo das antenses foi apontado por Balona, já na segunda parte.

As águias foram verdadeiramente avassaladoras e entraram, praticamente a ganhar, com um golo conseguido no primeiro minuto de jogo.

A equipa de Anta tentou reagir, mas um erro defensivo leva ao segundo golo das benfiquistas. A partir daí foi um crescendo das encarnadas que chegaram ao terceiro e ao quarto tento. Mesmo assim, o Novasemente Cavalinho poderia ter reduzido, não fora a intervenção, grandiosa, da guarda-redes encarnada e a falta de pontaria das avançadas da equipa da casa. Quatro golos sem resposta era o placard ao intervalo.

No segundo tempo a equipa comandada por David Lopes quis tentar reduzir e acabou por o conseguir através de

Balona. Mas daí em diante foi novamente o Benfica que comandou todas as operações, apanhando uma equipa completamente desfeita emocionalmente com o avolumar no marcador. E por isso foi relativamente fácil para o Benfica chegar aos seis golos, não precisando de acelerar muito o seu jogo, contando, apenas, com algumas falhas da equipa adversária.

No sábado passado as sementinhas perderam com o Santa Luzia por 1-2. Sofreram um golo, também muito cedo, aos oito minutos, mas acabaram por empatar por Nancy Freitas imediatamente após o intervalo. Um golo que deu alguma esperança à equipa de Anta que acabou por ser sentenciada pela sua antiga jogadora, Pisko, que fez o tento da vitória do Santa Luzia a apenas quatro minutos do final do encontro.

O Novasemente está no penúltimo lugar da tabela da fase de apuramento do campeão, com apenas um ponto, tal como o seu próximo adversário, de domingo, o conjunto dos Leões de Porto Salvo. // EA •



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

“Livros dão alma ao universo”



Já dizia Platão que os “livros dão alma ao universo, asas para a mente, voo para a imaginação, e vida a tudo”. Por isso, já que os livros nos despertam emoções e nos ajudam a viajar sem sair de casa, eis algumas sugestões para descobrir com os mais novos. Já que vamos ficar por casa, incentive a leitura dos seus filhos, netos ou até primos e desfrutem de uma boa história.

CARLA RIBEIRO
PALAVRARIA

A Organização Mundial de Saúde recomendou algumas práticas para tentar diminuir os impactos negativos deste isolamento social.

Escrever o que nos assalta diariamente pode ser uma forma de relatar, entender, aceitar e trabalhar as nossas emoções. E será, sem dúvida, um legado importante para as gerações vindouras.

Ler promove o relaxamento, a ativação da memória, a empatia e transporta-nos para o mundo da fantasia que é, sem dúvida, o local onde todos fomos e somos felizes.

O segredo é escolher livros com os quais nos possamos identificar, que nos prenda na história, e nos torne uma

personagem da história.

1 Um livro que aborda o “confinamento” e que José António Gonçalves ilustra de uma maneira espantosa, O Convidador de de Pirilampos, de Ondjaki. Da Editorial Caminho

Perto da Floresta Grande vive um menino e o seu Avô. O menino gosta de cientistas coisas: Já inventou um aumentador de caminhos e um convidador de pirilampos. Fala em código Morse com eles. «- Não achas que podem ficar tristes, esses pirilampos dentro de uma gaiola que fica dentro do teu quintal? - Se estivessem tristes, acho que não brilhavam assim. - E se estiverem a brilhar de tristeza? - perguntou o Avô. - Não tinha pensado nisso.»

2 Sandol Stoddard e Ivan Chermayeff descrevem, de uma das mais bonitas formas que li, em Guarda Como um Segredo, o nascimento da Editora Bruuá

Quando alguém nasce inauguram-se sempre duas novas realidades: a de um bebé e a daqueles que lhe dão as boas-vindas e se vêem confrontados com o que dar, mostrar ou dizer a quem acaba de chegar a este mundo não sabendo nada ou quase nada. Como receber da melhor maneira este novo membro da família e apresentá-lo aos mistérios da vida?

3 Simona Ciralo descreve como ninguém a falta de um em “Quero um abraço” da Editora Orfeu Negro.

Às vezes não vos apetece mesmo um abraço apertado? Ao Filipe, o pequeno cacto, é isto que lhe apetece todos os dias. Mas a ilustre família Cacto não gosta nada de abraçinhos e despreza qualquer tipo de manifestação de afecto. Apesar do caso espinhoso, o Filipe não desiste. Um dia, decide partir em busca de carinho e amizade. E, quem sabe, do seu merecido abraço...

