DEFESA DE ESPINHO

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

Quinta-feira, 17 de fevereiro de 2022 | Edição n.º 4685 · Ano 89 · Semanário · **Diretor** Lúcio Alberto · defesadeespinho.sapo.pt · Preço: €0,70 (c/IVA)

ENTREVISTA

"Gostava de levar uma equipa portuguesa à Champions"

Pedro Nuno, ex-basquetebolista e treinador. p16 e 17

PUB

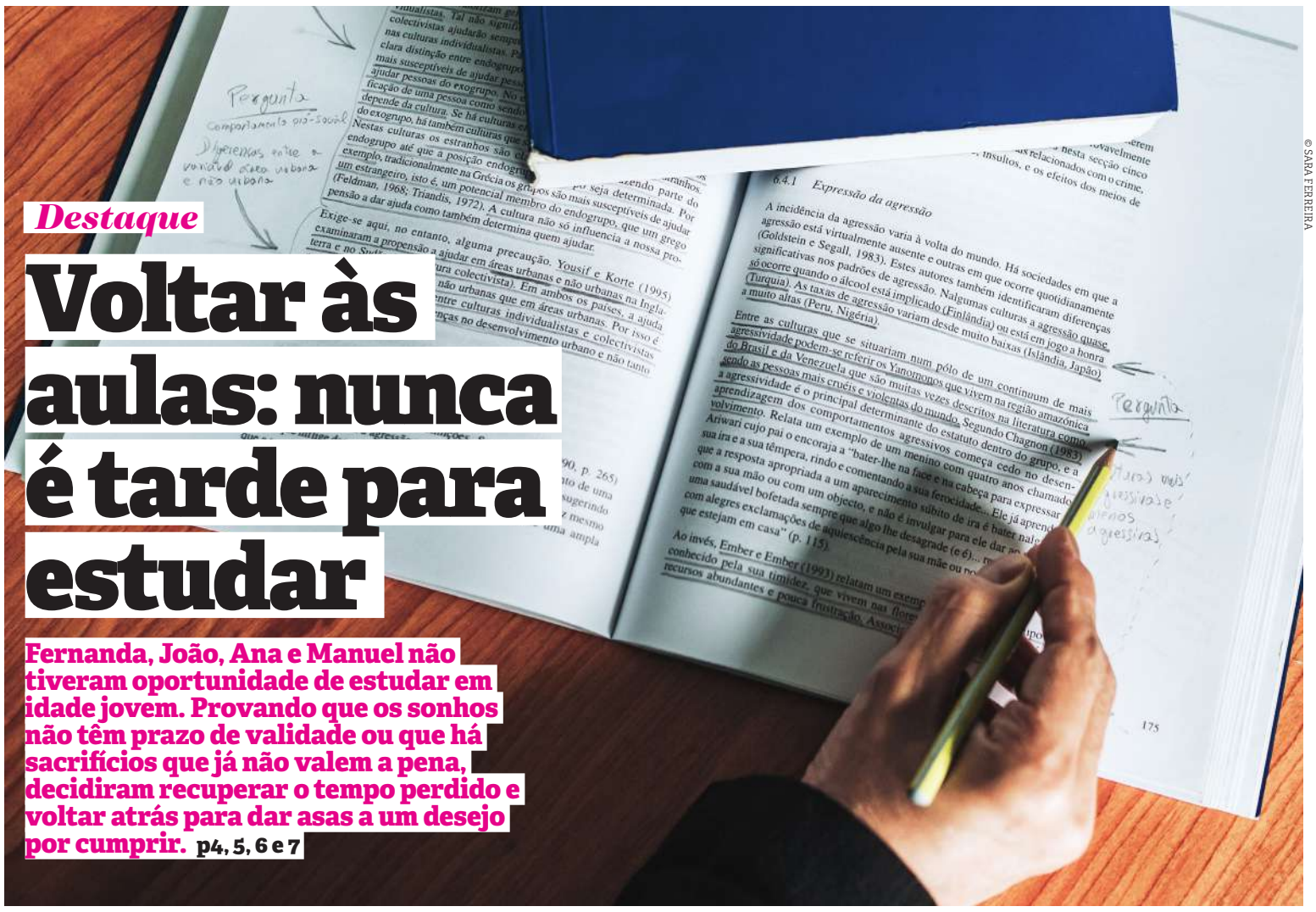
ANTA

Saneamento e abastecimento de água da rede pública em falta na Travessa da Aldeia Nova

Moradores pretendem legalizar as suas casas e não o fazem por falta destas infraestruturas. p7

ASSEMBLEIA MUNICIPAL

Reparação da cobertura do FACE custará mais de 86 mil euros p8



© SARA FERREIRA

Destaque

Voltar às aulas: nunca é tarde para estudar

Fernanda, João, Ana e Manuel não tiveram oportunidade de estudar em idade jovem. Provando que os sonhos não têm prazo de validade ou que há sacrifícios que já não valem a pena, decidiram recuperar o tempo perdido e voltar atrás para dar asas a um desejo por cumprir. p4, 5, 6 e 7

1945-2022

Espinho perde António Cavacas

Foi diretor do Cinanima e da da Cooperativa Nascente e histórico do PS, tendo exercido a função de presidente substituo da Assembleia Municipal. p9

ENSINO

Confirmada eleição de Vítor Oliveira como diretor do Agrupamento de Escolas Manuel Laranjeira

Homologado resultado eleitoral de julho passado. p24

25 anos

Elefantes Editores de poesia

Quando tinha cerca de 16 anos e a avó materna ofereceu-lhe um pequeno elefante de prata, Nunes Carneiro começou a coleccionar elefantes: peças de artesanato, decorativas, etc. E, por isso, a escolha do nome da editora criada há quarto de século. p21

PUB

visto daqui

DESTAQUE

4, 5, 6 e 7 | Reportagem: Estudar em idade adulta

Quatro testemunhos de adultos que decidiram voltar às aulas para mudar rumo de vida ou até para cumprir sonho antigo. Garantem que o esforço vale a pena e comprovam que a idade é só um número.

4500 ESPINHO

8 | Assembleia Municipal: reparação da cobertura do FACE

Presidente da Câmara explicou a necessidade de obras naquele equipamento cujo orçamento ultrapassa os 86 mil euros. Trata-se de um edifício antigo que "não teve manutenção ao longo dos anos", explicou Miguel Reis.

9 | Faleceu António Cavacas

Histórico do Partido Socialista de Espinho foi diretor da Cooperativa Nascente e do Cinanima.

9 | Saúde: meia centena de polícias em missão altruísta de doação de sangue

4500 FREGUESIAS

10 | Anta: Trravessa da Aldeia Nova continua sem água e sem saneamento

Moradores satisfeitos com o alargamento da rua, mas querem a implementação de infraestruturas para poderem legalizar as casas. Há ainda um pequeno pedaço de muro que impede a passagem a viaturas mais largas.

10 | Nova associação de utentes da USF Anta

PESSOAS & NEGÓCIOS

12 | Snuggies, as meias com sola para substituir as pantufas e os chinelos

Criação de família silvaldense que já está no estrangeiro.

DEFESA-ATAQUE

15 | KravMaga: desporto aliado à defesa pessoal

Filipe Azevedo, proprietário da Academia We Fight, garante que há pais que colocam os filhos na modalidade para superarem problemas escolares.

16 e 17 | Entrevista: Pedro Nuno, treinador de basquetebol

"Todos os nossos troféus são marcantes, mas ainda foi melhor por terem sido em vários sítios espalhados pelo mundo".

18 | Futebol: nova goleada dos tigres

Cinco golos sem resposta ao União. Pontaria dos avançados abre boas perspetivas para a segunda fase.

18 | Futsal: Novasemente segue para os quartos-de-final da Taça

18 | Futebol popular: Taça Associação regressa no próximo fim-de-semana

19 | Voleibol: mochos vencem tigres e desempatam os dérbis espinhenses

OFF

21 | Elefantes Editores: um quarto de século a editar poesia

23 | De Boa Saúde: a recuperação pós-parto como influência na recuperação da mulher

EDITORIAL
Lúcio Alberto

Dádiva (exemplar) policial e apelo ao uso consciencioso do 112

1 – A PSP e o Lions de Espinho promoveram uma dádiva de sangue. Após relatos de que Portugal está com dificuldade em repor os níveis satisfatórios de unidades de sangue para fazer face às necessidades, e no seguimento dos apelos lançados pelo Lions de Espinho, a Polícia de Segurança Pública, através do Comando Distrital de Aveiro, aliou-se à causa com uma ação na Divisão Policial de Espinho, mobilizando dezenas de polícias dadores que integram as esquadras de Espinho, São João da Madeira, Ovar e Santa Maria da Feira. Há muito tempo que o Lions de Espinho desenvolve a humanitária campanha de colheitas de sangue. A PSP também deu agora um exemplo altruísta, dando sangue para salvar vidas, porque é desta (grande) causa que se trata. Quem é que quer seguir o exemplo? Dê sangue! Em Espinho ou onde quiser e vai ver que não custa nada!

2 – O Instituto Nacional de Emergência Médica e a Polícia de Segurança Pública solicitam a colaboração de quem aciona os contactos em caso de emergência, visando o processamento de informações úteis e detalhadas, apelando, entretanto, ao pleno civismo, a fim de se evitar alertas falsos, atos inadmissíveis e gerados por inconsciência atroz, tão fantasiosa quão reprovável. Equacione-se a eventualidade de um prevaricador de falsos alarmes corporizar a primeira pessoa do singular ou do plural de uma ocorrência que suscite apoio de emergência e tal notificação ser momentaneamente barrada pelo congestionamento do 112 devido a chamadas falsas. De facto, se os segundos aparentam, em situações breves, longos e desesperantes minutos, imagine-se nas circunstâncias mais morosas agravadas com a deslocalização de viaturas de emergência e de combate a incêndios, ou de apoio policial, para cenários irreais.

3 – O Dia Europeu do 112 foi assinalado na sexta-feira de 11 de fevereiro, mas a efeméride passou quase despercebida em solo luso, ou não terá sido profusamente difundido. Talvez estejamos mais atentos, e cada com a sua razão, ao rescaldo das eleições legislativas, ao preço gasóleo que quase se equivale ao da gasolina, e a outros custos da vida. E, porventura, sintonizados na "aproximação" russa à fronteira ucraniana e a eventuais repercussões, no "big brother" dos famosos, ou no que se diz (para o bem e para o mal) nas redes sociais. Mas isso são preocupações de outras latitudes, umas mais graves e outras nem por isso... E atendendo ao 112, importa frisar que em Portugal ainda se registam muitos contactos de cidadãos para o 112 de situações que não se enquadram na categoria de emergência, o que representa uma dificuldade acrescida para garantir a manutenção da eficácia da resposta do sistema. E, deve-se sublinhar, que o quadro piora com os alertas falsos para os préstimos de emergência clínica, proteção civil e policial.

feira semanal

Factos e figuras da semana

Elefantes Editores

"Espinho é uma referência para a editora", dá nota Nunes Carneiro, mentor de Elefantes Editores. "Pelos autores espinhenses que já editámos. E pelo acolhimento que os leitores nos deram sempre". A sessão dos 25 anos contou com quase 100 pessoas "a comemorar e a dizer presente". É o reconhecimento de uma atividade feita por "paixão pela escrita, pela poesia e pela edição".

Futebol tigre

O Sporting de Espinho voltou a golear na qualidade de visitante, desta feita em Coimbra e por 5-0. Depois de terem surpreendido o Gondomar, os tigres desfeitearam o União de Coimbra. Se não fosse a intermitência do seu rendimento e, sobretudo, dos resultados, hoje estar-se-ia a sonhar com a subida à 3.ª Liga e não a "afiar as garras" para prosseguir no Campeonato de Portugal, deixando os "distritais" para outros emblemas.

Bullying

A violência na adolescência, e não apenas no recinto escolar ou na rua, pode ser explicada de várias maneiras, segundo os analistas do bullying. E acrescentam os especialistas que o que acontece com os jovens também requer a investigação do papel dos adultos nesse sentido. Entretanto, e como o bullying não é ficção, as vítimas recorrem a aprendizagem de técnicas físicas e psicológicas para esbater os receios.

DEFESA DE ESPINHO
ESPINHO POR DENTRO

Fundado em 27 de março de 1932 por Benjamim Costa Dias. Semanário registado na Direcção-Geral de Comunicação Social sob o n.º 100594. **Proprietário e Editor:** EMPES - Empresa de Publicidade de Espinho, Lda. Matriculada na Conservatória do Registo Comercial de Espinho sob o n.º 59, folhas 30 do livro C-1 Capital Social: 5.200,00 Euros. NIF: 500 095 540 **Morada:** Av.ª 8, 456 - 1.º andar - Salas R, G e H 4500-205 ESPINHO **Administrador / Publisher:** Nelson Soares. **Detentores com 5% ou mais do capital:** Solverde - Sociedade de Investimentos Turísticos da Costa Verde, SA. **Diretor:** Lúcio Alberto (lucio.alberto@defesadeespinho.pt) **Redação:** Manuel Proença (manuel.proenca@defesadeespinho.pt) / Lisandra Valquaresma (lisandra@defesadeespinho.pt) / Carolina Figueiredo (carolina.figueiredo@desesadeespinho.pt) **Colunistas:** Carlos Guimarães Pinto, Cláudia Brandão, Manuela Aguiar, Manuel Sancebas, Inês Eggers de Azevedo, Luís Costa e Tito Miguel Pereira **Projeto Gráfico:** Nuno Almeida (Medesign) **Design e Paginação:** Ricardo Laranjeira Gomes **Fotografia:** Isabel Faustino, Francisco Azevedo, Sara Ferreira, Bruno Miguel Pinto, Raquel Machado **Cartunista:** Alex Pereira **Publicidade, Secretaria de Administração e Redação:** Cristina Fonseca / Fernanda Oliveira (geral@defesadeespinho.pt) **Contactos:** Av.ª 8, 456 - 1.º andar - Salas R, G e H 4500-205 ESPINHO. Tel. 227341525 · Fax: 227319911 · Telemóvel: 967368404 · Email: geral@defesadeespinho.pt / Email: defesadeespinho@sapo.pt **Correspondência por via postal:** Apartado 39 - 4501-853 ESPINHO Codex. **Impressão:** NAVEPRINTER - Indústria Gráfica do Norte, SA - E.N. 14 (km 7,05). Apartado 121 - 4471 MAIA Codex. **Tiragem média:** 3700 **Depósito Legal n.º** 1604/83 **Estatuto Editorial** disponível em https://defesadeespinho.sapo.pt **DISCLAIMER:** Os textos (e ilustrações) de Opinião publicados são da inteira responsabilidade dos seus autores, não vinculando, direta ou indiretamente, o cariz editorial e informativo deste jornal.

© 2021 Defesa de Espinho – Todos os direitos reservados

SOLVERDE.PT
CASINO E APOSTAS DESPORTIVAS

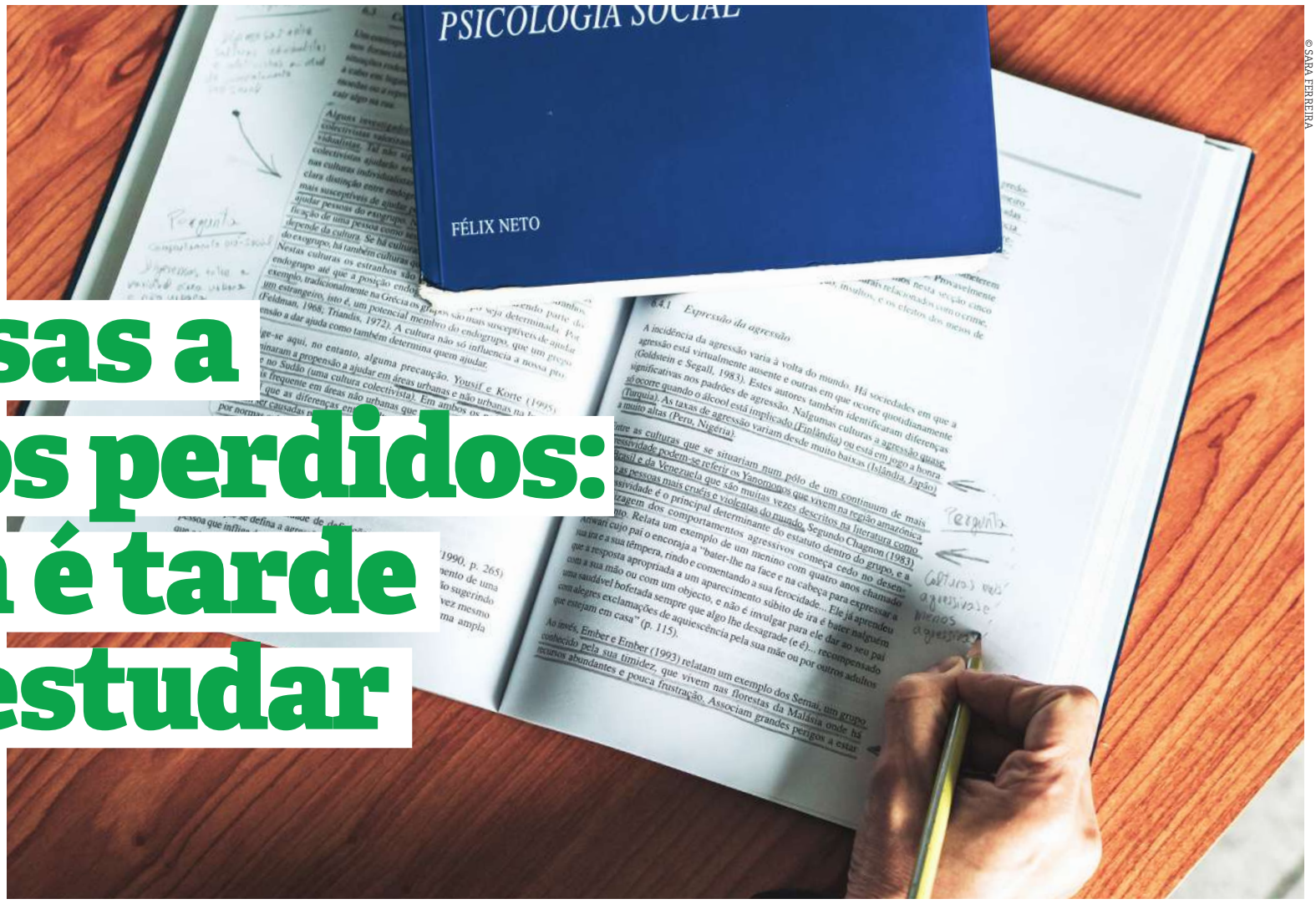
ESTÁS IN?
NO MAIOR CASINO ONLINE

100 JOGADAS GRÁTIS NO REGISTO

18+ JOGA POR DIVERSÃO, COM MODERAÇÃO.
TERMOS E CONDIÇÕES APLICÁVEIS

destaque

REPORTAGEM



© SARA FERREIRA

Dar asas a sonhos perdidos: nunca é tarde para estudar

A ideia de que a idade limita, de que os sonhos têm prazo de validade ou que há sacrifícios que já não valem a pena, não cabe na vida de todos. É o que provam Fernanda, João, Ana e Manuel que, por diversas razões, não tiveram oportunidade de estudar em idade jovem, mas nunca perderam a esperança de o fazer. Após anos em trabalhos que não os satisfaziam, candidataram-se, já adultos, ao ensino superior e mostram que, mesmo com adversidades e preconceitos à mistura, nunca é tarde para voltar a estudar.

LISANDRA VALQUARESMA

FERNANDA FERREIRA, de 54 anos, residente em Anta, é a prova de que, mesmo com poucas bases escolares, é possível chegar a níveis académicos como o mestrado. Fernanda tinha consciência da sua situação quando se propôs a abraçar o desafio. Uma infância passada na Venezuela, o pouco contacto com a língua portuguesa ou o sentimento de insegurança com que cresceu, sempre fizeram com que duvidasse de si e das suas capacidades.

Quando regressou a Portugal, com apenas o 6º ano concluído, ingressou imediatamente no mercado de trabalho. Cabeleireira de profissão, sempre lhe faltou qualquer coisa. "Comecei cedo a trabalhar, mas sempre com o sonho de um dia voltar a estudar. Casei, tive filhos e fui adiando, apesar de achar que talvez eu conseguisse. Um dia, quando fui a uma reunião na escola dos meus filhos, o professor comentou que havia a hipótese de fazer o antigo RVCC (Reconhecimento, Validação e Certificação de Competências Profissionais) para os adultos que não tinham o 9º ano", recorda, explicando que foi este o primeiro passo de uma caminhada que, na época, nem imaginava onde a levaria.

Cheia de medos, Fernanda Ferreira levou o panfleto para casa e guardou-o na gaveta. "Eu tinha um complexo de inferioridade porque eu era uma analfabeta no meu país. Como andei numa escola na Venezuela, não sabia falar corretamente e escrever muito menos". No entanto, o incentivo para que avançasse não tardou. "Eu andava numa psicóloga e abordei esse assunto. Admiti-lhe que gostava de voltar a estudar e ela motivou-me. Fui buscar o papel à gaveta e inscrevi-me".

