

Assinatura **2021** ESPINHO POR DENTRO.

Subscreva por **28,5€** p/ano

DEFESA DESPINHO

LER JORNAL É SABER MAIS!
DE FORMA SEGURA
E SEM O VÍRUS DA DESINFORMAÇÃO.

Quinta-feira, 25 de fevereiro de 2021 | Edição n.º 4634 · Ano 88 · Semanário · Diretor Lúcio Alberto · defesadeespinho.pt · Preço: €0,70 (c/IVA)



© FRANCISCO AZEVEDO

COVID-19
Brigadas de emergência pré-hospitalar.

Equipas de bombeiros registaram mais de 700 transportes de doentes com ou sob suspeita de infeção **p8**

Pessoas & Negócios
Espaços especializados para cuidar dos animais acompanham evolução e apresentam diferentes tipos de serviços **p10**

DIREITO DE RESPOSTA
Conflito entre vizinhos trava nova oficina em Guetim **p10**

AÇÃO SOCIAL
11 JOVENS
“Power Up”:
empoderar jovens meninas e mostrar que o sonho está ao alcance de qualquer um.

Projeto do Centro Social de Paramos permitiu que 11 jovens do bairro da freguesia conhecessem realidades e experiências novas. Trabalho foi gravado e documentário estreia amanhã. **p9**

“Entrepasto” de urgência

Rui Guimarães, presidente do conselho de administração do Centro Hospitalar, abdica de “um discurso político redondo”, optando por “uma abordagem mais pragmática” para a pretensão da reabertura do serviço de urgência em Espinho.



“**NÃO É POSSÍVEL** que a Unidade 3 tenha um serviço de urgência adequado”, dá nota o gestor e ex-diretor clínico do Hospital de Barcelos. “Pode-se criar um ‘entrepasto’, ou seja um serviço intermédio com triagem e pequenos socorros.” E destaca as condi-

ções da nova urgência em Gaia e o serviço ambulatorio de cirurgia em Espinho. “Fomos capazes de ultrapassar aquilo que é o nosso limite em termos de capacidade de trabalho”, constata, entretanto, o médico Luís Andrade e a enfermeira Esmeralda

Pacheco, confessando que, quando escolheram a área da saúde, nunca imaginaram passar por uma pandemia. Viveram momentos que consideram difíceis mas, mesmo no meio do caos, não se arrependem da missão que abraçaram. **p4, 5, 6 e 7**

É PARA OS QUE FAZEM JACKPOT

E PARA OS QUE GRITAM GOLO

O maior casino online tem apostas desportivas

 **SOLVERDE.PT**

 JOGUE POR DIVERSÃO, COM MODERAÇÃO.

visto aqui

feira
semanal

— Factos e figuras da semana

DESTAQUE

4, 5, 6 e 7 | A nova urgência e a outra (ainda) fechada

Entrevista com Rui Guimarães, presidente do conselho de administração do Centro Hospitalar de Gaia/Espinho e testemunhos da enfermeira Esmeralda Pacheco e do médico Luís Andrade, que labutam e se superam nas suas profissões no meio de uma pandemia.

4500-ESPINHO

8 | Bombeiros: brigadas de emergência pré-hospitalar chegam a registar mais de 3000 ocorrências por ano

Trabalho das equipas não se limita ao transporte de doentes com Covid-19.

9 | Documentário “Power Up” retrata experiências novas na vida de jovens meninas do Bairro de Paramos

Projeto do Centro Social de Paramos possibilitou oportunidades diferentes a 11 jovens e mostrou-lhes que o cumprir de um sonho pode existir, também, para quem vive num bairro social.

PESSOAS & NEGÓCIOS

10 | Cuidar de amigos de quatro patas é a paixão de Jorge Tavares e Rosa Teixeira

Proprietários de lojas direcionadas para o mundo animal, contam que cuidados com os animais evoluíram ao longo dos anos, mas ainda há muito a fazer. Os dois empresários são apaixonados pelo o que fazem, mas afirmam que gostar de cães e gatos não chega.

11 | Gabinete de Apoio ao Empresário e ao Empreendedor, disponibiliza uma estrutura de apoio totalmente gratuita, para informar sobre as medidas de apoio existentes

DEFESA-ATAQUE

15 | Futebol: Sporting de Espinho soma segunda vitória consecutiva

Beira Mar é o “senhor que se segue”. Diogo Valente é natural de Aveiro e representou os aurinegros, mas quer que os tigres vençam.

16 e 17 | Entrevista: João Girão, jogador do Oporto Golf Club

“O golfe deu-me diversas oportunidades e experiências que, neste momento, não trocaria por nada.”

18 | Voleibol: memória de uma etapa europeia do Sporting de Espinho

João Brenha e Hugo Ribeiro recordam vitória em Salzburgo, na Áustria, há 20 anos.

OFF

21 | Entrevista: Jorge Serra

Percorreu o mundo, tocando viola, e é um dinâmico promotor de sessões de fado. Calcula que tenha atuado cerca de mil vezes em 2010. Eram cinco ou seis registos diários e antes pandemia também participava diariamente em vários eventos.

EDITORIAL
Lúcio Alberto

Eleições autárquicas ainda sem data e candidatos – querer e crer

1 – “Não há nada de errado com aqueles que não gostam de política, simplesmente serão governados por aqueles que gostam.” – Platão.

Em 2021 estarão em disputa a eleição de 308 presidentes de câmaras, os seus vereadores e assembleias municipais, a par de 3091 assembleias de freguesia, das quais sairão os executivos das juntas.

2 – “Querer não é poder. Quem pôde, quis antes de poder só depois de poder. Quem quer nunca há-de poder, porque se perde em querer.” – Fernando Pessoa. O adiamento das eleições autárquicas, previstas para setembro ou outubro de 2021, suscita expectativa, acrescida pela indefinição das candidaturas e o silêncio de potenciais e/ou imprevistos candidatos. Trata-se de um tema que um ano antes da data eleitoral era habitualmente afluído, intensamente debatido e atempadamente projetado. Primeiro com as disputas e quezílias internas dos partidos e depois com estratégias e pré-campanhas exarcebadas, conflituosas e de caça-voto de sorriso seja para quem for e de deita-abaxo a quem se opor. Talvez a pandemia seja a razão para este vazio na antecâmara das eleições autárquicas. Esboça-se a ideia de que os candidatos estão politicamente confinados... Talvez. E Espinho é exemplo disso. Já houve quem desse sinais da pretensão de se candidatar, antes da pandemia despoletar. Houve quem retrocedesse e quem abrandasse os passos ou que esfriasse as intenções. Há quem se insinue e há quem seja rotulado de candidato. Mas ninguém apresentou credenciais, nem afirmou tal vontade.

3 – “Quem quis, sempre pôde.” – Luís Vaz Camões. Numa conjuntura de aparente indefinição dos líderes nacionais dos partidos, entendida como estratégia de compasso de espera para uma avaliação mais habilitada da evolução do quadro pandémico, o PSD vai ponderando sobre a necessidade de adiar as eleições autárquicas. O PS dá sinais de que a eventualidade do adiamento das eleições autárquicas é, por enquanto, um assunto extemporâneo. Os outros partidos com menor representatividade na gestão camarária, mas com outra expressão nos órgãos das assembleias municipais e das freguesias, também remetem posicionamentos e posturas para breve ou mais tarde, sendo certo de que é imperativo avaliar e decidir. Uns consideram que é prematuro colocar-se a questão de um eventual adiamento das eleições autárquicas e invocam a mobilização verificada nas eleições presidenciais de janeiro. Outros já apontam dezembro como alternativa e ainda outros com responsabilidades autárquicas e partidárias sugerem março de 2022. Entretanto, faz-se votos para que as vacinas distribuídas sejam aplicadas com mais celeridade, seja qual for a calendarização eleitoral...



Bienal de Arte

A realização da sexta edição da Bienal de Arte de Espinho está prevista entre os dias 25 de abril e 19 de junho de 2021, no Museu Municipal. Já decorreu a primeira fase com as candidaturas oriundas de vários países.

E, também, a segunda fase com a seleção das obras. Trata-se de uma plataforma mais alargada de divulgação e promoção das artes plásticas e o reconhecimento dos artistas. A mostra de pintura, escultura e desenho é um exemplo de valorização sociocultural e a sua realização é um sinal de que a cultura prepara-se para ressurgir num quadro pós-pandémico.



Comércio local

A plataforma de venda online CTT- Comércio Local de Espinho, com a colaboração municipal, já conta com as primeiras oito lojas online. Neste novo confinamento, em que vários estabelecimentos comerciais estão obrigados a fechar portas, desponta um novo canal de venda para os comerciantes locais, que ainda têm as portas fechadas...



Bombeiros

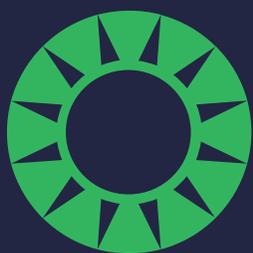
Um grupo de 14 bombeiros são alvo de ação disciplinar após “convívio não autorizado” na cozinha do quartel, com lotação máxima definida para meia dúzia de pessoas. Foi uma “espécie de ceia” e, naturalmente, sem máscara. Uma bombeira testou positivo ao novo coronavírus e os restantes envolvidos ficaram em isolamento profilático. Errar é humano e precaver é aconselhável, evitando-se prevaricar. E nestes tempos difíceis e doentios é fundamental assumir-se e praticar-se um papel ativo e responsável no combate à pandemia.



**É PARA OS QUE
FAZEM JACKPOT**

**E PARA OS QUE
GRITAM GOLO**

**O maior casino online
tem apostas desportivas**



SOLVERDE.PT
CASINO E APOSTAS DESPORTIVAS

ENTREVISTA RUI GUIMARÃES



© FRANCISCO AZEVEDO

“O Centro Hospitalar de Gaia/Espinho merece ser reclassificado”

RUI GUIMARÃES QUER QUE O CENTRO HOSPITALAR DE GAIA/ESPINHO OMBREIE COM OS HOSPITAIS DE PRIMEIRO PLANO DO PAÍS E ATÉ CONSIDERA QUE JÁ SE JUSTIFICA UMA RECLASSIFICAÇÃO.

Em entrevista realizada em Espinho, o presidente do conselho de administração congratulou-se com a nova urgência da Unidade 1, em Gaia, e destaca o serviço ambulatorial de cirurgia da Unidade 3, não se esquivando a diagnosticar a eventual reativação do serviço de urgência espinhense.

LÚCIO ALBERTO

A nova urgência é um sinal de dinâmica e revitalização do Centro Hospitalar de Gaia/Espinho? É a nova imagem de marca da Unidade 1?

A antiga urgência mal servia as pessoas de Gaia e de Espinho e as de fora destes dois concelhos. Podemos ter a sala em casa com uma televisão “x p t o” e o mobiliário do melhor que existe, mas que importa isso se a sala está cheia de bolor e a porta da entrada ser pequena e baixinha e nada disso ser apelativo?! Uma unidade de urgência é a porta de entrada de um hospital e o seu “cartão-de-visita”. E não escondo que um dos piores “cartões-de-visita” que o país provavelmente tinha em termos de serviço de urgência era o do Hospital de Gaia. A Urgência andou de um lado para o outro e até já esteve em contentores e, quando tudo estava a ser preparado para o regresso ao edifício, concluiu-se que aquele espaço não era adequado e que deveria ser encarado como temporário. Entretanto, passaram muitos e muitos anos, até ser finalmente inaugurada a nova urgência.

Era assim um cenário tão mau?

Estamos a falar de um serviço de urgência em que a maioria das salas não tinha luz natural. Era uma estrutura que não tinha o devido “pé direito” de arquitetura e construção, que não tinha os fluxos funcionais e a tipologia que um moderno serviço de urgência exige, com espaços grandes e abertos. E não com salas pequenas e um espaço total que praticamente parecia um labirinto onde, aqui e ali, ia-se conseguindo pôr mais uns doentes. O espaço anterior era a antítese de uma urgência. O atual espaço foi pensado como deve ser uma urgência. Os circuitos estão feitos com todas as prioridades. A nova urgência de Gaia foi muito pensada pelos seus profissionais, ou seja médicos e enfermeiros, e não só projetada por arquitetos. Houve um foco muito grande nas pessoas que lá trabalham clinicamente, em todos pormenores. É um paradigma completamente diferente. Todo o minuto conta para se salvar um doente ou um ferido e, por isso, há agora uma porta só para a emergência. Pode ser um pequeno detalhe, mas que pode salvar pessoas.

E assim já se vê o resultado de pouco mais de um ano da atividade a que preside?

É por isso que nos temos esforçado na acessibilidade às consultas, aos tratamentos e às cirurgias. E temos reduzido notoriamente o tempo de espera, não sobrecarregando as listas. E já temos doentes à espera de serem chamados há menos de um ano. Havia quem esperasse mais do dobro do tempo!

Como é possível conjugar a redução das listas de espera com a sustentabilidade financeira?

As contas estavam, ano após ano, no vermelho. E quando digo no vermelho é muito no vermelho. Se houver mais atendimento também se justifica um reforço financeiro a quem corresponde ao normal exercício da atividade.

O Centro Hospitalar de Gaia/Espinho tem sido avaliado com boas notas...

Mas não faz sentido ter um estatuto equiparado a outros hospitais de menor dimensão e com resultados mais baixos. O Centro Hospitalar de Gaia/Espinho deve ser classificado com

o nível máximo dos hospitais centrais. Por um lado, seria um prémio e uma motivação para os seus profissionais e, por outro, um acréscimo de apoio financeiro para se ter as contas em dia e poder-se fazer ainda mais e melhor.

A nova urgência pode catapultar o Centro Hospitalar de Gaia/Espinho para um patamar de referência nacional?

A população já vai reconhecendo que demos um grande salto qualitativo, porque os doentes já ficam bem acomodados e em salas que permitem ter alguma privacidade e também salubridade. Já há um conceito diferente de serviço de urgência hospitalar. A funcionalidade melhorou substancialmente, porque já não é preciso percorrer-se aquelas “capelinhas” todas, ora levando para ali a maca com o doente, ou indo por acolá para análise de sangue e, por vezes, com alterações de sinais vitais. Não era um espaço adequado para os doentes, nem para ninguém. Era um labirinto de corredores entre o serviço de raio-x ou o serviço disto e daquilo. Não era aquilo que queríamos ter. As pessoas agora podem perceber melhor a sua segurança em urgência hospitalar. E os profissionais de saúde também têm melhores condições para o exercício da atividade nas diversas especialidades e valências. Resta a reclassificação da categoria hospitalar.

Mas ainda há uma dispersão de valências, equipamentos e especialidades na chamada Unidade 1. Um hospital central não deveria estar articuladamente edificado e essa articulação não lhe conferia mais e melhor funcionalidade? Estava proposta a ligação dessas pontas soltas... Ainda é viável esse projeto?

A vontade de outrora da Dona Amélia em separar as pessoas com doenças de tuberculose, respiratórias, pulmonares, etc., foi útil para a atual situação da covid. E assim conseguimos colocar doentes com covid em áreas de isolamento no próprio hospital. Mas, de qualquer maneira, o que disse faz todo o sentido, porque o hospital está ainda disperso. Mas já esteve mais... Chegou a ter que se transportar de ambulância para o bloco operatório doentes que estavam internados noutras alas. Era uma situação estranha e, de todo, desadequada. E depois da cirurgia e do recobro eram de novo transportados de ambulância para os seus espaços de internamento. E até era preciso a ambulância para se fazer um exame de raio-x... De facto, este cenário não faz sentido seja onde for. O edificado já foi ampliado, mas ainda falta o resto, nem que seja com ligações com mangas como nos aeroportos!

Ou seja, como as mangas que ligam os aviões às zonas de embarque e desembarque...

Sim, ou também por ligações subterrâneas. O objetivo é ligar todos os pavilhões.

E o dito pavilhão feminino que está localizado mais distante das restantes estruturas?

Já há estruturas que foram ligadas e ainda se podem articular outras, mas pode-se, estrategicamente, reservar o pavilhão feminino para consultas externas de algumas especialidades. Nesse caso, não impacta tanto com a necessidade de uma ligação edificada ao espaço central do hospital. Em tudo o resto, há esta



Tenho muito orgulho nas causas associativas em que já me envolvi, mas reconheço que é mais fácil reclamar do que fazer e a diferença é a capacidade de decidir e arriscar”

lógica de interligação mas, como disse e bem, ainda há dispersão de edificado hospitalar. Contudo, importa avaliar e definir o que é que deve estar ligado e o que pode não estar ligado.

Anteriormente ao seu exercício de gestão foram criados novos espaços clínicos na periferia do pavilhão feminino...

Por exemplo, para o serviço ambulatório de cirurgia e que tem também consultas externas, etc. Também se criou um espaço para o serviço de farmácia. Foram criações oportunas e fundamentais, mas foram também construções com cariz temporário. A ideia é a de que, no fim disto tudo, se possa olhar para o hospital como um núcleo central unificado.

E o que é que os seus olhos viram quando entrou, como presidente do Conselho de Administração, na Unidade 1 do Centro Hospitalar de Gaia/Espinho?