4 A coleção de livros “Filosofia para crianças” de Oscar Brenifier da Editora Dinalivro, mostram que as crianças fazem todo o género de perguntas importantes. O que fazer com elas?

Convém ensinar a criança a pensar e a julgar por si mesma, para poder adquirir a sua própria autonomia. Indispensável como iniciação ao questionamento dos mais novos, a colecção constitui um instrumento precioso para os adultos que lhes desejem oferecer um diálogo aberto, mais do que um conjunto de respostas feitas. •



OFF.

“Sou ‘bichinho carpinteiro’ e não gosto de estar parada” – Fernanda Cabral

Literatura.

Fernanda Cabral, nascida a 18 de junho de 1956, em Espinho, respira poesia. O livro “Por dentro das Palavras”, em 2017, sucedeu a “Outros Sóis”, editado em 2012. A assistente operacional no jardim-de-infância da Escola 3 de Espinho já participou em várias antologias poéticas.



“OS POEMAS do meu livro ‘Por Dentro das Palavras’ tratam de diversos temas desde o amor, a tristeza, as estações do ano, as memórias, as ruas etc.”

“POR FORA estão as palavras, ou invólucro, e por dentro é o miolo ou as emoções”

“POETAS de quem gosto tenho imensos, mas entre os meus preferidos estão Guerra Junqueiro, o ‘nosso’ Carlos de Moraes, Rosa Lobato de Faria, António Gedeão, Joaquim Pessoa, José Jorge Letria, Maria do Rosário Pedreira e José Fanha”

“NA PROSA há também imensos autores de quem gosto, mas principalmente de António Lobo Antunes e, ainda entre os preferidos, Danielle Steel e Nicholas Sparks”

LÚCIO ALBERTO

“Por dentro das palavras”, ou por dentro da poesia?!

As palavras fazem parte da poesia e a poesia precisa das palavras, por dentro e por fora. Por fora, estão as palavras e por dentro as emoções.

O que é que a inspirou para a produção do livro “Por dentro das palavras”?

O que me inspirou para a produção deste livro foi o incentivo da minha amiga La-Salette Sá e do meu marido, já que tinha imensos poemas guardados e outros que, entretanto, fui escrevendo e que precisavam de ver a luz do dia.

“Por dentro das palavras” não é o único exemplo literário de Fernanda Cabral...

Não tenho só este exemplo literário. Aliás, “Por dentro das Palavras” é o meu segundo livro. O primeiro chama-se “Outros Sóis” e foi editado em 2012. E já participei em várias antologias poéticas.

Como é que anteviu a sessão de lançamento do livro “Por Dentro das Palavras” na Biblioteca Municipal José Marmelo e Silva, depois da experiência com “Outros Sóis”? Já estava a contar com a sala cheia? E o que é que sentiu no decurso da sessão da apresentação e depois no regresso a casa?

Estava com um certo receio, porque a agenda da Biblioteca Municipal estava completa e o único dia que esta-

va livre era o dia 17 de junho, que no ano de 2017 teve um fim-de-semana prolongado. Mesmo assim, estava confiante que ia ter muitas pessoas a assistir o que realmente aconteceu. No regresso a casa senti felicidade e alegria por ter corrido tão bem, tive o apoio da minha família e dos meus melhores amigos e ainda vinha envolta num sonho e com o sentido do dever cumprido.

Não basta escrever um livro, é preciso editar e ter leitores...

Sim, não basta escrever um livro. É preciso editá-lo, envolvendo custos por vezes elevados. E é preciso leitores para os comprarem e lerem. Mas, *a priori*, sabia que iria ter, não só pelos meus amigos e conhecidos, mas pelas pessoas que, entretanto, conheci na Poesia em Folhas de Chá e que entraram no meu rol de amizades.

Há livros na gaveta para serem publicados, ou livros ainda em projeto?

Na gaveta ainda há muitos poemas que talvez cheguem para outro livro. E tenho um projeto em mente de editar um livro de poesia infantil, com La-Salette Sá, porque também tenho muitos poemas infantis escritos.

Quando é que foi “rabiscou” poesia pela primeira vez? Não se sentiu atraída pela prosa?