O curso, para adultos que pretendiam concluir 9º ano, era ministrado na Escola Manuel Laranjeira. Fernanda lá foi, mas antes de preencher os papéis, confessou o entrave na língua portuguesa. "Pensava que me iam dizer que o melhor era ir embora, mas a resposta foi a contrária. A pessoa que lá estava virou-se para mim e disse-me: 'não sabe, aprende'. Aquela resposta deu-me uma força tão grande que decidi ir em frente".

Conseguida esta etapa escolar, Fernanda Ferreira avançou para a realização do 12º ano, através do programa Novas Oportunidades. Admitindo-se tratar de "mais uma conquista", e por gostar da experiência de estudar, foi-se dedicando, a par com o trabalho de cabeleireira, a fazer várias formações. Até que um dia, de forma inesperada, lhe aparece a oportunidade que não esperava.

Contente por ter sido capaz de terminar a escola, apesar de todas as dificuldades com a língua, Fernanda não sonhava com o rumo que a sua vida tomaria. "Um dia, já algum tempo depois de ter terminado o secundário, recebi um telefonema do programa Novas Oportunidades. Estavam a contactar os alunos para uma reunião que seria do nosso interesse", começa por contar. "Informaram-nos que a Universidade Aberta ia abrir um curso de qualificação para estudos superiores. Ou seja, era um curso de preparação para depois frequentar uma licenciatura".

Fascinada pela área da psicologia, Fernanda Ferreira viu na reunião uma oportunidade que pensava não conseguir, pois antes deste contacto, a antiga cabeleireira, já se tinha colocado a caminho. "Como sou destemida, e para não ficar com a pena de não tentar, já tinha ido à faculdade de psicologia da Universidade do Porto fazer um exame para o programa maiores de 23 (via especial de acesso ao ensino superior)", revela. "Só havia duas vagas e quando lá cheguei estavam mais de 100 pessoas. Eu sabia que não ia entrar, mas pelo menos tentei".

Depois de alguma pesquisa, de saber como era a universidade, Fernanda inscreveu-se. Antes de poder fazer a licenciatura, havia a obrigatoriedade de fazer três disciplinas, uma delas destinada à língua portuguesa, a mais temida pela aluna. A par com esta, optou por sociologia e filosofia. "Quem passasse nos três exames tinha direito a escolher uma licenciatura da oferta que a universidade tinha. Em sociologia tive 15, em filosofia 18 e em português, o meu grande problema, 11, mas para mim foi um 20. Aí comecei a acreditar em mim".

Fernanda inscreveu-se em Ciências Sociais com minor em Psicologia. Por motivos pessoais, que lhe roubaram tempo e foco, acabou por enfrentar algumas dificuldades em terminar o curso dentro do prazo previsto. Contudo, fê-lo. "Nessa altura, a vida estava difícil para mim, mas achei que não devia desistir e levar este compromisso até ao fim. Como nós tínhamos possibilidade de escolher quantas dis-

ciplinas fazíamos, podia ir ao meu ritmo. Acabei a licenciatura com muito sacrifício, mas acabei".

Depois de uma fase mais conturbada a nível pessoal, Fernanda resgatou o equilíbrio para prosseguir. "Eu gostava tanto de estar a estudar que, quando o curso, acabou fiquei com pena. Pensei que se eu tinha conseguido fazer a licenciatura, se calhar, também conseguia fazer o mestrado". Avançou para mais um grau, escolhendo Relações Interculturais. Realizou todo o curso em plena pandemia e defendeu a sua dissertação em outubro de 2021. Com o tema 'Aprender a ser mãe e pai de uma filha e/ou filho LGBT: o ativismo social e político das famílias', Fernanda terminou a sua fase de estudos com uma classificação de 19 valores. "Lembro-me que fiquei de boca aberta, mas, mais tarde, explicaram-me que são temas muito pertinentes, muito atuais, e que fazem falta estudos destes. Já há alguns com pessoas LGBT, mas com as famílias são quase inexistentes. Esse foi o meu contributo para a sociedade", diz.

© SARA FERREIRA

> *"Eu gostava tanto de estar a estudar que quando o curso acabou fiquei com pena. Pensei que se eu tinha conseguido fazer a licenciatura, se calhar, também conseguia fazer o mestrado"*
> ***Fernanda Ferreira***

© SARA FERREIRA

> *"Eu fui capaz e as coisas não têm que ser exatamente como as pessoas nos dizem"*
> ***João Passos***

UNIVERSIDADE FOI SOLUÇÃO PARA FALTA DE OPORTUNIDADES

"Tinha 38 anos quando decidi fazer a licenciatura em Direito. O caminho faz-se caminhando, é um passo de cada vez", afirma João Passos, advogado espinhense. Apesar de admitir que ingressar no ensino superior não tenha sido encarado como um objetivo, hoje, com 58 anos, conta que tudo foi acontecendo de forma natural.

Pertencendo a uma época em que estudar não era algo acessível a todos, João foi fazendo o caminho escolar possível. "Na minha altura, era muito diferente daquilo que é hoje. Recordo-me que quando fiz o exame da quarta classe, só dois dos miúdos é que continuaram a estudar. Era eu e outro rapaz. Todos os outros já trabalhavam, no campo ou noutro lado. A vida era assim", explica.

Apesar de ter oportunidade de avançar, João Passos só o conseguiu fazer até ao 8º ano. Aí foi obrigado a desistir e arregaçar as mangas para trabalhar, como a maioria fazia. "Fui trabalhar para uma fábrica de móveis. Depois voltei a estudar à noite para tentar acabar o secundário, só que o ensino era diferente. Matriculei-me e ainda fiz o curso, mas não acabei o secundário. Dificuldades financeiras, falta de motivação e depois custava muito um miúdo com 17 ou 18 anos ter que ficar a estudar ou ter que ir para a escola quando os outros se iam divertir".

Chamado para cumprir o serviço militar, João Passos acabou por ficar dois anos fora. Quando regressou, as dificuldades no mundo do trabalho começaram a surgir. "Os móveis que eu estava habituado a trabalhar tinham desaparecido do mercado, já ninguém queria aquilo. Como não tinha trabalho, comecei a procurar outras profissões, até porque não tinha habilitação para mais nada. Trabalhei na construção civil e depois apareceu-me a oportunidade de trabalhar num café na Rua 62. Mantive-me em cafés durante alguns anos e depois tive uma experiência como vendedor, mas não gostei", recorda. "Entretanto, como houve uma fase em que o mercado imobiliário estava em alta, a Réplica (agência imobiliária) abriu um escritório em Espinho".

João Passos tentou a sua sorte e conseguiu entrar no mundo imobiliário. Apesar de dizer que "não era propriamente um emprego, mas sim uma prestação de serviços", confessa que se acabou por dar bem no meio, ficando a trabalhar na área

CONSTRUÇÕES OBJECTIVO GRUPO
SERRALHARIA OBJECTIVO
CARPINTARIA OBJECTIVO
JARDINS OBJECTIVO
INSTALAÇÕES ELÉCTRICAS | PICHELARIA OBJECTIVO
Rua do Golf Nº 723 | 4500-605 Espinho
www.construcoesobjectivo.com
T.: 224 967 765
geral@construcoesobjectivo.com

PUB

destaque

© SARA FERREIRA

até 2003. No entanto, uma quebra no crescimento imobiliário fez com que repensasse o seu futuro. "Foi nessa altura que a ideia, que já tinha, de poder estudar voltou a surgir. Muito pela falta de oportunidades. O mercado imobiliário, que era uma coisa que eu gostava de fazer, não estava a funcionar e, portanto, não me ia assegurar a sobrevivência. Tinha que procurar uma outra situação", recorda João que, na época, já era casado e tinha uma filha.

Aproveitando a fase mais parada, decidiu voltar a estudar. Queria ingressar no ensino superior, mas havia, à partida, um problema que o impedia: não ter concluído o secundário. "Hoje em dia existe a possibilidade do acesso para maiores de 23, mas na altura era diferente. Primeiro fazia-se um exame de escrita de português e depois fazia-se o acesso normal à universidade", conta. "A minha mulher, que também ainda não tinha o 12º ano, pensou em ir também. Fomos os dois fazer os exames e passamos, mas não dava para estarmos a estudar ao mesmo tempo. Conversamos e decidimos que avançava eu, até porque ela tinha arranjado emprego na escola industrial. Apesar de não ser grande coisa, garantia-nos uma estabilidade".

Habituado a ouvir comentários sobre a sua capacidade de oratória que, de acordo com algumas opiniões, o destacavam pela positiva, João decidiu entrar para o curso de Direito, na Universidade Lusófona do Porto e frequentou o curso no regime diurno, ao contrário do que era habitual nos alunos mais velhos.

Quando João escolheu a área, ainda não havia a pretensão de exercer. Isso só apareceu mais tarde, já quase no fim, já que sentia que o fazia por "realização e valorização pessoal". Quando o terminou, inscreveu-se na ordem de advogados e fez um estágio de quase quatro anos. "Comecei logo a trabalhar numa sociedade de advogados no Porto. Não tive nenhuma dificuldade de integração no mercado de trabalho", revela, explicando que "a idade interfere na medida em que é diferente ir buscar um licenciado com 40 anos ou ir buscar um com 23 ou 24". "Os dois saberão o mesmo em termos técnicos, mas depois há a experiência de vida que o ajuda muito a antever situações que vão aparecendo nos casos".

Apesar da fácil integração, João Passos admite que o primeiro dia foi desafiante. "Puseram-me uns processos em cima na mesa e pediram-me para me inteirar daquilo. No fim do dia entregaram-me uma notificação em que dizia que havia uma audiência no dia seguinte no tribunal do trabalho. Perguntei logo com quem ia, mas disseram-me que ia sozinho. Era uma audiência simples, mas naquela noite eu não dormi. Fiquei aflito e lá tive que ir estudar aquele processo todo", recorda, divertido.

Olhando para trás e já tendo vários anos de profissão, João Passos afirma que "não foi difícil aprender", mas confessa que há dificuldades, nomeadamente em certos períodos em termos financeiros. "As propinas eram altas, mas conseguiu-se e isso trouxe-me satisfação pessoal", afirma, acrescentando que "valeu a pena".

Para João Passos "vale sempre a pena estudar" e confidencia que a sua esposa, mais tarde, teve a mesma oportunidade ao entrar para a universidade para estudar Solicitadoria.

PSICÓLOGA AOS 52 ANOS

Contrariando a ideia de que os sonhos têm prazo de validade, Ana Silva, que sempre teve o sonho de poder estudar e não o conseguiu fazer em idade jovem, entrou na Universidade do Porto, aos 47 anos, para fazer Psicologia.

Por ser uma vontade que sempre sentiu, Ana Silva, hoje com 55 anos, nunca perdeu a esperança. "Na altura em que acabei o 12º ano, a vida seguiu outros rumos, mas ficou sempre aquela vontade. Fui mãe, os meus filhos cresceram e eu tinha sempre aquele pensamento de que quando acabassem os estudos deles, ia eu. Sempre gostei de estudar. Trabalhei muitos anos numa companhia de seguros e sempre tivemos muita formação. Apesar de não ter ido tirar nenhum curso, fui sempre estudando e fazendo formações", explica.

Certo dia, ao mudar de funções no emprego que mantinha, Ana viu-se confrontada com a área que admirava. Teve formações com um professor de psicologia e o sonho de um dia poder integrar o meio veio ao de cima. "Uma vez estava a conversar com esse professor e comentei que um dia iria fazer psicologia. Ele virou-se para mim e disse: 'porquê um dia e não já?' Confesso que fui para casa a matutar naquilo".

Dias depois, Ana decidiu pesquisar como era feito o acesso para os maiores de 23 anos e acabou por perceber que os prazos de candidaturas terminavam dentro de oito dias. "Decidi concorrer, pensando que, se não entrasse naquele ano, já via como era a prova e tentava no seguinte. Achei que assim estaria mais preparada para concorrer a sério", recorda.

No dia marcado, Ana compareceu na faculdade de psicologia da Universidade do Porto, mas o primeiro impacto aconteceu logo na chegada. "Fui prestar provas e quando lá cheguei vi tanta gente que fiquei um pouco espantada. Não fazia ideia que havia tanta gente a concorrer aos maiores de 23, até porque seriam 11 pessoas selecionadas nas primeiras provas e depois só haveria quatro vagas". Ana realizou o exame, um ensaio crítico, e foi uma das selecionadas. Na fase seguinte, seria posta à prova mais uma vez e confessa que até equacionou desistir. "Quando passei da primeira prova para a segunda, ainda ponderei não ir, mas depois percebi que era impensável não seguir em frente. Tinha tirado o lugar a alguém e não podia desistir", afirma a psicóloga, contando que "há algum abandono nas pessoas que entram pelo acesso dos maiores de 23", uma vez que "as pessoas têm expectativa de conciliar as vidas e depois percebem que é muito difícil. Por isso, há uma taxa grande de insucesso e abandono".

Admitida para frequentar a licenciatura em Psicologia, Ana Silva tomou a decisão de não se deixar desviar do objetivo. Tinha cinco anos de estudos pela frente, já que a licenciatura obrigava a um mestrado integrado, e queria fazê-lo no tempo certo. "Disse sempre a mim mesma que teria que fazer o curso em cinco anos, custasse o que custasse. Não queria ficar com nenhuma cadeira para trás ou andar a atrasar. Não queria estar a perder tempo e, na verdade, nem podia porque, na altura, eu já tinha 47 anos. Se demorasse muito mais, não ia conseguir fazer nada com o curso", diz.

Ainda que muito motivada para estudar, Ana tinha pela frente anos desafiantes. Não deixou de trabalhar no emprego que mantinha e, ao mesmo tempo, frequentava as aulas normais ao lado de todos os jovens que também tiravam o curso.

"No início, perguntaram-me se eu tinha noção que iria ter aulas ao lado de pessoas jovens e se isso não seria um problema para mim. Disse logo que não. Talvez fosse um problema para eles, mas não para mim. Tenho sempre muita vontade de aprender e tenho admiração pelas pessoas que têm o saber. Enquanto que alguns dos meus colegas optavam por não ir às aulas e estudar apenas para os exames, eu não conseguia fazer isso. Tinha que ouvir nas aulas porque depois, quando ia estudar, as matérias faziam-me mais sentido", conta.

Apesar de ter que conciliar a universidade com o trabalho, Ana Silva admite que teve "muita sorte", uma vez que "tinha funções que permitiam ajustar o horário de trabalho ao das aulas". No entanto, nem sempre foi fácil e a ginástica teve que ser muita. "Tinha aulas de manhã, e ia trabalhar de tarde, mas se tivesse o dia todo, depois compensava o dobro das horas na empresa. Cheguei a sair do trabalho às 3 horas da manhã porque não queria que o meu rendimento na empresa fosse afetado por causa da universidade, pois aquilo era uma coisa minha", defende.

Habituada a fazer sacrifícios durante a licenciatura, Ana teve, igualmente, que os fazer durante o mestrado. O tempo tinha que ser bem aproveitado e nada podia falhar, principalmente quando, na parte final do curso, teve que escrever a sua dissertação. "Foram muitas horas de trabalho. Muitas noites sem dormir, mas isso já acontecia na época de exames. Posso dizer

© SARA FERREIRA

Às vezes limitamo-nos porque dizemos que já não temos idade para fazer certas coisas. Achamos sempre que a idade é um número muito importante, mas no fundo não é"

Ana Silva

© SARA FERREIRA

Comecei a trabalhar, mas percebi, a certa altura, que me faltava qualquer coisa"

Manuel Marques

que montava o meu posto de trabalho em casa, na sala, e ficava a noite toda a estudar. Às vezes, deitava-me no sofá uma ou duas horas. Para os exames sempre fui de direta porque eu não tinha mais tempo e tinha que aproveitar para estudar, mas posso dizer que a dissertação doeu", conta.

Apesar do sacrifício, o esforço valeu a pena e Ana Silva colheu frutos logo no dia da apresentação da sua tese. "Chegar ao fim com uma classificação de 18 valores atribuída por unanimidade do júri compensou tudo. Fiz a minha tese sobre famílias com pessoas transgénero e era uma área em que eu queria mesmo trabalhar. No dia em que defendi a dissertação de mestrado recebi uma proposta de trabalho nessa mesma área, por isso, acho que não podia querer melhor. Confesso que nunca pensei que pudesse correr dessa forma. Sei que é complicado, que há muita gente que sai da universidade e fica anos para conseguir arranjar um estágio ou até um trabalho. Há sempre a componente sorte, mas a sorte dá muito trabalho. E acho que isso reflete o esforço que eu tinha tido nesses cinco anos".

Perante a proposta de trabalho, que se tornou irrecusável, Ana rapidamente se integrou no mercado de trabalho. Disse sim à AMPLOS, "uma associação de mães e pais que lutam pela liberdade da orientação sexual e da identidade de género", e deu início à coordenação de um projeto financiado que estava prestes a começar. Da investigação, resultaram três livros. "Fizemos três manuais com o propósito de darem resposta, não só para as famílias de pessoas LGBT, como para as famílias de pessoas transgénero. Acabamos por fazer várias sessões em escolas, em instituições de intervenção comunitária, em órgãos públicos, hospitais etc".

No ativo e a desenvolver projetos na sua área de paixão, Ana Silva é a prova de que nem sempre o tempo é inimigo dos sonhos. Tornou-se psicóloga com 52 anos e defende que "as pessoas não devem desistir do que realmente querem", seja por medos ou preconceitos. "Às vezes, a vida leva-nos por uns caminhos e nós vamos indo, mas podemos sempre tomar as rédeas da situação e mudar. Ainda há muito para viver e aquele conceito do emprego para a vida toda e depois reformo-me já não existe".

VOLTAR À ESCOLA PARA MUDAR RUMO ACADÉMICO

Manuel Marques, de 51 anos, é mais conhecido do público desportivo por ser atualmente o presidente do Novasemente GD, ou dos cidadãos de Espinho por estar à frente de uma seguradora na cidade. No entanto, é mais um exemplo de que voltar a estudar pode estar ao alcance de qualquer um.

"Acabei o 12º ano em 1989, fui para a tropa e em 1991 fui trabalhar para uma empresa muito conhecida aqui na zona de Espinho. Comecei a trabalhar, mas percebi, a certa altura, que me faltava qualquer coisa. Eu era empregado administrativo, mas achava que nunca ia passar disso. Por uma questão de ambição pessoal e de percurso profissional resolvi fazer uma coisa que me permitisse evoluir. Nas áreas administrativas eu precisava de matemática, mas não a tinha porque eu vinha da área de humanísticas", começa por explicar.

Para contornar este problema, Manuel decidiu voltar à escola. "Recuei para o 9º ano e fui fazer matemática ao externato Oliveira Martins. Ficou-me a faltar apenas a matemática de 12º, por isso, inscrevi-me na escola Gomes de Almeida e fui terminar a disciplina à noite". Era esse o passo que faltava para Manuel Marques poder concorrer ao curso superior de contabilidade no Instituto Superior de Contabilidade e Administração de Aveiro.

Após a entrada, Manuel continuou a trabalhar. Defende que estar no mercado de trabalho ajuda na realização do curso e admite que isso faz com que as classificações sejam melhores, mesmo fazendo sacrifícios e não tendo tanta disponibilidade para estudar. "Em algumas das cadeiras eu já levava uma bagagem que me ajudava, mas, mesmo assim, foi duro e tive muitos fins de semana que eu não saía de casa", recorda.

Terminado o curso, Manuel Marques foi, progressivamente, largando a atividade que fazia. "A minha esposa tornou-se mediadora de seguros e nós começamos a juntar os dois trabalhos que se complementavam. Montamos um escritório e fui cada vez mais deixando de trabalhar por conta de outrem e passando a trabalhar por conta própria. Foi um percurso engraçado, mas que não foi fácil e de muito sacrifício. De cinco pessoas que começaram desta zona, só dois é que terminámos", comenta.

Em 2016, segundo um estudo produzido pela Fundação Belmiro de Azevedo, dois terços dos portugueses (62%) gostavam de ter mais escolaridade do que aquela que possuem e metade desses (28%) estava decidida, nos anos seguintes, a voltar à escola para mudar essa realidade. Segundo Jéssica Maganinho, psicóloga, "a evolução da sociedade originou um caminho paralelo com a educação académica. O mercado de trabalho apela à necessidade de uma maior escolaridade para integração, qualquer que seja o setor de inserção". Por este motivo, "a população opta por voltar a estudar na idade adulta, não só para aumentar as suas oportunidades de triunfo no mundo laboral, mas também para iniciar ou concluir metas interrompidas no passado". No entanto, segundo esta profissional, "é importante que a população o faça, não pelo sentimento de obrigação devido à falta de chances, mas sim pelo enriquecimento individual, aumento de conhecimento e adicionalmente aquisição de ferramentas facilitadoras".

