

DEFESA

DE ESPINHO

#StandWithUkraine

ENTREVISTA

“Abdico muito da minha vida pessoal e social em prol da ginástica”

Sílvia Canelas, treinadora e juíza internacional de ginástica rítmica

p16 e 17



Quinta-feira, 15 de setembro de 2022 | Edição n.º 4715 · Ano 90 · Semanário · Diretor Lúcio Alberto · defesadeespinho.sapo.pt · Preço: €0,70 (c/IVA)



© ISABEL FAUSTINO

Vera Cruz, responsável por um dos grupos corais da Paróquia de Espinho

Destaque

Vivências de quem prepara a festa da Senhora da Ajuda

As comemorações em honra da padroeira da cidade iniciam-se hoje, mas há muito que se preparam nos bastidores. O trabalho é feito por voluntários que, ano após ano, contribuem para que a festa aconteça.



ESPINHO TEM NOVAMENTE a sua festa maior. Depois de uma pausa de dois anos, a cidade volta a encher-se de brilho, de sorrisos, de convívios, visitas e de muita fé. Vista como uma festa de tradições, a Defesa de Espinho desvenda alguns dos rostos que, apesar das diferentes atividades, ajudam a preparar, com devoção e algum espírito de sacrifício,

a homenagem à padroeira. Se alguns se voluntariam para a construção do longo tapete que adorna as ruas, outros preparam os cânticos religiosos ou organizam a chegada dos vários andores. Tendo a procissão como um dos pontos altos de todas as festividades, há também quem veja, esse momento, como a altura ideal para participa. **p 4-7**

ASSOCIATIVISMO

Rui Torres assume presidência do Rotary de Espinho como “mais um desafio”. **p8**

MOBILIDADE

Requalificação da EN109 prevista para 2023, mas agrava-se a insegurança.

O estado da via coloca em risco a segurança de residentes e automobilistas. A IP adiou novamente a intervenção para o próximo ano. **p11**

VÓLEI DE PRAIA

Campeões mundiais universitários recebidos em festa.

João Nuno Pedrosa e Hugo Campos “coroados” no Brasil. **p19**

OPINIÃO

“Morreu a Rainha”.

Manuela Aguiar. **p13**



SOLVERDE.PT
CASINO E APOSTAS DESPORTIVAS

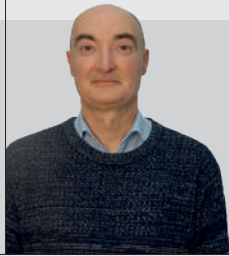
SÃO MUITOS ANOS...!
A VIRAR PRÉMIOS!

18+ JOGA POR DIVERSÃO, COM MODERAÇÃO.



TERMO E CONDIÇÕES APLICÁVEIS

visto daqui



EDITORIAL
Lúcio Alberto

“Ponto(s) de partida” para um “manto de sonhos”

1 – A visita da secretária de Estado da Inclusão às instalações da Cerciespinho constitui mais um registo da longa e contributiva atividade em prol de quem carece de cuidados e estímulos solidários e sociais, mas sobretudo de apoio estruturado e orientado. Ana Sofia Antunes teve o ensejo de conhecer “in loco” o Centro de Apoio à Vida Independente, o Centro de Atividades e Capacitação para a Inclusão, o Lar Residencial “Manto de Sonhos” e a Residência Autónoma “Ponto de Partida”. E oportunidade para refletir sobre as debilidades e as carências das pessoas com deficiência e os desafios do envelhecimento e o impacto da conjuntura pandémica nas necessidades dos clientes (utentes) e da comunidade. A secretária de Estado da Inclusão anotou testemunhos de experiências e vivências. Acresce, agora, a expectativa de que tenha concluído que a Cerciespinho é um exemplo ímpar de inclusão social, na avaliação dos seus fundamentos, valores, valências e atividades, que se pode configurar como projeto-piloto à escala nacional.

Neste quadro, atente-se à amplitude dos resultados, a par do contínuo desenvolvimento estrutural e edificado.

A Cerciespinho promove a cidadania e a qualidade de vida de pessoas com deficiência e incapacidade ou em situação de exclusão social, fornecendo serviços de qualidade. E, por isso, é reconhecida pela qualidade e abrangência dos serviços e pela construção da mudança social.

2 – Os bons exemplos do associativismo espinhense não se confinam à componente da ação social e disso é exemplo a vertente cultural. A Associação Cultural e Recreativa Tuna Musical de Anta, fundada a 24 de agosto de 1924, assinalou 98 anos, prestando homenagem póstuma a Boaventura Moreira, pelos seus 25 anos ao serviço da instituição, com o descerrar de uma imagem ao som de uma marcha dedicada ao maestro. A quase centenária Tuna de Anta presta tributo a quem a corporizou e contribuiu para o seu desenvolvimento e valoriza quem prossegue a obra sociocultural que dignifica o concelho de Espinho e, em particular, eleva a vila de Anta.

3 – Os bons exemplos socioculturais também não ressaltam de realizações circunstanciais e comemorativas. O associativismo do concelho é dinâmico, não arquivando na gaveta os projetos, esforçando-se, com orgulho e competência, por se ativar regularmente. A Banda Musical S. Tiago e Silvalde é um exemplo dessa capacidade organizativa e da correspondente praticabilidade. A realização de um “sunset” de verão, num coreto montado na Praia Pau da Manobra, é a prova de que a cultura cabe em todo o lado e que o associativismo é um “ponto de partida” para um “manto de sonhos”.

feira semanal

— Factos e figuras da semana

DESTAQUE

4, 5, 6 e 7 | Senhora da Ajuda: festa da padroeira de regresso à cidade. “Quem é católico e pratica está muito à espera da nossa festa, do nosso reencontro com todos”.

4500 ESPINHO

8 | Rui Torres: “Não temos outras expectativas que não sejam servir e apoiar as necessidades locais”. Novo presidente do Rotary Club de Espinho traça os objetivos para a sua direção até 2023.

10 | Política: “rentrée” do PSD. Baterias apontadas ao executivo socialista e a promessa de um partido “forte e preparado para voltar a conduzir os destinos da autarquia”.

4500 FREGUESIAS

11 | Sivalde e Paramos: perigos espreitam na EN109.

OPINIÃO

13 | “Morreu a Rainha” – Manuela Aguiar.

DEFESA-ATAQUE

15 | “Organização, qualidade de jogo, velocidade, intensidade e pressão”. A promessa de Fábio Paquete para o futebol do SC Espinho 2022/2023.

16 e 17 | Entrevista: Sílvia Canelas, treinadora e juiz internacional de ginástica rítmica. “Se a carreira de treinadora pudesse ser uma profissão, certamente deixaria de dar aulas”.

18 | Hóquei em patins: AE Física vence Torneio Internacional Solverde. Académica de Espinho em segundo lugar.

18 | Futebol popular: já há calendário para os campeonatos e para as taças.

18 | Futebol de rua: criançada anima freguesias em torneio inédito da AFPCE.

19 | Voleibol de praia: João Nuno Pedrosa e Hugo Campos sagram-se campeões mundiais universitários. Receção em festa à chegada à estação de Espinho.

OFF

21 | Entrevista: artesão Mário Rodrigues. “Nos meus trabalhos há figuras e temas que requerem a curiosidade e, sobretudo, a atenção de quem olha. Por exemplo, o que é que uma árvore esconde, ou o significado de apenas ter partes de dois barcos da arte xávega numa ponta do quadro...”



Mário Rodrigues

O artesão silvaldense é um exemplo de persistência, construído uma carreira artística assente na singularidade, competência, qualidade e alicerçada na simplicidade pessoal. As primeiras peças foram esculpidas em blocos de construção civil e agora revela os seus dotes na cortiça. Também pinta com tinta serigráfica e incute observação minuciosa e reflexão recorrendo ao abstracionismo. Aos 60 anos, e agora sem ocupação profissional, vai moldando e exibindo a sua arte.



Tempo incerto

O outono está a chegar, com data marcada para 24 de setembro. O verão já se vai despedindo, o sol ainda brilha com intensidade, mas o amanhecer e o anoitecer são mais frescos. E a chuva também não se faz rogada em marcar a sua presença. A época de veraneio já é quase passado. Entretanto, há festejos da Senhora da Ajuda, preferencialmente com bom tempo!



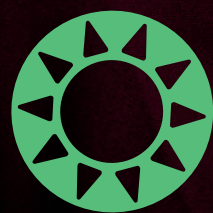
EN109

Agrava-se o estado da (ainda dita) Estrada Nacional 109, no troço que abrange as freguesias de Silvalde e Paramos. É um cenário que entre Miramar (Arcozelo) e São Félix da Marinha, com destaque para a zona junto à estação ferroviária da Granja, também é motivo de críticas, como no percurso traçado no concelho de Ovar, desde Esmoriz em diante. A requalificação em Silvalde e Paramos está agendada para 2023. Talvez, talvez...

18+ JOGA POR DIVERSÃO, COM MODERAÇÃO.

ERA ÓBVIO?

APOSTASSES



SOLVERDE.PT
SÃO MUITOS ANOS

destaque

REGRESSO DAS FESTAS DA CIDADE



© ARQUIVO

Chegou o dia. Espinho prepara-se e está a poucas horas de se engalanar. Depois de dois anos forçados de pausa, motivados pela pandemia, está à porta o terceiro fim de semana de setembro e com ele uma das épocas mais importantes para os espinhenses.

NO ANO EM QUE ESTÁ DE VOLTA A FESTA EM HONRA DE NOSSA SENHORA DA AJUDA, A DEFESA DE ESPINHO FOI CONHECER ALGUNS DOS ROSTOS QUE SE ASSOCIAM E PREPARAM, COM CARINHO, FÉ E DEVOÇÃO, A FESTA MAIOR DA CIDADE.

LISANDRA VALQUARESMA

A FESTA QUE HOMENAGEIA a padroeira de Espinho traz, de volta às ruas da cidade, os sorrisos, as tradições, mas sobretudo os reencontros e o convívio. Está tudo a postos, mas a preparação do retomar da celebração começou bem lá atrás. Virgínia Santos, de 63 anos, é um dos vários rostos que prepara aquele que vai ser o longo tapete de flores e de outros materiais que, no próximo domingo, vai servir como orientação no percurso feito pela procissão.

A montagem do tapete está marcada para a tarde e noite de sábado, tal como é habitual, mas como explica a voluntária, o trabalho já tem meses. “Estamos, desde o início de agosto, a trabalhar, mas antes disso houve muitas reuniões de preparação. Foi preciso definir as cores do sal que teríamos que pintar, tal como outros aspetos importantes”, conta Virgínia, um dos membros da associação EVIDa, responsável por esta tarefa desde a sua criação, em 2009. “Já estamos há mais de duas semanas a pintar sal e não é apenas o grosso do tapete, há muitos pormenores e isso leva o seu tempo. Por vezes as pessoas pensam que é só o trabalho do dia, mas não é. Este ano começamos em março e foi-se vendo desenhos, tal como o tema em si”, explica, confidenciando que, para a festa de 2022, foi escolhido o imaginário dos anjos. “Todos os anos procuramos fazer um tema diferente, embora, por vezes, possa haver um desenho igual devido ao aproveitamento de algum molde, mas tentamos sempre inovar”, assegura.

Por esta ser a festa da cidade, Virgínia Santos afirma que todos os esforços são feitos para que nada falhe. “É a nossa padroeira, sou católica e tenho fé na Nossa Senhora da Ajuda. Acho que é importante nós festejarmos e abrilhantarmos a festa da cidade”, diz a voluntária, mas parece não ser a única, pois para o desenvolvimento desta tarefa são precisas muitas mãos. “Temos, para já, cerca de 60 pessoas envolvidas. Diariamente somos 12, mas à noite, quando nos

**Viver a fé,
mostrando amor
à Nossa Senhora
da Ajuda**



2016

juntamos, aparecem sempre mais, pois é nessa altura que a maioria pode. Temos a ajuda de muitas pessoas porque sozinhas não conseguimos. Pode parecer que não, mas este é um trabalho que envolve muitas áreas como a criação dos moldes, dos desenhos, a pintura do sal” e tantas outras funções.