Rabisquei poesia pela primeira vez ainda na adolescência. Depois parei e só retomei mais tarde. Só depois dos filhos criados retomei esse gosto. A prosa também me atrai. Aliás, tenho

muita prosa escrita e já ganhei duas menções honrosas em concursos.

A poesia não é só felicidade e alegria, também revela ou anota desgosto e tristeza...

Exatamente. A poesia é felicidade e alegria mas também desgosto ou tristeza. É um riacho de águas límpidas e serenas que serpenteia livremente ao sabor das emoções. E é nesses momentos que escrevo.

A poesia é o estado de alma do poeta e da poetisa ou é o espelho de quem a lê?

São as duas coisas, porque o poeta escreve com a alma e o coração, mas quem lê interpreta os poemas à sua maneira.

Há poetas escondidos? E há poetas tapados por portas que não se abrem ou que se fecham?

Creio que há poetas escondidos. Eu fui uma delas. Descobriram-me através das redes sociais e incentivaram-me a escrever. É muito difícil abrir portas a desconhecidos/as. Ou então nunca se abrem, porque só se dá primazia aos poetas conhecidos e com nome na praça.

Poesia em Folhas de Chá, um grupo “sui generis” ou algo diferente no sector sociocultural de Espinho (e não só)? E em online no presente pandémico...

A Poesia em Folhas de Chá é um grupo composto por mim e pela Maria La-Salette Sá. Já tivemos mais pessoas envolvidas, mas que tiveram de sair por motivos de força maior. É

um grupo onde não existe vaidades, com um ambiente de camaradagem e onde qualquer pessoa que chegue é bem recebida. Além de estarmos em Espinho, no Restaurante Terra Viva, também estamos na Granja, no American Club. Neste momento estamos paradas a nível presencial mas continuamos ativas online.

Espinho inspira-lhe poesia? As crianças e o rebuliço na escola também?

É claro que Espinho inspira poesia, ou não estivéssemos nós tão perto do mar. As crianças e o rebuliço também inspiram, ou não fossem elas a melhor coisa do mundo!

A poesia é uma das suas facetas, dado que Fernanda Cabral também fez a ilustração de um livro de Maria La-Salette Sá e ainda teve arte e engenho para presépios natalícios...

A poesia é uma das minhas facetas, mas também o desenho. Fiz a ilustração do livro de poesia infantil da Maria La-Salette Sá. E depois, como sou “bichinho carpinteiro” e não gosto de estar parada, surgiram os presépios natalícios, feitos em diversos materiais. E a *decoupage*, as fraldas pintadas ou bordadas, o crochet, enfim!....

CLÍNICA MÉDICA DENTÁRIA
Dra. Rosa Neves

Clinica Geral com Ortodontia Fixa, Invisível e Implantes

Cheque-Dentista até aos 18 anos



Agora com
serviço de
Fisioterapia e
Osteoetiopatia



CENTRO DE
TERAPIA MANUAL
FILIPE RAMOS

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

OFF.

“Trabalhar no mundo da música era um sonho e consegui concretizá-lo.”



A família acabou por marcar uma influência. Miguel cresceu a ouvir música em casa e, nem a partida, ainda pequeno, para a Venezuela o afastou do sonho. No regresso, fez formação, atuou em vários palcos e pertenceu a várias bandas. Hoje, aos 47 anos, aproveita os benefícios das redes sociais para mostrar o seu trabalho e só deseja o reinício da atividade.

LISANDRA VALQUARESMA

A **PAIXÃO** começou ainda em criança. Ao conviver com a avó, também interessada pelo mundo da música, Miguel Alexandre percebeu cedo que era este o mundo que queria para si. A música que os pais ouviam ajudaram-no a desenvolver a paixão e até a “gostar de um estilo próprio”.

Nasceu em Silvalde e foi por lá que viveu até aos sete anos, partindo, nessa altura, com os pais para a Venezuela. O sonho continuava presente. Por isso, mais tarde, quando volta à terra de origem, Miguel persiste no sonho.

A dedicação era muita, tal como conta, mas foi na Academia de Mú-

sica de Espinho que teve a sua formação na área. A partir daí, tudo começou. “Trabalhar no mundo da música era um sonho e consegui concretizá-lo. A dedicação existia só por mim”, recorda o músico que, além de tocar instrumentos, também se dedica à vertente do canto.