Perante a vontade de arriscar, Jéssica Maganinho explica que "é normal que surjam momentos de dúvida e receio porque poderão ter deixado o ensino há algum tempo e é uma nova e diferente experiência". Apesar dos receios "a pessoa que pretende ingressar no mundo académico deverá desenvolver um mindset de que não existe idade para (re)começar nem a idade deverá ser um rótulo que a impeça de conquistar os seus objetivos", defende. •

PUB

4500 Espinho

ASSEMBLEIA MUNICIPAL

Mais de 86 mil euros para reparar a cobertura do FACE

Serão necessários cerca de 86 mil euros para a reparação da cobertura do FACE e mais de meio milhão para as sapatas que irão sustentar as bancadas do estádio municipal. A informação escrita do presidente da Câmara, na reunião que concluiu a 5.ª Sessão Ordinária de 2021 da Assembleia Municipal de Espinho (AM), trouxe a público estas contas, assim como a derrapagem financeira nas obras da Escola Sá Couto e na empreitada da Rua 20.

© SARA FERREIRA - ARQUIVO

MANUEL PROENÇA

NO DECORRER da sessão, João Matos, do Bloco de Esquerda (BE), colocou algumas questões relativamente à informação escrita do presidente da Câmara.

O vogal bloquista quis saber mais sobre as obras, nomeadamente do Estádio Municipal que "terá um custo extra de 583 mil euros, mais 37,89%" e da Escola Sá Couto, com um acréscimo de "18,52%, mais 754 mil euros", assim como o das obras na Rua 20 que apontam para "um desvio orçamental de 72% e três meses de atraso".

No entanto, João Matos, que procurou o esclarecimento de vários pormenores, questionou ainda sobre as reparações feitas na Piscina Municipal, as obras de reparação no Fórum de Arte e Cultura de Espinho (FACE) e dos apoios sociais concedidos pelo Município a "apenas cinco famílias".

Sobre o Estádio Municipal, Miguel Reis, presidente da Câmara, explicou que "não há que esconder a derrapagem" e que isso se deve "a um erro de cálculo estrutural, nas sapatas que irão sustentar as bancadas", havendo, por isso, a necessidade de as reforçar. "É algo que custa muito dinheiro", sublinhou.

Sobre o FACE, o autarca esclareceu que as obras têm a ver com "a reparação das coberturas". Trata-se de "um edifício antigo e que não teve manutenção ao longo dos anos", acrescentando que essa obra "irá custar 86.278 euros".

"A PRAIA DE PARAMOS NÃO VAI SER ARRASADA!"

Na discussão sobre o POC-CE, (Programa da Orla Costeira Caminha – Espinho), Ana Rezende, vogal da CDU, quis saber "como é que o executivo está a projetar se tiver de desalojar populações na Praia de Paramos" e João Matos considerou ser "matéria de enorme importância" e que "não se deveria tratar de uma mera formalidade".

Manuel Dias, presidente da Junta de Freguesia de Paramos, teceu críticas a estes vogais que, em seu entender, estavam a querer "assustar a população da Praia de Paramos". O autarca paramense fez questão de "descansar a população", garantindo que nada seria feito "nas costas das pessoas".

"Sabemos da perigosidade da zona e temos a obrigação de olhar para aquela gente de forma séria e responsável" afirmou Manuel Dias, prometendo que, na devida altura, "haverá uma sessão de esclarecimento com a população". O autarca de Paramos garantiu que "esta será uma forma séria de tratar do assunto".

Por sua vez, Teixeira Lopes, vogal socialista, considerou que esta alteração levada à AM "é vital para implementar a defesa do avanço do mar", nomeadamente, "na Praia de Paramos. Não se trata de uma deslocalização da população. São cinco ou seis habitações que estão em risco e que irão ser transferidas para um local em segurança, perto da praia".

Por fim, Miguel Reis garantiu que "a Praia de Paramos não vai ser arrasada!" e esclarece: "Vamos continuar a defender a costa, acompanhar e monitorizar a população. Há a intensão da demolição de quatro a seis habitações e de um estabelecimento. Mas está prevista a sua deslocalização para uma zona de segurança no Lugar da Praia", explicou o autarca espinhense dizendo que "as famílias estão identificadas e os lotes também".

Miguel Reis prometeu "continuar a trabalhar na defesa da costa e em planos que salvaguardem os interesses do Município", dizendo: "Vamos entrar num período de discussão pública. Vamos promover algumas sessões de esclarecimento. É importante que as pessoas estejam informadas e não precisamos de equacionar cenários que não existem", concluiu. •

"Feira de vaidades?!"

Uma expressão utilizada pelo vogal do BE, João Matos, foi a de "feira de vaidades" no que respeita ao trabalho do Município durante a pandemia. O vice-presidente da Câmara, Álvaro Monteiro veio explicar que o executivo "antecipou-se ao estado de calamidade" que mais tarde veio a ser decretado pelo Governo, reabrindo o Centro de Vacinação da Seara, o que permitiu "acelerar o processo da vacinação".

Álvaro Monteiro sugeriu que todos os vogais da AM "viessem a identificar todas as questões que se prendem com o futuro" e propôs que estes "convençam os cerca de 1500 espinhenses que não se quiseram vacinar", usando dos seus "poderes de persuasão".

Álvaro Monteiro considera ser importante "preparar o Município para o desafio do futuro próximo" uma vez que "em junho será necessário vacinarem-se cerca de seis mil pessoas. É aqui que temos de estar alinhados", sublinhou o vice-presidente que concluiu dizendo que "em Espinho houve cerca de sete mil pessoas infetadas com a Covid-19". • MP

DEFESA DE ESPINHO - 4675 - 17 FEVEREIRO 2022

ESPINHO CÂMARA MUNICIPAL

HASTA PÚBLICA

EDITAL 26/2022

PUB

Adelino Miguel Lino Moreira Reis, Presidente da Câmara Municipal de Espinho:
Faz público, em cumprimento da deliberação tomada por esta Câmara Municipal em sua Reunião Ordinária de 07 de fevereiro de 2022, que no próximo dia 21 de fevereiro de 2022, pelas 16h00, na Sala de Reuniões da mesma Câmara, realizar-se-á um procedimento de hasta pública para atribuição, a título precário, da exploração comercial do espaço destinado a cafetaria, sito no edifício da Biblioteca Municipal José Marmelo e Silva.
O programa e condições para realização deste procedimento de hasta pública, encontram-se à disposição dos eventuais interessados na página da Internet do Município de Espinho, com o seguinte endereço eletrónico: www.cm-espinho.pt, nos Serviços de Atendimento Municipal de Espinho, todos os dias úteis, durante o horário normal de funcionamento.
E para constar se passou este e outros de igual teor que vão ser afixados nos lugares de estilo.
Espinho, 8 de fevereiro de 2022.

Presidente da Câmara
Adelino Miguel Lino Moreira Reis

PRÓXIMAS COLHEITAS LIONS

27 FEVEREIRO – Salão Paroquial Guetim
26 MARÇO – Junta de Freguesia de Silvalde
11 ABRIL – Salão Paroquial Anta
1 MAIO – Escola EB N.º 2 Espinho

SAÚDE

Meia centena de Polícias dão sangue em Espinho

Cerca de cinco dezenas de polícias estiveram durante a manhã da passada quinta-feira [10 de fevereiro] nas instalações da Divisão Policial de Espinho da PSP (Polícia de Segurança Pública) numa ação altruísta de dádiva de sangue.

MANUEL PROENÇA

A INICIATIVA partiu da própria PSP de Espinho, para todas as esquadras da Divisão Policial e contou com a colaboração do Lions Clube de Espinho e do Instituto Português do Sangue e da Transplantação (IPST).

"Foi uma iniciativa da Divisão de Espinho da PSP em colaboração com o Lions Clube de Espinho e envolveu polícias de Espinho, Santa Maria da Feira, Ovar e S. João da Madeira", começou por dizer o comandante da Divisão Policial de Espinho da PSP, subintendente José Alves.

"Trata-se de um evento simpático e que tem, para nós, um grande significado porque estamos a contribuir diretamente para o auxílio dos nossos cidadãos", acrescentou o comandante da PSP de Espinho sublinhando que a iniciativa "nasceu de forma espontânea e tendo em conta as baixas reservas de sangue a nível nacional. Por isso, é importante colaborar desta forma, dando sangue".

José Alves lembrou que para que o IPST viesse a Espinho efetuar esta colheita era necessário preencher-se um requisito mínimo de ter 40 pessoas. "Conseguimos ultrapassá-lo e juntamos mais de meia centena de polícias", contou José Alves, acrescentando que "não puderam cá estar mais polícias porque houve a necessidade de manter os nossos serviços em funcionamento e, daí que tivéssemos de gerir estes nossos recursos. Ainda assim, consideramos tratar-se de um número muito significativo de polícias que aderiram a esta iniciativa, que partiu de nós, e que foi devidamente autorizada pelo Comando de Aveiro", esclareceu, enaltecendo "a colaboração dos comandantes das subunidades e de todos os polícias que aderiram de forma significativa".

José Maia, presidente do Lions Clube de Espinho, confessou que o clube que representa aderiu de forma imediata à ideia. "Todas as iniciativas que houver para aumentar a dádiva de sangue, o Lions Clube de Espinho estará sempre disponível para colaborar", salientou, acrescentando que "não estava na calendarização anual e, por isso, só vem enriquecer a atividade nesta área".

José Maia fez questão de enaltecer a participação do IPST "que se prontificou a vir efetuar esta colheita mediante um número mínimo de 40 pessoas. Ora, este número foi ultrapassado por parte dos elementos desta

© FRANCISCO AZEVEDO

Divisão Policial de Espinho. Considero, por isso, que foi extraordinário, não para o Lions Clube de Espinho, mas para a sociedade", concluiu.

Rosa Maria Gomes, comissária da PSP, já é doadora de sangue desde os 18 anos de idade e, por isso, "não foi difícil fazê-lo mais uma vez".

"Ouvi nas notícias da televisão que as reservas de sangue estavam abaixo do nível desejado. Juntamente com outras pessoas, achámos que deveríamos lançar esta iniciativa dentro da PSP. A nossa comandante distrital, superintendente Virgínia Cruz compreendeu e acolheu muito bem esta ideia, autorizando esta colheita", explicou a oficial da Polícia.

Para Rosa Maria Gomes, a PSP conseguiu concentrar "um número considerável de polícias que quiseram contribuir com este ato altruísta para o aumento das reservas de sangue no nosso país. Saliento que a maior parte destes polícias nunca deu sangue e que o fez pela primeira vez", conclui. •

> *"Trata-se de um evento simpático e que tem, para nós, um grande significado porque estamos a contribuir diretamente para o auxílio dos nossos cidadãos"*
> *José Alves, comandante da PSP Espinho*

© ARQUIVO

1945-2022

Faleceu António Cavacas

ANTÓNIO CAVACAS, antigo vogal e membro da mesa da Assembleia Municipal de Espinho faleceu na passada sexta-feira [11 de fevereiro], aos 77 anos.

Considerado um histórico do Partido Socialista (PS) local, António Cavacas foi, também, diretor da Cooperativa Nascente e do CINANIMA. Jurista de profissão, António Cavacas destacou-se pelo trabalho que desenvolveu na cultura e, sobretudo, na política local.

"Homem culto, leitor assíduo de autores clássicos e contemporâneos, a par de cinéfilo e grande conhecedor do cinema de animação, era pessoa de trato fácil e desprovida de pretensões que nada acrescentariam às suas naturais competências pessoais e aos seus notórios princípios humanistas", dá nota das características pessoais de Cavacas a página oficial do CINANIMA, anunciando a morte do seu antigo diretor.

"Aqui exerceu as mais diversas funções e assumiu múltiplas responsabilidades, que aumentaram com a morte de António Gaio, de quem foi colaborador direto durante muitos anos e nas mais variadas áreas da Nascente, em particular no grande desafio anual de garantir a realização de sucessivas edições do CINANIMA, acabando por vir a assumir a direção executiva do Festival durante anos", conclui aquela organização espinhense. •

REQUALIFICAÇÃO

Trânsito proibido desde a Rua 20 até à Rua 8

Para proceder a trabalhos na rede de saneamento e realizar a pavimentação da zona, o trânsito está temporariamente proibido na ligação da Rua 20 com a Rua 8. A zona deveria ter sido vedada na quinta-feira [10 de fevereiro], mas só aconteceu na passada segunda-feira [14 de fevereiro].

Segundo a Câmara Municipal, "torna-se necessário proceder ao desvio do trânsito" e, por isso, a chegada à cidade pode ser feita através da Rua 20, descendo a Rua 3, até à 8.

Esta obra decorre no âmbito dos trabalhos de requalificação da entrada norte da cidade e tem um prazo de execução de 30 dias. •

DEFESA DE ESPINHO - 4675 - 17 FEVEREIRO 2022

ASSOCIAÇÃO ACADÉMICA DE ESPINHO
COLECTIVIDADE DE UTILIDADE PÚBLICA
CONVOCATÓRIA

Convocam-se todos os sócios da ASSOCIAÇÃO ACADÉMICA DE ESPINHO, no pleno gozo dos seus direitos estatutários, para uma assembleia geral a realizar no próximo dia 24 de fevereiro de 2022, pelas 21.30 horas, no Pavilhão Arq. Jerónimo Reis, e com a seguinte

ORDEM DE TRABALHOS

1. Apreciação, discussão e aprovação do Relatório de Actividades e Contas do exercício de 2020/2021 .
2. Discussão de qualquer outro assunto de interesse para a colectividade.

Nos termos do disposto no art. 54° n°s 1 e 2 dos Estatutos, a reunião terá o seu início à hora acima indicada, caso estejam presentes sócios em número igual ou superior à maioria dos sócios no pleno gozo dos seus direitos. Se tal não acontecer, a assembleia geral funcionará e deliberará validamente, qualquer que seja o número de sócios presentes, meia hora depois da hora acima indicada. Serão adoptadas todas as normas de segurança sanitária que se encontrem em vigor à data da assembleia.

Espinho, 10 de Fevereiro de 2022
O Presidente da Mesa da Assembleia Geral
Dr. Amadeu José Melo Morais

PUB

DEFESA DE ESPINHO - 4675 - 17 FEVEREIRO 2022

A.C.C.V. ESPINHO
CONVOCATÓRIA ASSEMBLEIA GERAL ELEITORAL

Nos termos do disposto nos artigos 29º, alínea b), do artigo 32º, e 57º do Regulamento Interno, convoco todos os sócios do AeroClube da Costa Verde a reunirem-se em Assembleia Geral Eleitoral, na sede, sita no Aeródromo de Paramos - Espinho no dia 26 de março de 2022, com a seguinte ordem de trabalhos:
Ponto único: Eleição dos corpos sociais para o triénio 2022-2025
A mesa de voto encontrar-se-á aberta das 17:00 até às 18:00 horas na sala dos pilotos.
AVISOS:
1. Nos termos do disposto na alínea e) e seguintes do artigo 57° do Regulamento Interno do Aeroclube, as listas de Sócios candidatos a qualquer um dos Corpos Sociais deverão dar entrada na Secretaria do Aeroclube, propostas por pelo menos 10 Sócios Efetivos no pleno gozo dos seus direitos, com uma antecedência mínima de 10 dias em relação à data da Assembleia Geral.
2. Os sócios que se encontrem impedidos de se deslocarem ao Aeroclube poderão fazer-se representar por procuração passada a favor de outro sócio, nos termos do disposto na alínea c), do artigo 8º, do Regulamento Interno do Aeroclube, com os limites impostos pela alínea e) do mesmo artigo.
3. Nos termos da alínea b) e c), do artigo 57°., só têm capacidade eleitoral os Sócios que estejam no pleno gozo dos seus direitos até 5 dias após a data de publicitação da presente convocatória, altura na qual será encerrado o caderno eleitoral.
Espinho, 11 de fevereiro de 2022
O Presidente da Mesa da Assembleia Geral
Paulo Alexandre Soares

PUB

DEFESA DE ESPINHO - 4675 - 17 FEVEREIRO 2022

A.C.C.V. ESPINHO
CONVOCATÓRIA ASSEMBLEIA GERAL ORDINÁRIA

Convocam-se os sócios do ACCV para Assembleia Geral Ordinária nos termos da alínea a) do Artigo 28º do Regulamento Interno.
A mesma terá lugar na Sede do Aeroclube, sita no Aeródromo de Paramos – Espinho, no dia 26 de março de 2022, pelas 14:30, com a seguinte ordem de trabalhos:
1. Aprovação da ata anterior;
2. Analisar e deliberar sobre as Contas do Exercício, Relatório Anual da Direção e o Parecer sobre eles formulado pelo Conselho Fiscal relativo ao ano de 2021;
3. Outros assuntos de interesse.

Nos termos da alínea d) do Artigo 32º, do Regulamento Interno, fica desde já convocada a Assembleia-geral que funcionará em segunda convocatória, meia hora mais tarde, com qualquer número de sócios.

Espinho, 11 de fevereiro de 2022
O Presidente da Mesa da Assembleia Geral
Paulo Alexandre Soares

PUB

4500 Freguesias

ANTA

Travessa da Aldeia Nova não tem saneamento nem água da rede pública

O muro que impedia a passagem de alguns veículos foi derrubado, no final de junho do ano passado. Esteve a condicionar a Travessa da Aldeia Nova, durante longos anos, mas acabou por cair, por acordo entre o Município e a proprietária do terreno. Mas o arruamento continua sem obras e, principalmente, sem saneamento e a água da rede de abastecimento público não chega às habitações. Existem ali cerca de uma dúzia de casas e deverão lá morar quase meia centena de pessoas.

© DR

MANUEL PROENÇA

SÃO CASAS que estão ali há décadas, cujos proprietários querem, ansiosamente, a sua legalização. No entanto, a água de abastecimento público não chega às portas, falta o saneamento e o arruamento mantêm-se tal como foi deixado no verão do ano passado. Um pequeno pedaço de muro continua a ser um obstáculo à passagem de uma viatura um pouco mais larga. Apenas os automóveis ligeiros conseguem avançar.

"Vi isto tudo a começar e já estou aqui há mais de 50 anos", conta o morador, António Sousa, que seguia, a pé, pela Travessa da Aldeia Nova para visitar a sua filha. "Não há saneamento nem água da companhia e disseram que isso seria obrigatório para todas as casas, independentemente de serem, ou não, clandestinas", explicou, reconhecendo, contudo que "o presidente da Câmara que entrou ainda não teve tempo para atuar. Porém, enquanto candidato, esteve aqui e viu como estava esta situação", acrescentou.

António Sousa reconhece que o facto de ter sido derrubado o muro que impedia a passagem de viaturas "foi uma grande coisa, mas falta arranjar o piso. Mas, até compreendo que não o façam antes de dotar esta zona com infraestruturas de água e de saneamento", observou aquele antense.

Segundo António Sousa, "as casas abastecem-se de água em poços, despejam o saneamento em fossas e, às vezes, vem cá um trator que procede à limpeza das fossas".

Quanto ao arruamento, António Sousa lembra que o anterior executivo da Câmara "terá prometido construir um novo muro no terreno contíguo à rua, mas mais recuado, fazer um passeio para as pessoas e dotar esta zona de saneamento e de água. Mas até agora, nada foi feito", lamentou.

De acordo com aquele morador, a Travessa da Aldeia Nova tem mais um pequeno problema que precisa ser resolvido: "O muro que está a vedar o espigueiro e que aperta a entrada para a rua. Os carros mais pequenos passam, mas se vier aqui uma carrinha, já não passa tão bem. Até já houve quem batesse na esquina da casa e que a tenha danificado! Até as ambulâncias têm alguma dificuldade em passar naquele afunilamento", conta.

José António Santos reside na zona há 34 aos. Comprou um terreno, "baratíssimo" e construiu a sua casa.

"Antigamente esta zona era formada por campos agrícolas, mas as pessoas começaram a construir as suas casas. Mais tarde, conseguimos pressionar a autarquia para colocar alcatrão nesta estrada que era em terra batida", recorda o morador.

"Alargaram o caminho, mas falta o saneamento básico e a água. As pessoas têm a água dos seus poços e algumas pessoas despejam as fossas para os campos porque não há outra forma de se resolver, no momento, os problemas", dá conta José António Santos lembrando que "na altura da campanha para as eleições autárquicas, os senhores do Partido Socialista e o atual presidente da Câmara vieram cá. Prometeram dotar esta zona de saneamento".

O morador afirma que o propósito daquela população é o de "legalizar as casas, mas não é possível fazê-lo sem estas infraestruturas essenciais".

Também com casa há três décadas na Travessa da Aldeia Nova, Ana Mendes reconhece a obra que ali foi feita ao derrubarem o muro que apertava a rua.

"O problema do muro ficou resolvido, mas falta o saneamento e o abastecimento público de água", disse Ana Mendes na esperança de que "venham a completar esta obra em breve".