Vi muito espaço e, sobretudo, muito espaço exterior, uma coisa muito rara. É um hospital que em uma grande área de expansão. Repare-se que para se construir ou inovar alguma coisa edificada é preciso espaço e a maior parte dos hospitais estão completamente confinados, ou estão no meio das cidades e sem muitas soluções. Nós estamos habituados a encarar um hospital como um centro para o tratamento da doença e não como uma valência para a prevenção da doença. E um hospital, que tem a particularidade de ter um parque verde, deve promover a circulação das pessoas, criando-se um circuito de manutenção, como sinal de que um hospital também pode e deve contribuir para a prevenção da doença. Quando não nos preocupamos com o sedentarismo, talvez depois já seja tarde para tratar algumas doenças. É mais importante gastar, por exemplo, uma centena ou um milhar de euros numa cirurgia, ou ir a uma escola com esse dinheiro e ensinar as crianças a terem uma alimentação

saudável e boas práticas físicas e a cuidar da saúde?! Temos de prevenir e agir. As pessoas vivem hoje com mais esperança de vida, mas também devem ter mais qualidade de vida e não fazerem uma vida que ninguém quer, ou seja aprisionada a uma cama, em hospitais, máquinas e medicamentos, etc.

Foi aprovada uma moção da Assembleia Municipal e também foi registada a aprovação da Assembleia da República para a reabertura do serviço de urgência hospitalar em Espinho. É ou não é viável?

Há duas abordagens para este tema. Uma abordagem política, em que respondo que estamos a trabalhar para isso e é de todo o interesse trazer de novo a urgência para Espinho. E logo alguém diz que sou mais um a enganar... seria um discurso político redondo que não causaria perturbações a ninguém, porque as pessoas ficariam mais anestesiadas...E eu até sou anestesista! Ou então deve ter-se uma abordagem mais pragmática, dizendo às pessoas que, na verdade, aquilo que interessa é ter uma porta aberta que resolva o problema de quem precisa de recorrer a um serviço de urgência. Ou ter uma porta aberta que não resolve o problema... Não é possível que a Unidade 3, em Espinho, tenha um serviço de urgência adequado. Pode-se criar aqui um “entreposto”, ou seja um serviço intermédio com triagem e pequenos socorros. A rede pré-hospitalar já tem atualmente um nível muito avançado de cuidados. E também deve-se analisar que o tempo que se demora a chegar de Espinho à Unidade 1, em Gaia, permite a devida resposta da rede de transporte hospitalar. O problema do serviço de urgência não será resolvido só com um médico e um enfermeiro...Um serviço de urgência deve ter a polivalência e a capacidade de resolver o problema. Mas temos em Gaia zonas em que, quem necessite de recorrer ao serviço de urgência da Unidade 1, tem mais dificuldade de acessibilidade, por causa da rede viária, do que quem reside em Espinho.

Portanto, não há luz verde nem ao fundo do túnel...

A Unidade 3 pode constituir um motivo de orgulho para Espinho, sabendo-se que tem alguns dos melhores serviços hospitalares do país, como é o caso do serviço ambulatório de cirurgia.

E que já corresponde a cerca de 70 por cento do serviço ambulatório de cirurgia do total do Centro Hospitalar de Gaia/Espinho...

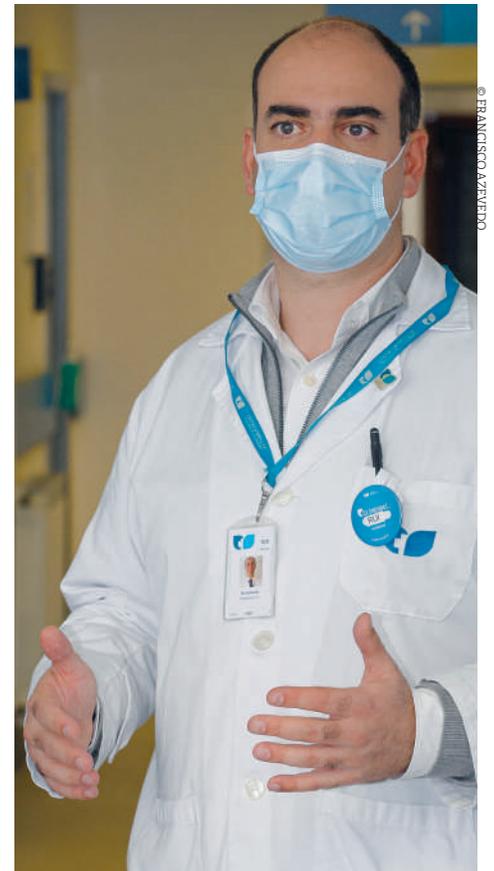
Exatamente. Muita gente de Gaia vem fazer cirurgias a Espinho. É um serviço mais diferenciado e com elevado nível de satisfação. Temos em Espinho um serviço extremamente organizado e também é fácil a acessibilidade de Gaia a Espinho, como ao contrário para o serviço de urgência. Já temos procura exterior porque há hospitais com listas em tempo de espera de 300 dias e, em Espinho, o tempo de espera é 60 dias.

A Câmara Municipal de Espinho disponibilizou uma dezena de camas para a reativação do serviço de cuidados continuados na Unidade 3. Qual é a razão para o impasse neste processo?

Esse serviço já existiu em Espinho e com o conceito de proximidade. A autarquia pretende ver correspondido o investimento que fez relativamente ao serviço de cuidados continuados, mas a rede nacional de cuidados continuados não tem abrangido a Unidade 3, em Espinho. Mas isso não significa que temos essas camas em armazém e que não lhe damos a utilidade necessária no serviço hospitalar. Mas é um tema que temos de retomar, mal seja resolvido o problema da pandemia. Por outro lado, também ainda não foram assegurados os recursos humanos para essa unidade de serviços continuados. Vamos ter de analisar as condições para que seja possível criar, de novo, o serviço de cuidados continuados. O nosso compromisso é potenciar a Unidade 3, incluindo o espaço de consultas externas.

A Liga dos Amigos do Hospital de Espinho tem desenvolvido a sua ação ao longo de décadas, em regime de voluntariado, e até contribuído para melhoramentos estruturais da Unidade 3. É um exemplo merecedor de reconhecimento do Centro Hospitalar de Gaia/Espinho?

A Liga dos Amigos do Hospital de Espinho tem um papel importante que é a ligação com a comunidade. Estamos aqui para servir as pessoas e a Liga dos Amigos do Hospital de Espinho representa também a comunidade. São pessoas pró-ativas e com um espírito voluntário notável e que deve merecer o reconhecimento de todos. Mas a autarquia municipal também tem ajudado imenso o Centro Hospitalar de Gaia/Espinho. Por exemplo, com a cedência de tendas nas fases críticas da pandemia e a disponibilidade de recursos humanos para rastreios e outras ações de destigmatização da covid. •



© FRANCISCO AZEVEDO



Os meus avós paternos tinham a tradição de passar férias em Espinho e eu caminhava bastante pelas ruas da cidade e até ia à feira semanal”



Os meus avós tinham uma casa na Rua 20 e a minha tia ainda trabalha na Câmara Municipal de Espinho. O meu avô adorava estacionar o carro em frente ao mar e comer tremoços!”

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



destaque

TESTEMUNHOS DE PROFISSIONAIS DE SAÚDE

Esmeralda e Luís. Dois rostos à frente da luta atual

COM PORTUGAL A VIVER EM PLENO O SEGUNDO CONFINAMENTO DESDE O DIA 15 DE JANEIRO, LUÍS ANDRADE, MÉDICO DE MEDICINA INTERNA NO CENTRO HOSPITALAR DE GAIA/ESPINHO, CONSEGUE DIZER QUE “NAS ÚLTIMAS SEMANAS, A PRESSÃO TEM CLARAMENTE DIMINUÍDO”. Habitado a lidar com doentes infetados, luta, também, por aqueles que não o estão. Esmeralda Pacheco, enfermeira, e a chefiar a equipa de medicina, na Unidade III, em Espinho, recorda o início da pandemia, no ano passado, admitindo que tudo parecia um filme de ficção científica. O filme que estava habituada a ver no cinema, transportou-se para a vida real e Esmeralda confessa nunca ter pensado, sequer, viver uma situação semelhante.

LISANDRA VALQUARESMA

A TRABALHAR no Centro Hospitalar Gaia/Espinho há 12 anos, Luís Andrade foi um dos médicos que viveu e vive de perto a realidade Covid-19. Chegou a fazer 60 horas semanais de trabalho nas urgências do hospital, lidou com as doenças respiratórias, trabalhou na Unidade de Espinho onde fez parte da equipa de consultas externas ou de apoio ao internamento e, pelo meio, ficou infetado.

Afirma que, ao trabalhar neste Centro Hospitalar, está presente onde é necessário. Por isso, apesar de uma participação muito grande na área Covid, acumula o serviço direcionado para todos os doentes que não estão infetados, mas que continuam a ter problemas ou doenças. “É fundamental nós termos noção que a doença crónica e os doentes não Covid continuam a ser frequentes e é necessário haver essa atenção. Durante todo este período, eu fiz as duas opções. Estive com os doentes Covid, quer no internamento, mas fundamentalmente ao nível do serviço de urgência onde trabalhei na área respiratória várias semanas e depois, semanalmente, quando fazia urgência tinha a minha participação na área respiratória, mas também tinha o trabalho com os doentes não Covid”, explica o médico de medicina interna, que hoje admite já ser perceptível um abrandamento da pressão.

“Os últimos tempos foram de muito trabalho. Foi necessário ter uma grande capacidade de readaptação de todas as equipas, não só médica, mas também equipas de enfermagem, auxiliares, administrativos. Acho que foi preciso fazer um grande esforço na instituição para nos conseguirmos adaptar às necessidades do

momento que nós vivemos. Houve a necessidade, da minha parte, de fazer algum trabalho na contingência, mas depois houve, também, essa necessidade de continuarmos ao nível do internamento, quer na consulta externa em Gaia, quer em Espinho, a manter um contacto dos cuidados ao doente não Covid. As doenças crónicas não param, elas existem, são muito prevalentes e a evolução da via de progressão dessas doenças é muito significativa e se nada for feito, se a vigilância parar, os doentes não Covid com doenças crónicas irão ter complicações sérias pela falta de acompanhamento”. Porém, hoje, Luís Andrade, confessa que “nas últimas semanas a pressão tem claramente diminuído”. O motivo? O confinamento.

“Tudo aquilo que tem sido feito a nível nacional pelas entidades governamentais, quer também pela população que tem tido mais cuidado, se tem resguardado e tem confinado, tem permitido números cada vez mais baixos de novos casos. Isso tem feito com que o número de internamentos tenha vindo a diminuir de forma muito significativa”, explica o profissional de saúde, de 44 anos. Assim, verificou-se, também, que “no serviço de urgência, a afluência de doentes com Covid-19 tem vindo a reduzir de forma muito significativa e isso tem permitido aos médicos e aos enfermeiros respirar com outra capacidade.”

PAIXÃO E CAPACIDADE DE TRABALHO

Esmeralda Pacheco, de 52 anos, trabalha na Unidade III desde 2016. É enfermeira por paixão, ‘veste a camisola’ todos os dias e admite que, mesmo fora do horário de trabalho, o telemóvel está sempre por perto, não vá precisar da sua ajuda.



© FRANCISCO AZEVEDO

Esmeralda Pacheco, de 52 anos, é enfermeira e chefiar a equipa de medicina de Espinho. Sente paixão pela profissão que escolheu, admite um conforto diferente por estar vacinada e mostra orgulho pela classe dos enfermeiros.



© FRANCISCO AZEVEDO

Luís Andrade, de 44 anos, é médico de medicina interna no Centro Hospitalar de Gaia/Espinho há 12 anos. Trabalha com doentes com Covid-19, mas mantém, também, o seu trabalho na Unidade de Espinho. Já esteve infetado e sabe que o sentimento a transmitir é o de esperança.

Foi quando terminou o 12º ano de escolaridade que Esmeralda escolheu este caminho. Sentia-se atraída pela área da saúde e estava habituada a cuidar da avó. Hoje, após 27 anos de profissão, não se arrepende da opção que tomou e, mesmo no meio de uma pandemia que nunca imaginou viver, diz que voltava a escolher ser enfermeira. “Esta profissão é, para mim, uma aposta ganha. Acho que se adapta complementemente à minha personalidade, à forma como eu sou de ajudar e olhar o outro. Não é ir aos congressos falar da relação empática, mas é vivê-la no dia-a-dia que, para mim, faz sentido”.

Hoje, ouvir falar da Covid-19, já não é estranho, mas quando os primeiros casos surgiram e se começou a compreender a realidade do problema, Esmeralda Pacheco recorda ter sentido receio. Nunca pensou que passaria por tal situação, ainda mais provocada por um inimigo que é invisível, talvez por isso, tenha receado pela segurança dos familiares, dos amigos, dos doentes e pela sua própria. Questionada sobre a sensação de trabalhar num local onde, numa realidade pandémica, há contacto com pessoas infetadas, Esmeralda diz que é “motivador”.



A vacina dá-nos uma capacidade de trabalho diferente no bom sentido, mas é preciso que as pessoas mantenham o foco de manter todos os cuidados que a DGS recomenda porque podemos ter uma redução do risco de infeção, mas podemos manter o risco de transmissão ao outro”

Luís Andrade, médico de medicina interna

Hoje, a trabalhar durante o segundo confinamento que o país atravessa, Esmeralda Pacheco acredita, tal como Luís Andrade, que tal está a surtir efeito. Porém, atribui alguma responsabilidade também ao processo de vacinação que já teve início.

Luís Andrade afirma que, atualmente, “existe outra capacidade de trabalho, outras dinâmicas mais adequadas e não aquela pressão que existiu, pelo menos, durante o mês de novembro e início de fevereiro com um aumento significativo de casos com Covid-19”. No entanto, não deixa de admitir que “há um sentimento de alguma impotência”, já que “esta é uma doença de transmissão extremamente fácil e a forma que nós temos de conseguir diminuir os casos está claramente relacionada com a necessidade de a população cumprir as normas que a DGS (Direção Geral da Saúde) tem lançado nos últimos meses”. Por esta razão, acredita que o facto de Portugal ser um país sociável, em que as pessoas gostam de manter o contacto, ajudou a dificultar, nos últimos meses, o controlo de novos casos. “Verificamos que quem manifesta esta doença, a probabilidade de desenvolver situações graves,

nomeadamente de disfunção e falência respiratória e multiorgânica é muito relevante. Isto fez, claramente, com que o número de doentes que afluísse ao serviço de urgência com necessidade de internamento, nomeadamente na unidade de cuidados intensivos, unidade de cuidados intermédios ou outro serviço, fosse muito relevante, obrigando a uma reestruturação da nossa forma de trabalhar.”

Apesar de Esmeralda Pacheco trabalhar na Unidade III, em Espinho, e, assim, ter um contacto mais reduzido com pessoas infetadas, não significa que o seu modo de trabalhar, também, não sofra alterações. “Nós tivemos doentes Covid cá, em Espinho, mas são transferidos para Gaia. No entanto, o desgaste físico e psicológico existe. Tem sido um pouco complicado, mas a equipa superou-se. Houve atestados médicos devido a profissionais infetados e a equipa conseguiu superar-se, no sentido de conseguir assegurar as necessidades do serviço”, conta a enfermeira.

Ao mesmo tempo que na Unidade III tal acontecia, na Unidade I, em Gaia, o sentimento era o mesmo. O médico Luís Andrade confessa que o sentimento de impotência está, também, relacionado com o facto de não conseguir controlar o número de doentes, contudo, diz que a capacidade de resposta da instituição revelou-se eficaz. “Fomos capazes de ultrapassar aquilo que é o nosso limite em termos de capacidade de trabalho e, nesse sentido, fomos sempre capazes de dar resposta, não só à população que está, diretamente, sob a responsabilidade do Centro Hospitalar Gaia/Espinho, mas como também a outras pessoas de Lisboa ou Penafiel, em que nós, como instituição, de uma forma solidária, conseguimos ir buscar doentes, por exemplo, da grande Lisboa onde a situação foi, realmente, do ponto de vista de pandemia, muito mais incontrolável.”

MEDO DA INFEÇÃO

Tal como sentiu receio no ano passado, quando tudo começou, Esmeralda continua, hoje, a manter esse sentimento. Já teve de passar por vários testes, nunca ficou infetada e hoje está vacinada. No entanto, continua a olhar para os meios de proteção como uma grande arma. “Hoje sinto um conforto por ter sido vacinada, existe uma outra sensação, mas há a obrigatoriedade de continuar a manter todas as medidas como até aqui.”

Luís Andrade não teve a mesma sorte. Esteve infetado e, por isso, não foi vacinado. Diz que ter passado pela infeção faz parte da profissão que escolheu e, também devido a isso, não tem medo. “Não há muito tempo para pensar nisto. Eu fiquei infetado, quase de certeza dentro do contexto da profissão. Desde o início que sempre tive respeito pela infeção, mas não medo. Desde o momento em que somos médicos temos que ter a noção que lidamos com bactérias e vírus transmissíveis, não só este, mas também outros que existem e que são uma série de bactérias multirresistentes, com os quais temos que lidar diariamente.”

Com todo o trabalho com que se veem a braços atualmente, Luís e Esmeralda admitem que nem sempre é fácil desligarem-se do lado

profissional. Sabem que o momento que hoje se vive é único e agora, mais do que nunca, dizem que se deve procurar entender a razão para a escolha da profissão. Luís Andrade conta que, “para quem tem família, é aconselhável saber desligar um pouco”. Contudo, “mantém-se sempre o foco”. “Este é um tempo diferente em que a população precisa de nós. Mantemo-nos sempre ligados àquilo que são as necessidades e é lógico que ultrapassamos várias vezes o linear daquilo que conseguimos ou achávamos que conseguimos ultrapassar, mas é importante que, quando chegamos a casa, sejamos capazes de, não desligando, diminuindo a intensidade para conseguirmos ser pais, filhos, marido.”