Os primeiros passos foram dados em 1990, tinha apenas 17 anos. O gosto pela área foi crescendo cada vez mais e Miguel começou a pisar os tão desejados palcos. Em 1995, lançou o ‘Miguel & Miguel’, um duo que impulsionou a sua carreira e do qual fez parte durante sete anos.

“Toco teclado e sintetizador, mas acho que é o canto que é a minha mais-valia na música”, afirma Miguel Silva, mais conhecido como Miguel Alexandre no mundo do espetáculo. “Toco instrumentos desde os meus 17 anos, mas a parte de cantar está presente desde pequeno.”

Recorda que já teve oportunidade de tocar em vários palcos do país e marcar presença em muitas festas. Depois da primeira experiência, o músico envolve-se na banda ‘Duplo MS’, onde atua como teclista, mudando no ano de 2004 para a conhecida banda ‘SOS’.

“Já estive presente em muitos lugares do país como, por exemplo, danceterias, como a Turol, em Albergaria a Velha, Coliseu de Braga, Bomba Latina em Famalicão, Sobrado em Felgueiras, Semáforo em Ovar, Glamour em Coimbra, Bolero na Maia, entre muitas outras. Da mesma forma, também atuo em casamentos, festas em muitos arraiais, aniversários e tantos outros serviços”, enu-

“

A reação das pessoas anteriormente já era ótima, mas, neste momento, está a ser muito positivo, até porque já tenho na minha página mais de oito mil seguidores”

“

Toco teclado e sintetizador, mas acho que é o canto que é a minha mais-valia na música”

mera Miguel Alexandre, partilhando um pouco da sua vida enquanto artista que perdura até hoje.

Esteve ainda presente na banda ‘Fusiforme’, na qual trabalhou 18 meses, mas a partir daí o rumo tomou outra direção. Começou a compor os seus próprios temas, direcionando-se para um gosto musical próprio. Foi, então, que deu a cara pelo seu projeto individual, editando cinco CD’s.

Quando a pandemia chegou

e deixou de lado todas as festas e concertos, Miguel decidiu aproveitar o mundo da internet para continuar a mostrar o seu trabalho, mas mostrá-lo através das redes sociais já não era uma novidade. “Antes da pandemia, eu já fazia algumas atuações no Facebook, mas com esta situação acabei por criar e apresentar uma página oficial para que muita gente me pudesse seguir, de forma mais profissional”, conta o artista, acrescentando que “a reação das pessoas anteriormente já era ótima, mas, neste momento, está a ser muito positivo, até porque já tenho na minha página mais de oito mil seguidores”.

Segundo Miguel, o apoio sentido estende-se até ao estrangeiro, mas esta nova forma de atuar, mostrando-se através do computador, não o inibe. “Apoiam-me muito e tem havido uma interligação muito grande, quer por Portugal, Ilhas, França, Suíça, Luxemburgo, Bélgica, Holanda, Reino Unido, Canadá, Estados Unidos e até outros países”. Nestes momentos, “não há vergonha, nem dúvidas, até porque a experiência já é muita”, afirma Miguel Alexandre.

Com o sonho de ainda poder vir a atuar em muitos países e, assim, mostrar a sua música a muitos emigrantes, Miguel Alexandre só espera agora pelo reinício da atividade e poder dar seguimento a todos os seus projetos musicais. •



MIGUEL ALEXANDRE tem 47 anos e é um apaixonado pela música. Confessa não ter um ídolo específico, mas gosta de nomes como Júlio Iglesias, Roberto Carlos, Bruno e Marrone, e Cristian Castro.



É NA sua página de Facebook Miguel Alexandre Oficial, que o artista mostra o seu trabalho e produz várias atuações online

OFF.

História local para crianças com “Torreco e Maria do Ó”



“TORRECO E MARIA DO Ó em Espinho” é um programa online de história local para crianças e com nova temporada. Trata-se de um projeto do Museu Municipal em teatro de fantoches. A segunda temporada de “Torreco e Maria do Ó em Espinho” já decorre com dez novos episódios online, sendo abordadas novas temáticas relacionadas com a história local, como as várias freguesias, as festas religiosas, as lendas do conelho e o desporto. A novidade desta nova temporada é a participação das crianças, que, confinadas em

casa, irão dar voz aos vários personagens do programa, tornando-o, assim, mais dinâmico e interativo. O primeiro episódio (e relativo à Fonte do Mocho) foi disponibilizado a 12 de fevereiro e o próximo será no dia 26. Assim, pode-se assistir a um novo episódio às sextas-feiras, a partir das 18 horas, de 15 em 15 dias, em diferentes plataformas: Youtube, Facebook, Instagram e Site da Espinho-TV (www.espinho.tv), bem como no site e facebook do Museu Municipal de Espinho (<https://museumunicipal.espinho.pt>). •