Ana Mendes contou que já fez o pedido para a instalação da água e que os técnicos até já foram verificar a situação no local. Porém, "o ramal ainda não está construído e foram-se embora", lamenta a moradora dando nota de que só ali "moram quase 50 pessoas. E se houver falta de água nos poços?"- questiona Ana Mendes. •

"Não há saneamento nem água da companhia e disseram que isso seria obrigatório para todas as casas, independentemente de serem, ou não, clandestinas"
António Sousa

"Antigamente esta zona era formada por campos agrícolas, mas as pessoas começaram a construir as suas casas. Mais tarde, conseguimos pressionar a autarquia para colocar alcatrão nesta estrada que era em terra batida"
José António Santos

"O problema do muro ficou resolvido, mas falta o saneamento e o abastecimento público de água"
Ana Mendes

SAÚDE

ADUSA quer promover o bem-estar dos utentes e dos profissionais da USF Anta

© DR

A ASSOCIAÇÃO de Defesa dos Utentes de Saúde de Anta (ADUSA) foi criada em 2017 e realizou um trabalho que esteve interrompido desde o início da pandemia na Unidade de Saúde Familiar (USF) de Anta. Com estatutos próprios e com um contributo já reconhecido naquela unidade de saúde, a ADUSA irá apresentar-se publicamente no próximo sábado, 19 de fevereiro, às 15 horas, no salão nobre da Junta de Freguesia de Anta/Guetim.
"As restrições devido à pandemia obrigaram-nos a suspender todo o nosso trabalho na USF de Anta. Mas ajudámos, nessa altura, na realização de inquéritos que, mais tarde, vieram a ser fundamentais para que a USF viesse a receber uma certificação por parte da Direção Geral da Saúde (DGS)", explicou à Defesa de Espinho o presidente da direção da ADUSA, José Correia.
Para já fazem parte desta associação uma dúzia de cidadãos, mas José Correia quer, a partir de agora, iniciar um processo de angariação de associados, de forma a poder fazer crescer a ADUSA e, dessa forma, "ter um papel ainda mais ativo" junto daquela unidade.
Segundo José Correia, o trabalho da ADUSA passa por "informar os direitos e deveres aos utentes", e por "promover o seu bem-estar, assim como o dos profissionais daquela unidade".
É intenção desta associação, segundo o seu presidente, "colaborar com a coordenação da USF de Anta, ajudando a resolver as necessidades e os problemas desta unidade de saúde, quer dos utentes, quer dos próprios profissionais. Queremos que haja, acima de tudo, dignidade nos cuidados a prestar aos nossos utentes e, para isso, estamos dispostos a colaborar em todas as atividades promovidas pela própria USF, quer com a coordenação, quer com os próprios profissionais, de forma a podermos valorizá-la", sublinha.
O presidente da ADUSA revelou que, entretanto, os elementos desta associação tiveram a oportunidade de frequentar uma formação com a DECO que resultou de uma parceria entre aquela instituição e a DGS e que teve a duração de um ano. "Isto levou-nos a aprender a lidar com tudo aquilo que nos propomos desenvolver enquanto associação junto da nossa população", concluiu José Correia. • MP

4500 Região

TRANSPORTES

© DR

TGV 'pára' em Gaia e dimensiona interface em Santo Ovídio

O TGV vai ter uma estação em Gaia, transformando Santo Ovídio numa mega central distribuidora de transporte público. A versão inicial do projeto do TGV não previa uma estação na cidade, mas sim a ligação de Campanhã a Aveiro.

LÚCIO ALBERTO

OBSERVANDO que, por enquanto, possa não se afigurar entendível ajustar a passagem da linha ferroviária a Santo Ovídio, o autarca gaiense Eduardo Vítor Rodrigues revela a projeção de um 'interface' com as duas linhas de metro e restantes transportes públicos, transformando o lugar da freguesia de Mafamude – conhecido pela sua movimentada rotunda – numa grande central distribuidora de transporte público.

O argumento de Eduardo Vítor Rodrigues para a relevância da estação de Santo Ovídio relaciona-se com a velocidade que entre Campanhã e Gaia não será elevada e com uma nova travessia sobre o Douro, através de uma ponte 'espelho' junto à Ponte de São João.

O também presidente do Conselho Metropolitano do Porto adianta que o processo de conversação com a Infraestrutura de Portugal (IP) ficou encerrado ainda no outono de 2021, tendo apenas agora vindo a público, numa altura em que o Plano Diretor Municipal de Gaia está em revisão e são discutidos os sistemas intermodais.

Entretanto, recorde-se que em 2005 foi projetado o tráfego ferroviário de alta velocidade afetando os territórios de Guetim e Nogueira da Regedoura. O TGV teria apenas duas linhas (Lisboa-Porto e Lisboa-Madrid), em vez de quatro como fora inicialmente equacionado, e quatro paragens entre Lisboa e Porto (Ota, Leiria, Coimbra e Aveiro). Era uma nova versão para a implementação do comboio de alta velocidade entre Portugal e Espanha. A definição da rede de alta velocidade dependia dos projetos para o aeroporto internacional da Ota. De acordo com o pré-modelo estavam previstas quatro ligações entre Portugal e Espanha: Porto-Vigo com investimentos na ordem dos 1.300 milhões de euros, Aveiro-Salamanca (2.300 milhões de euros), Lisboa-Madrid (1.900 milhões de euros e sendo que esta seria mista, isto é, serviria também para transportes de mercadorias) e Évora-Huelva, com passagem por Faro (2.600 milhões de euros).

Acresce que a Junta de Freguesia de Guetim, que então vigorava no quadro administrativo autárquico, promoveu uma sessão de esclarecimento e reuniões adicionais face à preocupação gerada na comunidade guetinense com a eventual afetação de terrenos privados e públicos. •

O TGV que vai ser lançado inclui uma estação intermodal em Santo Ovídio.

No projeto inicial, a partida do TGV seria feita de Campanhã, sendo que a primeira paragem era Aveiro.

MOBILIDADE

Lançada a primeira pedra do Interface de Transportes Lourosa/Fiães

FOI LANÇADA a primeira pedra da empreitada de construção do Interface de Transportes Lourosa/Fiães, na Rua Principal do Bolhão (EN 326). A obra encetada no sábado de 12 de fevereiro, e com prazo de execução de 365 dias, implica o investimento aproximado de um milhão e meio de euros e uma candidatura a fundos europeus.

Trata-se de uma importante infraestrutura para a melhoria da rede de transportes no concelho de Santa Maria da Feira, dispondo de zona para utilizadores, com sala de espera, zona de atendimento e bilheteiras e instalações sanitárias.

O projeto prevê ainda uma cafetaria, tabacaria, uma zona de despacho e áreas técnicas de arrumos. As áreas exteriores contemplam um parque automóvel para 70 lugares, bem como uma área de paragem de curta utilização, um parque bus para sete autocarros e um cais urbano anexo ao edifício. Estão ainda previstos postos de carregamento elétrico e a relocalização das paragens de táxis para a frente do edifício. E, igualmente, uma zona de aparcamento para bicicletas, próxima do edifício, num total de 20 lugares, bem como zonas pedonais e áreas verdes. •

SAÚDE

Nova USF serve 10 mil habitantes de Nogueira da Regedoura e São Paio de Oleiros

JÁ ESTÁ EM CURSO a empreitada de construção da nova Unidade de Saúde Familiar (USF) de Nogueira da Regedoura/S. Paio de Oleiros, que vai servir os cerca de 10 mil habitantes das duas freguesias vizinhas no norte do concelho de Santa Maria da Feira.

A nova USF, a construir de raiz na fronteira entre S. Paio de Oleiros e Nogueira da Regedoura, é uma obra há muito reclamada pela população ao nível dos cuidados de saúde primários. O edifício será composto por sete gabinetes médicos e sete salas dedicadas a tratamentos, saúde materna, saúde infantil, enfermagem e atendimento, para além de vários espaços funcionais.

A obra tem um prazo de execução de 365 dias e representa um investimento superior a 1,5 milhões de euros. Esta empreitada faz parte do plano municipal reabilitação e ampliação da rede de equipamentos de saúde primários, que contempla várias intervenções a curto prazo, nomeadamente a construção da USF de Canedo, em fase de concurso, e da USF de Milheirós de Poiares, em fase final de projeto, bem como a ampliação da USF de Rio Meão, a iniciar em março, e a ampliação/reabilitação da USF de Romariz, também em fase final de projeto. •

LAZER

Passadiços do Paiva eleitos como melhor atração de turismo de aventura do mundo

© DR

OS PASSADIÇOS do Paiva voltam a colocar Arouca em destaque nos 28.º World Travel Awards, ao receberem mais um "óscar do turismo" para a melhor atração de turismo de aventura do mundo, em 2021.

Os passadiços do Paiva contavam ainda com a nomeação para melhor projeto de desenvolvimento turístico do Mundo 2021, sendo eleitos como melhor atração de turismo de aventura da Europa e melhor projeto de desenvolvimento turístico da Europa. •

PUB

pessoas & negócios

EMPREENDEDORISMO

© FRANCISCO AZEVEDO

Meias com sola Snuggies vêm para substituir as pantufas e os chinelos

Snuggies é uma marca que tem 'pais' espinhenses. Tios e sobrinha idealizaram-na e criaram-na em tempo de pandemia e, atualmente, é um negócio em franca expansão. Meias com sola, fazem parte desta ideia da família silvaldense Ferro – Beatriz, Fernando e Leonel –, tios e sobrinha. Um produto que passou além-fronteiras e que se pretende enraizar nos hábitos dos portugueses.

MANUEL PROENÇA

A MARCA deu os seus primeiros passos nas vendas em julho de 2021. Porém, a este percurso antecedeu um período de cerca de dois anos, que "envolveu estudos do plantar dos pés, do tipo de meia, da malha, etc.". "Teria de ser uma meia muitíssimo confortável", explica Beatriz Ferro, acrescentando que a comercialização do produto foi feita, "em primeiro lugar, online", conseguindo entrar no El Corte Inglès, em Lisboa e em Vila Nova de Gaia, mas também já com um ponto de venda na Suíça e um outro em Santa Maria da Feira, numa loja de família. "O próximo passo é alargar os horizontes expandindo a marca pela Europa", diz a mentora do projeto que reconhece ser resultado de "uma análise do mercado e do bom feedback" o que os leva a avançar para outras geografias.

Todos os modelos são usados quer para homem, quer para mulher, à exceção das Snuggies cor-de-rosa, que se destinam exclusivamente às mulheres. "Inicialmente pensávamos que iríamos ter uma maior venda nas Snuggies para as crianças, mas, curiosamente, são os adultos que estão a procurar mais o nosso produto, sobretudo o mercado feminino. Mas penso que será uma questão de tempo para que isto se generalize", adianta Beatriz Ferro.

As Snuggies existem com tamanhos do 20 ao 46 e cada plantar "é pensado para o respetivo tamanho", evidencia Beatriz Ferro, acrescentando que "a própria densidade da sola difere de tamanho para tamanho e de acordo com o peso que deverá suportar". "Tudo foi pensado e estudado para oferecermos um produto de qualidade", refere a responsável.

IDEIA EM TEMPO DE PANDEMIA

A ideia das Snuggies surgiu em tempo de pandemia. Tendo por hábito deixar o calçado à porta de casa, seria necessário ter conforto nos pés. "Umas vezes andávamos de chinelos e noutras, de pantufas. Foi por isso que surgiu a ideia de termos uma meia com uma sola", explicou Beatriz Ferro.

O facto de os seus tios terem uma fábrica na área da metalomecânica e uma empresa que desenvolve e produz formas acabou por facilitar a criação deste novo produto. "O meu tio, Fernando Ferro, trabalhou durante muitos anos no calçado, o que lhe deu um extraordinário *know-how*. Por isso, o passo seguinte foi procurarmos fornecedores de meias e arranjarmos material confortável e de acordo com aquilo que pretendíamos. Acabámos por conseguir solas e meias muito boas", conta a responsável da Snuggies.

Beatriz Ferro está à frente do projeto e o conceito criativo e o design das meias são de sua inteira responsabilidade. No entanto, "tudo passa pelo 'crivo' do grupo", explica a jovem empreendedora, enaltecendo a ajuda das várias empresas do grupo. "Gostamos de reunir o máximo de opiniões para termos a certeza de que o produto é apelativo", acrescenta.

Por fim, Beatriz Ferro realça o facto de as Snuggies terem "uma forte componente amiga do ambiente". "O nosso objetivo é atingir níveis de maior eficácia a nível ambiental", conclui. •

"Experimentem este produto de forma a poderem sentir o conforto que as peças proporcionam. Ver uma fotografia, por si só, não chega. Desta forma, as pessoas poderão observar a sua qualidade"

Beatriz Ferro

Os factos vistos à lupa

Uma parceria com o Instituto +Liberdade

Habituámo-nos a ouvir que o acesso à saúde em Portugal é "tendencialmente gratuito" e "universal". Os números, no entanto, desmentem. Vejamos...

Em média, a despesa anual em saúde por agregado familiar português é de 4.916€. Deste valor, 61% corresponde a financiamento público (nomeadamente SNS). Quase 10% é financiado por seguros e subsistemas de saúde aos quais as famílias aderem voluntariamente. No entanto, há ainda cerca de 30% de despesa proveniente de pagamentos diretos pelas famílias aos prestadores de saúde (farmácias, co-pagamentos, serviços privados não comparticipados pelos seguros, taxas moderadoras, etc.).

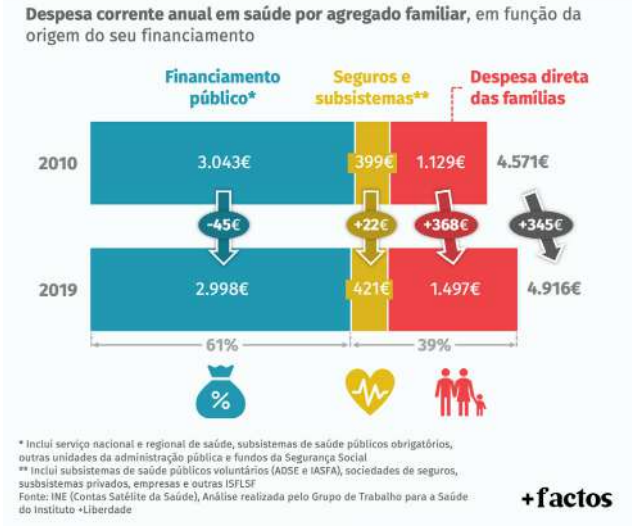
A despesa anual em saúde por agregado familiar aumentou 8% entre 2010 e 2019, ou seja, +345€ por ano, graças ao aumento de 368€ na despesa direta das famílias e +22€ em seguros e subsistemas de saúde. Em sentido oposto, o financiamento público reduziu (-1%, que representa menos 45€ por agregado familiar por ano).

Voltamos ao ponto inicial: será o acesso à saúde em Portugal "tendencialmente gratuito" e "universal"? Se fosse universal, as famílias portuguesas não precisariam de gastar, em média, mais de 400 euros sem seguros e subsistemas de saúde. A incapacidade de resposta do sistema público conduz ao aumento das listas de espera, eliminando o princípio da universalidade, e "forçando" as famílias – as que podem, financeiramente – a subscrever seguros de saúde, que lhes permitem aceder aos mesmos serviços em menos tempo, mas assumindo duplicação de custos de saúde (o público, através das suas contribuições fiscais, e o privado, através dos seguros de saúde). Além disso, tendo em conta que 39% dos custos estão diretamente a cargo das famílias, também não é "gratuito" (a começar, desde logo, pelo custo nas farmácias).

A fatia de despesa suportada diretamente pelas famílias aumentou, o que revela um maior recurso ao setor privado, em detrimento dos serviços públicos. Um sinal de alerta, ainda mais porque uma parte significativa da população não tem esta opção, ficando sujeita a todas as ineficiências e fragilidades do atual SNS.

André Pinção Lucas
14 de fevereiro de 2022

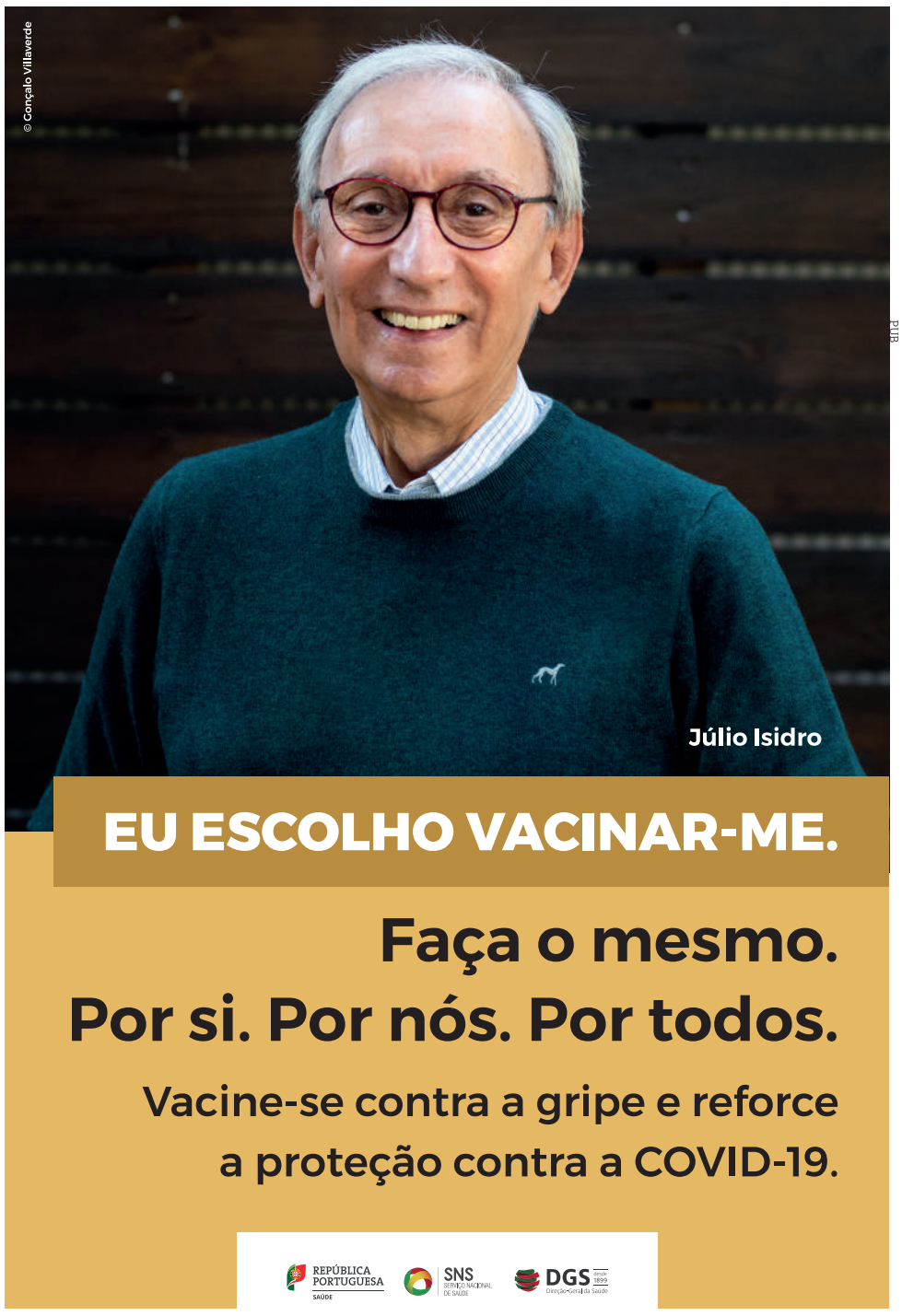
Famílias assumem 39% das despesas em saúde e suportaram todo o aumento da despesa no setor desde 2010. O financiamento público reduziu.



opinião
Tito Miguel Pereira

Também tu Europa!?