O brilho nos olhos de vermos o doente a falar através do telemóvel, de ver a família, existe. As expressões marcam-nos. Não se consegue ficar indiferente a isso”

Esmeralda Pacheco, enfermeira

Também Esmeralda admite não ser fácil. No seu caso, explica que, como se encontra a chefiar um serviço, há a tendência de se manter sempre disponível. “A qualquer momento podem-me ligar e podem colocar questões ou dúvidas que eu estou cá para ajudar. Mesmo ao fim-de-semana, eles ligam-se se for necessário, pois eu não consigo desligar. Posso diminuir aquele sentimento de alerta, mas não consigo desligar a 100%. Eu vivo muito a profissão. É aquela sensação de ‘vestir a camisola’, de sentir que isto é algo nosso, também é meu e é algo que quero cuidar”, relata a enfermeira.

Desta fase que estão a viver mais de perto, Luís Andrade e Esmeralda Pacheco recordam as pessoas internadas como tendo “com um olhar um pouco vago”. Esmeralda faz parte de uma equipa que lida de perto com a hora da despedida, mas esse momento, no meio de uma pandemia, é algo diferente. “No meu caso, recordo-me mais dos doentes em fase terminal que, infelizmente, partiram sem terem uma oportunidade de se despedirem da família. Houve alguns em que nós tivemos o cuidado de, como equipa, contactar os familiares e perguntar se queriam despedir-se do doente. Nós demos oportunidade de estarem cinco minutos junto do familiar com todas as proteções. Eu acho que aqui não foi tanto o doente que nos marcou, mas o agradecimento das famílias para com aquele gesto”, conta a enfermeira Esmeralda.

Luís Andrade explica que “quem trabalha na instituição e tem lidado mais com a Covid-19 de forma direta, lidou sempre de uma forma muito próxima, tentando inculcar aos doentes sempre ânimo e um horizonte que, às vezes, o próprio doente tem medo de olhar”. Esmeralda confessa que não fica indiferente ao assistir a muitas visitas virtuais entre o doente e a família e Luís afirma que “quando olhamos para alguém com Covid-19 devemos dar espe-

rança, esperança de que há de passar, há de ficar bem, que as coisas vão melhorar.”

Com o processo de vacinação em marcha, Luís Andrade considera importante que não se baixe a guarda. Admite que é um bom passo, mas ainda não é o tempo de deixar as regras de lado. “O facto de as pessoas serem vacinadas não significa que se vá baixar os cuidados. A população deve ter noção que a vacina diminui o risco de infeção, mas não diminui o risco de sermos transmissores da infeção. Ou seja, se alguma das pessoas vacinadas contactar com o vírus e retê-lo, pode transmiti-lo a um terceiro. Temos que ter este sentimento de comunidade entre todos. Noto que as pessoas estão mais tranquilas, mas temos que continuar a ter todos os cuidados, usarmos todas as proteções para lidarmos com o doente e para não infetarmos os nossos familiares porque se eu for portador, a possibilidade de transmitir a um pai ou a uma mãe existe”, explica o médico de medicina interna.

Com os olhos postos no futuro, os dois profissionais de saúde acreditam que o mundo vai sair desta pandemia de forma diferente. Para Luís, vai haver a necessidade de “construir uma sociedade melhor, pois é em alturas de crise que podem nascer os melhores projetos, as melhores pessoas” e, por isso, defende que “todos devemos sair disto diferentes e melhores”. Já Esmeralda Pacheco acredita que “a sociedade não mais vai ser igual, tal como os profissionais de saúde”. •



4500 Espinho



Sara Silva,
Chefe da
BEPH



Cindy Pinto,
bombeira



Sara Montoia,
bombeira

BRIGADA DE EMERGÊNCIA PRÉ-HOSPITALAR DOS BOMBEIROS



“A primeira das primeiras linhas no socorro”

A Brigada de Emergência Pré-hospitalar (BEPH) dos Bombeiros Voluntários do Concelho de Espinho (BVCE) tem estado a assegurar, de forma ininterrupta, o serviço de emergência e de socorro desde o início da pandemia, há cerca de um ano. Um trabalho levado a cabo por uma equipa de 10 elementos, que funciona em três turnos, liderada pela bombeira de primeira, Sara Silva que, ao longo de um ano, tem um registo de cerca de três mil ocorrências (mais de duas centenas por mês).

MANUEL PROENÇA

FORAM CERCA de 700 ocorrências registadas desde 13 de março do ano passado com doentes com ou suspeitos de estarem infetados com Covid-19, num trabalho que passou a envolver um conjunto de procedimentos de segurança adicionais face à pandemia, quer nas cinco viaturas que se encontram de prontidão, quer a nível da utilização dos equipamentos de proteção individual.

A BEPH tem rotinas instituídas fora dos serviços de emergência. Cada equipa terá de proceder à descontaminação das respetivas viaturas, que entram num circuito de rotatividade, com um período de quarentena dentro do parque de viaturas do novo quartel dos BVCE.

A intervenção da BEPH parte, sempre, através de um pedido de socorro via linha de telefone 112, quer a vítimas de doença súbita ou de trauma por acidentes de viação ou outro tipo de situação de emergência, mesmo relacionadas com a Covid-19.

“Somos a primeira das primeiras linhas no socorro, pois estamos no pré-hospitalar”, diz a chefe das BEPH, bombeira de primeira, Sara Silva. “Temos um grande contacto com casos suspeitos e com casos positivos de Covid-19. E neste último ano, apesar de ter havido uma diminuição de serviços com o registo de uma

redução de saídas diárias, houve um aumento de stress”, dá conta aquela bombeira.

Segundo Sara Silva, quando começou a pandemia, “não sabíamos muito bem como era tudo isto e havia constantes alterações aos procedimentos com adaptações à evolução da própria pandemia. Houve uma grande mudança de rotinas e de procedimentos, especialmente na nossa abordagem à vítima. E, em muitos dos casos, no início, não usávamos os equipamentos de proteção individual, porque não havia suspeitas de a vítima estar infetada”, explicou Sara Silva que confessa que “era isto que muitas das vezes nos inquietava, sobretudo por podermos levar o vírus para casa, para os nossos familiares”. Porém, Sara Silva garante que neste momento “já estamos todos mais habituados”. Sara Silva afirma que, apesar de grande parte dos elementos da BEPH já estar vacinada com a primeira dose da vacina contra a Covid-19, “o momento não é para baixar a guarda! Vamos continuar a estar em contacto com casos positivos. E, por isso, os procedimentos irão ser sempre os mesmos”.

Por sua vez, a sua colega, Cindy Pinto (bombeira de segunda) reconhece que o trabalho nesta área “é muito complicado”. E explica: “Na primeira fase da pandemia passei quase três meses fora de casa, sem poder conviver com a minha mãe. Por outro lado,

senti muita segurança porque estávamos bem equipados e informados. Não quero dizer que não corrêssemos riscos!” Cindy Pinto garante que qualquer saída para socorro, mesmo sabendo que, à partida, não se trata de um contacto de risco, “é causa de um grande stress. É preferível sabermos se um caso é positivo à Covid-19, pois assim já vamos com todo o equipamento de proteção vestido”.

Cindy Pinto recorda que no início da pandemia, a sua equipa “esteve em contacto com uma doente que estava infetada com a Covid-19 e, por isso, estivemos 14 dias em isolamento”.

Mas o trabalho de uma equipa da BEPH não se resume ao socorro e transporte de vítimas. Envolve um conjunto de tarefas e de procedimentos diários e permanentes. Sara Montoia (bombeira de terceira classe), conta que “mal iniciamos o turno, procedemos às limpezas normais das viaturas e quando chegamos dos serviços temos de as desinfetar e ou de descontaminar, tendo todos os cuidados com todas as superfícies de contacto. É um trabalho de equipa e, por isso, somos todos responsáveis pela descontaminação das ambulâncias”, sublinha Sara Montoia que, recentemente concluiu a sua licenciatura em enfermagem.

Segundo esta jovem bombeira, os doentes que transportam e que estão infetados, “não to-

cam em muitas coisas e têm precauções. O mesmo não acontece, por exemplo, com uma vítima de um acidente! Neste último caso teremos de ir ao pormenor da desinfeção do espaço da viatura”.

“

Os turnos são rotativos e, neste momento estamos a tentar fixar equipas, de forma a evitar que, em caso de contágio, toda a brigada vá para isolamento”.

Sara Silva,
Chefe da BEPH

“

Na primeira fase da pandemia passei quase três meses fora de casa, sem poder conviver com a minha mãe”.

Cindy Pinto,
bombeira

“

É um trabalho de equipa e, por isso, somos todos responsáveis pela descontaminação das ambulâncias”.

Sara Montoia,
bombeira

COVID-19

CASOS CONFIRMADOS
ESPINHO

325,2
CASOS POR 100
MILHABITANTES *

40
ÚLTIMOS 7 DIAS **

= 9
ÓBITOS **

5,71

NOVOS CASOS EM
MÉDIA POR DIA **

* FONTE ARS NORTE /
DADOS ATUALIZADOS
A 20 DE FEVEREIRO
** NO CONCELHO DE ESPINHO

DEFESA DE ESPINHO - 4634 - 25 FEVEREIRO 2021



ASSEMBLEIA MUNICIPAL DE ESPINHO

EDITAL - 1ª SESSÃO ORDINÁRIA DO ANO 2021

Maria Filomena Maia Gomes, Presidente da Assembleia Municipal de Espinho: Faz público, de acordo com o artigo 27º da Lei no 75/2013, de 12 de setembro, na redação em vigor e em conformidade com o Regimento Interno, que no próximo dia 26 de fevereiro de 2021, pelas 21.30 horas, realizar-se-á, por videoconferência, a 1ª sessão ordinária desta Assembleia Municipal, nos termos da Lei n.º 1-A/2020, de 19 de março com a alteração introduzida pela Lei n.º 4-B/2021, de 01 de fevereiro. Sem prejuízo do que vier a ser estabelecido na Ordem do Dia, conforme as regras contempladas no nº 1 do artigo 53.º da referida Lei, bem como no nº 2 do artigo 32º do Regimento Interno, prevê-se a inclusão dos seguintes assuntos:

1. Deliberar sobre os assuntos agendados para o período de antes da ordem do dia;
2. Deliberar sobre a designação do júri de recrutamento transversal ao procedimento concursal para seleção e provimento de cargo de direção intermédia de 2º grau – Divisão de Serviços Básicos e Ambiente;
3. Deliberar sobre os Cidadãos Eleitores designados pela Assembleia Municipal para a Comissão Alargada da CPCJ;
4. Deliberar sobre as propostas que visam prosseguir as atribuições da Autarquia;
5. Apreciar a informação escrita do Presidente da Câmara acerca da atividade municipal;
6. Aprovar as atas.

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

Espinho, 15 de fevereiro de 2021
A Presidente da Assembleia Municipal,
Maria Filomena Maia Gomes

Nota: O público poderá aceder à reunião através do link que será divulgado no portal do município de Espinho: portal.cm-espinho.pt



CENTRO SOCIAL DE PARAMOS

Power Up: fazê-las sair do bairro para experimentar coisas novas

É um dos projetos do Centro Social de Paramos. Começou com um simples desafio fotográfico para várias meninas que acalentavam o sonho de serem modelos e tornou-se, mais tarde, num projeto intenso, desafiante e integrador que, entre muitos objetivos, pretendia mostrar a essas meninas que o local onde tinham nascido não as impedia de cumprir sonhos.

O projeto foi filmado durante um ano e meio, tornou-se num documentário e tem estreia marcada para amanhã, dia 26.

LISANDRA VALQUARESMA

O **DESAFIO** foi lançado por Catarina Marcelino, antiga Secretária de Estado da Cidadania e Igualdade ao Centro Social de Paramos. Habituada a trabalhar no empoderamento feminino, propôs a realização de um projeto mais abrangente e o Centro Social de Paramos fez nascer o Power Up.

Os primeiros passos foram dados com um anterior projeto chamado "Na minha rua". Várias jovens, provenientes do Bairro da Quinta de Paramos, com o sonho de um dia serem modelos, realizaram uma experiência fotográfica profissional. No entanto, o grande desafio viria depois. Mariana Resende é diretora técnica do Centro Social de Paramos e foi umas das pessoas envolvidas no projeto. Explica que, aquando da visita de Catarina Marcelino, as fotografias das jovens meninas estavam expostas e foi aí que surgiu o desafio de darem continuidade a esse trabalho. "Isto começou tudo com a sessão fotográfica. Todas tinham o sonho de serem modelos ou atrizes e, por isso, quisemos colocá-las em contacto com essas realidades. Foram definidas ações de acordo com o que elas gostavam de fazer e este projeto, Power Up, permitiu que 11 jovens tivessem acesso a atividades, experiências e oportunidades que, pelo contexto habitacional onde se inserem, não teriam tanta facilidade de o conseguirem."

Aulas de natação, de música, de dança, uma ida ao teatro, são apenas algumas das atividades que todas escolheram e quiseram experimentar. Segundo Mariana, o projeto serviu, também, "para as inspirar, para perceberem que existe um mundo lá fora, além do seu contexto habitacional". No fundo, que "elas não têm que ser modelos ou atrizes para terem um percurso de vida com sucesso. Elas podem ser muitas coisas, tudo aquilo que elas quiserem".

Como era, também, objetivo "promover a aquisição de competências e o seu empoderamento", o Centro Social de Paramos, em conjunto com a produtora 'Arrepio Produções', registaram todo o projeto, realizado ao longo de um ano e meio, criando, desta forma, um documentário.

João Paulo Nunes e Luís Matos foram os responsáveis pelas filmagens e acompanharam as jovens ao longo de todas as suas experiências e descobertas. "O objetivo foi mostrar de forma crua e natural as coisas que se iam passando, sem grande interferência da nossa parte. Queríamos dar voz às meninas para saber que sentimentos existiam, por isso, não existe voz off para conduzir o documentário nem o alinhamento da história", explica João Paulo. Apesar de "não ter o olhar técnico da Mariana", João

O **DOCUMENTÁRIO "POWER UP"** será exibido, amanhã, sexta-feira, dia 26 no canal de YouTube da Arrepio Produções.

Paulo Nunes afirma que era notório "que elas mostravam um entusiasmo enorme pelas atividades e havia uma alegria imensa. Houve meninas que se empenharam, se superaram e tentaram aproveitar as atividades ao máximo."

Tal como explica Mariana Resende, "trata-se de meninas que vivem num bairro social onde, muitas vezes, ainda persiste aquela cultura de que o homem trabalha e a mulher vai estando em casa a cuidar dos filhos. Pensamos que esta era também uma forma de as inspirar e empoderar para quebrar este ciclo geracional."

Habitado a realizar vários tipos de trabalhos, Luís Matos admite que "é completamente diferente fazer um trabalho destes com mulheres do que com homens porque as premissas e os complexos da sociedade são completamente diferentes para meninas e para meninos. Os caminhos que estão abertos para as meninas e para os meninos, quer queiramos ou não, são completamente diferentes."

O documentário que acaba por ser "a atividade finalizadora e integradora de todas as ações em que elas participaram", está pronto e tem estreia marcada já para amanhã, dia 26, numa sessão online. •

“Encaramos este trabalho de cariz social de forma natural porque, para nós, já não é uma novidade, mas é óbvio que temos que ter alguma sensibilidade e algum cuidado para não interferir com o trabalho dos técnicos das instituições.”

João Paulo Nunes,
Arrepio Produções

“Quisemos que elas percebessem que são iguais aos outros, que se se esforçarem conseguem fazer igual ou até melhor que os outros. Elas podem ser muitas coisas, tudo aquilo que elas quiserem”.

Mariana Resende,
Centro Social de Paramos

“A maior dificuldade é manter a nossa isenção, nomeadamente emocional com o que está a acontecer. Nós escondemo-nos atrás da câmara, mas, por vezes, é impossível não sermos contagiados”.

Luís Matos,
Arrepio Produções



A **ARREPIO PRODUÇÕES**, situada no Porto, está nas mãos de João Paulo Nunes e Luís Matos. Com uma forte ligação a Espinho, quer por motivo de residência, quer por questões familiares, os dois colegas estão à frente da produtora que existe desde 1993 e que consideram ser muito transversal. Têm realizado diversos trabalhos a nível institucional, documentários, reportagens desportivas, vídeos de turismo e trabalham frequentemente com municípios. Com uma equipa multidisciplinar, a Arrepio Produções trabalha o vídeo, o áudio e a fotografia enquanto conceito e essência, promovendo diferentes tipos de produção. No projeto Power Up, procuraram ser "os olhos externos que o acompanha", tendo como missão "mostrar a realidade daquilo que são as expectativas, concretizações, sonhos e realidades, sem ter um olhar excessivamente crítico, à procura de sensacionalismo."

MARÇO 1971 > MARÇO 2021

CASA **Tonicha** 50 ANOS

Grças a Deus, com força, coragem e persistência, conseguimos. Para isso contamos com a ajuda da nossa família, amigos e clientes com muito amor, dedicação e resiliência. Sinto o meu coração a transbordar de alegria e felicidade.

OBRIGADO

Maria Laura Ribeiro
José Manuel Ribeiro

PARABÉNS

CASA TONICHA

peessoas & negócios

NEGÓCIO ANIMAL

“Não se pode abrir uma ‘Pet Store’ como se fosse uma sapataria”

OS CUIDADOS DIRECIONADOS PARA O MUNDO DE QUATRO PATAS EVOLUÍRAM MUITOS AO LONGO DOS ANOS. SE ANTES LEVAR UM CÃO OU GATO PARA UM BANHO NUM ESPAÇO ESPECIALIZADO ERA RARO, HOJE ISSO ACONTECE CADA VEZ MAIS. Jorge Tavares e Rosa Teixeira são dois exemplos de profissionais que aliam a paixão pelos animais ao caminho que escolheram para as suas vidas, mas dizem que a paixão não chega.