“Hora do Conto” online da Biblioteca Municipal

O SERVIÇO EDUCATIVO da Biblioteca Municipal José Marmelo e Silva dá continuidade ao projeto “Hora do Conto” com a primeira temporada Online, ao início das tardes de domingo. Este programa semanal online conta com um novo episódio todos domingos e pretende levar até aos mais jovens a narração de contos, fábulas e lendas, terminando sempre com uma sugestão de uma atividade relacionada com

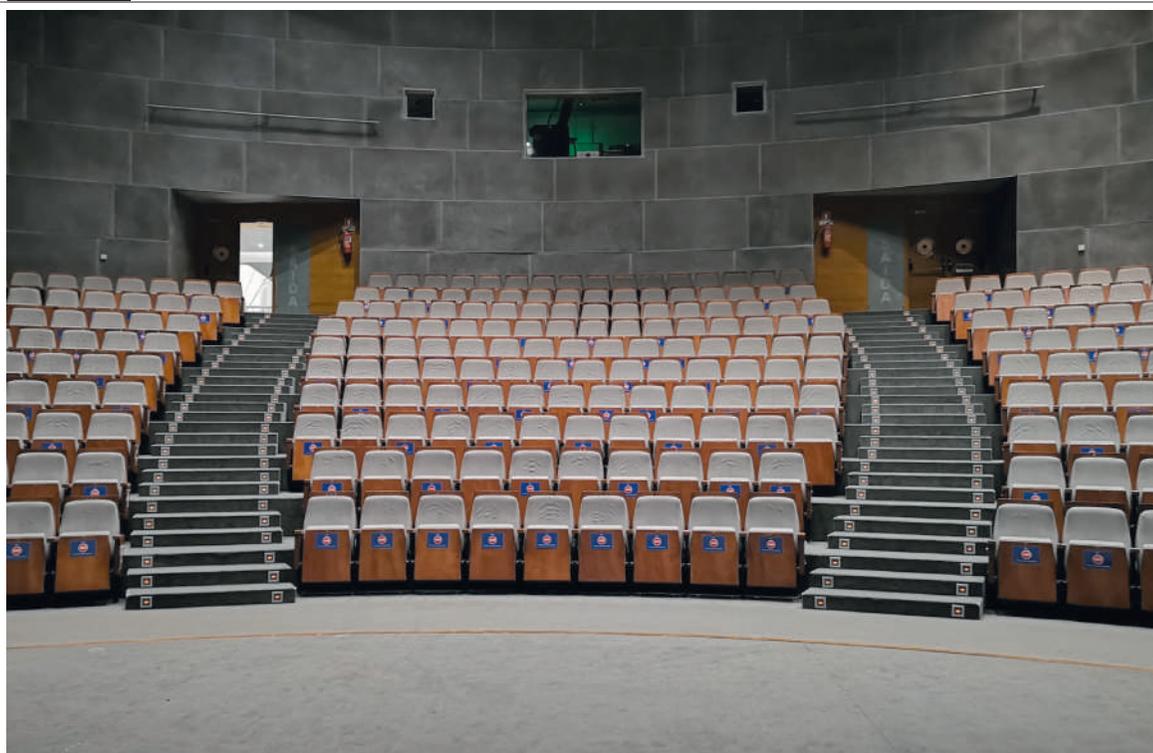
a história que foi lida. E visa ainda despertar e estimular a imaginação infantil, provocar e orientar a reflexão, bem como o desenvolvimento da linguagem e o enriquecimento do vocabulário, criando hábitos de leitura. Todos os episódios podem ser vistos no facebook e no site da Biblioteca Municipal José Marmelo e Silva e nas diferentes plataformas da Espinho-TV (site, facebook, instagram e youtube). •