No dealbar do milénio, no ano de 2000, os Chefes de Estado e de Governo da União Europeia aprovaram o objectivo estratégico para a União Europeia: tornar a economia europeia a mais competitiva do mundo até 2010.
No reconhecimento da perda de dinamismo e de posição da Europa face às economias desenvolvidas e às economias emergentes, o objectivo declarado na Cimeira de Lisboa, em Março de 2000, era tornar a União Europeia na economia baseada no conhecimento mais dinâmica e competitiva do mundo, capaz de garantir um crescimento sustentável, com mais e melhores empregos e com maior coesão social, num desígnio comum que veio a ser conhecido como Estratégia de Lisboa.
Uma década mais tarde, em Março de 2010, a União Europeia apresenta a Europa 2020: Estratégia para um crescimento inteligente, sustentável e inclusivo, no desenvolvimento de uma economia baseada no conhecimento e na inovação; numa economia mais eficiente em termos de utilização dos recursos, mais ecológica e mais competitiva; e numa economia com níveis elevados de emprego que assegure a coesão social e territorial.
No seu prefácio afirmava-se que 'numa lógica de continuidade condenar-nos-ia a um declínio gradual e a ocupar um lugar de segundo plano na nova ordem global. Chegou o momento da verdade para a Europa. Temos de dar provas de audácia e ambição'.
Não obstante as palavras de motivação e de força, esta estratégia parece ser o reconhecimento do fracasso da anterior ou a desistência do objectivo global, porquanto o desígnio deixa de ser transformar a Europa na mais dinâmica e competitiva economia do mundo, mas "apenas" que a Europa 'saia fortalecida da crise económica e financeira'.
Reconhecia-se assim, de certa forma, que a Europa não seria a economia mais competitiva e dinâmica do mundo, mas que o que era fundamental e determinante era alcançar ou assegurar um determinado patamar em que a Europa não se subalternizasse relativamente à nova ordem económica ditada pela globalização e o reforço do dinamismo, a crescente importância e relevância das economias emergentes, sobretudo asiáticas e mormente da emergência da China como um novo referencial económico mundial.
Sucede que a União Europeia, sendo um referencial de avanço político, social, de inclusão e coesão social e territorial para todo o mundo, o berço da civilização ocidental, na melhor acepção que lhe possamos assumir, o facto é que tem paulatinamente a ver-se arredada da preponderância económica mundial, vendo a sua posição fragilizar-se, primeiramente durante décadas relativamente aos Estados Unidos da América e ao Japão, e mais recentemente face à China.
Do reconhecimento que na transição do milénio a Europa estaria em larga perda de protagonismo económico, verificando-se as suas perdas referenciais no dinamismo económico, no menor crescimento das economia, na menor produtividade do trabalho per capita face aos EUA, e no declínio do investimento, se verificando igualmente uma perda substancial na economia do conhecimento e da inovação, com a Europa a apresentar um pior desempenho na investigação e desenvolvimento face aos seus principais competidores, mormente os EUA e o Japão.
Nestas vertentes, e volvidas duas décadas a União Europeia parece incapaz de ombrear com os seus competidores tradicionais, numa perda em que todos se encontram agora, relativamente às economias asiáticas e face ao poderio económico e industrial alcançado pela China nas duas últimas décadas.
De acordo com o 'World Economic Outlook', publicado pelo Fundo Monetário Internacional (FMI), a riqueza gerada na União Europeia, no período de 2002 a 2019, cresceu a um ritmo médio em linha com o ritmo de crescimento dos EUA, o que na verdade, lhe permite manter as distâncias não se aproximando efectivamente do dinamismo económico gerado do outro lado do atlântico, com um crescimento médio do produto interno bruto, per capita, em paridade de poder de compra, a preços constantes de 1,28% na União Europeia face a 1,26% nos EUA.
Neste ranking global, os dois referenciais económicos estão em perda relativamente a outras economias avançadas, com um ritmo de crescimento de 2,29% ao ano, e muito através das economias asiáticas emergentes com um crescimento médio anual de 6,64%, e muito aquém do crescimento médio anual de 8,45% evidenciado pela China.
Complementarmente, o European Innovation Scoreboard 2021, publicado pela Comissão Europeia, vem evidenciar que a União Europeia, no panorama global, tem uma performance de investigação, desenvolvimento e inovação mais positiva relativamente a países como a China, o Brasil, África do Sul, Rússia e Índia, mas que continua a apresentar uma performance inferior a países como a Coreia do Sul, Canadá, Austrália, Estados Unidos e Japão, países que lideram os referenciais de inovação e desenvolvimento em termos globais.
A emergência da pandemia da COVID-19 parece ter demonstrado a menor resiliência da economia europeia face aos seus competidores.
Com efeito, a economia europeia, abalada pela pandemia, apresentou um recuo acentuado no ano de 2020, com um decrescimento de 6,1%, face ao menor recuo registado nos EUA (-3,8%) e ao registado nas economias asiáticas emergentes que decaíram apenas 1,7%, que comparam com o crescimento positivo de 2,0% registado pela China no ano de 2020.
No sentido da recuperação, também parece ser menos dinâmica a economia Europeia, na retoma face às perdas provocadas pela pandemia. As projecções apontam um crescimento inferior para a União Europeia em relação aos seus competidores internacionais, com um crescimento de 4,9%, que compara mal com o crescimento de 5,7% apontado para os EUA, de 6,4% nas economias asiáticas emergentes e de 7,7% previsto para a China.
Face a esta panorama, a Comissão Europeia aprovou várias medidas com destaque para o instrumento NextGenerationEU e o Mecanismo de Recuperação e Resiliência, que em conjunto constituem aquele que é considerado o maior pacote de investimento alguma vez aprovado pela União Europeia, com níveis de investimento sem precedentes, disponibilizando 723,8 mil milhões de euros (a preços correntes) para apoiar as reformas e os investimentos efectuados pelos Estados-Membros.
Estes instrumentos visam ajudar a reparar os danos económicos e sociais imediatos causados pela pandemia da COVID, em consonância com as prioridades europeias, visando simultaneamente assegurar uma recuperação sustentável e inclusiva que promova as transições ecológica e digital.
Mas estaremos a tratar do futuro, ou apenas a fazer com que não percamos muito?
Escrito em desacordo ortográfico.! •



necrologia

† António Augusto da Fonseca Cavacas
AGRADECIMENTO E MISSA DE 7.º DIA

Sua esposa, nora, neto e restante família vêm agradecer às pessoas que se dignaram a tomar parte no funeral do seu ente querido ou que de outro modo se associaram à sua dor. Comunicam que a missa de 7.º dia será celebrada no dia 17, quinta- feira, pelas 19:00 horas, na Igreja Matriz de Espinho, agradecendo a todos quantos participem na Eucaristia.

Espinho, 17 de fevereiro de 2022

Marina Cavacas
Isabel Cavacas
André Cavacas

Agência Fun.ª Nova Esperança (Luís Alves) – Rua 31, N. 445 Espinho Tlm. 914 249 496

† Humberto dos Santos Esteves
AGRADECIMENTO E MISSA DE 7.º DIA

Rua do Progresso / Anta - Espinho

Sua esposa, filhos, nora, genro, netos, bisneta e demais família vêm por este meio agradecer a todas as pessoas de suas relações e amizade, que tomaram parte no funeral do seu ente querido ou que e outro modo se associaram à sua dor. A missa de 7.º dia será celebrada quinta-feira, dia 17, pelas 19 horas na Igreja Paroquial de Anta. Desde já agradecem a todos quantos se dignem participar.

Anta, 17 de fevereiro de 2022

Agência Fun.ª Maria de Lourdes, Lda. Anta – Espinho Tel. 227340609 – 966 225 173

† Joaquim Moreira Natário
MISSA DO 1.º ANIVERÁRIO DO FALECIMENTO

Seus filhos e restante família vêm, por este meio, participar que será celebrada missa por alma do seu ente querido, dia 23, quarta-feira, pelas 19 horas, na Igreja Matriz de Espinho. Desde já agradecem a todos aqueles que o honrem com a sua presença.

Espinho, 17 de fevereiro de 2022

Anabela Faustino Natário
Rui Paulo Faustino Natário
Carla Alexandra Oliveira Braga

† Gema de Fátima Dezolt Loureiro
AGRADECIMENTO E MISSA DE 7.º DIA

Seus filhos, nora e netos vêm agradecer às pessoas que se dignaram a tomar parte no funeral do seu ente querido ou que de outro modo se associaram à sua dor. Comunicam que a missa de 7.º dia será celebrada no dia 20, domingo, pelas 19:00 horas, na Igreja Matriz de Espinho, agradecendo a todos quantos participem na Eucaristia.

Espinho, 17 de fevereiro de 2022

Agência Fun.ª Nova Esperança (Luís Alves) – Rua 31, N. 445 Espinho Tlm. 914 249 496

† António Augusto de Oliveira e Sousa (Soeiro)
MISSA DO 1.º ANIVERSÁRIO DO FALECIMENTO

Seus irmãos, cunhada, tio, sobrinhos e restante família vêm por este meio, comunicar a todas as pessoas de suas relações e amizade que será celebrada missa por alma do seu ente querido, dia 22, terça-feira, pelas 19 horas, na Igreja Paroquial de Anta. Desde já agradecem a todos quantos participem na Eucaristia.

Anta, 17 de fevereiro de 2022

† Francisco Pereira Neiva
AGRADECIMENTO E MISSA DE 7.º DIA

Rua do Paço Velho / Anta - Espinho

Seus filhos, noras, genro, netos, bisnetos e demais família vêm por este meio agradecer a todas as pessoas de suas relações e amizade, que tomaram parte no funeral do seu ente querido ou que e outro modo se associaram à sua dor. A missa de 7.º dia será celebrada terça-feira, dia 21, pelas 19 horas na Igreja Paroquial de Anta. Desde já agradecem a todos quantos se dignem participar.

Anta, 17 de fevereiro de 2022

Agência Fun.ª Maria de Lourdes, Lda. Anta – Espinho Tel. 227340609 – 966 225 173

† Maria Rosa Dias Loureiro de Castro
AGRADECIMENTO E MISSA DE 7.º DIA

Rua Padre Sá – Paramos

Seu marido, filhos, noras, netas e demais família vêm por este meio agradecer a todas as pessoas que participaram no funeral do seu ente querido, ou que de qualquer outra forma lhes manifestaram o seu pesar. A missa do 7.º dia será celebrada dia 20, domingo, pelas 10 horas, na Igreja Paroquial de Paramos. Desde já agradecem a todos quantos participem nesta Eucaristia.

Paramos, 17 de fevereiro de 2022

Fernando Vieira de Castro – marido
Fernando Loureiro Vieira de Castro – filho
André Loureiro Vieira de Castro – filho

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

† Maria Rosa Dias Loureiro de Castro
AGRADECIMENTO E MISSA DE 7.º DIA

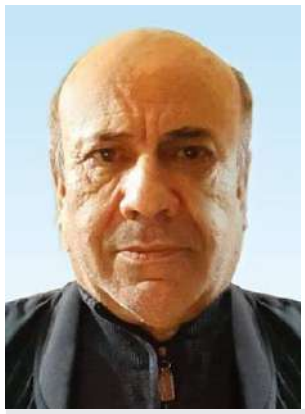
SERRALHARIA ROLO
ESTRUTURAS METÁLICAS E AR CONDICIONADO

Vem por este meio agradecer a todos os clientes, fornecedores e amigos que de alguma forma manifestaram o seu pesar pelo falecimento da D. Maria Rosa Dias Loureiro de Castro, mãe do sócio-gerente Fernando Loureiro Vieira de Castro.
A missa do 7.º dia por sua alma será celebrada domingo, dia 20, pelas 10 horas na Igreja Paroquial de Paramos. Antecipadamente renovam o agradecimento a todos quantos se dignem assistir a esta eucaristia.

Paramos, 17 de fevereiro de 2022

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

† Américo de Oliveira
AGRADECIMENTO E MISSA DE 7.º DIA



Bairro Piscatório – Silvalde

Seus filhos, noras, netos e demais família vêm por este meio agradecer a todas as pessoas que participaram no funeral do seu ente querido, ou que de qualquer outra forma lhes manifestara o seu pesar. Comunicam que a missa do 7.º dia será celebrada dia 20, domingo, pelas 9:30 horas, na Capela Nossa Senhora do Mar – Silvalde. Desde já agradecem a todos quantos participem nesta Eucaristia.

Domingos José Sousa Oliveira – filho
Américo Alexandre Sousa Oliveira – filho
Maria Isabel Sousa Oliveira – filha
Tiago Filipe Sousa Oliveira – filho

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

† Ana Rosa Moreira Gomes
AGRADECIMENTO E MISSA DE 7.º DIA

Rua do Pelourinho, Anta - Espinho

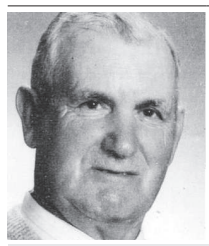
Seu marido, filhas, genros, netos, bisnetos e demais família vêm por este meio agradecer a todas as pessoas de suas relações e amizade, que tomaram parte no funeral da sua ente querida ou que e outro modo se associaram à sua dor. A missa de 7.º dia será celebrada quinta-feira, dia 24, pelas 19 horas na Igreja Paroquial de Anta. Desde já agradecem, muito reconhecidamente a todos quantos se dignem participar.

Anta, 17 de fevereiro de 2022

Agência Fun.ª Maria de Lourdes, Lda. Anta – Espinho Tel. 227340609 – 966 225 173

†
MANUEL TADEU DA SILVA QUINTÃOS
MISSA DO 27.º ANIVERSÁRIO [FALECIDO A 21/02/1995]

Sua mãe, irmãos, cunhados, sobrinhos e restante família vêm, por este meio, participar que será celebrada missa do 27.º aniversário do falecimento do seu ente querido, dia 20, domingo, pelas 8 horas, na Igreja Paroquial de Anta. Desde já agradecem a quem comparecer.



†
MANUEL SOARES MAGANINHO
MISSA DO 7.º ANIVERSÁRIO DO SEU FALECIMENTO

Seus filhos, noras, genros, netos, bisnetos e demais família vêm, por este meio, comunicar que será celebrada missa por alma do seu ente querido, dia 22, terça-feira, pelas 18 horas, na Capela N.ª Sr.ª do Mar-Silvalde.
Agradecem desde já a quem comparecer.

defesa-ataque

Entrevista.
"Eu já estive em quatro continentes, Europa, América, Ásia e África, e ganhei um troféu em todos eles"
Pedro Nuno, ex-basquetebolista. p16 e 17

Futsal.
Novasemente já está nos quartos-de-final da Taça de Portugal.
Antenses vencem o Feijó por 3-0. p18

Voleibol.
Mochos vencem tigres pela margem máxima.
Academistas posicionam-se no sexto lugar. SC Espinho conta com menos um jogo. p18

Jiu-Jitsu.
Osvaldo Silva no pódio em Torres Novas.
Com este resultado, de 2013 até ao presente, o número de medalhas conquistadas pelos alunos do professor Carlos Marques já supera a centena. p19

KRAV MAGA

Desporto e proteção pessoal de mãos dadas

O Krav Maga é um sistema de defesa pessoal israelita que trabalha situações de violência e procura o ensino de abordagens simples, rápidas e eficazes perante estes cenários. Foi pela mão de Filipe Azevedo que a modalidade chegou a Espinho, em 2014, e que agora se transformou também num conceito de proteção pessoal, principalmente entre os mais novos, para fazer frente a um problema atual e para o qual o proprietário da Academia We Fight quer chamar a atenção: o *bullying*.

© SARA FERREIRA

© SARA FERREIRA

CAROLINA FIGUEIREDO

"NÓS COMEÇÁMOS só com a valência de Krav Maga, mas tínhamos cada vez mais atletas que pediam outro tipo de treino para conjugar com o treino de combate e então lançámos o treino de força e condição física". Quem explica o enfoque da Academia We Fight é Filipe Azevedo, proprietário.

Filipe é um instrutor credenciado com formação em Israel, inicialmente pela Israeli Krav Maga Association e posteriormente pela Universidade de Telavive.

Com as portas da academia abertas desde 2014, Filipe ensina as técnicas de defesa pessoal do sistema israelita e tenta que a cada treino sejam trabalhadas situações de violência e que sejam "criados cenários de situações de violência para tentar ensinar uma abordagem simples, rápida e eficaz a esse tipo de situações". "O nosso objetivo é que alguém que entre aqui pela primeira vez consiga sair já com uma ideia do que poderá fazer numa situação de violência", explica.

Apesar de ser um método de defesa pessoal, há quem frequente as aulas de Krav Maga apenas com o intuito de praticar um desporto. Por isso mesmo, a academia criou uma modalidade dentro do Krav Maga, que é um treino "mais metabólico, onde não há tanto contacto físico e é feito em sacos". Assim, "as pessoas que têm receio do toque, podem experimentar Krav Maga e aproveitar para recarregar energias e libertar emoções", afirma Filipe Azevedo. Mas não pense que pode dar a desculpa de não praticar Krav Maga por ter alguma condição física ligeiramente impeditiva. "Algo de que nos orgulhamos aqui na academia é o facto de conseguirmos adaptar o treino em função do atleta que tempos pela frente", garante o proprietário da Academia We Fight.

Quando fizer o seu primeiro treino, que é experimental e gratuito, é inserido na turma e faz a aula com todos os atletas que estão disponíveis para aquele treino. "Nós acreditamos que este é a abordagem mais correta para quem quer evoluir, porque é muito mais fácil evoluir com alguém que tem mais base de treino do que treinar com alguém que não tem bases e não tem como explicar", esclarece o instrutor. Revela ainda que "há um grande espírito de família e qualquer pessoa que entre é logo ajudada por qualquer atleta mais velho, que não se importa de treinar com ele e ajudá-lo para que evolua o mais rápido possível".

> *"Cada vez mais os pais procuram colocar os filhos no Krav Maga como ferramenta de defesa do bullying",*
> *Filipe Azevedo, Academia We Fight*

Quanto aos treinadores, Filipe orgulha-se de dizer que "são todos pessoas da casa que começaram aqui como alunos normais". "Não coloco qualquer pessoa à frente de uma aula e tenho plena confiança neles, sei que melhor era difícil", garante o proprietário.

Mas não é só por vontade de praticar um desporto que a procura pelo Krav Maga tem aumentado. Filipe Azevedo confessa que ao longo dos anos "há uma afluência enorme de novos atletas crianças entre setembro e dezembro e a maioria chega à academia por ter problemas na escola".

"Cada vez mais, os pais procuram colocar os filhos no Krav Maga como ferramenta de defesa do bullying", explica. Por esta ser uma questão à qual a academia é muito sensível, o grupo reuniu-se, porque percebeu que "com um treino normal de Krav Maga, conseguia-se que alguns fizessem face ao problema e se libertassem do bullying, mas a grande maioria não o conseguia".

Assim, surgiu a modalidade "Safe Program", que não é uma modalidade desportiva. "É algo onde nós conseguimos conciliar o treino de proteção pessoal (porque não consideramos treino de defesa pessoal, já que são coisas muito diferentes), onde conseguimos trabalhar o pré-conflito, ou seja, como é que a criança deve olhar, caminhar, como deve agir perante os outros", esclarece Filipe.

Nestas aulas, as crianças recebem explicações de conceitos através de uma parte teórica dada por uma psicóloga e de uma parte prática dada por um dos instrutores da academia.

É com este mesmo programa que têm feito ações de sensibilização nas escolas do município, que "têm mostrado uma abertura grande para esta problemática", sublinha o responsável. "Estamos no início, mas tentamos uma abordagem muito direta e logo na primeira aula conseguimos perceber que entrámos na cabeça das crianças e dos adolescentes", confessa o instrutor. "E o facto de vermos que os fizemos pensar é uma vitória enorme", acrescenta, não escondendo o orgulho no projeto.

Se ficou interessado neste sistema israelita pode deslocar-se à Academia We Fight, na Rua 15, e experimentar uma aula. Às segundas, quartas e sextas, pelas 19 horas, pode experimentar Krav Maga na sua forma mais tradicional, bem como às terças e quintas de manhã. Se prefere a modalidade com saco e menos contacto físico, opte pelas aulas de terças e quintas, pelas 19 horas, ou sábado às 11h30. ●

defesa-ataque

PEDRO NUNO

“Nunca nenhum jogador tinha ido jogar para fora, eu fui o primeiro”

© SARA FERREIRA

ENTREVISTA.

Pedro Nuno é a combinação entre basquetebol e Espinho. Apesar de ser natural da Figueira da Foz, o desportista depressa encontrou o caminho até à cidade e não mais o esqueceu. Com uma carreira premiada no basquetebol, foi o primeiro jogador português a ir para o estrangeiro e é o único treinador com troféus conquistados em quatro continentes.

CAROLINA FIGUEIREDO

Como surgiu Espinho na sua vida?
O meu pai trabalhava no casino da Figueira da Foz e veio trabalhar para aqui. Mudámo-nos para cá quando eu tinha 13 anos e a partir daí fiz a minha vida em Espinho.

E o basquetebol?
Na Figueira só havia basquetebol e futebol. Nós jogávamos basquete na rua e acabei a ganhar o amor pela modalidade. Quando vim morar para Espinho, comecei a ir ao fim de semana lá jogar e depois fui para a Ovarense, porque era mais perto.

Foi a sua primeira paixão desportiva ou houve outra modalidade que o cativasse?
Houve. Eu gosto de todos os desportos, o meu curso é de desporto. Obviamente que se tivesse nascido em Espinho se calhar tinha optado pelo voleibol ou voleibol de praia. Mas como nasci numa cidade de basquete, acabei por seguir esta via.

O que é que o cativou na modalidade?
Os meus colegas, os meus amigos do meu bairro jogavam. E quando somos novos vamos muito pelo reconhecimento social e por estar com os amigos. O amor e o gosto pela modalidade vieram depois, mas a introdução ao jogo foi por viver no seio de uma comunidade que jogava basquetebol.