LISANDRA VALQUARESMA

LONGE VAI o tempo em que ter um animal de estimação não representava ter qualquer tipo de cuidado. Hoje, bem diferente, há uma preocupação crescente com a qualidade de vida do animal que se integra na família e há, também, serviços pensados exatamente para eles.

As lojas voltadas para o mundo animal não são novas, no entanto, nos últimos anos surgiram ainda mais, espalhadas pela cidade, e com diversos e modernos tipos de serviços.

Jorge Tavares é o proprietário do espaço Joka Pet Store, na Rua 14, que existe há 10 anos. É um apaixonado pelo mundo dos animais e está ligado à área desde sempre. Para abrir um negócio nesta vertente, diz que “tem que se gostar muito de animais, mas não se pode abrir uma ‘Pet Store’ como se fosse uma sapataria”. Assim, “é fundamental gostar de animais, mas representa apenas 10% para se ser bem-sucedido no negócio”, pois há a necessidade de “estar sempre atualizado, requer muito estudo, muitos cursos de especialização, muitas exposições de animais, muita pesquisa de fornecedores, muita atenção ao que se passa lá fora e quais as tendências do mercado.” Segundo Jorge Tavares, “não basta gostar”. “Temos que investir muito do nosso tempo em aprofundar os nossos conhecimentos, mas quem faz por gosto não cansa”.

Também quem não se cansa e vive com paixão toda esta

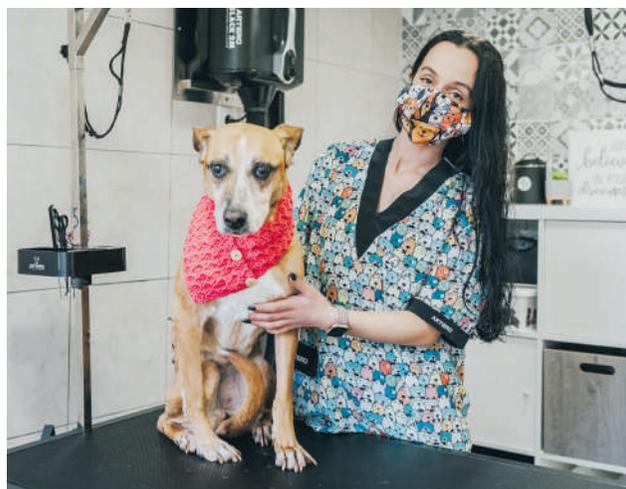
área animal é Rosa Teixeira. Tem 26 anos, cresceu rodeada pelos amigos de quatro patas e foi em 2019 que decidiu trilhar este caminho. Depois de fazer a sua formação profissional, lançou-se no projeto Hand4paw. “Criei a página Hand4paw nas redes sociais em março de 2019. Inicialmente sem prestação de serviços, mas já com a ânsia de criar algo que envolvesse o mundo animal, pelo qual sempre fui apaixonada. Desde pequena que a minha grande paixão sempre foi o mundo animal, cresci rodeada de cães, gatos, entre outros, e acredito que esse tenha sido um dos fatores que fez crescer cada vez mais a minha paixão por todas as áreas relacionadas com o mundo dos patudos.”

Hoje, Rosa Teixeira trabalha enquanto freelancer como prestadora de serviços. Começou por se dedicar aos serviços de pethotel e petsitting, no verão de 2019 e, mais tarde, deu o passo seguinte para fazer banhos e tosquias.

Com a mesma paixão, Jorge Tavares quis, há uma década, abrir a sua loja para dar resposta às necessidades dos animais do concelho. Hoje, além dos banhos e tosquias, oferece a possibilidade de passeios de cães, quer em matilha, quer de forma individual, e há entregas ao domicílio, mas como Jorge Tavares explica, “há ainda um aconselhamento na hora de escolher um animal” que se adapte à vida de cada um, uma vez que “podemos acompanhar um animal do primeiro ao último dia de vida dele”.

Atualmente, na loja Joka Pet Store trabalham quatro pessoas e Jorge confessa que a maioria dos animais que trata são do concelho. No entanto, há quem chegue de outros pontos. “Temos um cliente que vem de propósito de Rio Tinto a Espinho para vir à Joka Pet Store. É a vantagem das redes sociais, mostramos o nosso trabalho e, se for bom, recebemos clientes de todo o lado”, diz Jorge Tavares.

O mesmo acontece com Rosa Teixeira. Trabalha através das redes sociais, tem clientes de todo o concelho e, apesar de trabalhar sozinha,



Rosa Teixeira, natural de Paramos, trabalha através das redes sociais e é assim que realiza as suas marcações. Diz-se apaixonada pelo mundo canino desde criança e é a dar amor aos seus patudos que se sente realizada.



Jorge Tavares tem a sua própria loja há 10 anos. Trabalha maioritariamente com cães e gatos, mas chegam-lhe alguns exóticos como papagaios, furões e coelhos. Depois de milhares de animais que lhe passaram pelas mãos, recorda ainda hoje uma cabra a quem deu banho.

tem a ajuda dos pais e irmão que partilham o mesmo amor pelos animais. “Acredito que todos os nossos serviços sejam essenciais ao bem-estar e saúde animal. Creio que o que nos diferencia seja o facto de criarmos ao redor do projeto, um ambiente familiar e acolhedor, de transparência, afeto, carinho e entreatada, pois dou de mim o máximo possível por cada tutor e patudo, em prol do seu bem-estar e comodidade”, conta a jovem cuidadora.

Hoje, o cuidado a um animal evoluiu, a atenção prestada é bem diferente do que acontecia no passado. Contudo, Jorge e Rosa sabem que ainda há um caminho para percorrer. “Não vai assim há tanto tempo que era um dado adquirido que os cães deviam tomar banho duas vezes por

ano. Hoje o banho mensal é comum, mas tenho tentado explicar que um cão pode tomar banho todas as semanas, desde que seja dado de forma profissional com produtos adequados para o tipo de pelo e pele do animal”, explica o dono da Joka Pet Store. Desta forma, “cada vez mais são as pessoas que procuram informação e ajuda profissional sobre como melhorar a qualidade de vida dos seus animais e acredito que essa procura gere uma onda cada vez maior de consciência e respeito pela vida animal no geral. A estética canina não serve apenas para embelezamento animal, mas também para que o mesmo se mantenha limpo, higienizado e saudável”, afirma a criadora da Hand4paw. •

DIREITO DE RESPOSTA

Recebemos o pedido de **direito de resposta e rectificação**, da autoria de Alberto Manuel Ferreira e Silva e Zaida Sofia do Couto e Silva, que a seguir reproduzimos:

No seguimento do direito de resposta publicado na **edição n.º 4630 de 28 de Janeiro** corrente no Jornal Defesa de Espinho, os signatários vêm pelo presente informar que a mesma não repercute a verdade dos factos que importa ora repor:

- O projeto de construção da oficina entrou na Câmara de Espinho em Dezembro de 2014 e foi aprovado em Agosto de 2015.

- José Oliveira e Paula Nunes compraram a sua casa em Agosto de 2016.

- As obras de construção da oficina foram terminadas em Julho de 2019, sendo emitida a respetiva licença de utilização com o n.º 70/19 a 04.12.2019.

- Quando o Tribunal da Relação do Porto decretou a providência cautelar, em 30/04/2020, as obras estavam concluídas e, por isso, nunca foram suspensas.

- A maioria dos residentes, trabalhadores e frequentadores da União das freguesias de Anta/Guetim não se considera representada pelos autores da ação popular supra identificados, havendo no processo judicial 1.940 assinaturas de pessoas a declarar que não querem ser representados por aqueles.

- Os signatários desconhecem a existência de qualquer queixa-crime por desobediência qualificada contra si instaurada.

- Não há qualquer fundamento para tal uma vez que nunca violaram o teor da providência cautelar, abstendo-se de iniciar a atividade comercial a que se destina a oficina - manutenção e reparação automóvel.

- O processo instaurado contra os signatários tem-lhes provocado muitos danos patrimoniais pois os autores do processo estão isentos, por lei, de pagar todos os custos processuais.

- Os signatários têm de liquidar os custos processuais e a perícia que comprovará que a oficina reúne todas as condições de funcionamento, respeitando a saúde pública, o ambiente e o bem-estar de todos.

- O signatário encontra-se sem exercer a sua atividade na oficina, mas continua obrigado a liquidar os impostos.

Em conclusão, os signatários consideram que Daniel Oliveira e esposa estão a aproveitar para litigar em Tribunal sob a égide da ação popular, quando se trata de uma mera questão pessoal e da qual pretendem retirar dividendos por serem vizinhos da oficina.

Alberto Manuel Ferreira e Silva
Zaida Sofia do Couto e Silva •

APOIO AOS EMPRESÁRIOS E AO EMPREENDEDORISMO

GAE E informa sobre medidas de apoio existentes



A ASSOCIAÇÃO DE DESENVOLVIMENTO DO CONCELHO DE ESPINHO (ADCE) ATRAVÉS DO GABINETE DE APOIO AO EMPRESÁRIO E AO EMPREENDEDOR INFORMA EMPRESAS (GAE E), EM PARCERIA COM O MUNICÍPIO DE ESPINHO, disponibiliza uma estrutura de apoio totalmente gratuita, para informar sobre as medidas de apoio existentes, durante estes períodos de confinamento.

MANUEL PROENÇA

TRATA-SE DE uma plataforma para que os técnicos do projeto denominado por CLDS 4G “Espinho Vivo”, possam prestar apoio às famílias e aos empreendedores do concelho, através de um conjunto de serviços que contemplam, entre outras coisas, informação sobre as medidas de apoio extraordinário às empresas emanadas pelo Estado Português.

Segundo o presidente da ADCE, Hélder Rodrigues, trata-se de “medidas nacionais de apoio às empresas no âmbito do Covid-19 que se encontram ativas, e que se dividem em apoios fiscais, quanto ao deferimento ou parcelamento no pagamento de impostos, bem como, suspensão de execuções; linhas de financiamento à tesouraria com períodos

de carência e com ‘spread’ até 1,5%; linhas de apoio à manutenção do emprego e linha de apoio ao arrendamento não habitacional”.

De acordo com o responsável pela ADCE, também o Município de Espinho “mantém a isenção, atribuída em 2020, das taxas aplicáveis às esplanadas legalizadas, para o ano de 2021. Trata-se de um ato automático, aquando do pedido de licenciamento no portal ePortugal.gov.pt”.

E acrescenta ainda no âmbito das medidas de apoio municipal às empresas e mais concretamente ao comércio local a retalho com porta para a rua, “o Município de Espinho delineou uma estratégia de apoio à transição digital do comércio. Neste sentido, estabeleceu uma parceria com a plataforma ‘CTT Comércio Digital’ para possibilitar que o comerciante possa expor e vender os seus produtos, e para que o consumidor possa encomendar, pagar e receber em casa os produtos adquiridos”.

Para Hélder Rodrigues, “importa referir que o processo de transição digital, presente nas linhas de ação da Presidência Portuguesa do Conselho Europeu 2021 e no Plano de Recuperação e Resiliência, não se esgotam com atribuição de uma licença aos comerciantes. Ora, por um lado, disponibiliza apoio técnico para ativação da conta e processo de colocação de produtos, por outro lado o GAE E além de divulgar a iniciativa, também está a diagnosticar um conjunto de fragilidades e necessidades de literacia

tecnológica de ‘ecommerce’, para desenvolver ações de capacitação dos empresários e colaboradores”.

Todas as empresas sediadas no concelho de Espinho, podem aceder aos serviços de informação e apoio prestados pelo GAE E. “Serviços de informação que vão muito além da divulgação das medidas de apoio no âmbito do Covid-19”, garante Hélder Rodrigues que acrescenta que as empresas, profissionais e empreendedores “podem recorrer ao GAE E para obter informação sobre formalidades dos negócios, que vão desde as licenças às obrigações fiscais, passando ainda pelos mecanismos de apoio ao investimento e empreendedorismo apoiado pelo Estado Português”.

Entretanto, estando o país em confinamento, poderá parecer um contrassenso a abertura de novos negócios. “Os processos de crise sempre fomentaram a criatividade das mentes inquietas que leem e aproveitam as novas oportunidades para o desenvolvimento de novos negócios ou até para a alteração de modelos de negócio”, adianta o presidente da ADCE que salienta o facto de que “todos temos observado e acompanhado a capacidade de resiliência de muitos empresários e empreendedores, e assistido a novas formas de fazer negócio, ou até ao surgimento de novos negócios”. Neste sentido, Hélder Rodrigues considera que “a mudança, o crescimento, a criatividade e a regeneração do tecido económico fazem

parte dos ciclos económicos que impactam com diversos fatores externos, sendo em 2020/21 a pandemia Covid-19”.

Por fim, Hélder Rodrigues diz que o GAE E “respeita um plano de atividades com uma definição clara de objetivos, metas e modelo de avaliação, regulando toda a dinâmica de funcionamento do serviço

e permitindo a apresentação de resultados ao seu programa de financiamento”. E, por isso, “tratando-se de um projeto concelhio, o consultor apoiará os negócios existentes e a criar no concelho de Espinho, mediante marcação ou, nesta fase, com recurso às diversas plataformas de comunicação digital”.

É MISSÃO do GAE E apoiar empreendedores/as e empresários/as locais, regionais, nacionais e internacionais recorrendo a um conjunto de agentes de desenvolvimento económico, através de parcerias, para apoio ao empreendedorismo, ao crescimento económico sustentável e ao desenvolvimento local.

TODO O APOIO pode ser realizado online ou em suporte digital, podendo também recorrer ao atendimento presencial, mediante marcação.

- Atendimento presencial: às quartas-feiras de tarde (das 14 às 17 horas) e às sextas-feiras de manhã (das 9h30 às 13 horas) através de marcação prévia pelo telefone 914 300 627;

- Suporte digital: espinhovivo2020@gmail.com gae e@adce.pt;

- Página facebook: gae e.espinho.



GABINETE DE APOIO AO EMPRESÁRIO E AO EMPREENDEDOR



Disponibilizamos os seguintes serviços:

- Informação e esclarecimento sobre as medidas de apoio extraordinário
- Esclarecimento sobre as medidas de confinamento
- Esclarecimento sobre medidas municipais de apoio ao comércio local

reforço do funcionamento para responder às necessidades em contexto de pandemia por COVID-19

Apoio à distância via telefone e via email

Atendimento presencial com marcação prévia e limitado a 1 pessoa por atendimento nos seguintes horários:

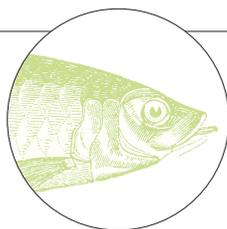
quartas-feiras 14h00 às 17h00

sextas-feiras 9h30 às 13h00

Contactos:
914 300 627
gae e@adce.pt



É do nosso mar



VOX POP

As festividades foram canceladas em todo o país, face à situação pandémica, mas mesmo dentro de casa ainda houve quem as celebrasse. Sem confetis, balões, prendas ou abraços o Dia dos Namorados e o Carnaval já são tradição e mesmo com a distância necessária estão bastante presentes. Da folia ao amor, lembramos o Carnaval e o Dia dos Namorados, até para quem os considera um dia comum.

Marta Coutinho / Rafaela Dias

Festividades de fevereiro com distância de segurança



1.

Qual é a importância do Carnaval e do Dia dos Namorados para si?



Fernando Martins,
São Félix da Marinha

1 - Como eu não tenho companhia, passei bem o Dia dos Namorados. Nunca fui muito amante do Carnaval. Nunca me disfarcei. Gostava de ver, mas passa-me um bocado ao lado, porque nunca foi tradição minha.

2 - Passei relativamente bem. Fiquei consciencializado desse problema. E como estou a trabalhar, embora alguns dias em casa, nunca estive totalmente em "lay-off". Há que aguentar, e levar a situação na positiva. ●



Maria de Fátima Branco,
Tomar

1 - Eu gosto do Dia dos Namorados, não há idade para se namorar. O meu marido é muito romântico. O Carnaval acho bom para quem gosta. Eu não sou muito fã, mas é para quem gosta. E, por isso, haja quem o possa gozar e se divertir!

2 - O Dia dos Namorados passei em casa com o meu marido. Almoçamos à luz das velas com flores. O Carnaval também foi passado em casa porque agora não se pode sair. ●



Bárbara Pereira,
Anta

1 - Acho que o Dia dos Namorados não tem assim tanta importância, porque o considero todos os dias. Também não ligo ao Carnaval. Ligava mais quando dava para ir ao Carnaval de Ovar. Gostava de andar fantasiada e na festa.

2 - Em sete anos, festejei pela primeira vez o Dia dos Namorados. Fomos buscar comida e fizemos um jantar simples. O Carnaval nem sequer festejamos e foi um dia normal. ●



Eliane Soares,
Santa Maria da Feira

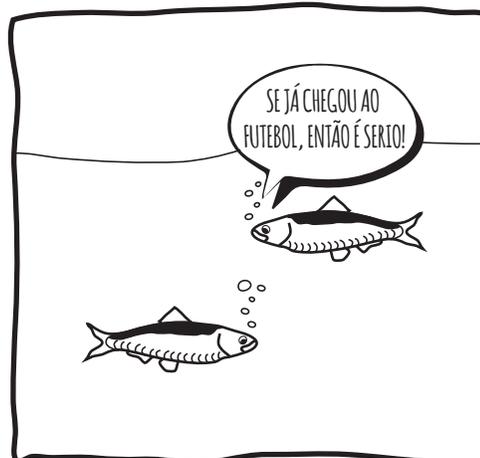
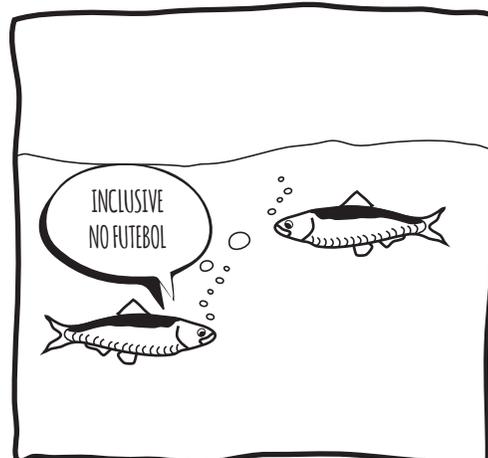
1 - O Carnaval tem pouca importância para mim. Eu não gosto de muitos ajuntamentos. Mas já acho o Dia dos Namorados lindo, porque é a oportunidade de celebrar o amor e companheirismo.