Quando o sábado chegar, tudo estará determinado. Para trás, ficam meses de decisões e nervosismo, mas tudo dará lugar ao trabalho no terreno. “Isto é voluntariado, mas as pessoas empenham-se e gostam de ver o trabalho bem feito. Queremos que as pessoas apreciem porque isso é bom para a cidade”, acredita Virgínia. “A construção do tapete é o culminar de toda a ansiedade dos trabalhos. Nós ajudamo-nos umas às outras e depois, no dia, tenta-se fazer o melhor”, acrescenta a voluntária, sublinhando que cada quarteirão tem a sua equipa e o seu próprio responsável. Dessa forma, garante, “no sábado todos sabem o que têm que fazer”.

Apesar da montagem só se iniciar durante a tarde, o frenesim começa logo pela manhã e não há hora para terminar. “Começamos por volta das 15 horas, mas, da parte da manhã, já se começa muito cedo a distribuir o sal pelas ruas. O último ano em que fizemos, antes da pandemia, acabamos perto das 23 horas, mas cada ano é diferente. Cada rua tem a sua hora de acabar. A rua 19, por exemplo, costuma demorar um pouco mais devido à dificuldade e ao estado dela, uma vez que é torta e tem muitas covas. A rua 2 também é muito complicada porque é à beira-mar e depende do tempo que estiver no dia”, explica uma das responsáveis pelo tapete.

Apesar de ser um trabalho encarado com agrado, Virgínia Santos não esconde que “é muito cansativo”, principalmente por a “idade ir avançando e a genica a ser cada vez menos”. No entanto, “tudo se consegue”. “No dia acho que está tudo descontraído. Desde que haja material suficiente e o sal necessário para a pessoa trabalhar tudo corre bem. Uns acabam mais cedo, outros mais tarde, mas tudo depende do grupo”.

A pensar na construção do tapete deste ano, Virgínia pede ao S. Pedro que seja favorável, quer na chuva, quer no vento. Só assim, assinala, será possível evitar a complicação que o uso do papel representou na última vez em que o usaram. “Estava uma nortada forte e não foi nada fácil conseguir estender. Acabou por se



© ISABEL RAUSTRINO



“Estamos, desde o início de agosto, a trabalhar, mas antes disso houve muitas reuniões de preparação (...) há muitos pormenores e isso leva o seu tempo. Por vezes as pessoas pensam que é só o trabalho do dia, mas não é. Este ano começamos em março...”

rasgar muito papel e só conseguimos colocar metade”, recorda.

Apesar das dificuldades, Virgínia Santos defende pensamento “sempre positivo” e não esconde a convicção de que este será um ano em que tudo “vai correr bem”. “As pessoas estão ansiosas por este retomar. Eu fui ver a festa da Senhora da Agonia e aquilo foi uma loucura, estava mesmo muita gente e acho que aqui em Espinho vai ser parecido. As pessoas estão ávidas de festejar, de estarem juntas e conviver”, conclui.



© FRANCISCO AZEVEDO

TUDO A POSTOS, MAS A PREPARAÇÃO DO RETOMAR DA CELEBRAÇÃO COMEÇOU BEM LÁ ATRÁS...

“É importante nós festejarmos e abrilhantarmos a festa da cidade”

Virgínia Santos

“Sinto que as pessoas têm elevadas expectativas sobre a festa e nós esperamos corresponder a essas expectativas”

Cristina Casalta

“Quem é católico e pratica está muito à espera da nossa festa, do nosso reencontro com todos”

Vera Cruz

“Antigamente havia aquela parte pedonal da Avenida 8 e ali ficava muita gente a ver, hoje em dia é diferente porque as pessoas dispersam mais”

Luís ‘Magano’

MOTOMETRIA®
GROUP

Rua 28, N.º 647
4500-293 Espinho

+351 221 450 360

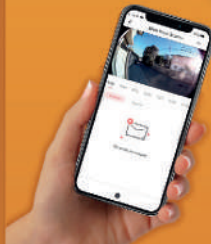
geral@motometria.com



VIDEOPORTEIRO
HIKVISION



Abra a sua porta remotamente com o seu telemóvel, ou com TAG



- . Botão de chamada Wifi
- . Visão noturna
- . Ecrã de 7" a cores
- . Leitor de TAGs

299€



*Instalação não incluída

destaque



2007



2009



2013



2016



2017



Também Cristina Casalta se mostra otimista para as celebrações deste fim de semana. “Sinto que as pessoas têm elevadas expectativas sobre a festa e nós esperamos corresponder a essas expectativas”, afirma esta paroquiana, uma das responsáveis, desde 2019, pela organização e pelos andores da festa.

Cristina lembra que “a procissão é uma das celebrações que fazem parte da festa religiosa” e a sua preparação passa por identificar as pessoas que querem participar e depois transmitir, em reunião, a importância que o momento representa para a comunidade. “É necessário fazer esse trabalho, para que todos compreendam o significado da participação na festa”.

A voluntária reconhece que a paróquia “precisa da colaboração de todos os paroquianos” e confessa que foi esta a forma que encontrou para dar o seu contributo. Cristina leva a sério a função e procura transmitir o mesmo a quem participa daquele que é considerado o mais alto das comemorações: “é fundamental que todas as pessoas tomem consciência que a procissão não é um desfile, mas um momento de oração, um ato de fé”.

“A partir da Páscoa começamos a trabalhar para a Senhora da Ajuda”

Vera Cruz é uma das responsáveis pelo que está a ser preparado para animar as celebrações religiosas. Habituada a dirigir os coros desde cedo, já tem como experiência muitas festas em honra da padroeira e sabe, na perfeição, que tudo é especial, sendo, por isso, necessário começar cedo a preparação. “As grandes alturas da liturgia são muito bem preparadas: páscoa, natal, e a nossa padroeira. A partir da páscoa começamos a trabalhar para a Senhora da Ajuda em termos de coros. Os ensaios são mais dirigidos para os cânticos próprios dessa liturgia e é tudo mais vocacionado para aí”, revela esta responsável por um dos grupos corais.

Ao contrário do que acontece nos outros fins de semana de eucaristia, as celebrações deste que se avizinha são animadas de forma diferente e especial. “Temos o programa que é feito com o cântico de entrada, glória, salmo, aclamação, ofertório, comunhão, ação de graças e cântico final. Todos os cânticos têm de ser preparados com o maior rigor possível”, assume Vera, lembrando que “uma coisa é a eucaristia normal e dominical”, outra é o dia da festa da cidade, onde se juntam mais participantes. “Temos um grande coro, porque todos os pequenos coros se juntam para podermos ter as coisas muito mais elaboradas e tentar cantar, pelo menos, as quatro vezes”.

Neste grupo alargado, formado especialmente para as celebrações em honra da padroeira, cabem cerca de 50 pessoas. Apesar de serem vários elementos, Vera confessa que “antes da pandemia era mais difícil de juntar as pessoas do que é agora”, explicando que “não existe um coro específico em cada liturgia e em cada eucaristia, mas vai-se juntando grupos que vão animando a celebração”. Existe uma formação

e, como sublinha a responsável, “todas as pessoas são bem-vindas e necessárias”.

A fazerem vários ensaios, Vera Cruz explica que é ao lado do músico Paulo Bernardino que tudo está a ser preparado e com o objetivo de se prolongar por uma hora e meia. A preparação decorre dentro da normalidade, com um programa “idêntico” a anos anteriores e seguindo a liturgia dominical. Uma grande diferença, assume, é que a “semana é toda preenchida com celebrações”, com destaque para a reflexão mariana, marcada para amanhã, sexta-feira, tal como o concerto na Capela de Santa Maria Maior (popularmente conhecida como capela de Nossa Senhora da Ajuda), no mesmo dia.

Assumindo que “as expectativas estão altas”, a responsável pelo coro defende que “é o orgulho vareiro a funcionar”, uma vez que há muitas visitas à cidade neste fim de semana de romaria. “Nós sabemos que esta festa traz muitas pessoas de fora e como a parte profana, que se tenta preparar da melhor forma, a parte litúrgica tem que ser muito bem preparada também. Quem é católico e pratica está muito à espera da nossa festa, do nosso reencontro com todos. Nós estamos sempre juntos, mas este é aquele momento especial que se vive com mais intensidade e isto é muito importante para nós”.

A música, sempre presente, como elo de ligação

Luís Rocha, mais conhecido por Luís Magano, tem 64 anos e participa na procissão da Senhora da Ajuda há 45, integrado na fanfara dos Bombeiros Voluntários do Concelho de Espinho, mas a sua ligação à festa começou ainda em criança. “Lembro-me de ir à festa com a minha mãe porque o meu pai pertencia aos bombeiros e ia na procissão, mas nessa altura nunca pensei que, anos mais tarde, também ia pertencer aos bombeiros e participar na procissão dessa forma”, confessa Luís, que está na fanfara há 20 anos.

Para este espinhense, “a Senhora da Ajuda é a grande festa da cidade e a mais importante”, por isso, não tem dúvidas de que Espinho não é a mesma coisa sem ela. “Basta não haver um ano para que seja diferente, tal como aconteceu na pandemia, mas também já houve alturas em que, pela questão das obras, como quando foi a construção do túnel, houve diferenças. Nesses casos a festa foi sempre feita,

castros

MAGIA

PARIS LA DEFENSE

4 GERAÇÕES
100 ANOS
DE CONFIANÇA

YouTube f Instagram

Castros, Iluminações Festivas, S. A.
Rua da Igreja Velha, 436 4410-160
São Félix da Marinha, Portugal

Tel. 22 733 32 20
www.castros.com.pt
info@castros.com.pt



A procissão não é um desfile, mas um momento de oração, um ato de fé.
Cristina Casalta



[2016]



[2017]



"É sempre um prazer, estamos na nossa terra e esforçamo-nos por fazer um bom trabalho e dignificar as festas"

Avelino Passos

"Recordo-me da antiga Avenida 8 cheia de animação, parecia que a festa se prolongava ao longo de 15 dias e isso perdeu-se um bocadinho"

Avelino Passos

CELEBRAÇÕES RELIGIOSAS:

Quinta-feira

21 horas – Novena na Capela de Santa Maria Maior

Sexta-feira

21 horas – Reflexão Mariana e concerto na Capela de Santa Maria Maior

Sábado

16h30 – Batizados de Nossa Senhora da Ajuda na Capela de Santa Maria Maior
21 horas – Missa de vigília no mesmo local

Domingo

11 horas – Missa solene em honra de Nossa Senhora da Ajuda
16h30 – Majestosa procissão e bênção do Mar

to não cansa e, ano após ano, vamos fazendo esse esforço, mas sempre aliado ao gosto que sentimos", confessa.

Durante dois anos, devido à Covid-19, os instrumentos que percorriam as ruas da cidade neste fim de semana de setembro, animando todos à sua passagem, ficaram guardados, dando apenas lugar à saudade. "Tivemos pena quando não houve festa na pandemia, mas também foi complicado quando houve as obras na cidade e que acabaram por perturbar um bocadinho", refere o músico. "Recordo-me da antiga Avenida 8 cheia de animação, parecia que a festa se prolongava ao longo de 15 dias e isso perdeu-se um bocadinho. Não gosto de ser saudosista e dizer que antigamente é que era bom, não é nada disso, os tempos vão mudando e temos que ir evoluindo, mas ganharam-se umas coisas e perderam-se outras. Nessa altura, a festa era mais concentrada, havia um conjunto de costumes que eu acho que, por via das obras, se vão perdendo, mas pode ser que agora com o retomar de alguma normalidade se readquiram algumas tradições ou então outras coisas, mas que fiquem", defende o trompetista.