Quando é que percebeu que o basquetebol era mais do que um hobby e o começou a levar mais a sério?
Foi sempre um passatempo. Eu nunca tinha olhado para o basquetebol como uma forma de vida e nunca sonhei em ser profissional. Até ao meu segundo ano, quando já comecei a jogar mais e cheguei à seleção sénior. Aí pensei que poderia ser uma opção mesmo em termos profissionais.

Jogou como segundo base. Como foi parar a essa posição?
Para já tinha a limitação de estatura, porque eu não sou muito alto, e só podia ser um ou dois. E fui um bocadinho dos dois, mas mais segundo base, porque gostava de marcar pontos.

As suas referências na modalidade também ocupavam essa posição?
Algumas, outras não. A minha grande referência na altura a nível internacional era o Michael Jordan. A nível nacional havia jogadores da minha equipa em Ovar, porque como cresci e fiz formação lá criei referências. Tinha o Mário Leite que era o base de seleção, o Tó Ferreira e depois havia o Carlos Lisboa.

Como foi a experiência de integrar os trabalhos da seleção nacional?
Eu comecei a jogar basquetebol aos 13, 14 anos, por isso só fui à seleção nacional nos juniores e nos seniores. Nós quando estamos a crescer temos sempre o sonho e a ambição de chegar à seleção e eu consegui. E foi uma experiência muito boa, porque naquela altura não havia internet e ir à seleção era uma forma de conhecer novas realidades, de ver os outros jogadores, conhecer outros países. Consegui jogar contra jogadores de outro nível com os quais nunca teriam jogado se não tivesse ido à seleção. Na seleção da Croácia estavam os primeiros atletas europeus que tinham chegado à NBA e nós jogámos contra eles. Nós estávamos a um nível superior daquele em que está o basquete português hoje em dia e nós perdemos apenas por dois pontos com uma equipa de Bolonha que tinha sido campeã europeia. E só com a seleção é que tínhamos oportunidade de jogar com essas equipas e aprender. Hoje há Youtube, há vídeos, estatísticas. Foi extremamente positivo para mim como jogador e como pessoa ter tido essa experiência na seleção.

Jogou fora de Portugal. Como foi essa experiência?
Recebi um convite para ir jogar para a Bélgica. Nunca nenhum jogador tinha ido jogar para fora, eu fui o primeiro e pareceu uma boa oportunidade. Fui o primeiro jogador a ter um contrato profissional. Inicialmente foi difícil, porque saí da minha zona de conforto, mas foi uma experiência que me marcou para sempre. Ficámos em quarto lugar e era uma equipa que tinha subida da segunda divisão, fomos à final da Taça da Bélgica, mas perdemos. Se calhar não estava preparado para perceber o que tinha de fazer para ter continuado no estrangeiro. Das outras vezes que fui para fora já estava mais consciente daquilo que tinha de fazer.

Sentiu diferenças na forma de jogar basquetebol?
Não. O que senti foi uma diferença de qualidade de jogador e de termos físicos, porque são mais altos e mais fortes. Em termos táticos nós não éramos muito evoluídos e infelizmente ainda não somos. Em termos físicos, numa fase inicial custou-me um bocado, porque o jogo é mais rápido, as reações são mais rápidas, temos de defender jogadores mais pesados e mais fortes, mas acabei por me conseguir ajustar.

Olhando para a sua carreira enquanto jogador, sente que cumpriu todos os objetivos a que se propôs?
Não. No ano em que fui para a Bél-

gica, recebi uma oferta para ir para o campeonato grego que era o melhor, mas já tinha assinado contrato com os belgas. Gostava de ter tido essa experiência, porque ia poder estar ao nível mais alto em que se podia estar na Europa. Entretanto deixou de ser e passou a ser a liga espanhola e eu no final de carreira tive hipótese de ir para lá para uma equipa que estava na linha de descida e declinei porque não era uma equipa que estivesse a jogar para ganhar. Mas faltou-me chegar a esse patamar.

A passagem de jogador para treinador foi natural?

Acabou por ser natural, porque eu estava a jogar em Vagos e houve um problema com o treinador, então convidaram-me para ser adjunto e eu fiquei e acabei por treinar formação. Estive lá dois anos e gostei muito. Acho que devia haver mais pessoas a fazer esse trabalho na formação, porque normalmente são pessoas que gostam muito de basquete, mas as condições salariais tornam muito difícil alguém ser treinador de formação a nível profissional. Mas acho que acabou por ser um processo natural. Investi um bocadinho em mim e saí de Portugal. Conheci um treinador e acabei por ir a Espanha ver como é que eles trabalhavam e acabei por fazer os cursos e ler e aprender, tentar ter sucesso e fugir um bocadinho à linha normal dos treinadores portugueses.

Enquanto jogador já pensava em continuar ligado à modalidade como treinador?

Não.

Recentemente esteve na Colômbia. Como têm sido as experiências como treinador fora de Portugal?

Eu já estive em quatro continentes, Europa, América, Ásia e África. Não há muita gente que tenha feito este percurso. E não há um treinador que tenha ganho um troféu em todos. Eu ganhei. Uma Taça de Portugal na Europa, uma no Bahrain, a Liga Las Americas na América e na Argélia a equipa ganhava os jogos todos. Eu não acabei a época, porque recebi um convite para a Finlândia, mas eles ganharam na mesma.

Todos os países são diferentes, nos países muçulmanos há mais limitações, restrições de horários por causa das horas da reza. Tens de te ajustar a estas realidades todas. No México há muita gente que quer ter opinião sobre o teu trabalho, na Europa já te dão mais margem de manobra, já têm uma maior organização. Tens de te ajustar a uma realidade social e económica. E em relação aos jogadores também, porque às vezes há alguns que não são profissionais ainda e não estão habituados a treinar duas vezes por dia.

Enquanto treinador, o que é que a experiência de trabalhar fora lhe acrescenta?

Primeiro é este modo de adaptação. Depois há a questão de os campeonatos serem diferentes. A atividade física é diferente, a técnica é diferente, a disponibilidade é diferente, as ideias de jogo são diferentes. No México já consegues ter vários estilos de jogo, tens um sistema mais americanizado de um contra um e de atlético, tens um jogo mais esquematizado como o europeu. Tens várias influências e isso dá-te ideias diferentes e acho que isso é importante.

Essa multiculturalidade é também importante para a evolução da modalidade?

Claro que sim. Era bom que mais treinadores portugueses conseguissem sair, porque acrescenta conhecimento e acrescenta novas ideias e filosofias, que tens de acabar por tentar perceber para te ajustares também.

Olhando para a sua carreira, qual o momento que mais destaca?

Como jogador, talvez a ida à seleção, porque é o ponto máximo que atinges no teu percurso e se fores um jogador preponderante, ainda melhor. Como treinador talvez seja a primeira vez que saí de Portugal. E os títulos, porque quando ganhas um, torna-se viciante. Todos os nossos troféus são marcantes, mas ainda foi melhor por ter sido em vários sítios espalhados pelo mundo.

Há alguma equipa que o tenham marcado especialmente?

Em todas aquelas que ganhas acabas por criar laços que se mantêm. Por exemplo, quando ganhámos a Taça de Portugal em Ílhavo, o Illiabum nunca tinha ganho. Ninguém esperava que a gente ganhasse e ainda para mais com o Benfica. Ninguém acreditava e foi um jogo em que estivemos a ganhar por 30 pontos. Também

© SARA FERREIRA

> “Eu já estive em quatro continentes, Europa, América, Ásia e África. Não há muita gente que tenha feito este percurso. E não há um treinador que tenha ganho um troféu em todos. Eu ganhei.

> “Gostava de fazer uma coisa única que é levar uma equipa portuguesa à Champions.

gostei muito do grupo do Bahrain, ainda mantemos contactos. Ainda mantenho contacto com alguns jogadores do México, faz este ano dez anos que ganhámos a Taça. Nunca nenhuma equipa mexicana tinha ganho e mais nenhuma voltou a ganhar. Ou seja, quando ganhas acabas por criar laços de amizade e é difícil destacar uma.

E olhando para o futuro: o que é que ainda gostava de alcançar?

Gostava de conseguir levar uma equipa à Champions, de qualificar e levar à fase de grupos. Quero continuar a ganhar. Gostava também de chegar à Oceânia, porque me falta esse continente e acho que seria interessante tentar ganhar lá. Gostava de tentar fazer uma competição europeia que nunca fiz. E gostava de fazer uma coisa única que é levar uma equipa portuguesa à Champions.

Como vê o panorama do basquetebol nacional?

Eu acho que está melhor, acho que está em crescendo. Já temos mais equipas a investir e a competir e o Sporting ajudou muito nisso. Também tens equipas que estão a crescer como a Oliveirense, o Imortal também começa a ambicionar outro tipo de coisas. Creio que fazia falta, apesar da Federação não concordar, voltar a ter 14 equipas. Baixou para 12, mas o modelo de 14 equipas seria melhor, porque são mais jogadores portugueses a jogar, são mais cidades a disputar os títulos, são mais treinadores também. E acho que que já temos nível para ter as 14 equipas. Obviamente que nunca se vão aproximar das equipas de cima, mas seria interessante esse modelo. •

PERCURSO ATLETA

1990-1997 AD Ovarense
1997-1998 Aalst – Bélgica
1998-1999 UD Oliveirense
1999-2002 Esgueira Aveiro
2002-2003 Ovarense
2003-2004 FC Porto e CAB Madeira
2004-2005 Esgueira
2005 Alcudia Aracena (Espanha)
2005-2006 Aveiro Basket - Salto Uruguay (Uruguai) e CAB Madeira (até 2007)
2007 – 2010 – AD Vagos

PERCURSO TREINADOR

2009-2010 Vagos Norbain Lusavouga – Portugal (Pt)
2011-2013 Pioneros de Quintana Roo-Cancun – México
2013-2014 Illiabum Clube – Pt
2014-2015 Halifax Rainmen – Canada
2015-2016 Santos de San Luis Potosi – México (Méx)
2016-2017 Garzas de Plata – Méx
2017-2018 Illiabum Clube – Pt
2018 G.S. Les Petroliers – Argélia
2019 Korihait – Finlândia
2019-2020 Manama Club – Bahrain
2020-2021 AD Ovarense - Pt
2021 Tigrillos Medellín – Colômbia

TÍTULOS ATLETA

92 e 97 Portuguese League Cup Winner
2001, 02, 03 All-Star Game da Liga PORTUGUESA
2008 Eurobasket.com All-Portuguese League Honorable Mention

TÍTULOS TREINADOR

2017-2018 Illiabum Clube – Taça de Portugal
2019-2020 Manama Club – Regular Season Champions; Presidente cup;
2012 Pioneros Quintana Roo – Liga Americas
2015 NBL Canada Atlantic Division Champion

OS NOSSOS CLASSIFICADOS

PUB

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

PUB

PRECISO TRABALHO
DÃO-SE BOAS INFORMAÇÕES

- Doméstico
- Tomo conta de idosos
- Cozinha de restaurante

Contatar: **912 302 267**

defesa-ataque

FUTSAL

Sementinhas seguem para os 'quartos' da Taça de Portugal

A equipa sénior feminina de futsal do Novasemente Cavalinho garantiu este fim de semana a presença nos oitavos-de-final da Taça de Portugal ao golear a UA Povoense, clube da Póvoa de Santa Iria, por 2-7.
Um resultado que traz ânimo e entusiasmo às sementinhas para a próxima eliminatória da prova que é já disputada no sábado às 18 horas (Pavilhão Napoleão Guerra) com a receção ao Feijó, o oitavo classificado da principal divisão do futsal feminino português.

© DR - ARQUIVO

Cátia Balona foi a autora do último golo do Novasemente GD ante o Feijó

MANUEL PROENÇA

A EQUIPA DE FUTSAL de seniores femininos do Novasemente GD irá defrontar a Escola Gondomar nos quartos-de-final da Taça de Portugal, a 5 de março próximo, no Pavilhão Municipal Napoleão Guerra, em Anta. As sementinhas ultrapassaram, este sábado, o conjunto do Feijó, batendo as adversárias por 3-0. O próximo fim de semana será para a realização da 19.ª jornada do Campeonato Nacional da 1.ª Divisão e as antenses irão jogar com o Santa Luzia, em Viana do Castelo, no Pavilhão Municipal José Natário.

A oito jornadas do final do principal campeonato feminino de futsal, o Novasemente GD ocupa a quarta posição da tabela classificativa, com 32 pontos, menos 19 do que o líder, o SL Benfica e menos 11 do que o terceiro classificado, o Sporting CP. O próximo adversário das antenses, o Santa Luzia, está na sétima posição da tabela, com menos 10 pontos do que o conjunto de Anta.

Novasemente GD e Santa Luzia já realizaram três dezenas de jogos entre si, dos quais 27 foram para o Campeonato Nacional da 1.ª Divisão. As sementinhas levam larga vantagem sobre as suas adversárias, contando com 18 vitórias e, apenas, quatro derrotas e cinco empates.

O mais recente encontro entre estes dois conjuntos foi a 6 de novembro do ano passado, no Pavilhão Napoleão Guerra, em Cassufas, tendo-se registado um empate (0-0) e em final da época transata, as sementinhas venceram as minhotas por 3-6 já na fase de apuramento do campeão nacional.

No sábado passado, com golos de Nancy Freitas, aos quatro minutos, de Martinha, aos 22 e de Cátia Balona, a três minutos do final, a equipa do Novasemente GD derrotou o Feijó e garantiu a passagem à sexta eliminatória da Taça de Portugal, o que corresponde à presença nos quartos-de-final da prova, cuja final four está agendada para 21 e 22 de maio próximo.

As sementinhas terão pela frente a 5 de março a EDC Gondomar, que joga no Campeonato Nacional da 2.ª Divisão e que está na luta pelo título de campeão nacional e que, na primeira fase da prova alcançou o primeiro lugar na Série Norte, com mais seis pontos do que o segundo classificado, o Maia FC.

Nesta sexta eliminatória da Taça de Portugal estão, além das antenses e da equipa do EDC Gondomar, o FC Águias Santa Marta, Atlético CP, SL Benfica, Quinta dos Lombos, GCR Gondomar e Leões de Porto Salvo.

Para o fim-de-semana de 26 e de 27 de fevereiro está agendada a final four da Taça da Liga, no Pavilhão Municipal de Loulé, onde irá participar, também, o conjunto liderado por Miguel Oliveira. O jogo das meias-finais das sementinhas será com o SL Benfica, enquanto o GCR Gondomar defrontará o Sporting CP. No domingo [27 de fevereiro] será a final. ● MP

FUTEBOL POPULAR

O regresso da Taça Associação para os quartos-de-final

O PRÓXIMO fim de semana está reservado à terceira eliminatória (quartos-de-final) da Taça Associação, a prova que foi retomada pela Associação de Futebol Popular do Concelho de Espinho (AFPCE) esta temporada. No sábado haverá dois jogos às 15 horas, o Novasemente-Águias de Paramos, em Cassufas e o GD Idanha-Cantinho Ramboia, no campo da Seara. No domingo, às 10 horas, em Guetim, joga a Associação Esmojães-Rio Largo e em Paramos o Quinta de Paramos-Leões Bairristas.

No fim de semana passado jogou-se a 10.ª jornada dos campeonatos da 1.ª e da 2.ª Divisão. No principal escalão, a Associação de Esmojães pôs um 'travão', com um nulo, aos Leões Bairristas, que ainda estão no comando da classificação, mas com o Cantinho da Ramboia a apenas dois pontos, uma vez que ganhou ao Quinta de Paramos por 4-2. O outro empate (1-1) foi no Águias de Paramos-Rio Largo. O GD Outeiros e o Novasemente bateram por 2-1 os seus adversários desta jornada, respetivamente, Magos de Anta e GD Regresso.

Na 2.ª Divisão, apenas o Império de Anta e o Desportivo Ponte Anta empataram (2-2). O GD Idanha venceu o Morgados por 1-0, o Cruzeiro bateu a Lomba por 3-2, a AD Guetim perdeu em casa com o Estrelas Vermelhas (2-3) e a Juventude da Estrada, que lidera a classificação com mais 12 pontos que o Desportivo da Ponte de Anta, ganhou ao Estrelas Ponte Anta por 2-0.
Os próximos jogos do campeonato realizam-se a 5 e 6 de março, com a 11.ª jornada. ● MP

FUTEBOL

Tigres goleiam União 1919

A EQUIPA de futebol do SC Espinho regressou às vitórias com mais uma goleada. Desta vez, os tigres foram a Coimbra bater o União 1919 por 0-5, a duas jornadas do fim da primeira fase e numa altura em que o Salgueiros já garantiu a presença na fase de subida e o Leça FC está muito próximo de o conseguir, bastando-lhe apenas conquistar mais três pontos na próxima jornada. Por isso, aos tigres, para já, resta cumprir calendário, na perspetiva de entrar na próxima fase com um melhor desempenho e, com a eficácia registada neste último jogo. Kenedy Có inaugurou o marcador e Chidera fez o segundo golo, ainda na primeira parte. João Ricardo, Mosquera e Jorge González, concretizaram no segundo tempo.
Restam aos espinhenses os jogos com o Gouveia, último classificado, já no próximo domingo e com o Alvarenga, que ocupa o sexto lugar da tabela, a 6 de março. ● MP

CAMPEONATO DE PORTUGAL (SÉRIE C)

UNIÃO 1919	SC ESPINHO
0	5

JORNADA 16. 12/02/2022. Estádio Municipal Sérgio Conceição, em Coimbra

CARTÕES V	CARTÕES A	SUBST	AS EQUIPAS		SUBST	CARTÕES A	CARTÕES V
			Tiago Silva	Diogo Silva			
32			Bernardo Ferreira	Lima Pereira			
		77	André Guimar	Duarte Soares	45		
			Hidélvis Jardim	João Ricardo ©			
			© João Amaral	Amilcar	60	32	
			Henrique Leça	Guilherme Campos			
		68	Tiago Gomes	Ministro			
73		68	Ataíde Júnior	Rúben Saldanha	74		
		53	Moacir Soares	Kenedy Có	60	2	
			Diogo Baptista	Chidera	74		
		45	João Vigário	Iko Caetano			
			Pedro Barroso T	**Pedro Barroso**			
			Mauro Leal	Ivan Cruz			
		68	Mário Brito	Lucas Camelo			
			Fred Castanheira	Sandro Fonseca	45		
	73	68	Juan Leite	Dani	74		
		53	Dos Santos	Edu Silva	60		
		45	Lucas Cardoso	Mosquera	74		
		77	Rui Miguel	Jorge González	60	88	

0-2 ao intervalo. **Marcadores:** 0-1, por Kenedy Có (17); 0-2, por Chidera (27); 0-3, por João Ricardo (66); 0-4, por Mosquera (81); 0-5, por Jorge González (90)

ÁRBITRO: Joel Vale (AF Braga)
ÁRBITROS AUXILIARES: Lázaro Martins e José Ribeiro

CLASSIFICAÇÃO

		J	V	E	D	F-C	P
1	SC Salgueiros	16	12	3	1	27-13	39
2	Leça FC	16	11	2	3	32-14	35
3	Castro Daire	15	8	4	3	21-12	28
4	Gondomar SC	16	8	3	5	28-18	27
5	**SC Espinho**	16	6	5	5	21-13	23
6	Alvarenga	14	5	3	6	12-13	18
7	Valadares Gaia	15	4	5	6	18-16	17
8	Ferreira de Aves	16	3	3	10	6-29	12
9	União 1919	14	2	4	8	14-23	10
10	CD Gouveia	16	1	2	13	7-35	5

PRÓXIMA JORNADA (19* e 20 fevereiro)

SC Salgueiros	15h00*	Alvarenga
SC Espinho	**15h00**	**CD Gouveia**
Leça FC	15h00	União 1919
Castro Daire	15h00	Ferreira de Aves
Gondomar SC	15h00	Valadares Gaia

VOLEIBOL

Mochos passeiam na Arena Tigre

A Arena Tigre abriu portas, na noite de segunda-feira, para mais uma disputa entre os emblemas espinhenses. No terceiro dérbi da cidade, o empate entre mochos e tigres foi desfeito com a vitória da Associação Académica de Espinho pela margem máxima.

O fim de semana de voleibol começou na sexta-feira e terminou na noite de segunda com o terceiro dérbi da cidade de Espinho.
O encontro entre os emblemas espinhenses foi desta vez realizado na casa do SC Espinho [Nave Desportiva Municipal] e o primeiro 'set' esteve mesmo a cair para a equipa da casa. Com uma disputa ponto a ponto, só no final é que os academistas se impuseram e levaram a melhor por 22-25. Já o segundo parcial foi completamente dominado pelos mochos que, depois de um empate a três, chegaram a ver o marcador assinalar 3-16, tendo vencido esse 'set' por 9-25. O terceiro parcial voltou a ser mais disputado, mas os tigres não conseguiram fazer frente aos adversários e saíram derrotados por 21-25.