2 - Estou sempre em casa com o meu marido e os meus dois cachorros. Portanto, o meu Dia dos Namorados foi passado desta forma. Como a pandemia nos limitou, ficamos na nossa casa aquecida e confortável e encomendamos comida. ●

2

Como é que passou estas festividades no confinamento?

POSTAS DE "SARDINHA"



Manuel Fernandes,
Arcozelo

1 - Gosto de tudo o que é habitual. Gosto da Páscoa, do Natal e da festa da minha terra e tudo o que é de brincadeira e que a gente possa participar.

2 - No Carnaval, o normal seria comer uma feijoada à transmontana. Andei de restaurante em restaurante e ninguém tinha disso. Apesar de tudo isto, no Dia dos Namorados, nada me impediu de oferecer uma rosa vermelha à minha mulher, acompanhada por um postal com quadras alusivas. ●



opinião
Manuela Aguiar

Memórias (luta pela igualdade)

1 – Espantada com o que se tem dito e escrito sobre o novo Presidente do Tribunal Constitucional, que, na semana passada, foi tema obrigatório de comentário das elites bem pensantes, nos mais excelentes jornais e programas televisivos, que costumo, respetivamente, ler e ver, não posso resistir à tentação de engrossar o caudal mediático, como cidadã sem pretensões à superioridade intelectual e moral, que se arrogam tantas celebridades. Pequena vantagem, a meu favor: conheço o Doutor Caupers, trabalhamos, durante anos, como assessores do Provedor de Justiça. Foi há muito tempo, tinha eu trinta e poucos anos, e ele bastante menos - sendo o mais jovem e o mais brilhante de todos nós.

A Provedoria de Justiça era, também, uma instituição nova, inspirada no “Ombudsman” dos países nórdicos, criada em 1976, no quadro da democracia nascente, que precisava de refazer a sua arquitetura jurídico-constitucional e de a habitar, mudando costumes e mentalidades. Neste aspeto, nenhuma estrutura era mais desafiante do que o Serviço do Provedor de Justiça – entidade à qual os cidadãos podiam, (podem), recorrer, sem custos nem burocracias, contra erros e abusos da Administração Pública. Os portugueses sabiam bem o que era o Poder constituído – o poder de legislar, decidir, executar, julgar, punir, pela força da Lei.

O primeiro Provedor de Justiça, em 1976, foi um militar de Abril, o Tenente-Coronel Costa Braz. O segundo, o Dr. José Magalhães Godinho, advogado de renome, corajoso democrata, que afrontou o antigo regime, e um verdadeiro humanista. Tal como João Caupers, tive o privilégio de trabalhar com ambos e de apreciar a forma como souberam dar corpo à instituição. A política afastou-me da Provedoria, em definitivo, no início da década de 80, e não mais pude seguir, de perto, a sua trajetória, mas ficou-me a impressão de um certo e progressivo apagamento, apesar das figuras ilustres que ali se sucederam, até que, finalmente, o cargo foi entregue a uma mulher, a Prof^a Maria Lúcia Amaral. Com ela, retomou o antigo fulgor! A sua mais recente tomada de posição aponta à inconstitucionalidade das alterações à legislação eleitoral autárquica, engendradas pelo bloco central parlamentar, em 2020.

2 – Comecei a minha vida profissional como assistente de um centro de estudos juslaborais (em alguns períodos acumulado com o ensino universitário) e, depois, como assessora do Provedor de Justiça. Lugares de gabinete, onde, não havendo promoções, competição, rivalidade, éramos todos amigos e solidários.

Não sei se em funções dessa natureza, isso acontece como regra. Comigo aconteceu. Na verdade, não só os colegas, mas também os “chefes” foram excepcionais, a ponto de não recordar o mínimo incidente desagradável, em cerca de doze anos de trabalho. Não posso, obviamente, dizer o mesmo do que se seguiu, em outras funções, nos cinco Governos a que pertenci e no Parlamento, onde, como se sabe, é praticamente impossível o mesmo grau de harmonia, consenso e boa vontade geral.

Na minha primeira experiência governativa – com o Prof. Mota Pinto num governo de nomeação presidencial, para o qual fui chamada precisamente por não ter filiação partidária - levei comigo, como Chefe de Gabinete, o colega da Provedoria Manuel Marcelino, uma sumidade em Direito Administrativo e uma simpatia. E quando, em março de 1979, descobri, esquecido numa gaveta, um anteprojeto de lei sobre a igualdade, logo decidi constituir uma equipa para lhe dar rápida sequência, e de novo me socorri da qualificada assessoria jurídica do meu serviço de origem.

“Comentários sobre ‘lobbies’, de um ou outro grupo, escola de pensamento ou movimento, situam-se no puro domínio de liberdade de expressão, como bem escreveu Miguel Sousa Tavares no “Expresso”, (uma das poucas vozes lúcidas, que ouvi no meio de tanto barulho).”

Eu era partidariamente independente, mas com fortes convicções políticas e estava no governo para as pôr em prática. Social-democrata à sueca, naturalmente feminista e defensora do sistema de quotas para a paridade, (que havia de chegar a Portugal só no século XXI, com uma quase geral oposição dos conservadores de direita e até de alguma esquerda, muito conservadora neste campo...), não podia perder aquela oportunidade de agir. Para o que precisava, na condução do processo, de alguém com excepcional competência jurídica, dinamismo e sensibilidade para as questões de discriminação de sexo. Mulher ou homem? Um homem, concluí, porque era tempo de mostrar a luta pela igualdade de género como causa comum de “feministas/humanistas”, mulheres e homens, ou seja, como matéria que não respeitava apenas ao “gueto” feminino, sendo, de facto, condição de progresso da sociedade inteira.

De todos os colegas, o que, a meu ver, melhor se ajustava ao exigente perfil predefinido, era o João Caupers. Admirava a sua rapidez de raciocínio, de decisão e de argumentação, com-

binados com uma postura frontal e um sentido de humor, que, em Portugal, é coisa rara, (e nem sempre bem compreendida). Ideologicamente, considerava-o tudo menos conservador – se o fosse, em 1979, nem entenderia o alcance da legislação que queríamos ultimar. Ele aceitou, sem hesitar, o desafio, no curtíssimo prazo previsto para concluir a missão. E, como era de prever, cumpriu-a de modo exemplar.

3 – O anteprojeto em referência, da autoria da Comissão da Condição Feminina, foi, como disse, achado, no meu gabinete, onde estava há vários governos, de curta duração e azafamados com outras urgências. Tinha por objetivo principal compilar legislação dispersa sobre a matéria, e serviria, também, para pôr na agenda política a Igualdade de Direitos e oportunidades. Uma ótima iniciativa, sem dúvida, mas eu queria ir mais longe, tendo como paradigma o “Ombudsman” (ou Provedor) para a Igualdade

da Suécia, cuja prioridade é garantir o equilíbrio de género no mercado de trabalho, dando, em condições de igualdade, preferência ao sexo subrepresentado na profissão.

Nestes últimos 40 anos, só reencontrei João Caupers, uma vez, já Juiz do Tribunal Constitucional, durante uma sessão de homenagem a um amigo comum dessa bela década de setenta na Provedoria.

A polémica a que se assiste é absurda. Nos seus escritos, ele rejeitou inequivocamente todas as formas de discriminação ou de tratamento menos digno, em função das escolhas sexuais de qualquer minoria.

Pareceu-me “muito igual a si próprio”! Os seus pares do Tribunal Constitucional, que o elevaram à presidência – a “primus inter pares” – têm, claramente, por ele, a mesma admiração que aqui lhe manifesto. •

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

† Regina Adelaide Sampaio Rodrigues

MISSA DO 30.º DIA



Seu marido, filhos, noras e netos vêm comunicar às pessoas de suas relações e amizade que será celebrada missa por alma do seu ente querido dia 26, sexta-feira, pelas 19 horas na Igreja Matriz de Espinho (transmissão pelo YouTube). Desde já agradecem a todos quantos participem na Eucaristia.

Fernando de Sousa Ferreira
 Maria Dulce Rodrigues Ferreira
 José Carlos Rodrigues Ferreira
 Luís Fernando Rodrigues Ferreira

Espinho, 25 de fevereiro de 2021

† António Henrique de Oliveira Coelho

AGRADECIMENTO



Rua do Louredo / Anta - Espinho

Seus irmãos, cunhados, sobrinhos e demais família vêm por este meio agradecer a todas as pessoas de suas relações e amizade, que tomaram parte no funeral do seu ente querido e a todas as mensagens de carinho recebidas ou que de outro modo se associaram à sua dor.

A Família

Hei de esperar pela eternidade, desde que no fim me mates as Saudades...

Anta, 25 de fevereiro de 2021

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

† António Augusto de Oliveira e Sousa

AGRADECIMENTO



Bairro do Soeiro / Anta - Espinho

Seus irmãos, cunhada, sobrinhos e demais família vêm por este meio agradecer a todas as pessoas de suas relações e amizade, que tomaram parte no funeral do seu ente querido e a todas as mensagens de carinho recebidas ou que de outro modo se associaram à sua dor.

A Família

Hei de esperar pela eternidade, desde que no fim me mates as Saudades...

Anta, 25 de fevereiro de 2021

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

† Fernanda das Dores Dias Rocha

AGRADECIMENTO



Rua 11 - Espinho

Suas filhas, netas, bisnetas 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

Hei de esperar pela eternidade, desde que no fim me mates as Saudades...

Espinho, 25 de fevereiro de 2021

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

† Joaquim Moreira Natário

PARTICIPAÇÃO DE ÓBITO E AGRADECIMENTO



Espinho (Rua 4, N.º 843)

Seus filhos, irmã e restante família participam o falecimento do seu ente querido, ocorrido a 23 do corrente mês, agradecendo a todos quantos têm manifestado pesar, associando-se à sua dor.

Anabela Faustino Natário
 Rui Paulo Faustino Natário
 Carla Alexandra Oliveira Braga
 Joaquina Moreira Natário Carvalho

Espinho, 25 de fevereiro de 2021

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

OS NOSSOS CLASSIFICADOS

APARTAMENTOS T0, T1, T2 e T3.

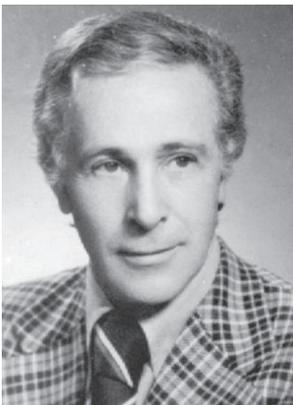
Totalmente equipados, com TV Cabo mais Sport TV, telefone, garagens, limpezas.

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

† Manuel Alberto da Veiga Ribeiro

MISSA DO 38.º ANIVERSÁRIO



Sua esposa e filhos vêm, por este meio, participar que mandam celebrar missa por alma do saudoso extinto, dia 26, sexta-feira, às 18:00 horas, na Igreja Matriz de Rio Meão. Antecipadamente agradecem a todas as pessoas que possam comparecer.

Espinho, 25 de fevereiro de 2021

† Amélia de Jesus Gonçalves

AGRADECIMENTO



Rua 45 - Silvalde

Seu marido, filhos, noras, irmãos e demais família vêm, por este meio, agradecer a todas as pessoas que tomaram parte no funeral do seu ente querido ou que de outra forma lhes manifestaram pesar.

António José Fernandes Pereira (Zé Pisco) - marido
 Pedro Tiago Jesus Pereira - filho
 Fábio Miguel Jesus Pereira - filho

Silvalde, 25 de fevereiro de 2021

Funerária Henriques & M. Otília - Esmoriz - telef: 256752774- telm. 914096243

† Professora Adélia Pinto Ribeiro

MISSA DE 5.º ANIVERSÁRIO DE FALECIMENTO



Seu marido, filhos, nora, netos e restante família vêm comunicar às pessoas de suas relações e amizade que será celebrada missa por alma do seu ente querido dia 2 de março, terça-feira, pelas 19 horas, na Igreja Matriz de Espinho (transmissão pelo YouTube). Desde já agradecem a todos quantos participem na Eucaristia.

Espinho, 25 de fevereiro de 2021

António Ribeiro de Sá
 José António Pinto Ribeiro de Sá
 Paula Alexandra Pinto Ribeiro de Sá
 Teresa Manuel Almeida Ribeiro Correia
 Tiago Ribeiro Correia de Sá
 Pedro Ribeiro Correia de Sá

Fun.ª N.ª S.ª D'Ajuda - Sancebas - Rua 20 n.º 887 Espinho - Servilusa [Tlf. 227345129 - 917738092]

† Carlos Alberto Ribeiro de Carvalho Moreira

PARTICIPAÇÃO DE ÓBITO E AGRADECIMENTO



A família participa o falecimento do seu ente querido, ocorrido a 21 do corrente mês, agradecendo a todos quantos têm manifestado pesar, associando-se à sua dor.

Espinho, 25 de fevereiro de 2021

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

† Joaquim Rodrigues Duarte

PARTICIPAÇÃO DE ÓBITO E AGRADECIMENTO



Anta

Seus filhos, noras, genros, netos, bisnetos e restante família participam o falecimento do seu ente querido, ocorrido a 19 do corrente mês, agradecendo a todos quantos têm manifestado pesar, associando-se à sua dor.

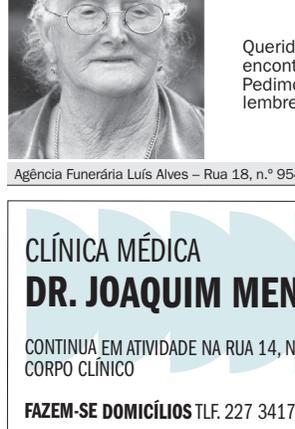
Fernando da Silva Duarte
 Albertina da Silva Duarte
 Alice Maria da Silva Duarte Vieira
 Manuel Fernando da Silva Duarte
 Joaquim da Silva Duarte
 Maria Otília da Silva Duarte
 Arminda Fernanda Rodrigues Duarte
 Alcino da Silva Duarte

Anta, 25 de fevereiro de 2021

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

† MARIA ADELAIDE DOS SANTOS

9.º ANIVERSÁRIO DE FALECIMENTO



Querida Mãe, a saudade é a forma que encontramos de te ter perto de nós. Pedimos a todos os nossos amigos que se lembrem da nossa Mãe nas suas orações.

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

CLÍNICA MÉDICA DR. JOAQUIM MENDES & FILHA, LDA

CONTINUA EM ATIVIDADE NA RUA 14, N.º 448 E EM EXPANSÃO DO SEU CORPO CLÍNICO

FAZEM-SE DOMICÍLIOS TLF. 227 341710 - TLM 939 449 380

defesa-ataque

DIOGO VALENTE E O DÉRBI DE AVEIRO COM O BEIRA MAR

“O Espinho está forte e vai acabar muito forte”

“Foi no Beira Mar onde dei os meus primeiros passos no futebol, pois é o clube da cidade onde nasci e onde vivo. Joguei lá até aos 15 anos, altura em que fui para o Boavista. Foi o clube onde fiz um grande percurso na minha formação”, contou-nos o avançado do SC Espinho, Diogo Valente numa antevisão ao dérbi com o clube de Aveiro deste domingo.

MANUEL PROENÇA

“NESTE MOMENTO defendo as cores do SC Espinho e é este clube que irei defender até à morte. A minha vida é esta e temos de ser profissionais, por isso, coloco de lado este meu carinho pelo Beira Mar neste jogo com o clube que atualmente represento”, afirmou o avançado dos espinhenses.

Para Diogo Valente, “estamos numa altura em que o SC Espinho precisa sair da situação em que se encontra na classificação. Neste sentido, queremos dar seguimento à boa forma em que se encontra a equipa pois temos conseguido uma série de resultados positivos. Alcançamos duas vitórias consecutivas no Campeonato, algo que ainda não tínhamos conseguido. É por isto que acho que será um bom tónico para o jogo com o Beira Mar. Queremos mais uma vitória de forma a amalharmos pontos para alcançarmos os nossos objetivos”, garante o experiente jogador dos tigres.

Diogo Valente diz que conhece a equipa do Beira Mar, “da mesma forma que tenho conhecimento de todos os nossos adversários. Acompanho, com muita atenção o percurso de todas as equipas, porque gosto de as conhecer antes de as defrontar. Conheço alguns dos jogadores do Beira Mar e formam uma boa equipa no global, que pratica um bom futebol”.

Segundo Diogo Valente, o adversário de domingo “tem bons jogadores em termos individuais, mas a equipa está a atravessar uma fase complicada com a saída do treinador. Por isso, não sabemos muito bem o que nos irá esperar. Será um jogo difícil. Mas temos de nos focar em nós próprios com a preocu-

pação de mantermos o nível que temos conseguido nestes últimos jogos. O Espinho está forte e vai acabar muito forte”, sublinha o avançado dos tigres.