Ao olhar para o passado, Avelino Passos não deixa de recordar o "cariz filarmónico muito forte" que a Senhora da Ajuda detinha. "Havia sempre bandas ao sábado de tarde e à noite na capela. Naquele pequeno adro conseguiram colocar dois coretos e isto, de há uns anos para cá, tem-se perdido esse costume e essa força", lamenta o músico, explicando ainda que o reportório que vai ser apresentado na festa não apresenta obras particulares sobre a Nossa Senhora da Ajuda, mas "vão ser temas novos para quem está menos atento".

Hélder Tavares, maestro da Banda de Música da Cidade de Espinho desde 2005 e companheiro de trabalho de Avelino, não esconde o "orgulho por poder tocar em casa, no meio da família e dos amigos". "É sempre um prazer, estamos na nossa terra e esforçamo-nos por fazer um bom trabalho e dignificar as festas", por isso, para este ano, Hélder explica que apesar de o reportório não fugir muito daquilo que foi apresentado nas romarias deste verão, "é uma apresentação refinada ou melhorada porque já houve tempo para voltar a ensaiar, para melhorar, para ter mais atenção aos detalhes e, acima de tudo, fazer com que as pessoas gostem de ouvir". •

"Nós sabemos que esta festa traz muitas pessoas de fora e como a parte profana, que se tenta preparar da melhor forma, a parte litúrgica tem que ser muito bem preparada também."

mas acho que hoje já não é como antigamente", acredita Luís Rocha. "É uma festa que traz muita gente a Espinho, mas antigamente trazia mais. Era muito maior, mas a verdade é que a festa religiosa mete muita gente. Antigamente eram autocarros e autocarros a chegar a Espinho, hoje ainda há, mas já não é igual", afirma, recordando, com saudade, as multidões de outros tempos. "Antigamente havia aquela parte pedonal da Avenida 8 e ali ficava muita gente a ver, hoje em dia é diferente porque as pessoas dispersam mais e, às vezes, dá a sensa-

ção de que a festa está partida", acredita Luís, explicando que "normalmente quem vem aos divertimentos já não vem ao centro da cidade, pois notou-se isso aquando das obras".

Apesar de já nada ser como antes, este elemento da fanfarras defende que as tradições se devem manter porque "isso é bom para a cidade, para o comércio e, no fundo, para tudo", conclui.

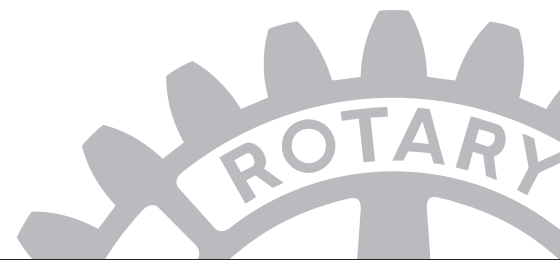
"Desde que me recordo, a Banda de Espinho não falhou"

Tem 50 anos e está na Banda de Música da Cidade de Espinho há quase 40. Por ele já passaram muitas comemorações da Senhora da Ajuda, mas Avelino Passos não esmorece na homenagem à padroeira e volta a dizer presente, depois dos últimos dois anos de interregno. "Desde que me recordo, a Banda de Espinho

não falhou. Tenho muitas passagens pela festa e acho que é sempre especial. Nós fazemos muitas romarias pelo país fora, cada uma com a sua particularidade, mas a de Espinho além de ser grandiosa, é a da nossa terra e no meio urbano, o que nos permite outras acessibilidades", sublinha o músico, assumindo a diferença da romaria local para outras que "ficam onde Judas perdeu as botas".

Para a Banda de Espinho, a festa da Senhora da Ajuda representa o culminar de um ano de trabalho. A sensação de terminar a temporada de festas em Espinho, na celebração da cidade, compensa os sacrifícios que Avelino não esconde ter de passar, para se manter ligado ao projeto. "A Banda sempre foi a minha referência e sempre cá estive de forma ininterrupta. Devido às pessoas e ao ambiente, ganhamos algum gosto pela coletividade e, percebendo as dificuldades que existem, vamos ficando. Confesso que, muitas vezes, o tempo não é muito", assume o instrumentista, que, no entanto, invoca a velha máxima do amor à camisola para justificar o apego à causa. "Quem anda por gos-

4500 Espinho



ROTARY CLUB DE ESPINHO

“Estar no Rotary é ver um mundo onde as pessoas se unem para causar mudanças duradouras em si mesmas”



“A título pessoal também surge num momento especial, onde pretendo restabelecer-me e reencontrar-me com a minha comunidade de Espinho”

Rui Torres

FRANCISCO AZEVEDO

RUI TORRES assumiu, a 14 de julho, a presidência do Rotary local. Em conversa com a Defesa de Espinho, o ex-presidente da Junta de Freguesia de Espinho, afirmou encarar o papel como “mais um desafio” e confessou que a mudança surgiu “num momento especial”.

Rui Torres sucedeu a Magda Sousa, ex-presidente do clube, e vai dirigir os rotários espinhenses até 2023.

ou social. Hoje, neste pós-pandemia de Covid-19, neste momento de crise económica, de instabilidade geopolítica que a guerra na Ucrânia está a provocar, é efetivamente um grande desafio. A título pessoal também surge num momento especial, onde pretendo restabelecer-me e reencontrar-me com a minha comunidade de Espinho, concretizando coisas bonitas e necessárias. Estar no Rotary é ver um mundo onde as pessoas se unem e entram em ação para causar mudanças duradouras em si mesmas.

Conseguir mais membros é um objetivo a atingir?

O Rotary define mensalmente temas que servem de orientação para o desenvolvimento das nossas missões e serviços. Setembro é o mês da educação básica e alfabetização, seguem-se temas como o desenvol-

vimento económico e comunitário, *rotary foundation*, prevenção e tratamento de doenças, serviços profissionais ou consolidação da paz e prevenção de conflitos. O mês de agosto foi dedicado ao quadro social que, respondendo à pergunta, queremos ver crescer, com valor, com competência, com disponibilidade, mas com muita vontade de dar de si, antes de pensar em si. Fizemos uma sessão do companheirismo, em conversa informal e muito próxima com alguns cidadãos e vamos repetir mensalmente. Temos, neste ano rotário, um lema que é “pessoas em ação para causar mudanças”. Queremos promover a diversidade, equidade e a inclusão. Vamos crescer. Espinho precisa.

Quais são os principais projetos para os próximos tempos?

O aumento do quadro social é

uma necessidade para desenvolver mais e melhor atividade, mas também será o garante do futuro do clube. Vamos direcionar a nossa ação, como habitual, para as causas sociais e educativas, para as causas humanitárias e ambientais, mas muito direcionadas para os jovens. Promover a empreendedorismo dos nossos jovens, o espírito de companheirismo, a formação, o valor, tudo isto com a criação dos clubes Rotract e Interact. Vamos crescer com novos companheiros, mas também com companheiros novos.

Quais são as suas expectativas para esta presidência?

Não temos outras expectativas que não sejam servir e apoiar as necessidades locais. Seremos parceiros do município ou da rede social local, seremos parceiros de outras e de todas as associações e

instituições que precisem de nós. Pessoalmente, acompanho a grande preocupação mundial do Rotary com o combate e com a causa da erradicação da poliomielite do mundo. Fiquei preocupado com os casos recentes nos Estados Unidos. No dia 19 de setembro, na segunda-feira da Nossa Senhora da Ajuda, teremos a visita a Espinho do nosso representante máximo, o nosso governador José Alberto Oliveira. A 24 de outubro vamos promover ações de combate à poliomielite, um flagelo que estava quase em extinção e vamos ter, ao longo do ano, palestras relacionadas com as temáticas rotárias mensais. Estamos disponíveis para todos e contamos com todos para servir a nossa comunidade. ●

LISANDRA VALQUARESMA

Como olha atualmente para o Rotary Club de Espinho e para a presidência que assumiu?

É mais um desafio. Desde muito novo que desempenho, em Espinho, projetos de serviço público, em instituições ou associações, de cariz social, autárquico, desportivo

15»19.SET'22

17. SET
»»»» 22H00
BÁRBARA TINOCO

17. SET
»»»» 17H00
»»»» 21H00
DESPIQUE DE BANDAS

16. SET
»»»» 22H00
THE ACOUSTIC FOUNDATION

15»19. SET
FEIRA DE ARTESANATO

NOSSA SENHORA D'AJUDA

ORGANIZAÇÃO: **ESPINHO** CAMARA MUNICIPAL

APOIO: **Vitalis**

PARÓQUIA DE ESPINHO
NOSSA SENHORA DA AJUDA

PROCISSÃO
18. SET
»»»» 16H30

18. SET
»»»» 22H00
TEKOS

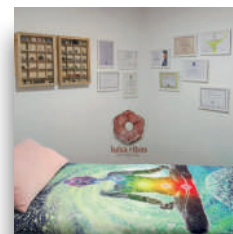
pub



Luísa Ribas terapias

Reiki

É uma terapia natural de harmonização e reposição energética. Funciona como um instrumento de purificação e limpeza do nosso ser. Por si só, não cura, mas cuida da capacidade auto-curativa da pessoa. O Reiki atua sobre o sistema nervoso, acalma a mente, traz paz interior e proporciona um profundo relaxamento e bem-estar.



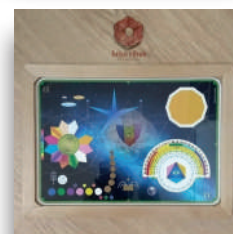
Reflexologia

Reflexologia Terapêutica é uma massagem suave, não invasiva e extremamente eficaz, que pode ser feita nos pés, mãos, costas e rosto. A cada ponto de massagem corresponde uma parte do corpo e a pressão nesses pontos estimula a boa função do órgão relativo.



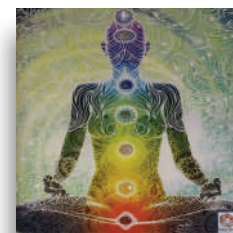
Mesa Radiónica

Uma terapia para reequilibrar a energia do nosso campo vibracional. Belíssimo instrumento de cura quântica, a Mesa Radiónica usa o pêndulo e diversos símbolos. Harmoniza, transmuta a energia que impede a fluidez na nossa vida e faz abertura de caminhos.



EFT

Emotional **F**reedom **T**echnique, é uma técnica de Libertação Emocional, também conhecida como Acupuntura sem agulhas. Através de **tapping**, leves batidas com os dedos, em alguns pontos dos meridianos, desbloqueia e estimula o sistema energético corpo/mente



"Luísa Ribas é Terapeuta Holística e Mestre Reiki. Nascida em França, de origem portuguesa, viveu mais de uma década na Suíça e lá fez as suas formações. Escolheu recentemente voltar à cidade de Espinho, onde já vivera três anos, para praticar a arte de fazer o bem ao próximo, com técnicas que promovem a saúde, através do cuidado do ser humano como um todo"

 @luisaribas.terapias
  +351 93 237 90 27
 Luísa Ribas Terapias
  Espinho - Portugal

4500 Espinho

POLÍTICA



PSD acusa socialistas de desperdiçarem “três anos de trabalho do executivo anterior”

A rentrée política do PSD de Espinho ficou marcada pelas acusações do líder ao executivo socialista. Paulo Leite acusou o PS de “desperdiçar três anos de trabalho do executivo anterior” e prometeu apresentar um partido “forte e preparado para voltar a conduzir os destinos da autarquia”.

O Partido Social Democrata (PSD) de Espinho assinalou no sábado a rentrée política com uma festa na Praia de Paramos. Emídio Sousa, presidente da distrital, marcou presença, assim como os deputados Ricardo Sousa, Pinto Moreira e Carla Madureira, e quase duas centenas de pessoas. Um momento aproveitado pelos social-democratas para enviar alguns ‘avisos’ à governação socialista e que visou, sobretudo, “congregar,

unir e reforçar a força do PSD no concelho de Espinho”. Na sua intervenção perante os militantes e simpatizantes, o presidente da concelhia de Espinho do PSD, Paulo Leite, salientou a adesão à iniciativa que, em seu entender, “potencia o encontro entre todos e reforça a capacidade de intervenção do partido na comunidade espinhense”.