Livrarias retomam a atividade

CONFINAMENTO. A Livraria Bertrand reabriu a atividade na Rua 19, em Espinho, após a autorização para o comércio livreiro que estava suspenso no âmbito do confinamento devido ao agravamento da conjuntura pandémica. As restantes livrarias de Espinho também estão autori-

zadas à reabertura, sem descuido do cumprimento das regras estabelecidas na prevenção da covid-19. A livraria e papelaria ABC, também situada na zona pedonal da Rua 19, retomou, igualmente, a venda de livros mas manteve-se aberta por permissão de outra atividade. •

EVENTOS



Concerto do pianista Joep Beving e ciclo de cinema “Essencial Fellini” na agenda de 2021

O Auditório de Espinho – Academia e o Centro Multimeios continuam a cumprir as regras do confinamento resultante do quadro pandémico, não descurando o alinhamento das respetivas programações para 2021, com reagendamentos e marcações de eventos ou reatamento de sessões que estavam em curso.

LÚCIO ALBERTO

COM NOVAS datas (e horários) a indicar brevemente, o Centro Multimeios mantém a aposta nas sessões de planetário “A Terra no Espaço” e “Viagem pelos Planetas” e também no ciclo de cinema “Essencial Fellini”. O pianista Joep Beving tem atuação reagendada para 20 de novembro, às 21h30, no Auditório de Espinho – Academia. O concerto de Joep Beving encontrava-se inicialmente agendado para 14 de novembro de 2020 e inserido no evento “Misty Fest”. No entanto, por razões inerentes à situação pandémica, o artista holandês viu-se obrigado a cancelar a sua vinda a Portugal. Com quase dois metros de altura, barba e cabelo abundante, a sua imagem não corresponde, provavelmente, ao que se imagina se nos depararmos com uma peça como “Sleeping Lotus” numa plataforma de “streaming” (só no Spotify soma mais de 40 milhões de “plays”): a sua vertente melancólica traduz-se em melodias de profunda capacidade de envolvimento. Com envolvimento orquestral e electrónico, o seu piano ascende a novos patamares.

“Henosis” é o mais recente e triunfal álbum de Joep Beving, vencedor de um prémio Edison. Será esse o álbum que servirá de base a esta apresentação, a solo, com passagem por momentos chave da sua obra anterior igualmente assegurados. O Centro Multimeios, em colaboração com o FEST – Cineclube de Espinho, aguarda para agendar um ciclo comemorativo do centenário do nascimento do cineasta Federico Fellini, com a reposição de seis títulos emblemáticos em cópias restauradas: “Os Inúteis” (1953), “Estrada” (1954), “La Dolce Vita” (1960), “Fellini 8 1/2” (1963), “Julietta dos Espíritos” (1965) e “A Voz da Lua” (1990). Trata-se de uma oportunidade para ver/rever grandes clássicos da dita sétima arte, numa grande tela de cinema. Por seu turno, o Planetário do Centro Multimeios irá prosseguir com a sessão “A Terra no Espaço”, um convite para uma viagem, que partindo da superfície da Terra, se estende até aos limites do Universo observável. 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.

E no cartaz do Planetário de Espinho será mantida a sessão “Viagem pelos Planetas”. 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 – destacam-se os planetas. •



O Centro Multimeios mantém em cartaz a reposição de seis filmes de Fellini, em colaboração com o FEST – Cineclube de Espinho

última

DEFESA DE ESPINHO

ESPINHO POR DENTRO

RECEBA ESTE JORNAL EM SUA CASA!

Assinatura anual do jornal Defesa de Espinho, por €28,50

Envie os seus dados pessoais para:

comercial@defesadeespinho.pt ou ligue 227 341 525 / 934 032 770

“Toco instrumentos desde os meus 17 anos, mas a parte de cantar está presente desde pequeno.”
Miguel Alexandre,
músico, P22

“É claro que Espinho inspira poesia, ou não estivéssemos nós tão perto do mar.”
Fernanda Cabral,
escritora, P21

“Acredito que nada acontece por acaso e no meio desta pandemia o jogo com o Sporting será algo extremamente especial.”
Guilherme Maia,
jogador AA Espinho, P18

faladura

TEMPO ESPINHO:

QUI • 18		16° 13°
SEX • 19		15° 9°
SÁB • 20		17° 8°
DOM • 21		16° 11°
SEG • 22		15° 11°
TER • 23		14° 10°
QUA • 24		14° 9°
QUI • 25		16° 10°

Fonte: www.ipma.pt

COMANDO PROMETE “MEDIDAS PENALIZADORAS”

Bombeiros apanhados em confraternização ilegal

UM GRUPO DE 14 ELEMENTOS DOS BOMBEIROS VOLUNTÁRIOS DO CONCELHO DE ESPINHO (BVCE) foi alvo de um processo disciplinar movido pelo comando, na sequência de um convívio realizado a 8 de fevereiro passado, num espaço onde deveriam estar, apenas, seis pessoas.