Para Diogo Valente, tanto o SC Espinho como o Beira Mar “são dois clubes históricos do futebol Português e que já estiveram no alto patamar da modalidade. Infelizmente, passaram por algumas dificuldades e estão a reerguer-se aos poucos”. No entanto, Diogo Valente alerta para o facto de que se trata de um dérbi do distrito de Aveiro. “É pena que não tenha a presença de adeptos devido à situação que vivemos pela pandemia. Este seria um jogo espetacular de se assistir. Recordo-me bem do jogo realizado no antigo Estádio Mário Duarte, em Aveiro, quando o Espinho foi campeão distrital, onde estive como adepto. Assisti a um ambiente incrível e fiquei maravilhado com o ambiente que se vivia com a massa adepta que o SC Espinho levou até lá! É pena não podermos repetir este ambiente. Isso, de certeza que nos tornaria muito mais fortes”, acrescentou o jogador dos alvinegros que considera que a sua equipa “está moralizada e tem vindo a crescer. É normal haver um crescimento quando há uma mudança do treinador. O mister Bruno China foi capaz de encontrar as peças. Contudo, recordo que no passado fizemos coisas maravilhosas com o mister João Ferreira. Mas o futebol é assim!... Acho que neste momento estamos a um nível semelhante àquele que nos apresentámos no ano passado. A equipa está confiante e está a assimilar, cada vez mais, os processos que o treinador pretende. Por isso, vamos a Aveiro na máxima força para trazermos os



Diogo Valente tem a noção de que terá de dar o máximo e de trabalhar durante a semana para merecer o seu lugar

“É pena que não tenha a presença de adeptos devido à situação que vivemos pela pandemia. Este seria um jogo espetacular de se assistir”.

três pontos”.

Diogo Valente foi companheiro de equipa no Leixões com o seu atual treinador. “Já fui jogador da mesma equipa que o Bruno China. Já me tinha acontecido algo idêntico na Académica de Coim-

bra, com o Pedro Emanuel. É uma sensação estranha, pois trata-se de duas pessoas com as quais sempre tive uma excelente relação enquanto jogadores e colegas de equipa. Mas agora há que manter as distâncias e o respeito. Por isso, neste momento temos uma relação perfeitamente normal entre jogador e treinador. Não é por eu ter tido um passado como colega de equipa que irei ter mais privilégios! Tenho a noção de que tenho de dar o máximo e de trabalhar durante a semana para merecer o meu lugar”, sustenta Diogo Valente. E conclui:

“O treinador está naquele lugar para ganhar e para fazer o seu trabalho. Por isso irá por sempre os melhores a jogar. Eu quero ser um desses. Irei fazer tudo para estar na equipa titular e para ajudar o SC Espinho”. •

CAMPEONATO DE PORTUGAL

Tigres vencem com goleada

O SC ESPINHO somou a sua sexta vitória do Campeonato de Portugal, com uma goleada (4-0) ao Vila Cortez. Os tigres, sob o comando de Bruno China já não perdem há quatro jornadas consecutivas e já estão acima da zona de despromoção. O avançado Betinho foi a figura do jogo ao alcançar um 'hat-trick'. Fora da zona de despromoção, mas com um percurso árduo pela frente, uma vez que os espinhenses contam com mais jogos que os seus mais diretos adversários...

Os tigres entraram muito bem no jogo e foram para o intervalo com uma vantagem de três golos, dois dos quais apontados pelo ponta-de-lança, Betinho e um por Dani, que festejou o tento 'à moda de Nani', com dois 'mortais'.

Na segunda parte, Betinho chegou ao seu terceiro golo, o quarto da equipa. •

CAMPEONATO DE PORTUGAL :: SÉRIE D



SC ESPINHO

4



VILA CORTEZ

0

JORNADA 17. 21/02/2021. Estádio Marques da Silva, em Ovar

CARTÕES		SUBST.		AS EQUIPAS		SUBST.		CARTÕES	
V	A	SUBST.				SUBST.	A	V	
			Bruno Silva		Nuno Morais				60
			Mica		André Barra				
		80	Jota		André Craveiro				
			Né		Miguel Hortelão				
		72	Paço		Paulo Gaspar			45	
			@ João Ricardo		António Conceição			70	44
		60	Dani		Moutinho				
		69	Diogo Valente		Rafa Santos				
		60	Betinho		Rui Santos ©			45	
			Miguel Pereira		Ludgero				
		80	Nakedi		Hugo Vaz			77	
			Bruno China		Rui Nascimento				
			Kadú		Rodrigo Dias				
		80	José Santos		Suiço				
		60	Jimmy		André Jesus			45	
		69	Andrezo		Diogo Curto			77	
		80	Eduardo Baldé		Setímio				
			Gonçalo		Renato Almeida			45	49
		81	Gildo		João Teles			70	

3-0 ao intervalo. **Marcadores:** 1-0, por Betinho (16); 2-0, por Dani (25); 3-0, por Betinho (44); 4-0, por Betinho (68)

ÁRBITRO: João Loureiro (AF Viana do Castelo)
ÁRBITROS AUXILIARES: Ivan Alves e Diogo Ribeiro

RESULTADOS 17.ª JORNADA

Vildemoinhos	2-1	Águeda
Lourosa	1-1	Sanjoanense
Castro Daire	2-1	Beira Mar
SC Espinho	4-0	Vila Cortez
Anadia	3-0	Canelas 2010
S. João Ver	0-0	Valadares Gaia

CLASSIFICAÇÃO

	J	V	E	D	F-C	P
1 Anadia	16	10	5	1	23-8	35
2 Canelas 2010	17	11	2	4	24-11	35
3 Lourosa	16	8	5	3	29-19	29
4 S. João Ver	17	7	7	3	24-11	28
5 Sanjoanense	17	5	11	1	20-12	26
8 SC Espinho	17	6	2	9	23-20	20
10 Águeda	15	4	3	8	15-18	15
11 Vildemoinhos	16	3	3	10	11-22	12
12 Vila Cortez	16	1	1	14	6-59	4

PRÓXIMA JORNADA (28 de fevereiro e 1 março*)

Beira Mar	15h00	SC Espinho
Castro Daire	15h00	S. João Ver
Vila Cortez	15h00	Lourosa
Sanjoanense	15h00	Vildemoinhos
Canelas 2010	15h00	Valadares Gaia
Águeda	20h45*	Anadia

defesa-ataque

ENTREVISTA JOÃO GIRÃO

“O golfe deu-me diversas oportunidades e experiências que, neste momento, não trocaria por nada”

Entrevista. João Maria Viegas Neves Girão de Almeida, aos 23 anos, licenciou-se em Gestão, numa universidade dos Estados Unidos. Jogador de golfe desde os oito anos, foi aos 11 anos que passou a representar o Oporto Golf Club. Atualmente reside em Lisboa, onde se encontra a frequentar o mestrado em Finanças.



MANUEL PROENÇA

João Girão conquistou vários títulos nacionais nos escalões jovens e alcançou um segundo lugar no Campeonato Nacional Absoluto, em 2013, e o título de campeão nacional por equipas no ano passado. O jogador do Oporto Golf Club representou a seleção nacional e foi campeão da Europa por equipas (2.ª Divisão). A sua passagem pelos Estados Unidos durante quatro anos, onde completou a Licenciatura em Gestão, proporcionou-lhe uma experiência de vida diferente, conseguindo conjugar a sua modalidade desportiva, o golfe, com os seus estudos.

Quem é o João Girão?

Tenho alguma dificuldade em responder. No entanto, sou uma pessoa normal, simples e não preciso de grandes extravagâncias na vida. Porém, sou bastante ambicioso e quero ser bem-sucedido. Gosto de viajar e, por isso, o meu futuro passará por trabalhar e, ao mesmo tempo, viajar.

Como surgiu o golfe na sua vida?

Vivia muito perto de um campo de golfe, em Miramar. Por isso, foi uma questão de tempo até chegar a jogar golfe. Mas tudo aconteceu por acaso. Um dia, estávamos a passar em frente ao golfe e a minha mãe perguntou-me a mim e aos meus irmãos se queríamos experimentar aquela modalidade. Aceitamos esse desafio e, foi assim que tudo começou...

Nunca chegou a praticar nenhum outro desporto?

Jogava ténis e futebol. O meu pai era profissional de ténis e, por isso, comecei por praticar essa modalidade com ele. Como qualquer outra criança, também joguei futebol durante uns tempos na equipa da minha escola.

Acabou por ter um percurso no Clube de Golfe de Miramar?

Até aos 10 anos joguei no Miramar. Porém, os meus amigos começaram a mudar para Espinho. Eles eram com quem eu mais jogava e competia. Foi por isso que segui essa tendência. Por outro lado, gostei do trabalho do Eduardo Maganinho no Oporto Golf Club e achei que iria ser melhor para o meu jogo.

O que sente por representar o Oporto Golf Club?

Para mim é uma grande honra representar o Oporto Golf Club porque é o mais antigo e aquele que tem mais história. Sempre que



É UMA GRANDE HONRA REPRESENTAR O OPORTO GOLF CLUB PORQUE É O MAIS ANTIGO E AQUELE QUE TEM MAIS HISTÓRIA".

temos um campeonato nacional por equipas sentimos isto. Mas sinto uma grande alegria quando represento este clube e sempre que posso ajudar em alguma coisa.

Como é que se chega a um título nacional?

Ainda não sei muito bem como se poderá chegar a um título de campeão nacional absoluto. Já conquistei um segundo lugar. Sei que para se conseguir esse objetivo é necessário desenvolver-se um trabalho muito consistente e durante muito tempo. Isso não aparece por acaso. Sobretudo, é necessário confiar-se naquilo que se está a fazer e trabalhar muito.

Sendo o golfe um desporto individual, como é possível jogar-se com a equipa?

Embora se esteja a jogar em equipa, o golfe é, de facto, um desporto individual. E, por isso, aquilo que se terá de fazer é concentrarmo-nos em nós próprios, fazendo o melhor possível individualmente, pois dessa forma iremos ajudar a equipa. E, por isso, o jogo não diverge muito daquilo que é o golfe habitual. Só quando jogamos a pares é que será importante jogar-se com uma pessoa parecida connosco para que não haja problemas no campo.

Como foi a sua participação na seleção nacional?

A primeira vez que representei a seleção nacional e que me tornei

jogador internacional tinha 16 anos, foi num Young Masters. Comecei bem e acho que até aos 18 anos representei muito bem a seleção nacional. A partir daí, infelizmente, não tive muito sucesso porque comecei a jogar com categorias de nível mais elevado, o que tornava as coisas bem mais difíceis e complicadas. Mas foi, sem dúvida, uma grande experiência. Sempre gostei de representar a seleção nacional e de dar o meu melhor pelo meu país.

Quem é o seu ídolo na modalidade?

Os jogadores que mais gostava de ver era o Tiger Woods que sempre foi um ídolo para todos os golfistas, mas também o Dustin Johnson e o Rory McIlroy. Em Portugal, quando era mais novo gostava de ver jogar o Gonçalo Pinto, numa altura em que o apanhei nos últimos anos como amador. Era fascinante vê-lo a jogar.

O golfe é uma modalidade apenas para os ricos?



GOSTEI DO TRABALHO DO EDUARDO MAGANINHO NO OPORTO GOLF CLUB E ACHEI QUE IRIA SER MELHOR PARA O MEU JOGO".

O golfe, cada vez mais, é para todos. Em Lisboa há algo denominado Horizonte, onde quem quiser praticar golfe, com menos de 25 anos, apenas paga 20 euros por mês para jogar. É claro que o material é mais caro e se pretender ter o melhor, será necessário gastar-se mais dinheiro! Mas isto é transversal a qualquer desporto. Contudo, para se começar a praticar golfe não se gasta assim tanto dinheiro. Espero que um dia, para se praticar golfe, não seja necessário investir-se muito. É algo que terá de ser corrigido na nossa modalidade no nosso país.

Investe muito no golfe?

Invisto sobretudo muito tempo. Contudo, a partir de determinada altura, quando se entra na seleção nacional e quando se vai para os Estados Unidos, gasta-se muito dinheiro em bolas, mas o material, por outro lado, fica-nos mais barato pelos descontos que temos.

Um jogador de golfe também gosta de futebol ou de outros desportos?

Claro que gosta de outros desportos. Posso não seguir esses desportos, mas gosto de os ver.

Por que razão foi para os Estados Unidos?

Sempre foi o meu sonho, desde criança, ir para os Estados Unidos. É por lá que andaram os melhores jogadores de golfe do mundo.

Como foi o tempo em que lá esteve?

O que aprendeu lá?

Tendo ido para lá muito novo, sozinho, acabamos por crescer. Ganhamos autonomia e procuramos organizar o próprio tempo, pois é algo que, em Portugal se torna bastante difícil porque ou temos por perto os nossos pais ou os treinadores. Lá temos de ser nós próprios a sabermos cuidar de nós próprios. Por outro lado, é uma boa preparação profissional, mesmo para quem não pretenda seguir o golfe. Aprendemos a lidar com a adversidade e aprendemos a gerir melhor o nosso tempo.

Quando fui para os Estados Unidos tinha 19 anos, se calhar um ano mais tarde do que aquilo que é normal. Mas foi, sobretudo, uma experiência muito positiva.

Naquele país conseguem conciliar a vida de estudantes com o desporto. É, por isso, um método de ensino muito diferente do nosso.

O meu curso, de Gestão, foi de quatro anos, em vez dos três anos em Portugal. Isto, à partida, marca desde logo, uma grande diferença.



SEMPRE FOI O MEU SONHO, DESDE CRIANÇA, IR PARA OS ESTADOS UNIDOS POIS É POR LÁ QUE ANDARAM OS MELHORES JOGADORES DE GOLFE DO MUNDO".

Foi fácil, tão jovem, ter lá estado sozinho? Sentiu saudades da sua família?

Inicialmente foi bastante complicado, mas com o tempo consegui habituar-me a essa circunstância, a tal ponto, que a determinada altura até me custava vir para Portugal. Mas sem dúvida, a minha vida era nos Estados Unidos.

O que é necessário fazer-se em Portugal para que o nosso golfe tenha uma expressão ainda maior no estrangeiro?

Na minha opinião, Portugal está no bom caminho. Temos e sempre tivemos ótimos jogadores. No entanto, somos um país pequeno e que tem poucos praticantes. Isto não ajuda



A seleção da Federação Portuguesa de Golfe em 2017, da qual fez parte João Girão (em pé, o segundo da esquerda)

a nossa tarefa no crescimento da modalidade. Por isso, espero que um dia tenhamos mais praticantes e que haja mais portugueses a brilhar nos circuitos internacionais profissionais.

Como foi e como está a ser a sua vida académica?

Já concluí o curso de Gestão, de quatro anos, nos Estados Unidos. Neste momento estou a tirar o mestrado em Finanças na Universidade Nova, em Lisboa.

Alguma vez teve uma situação mais complicada no golfe?

Infelizmente tive várias situações ao longo da minha carreira. Quando tinha 17 anos, no Campeonato da Europa, perdi um 'match' para Portugal descer de divisão. Isto marcou-me imenso na minha carreira desportiva.

Neste Campeonato da Europa, em que descemos de divisão, num dos buracos acabei por dar um 'chant', que é um dos piores 'shots' que se pode dar no golfe, pois a bola vai, diretamente, para a direita e fica perdida. Mas isto é algo que acontece. É uma situação tensa, obviamente, mas que fez parte da minha aprendizagem.

Recorda-se de algum episódio feliz que lhe tenha acontecido?

Estávamos no Campeonato da Europa da 2.ª Divisão e passámos em quarto lugar. Íamos jogar contra a Irlanda que nos tinha ganho por cerca de 60 pancadas! No dia seguinte, coloquei o meu 'cinto da

sorte' e acabámos por lhes ganhar, o que foi inédito. Não acredito muito nestas coisas, nem em superstições, mas isto, de facto, aconteceu.

Qual foi o seu jogo mais difícil e o mais fácil?

Talvez tenha sido algum 'match' contra o meu irmão Afonso ou contra o Pedro Lencart. Dos jogos que fiz e que ganhei, talvez tenham sido os adversários mais difíceis de vencer. Relativamente aos jogos mais fáceis... Não lhe consigo dizer!

O que lhe dá, afinal, o golfe?

O golfe deu-me diversas oportunidades e experiências que, neste momento, não trocava por nada. Deu-me a possibilidade de ir para os Estados Unidos, a possibilidade e o à-vontade de falar com pessoas de idades muito diferentes. Já me deu algumas propostas de trabalho. Mas sobretudo, o golfe deu-me muitas coisas boas.

Quais são os seus objetivos imediatos e a médio e longo prazo?

Neste momento estou focado no meu mestrado, pois quero terminá-lo com uma média decente. A longo prazo é meu desejo poder viajar, sair do país para trabalhar, nunca deixando de jogar golfe. O golfe nunca irá sair da minha vida.

Quer vir a ser profissional desta modalidade?

Já não estou muito inclinado para isso! Se me fizesse essa pergunta há um ou dois anos dir-lhe-ia que sim. Neste mo-



AINDA NÃO SEI MUITO BEM COMO SE PODERÁ CHEGAR A UM TÍTULO DE CAMPEÃO NACIONAL ABSOLUTO. JÁ CONQUISTEI UM SEGUNDO LUGAR. SEI QUE PARA SE CONSEGUIR ESSE OBJETIVO É NECESSÁRIO DESENVOLVER-SE UM TRABALHO MUITO CONSISTENTE E DURANTE MUITO TEMPO".

mento não é esse o meu objetivo.

O que pretende fazer na sua vida profissional?

Quero trabalhar na área das finanças.

O que lhe diz a cidade de Espinho?

Nunca vivi em Espinho. Sempre morei muito perto, em Miramar, mas sempre gostei muito da cidade de Espinho. Sinto-me em casa. É um local muito familiar para mim.

Como é que se dão os irmãos João e Afonso?