No restante do fim de semana, sexta-feira foi dia de receção ao SL Benfica por parte da Académica. O campeão venceu os mochos por 0-3, com os parciais de 21-25, 12-25 e 18-25.

No sábado foi a vez dos tigres entrarem na quadra para enfrentar o atual líder do campeonato, Fonte do Bastardo. Os açorianos viajaram até à Arena Tigre para vencer pela margem máxima, com os parciais de 18-25, 19-25 e 17-25.

Com estes resultados, a Académica de Espinho ocupa o sexto lugar da tabela classificativa com 11 pontos. Logo atrás surge o SC Espinho, com sete pontos, mas com um jogo em atraso frente ao Leixões SC que se realizará na quarta-feira, dia 23.

Na próxima jornada, os academistas recebem o Castêlo da Maia, na sexta-feira, pelas 21 horas, e no domingo deslocam-se a Alvalade para disputar os oitavos-de-final da Taça de Portugal, às 18 horas. Os tigres deslocam-se ao pavilhão do Esmoriz GC, no sábado, pelas 17 horas.

Do lado feminino, as seniores do SC Espinho perderam por 2-3 com o CD Aves (25-21, 10-25, 25-10, 14-25 e 14-16) e ocupam a quarta posição da tabela da Série A2 da Liga Lidl. O próximo encontro é a 27 de fevereiro frente ao Castêlo da Maia, pelas 16 horas.

ACADEMISTAS SÃO CAMPEÕES REGIONAIS

Depois da equipa de juniores masculinos da Académica de Espinho se ter sagrado campeã regional em janeiro, agora foi a vez dos juvenis masculinos. O conjunto academista sagrou-se campeão regional da Associação de Voleibol do Porto (AVP) ao vencer, na deslocação ao GC Vilacondense, por 0-3, com os parciais de 27-29, 23-25 e 15-25.

Os academistas conseguiram, assim, o apuramento das equipas de juvenis e de juniores para a disputa dos respetivos campeonatos nacionais, bem como os cadetes, iniciados, infantis e no feminino, as equipas sénior, de cadetes e de iniciadas.

Os tigres também irão estar presentes nos campeonatos nacionais com as equipas masculinas de infantis, cadetes, juvenis e juniores e no feminino com as iniciadas, juvenis e juniores. ● CF

© FRANCISCO AZEVEDO

Tigres saíram derrotados do encontro com o líeddr Fonte do Bastardo

NATAÇÃO

Espinhense no pódio em Leiria

NO PASSADO fim-de-semana, João Castro subiu ao pódio no III Meeting Internacional de Natação de Leiria, para o escalão de infantis. A prova organizada pela Associação de Natação do Distrito de Leira, com o apoio da Federação Portuguesa de Natação e realizada nas Piscinas Municipais de Leira, contou com a participação de três nadadores espinhenses.
O Infantil A ficou em segundo lugar nos 100 metros Bruços na Final A, após se ter apurado com o melhor tempo das eliminatórias. Obteve também o oitavo lugar nos 100 metros Mariposa, garantindo a sua presença na Final A, onde ficou em quinto lugar. Nos 200 metros Estilos, classificou-se em 10.º lugar, garantindo a sua presença na Final B, tendo obtido a segunda posição.
No final da competição os nadadores espinhenses alcançaram cinco finais, um pódio e foram batidos 13 recordes pessoais.

TRÊS PÓDIOS NO TORNEIO "1.ª BRAÇADA"

Em destaque estiveram os nadadores Lourenço Rocha, Nilton Costa e Rodrigo Almeida por terem alcançado lugares de pódio nas provas em que participaram, referentes ao II Torneio 1.ª Braçada, realizado no passado sábado, pela Associação de Natação Centro Norte de Portugal, nas Piscinas Municipais de Espinho.
Neste tipo de prova, a principal preocupação dos treinadores é medir a evolução técnica de nado destes atletas desde o início da época e avaliá-los em contexto competitivo.
Rodrigo Almeida (Cadete B) ficou em segundo lugar nos 25 metros Livres e em quinto lugar nos 25 metros Costas. Lourenço Rocha (Cadete B) classificou-se na segunda posição nos 25 metros Livres e em sexto lugar nos 25 metros Costas. Nilton Costa (Cadete B) obteve o terceiro lugar nos 25 metros Livres e o nono lugar nos 25 metros Costas.
No final da competição foram batidos 18 recordes pessoais. ●

HÓQUEI EM PATINS

A quase reviravolta academista

NO PASSADO sábado, o Pavilhão Arquiteto Jerónimo Reis, casa da Associação Académica de Espinho, foi palco de uma chuva de golos. O encontro entre academistas e CH Carvalhos contou com 11 tentos, seis para os visitantes e cinco para a equipa da casa.
Os mochos estiveram mesmo a perder por 0-5, mas reduziram para 1-5 ainda antes do intervalo. Na segunda metade da partida os academistas entraram melhor, mas foi mesmo o clube dos Carvalhos que saiu vitorioso, num jogo que ficou também marcado pela estreia no plantel sénior de Diogo Morais, atleta da formação da equipa espinhense.
Destaque ainda para Ricardo Ramos "Piolho", que marcou os cinco golos da formação academista.
Com este resultado, a Associação Académica de Espinho mantém-se na oitava posição da tabela, com 18 pontos, os mesmos que o nono classificado FC Porto "B", que tem um jogo em atraso.
Na próxima jornada, os espinhenses visitam o Termas OC, em São Pedro do Sul, no sábado, pelas 18 horas ●

JIU-JITSU

Pódio para o Novasemente GD

© DR

OSVALDO SILVA, atleta da secção de Jiu-Jitsu do Novasemente GD, alcançou o terceiro lugar na categoria de -76 kg Master. O atleta que é faixa azul subiu ao último lugar do pódio na 5.ª edição da Copa Torres Novas Jiu-Jitsu, realizada a 5 de fevereiro, no Pavilhão Desportivo de Riachos.
Com este resultado, de 2013 até ao presente, o número de medalhas conquistadas pelos alunos do professor Carlos Marques já supera a centena.
José Carvalho também marcou presença na prova e deixou boas indicações para competições futuras. Os atletas foram acompanhados pelos treinadores e responsáveis pela secção de Jiu-Jitsu do clube, Carlos Marques e Luís Maricato. ●

OFF. BOM FIM DE SEMA-NA

Barragem e espigueiros para contemplar no Lindoso

© DR

A barragem do Alto Lindoso situa-se no rio Lima, entre as freguesias de Lindoso e Soajo - respetivamente dos concelhos de Ponte da Barca e Arcos de Valdevez - e enquadrando-se no Parque Nacional da Peneda-Gerês.

LÚCIO ALBERTO

A BARRAGEM do Alto Lindoso entrou em funcionamento em 1993, sendo uma das mais potentes da rede nacional. Tem a maior queda entre o nível da albufeira e a sala das turbinas e o elevador é um dos mais altos e mais rápidos da Europa. Os especialistas dão nota de que, para além de produzir energia, a barragem assume uma função reguladora e evita variações bruscas no caudal do rio. Assim, acresce a motivação para um bom fim-de-semana junto ao Rio Lima e à central subterrânea, situada a 340 metros de profundidade, que já serviu de palco a alguns eventos, incluindo um concerto de música. Ensejo para se observar o jogo de luzes no teto semelhante ao céu estrelado. E acresce a oportunidade para uma visita à antiga Central de Lindoso, de 1922, a primeira grande central hidroelétrica de Portugal, situada na aldeia de Paradamonte, cujo desenvolvimento está intrinsecamente ligado a esta atividade energética.

PUB

dia 1

OS ESPIGUEIROS e o castelo são atrativos de Lindoso, uma das mais lindas aldeias do Alto Minho. Por isso, fica a sugestão para o leitor visitar na sexta-feira a freguesia do concelho de Ponte da Barca, fronteiriça a Espanha, e onde já moraram mais de mil habitantes, que se ocupavam a cuidar do gado e dos campos, na região mais montanhosa do Parque Nacional Peneda-Gerês, no sopé da Serra Amarela.
A entrada do castelo é livre e a sua posição proporciona melhores vistas panorâmicas sobre a aldeia, os espigueiros e a albufeira da barragem ao longe. Dizem os historiadores e quem vive em Lindoso que o castelo é motivo de lendas, e um dos protagonistas é o Rei D. Dinis que deu o nome à aldeia. O lugar foi palco de algumas das batalhas mais duras que, desde o reinado de Afonso III, afirmaram a independência de Portugal. O leitor pode ainda adquirir mais conhecimentos através do Núcleo Museológico. E deslumbre-se com os emblemáticos espigueiros. Por exemplo, a eira que se espraia junto ao altaneiro castelo guarda uns impressionantes 60 espigueiros, dos 120 que a freguesia tem. A aldeia tem ainda um valioso património edificado e comunitário, que se identifica percorrendo-se as calçadas medievais.
Atente-se também aos cruzeiros do castelo e do Largo do Destro, à Igreja de São Mamede, à fonte da Tornada que abastece o lavadouro da aldeia. E ao artesanato, desde miniaturas de espigueiros ou das alfaias agrícolas, cestos, tamancos, ou uma palhoça (croça ou crucho) para resguardo da chuva. Ainda se borda o linho no Lindoso e a lã é usada nas mantas e na capa tradicional minhota, o burel.

dia 2

NO SÁBADO, veja o que ficou por ver no Lindoso e aproveite o resto do dia para visitar Aceredo, já no lado de Espanha. A recente seca, que atinge níveis cada vez mais preocupantes, fez ressurgir esta aldeia das profundezas do rio e permite já que vislumbrem algumas das suas 40 casas.
Foi em 1992 que os habitantes da aldeia da Galiza tiveram de despedir-se das suas habitações. Localizada em pleno vale do rio Lima, Aceredo ficou submersa devido à construção da barragem portuguesa do Alto Lindoso, à semelhança do que aconteceu com a aldeia da Luz e a barragem do Alqueva.

dia 3

ENQUANTO REGISTA que as festas tradicionais de destaque são a Malhada Tradicional, em agosto, e o "Pai Velho", na transição do inverno para a primavera, o leitor pode agendar para sábado outros pontos de interesse ao redor de Lindoso, como o Monte da Madalena, convidativo para piqueniques, no parque de merendas, junto à Capela de Santa Madalena. Aproveite o regresso para contemplar os igualmente célebres espigueiros do Soajo, a aldeia de Arcos de Valdevez. •

LINDOSO
Célebre pelo seu castelo e pelo maior conjunto de espigueiros da Península Ibérica, é um dos locais mais fotogénicos do Gerês!

IMPERDÍVEL
A Cascata do Rio da Escada e as gravuras rupestres da Pedra de Porto Chão.

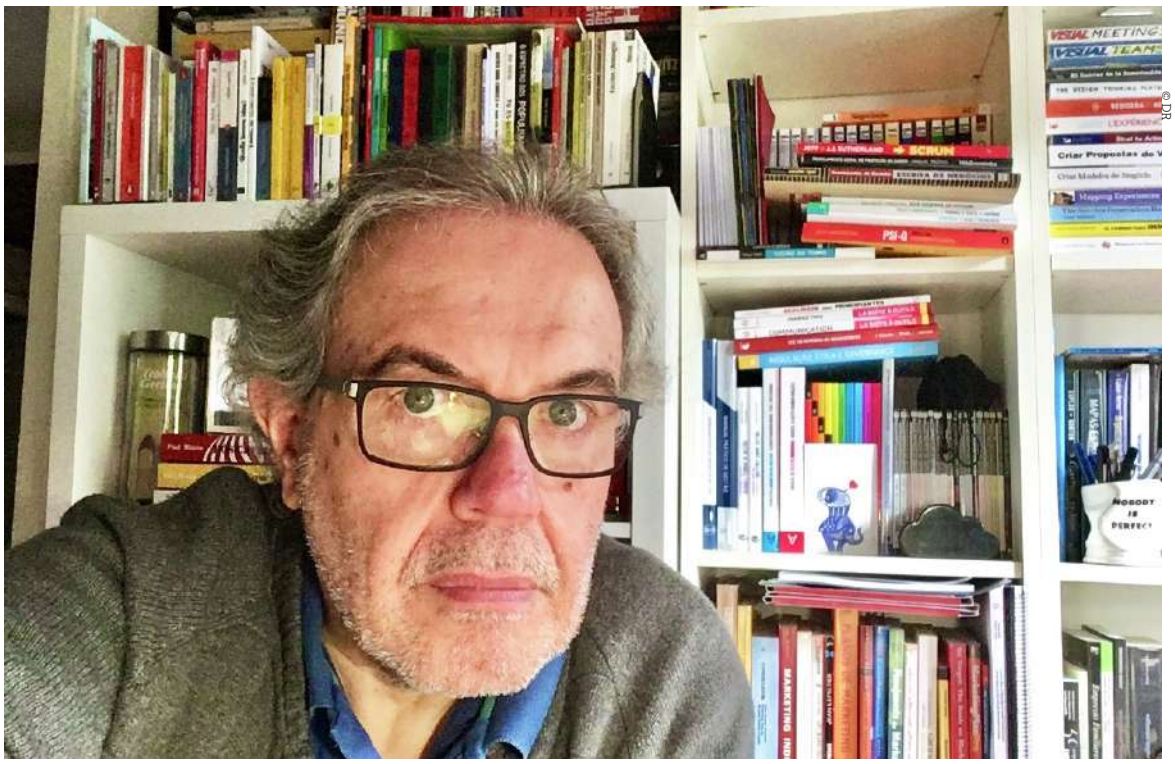
LUGAR DA PARADA
Conjunto de Espigueiros na Eira do Tapado e o pelourinho.

CAMINHADAS
O trilho do Miradouro das Antenas de Louriça oferece vista panorâmica sobre a zona do Lindoso e a Serra Amarela. E o trilho dos Moinhos de Água, onde se mergulha nas águas refrescantes do Poço da Gola.

OFF.

"A poesia foi uma decisão racional no meio de uma paixão"

Já lá vão 25 anos desde a fundação de Elefantes Editores, projeto de Nunes Carneiro direcionando para a poesia. "A editora foi apenas mais uma faceta da minha forte ligação aos livros. Ainda muito novo, os livros entraram na minha vida por influência da mãe. Fui sempre um leitor desde que me conheço. Depois, comecei a escrever". E editar poesia foi a primeira escolha de Nunes Carneiro. Editar poesia de autores de língua portuguesa "e, com clareza, tentar descobrir novos autores".


©DR

LÚCIO ALBERTO

O que é que motivou a criação da editora em 1997?

Trabalhei no mercado livreiro como gestor de livrarias. E, a certa altura, comecei a equacionar uma aposta no mundo da edição. E, entre a ideia e a sua concretização não deve ter passado um ano. Portanto, foi mais um passo num percurso.

E porquê poesia?

Sabia, desde o princípio, que nunca iria ter condições de criar uma grande editora. A ideia foi sempre a de se criar uma micro editora que ocupasse um espaço de nicho no mercado editorial português. Nos primeiros meses, além da poesia, ainda editei e planeei editar ensaios e ficção. Mas, rapidamente, percebi que, se me dispersasse não iria fazer nada bem. Assim, a poesia foi quase uma escolha natural. Aliás, foi a primeira escolha. A poesia foi uma decisão racional no meio de uma paixão.

A curiosidade acresce no que concerne à escolha da designação do projeto editorial. Elefantes?! Porquê?

Muito simples. Quando tinha 15 ou 16 anos, a minha avó materna ofereceu-me um pequeno elefante de prata. E comecei a colecionar elefantes: peças de artesanato, peças decorativas, etc. Quando se colocou à questão do nome da editora, acho que foi uma escolha natural. A editora seria mais um elemento da minha coleção. Não estou arrependido. Acabou por se tornar uma marca com uma imagem interessante e criada por um designer amigo: Nuno Pereira. No ano passado, descobri que, no Brasil, há uma congénere chamada Editora Elefante. Mas muito maior e que edita muito mais do que poesia.

25 anos é muito tempo?! Não obstante as conjunturas e as vicissitudes da atividade editorial...

Sim, é muito tempo, mas passou muito depressa. E sinto que ainda somos uma editora jovem ou jovem adulta. Vamos ver onde conseguimos chegar. Estamos, contudo, mais protegidos porque assumimos sempre que não temos fins lucrativos. Somos cuidadosos nos investimentos. E, felizmente, ao longo dos 25 anos, só três ou quatro livros é que não se pagaram a si próprios. Os outros, quando deram alguma margem, ela foi reinvestida nas edições seguintes. As vicissitudes do mercado, no nosso caso, têm menos impacto porque somos uma micro-editora e porque somos muito cautelosos com as edições. E, claro, os leitores têm ajudado comprando os livros.

Às "bodas de prata" pode suceder outro quarto de século? Ou talvez mais!

"Tento ser um cidadão ativo, empenhado e com princípios. Como editor, tento ser sempre coerente com o cidadão".

Francamente, não sei se chegarei aos 50 anos da editora. O que é minha firme intenção é, dentro de alguns anos, encontrar uma pessoa ou uma pequena equipa que, respeitando os princípios da editora, consiga continuar o caminho que já foi percorrido. Se conseguir encontrar a pessoa ou a equipa, acho que a editora poderá perdurar muito mais tempo.

A exposição aniversariante e a sessão literária, na Biblioteca Municipal José Marmelo e Silva, foram carregadas de simbolismo e dinamismo...

Reeditámos o primeiro livro que tinha surgido em fevereiro de 1997: "Do Amor-Breve Antologia de Poetas Portugueses", com poemas de Fernando Pessoa, Florbela Espanca, Manuel Laranjeira, Almeida Garrett, António Nobre, Camilo Pessanha, entre outros. E lançámos um livro de estreia de uma nova e promissora autora: Maria Joana Almeida. Ou seja, fomos fiéis à nossa origem e apostámos numa nova autora. Contámos com a participação de um amigo (jornalista Mário Augusto) que apresentou o livro da nova autora e com a leitura de poemas por parte de alguns poetas que fazem parte da editora.

No decurso das comemorações dos 25 anos da editora foram destacadas três dimensões editoriais. Como é que se distinguem?

Publicámos autores consagrados como João Pedro Mésseder, Casimiro de Brito e Manuel Laranjeira (a "Poesia Completa"). Publicámos novos autores (muitos deles em estreia absoluta) e ainda fizemos quatro antologias de jovens estudantes. Finalmente, uma aposta importante: apesar de preferirmos a edição em papel, desde 1997, no nosso website foi possível ler gratuitamente os livros que fomos editando. Mais tarde, em 2002, iniciámos online a coleção Digitalmente e demos mais consistência e amplitude às edições. Este ano, nesta coleção, acolhemos meia dúzia de autores brasileiros que podem agora ser lidos online.

Quais são as edições recentes mais relevantes?

Todos os livros são muito importantes. No entanto, podemos destacar a parceria que temos com a Junta de Freguesia de Fânzeres, em Gondomar. Esta autarquia realiza, consecutivamente e há 30 anos, um prémio nacional de poesia. Nós temos publicado os livros premiados desde 2019. São livros de grande qualidade.

E o que ainda projeta pessoal e profissionalmente?

Tenho ainda alguns projetos, sobretudo na área pessoal. Quero encenar peças de teatro, quero continuar a desenhar (uma faceta recente, mas que me dá imenso prazer), quero organizar uma exposição e quero escrever mais três ou quatro livros que trago na cabeça. Gostava de poder ajudar a criar um festival literário em Espinho. Enfim, muitas coisas. Vamos ver se a pandemia abranda e se posso voltar a viajar tranquilamente. •

"Gostava de ter sido jornalista. Tal acabou por não acontecer. Há mais de 30 anos trabalho na área de marketing, comunicação e gestão. Na prática, tenho três profissões interligadas: consultor, formador e professor do ensino superior politécnico".

PUB
Clínica Dentária de Espinho
PROF. DOUTOR
CASIMIRO DE ANDRADE
RUA 22 (JUNTO À CÂMARA)
TLF. 227 344 909 / 968042300 / 919 002 700

PUB
CLÍNICA MÉDICA
DR. JOAQUIM MENDES & FILHA, LDA
CONTINUA EM ATIVIDADE NA RUA 14, Nº 448
E EM EXPANSÃO DO SEU CORPO CLÍNICO
FAZEM-SE DOMICÍLIOS ..... TLF. 227 341710 - TLM 939 449 380

PUB
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

OFF.

agenda

17 a 19 FEV
CENTENÁRIO DO PCP
Multimeios (galeria)
Horário: 10-18 e 21-22 horas de 5.ª e 6.ª; 15-19 e 21-22 horas e sábado
Exposição do Partido Comunista Português.