Paulo Leite falou dos “momentos difíceis” que se vivem e que, na sua opinião, “terão tendência para se agravar nos tempos mais próximos, fruto das políticas de esquerda levadas a cabo pelos governos socialistas que nunca têm em conta o dia de amanhã”. Depois disto, o líder dos social-democratas apontou as baterias para os socialistas locais, para os “vídeos promocionais e anúncios que não se concretizam” e para os “atrasos e lapsos nos serviços que

chegam, inclusive, a impedir discussão das atividades do presidente em Assembleia Municipal”. Além de outras coisas, o líder da oposição espinhense acusou o PS de “desperdiçar três anos de trabalho do executivo anterior” para obter financiamentos para a rua 19 (entre a rua 20 e a 8), perdendo-se “milhões de euros já garantidos para essa obra estrutural ser concretizada”.

Paulo Leite trouxe à baila, ainda, a antiga estalagem (em ruínas) junto ao aeródromo de Paramos, que foi comprada pelo Município de Espinho por 90.000 euros, segundo ele “sem se saber para quê!”. Por fim, o presidente da concelhia do PSD de Espinho prometeu um partido “forte e preparado para voltar a conduzir os destinos da autarquia”. // MP •

Os factos vistos à lupa

+Liberdade

Uma parceria com o Instituto +Liberdade (maisliberdade.pt)

Taxa de Mortalidade em Portugal

Em 2021, Portugal registou a maior taxa de mortalidade dos últimos 65 anos (12 mortos por cada mil habitantes no país). Excluindo as mortes devido à Covid-19, a mortalidade continua em valores recorde para o período pós-25 de Abril, tendo 2020 sido, mesmo, o ano com maior mortalidade desde o Estado Novo (11,2 mortos por cada mil habitantes).

Analisando a evolução da taxa de mortalidade em Portugal desde 1950, percebemos que houve uma tendência decrescente até à década de 80. Se na primeira metade da década de 50 a mortalidade se fixava em valores próximos de 12 mortes por cada mil residentes, no início da década de 80 fixava-se em valores próximos de 10 mortes por cada mil residentes (em 1982 foi atingido o valor mais baixo em todos os anos analisados neste quadro, 9,3 mortes).

A década de 90 pautou-se por um crescimento na mortalidade, atingindo-se, em vários anos, taxas de mortalidade acima dos 10,5 mortos por cada mil habitantes. Seguir-se-ia um novo período marcado pela redução da mortalidade, essencialmente na primeira década do século XXI (mortalidade próxima de 10 mortos por cada mil habitantes, tal como na década de 80).

Na última década voltou a assistir-se a um crescimento da mortalidade em Portugal, mas, desta vez, de forma mais pronunciada, com números recorde para o período pós-25 de Abril (e até para períodos mais longos). A Covid-19 veio acentuar

ainda mais esta tendência, no entanto, explica apenas uma pequena parte do excesso de mortalidade. Se excluirmos a mortalidade Covid, a restante mortalidade continua em valores recorde e com trajetória ascendente.

2022 será, novamente, um ano de recordes, a julgar pela evolução ao longo do primeiro semestre. Portugal teve, em Junho, o maior excesso de mortalidade entre todos os Estados-membros da União Europeia (registou mais 25% de óbitos do que a média registada no mesmo mês entre 2016 e 2019, um valor cerca de quatro vezes superior à média europeia). Esta tendência tem sido uma constante durante todos os meses do presente ano.

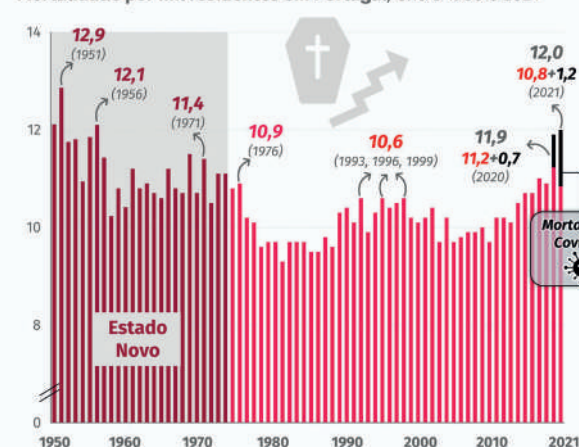
Para além da Covid-19, o envelhecimento populacional é um dos factores relevantes para justificar este incremento na mortalidade, para o qual contribuiu também a incapacidade dos serviços de saúde em dar resposta às necessidades dos utentes. Após dois anos negros para os indicadores de saúde nacionais e internacionais, os sistemas de saúde deparam-se com o desafio de se tornarem ainda mais sólidos, fiáveis e eficientes, aprendendo com os erros do passado, e preparando-se para os desafios do futuro, procurando retomar a tendência de aumento da esperança média de vida, que não se verificou durante a pandemia

André Pinção Lucas e Juliano Ventura •

2021 foi o ano com maior mortalidade dos últimos 65 anos em Portugal. Excluindo as mortes Covid, 2020 foi o ano com maior mortalidade desde 1975.



Mortalidade por mil residentes em Portugal, entre 1950 e 2021



+ factos

Fontes: INE e Pordata

maisfactos.pt

ESTD. **GRACIOSA** 1984

CHURRASCARIA · RESTAURANTE · TAKEAWAY

Rua 62, nº 5 e 6
(Largo da Graciosa)
4500-290 Espinho

227 313 615
227 329 215
926 237 544

Especialidades na Brasa

@restaurantegraciosa @churrascariagraciosa churrascariagraciosa.espinho@gmail.com

4500 Freguesias

SILVALDE E PARAMOS

EN109 está uma lástima



A degradação do troço da EN109 é cada vez mais patente, arriscando a sinistralidade e a segurança rodoviária e pedonal. A irregularidade do piso agrava-se, crescem os buracos e não há passeio na maioria do percurso.



© FRANCISCO AZEVEDO

“

“O carro até salta! Há locais em que é preciso quase andar devagar, muito devagarinho!”

António Peixoto

“A Junta de Freguesia de Silvalde já enviou um ofício para a IP, mas a intervenção só está prevista para 2023.”

José Carlos Teixeira, autarca

“A irregularidade da estrada é já por si um perigo constante.”

Rosa Martins

“A obra chegou a estar prevista para 2021. Passou para 2022 e agora para 2023.”

Manuel Dias, presidente da Junta de Freguesia de Paramos

Há semáforos em quatro pontos da EN109 que atravessa as duas freguesias – dois em Silvalde e dois em Paramos (o mais recente junto às ruas da Erva Nova e dos Tanoeiros), mas Manuel Dias solicitou um para junto à Capela da Senhora da Guia. “É uma zona de muitos acidentes. Recorde-se que já houve acidentes mortais há cerca de 20 anos”.

Urgem as marcações de passadeiras e de linhas contíguas “para se evitar ultrapassagens” e para não se pôr em causa a segurança dos peões. “Há sítios onde praticamente não é possível construir passeios”.

O volume de trânsito na EN109 tem sido paulatinamente escoado para a A29, mas os agravamentos socioeconómicos podem eventualmente aumentar a procura pela via que passa por Paramos e Silvalde.

A Câmara Municipal de Ovar tem vindo a reivindicar junto da administração da empresa responsável pela gestão das estradas a reabilitação da EN109 entre Avanca, no concelho de Estarreja, e Paramos, em Espinho.

O estado degradado da EN109 em Gaia também gerou queixas dos condutores, obrigados a fazer gincana para fugirem aos buracos na estrada, no troço à beira-mar, compreendido entre o nó do horto, em Miramar (Arcozelo), e o limite fronteiriço com Espinho (agravado nas imediações da estação ferroviária da Granja e na zona da Estrada de Brito – São Félix da Marinha). •

LÚCIO ALBERTO

“É **PRECISO** conduzir com todo o cuidado e, se calhar, não chega”, diz Rosa Martins, de 42 anos, que se desloca frequentemente a Paramos. “Os condutores devem ser prudentes na velocidade e nas ultrapassagens, mas a irregularidade da estrada é já por si um perigo constante”.

O perigo espreita, curva a curva, ou em cada lanço de reta traçado na EN109.

“É natural que haja cada vez mais saliências na estrada, pois se não há requalificação também não há melhoria”, observa António Peixoto, de 33 anos, cuja atividade comercial o conduz periodicamente até Silvalde. “O carro até salta! Há locais em que é preciso quase andar devagar, muito devagarinho! Imagine-se se não havia a A29! Como é que estaria a EN109 com mais carros ao longo destes últimos anos?! Afinal, para que é que nós pagamos impostos? Resta-nos esperar que um dia alguém se lembre de reparar nesta estrada e fazer alguma coisa. Talvez seja tarde, se acontecer um acidente muito grave...”.

O estado da via coloca em risco a segurança das pessoas residentes e que ali circulam diariamente. José Carlos Teixeira frisa que a competência da resolução do estado degradado da EN109 é da IP – Infraestruturas de Portugal. “A Junta de Freguesia de Silvalde já enviou um ofício para a IP, mas a intervenção só está prevista para 2023. É natural que, até então, o estado da EN109 se vá degradando ainda mais”.

“Já vieram fazer a limpeza às bermas por duas vezes”, regista o autarca silvaldense. “E também puseram uma estrutura nova por onde passam os carris na passagem-de-nível da Linha do Vouga. Era um local cheio de buracos e deficiências”.

Não se conformando com intervenções esporádicas e manifestamente insuficientes para se resolver a situação crítica da EN109, José Carlos Teixeira vinca que a autarquia a que preside tem diligenciado no sentido de se concretizar a requalificação do piso e a adoção de medidas preventivas de segurança. “Eu próprio tapei alguns buracos com os colaboradores da Junta de Silvalde. A EN109

tem problemas que devem ser resolvidos com prioridade. Vamos esperar que em 2023 seja resolvida a situação com uma intervenção eficaz”. A Junta de Freguesia de Paramos também “já manifestou o seu desagrado” e a Câmara Municipal de Espinho, no anterior mandato e já no atual exercício “expôs a sua preocupação”, dá nota Manuel Dias. “Sei que Ovar tem insistido na requalificação da EN109, nomeadamente a Câmara Municipal e as juntas de Esmoriz, Cortegaça, Maceda e Válega”.

“É verdade que a requalificação tem sido adiada”, constata o autarca paramense. “A obra chegou a estar prevista para 2021. Passou para 2022 e agora para 2023”.

A insegurança que se acentua na EN109 é motivo de alarme em Paramos e Manuel Dias já teve a oportunidade de transmitir pessoalmente, na delegação da IP – Infraestruturas de Portugal, em Aveiro, os receios que se agudizam e se arrastam ano após ano. “Na última conversa que tive em Aveiro, com a IP, fui informado de que a EN109 é para ser requalificada e posteriormente entregue às câmaras

municipais. Eu dei nota de que há muitos problemas na EN109 em Paramos e que iria haver uma reunião com as câmaras, mas até hoje ainda nada disso aconteceu. Admito que em 2023 irão avançar com o projeto e talvez o processo e a obra se prolonguem até 2024”. Entretanto, foi dado a entender, em 2021, que o Município de Espinho teria de requalificar a rede de água que está obsoleta. “A rede de água na EN109, entre Espinho e Paramos ainda é em fibrocimento. Por isso, a IP vai exigir à Câmara de Espinho que coloque um ramal novo. A IP previa que o ramal entre a Ponte de Anta e o limite com Esmoriz custasse cerca de 500 mil euros”.

“A verdade é que a EN109 está uma lástima”, reconhece Manuel Dias. “Há sítios em que são precisos pluviais novos, mas a rede de água e saneamento é com a Câmara Municipal. A EN109 carece de uma intervenção profunda. Mas não é de agora, é de há muito tempo”.