Damo-nos muito bem, em casa e no golfe. Há sempre a rivalidade e a vontade de um querer ganhar ao outro. Mas não temos ciúmes nem inveja ou do outro. Houve sempre uma entreeajuda e a vontade de crescermos no golfe. É algo que considero muito positivo.

Qual a mensagem que gostaria de deixar aos mais jovens?

Aos que pretende jogar golfe digo-lhes para não terem receio de experimentar esta modalidade. O Oporto Golf Club tem um grande programa com o Miguel Valença e com o Eduardo Maganinho. As pessoas têm de perder a ideia de que o golfe é um desporto muito caro. Se passarem pela escola de golfe de Espinho irão perceber, certamente, que fica muitíssimo barato para as crianças.

Aos que jogam golfe, aconselho que sigam o projeto que acreditam, com as pessoas que confiam. Mas é preciso que trabalhem que quiserem chegar a determinados objetivos. •



MELHORES VITÓRIAS/ RESULTADOS EM TORNEIOS NACIONAIS:

- Campeonato Nacional sub-12
- Campeonato Nacional de Equipas sub-14 e sub-18 (múltiplas vezes)
- Segundo lugar no Campeonato Nacional Absoluto 2013
- Campeonato Nacional de equipas 2020
- Taça da Federação 2015

MELHORES RESULTADOS INTERNACIONAIS:

- 1.º lugar Campeonato da Europa de Equipas 2.ª Divisão
- 1.º lugar Campeonato de Europa de Equipas sub-18 2.ª Divisão
- 8.º lugar European Young Masters
- 8.º lugar South American Amateur Championship
- 5.º lugar Juniors International of Belgium
- 3.º lugar Internacional de Espanha sub-18

MELHORES RESULTADOS NA UNIVERSIDADE:

- 1.º lugar Atchafalaya Intercollegiate
- 8 vitórias em equipa em campeonatos universitários MVP da equipa na época de 2017-2018

Participação nas Universiadas 2017, em Taipei

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

VITÓRIA EM SALZBURGO FOI HÁ 20 ANOS

Tigres vencem austríacos e abrem caminho ao título europeu

FOI HÁ DUAS DÉCADAS QUE O SC ESPINHO CHEGOU, PELA PRIMEIRA VEZ, A UMA 'FINAL FOUR' DAS COMPETIÇÕES EUROPEIAS DE VOLEIBOL, CONQUISTANDO UMA VITÓRIA, EM SALZBURGO, NA ÁUSTRIA, DIANTE O UNIQA SALZBURG, POR 2-3. Foi o fim de uma etapa difícil na conquista da Top Teams Cup. Um jogo de nervos, de picardias e de emoções, com imensas peripécias e coisas estranhas, numa época que não foi nada fácil para os tigres, com o chamado 'caso Sandro Correia'.



MANUEL PROENÇA

"FOI UM FEITO histórico e extraordinário do SC Espinho, dos atletas e da direção do clube", recorda o ex-jogador dos espinhenses, João Brenha. "A primeira-mão vencêmo-la bem em casa, mas lá, o jogo foi bem mais difícil, com uma arbitragem um pouco tendenciosa. Porém, conseguimos ultrapassar a eliminatória", lembra, ainda, o ex-jogador Olímpico que vestiu as cores alvinegras. E acrescentou: "a partir do momento em que fizemos um 'set', ficámos tranquilos e vencemos o jogo por 2-3, o que nos colocou numa 'final four' que, por si só, já constituía um feito notável. Mas estávamos longe de pensar que tudo iria dar no que deu com a nossa vitória na prova. Passo-a-passo conseguimos chegar àquele que, a partir de determinada altura começou a ser um grande objetivo nosso". Também Hugo Ribeiro tem memória deste jogo de há duas décadas. "Era um miúdo. Fomos à Áustria, depois de termos vencido em Espinho os austríacos e apanhámos lá uma arbitragem um bocadinho habidiosa. No entanto, com o grupo fantástico que tínhamos, conseguimos superar as dificuldades e fizemos um brilharete ao conseguir chegar à final-four da Top Teams Cup". Momentos inesquecíveis para estes

dois jogadores. "Esse foi o meu primeiro ano como líbero", acrescentou Hugo Ribeiro que lembra que tinha passado cerca de dois anos da sua carreira "quase a apanhar bolas. Nessa altura aprendi muito com os meus colegas de equipa. Fui jogar nas competições europeias, logo naquela época! O facto de ter o João Brenha e o Gilvan ao meu lado, foi o concretizar de um sonho", sublinha o jogador que atualmente veste a camisola do Esmoriz.

João Brenha diz que a sua equipa "era muito boa" e que, "ainda por cima, se deparou com o problema da participação do Sandro Correia.

SC ESPINHO

Miguel Maia (cap.), João Brenha, Robert Czedula, Gilberto Silva, Gilvan Silva, Sandro Correia, Hugo Ribeiro (líbero), Vagner Aragão e Luís Filipe.
TREINADOR: Fernando Luís.
TREINADOR ADJUNTO: Filipe Vitó.
DIRIGENTES: Carlos Padrão, Jorge Moreira, Duarte Vieira, Sérgio Rocha e Jerry (Álvaro Coelho).
FISIOTERAPEUTA: Orlando Coelho.

Este jogador podia jogar por nós nas competições europeias, mas não lhe era permitido jogar pelo SC Espinho em Portugal! Tínhamos uma equipa muito organizada e, por isso, tivemos o mérito de ter passado a essa 'final four' e ao vencer a Top Teams Cup".

O antigo atleta Olímpico lembra-se que o jogo em Espinho com a equipa austríaca também teve as suas peripécias, sobretudo com um incidente que acabou por despoletar o 'mau-feito' do clube austríaco: "os austríacos filmaram o jogo e o treinador, o professor Fernando Luís obrigou-os a entregar o vídeo. Nessa altura o ambiente ficou azedo. Por isso, quando chegámos à Áustria, a coisa descambou. Foi um jogo de nervos, com muitas picardias entre os jogadores. O Robert, por ser austríaco, também se pegou com eles e vestiu muito bem a nossa camisola. Um dos nossos jogadores, na 'negra', uma vez que já tínhamos ultrapassado a eliminatória, serviu por baixo!", recorda João Brenha.

Por sua vez, Hugo Ribeiro lembra-se do jogo que antecedeu o da equipa austríaca, na Sérvia: "Quando alcançámos a vitória da fase de grupos, havíamos pensado que nos bastava colocar um 'set'! E passar esta fase, para nós, já foi algo de fantástico. Mas quando ultrapassámos os austríacos, começámos a acreditar.

Apanhámos, a partir daí, os russos, o Almeria cheio de estrelas e os turcos que jogavam em casa... Por isso, fomos para a Turquia como se estivéssemos de férias!... Há 20 anos atrás, para nós, tudo aquilo era uma novidade. Mas no nosso interior estava sempre um espírito combativo, de guerreiro, de querer ganhar. Não nos demos por vencidos e conseguimos vencer a prova europeia", concluiu Hugo Ribeiro. •



ESTE JOGO, QUE FOI O ÚLTIMO 'DEGRAU' PARA CHEGAR À 'FINAL FOUR' DA TOP TEAMS CUP, FICOU-ME NA MEMÓRIA. FOI O INÍCIO DA CONCRETIZAÇÃO DO NOSSO SONHO".

João Brenha, ex-jogador do SC Espinho



ALÉM DOS SAUDOSOS JORGE MOREIRA E ORLANDO COELHO, FAZIAM PARTE DESTA GRUPO O CARLOS PADRÃO, O JERRY E O FILIPE VITÓ DE QUEM EU 'HERDEI' O NÚMERO SEIS DA CAMISOLA".

Hugo Ribeiro, ex-jogador do SC Espinho



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

CTT COMÉRCIO LOCAL

Tenha o melhor comércio de Espinho numa só aplicação

A nossa entrega é total

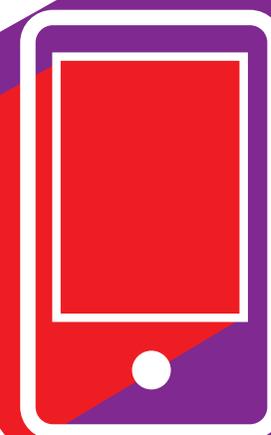
Agora, com portes de **envio grátis**
Consulte a promoção em ctt.pt

- ✓ Apoio da economia local com oferta de produtos de comerciantes da região;
- ✓ Facilidade no processo de venda e compra com disponibilização de pagamentos digitais seguros;
- ✓ Possibilidade de levantamento em loja ou entrega no domicílio, no próprio dia ou no dia seguinte, após recolha em loja.

Descarregue já a App
CTT Comércio Local



Disponível em:



ctt.pt

Linha CTT 21047 16 16
Dias úteis das 8h30 às 19h30



CTT
Correios
de Portugal



CTT
Correios
de Portugal



Esfera CTT
CTT Empresas

ctt

defesa-ataque

VOLEIBOL – SÉRIE DOS PRIMEIROS



Quarto lugar para os play-offs decidido no sábado em Esmoriz

A equipa de voleibol do SC Espinho conseguiu manter o quarto lugar na tabela classificativa, este fim-de-semana, mantendo-se em aberto, ainda o apuramento para os play-offs do Campeonato Nacional da 1.ª Divisão.

MANUEL PROENÇA

A decisão está no último jogo desta fase, a realizar no sábado, em Esmoriz. Os tigres e a equipa da Barrinha, liderada pelo espinhense Bruno Lima, vão decidir que passa à próxima fase que tem já garantida a presença do Benfica, Fonte Bastardo e Sporting.

Apesar da derrota ante o Fonte Bastardo por 1-3 (9-25, 25-23, 20-25 e 21-25), os espinhenses bateram, no sábado, o VC Viana, por 1-3 (18-25, 25-21, 15-25 e 17-25), garantindo, assim, a quarta posição da tabela classificativa.

A equipa liderada por Nuno Coelho foi ao difícil pavilhão de Viana do Castelo arrecadar uma importante vitória. Os tigres entraram muito bem no jogo e estiveram por cima do adversário, que teve uma natural reação no segundo parcial, quando conseguiu levar de vencida a equipa espinhense. Os alvinegros foram, no entanto, empreendedores e corrigiram alguns pormenores, vencendo os dois parciais seguintes que lhes deram os tão necessários três pontos. No domingo os tigres tiveram pela frente a equipa açoriana do Fonte bastardo que havia vencido o Ben-

fica no dia anterior. Motivados, os açorianos entraram de rompante conseguindo uma ampla vantagem ante os espinhenses (9-25). Mas a reação da equipa de Nuno Coelho foi muito positiva no segundo parcial, vencendo-o, e nos seguintes onde obrigou os insulares a terem de 'puxar pelos galões'.

Estes resultados deixam tudo em aberto para a derradeira jornada, que irá ser disputada no sábado, às 17 horas. Os tigres deslocam-se ao pavilhão do quinto classificado, o Esmoriz Ginásio, que tem menos três pontos que o SC Espinho. •



NÃO PASSA OUTRA COISA PELA CABEÇA QUE NÃO SEJA VENCER O JOGO COM O ESMORIZ. SERÁ UMA FINAL PARA AS DUAS EQUIPAS QUE FIZERAM UMA SEGUNDA FASE BASTANTE INTERESSANTE. A VITÓRIA DITARÁ QUEM OCUPA A QUARTA VAGA DOS PLAY-OFFS. ESTAMOS COM A MOTIVAÇÃO EM ALTA"

Nuno Coelho, treinador do SC Espinho

**VC VIANA, 1
SC ESPINHO, 3**

JOGO Pavilhão Municipal de Santa Maria Maior, em Viana do Castelo.
ÁRBITROS Hélder Lainho e Hugo Oliveira
PARCIAIS 18-25, 25-21, 15-25 e 17-25
VC VIANA Nuno Teixeira (6 pontos), João Lemos (5), Edson Gonzalez (18), Álvaro Ferreira (3), Miguel Cunha (11), Alexandre Moreira (6), Jorge Graça (líbero); João Pontes, Miguel Magalhães (1), João Cardia e Diogo Silva.
TREINADOR João Franco.
SC ESPINHO Vladyslav Tolmachov (7), Luis Godinho, Ricardo Alvar (13), Gabriel Andrade (19), Dinis Leão (19), Filip Cveticanin (12), Januário Alvar (líbero); Gabriel Leite, João Simões, Manuel Figueiredo, José Monteiro e João Castro (líbero).
TREINADOR Nuno Coelho.

**SC ESPINHO, 1
FONTE BASTARDO, 3**

JOGO Arena Tigre, na Nave Desportiva Municipal de Espinho.
ÁRBITROS Ricardo Ferreira e Pedro Pinto
PARCIAIS 9-25, 25-23, 20-25 e 21-25
SC ESPINHO Robson Gomes (9 pontos), Luis Godinho, Ricardo Alvar (7), Gabriel Andrade (12), Dinis Leão (10), Filip Cveticanin (5), Januário Alvar (líbero); José Pedro Monteiro (3) João Simões e Manuel Figueiredo (2)
TREINADOR Nuno Coelho.
FONTE BASTARDO Armando Velásquez (1), Helder Spencer (11), Antony Gonçalves (13), Caique Silva (16), Bruno Jesus (10), Gabriel Santos (23), Dennis Villalobos (líbero); Federico Gómez
TREINADOR João Coelho.

FUTSAL



Sementinhas vencem em Porto Salvo

DEPOIS DE duas derrotas no Campeonato Nacional da 1.ª Divisão, a equipa de futsal de seniores femininos do Novasemente Cavalinho foi ao Pavilhão dos Leões de Porto Salvo vencer por 3-5. As sementinhas, que alcançaram, assim, a primeira vitória nesta fase, sofreram um golo aos 10 minutos, mas acabaram por reagir. Uma partida que se revelou muito combativa, equilibrada e emocionante, sobretudo após a reação das antenses. Ao intervalo registava-se um empate a duas bolas. No segundo tempo vieram as grandes decisões. As sementinhas ampliaram dois minu-

tos depois, chegando ao 2-4. A equipa local ainda reagiu, reduzindo, mas Débora Queiroz ampliou à passagem da meia hora para o 3-5.

As marcadoras do Novasemente Cavalinho foram Nancy Mercedes (15 minutos), Bianca Costa (17 e 22), Marta Teixeira (24) e Débora Queiroz (31).

No próximo sábado o Novasemente Cavalinho recebe o Arneiros, no Pavilhão Municipal Napoleão Guerra, em Cassufas (Anta), às 16 horas.

As sementinhas ocupam o sexto lugar da tabela classificativa, com cinco jogos e quatro pontos. •

ANDEBOL

ATAP repudia despedimento de treinadores

COMUNICADO. A Associação de Treinadores de Andebol de Portugal (ATAP), através de um comunicado, "repudia veementemente a prática de contratação de treinadores levada a cabo pelo SC Espinho", acusando o clube de ter "ignorado a verdadeira situação contratual dos treinadores

contratados pela sua secção de andebol" e de, "apenas após a pressão exercida por diversos agentes desportivos se dignou a negociar um acordo com esses mesmos treinadores, despedidos sem justa causa ou procedimento disciplinar que o sustentasse".

A ATAP considera que tal ato "não é digno para um clube com a história e tradição do SC Espinho, sobretudo no contexto atual de grave prejuízo para a atividade dos treinadores desportivos". •

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



Confecionar uma saia a 'godett'

FÁTIMA SANTOS

ESTAMOS a aproximar-nos da primavera, época de cores alegres e, por isso, começamos a usar as primeiras peças de roupa mais frescas. A minha proposta, para este fim-de-semana de confinamento, é a confeção de uma saia a godett.

Para realizar esta atividade vamos precisar dos seguintes elementos e do seguinte material (imagem 1):

- As medidas da cinta e o comprimento pretendido;
- Tecido;
- Tesoura;
- Alfinetes;
- Papel de ceda ou outro tipo de papel;
- Fita métrica;
- Linhas;
- Agulha;
- Alfinetes de bebé ou gancho de cabelo;
- Giz ou lápis.

Para se iniciar a confeção da nossa saia, partindo do princípio que as medidas da senhora/menina são 68 centímetros de cinta e pretendendo que a saia fique com 50 centímetros de comprimento, necessitamos um metro de tecido (será, portanto, o dobro do comprimento da saia). Será necessário, também, um metro de papel para se poder elaborar o respetivo molde.

Começa-se por dividir a medida de cinta em quatro partes. Neste caso, 68 centímetros, que correspondem a 17 centímetros por parte. De seguida, dobrar o papel a meio para ficarmos com 50 centímetros de comprimento.

Entretanto, no canto superior do papel, vamos fazer o contorno da cinta, como demonstra a imagem 2.

Note-se que a medida da cinta deverá ter mais quatro centímetros para colocar o elástico. Neste caso, necessitamos de 21 centímetros de contorno de cinta.

Depois de tracejada a cinta, iremos marcar o comprimento da saia. Assim, devemos dobrar o tecido a meio e colocar o molde no canto superior, da mesma forma que realizámos o molde.

Deixar um centímetro de costura no contorno da cinta e três centímetros na bainha. De seguida, cortar uma tira com a medida do contorno da cinta e oito centímetros de largura, para a colocação do elástico.

Depois de realizar estes passos, iremos coser a nossa saia, que poderá ser cosida à máquina ou à mão. Começamos por colocar a tira no contorno da cinta do lado direito. De seguida, dobramos a tira a meio e cosemos, deixando uma abertura para a colocação do elástico.

Deixo, entretanto, uma dica: o elástico deve ter menos seis centímetros do que a medida da cinta, para fazer pressão.

De seguida, vamos finalizar a bainha, que poderá ser cosida à máquina ou à mão. Esta saia também poderá ser confeccionada com fecho. Neste caso, anularíamos o elástico.