NA SEQUÊNCIA deste convívio, 16 operacionais ficaram em isolamento, na sequência de um teste positivo para a Covid-19 de uma bombeira. Dos 16 bombeiros, 14 terão estado a conviver, sem máscara, no refeitório, espaço onde a ocupação máxima permitida é de seis pessoas.

Segundo um comunicado pelos BVCE a informação chegou ao conhecimento do comando a 11 de fevereiro na sequência de “um bombeiro ter testado positivo à Covid-19” e após ter sido desencadeado o habitual processo de identificação de contactos de risco.

Na sequência disto, “todos os envolvidos foram colocados pela Unidade de Saúde Pública em isolamento profilático, com exceção de um deles por ter estado positivo recentemente”.

Segundo o comunicado, o comandan-

te, ao tomar conhecimento dos factos, “instituiu, com efeitos imediatos, um conjunto de medidas penalizadoras para os visados, paralelamente às ações disciplinares a aplicar no decorrer dos processos disciplinares aplicáveis” e “deu conta que iria ser apreciada a necessidade de comunicar o sucedido ao Ministério Público, a quem compete apreciar judicialmente o sucedido”.

No documento dos BVCE, o comandante Pedro Louro não esconde “a vergonha” que sentiu com o sucedido, e que lhe restaria “corrigir exemplarmente a situação, garantindo que nunca mais se repita algo semelhante, e de forma a se perceber que a disciplina é mesmo um pilar desta instituição”.

Neste documento, os BVCE lamentam esta ação do grupo de bombeiros

envolvidos na confraternização ilegal sublinhando que tal “não reflete a responsabilidade e profissionalismo com que o nosso corpo de bombeiros presta serviço à população, particularmente no contexto da luta contra a pandemia, pelo que nos envergonhamos e reprovamos veemente o sucedido, garantindo que todas as responsabilidades serão apuradas”. E conclui: “Não poderemos também deixar de lamentar a divulgação pública da Informação de Serviço do Comandante, documento interno que contem os dados pessoais dos visados. Por isso, irá juntar-se a este processo uma queixa-crime contra quem divulgou publicamente tal informação com a identificação dos bombeiros”. •

ECONOMIA

Plataforma CTT – Comércio Local de Espinho já funciona com oito lojas aderentes

O PROJETO NASCEU devido à pandemia. Com as crescentes dificuldades sentidas no comércio local e tradicional, a Câmara Municipal de Espinho decidiu criar uma plataforma digital direcionada para os comerciantes a retalho em estabelecimentos com porta para a rua, de forma a constituir mais uma forma de venda. Hoje, essa plataforma está em funcionamento e já acolhe oito lojas espinhenses que, assim, estão presentes no mundo online, permitindo que os consumidores do concelho, da região e de outras partes do país, possam ter acesso aos produtos vendidos nas lojas de Espinho e as possam comprar sem sair de casa.

Perante esta proposta apresentada pela autarquia, as lojas Pura Fibra, Animalzan, Leonidas, Ergovisão, Belameia, Sapataria Charme, Fabiana Monteiro e Sapataria Manuel foram as oito primeiras a aderir.

Tudo funciona através de uma app chamada ‘CTT – Comércio Local’ que qualquer pessoa pode descarregar no

seu telemóvel. A partir daí, o comerciante, após estar registado e depois de ter colocado os seus produtos, receberá ordens das encomendas que tem que processar e faturar na plataforma.

Assim, cada cliente que tiver a aplicação, pode entrar em cada uma das lojas, fazer uma determinada compra e fazer o pagamento através de MB Way, cartão de crédito ou cartão de débito.

Todos os comerciantes que desejem pertencer a esta forma de venda online, podem ainda fazê-lo, pois as inscrições para esta plataforma continuam abertas. Para isso, basta que se solicite junto do município, uma licença gratuita para aceder à plataforma digital, de forma a fazer o registo.

Até ao momento, só oito concelhos estão incluídos neste projeto, sendo Espinho e Arouca os únicos da Área Metropolitana do Porto. •