SUPERMERCADO

Novo Oriente

Qualidade e conveniência, aos melhores preços.

📍 RUA 31, N.º 914 ESPINHO

☎ 22 734 6230

PUB



opinião

Arcelina Santiago

Um bom caminho!

Porquê o desejo de fazermos-nos ao caminho? Questionei o meu filho pela surpresa da sua súbita vontade de concretizar o Caminho de Santiago. Foi já há três anos atrás, mas hoje escrevo por achar que este fenómeno acontece cada vez mais. Não tenho respostas, antes muitos questionamentos. Estará na moda? Faz parte dos chamados desafios que se tornaram virais e globais, graças à divulgação nas redes sociais? Será que os testemunhos dos caminhantes inspiram outros? Será que o ser humano precisa cada vez mais de se pôr à prova? O que leva um caminhante a iniciar esta viagem, perguntei a quem vivenciou esta experiência na primeira pessoa. A ideia surgiu-lhe pelo desejo de aventura e pela travessia do desconhecido. Segundo a sua opinião, ir acompanhado é importante, ou não, mas se pensarmos na necessidade de amparo perante o inesperado será uma boa opção. Muitos dos que encontrou no caminho iam sozinhos. Não precisavam de apoio porque, na verdade, não vão sós, pois acreditavam que iam acompanhados pelo seu outro eu, com quem querem dialogar em silêncio, ou com a própria natureza, ou, então, em comunhão com a fé em que acreditam. Tudo é aceitável e cada um terá as suas razões, não havendo umas mais verdadeiras ou aceitáveis do que outras. Uma coisa é

certa: ninguém fica igual depois desta caminhada, cuja etapa não termina aqui, mas antes se prolonga pela vida fora, como dizia o poeta João Machado, “o caminho faz-se caminhando”. Aquilo que se aprende dele é o verdadeiro cerne da questão.

Aqueles que acreditam que viver esta experiência os vai transformar, certamente que estão certos. Estamos todos em constante transformação, mas viver esta experiência será talvez um dos pontos mais marcantes.

Conheci uma pessoa muito famosa e abastada, carinhosamente conhecida pela mãe do Rock in Rio que, após a caminhada, mudou o seu estilo de vida completamente. Escreveu um livro onde relata a experiência incrível de estar despojada de tudo, ser igual aos outros caminhantes e conquistar amigos pelo que realmente era e não pelo que possuía.

O encontro com pessoas, outros caminhantes, leva ao conhecimento de facetas que não são as habitualmente valorizadas na vida quotidiana. O encontro nasce quase como a comunhão entre caminhantes e habitantes das vilas e aldeias. Oferecem carinhosamente um banco, uma cadeira que tanto precisam os exaustos caminhantes, mas não se ficam por aí. Gostam de conversar. São figuras que fazem parte deste cenário, prontas para saudar com o afável “um bom Caminho!”. Se um pintor pintasse o momento, diríamos que ficaria registada a alegria altruísta de acolher, mas também a alegria da partilha preciosa pela comunicação com alguém. Afinal, só somos alguém se existir um outro. E como temos estado todos tão afastados desta faceta, numa sociedade veloz e mergulhada no materialismo!

Muito interessante é, ao longo dos pontos de possível estadia, ser tudo muito simples, não se detetando sinais de exploração nos albergues ou nos locais para comer. Tudo parece ligado segundo uma lógica de fazer acontecer o espírito deste plano de caminho, em humildade e não de

O encontro com pessoas, outros caminhantes, leva ao conhecimento de facetas que não são as habitualmente valorizadas na vida quotidiana



aproveitamento, ou a obedecer a um roteiro turístico.

Se o esforço despendido, principalmente agudizado no final do percurso, é doloroso, quando se avista a imponente Catedral de Santiago tudo parece passar, pois o objetivo está prestes a ser atingido. Há estórias marcantes que fazem parte do historial de viagens com tradição, há tantos e tantos anos, como a dos dois jovens asiáticos que desejavam ardentemente concluir este Caminho. Um deles, infelizmente, morreu subitamente antes de chegar à Catedral. O seu amigo voltou um ano mais tarde, àquela local onde o amigo tinha falecido para levar as suas cinzas até ao destino final.

Seguir até ao fim é o desígnio principal, com humildade e despojados de bens materiais. Com o mínimo de roupa, a provar que temos demais, com pouco dinheiro porque a estadia ao longo do caminho não é de luxo. Com muito calor ou frio e com muita cansaça até chegar à exaustão? Certamente que sim, mas é outra grande lição a aprender: dar valor às coisas porque na vida nem tudo é fácil, mas não é por isso que devemos desistir.

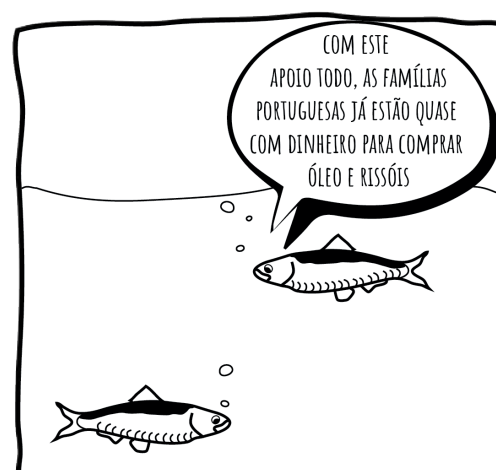
Pode-se fazer várias opções neste caminho até Santiago de Compostela. Há vários caminhos a começar mais perto ou mais longe, em Portugal, mas também do estrangeiro, pode-se ir a pé, de bicicleta e mesmo a remar em canoa.

Em todas elas, o meio não importa, mas sim a intenção. Direi até que voar é algo que está ao alcance de toda a gente. Não voar de uma forma literal, mas no sentido de crescer e aprender com o caminho.

E à questão: queres voltar a fazer esta caminhada? É claro que sim, respondeu o meu filho. Por isso, concluo que ele acaba por ser viciante por alguma razão e cada um terá a sua.

Bom caminho! ●

POSTAS DE “SARDINHA”



ALEX PEREIRA



Escreva-nos!

A sua opinião importa. Indique nome e morada, bem como o seu contato, e envie os seus comentários ou sugestões para cartas@defesadeespinho.pt.

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



opinião
Manuela Aguiar

Morreu a Rainha

Rainhas há muitas, mas quando dizemos, simplesmente, “a Rainha” falamos sempre de Isabel II. A sua desapareição deixou muito poucos indiferentes, a nível planetário – monárquicos e republicanos, por igual. Sentimos a perda como se fosse nossa – do nosso país ou comunidade, ou até da nossa família.

E, tratando-se de uma figura ímpar e enorme, quem resiste à tentação de desfiar as suas próprias memórias de um encontro havido com ela, ou de um simples vislumbre da sua presença? Não sei exceção...

Precisamente como o Presidente Marcelo Rebelo de Sousa, (sou da mesma geração), vi-a, pela primeira vez, em 1957, de relance, alinhada numa rua cheia de gente. No meu caso, não em Lisboa, mas ao fundo da Avenida de Gaia, que o cortejo de vistosas viaturas descia lentamente, a caminho da ponte sobre o Douro. Estava lá, no meio de dezenas de colegas do Colégio do Sardão, todas de uniforme de festa, formando uma longa mancha azul marinho na orla do passeio. Ensaaiadas pela nossa professora de inglês, a muito britânica Madre Mary King, cantávamos, alto e bom som, o *God Save The Queen*. Ouvindo o hino, a destinatária terá mandado parar o carro. Por uns segundos, olhou-nos, com simpatia, sorrindo e acenando, tal como o marido. Ele mesmo à nossa frente, a pouco mais de um metro de distância, pois, de comum acordo, tínhamos escolhido o lado da Avenida onde melhor o poderíamos ver. Estávamos, naturalmente, mais interessadas no formidável Duque de Edimburgo do que na discreta monarca.

Quase três décadas depois, na meia década de 80, Isabel II voltou ao nosso País, em visita oficial, e eu, então no Governo, tive várias oportunidades de a cumprimentar – nada mais do que breves e formais saudações. Não guardo recordação particularmente emotiva da sua postura sereníssima e hierática... Foi, de novo, o Príncipe Filipe, quem mais me impres-

sionou. Com ele, sim, aconteceu, no Palácio da Ajuda, uma inesperada e divertida conversa a dois, a propósito da vistosa faixa da condecoração (a OBE), que cruzava a metade superior do meu vestido comprido...

Sem mais contactos pessoais, fiz a minha “estrada de Damasco”, em relação à Rainha, nas últimas décadas, à medida que fui reconhecendo, não só a sua surpreendente disponibilidade para acompanhar os novos tempos e as novas gerações, (conciliando progresso e tradição, como só os mais velhos podem fazer, quando mantêm o espírito bem aberto), como a sua importância enquanto “Mulher de Estado”, ou seja, enquanto trunfo na argumentação em favor da igualdade de género. Redescobri Isabel II como verdadeiro ícone para causas que, há muito fiz minhas, na luta contra discriminações, que dominam as nossas sociedades, de forma clara ou larvada: o idadismo e o sexismo.

De facto, a idade tornou-a mais sábia e verdadeiramente veneranda e permitiu-lhe ir, a seu modo, revelando a pessoa por trás da “persona”. No início do século XXI, era já a mais poderosa e consensual imagem de empoderamento no feminino. E não se diga que o seu poder é meramente simbólico, nas monarquias constitucionais, porque, tendo essa componente, pode ir muito além dela, e foi, com Isabel II, cujo poder era imaterial, derivado de um imenso prestígio e autoridade. Foi Rainha do Reino Unido pelo acaso do seu lugar numa linha de sucessão dinástica, mas líder da Commonwealth, por mérito pessoal.

Contrariando presságios e vaticínios, a união duraria uma vida inteira de esplêndida cumplicidade, apesar de subverter a tradicional divisão de papéis conjugais: ela era a chefe de Estado, e reinava sozinha, com um poder indivisível, enquanto ele assumia plenamente as responsabilidades familiares e sacrificava uma muito pro-



No início do século XXI, Isabel II era já a mais poderosa e consensual imagem de empoderamento no feminino

missora carreira militar, ficando publicamente “desempregado”. Em suma, assumia a condição de “grande homem atrás de uma grande mulher”. Teve de reinventar ocupações e fê-lo, inteligentemente, em iniciativas e tarefas de enorme importância, embora, as mais das vezes, quase invisíveis, porque deixava sempre o palco à sua Rainha.

Isabel II, em anos recentes, com a autoconfiança que a idade permite, veio reconhecer, publicamente, o seu aporte, por tanto tempo mantido na sombra, mas não é certo que a História lhe dê semelhante reconhecimento. Assim aconteceu com as mulheres consortes, ao longo dos tempos. Só agora, começa a acontecer com alguns, ainda raros, homens. A injustiça é da mesma ordem e deve mover-nos, do mesmo modo, a denunciá-la...

Ninguém fez o elogio fúnebre de Filipe Mountbatten sem o relacionar com a sua mulher – e, a meu ver, bem. Nessa lógica, eu não gostaria de escrever sobre Isabel II, sem falar do marido. Sabe-se hoje

que ele foi o seu principal conselheiro, o seu ghost writer e, seguramente, não por complacência. Sabia ouvir, julgar e decidir. Tinha boas razões para confiar em Filipe, na sua mundivisão e audácia, que temperava com o filtro da sensatez e da prudência, que a caracterizavam. A ele se deve, por exemplo, a abertura a um novo relacionamento com os media, que começou pela inédita transmissão em direto da cerimónia da coroação da Rainha (vencendo um braço de ferro com Churchill, que era absolutamente contra), a modernização da monarquia (ele não acreditava, no que o acompanho inteiramente, que a realeza se banaliza se perder o seu “mistério”, pela eliminação das distâncias com o “povo”) e a já referida reconfiguração da Commonwealth, que reflete as suas causas culturais e ambientalistas, a sua aposta na força da convivialidade.