17 a 23 FEV
NIGHTMARE ALLEY – BECO DAS ALMAS PERDIDAS
Cinema do Multimeios
Horário: 16 horas e 21h30 de 5.ª, sábado e domingo; 21h30 de 6.ª; 16 horas de 3.ª e 4.ª
Realização de Guillermo del Toro, com os atores Bradley Cooper, Cate Blanchett, Toni Collette, Willem Dafoe, Richard Jenkins e Rooney Mara. Categoria: crime, drama e mistério. Classificação: maiores de 14 anos. Duração: 139 minutos. "Remake" do filme de 1947 realizado por Edmund Goulding e baseado no romance homónimo de William Lindsay Gresham. Nomeado para quatro Óscares.

17 FEV a 24 MAR
FRENTE E VERSO DE UMA VIDA DOMÉSTICA
Museu Municipal – FACE
Horário: das 10 às 17 horas 6.ª e das 10 às 13 horas de sábado
Instalação artística de Maria Beatitude, num convite aos visitantes e transeuntes à contemplação e reflexão.

17 a 26 FEV
DA PAISAGEM E DO PERMANECER
ArtLab24
Horário: das 16 às 19 horas de 5.ª, 6.ª e sábado
A exposição de Rute Rosas traz a experiência da paisagem natural através do objeto escultórico, na galeria da zona norte da Avenida 24.

17 FEV a 31 DEZ
EXPOSIÇÕES PERMANENTES
Museu Municipal – FACE
Horário: das 10 às 17 horas 6.ª e das 10 às 13 horas de sábado
Coleção da antiga fábrica de conservas Brandão Gomes, exposição do Teatro e Marionetas de Mandrágora e mostra da Companhia Boca de Cão.

18 FEV
MIGUEL LUZ
Centro Multimeios – Sala António Gaio
Horário: 19 horas / Bilhete: 10€
"Janela Aberta" é um espetáculo que vive do momento e da interação com quem está na sala. Navegando sem rumo, Miguel Luz levanta questões relacionadas com saúde mental, identidade, cultura e criatividade numa reflexão descontraída que, certamente, não deixará de fora os temas mais mundanos da vida. Duração: 75 minutos sem intervalo. Classificação: maiores de 16 anos.

18 FEV
ERIC LU
Auditório de Espinho – Academia
Horário: 21h30
Bilhete: 8€ – cartão amigo do AdE: 4€
Mestria, expressividade e fantasia dão o mote a um concerto de música clássica que junta vários jovens destacados, o pianista Eric Lu, o maestro Nuno Coelho, o compositor Nuno da Rocha e a Orquestra Clássica de Espinho. Robert Schumann e Johannes Brahms são criadores incontornáveis do romantismo germânico.

19 FEV

MARIANA ZWARG SEXTETO UNIVERSAL

Bilhete: 10€ – cartão amigo do AdE: 6,5€
O disco "Nascentes" foi editado em 2020 é apresentado agora ao vivo em Espinho, num concerto de jazz de Mariana Zwarg flautas (soprano, alto, saxofone e composição), Mette Nadja Hansen (vozes e percussão), Johannes von Ballestrem (piano), Ricardo Sá Reston (baixo elétrico), Pierre Chastel (bateria e percussão) e Sami Kontola (percussão). Mariana Zwarg representa a terceira geração de músicos que tocam e difundem a tradição da "música universal", criada pelo seu padrinho, o genial músico brasileiro Hermeto Pascoal.

19 FEV

STREET GOSPEL CHOIR

Casino Espinho
Horário: 22h30 (admissão para jantar das 20 às 21 horas)
Jantar-espetáculo: 75€

O grupo de música gospel criado em Gaia, em 2014, apresenta-se no casino espinhense. Os 20 elementos cantam canções "pop music", "gospel" e de música portuguesa. Dando também gosto especial ao jantar que antecede o espetáculo, o Casino Espinho prepara um menu que inclui a famosa lampreia à bordalesa e, como sobremesa, lampreia de ovos com pingos de chocolate.

19 FEV
A TERRA
Planetário do Multimeios
Horário: 16h30
Bilhetes: 4,5€ adulto; 3,50€ criança até aos 10 anos, estudante e sénior (65 anos+); 10€, 13€ e 15€ **"pack família"** (3, 4 e 5 elementos); criança até 2 anos: entrada gratuita
Duração: 40 minutos.
Classificação: maiores de 6 anos.

12 FEV
CAMERATA NOV'ARTE
Auditório de Espinho – Academia
Horário: 21h30 / Bilhete: 10€ – cartão amigo do AdE: 6,5€
Sob a direção musical de Luís Carvalho, a Camerata Nov'Arte executa a monumentalidade que domina as sinfonias de Anton Bruckner. Uma orquestra de dimensões raramente vistas é o veículo colorístico para obras de longa duração, em que os elementos musicais serpenteiam de secção em secção. A "Sinfonia No. 7" foi um dos poucos sucessos do compositor em vida.

12 FEV
DING DONG
Casino Espinho
Horário: 22h30 (admissão para jantar das 20 às 21h00)
Jantar-espetáculo: 40€
Espetáculo da autoria de Marc Camoleti e encenado por João Didelet, com os atores Andreia Dinis, António Machado, Jorge Kapinha, Melânia Gomes, Núria Madruga e Sofia Baessa. A peça desenrola-se durante um jantar animado e concorrido onde se sentam à mesa casais, amantes e traídos. Um enredo amoroso que promete um serão animado e com muitas gargalhadas.

19 e 20 FEV
VIAGEM PELOS PLANETAS
Planetário do Multimeios
Horário: 15h30
Bilhetes: 4,5€ adulto; 3,50€ criança até aos 10 anos, estudante e sénior (65 anos+); 10€, 13€ e 15€ "pack família" (3, 4 e 5 elementos); criança até 2 anos: entrada gratuita
Sessão ao vivo. Duração: 40 minutos. Classificação: maiores de 4 anos.

20 FEV
CONCERTO SINFÓNICO PARA FAMÍLIAS
Cineteatro António Lamoso (Feira) / Horário: 11 horas
O ciclo de concertos comentados para famílias "Sinfoniónicos" regressa com "Um Americano em Paris" pela Banda Sinfónica de Jovens de Santa Maria da Feira, com direção musical do maestro Paulo Martins, o solista Telmo Costa (clarinete) e narração de Jorge Castro Ribeiro.

20 FEV
SOL, A NOSSA ESTRELA
Planetário do Multimeios
Horário: 16h30
Bilhetes: 4,5€ adulto; 3,50€ criança até aos 10 anos, estudante e sénior (65 anos+); 10€, 13€ e 15€ "pack família" (3, 4 e 5 elementos); criança até 2 anos: entrada gratuita
Projeção Imersiva a 360º.
Classificação: maiores de 6 anos.
Duração: 45 minutos.

PINTURA

"Olhar o pormenor" de Sílvia Correia no Multimeios

SÍLVIA CORREIA inaugura a sua exposição de aguarelas "Olhar o Pormenor", no dia 26 de fevereiro, pelas 16h30, na galeria do Centro Multimeios. Sílvia Correia nasceu no Porto, em 1976, numa família em que as artes estiveram sempre presentes. E cedo veio viver para Espinho, "num ambiente de pura alegria e amigos inesquecíveis". A exposição de pintura fica patente ao público até 3 de abril. •

WORKSHOPS

Marta Sousa ensina desenho e expressão plástica na Palavraria

A ILUSTRADORA Marta Sousa está a realizar workshops de desenho e expressão plástica na Palavraria, livraria da Rua 22, em Espinho, com sessões para adultos, às sextas-feiras, pelas 11h15 e com a duração de 90 minutos. Os workshops para o público mais jovem, dos 4 aos 15 anos, decorrem entre as 9h30 e as 11h30.
"A metodologia lecionada nas aulas é muito descontraída", descreve Marta Sousa. "E parte do pressuposto que todos sabem desenhar, pois é algo em que acredito e que tento transmitir aos meus alunos. Através de exercícios simples de expressão plástica, estamos a testar vários materiais e técnicas para que cada pessoa encontre a sua forma de expressão e encontre na arte uma forma de registar o melhor do seu dia". •

TORNEIO

Solverde Poker Season regressa a Espinho

O maior torneio de poker está de regresso aos Casinos Solverde. O Solverde, em Espinho Chaves e Vilamoura. A primeira etapa do Solverde Poker Season teve como palco o Salão Atlântico, do Casino Espinho, entre 10 e 13 de fevereiro. O torneio prossegue a 28, 19 e 20 de março, no Hotel Casino Chaves, e entre 12 e 15 de maio, no Casino Vilamoura. E em Espinho, nos dias de 9 a 12 de junho, antecedendo as etapas a anunciar oportunamente. •

PUB

Clínica Pacheco
DR. JORGE PACHECO
Clínica Dentária de Reabilitação Oral
IMPLANTOLOGIA (ALL ON 4) · CIRURGIA ORAL · ESTÉTICA DENTÁRIA
REABILITAÇÃO ORAL · ORTONDONTIA (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

OFF. DE BOA SAÚDE

A importância do pós-parto para a recuperação da mulher

Falar em cursos de preparação para o parto ou em formas de ajudar a mulher a sentir-se melhor durante a gravidez é muito comum e são várias as mães que procuram estas aprendizagens. No entanto, depois do nascimento do bebé, por vezes a recuperação da mãe é deixada para segundo plano. Numa tendência de mudança, assiste-se a uma alteração da mentalidade e a recuperação pós-parto tem cada vez mais relevância para a saúde física e mental das mulheres.

© SARA FERREIRA

> “Hoje assiste-se ao medo que as mulheres sentem ao não conseguirem reorganizar as rotinas. Temem que no pós-parto não consigam a segurança que mantinham porque as rotinas vão ser totalmente diferentes”
>
> **Telma Cabral, enfermeira parteira, instrutora de Hypnobirthing e professora de Yoga**

LISANDRA VALQUARESMA

APESAR DE algo desvalorizada, a recuperação, após o nascimento da criança, deve ser feita com acompanhamento e, ainda que vários ensinamentos sejam prestados durante a gestação, é no momento real que muitas dúvidas acabam por surgir. Telma Cabral, enfermeira parteira, está habituada a lidar com todas estas problemáticas e explica que o pós-parto é preparado muito antes do nascimento. “Tudo está relacionado porque, logo no princípio, quando eu pergunto quais são os medos, as mulheres falam imediatamente do pós-parto. Falam do medo de não conseguirem cuidar do bebé, medo de não conseguirem amamentar, medo de ficarem sozinhas e medo da intimidade do casal não voltar a ser a mesma”.

Por se tratar de “uma fase desafiante” na vida de qualquer mulher, Telma Cabral decidiu abrir, em 2017, a sua própria academia, na Rua 14. Direcionando a sua atividade para todas as fases da gestação, consegue fazer um acompanhamento alargado e afirma que atualmente a forma de pensar a gravidez começa a sofrer modificações. “Assiste-se a uma coisa muito bonita e que, na minha perspetiva, é uma evolução. As mulheres cada vez mais procuram serviços. Até há pouco tempo era importante ter um bom carrinho de bebé, por exemplo, mas agora já começa a ser importante outras coisas como fazer fisioterapia, yoga ou até massagens. Já vai havendo essa mudança o que é muito bom porque as mulheres começaram a ficar mais atentas, mais despertas”, refere.

E isso reflete-se na hora do pós-parto. Segundo Telma Cabral, o aconselhável é procurar acompanhamento quatro semanas após o parto normal e seis semanas depois da realização de uma cesariana. Nesta fase de recuperação, há quem ainda procure integrar o recém-nascido, mas, de acordo com a enfermeira, é cada vez mais um tempo só da mulher. “Durante muito tempo a mulher é o centro das atenções, mas depois passamos para aquela fase em que só o bebé existe. Aí a mulher é esquecida e nós temos que lutar contra isso. Aquilo que se começa a notar é que muitas preferem vir sozinhas. Querem aquela horinha só para elas e isso não tem mal nenhum. É muito giro vê-las chegar sem os bebés e conseguirem falar delas. As mulheres que foram mães perceberam que precisam de olhar para elas para terem saúde física e mental para cuidarem dos seus bebés. Fazer isto sem ter aquela culpa de ter deixado o bebé com os avós é um passo muito grande. Acho que estamos a ir por um bom caminho, mas a preparação do pós-parto começa na gravidez”, defende.

Além da recuperação física ser um fator importante, a capacidade mental para saber adaptar-se a uma nova etapa é, na perspetiva de Telma, “fundamental”. “É muito interessante porque elas dizem as dificuldades que estão a sentir, não só com o bebé, mas com elas também. O que costumo dizer é que, seja qual for a dificuldade, ela é verdadeira”.

Ser acompanhada na fase posterior ao nascimento de um filho traz inúmeros benefícios e ajuda, de forma mais rápida, na recuperação quase total do corpo. Tal como explica a enfermeira parteira, “um dos problemas no pós-parto imediato está relacionado com a sutura da episiotomia (corte cirúrgico no períneo), ou se há uma sutura de cesariana” e aí “são ensinadas várias formas de lidar com o problema como os cuidados que se devem ter ou a forma correta de realizar a higiene”. A par com estes problemas, a amamentação é um dos principais temas abordados, dada a importância e a dificuldade sentidas por várias mulheres. “Quando ela volta, depois de ter a criança, fazemos uma adaptação do yoga para mais fitness. Trabalhamos o corpo, a parte da mente no sentido de aprender a relaxar, a amarem-se e a não sentirem culpa. Além disso, fazemos um trabalho físico até bastante geral porque trabalhamos o corpo como um todo”, explica a profissional, revelando que, na fase seguinte, após este acompanhamento muitas mulheres demonstram, por norma, tendência de ingressar num ginásio. •

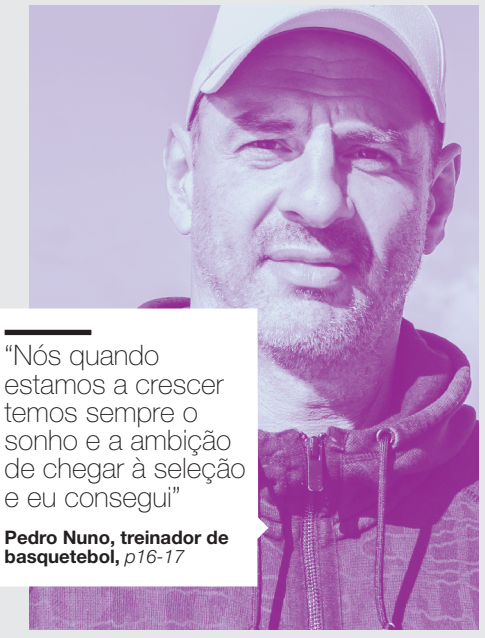
última

DEFESA DE ESPINHO
ESPINHO POR DENTRO

RECEBA ESTE JORNAL EM SUA CASA!

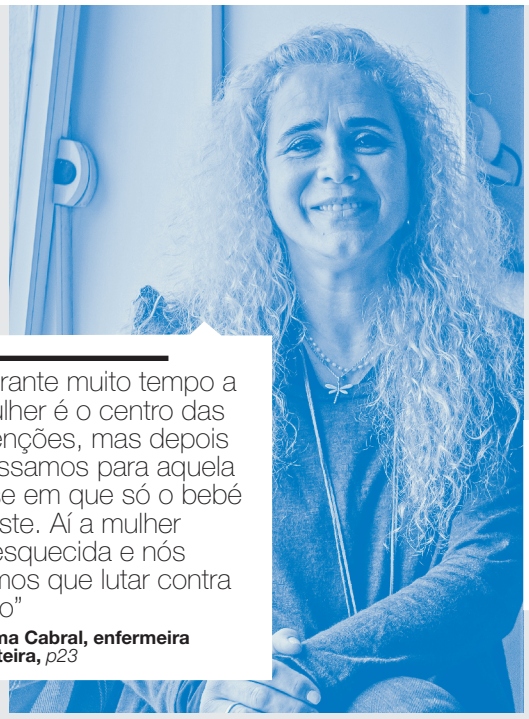
Assinatura anual do jornal Defesa de Espinho, por **€30**

Envie os seus dados pessoais para:
comercial@defesadeespinho.pt ou **ligue 227 341 525 / 967 368 404**



"Nós quando estamos a crescer temos sempre o sonho e a ambição de chegar à seleção e eu consegui"

Pedro Nuno, treinador de basquetebol, *p16-17*



Durante muito tempo a mulher é o centro das atenções, mas depois passamos para aquela fase em que só o bebé existe. Aí a mulher é esquecida e nós temos que lutar contra isso"

Telma Cabral, enfermeira parteira, *p23*

"A editora foi apenas mais uma faceta da minha forte ligação aos livros"

Nunes Carneiro, escritor, *p21*

faladura

TEMPO ESPINHO:

QUI • 17		17° 11°
SEX • 18		15° 8°
SÁB • 19		14° 5°
DOM • 20		16° 5°
SEG • 21		17° 5°
TER • 22		18° 6°
QUA • 23		18° 7°
QUI • 24		16° 7°

Fonte: www.ipma.pt

opinião
Manuel Sancebas

É tempo d'amar

Ó fevereiro
Ó pequenino
De todos, anão
Estás no nosso meio
trás o que não veio
é já grande a desilusão.

Como o beijar
levezinha
não venha de enxurradas
com o jeito de regar
há lágrimas por nós
choradas
que nos chegam a
molhar.

Fico à espera
acaba a seca
Portugal a sofrer
sem água
estás a ver
mostra que num anão
é maior o coração.

ENSINO

Vítor Oliveira confirmado como novo diretor do AE Manuel Laranjeira

A Direção-Geral da Administração Escolar (DGAE) já homologou o resultado da eleição do diretor do Agrupamento de Escolas Dr. Manuel Laranjeira (AEML), após um processo de inquérito que decorreu desde agosto do ano passado e que levou à suspensão dos resultados eleitorais. Ficou, assim, confirmada a eleição do professor Vítor Oliveira como novo diretor daquele agrupamento de escolas. A tomada de posse deverá ocorrer dentro de 30 dias no Conselho Geral daquele agrupamento.

"FUI NOTIFICADO na segunda-feira, através dos serviços administrativos do agrupamento, da homologação dos resultados das eleições", disse Vítor Oliveira à Defesa de Espinho, registando esta decisão "com muito agrado". "Aliás, era o que esperava face à suspensão que aconteceu e que, de alguma forma, foi justificada por um processo de inquérito que teve de ser desenvolvido, esclarecido e devidamente averiguado", acrescentou o novo diretor do AEML reconhecendo que "levou o tempo, pelos vistos necessário, até que este processo fosse encerrado para que desse lugar à homologação da eleição".

Vítor Oliveira aguarda, agora, a tomada de posse, que deverá ocorrer dentro de 30 dias. "Apenas tenho a indicação normativa relativamente à posse para o cargo e terá de ser através do Conselho Geral do agrupamento. Deverei ser contactado para podermos acordar a data para a tomada de posse", esclareceu o docente ao nosso jornal.

© DR

Vítor Oliveira irá formar uma nova equipa na direção do agrupamento. No entanto, só o fará "a partir do momento em que esteja empossado" no cargo de diretor. "Irei estabelecer o contacto com as pessoas que irei escolher para constituir a equipa e terei 30 dias, após o ato de posse para constituir a nova direção".

A homologação do ato eleitoral foi dada a conhecer à Defesa de Espinho pela própria DGAE e pelo Ministério da Educação na quarta-feira passada, após um contacto do nosso jornal questionando sobre os desenvolvimentos daquele processo que já se desenrolava desde o verão passado.

Deste modo, Vítor Manuel Fernandes de Oliveira, de 56 anos, será o novo diretor do AEML para um mandato de quatro anos, em resultado das eleições realizadas a 15 de julho de 2021, substituindo no cargo Ana Gabriela Moreira que, entretanto, desempenhou as funções de presidente da Comissão Administrativa Provisória (CAP) do AEML.

> *"Irei estabelecer o contacto com as pessoas que irei escolher para constituir a equipa e terei 30 dias, após o ato de posse para constituir a nova direção"*
>
> *Vítor Oliveira*

Professor de Português, Vítor Oliveira é licenciado em Línguas e Literaturas Modernas e conta com 32 anos de serviço docente como professor de Português e de Inglês, em escolas do ensino básico, do terceiro ciclo e secundário. • MP

AÇÃO SOCIAL

Apoio à população idosa e ao envelhecimento ativo nas freguesias

Os representantes do Conselho Sénior apresentaram na Câmara Municipal, em fevereiro, as propostas de apoio à população idosa e envelhecimento ativo resultantes das sessões coletivas realizadas nas freguesias durante o mês de dezembro.

Na reunião com a vereadora da Ação Social, Leonor Lêdo da Fonseca, foram analisadas três áreas de intervenção, comuns, com incidência no acesso aos cuidados de saúde primários, implementação de uma rede de transportes públicos eficiente e eficaz e implementação de centros de convívio.

A próxima reunião da iniciativa do projeto CLDS 4G Espinho Vivo está agendada para meados de junho, visando aferir o ponto da situação de concretização das propostas apresentadas bem como realizar uma nova auscultação da população. •