E pronto. A saia está prontinha para ser vestida. Poderemos olhar para ela como uma obra nossa, com orgulho!...

Entretanto, se tiver alguma dúvida poderá entrar em contato com a "Sonho Mar". •



Em tempo de confinamento, há que aproveitar o tempo que estamos em casa para podermos realizar algumas atividades que desenvolvam a nossa criatividade e, também, realizar os nossos sonhos, na moda. A minha proposta para um fim-de-semana tranquilo, em casa e em família é de costura. Através da costura podemos estudar, desenhar, inventar e criar inúmeras coisas, muitas que já tínhamos em mente desde há muito tempo. É preciso uma boa dose de paciência e de dedicação. Por isso, é necessário 'reunir as tropas', a família e, mãos-à-obra...

Aipal
Padarias, Pastelarias e muito mais...

SONHO MAR

Rua 25 nº275
4500-281 Espinho

+351 227 310 068
+351 965 058 293

sonhomar.espinho@gmail.com

OFF.

“Havia dias em que tocava viola em cinco ou seis espetáculos!”

Música/Fado. Jorge Serra tocou viola pela primeira vez em público aos 20 anos, num programa televisivo do inesquecível Fernando Pessa e que se intitulava “Sol de Verão”. Já percorreu o mundo, tocando viola, e é um dinâmico promotor de eventos de fado. Tem estado inquieto, em casa, à espera que a pandemia dê tréguas para voltar a tocar, aos 67 anos de uma vida intensa.

LÚCIO ALBERTO

O que é feito de Jorge Serra, músico e dinamizador de eventos de fado?

A minha vida tem sido mais pacata com a pandemia. É uma vida a que não estava habituado. E assim aconteceu, em cerca de meio século a tocar viola, uma mudança radical. E estou a falar numa alteração de cem por cento. É uma vida parada e sem qualquer atuação seja onde for. Nasci em Espinho, onde vivi até há poucos anos, e resido há cinco anos em Arcozelo. Entretenho, entretenho-me com alguma coisa no campo ou a tratar da lenha.

E a viola?

Não consigo pegar na viola, sabendo que não estou no ativo. Não me sinto bem com esta situação. A pandemia afetou muita gente e muita coisa. Está muita coisa inativa e não há eventos culturais. Não há música nos locais onde dantes existia e fazia parte de uma vida dinâmica.

Mas a viola não foi a única “dinâmica” da vida de Jorge Serra...

Fui químico de fósforos. Era funcionário da Fosforeira e então tinha um subterfúgio ou, se quiser, um “part-time”, tocando viola. Mas começou a ser difícil conciliar as duas atividades. E, por isso, tive mais tarde de parar de trabalhar. E não estava mal na Fosforeira, pois até estava muito bem. Mas senti-me obrigado a despedir-me, porque já tinha excesso de trabalho com a viola.

Estava traçado um novo rumo e com garantia de sucesso?

Eu tinha de aprender, embora já tivesse vocação e aptidões pessoais. Então decidi matricular-me, aos 39 anos, na Academia de Música de Espinho e frequentei aulas com jovens e crianças com cinco anos e tal... Foi assim que comecei a saber ouvir

música e a perceber melhor a música. Devia ter começado mais cedo a estudar música, mas há que ter muita lucidez e bastante velocidade e dinâmica para se poder ser ensinado por outros quando a idade já está avançada.

E assim ocorreu a “primeira” mudança radical...

A minha vida mudou e nos últimos 25 anos nunca toquei, sem ser a ensaiar, menos de duas vezes por dia. Eram sempre três, quatro ou cinco atuações por dia. E para tal bastava que os horários fossem flexíveis. Eu tinha todos os meses preenchidos.

Dantes o fado era só ao fim-de-semana. É sinal dos novos tempos, ou simplesmente os hábitos mudaram?

Eu incentivei para que o fado fosse todos os dias. Era só ao fim-de-semana que havia fado, mas o fado pode ser em qualquer dia e todos os dias da semana. Convidavam-me para organizar sessões de fado ao sábado e eu perguntava porque é que não podia ser no domingo ou na quinta-feira, ou noutro dia qualquer. O jantar era às 20 horas e eu questionava porque não podia ser às 19 horas... E assim se implantou o fado fora do fim-de-semana e a qualquer hora.

E em que é que isso resultou no dia-a-dia de Jorge Serra?

Antes da pandemia estava a atuar cerca de cinco vezes por dia. Uma vez de manhã e outra à tarde no aeroporto, para se animar os turistas. Depois nas caves do vinho do Porto, em Gaia, e ainda em restaurantes ou casas de fado no Porto, na Lixa e noutros lugares.

Muitos eventos de fado e muitos quilómetros percorridos...

Já atuei em França, na Bélgica, na Áustria e noutros países europeus

“

Nasci em Espinho, cresci na Rua 4, sou e salvei vidas no mar. Passava muito tempo na praia e era como um nadador-salvador. Sempre fui muito ativo!”

“

Aprendi muito com o guitarrista António Campos, de Anta, e apreciava as vozes dos fadistas Fernando Maurício, Ada de Castro e Fernanda Baptista. E também gostava de ouvir cantar Maria do Carmo e Adelaide Caralinda”

“

Fui para França com 17 anos para trabalhar e poder comprar um carro descapotável mas, afinal, quando lá cheguei, não tinha idade para trabalhar...”

e também nos Estados Unidos da América, no Brasil e em Moçambique. Atuei em programas televisivos de Herman José e num concurso televisivo. Há dez anos que colaboro com uma empresa do grupo da Rádio Renascença. E o trabalho tem-se intensificado com o turismo, mas agora teve de ficar suspenso com a pandemia. Os primeiros anos dessa ligação profissional não foram tão intensos, mas depois os processos



foram mais assertivos. E se não fosse a pandemia ainda lá estava a tocar! Mas vai-se prosseguir com o projeto, talvez em abril, quando for retomada a normalidade e a pandemia já esteja em contagem decrescente.

E, por enquanto, a viola continua calada?!

A pandemia parou tudo e calou a viola. Creio que bati o recorde do mundo em 2010 com mais de mil espetáculos. Eu tocava mais de duas ou três vezes por dia. Havia dias em que tocava viola em cinco ou seis espetáculos!

Uma paragem forçada num ciclo intenso de (modo de) vida...

Nos primeiros tempos ainda escolhia um dia de folga por semana, porque achava que havia mais vida

para além da música. E continuo a achar. Na altura estava quase a “fundir” e com um mal-estar muito grande com tanta atuação musical, mas a atividade voltou a ser muito intensa até esta paragem por causa da pandemia.

A vida continua, mas o fado está agora de folga... São as voltas que a vida dá?!

Agora é ao contrário desses tempos em que eu folgava uma vez por semana. Agora não estou a adaptar-me bem. A vida dá muitas voltas, muitas e muitas voltas!

A viola é uma das paixões da sua vida?

Tenho uma anomalia congénita no coração, mas diziam que eu tinha uma saúde de ferro. Já estive internado, mas tinha a viola junto a mim e até tocava no hospital! •

OFF.



“Cinanima em casa” para famílias em confinamento

CINEMA DE ANIMAÇÃO. A iniciativa gratuita “Cinanima em casa” destina-se a todas as famílias em confinamento e contempla dois programas multitemáticos de cinema de animação, com alguns filmes, de realizadores conceituados, selecionados do próprio Festival Internacional de Espinho. A iniciativa “Cinanima em casa”, lançada no mês de fevereiro e que se estende até início de março, conta também com trabalhos criados por

crianças, no âmbito do “Crianças Primeiro”, ação do Serviço Educativo do Cinanima, e em atividades sob a orientação de espaços de animação como o Centro Lúdico da Imagem Animada Anilupa, a Casa Museu de Vilar, o Cineclube de Viseu e o Espalhafitas - Cineclube de Abrantes.

Os filmes estão disponíveis na plataforma Vimeo e, para aceder, basta clicar em “cinanima em casa” e submeter diretamente o seu pedido. •

Serviço “take-away” da Biblioteca Municipal

LEITURA. A Biblioteca Municipal José Marmelo e Silva e o Museu Municipal de Espinho aliam-se em iniciativas, prometendo histórias e conforto aos que estão mais sós. A Biblioteca Municipal José Marmelo e Silva apesar de encerrada ao público, retoma o serviço de empréstimo domiciliário, em regime de “take-away”, inclusive com o novo ciclo “autor do mês – autores espinhenses”.

“Quer conhecer as rubricas mensais, com as nossas sugestões de leitura”, questiona a Biblioteca Municipal José Marmelo e Silva. “Também queremos conhecer as sugestões dos nossos leitores, lan-

çamos o desafio de partilhar connosco um dos livros da sua vida.”

Entretanto, os mais novos “não podem perder”, semanalmente, uma hora do conto, “onde a fantasia e a imaginação vão reinar e encantar todos os ouvintes!”

“Crescer com histórias” é a proposta (temporariamente online) da Biblioteca Municipal para os mais novos.

“Aqui, aqui” é, por fim, um desafio para jovens criativos até aos 12 anos. “Criem trabalhos artísticos e enviem para a próxima edição da exposição de arte/correio “Aqui, aqui” na Biblioteca Municipal José Marmelo e Silva. •

Marte no Planetário do Multimeios

ASTRONOMIA. O Planetário do Centro Multimeios apresentou, na quinta-feira de 18 de fevereiro, o terceiro e último “live” dedicado ao planeta Marte.

Ao longo das emissões foram sendo feitas atualizações relativamente aos objetivos das missões de uma mini-frota de sondas que, durante este mês, chegaram a Marte (Hope, dos Emirados Árabes

Unidos e Tianwen-1 da China) e ainda relativamente à missão do rover Perseverança, da NASA, que chegou no dia 18.

Foi feita uma contextualização do que por vezes é referido como os “7 minutos de terror”, a fase mais crítica da entrada, descida e pouso na superfície marciana e foi transmitido pelo site da NASA. •

EVENTOS

Seleção de 78 obras das 240 candidaturas à Bienal Internacional de Espinho

A realização da sexta edição da Bienal Internacional de Arte de Espinho está prevista entre os dias 25 de abril e 19 de junho de 2021, no Museu Municipal, com prémios no valor de 10.000 euros. Foram selecionadas 78 obras das 240 candidaturas. Trata-se de uma iniciativa organizada pela Câmara Municipal, com o apoio da Solverde.



LÚCIO ALBERTO

A BIENAL Internacional de Arte de Espinho pretende, por um lado, instituir uma plataforma mais alargada de divulgação e promoção das artes plásticas e, por outro, reconhecimento dos artistas.

O júri selecionou, para a segunda fase, 78 obras das 240 candidaturas que se apresentaram a este certame e que são oriundas de vários países.

O júri valorizou um posicionamento artístico decididamente contemporâneo, original e inovador, a par da qualidade estética, técnica e artística das obras apresentadas.

Por isso, as obras selecionadas pelo

júri evidenciam uma formação artística, técnica e estética consolidada e devidamente enquadrada nas práticas artísticas do tempo presente, revelando, tanto quanto possível, maturidade e densidade concetual, bem como um cuidado particular na sua conceção, execução e apresentação.

A história da Bienal de Arte de Espinho começou em 2011, sendo inicialmente intitulada de Bienal Mulheres d’ Artes. As primeiras quatro edições foram limitadas ao género feminino e conceptualmente as duas primeiras edições assumem-se como exposições abertas a todas as artistas que desejassem participar. •

A mostra de artes plásticas, que se realiza a cada dois anos no Museu Municipal – Fórum de Arte e Cultura de Espinho, pretende dar a conhecer ao público a mais variada produção artística levada a cabo por artistas portugueses e estrangeiros, nas áreas da pintura, escultura e desenho.

ATIVIDADES CULTURAIS

“Sons na minha janela” e “uma emoção de cor” online

“USUFRUA das atividades culturais online que a Divisão de Cultura e Museologia da Câmara Municipal tem para si” é uma das sugestões que se destacam no decurso deste confinamento para a prevenção da covid-19.

“Uma emoção de cor” permite saber-se um pouco mais sobre arte e ambiente. “Embarque nesta aventura pelo mundo das cores e das emoções na arte”, incentiva a Divisão Municipal de Cultura e Museologia.

“Sons na minha janela” é um con-

vite à criação de ligações sonoras que quebrem as fronteiras do confinamento atual. “Participe e ajude a mapear os sons “na sua terra”, a partir “da janela de sua casa.”

Entretanto, a Divisão Municipal de Cultura e Museologia disponibiliza mais dados para acesso a estas atividades através da página de Facebook: ACA-Ações de Cultura e Ambiente e no Instagram (@acaacoes_cultura_ambiente).

É também proposta uma visita ao Facebook do Festival Mar-Marionetas. Eis uma oportunidade para

se saber um pouco mais da(s) história(s) das marionetas “à roda do mundo”.

“Queremos ampliar e guardar memórias, para os 25 anos do Festival Mar-Marionetas, que para o ano se comemoram”, dá nota, entretanto, a Divisão Municipal de Cultura e Museologia, que pretende igualmente destacar o Encontro Internacional de Estátuas Vivas. “Envie-nos fotos tiradas nos encontros ou textos sobre a arte da imobilidade expressiva para promocao.cultural@cm-espinho.pt”. •

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

foto com memória

26 de fevereiro 2004

Pontão vai abaixo!

Já era falado o enterramento da via-férrea, em 2004, mas as grandes estruturas mantinham-se de pé. O pontão, a norte, quase na fronteira com o concelho de Vila Nova de Gaia, era o mais cómodo e principal acesso automóvel à baixa de Espinho e que via, assim, o seu fim à vista. Construído outrora para facilitar o acesso às praias, ao Casino e à zona da esplanada, viria a deixar de marcar a paisagem espinhense após a obra de enterramento da linha do comboio. Esta imagem de 2004 retrata bem o extinto pontão e a acentuada curva na linha de caminho-de-ferro, à chegada, ou saída de Espinho.



SEGURANÇA



Caso saiba da existência de um ninho de vespa asiática, afaste-se do local e contacte as autoridades competentes através dos contactos:

227 340 005
227 340 042

Injeção é o novo método do Município para combater vespas asiáticas

SISTEMA DE INTERVENÇÃO FOI ADQUIRIDO PELO MUNICÍPIO PARA ELIMINAR DE FORMA MAIS FÁCIL E EFICAZ OS NINHOS DE VESPA VELUTINA QUE VÃO SURTINDO NO CONCELHO. MÉTODO MAIS RECENTE PODE SER FEITO ATRAVÉS DE UMA CANA EXTENSÍVEL EM FIBRA DE CARBONO OU A PARTIR DE UM MARCADOR DE AR COMPRIMIDO.

LISANDRA VALQUARESMA

FACE À PRESENÇA de vários ninhos de vespa asiática no concelho, o Município de Espinho apresenta, agora, um novo sistema de intervenção para este tipo de ninhos e insetos.

Este novo método, caracterizado por ser mais eficaz, "dispensa meios

elevatórios, corte de árvores e meios de prevenção durante o processo de queima que só podiam ocorrer no período noturno". Assim, com esta nova forma de atuar, o serviço municipal de proteção civil de Espinho consegue eliminar as vespas asiáticas em atividade nos ninhos através de uma injeção de inseticidas, feromonas de agregação e biocidas. Este método de injeção, pode ser realizado através de duas formas: com uma cana extensível em fibra de carbono ou através de um marcador de ar comprimido. Assim, torna-se "mais simples, mais eficaz, mais rápido, pode ser feito em qualquer altura do dia e reduz ao máximo a quantidade de químicos e respetivo impacto ambiental."

Os dois métodos revelam a mesma eficácia, pois "as vespas, no esforço de limpar o ninho, acabam por propagar o veneno aos ninhos secundários. Depois de intervencionado,

o ninho permanece no local, começando a desfazer-se ao fim de aproximadamente sete dias."

Em Espinho, o primeiro ninho de vespa asiática foi detetado em 2015, mas, segundo o manual de boas práticas no combate à vespa velutina (asiática), no âmbito da Comissão de Acompanhamento para a Vigilância, Prevenção e Controlo da Vespa velutina, este inseto, originário do Sudeste Asiático, chegou ao país em 2011, tendo sido detetado em Viana do Castelo, alastrando-se para outras regiões de Portugal.

Desde o ano de 2015, no concelho de Espinho já foram eliminados mais de 200 ninhos de vespa asiática. No entanto, as autoridades aconselham, a quem os detetar, que não se aproximem do local nem tentem remover ninhos, pois há risco de perigo e, por isso, o trabalho deve ser executado pelo Corpo de Bombeiros do concelho de Espinho. •

Passagem na Linha do Vouga (Rua 20) com traves partidas



O DESLEIXO e o completo abandono é perfeitamente visível na Linha do Vale do Vouga, sobretudo na passagem-de-nível da Rua 20, à entrada da freguesia de Silvalde. As travessas em madeira, sobre o arruamento, estão completamente danificadas. Os automóveis que por ali passam, 'afundam' nos buracos da madeira, para já sem demais consequências.

Por outro lado, existe um espaço verdadeiramente improvisado, onde se encontra instalado um telefone, exposto à chuva e às intempéries. Numa altura em que se fala da requalificação daquela via-férrea com avultados investimentos até 2030, cerca de 75 milhões de euros só para o troço entre Espinho e Oliveira de Azeméis, é la-



mentável o estado e o ponto a que se deixa chegar, sem o mínimo e o devido cuidado de quem de direito. Recorde-se que só para o troço entre Espinho e Santa Maria da Feira a Infraestruturas de Portugal prevê investir na renovação em cerca de 5,7 milhões de euros e a concretização de um plano de reforço da segurança nos atravessamentos rodoviários na totalidade da Linha do Vouga. • MP