O “fenómeno Isabel II” não teria, sem essa participação do seu consorte, a dimensão universal, que celebramos em breves dias deste setembro de 2022, lembrando as sete longas décadas do seu reinado. ●





Horto da Jú









Flores Naturais Secas
Arranjos e Ramos de todos os tipos
Enfeites para Festas
Plantas

📍 Rua 31, n.º 887 – 4500-306 Espinho
 ☎ 227 310 707 / 919 930 077
 ✉ hortodaju@gmail.com

 /hortodaju1991

necrologia

† Guilhermina de Sousa Pinto Romeira

Viúva de João Ricardo Pinto Romeira



MISSA DE 23.º ANIVERSÁRIO DE FALECIMENTO

Paramos

Sua filha Guilhermina, netos e bisnetos vêm comunicar às pessoas de suas relações e amizade que será celebrada missa por alma do seu ente querido dia 17, sábado, pelas 19 horas na Igreja Paroquial de Paramos.

Desde já se agradece a todos quantos participem na Eucaristia.

Paramos, 15 de setembro de 2022

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

† José Vieira da Cunha



MISSA DE 9.º ANIVERSÁRIO DE FALECIMENTO

Anta

Sua esposa, filhos, netos e sobrinha vêm comunicar às pessoas de suas relações e amizade que será celebrada missa por alma do seu ente querido dia 20, terça-feira, pelas 19 horas, na Igreja Paroquial de Anta. Desde já agradecem a todos quantos participem na Eucaristia.

Anta, 15 de setembro de 2022

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

† António Joaquim da Rocha e Silva



AGRADECIMENTO E MISSA DE 7.º DIA

Tv. do Tanque, São Félix da Marinha Anta-Espinho

Sua esposa, filha, neta, irmãos, sobrinhos e demais família vêm por este meio agradecer a todas as pessoas, que tomaram parte no funeral do seu ente querido ou que de outro modo se associaram à sua dor.

Participam que a missa de 7.º dia será celebrada terça-feira, dia 20, pelas 19 horas na Igreja Paroquial de Anta.

A família desde já agradece.

Anta, 15 de setembro de 2022

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

FARMÁCIAS
Serviço de turnos do concelho de Espinho
🕒 9 às 24 horas 🕒 Após as 24 horas o atendimento é efetuado, exclusivamente, através da LINHA 1400

quinta 15	Farmácia de Anta Rua Tuna Musical, 907 - Anta	227 341 109
sexta 16	Farmácia Teixeira Centro Comercial Solverde/1 Av. 8 - Espinho	227 340 352
sábado 17	Farmácia Santos Rua 19, n.º 263 - Espinho	227 340 331
domingo 18	Farmácia Paiva Rua 19, n.º 319 - Espinho	227 340 250
segunda 19	Farmácia Higiene Rua 19, n.º 395 - Espinho	227 340 320
terça 20	Grande Farmácia Rua 8, n.º 1025 - Espinho	227 340 092
quarta 21	Farmácia Conceição Rua S. Tiago, n.º 701 - Silvalde	227 311 482
quinta 22	Grande Mais Rua 19, n.º 1412 - Anta	227 341 409
sexta 16	Farmácia Machado Av.ª Central Sul, 1275 – Paramos	227 346 388

ARMAZÉM

ARRENDAR-SE

👉 Área 325 m².
Zona Industrial Espinho.

☎️ **914 915 733**

OS NOSSOS CLASSIFICADOS

APARTAMENTOS T0, T1, T2 e T3. Totalmente equipados, com TV Cabo mais Sport TV, telefone, garagens, limpeza. 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

REGRESSE À ROTINA COM A SUA GRANDE FARMÁCIA

REFORÇO DA IMUNIDADE

FORTELECIMENTO CAPILAR

ENERGIA E VITALIDADE

RUA 8 Nº 1025 TELEFONE - 227 340 092

Clínica Pacheco
DR. JORGE PACHECO

Clínica Dentária de Reabilitação Oral

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

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

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

VIDRARIA FERREIRA

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

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

Especialidade em Peixe de Mar

Os Melinhos
Restaurante Marisqueira

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

Anuncie
NA DEFESA

CONSULTE AS CONDIÇÕES
+351 227 341 525

DEFESA DE ESPINHO

Defesa-ataque



Entrevista. "Fui investindo bastante na minha formação como treinadora"

Sílvia Canelas que também é juiz internacional de ginástica rítmica. **p16 e 17**

"Muitos dos jovens jogadores têm muitos mais anos de casa do que eu. Este é o meu quarto ano no SC Espinho, mas estou disponível para os ajudar dentro daquilo que sei e que posso"

Betinho, avançado do SC Espinho

"A equipa terá de estar muito disponível para lutar em qualquer jogo, seja em Pousadela, em Guetim, ou noutro campo qualquer"

Fábio Paquete, treinador do SC Espinho



SC ESPINHO FUTEBOL



© FRANCISCO AZEVEDO

Fábio Paquete promete "um Espinho à Espinho"

REPORTAGEM. O TREINADOR DO SC ESPINHO, FÁBIO PAQUETE E O AVANÇADO BETINHO PROMETEM EMPENHO DA EQUIPA NO CAMPEONATO QUE SE AVIZINHA.

O técnico espinhense mostra-se muito satisfeito com o plantel e garante que irá apresentar "um Espinho à Espinho" e a "lutar pelas vitórias". Betinho, ainda a recuperar de uma lesão, garante que os jovens jogadores "têm o ADN do clube" e apela ao apoio dos adeptos.

MANUEL PROENÇA

O SC ESPINHO terá este sábado, às 17 horas, o último teste de preparação para o Campeonato Sabseg que terá início a 25 de setembro, com a estreia em Canedo. Os tigres, orientados por Fábio Paquete, jogam no Campo Joaquim Domingos Maia, que será a sua nova casa na fase inicial da prova, com a AD Nogueira da Regedoura, para a Taça Comendador Manuel de Oliveira Violas.

"Temos trabalhado afincadamente, focados naquelas que são as nossas ideias e no que nos propusemos que é, em primeiro lugar, construir uma equipa à Espinho, competitiva, capaz de entrar em todos os jogos na luta

pelos três pontos", garantiu o treinador do SC Espinho, Fábio Paquete, acrescentando que a equipa ainda está a atravessar "um processo de evolução e de consolidação de ideias", o que tem levado o seu tempo. Um trabalho que tem sido feito "com muita ambição", assegura.

Fábio Paquete promete que irá trazer "um Espinho à Espinho, competitivo, de raça, de entrega, de querer, ambicioso, que treina e que joga nos limites", adequado àquelas que são as suas ideias e que passam pela "organização, qualidade de jogo, velocidade, intensidade e pressão". São estes os fatores que farão parte de todo este processo implementado por Fábio Paquete e pela sua equipa técnica.

Com o plantel construído e pensado na principal divisão do futebol distrital de Aveiro, o técnico espinhense não enjeita a possibilidade de poder entrar mais um ou outro jogador. "Terá de vir para cá para acrescentar qualidade à equipa", diz Fábio Paquete que está satisfeito com o grupo de trabalho que tem. "É com este grupo que vamos à luta e é nestes jogadores que nós acreditamos", sublinha.

Uma das novidades deste ano, no plantel do SC Espinho, foi a subida a seniores de três atletas da equipa júnior do ano passado. "Faz todo o sentido termos subido alguns jogadores juniores à equipa sénior", diz Fábio Paquete, explicando que "foram campeões distritais e tiveram um bom rendimento ao longo da época. Sei aquilo que eles podem dar a nível de jogo e conheço-os como pessoas. Por isso, os juniores (Simão, Guga e Dida) que foram promovidos

foram uma aposta, não só da equipa técnica, mas também do clube".

Com uma equipa completamente renovada, Fábio Paquete avisa que ainda há pela frente um processo que terá de ser desenvolvido e que "demora o seu tempo". Porém, o treinador diz que é dever dos jogadores "dar sempre o melhor e consolidar tudo com vitórias", pois é isso que os adeptos esperam e aquilo que pretendem.

Fábio Paquete quer que a equipa "se concentre naquilo que tem de fazer dentro das quatro linhas" e que esteja "consolidada" naquelas que são as ideias da equipa técnica. "A equipa terá de estar muito disponível para lutar em qualquer jogo, seja em Pousadela, em Guetim, ou noutro campo qualquer", sublinha o treinador dos tigres.

A Taça Comendador Manuel de Oliveira Violas será o último jogo de preparação da pré-temporada e uma oportunidade para os adeptos conhecerem melhor os jogadores. No entanto, segundo Fábio Paquete, será uma oportunidade para a equipa conhecer o espaço onde irá jogar, para já, como fator casa. "Vamos disputar esse jogo com a vontade de o querer ganhar, como o fazemos com qualquer jogo. Por isso, independentemente do adversário, o SC Espinho tem de entrar em campo sempre com o pensamento na vitória, seja o jogo amigável ou oficial" assegura Fábio Paquete que sente os jogadores "motivados e com a responsabilidade de representarem o SC Espinho".

Sobre o calendário do campeonato distrital, o treinador dos tigres não dá grande importân-

cia em particular, mas sim a um todo. "Não ligo muito ao calendário, ou seja, a ser esta ou aquela a equipa a jogar primeiro ou depois. Vamos ter de jogar contra todos os adversários e termos de dar resposta dentro de campo. O sorteio ditou começarmos em Canedo e, por isso, já estamos a preparar esse jogo para trazer os três pontos", conclui.



Betinho estreia-se nos distritais

Betinho, avançado de 29 anos que serviu o Sporting CP durante 11 temporadas, o Belenenses e que esteve em Inglaterra no Brentford, entre outros clubes, foi um dos quatro atletas que renovou pelo SC Espinho, encarando uma participação num campeonato distrital, algo inédito na sua carreira de futebolista. Por isso, este campeonato distrital será, para ele, "um enorme desafio".

"Nunca joguei a nível distrital nos seniores, mas sei que é um campeonato bastante competitivo e que terá grandes equipas a lutarem pelo lugar da subida", deu nota o goleador dos espinhenses que se encontra em fim de recuperação de uma lesão. "Estamos a preparar-nos para conseguirmos dar o máximo em todos os jogos para conquistarmos os três pontos", assegura o atleta.

Betinho reconhece que a equipa do SC Espinho é completamente nova e que isso obriga a um trabalho extraordinário de adaptação de processos e de ideias para o seu treinador e para a equipa técnica. "Ter uma equipa completamente nova leva tempo a trabalhar. Temos de nos adaptar uns aos outros e de conhecer a forma de jogar de cada um e o que pensam os jogadores individualmente. Estamos a assimilar as ideias do treinador e acredito que, em conjunto, iremos conseguir bons resultados", promete o avançado.

Betinho vê com bons olhos a chamada de ex-juniores ao plantel principal da equipa de futebol. "São jogadores que conhecem o clube e que têm o ADN do SC Espinho e isto é bastante importante no momento que o clube atravessa. Estão cá para ajudar e querem que o SC Espinho suba de divisão o mais rapidamente possível", afirma o avançado que promete transmitir-lhes um pouco da sua experiência como jogador. "Na verdade, muitos desses jovens jogadores têm muitos mais anos de casa do que eu. Este é o meu quarto ano no SC Espinho, mas estou disponível para os ajudar dentro daquilo que sei e que posso", salienta.

Por fim, o avançado dos tigres apela aos adeptos para que "continuem a apoiar o SC Espinho como o têm feito ao longo dos anos. Precisamos deles mais do que nunca. Nós iremos dar sempre o nosso melhor", conclui. •

defesa-ataque

SÍLVIA CANELAS :: GINÁSTICA RÍTMICA

"Sonho conseguir levar uma atleta aos Jogos Olímpicos"

ENTREVISTA. SÍLVIA CANELAS É TREINADORA DE GINÁSTICA RÍTMICA E JUÍZA INTERNACIONAL DA MODALIDADE. Irmã gêmea do ex-treinador da Académica de Espinho, Luís Canelas, Sílvia, aos 41 anos, dedica a vida à modalidade, mesmo sacrificando a sua vida pessoal. É um exemplo de amor e de dedicação à ginástica rítmica e ao clube do Mocho.

MANUEL PROENÇA

Como surge o desporto na sua vida? — Desde os três anos que pratico desporto. Andei no ballet, ginástica, a natação, patinagem e por várias modalidades. O meu pai, como estava ligado ao andebol, tentou levar-me para esse desporto. Não teve sucesso. Sempre me relacionei melhor com os desportos individuais e, por isso, quando tive de optar fi-lo pela ginástica.

E a ginástica ficou consigo desde quando? — Andei na ginástica do Sporting Clube de Espinho, na formação geral. A minha irmã, Suely, andava na ginástica rítmica e eu assistia aos seus treinos. Comecei a gostar e fui tentando imitá-la. A professora achou piada e chamou-me. Passei a integrar a rítmica, sendo a mascote da equipa. Mais tarde, acabei por me dedicar à ginástica rítmica e a minha irmã deixou de praticar.

Como foi a sua carreira desportiva como atleta? — Foi uma carreira dentro daquilo que é normal. Era uma atleta que me lesionava muito facilmente. Por outro lado, na Académica de Espinho a competição começou mais tarde, embora havia competições internas e distritais.

Daí a treinadora! — Gosto muito da ginástica e sempre tive uma enorme paixão por esta modalidade. Entrei para a faculdade e deixei de ter tempo para treinar. Abandonei a carreira de atleta aos 18 anos. No entanto, as minhas treinadoras da Académica de Espinho, Catarina

Leandro, Gabriela Salvador e Ana Isabel Cardoso precisavam de ajuda e disponibilizei-me para, de vez em quando, dar essa assistência. Fui ficando e, cada vez mais, foram-me pedindo a colaboração.

Foi investindo, aos poucos, na carreira de treinadora... — Fui investindo bastante na minha formação como treinadora de ginástica rítmica. Vi que era algo que gostava imenso. Era a área do treino. Sou professora de Educação Física, mas se pudesse vivia da área do treino. No entanto, em Portugal isto é impossível. Não se consegue viver com um rendimento de treinador ao serviço de um clube.

Considero que a minha formação nesta área era muito importante. Sempre quis aprender mais e, por isso, sempre estabeleci objetivos como ter ginastas nas seleções e em campeonatos do mundo. Fiz vários cursos de treinadores, quer a nível nacional, quer internacional. Faço, também, muitas formações. Gosto de aprender e de saber mais. A ginástica requiere muitas horas de treino e se caímos numa rotina, dando sempre os mesmos treinos, isso acaba por ser desmotivador para as nossas ginastas. Esta é uma área que nos obriga a estarmos numa constante aprendizagem.

Mas isso obriga-a a um esforço pessoal enorme! — Abduco muito da minha vida pessoal e social em prol da ginástica dada a sua exigência e ao elevado número de horas de treino, mais as competições que temos ao fim de semana.



© FRANCISCO AZEVEDO

Sílvia Canelas concilia a sua carreira profissional como professora com a de treinadora e a de juiz internacional de ginástica rítmica

Gosta mais de formar atletas ou de as trabalhar num nível mais avançado? — Começar a treinar atletas num nível mais desenvolvido não é possível porque nós, aqui na Académica de Espinho, fazemos tudo. As atletas entram aqui muito novas e vão connosco até a um nível mais avançado. É muito raro chegar aqui uma atleta já formada.

Os treinadores de ginástica funcionam como uma equipa? — Há uma coordenação entre todos nós. Partindo das classes de formação geral, vamos buscar atletas para a ginástica rítmica ou para os trampolins.

Qual é o segredo da Académica de Espinho para retirar, regularmente, atletas de alta competição na ginástica rítmica nacional? — Há, acima de tudo, muito empenho, trabalho, dedicação e muito amor à camisola. Dedicamos muitas horas a esta causa. Não temos fins de semana e, no meu caso, não tenho uma tarde livre, pois, além da ginástica, tenho o meu trabalho na escola como professora. Saímos do treino já muito depois das 21 horas. É preciso um espírito de sacrifício muito grande e muitas das pessoas não querem dispor deste tempo.

Ginastas da Académica de Espinho, treinadas por Sílvia Canelas, estão entre as jovens promessas da Federação de Ginástica de Portugal



imenso com treinadoras e juizes de outros países. Tenho a oportunidade de assistir a treinos das melhores atletas do mundo o que faz com que apensa imenso.

É de uma família de desportistas, com o seu pai, António Canelas, em competição aos 73 anos... — Tenho como desportistas o meu irmão gêmeo, o meu tio, Carlos Canelas no futebol e o meu pai, agora na natação, aos 73 anos. Sinto que não os posso desiludir. Tenho um enorme orgulho tanto no meu tio como no meu pai que faz aquilo que faz. Eles foram uma inspiração para mim para seguir a área do desporto.

Chega a dar conselhos ao seu pai? — Fazemo-lo mutuamente. Trocamos muitas ideias e ele coloca-me muitas questões relativamente à área do treino e da alimentação.

O que gostaria que acontecesse na ginástica rítmica da Académica de Espinho? — Treinamos na Nave Desportiva Municipal e, por isso, estamos muito agradecidos ao Município de Espinho. No entanto, precisávamos de um espaço próprio para que lá tivéssemos o nosso material. Teríamos de ter espaldares e espelhos, por exemplo, o que não acontece porque o espaço é municipal. Falta-nos muito a nível de recursos materiais. Com o tal espaço próprio iríamos ganhar imenso.

Temos três atletas que vão para a faculdade e gostaria que elas continuassem a fazer parte do nosso projeto, pois seriam uma mais-valia para a ginástica rítmica do clube.

Há alguma treinadora com quem se identifique? — Há muitas, sobretudo nas escolas russa e bielorrussa. Em Espanha também há muito boas treinadoras.

Enquanto professora de Educação Física, 'puxa a brasa à sua sardinha', ou seja, dedica as aulas à ginástica? — Trabalho muito a parte física, o que deverá ser algo que levo da competição. Os meus alunos dizem que pareço um general, porque sou muito exigente. Não estou fixa numa escola e, por isso, passo por várias escolas, mas os meus alunos vão sabendo que sou treinadora da área da ginástica.

Ficar colocada como professora numa escola perto de Espinho seria o ideal para si como professora? — Isso seria fantástico. No entan-

to, devo dizer que se a carreira de treinadora pudesse ser uma profissão, certamente deixaria de dar aulas para a abraçar. Ser treinadora é mesmo a minha grande paixão.

Espinho encanta-a? — Encanta-me imenso pois foi cá que nasci e foi onde cresci. É uma cidade muito agradável e onde temos tudo. É cá que fazemos estágios da ginástica rítmica e no verão até podemos ir à praia dar um mergulho. Esta é uma cidade muito acolhedora. Contudo, há um senão. Esta é uma cidade pequena e com muitas modalidades, com uma grande oferta para as crianças e para os jovens, que optam por outros desportos.

Há algum evento que gostaria que acontecesse em Espinho ligado à sua modalidade? — A realização de uma taça do mundo seria algo de fabuloso. Já tivemos, há muitos anos, um torneio internacional. Gostaria que isso voltasse a acontecer.

Qual a mensagem que gostaria de deixar às suas atletas? — A ginástica rítmica de competição é uma modalidade que exige um elevado esforço físico e mental por parte das atletas. Muitas horas de treino, um rigor e exigência diária que se por um lado as podem fazer privar de alguns momentos sociais por exemplo, por outro lado ajudam-nas a tornar pessoas muito resilientes, disciplinadas, dedicadas, com competências pessoais que as vão acompanhar no futuro pessoal, académico e profissional.

Às minhas atletas deixo a mensagem do Michael Jordan "os obstáculos não te podem fazer parar. Se te deparares com uma parede não desistas, descobre como a escalar". Os obstáculos tornam-nos, certamente, sempre mais fortes e o sentimento de superação é das melhores sensações que um atleta pode ter. Portanto, na dúvida, não desistas e supera-te! ●

SÍLVIA CANELAS

- 41 anos, natural de Espinho
- Treinadora de ginástica rítmica
- Formadora da FP de Ginástica
- Professora de Educação Física

JUIZ INTERNACIONAL

- Campeonato da Europa
- Taças do mundo
- Grand Prix Moscovo
- Torneios internacionais

Uma treinadora consegue ver se as atletas têm, desde tenra idade que têm grandes capacidades para a ginástica rítmica? — Muitas das vezes, nós, treinadoras, conseguimos observar as características e as apetências para esta modalidade. Mas isso não significa que a atleta possa atingir níveis muito elevados! Depende de muitos fatores, nomeadamente do empenho, do espírito de sacrifício individual e se vai aguentar a pressão que poderá sofrer daí para a frente. Mas também acontece o contrário, ou seja, pensarmos que a atleta não tem grandes condições para chegar mais longe do que aquilo que deu até então e, de repente, surpreender-nos. Depende muito do empenho e da dedicação ao trabalho de cada uma.

Acha que as treinadoras da Académica de Espinho têm dado um contributo importante para o desenvolvimento da ginástica rítmica no clube e a nível nacional? — Temos dado o nosso contributo ao clube, mas, sobretudo, a Académica de Espinho tem acrescentado imenso à ginástica rítmica de Portugal. Não tem sido fácil, mas o clube tem conseguido bons resultados. Por exemplo, conseguimos que a Bárbara Santos fosse à seleção nacional e a Sofia Amorim que terá de tentar alcançar novas marcas uma vez que mudou de escalão etário. Mas temos, também, a Maria Osório na seleção nacional e a Inês Fernandes. Temos grandes atletas.

O seu irmão gêmeo também tem uma carreira de treinador e é professor de Educação Física... Há alguma rivalidade entre os irmãos?

— Não há nem tem de haver. Somos treinadores de modalidades distintas. Ele no hóquei em patins e eu na ginástica rítmica. Ele quer o meu sucesso tanto quanto quero o dele. Conseguimos partilhar muita informação, sobretudo a nível do planeamento de treino, apesar de se tratarem de modalidades diferentes. As bases do treino são comuns. Além disso, damo-nos muito bem como irmãos. Sempre que posso vou assistir aos jogos dele e tenho imenso apoio dele o que é muito importante para mim.

Qual é o seu principal objetivo como treinadora? Ser selecionadora nacional? — Todos têm, certamente, esse objetivo em mente. Mas outro sonho que tenho é o de, um dia, levar uma atleta aos Jogos Olímpicos. Mas na ginástica rítmica é muito difícil consegui-lo. As últimas que foram às olimpíadas foi nos anos 90. Países como a Rússia e a Bielorrússia são países fortíssimos nesta modalidade uma vez que as atletas treinam muitas horas. Em Portugal não há grande apoio ao alto rendimento. Por isso, enquanto não adaptarmos a escola ao desporto de alto rendimento, dificilmente poderemos chegar a altos patamares, sobretudo na ginástica rítmica.

Também abraça uma carreira de juíza internacional nas provas de ginástica rítmica... — Tirei o curso distrital enquanto ginasta e, ao fim de dois anos, fui promovida a juiz nacional. Tive a oportunidade de fazer o curso internacional que acabou por ser um investimento pessoal. Faço parte, juntamente com a Gabriela Salvador, do Quadro Prioritário de juizes internacionais. Não é algo de incompatível com a minha carreira de treinadora e acho que até traz vantagens, sobretudo porque aprendemos

"Abdico muito da minha vida pessoal e social em prol da ginástica dada a sua exigência e ao elevado número de horas de treino, mais as competições que temos ao fim de semana".

"Temos dado o nosso contributo ao clube, mas, sobretudo, a Académica de Espinho tem acrescentado imenso à ginástica rítmica de Portugal. Não tem sido fácil, mas o clube tem conseguido bons resultados".

"Enquanto não adaptarmos a escola ao desporto de alto rendimento, dificilmente poderemos chegar a altos patamares, sobretudo na ginástica rítmica".

"Tenho um enorme orgulho tanto no meu tio como no meu pai que faz aquilo que faz aos 73 anos. Eles foram uma inspiração para mim para seguir a área do desporto".



Modalidade

A ginástica rítmica é uma das modalidades com mais tradição na Académica de Espinho. Da secção de rítmica tem evoluído inúmeras atletas com registos individuais excepcionais, alcançando títulos nacionais e participações pela seleção nacional em campeonatos da Europa e do mundo. (AAE)

defesa-ataque

HÓQUEI EM PATINS

Física vence Torneio Internacional Solverde



© FRANCISCO AZEVEDO

A AE Física arrecadou o principal troféu do 32.º Torneio Internacional Solverde de hóquei em patins. O conjunto de Torres Vedras bateu, na final, a Académica de Espinho, pela margem mínima. Os espinhenses ficaram com o segundo lugar e o novo treinador gostou da prestação da equipa.

MANUEL PROENÇA

Com uma final de grande intensidade, disputadíssima, a equipa da AE Física venceu a Académica de Espinho, com um gol apontado ainda na primeira parte. Os académicos, com novos jogadores e um novo treinador, apresentaram um conjunto sólido, já com um bom entrosamento, mas pecaram, sobretudo nos

momentos finais do jogo, a cerca de dois minutos do término da partida, quando desperdiçaram uma claríssima oportunidade de chegar ao empate, ao falharem um livre direto.

No primeiro dia da prova, na sexta-feira, os mochos bateram a Escola Livre, de Oliveira de Azeméis, que também milita na prova onde os académicos estão integrados,

“Ganhar não era o mais importante nesta fase e neste torneio, até porque ainda estamos na segunda semana de trabalho. Estamos a assimilar processos e o que pretendo sentir é a evolução da equipa”

André Azevedo, treinador da AA Espinho

por 3-2 e alcançaram a presença na final com o conjunto de Torres Vedras que derrotou os espanhóis do Club Patines Companhia de Maria, também por 3-2.

A Escola Livre acabou por garantir o terceiro posto do torneio ao derrotar, no sábado, a equipa espanhola, por 2-1.

“Independentemente da fase em que nos encontramos na época, sempre que entramos em campo queremos ganhar”, disse à Defesa de Espinho o treinador da Académica, André Azevedo que se mostrou muito satisfeito com a evolução que a sua equipa tem tido nestas duas semanas de trabalho. “Ganhar não era o mais importante nesta fase e neste torneio, até porque ainda estamos na segunda semana de trabalho. Estamos a assimilar processos e o que pretendo sentir é a evolução da equipa”, explicou o técnico dos espinhenses salientando a “evolução muito grande em relação ao último fim de semana” e no primeiro teste que fizeram no torneio no Infante de Sagres, no Porto. “Ainda nos estamos a conhecer e já se vê alguma organização. Temos visto uma evolução de dia para dia e, acima de tudo, uma aptidão física dos jogadores”, acrescentou André Azevedo.

O técnico dos mochos enalteceu a “atitude da equipa, o querer e o compromisso”, o que considera de grande importância nesta altura.

André Azevedo reconheceu que a Académica de Espinho até poderia ter tido mais sorte no jogo da final, mas diz-se “muito satisfeito com os jogadores” que tem e com o plantel. “Este foi o plantel que conseguimos encontrar e é aquele que nos traz segurança e conforto. Temos jogadores com alguma experiência e alguns jovens com potencial e com valor, o que nos permite encarar este campeonato que se avizinha com otimismo”, evidencia o treinador académico que pretende dar um claro sinal de aproximação entre a equipa principal e a formação. “Pretendemos que os jovens jogadores da Académica de Espinho tenham sempre a hipótese de jogar nos seniores. Por isso, terá de haver sempre uma vaga, no nível de cima, para que estes jovens percebam que se trabalharem bem e se tiverem valor há sempre um lugar para eles”. ●

FUTEBOL POPULAR

Bairro Ponte Anta regressa aos campeonatos

OS CAMPEONATOS de futebol popular do concelho de Espinho arrancam a 22 de outubro com a 2.ª Divisão e a 29 de outubro com a 1.ª Divisão. O Bairro da Ponte de Anta regressou às competições, após a suspensão da sua participação durante a pandemia.

Já se sabe o calendário das provas da Associação de Futebol Popular do Concelho de Espinho, com o arranque da 2.ª Divisão a 22 e 23 de outubro, uma semana antes do principal escalão. A Taça Associação tem a primeira eliminatória agendada para 12 e 13 de novembro e a final marcada para 4 de junho, enquanto a Taça Cidade de Espinho arrancará a 3 e 4 de dezembro, com a final a 18 de junho de 2023.

No sorteio já realizado, os Leões Bairristas vão disputar a primeira jornada da 1.ª Divisão com a Juventude da Estrada. Os Estrelas da Ponte de Anta recebem o Novasemente, os Magos jogam com o Cantinho da Ramboia, os Águias de Paramos com a Quinta de Paramos e a Associação de Esmojães com o Desportivo da Ponte de Anta.

Na 2.ª Divisão o sorteio ditou os seguintes jogos para a jornada inaugural: Morgados-GD Outeiros, Cruzeiro-Estrelas Vermelhas, Desportivo Regresso-Rio Largo, Império Lomba e Bairro da Ponte de Anta-AD Guetim. Folga o GD Idanha. // MP ●

FUTEBOL DE RUA

Futebol de rua anima freguesias



© FRANCISCO AZEVEDO

O FUTEBOL de rua, iniciativa inédita da Associação de Futebol Popular do Concelho de Espinho (AFPCE) em colaboração com a Câmara Municipal e a Associação de Futebol de Aveiro, pôs em movimento as freguesias. Os jogos que envolveram centenas de crianças nos escalões de traquinas, benjamins e infantis animaram o Parque Américo Magano (Paramos), o Bairro Piscatório (Silvalde), o Bairro da Ponte de Anta (Anta) e a Praça do Mar, em Espinho, acolheu as finais da prova.

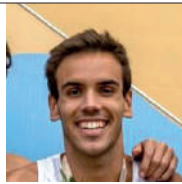
Hélder Postiga, antigo jogador internacional, foi uma das figuras que fez questão de marcar presença, no domingo, na Praça do Mar, assim como Cândido Costa que trouxe até Espinho o seu programa do Canal 11. // MP ●



AQUÁRIO
MARISQUEIRA
DE ESPINHO



Há 68 anos a prestigiar a cidade.



“Vamos batalhar em todos os jogos porque pretendemos, dentro de um ou dois anos, estar nos maiores palcos do voleibol de praia mundial”

João Nuno Pedrosa



“Como pai, ainda fico mais satisfeito porque foi uma grande jornada que irá ser recordada para sempre”

José Afonso Pedrosa

VOLEIBOL DE PRAIA

Pedrosa e Campos conquistam título mundial universitário

Dupla obteve o melhor resultado de sempre de Portugal nos mundiais universitários e assinala um marco histórico. João Pedrosa, Hugo Campos, Guilherme Maia e Filipe Leite foram recebidos em festa na chegada à estação de Espinho por familiares, amigos e adeptos.



MANUEL PROENÇA

ALGUMAS DEZENAS de pessoas, entre amigos e familiares, receberam os campeões do mundo universitários de voleibol de praia na estação ferroviária de Espinho, no dia em que regressaram do Brasil, após uma viagem de avião até ao aeroporto de Lisboa. As bandeiras de Portugal agitaram-se à saída dos atletas para os saudar. João Pedrosa e Hugo Campos sagraram-se campeões mundiais universitários de voleibol de praia, ao vencerem, por 2-1 (21-17, 16-21 e 15-13), a dupla suíça Zurcher/Jordan na final dos Mundiais Universitários disputados em Maceió, no Estado de Alagoas, Brasil. Com este resultado, Pedrosa e Campos conseguiram a melhor classificação de sempre de uma dupla portuguesa no Campeonato do Mundo Universitário, superando o 5.º lugar alcançado em 2014, no Porto, por Rosa Couto/Marta Hurst. A outra dupla espinhense, formada por Guilherme Maia e Filipe Leite, alcançou a 13.ª posição na classificação mundial.

“A sensação de conquistar este título é incrível porque

nunca esperei que isto viesse a acontecer, mesmo com a maior fé que pudesse ter”, disse à Defesa de Espinho João Nuno Pedrosa. “Nem nos meus melhores sonhos isto passou”, referiu, ainda o campeão mundial espinhense, emocionado com o apoio que lhe foi demonstrado. Para João Nuno Pedrosa, este título “representa muito” porque representa “muitos anos de trabalho diário”. Por isso, o campeão mundial universitário de voleibol de praia faz questão de dedicar esta vitória “a muita gente que está por detrás” e que os apoiou. “Não é só a treinar que se melhora, mas também o descanso é necessário, a alimentação, a viajar e a estagiar. Este título põe à tona todas estas coisas boas que nos têm dado até agora”, evidenciou o jovem atleta. João Nuno Pedrosa confessa que ainda não se acredita que isto lhe aconteceu, mas assume que representa a conquista de um sonho. “Ainda estou a tentar perceber que somos mesmo campeões mundiais”, disse João Nuno. O atleta assume que o percurso “nunca foi fácil” até chegar à final. “Nessa altura, a adrenalina e a paixão pelo jogo

toma conta do resto. Até lá, enfrentámos grandes duplas e que, na teoria, seriam capazes de nos vencer”, explicou. Para o campeão espinhense, a maior dificuldade deverá ter sido o clima. “Havia dias com muito sol e muita humidade, que eram desgastantes e dificultavam-nos a manter um bom ritmo na respiração. Nos últimos dias da prova começou a chover e, por isso, o jogo mudou completamente, ficou mais lento, mais previsível e técnico”, deu conta João Pedrosa. “Conseguimo-nos adaptar bem a isso e vencemos todos os jogos”, acrescentou. João Nuno Pedrosa diz que o objetivo, daqui em diante é o de “continuar a elevar o nível” e “jogar nas melhores provas”. “Vamos batalhar em todos os jogos porque pretendemos, dentro de um ou dois anos, estar nos maiores palcos do voleibol de praia mundial. Estamos-nos a aproximar, aos poucos, deste que é o nosso maior objetivo. É uma caminhada longa, que implica muito tempo, trabalho e muito sacrifício”, dá conta o campeão espinhense. Recebido em festa na estação ferroviária à chegada a Espinho, na segunda-feira ao

início da tarde, João Nuno Pedrosa confessa que não estava à espera de tanta gente. “É muito bom ter aqui a minha família e os meus amigos”, acrescentou o campeão do mundo de voleibol de praia universitário. Para o jogador espinhense, tratou-se de uma vitória “importante para o voleibol e para o vólei de praia”. “Sabemos que muitas vezes valemos mais do que às vezes fazemos parecer”, explicou o atleta que se sente muito contente por “terem dado mérito” à conquista da dupla.

O orgulho do pai e dos companheiros de jornada

No meio de dezenas de pessoas que se encontravam na estação de Espinho, o pai, José Afonso Pedrosa, antigo jogador internacional de voleibol, não escondeu a sua “alegria imensa”. “Como pai, ainda fico mais satisfeito porque foi uma grande jornada que irá ser recordada para sempre”.

José Pedrosa recorda que também participou numa prova pela sua universidade, mas reconhece que ficou muito longe do sucesso do seu

filho. “Há muitos anos a esta parte, como atleta, tive a oportunidade de participar numas Universiadas, no Japão. Joguei no voleibol de pavilhão e não tive o mesmo sucesso que o João Nuno. Fico muito contente que ele e o Hugo Campos tenham ganho, o que é muito bom para eles, para o voleibol português e para Portugal”, sublinhou o antigo jogador de voleibol. “Como pais sentimos um grande orgulho”, disse, ainda José Pedrosa, acrescentando que o seu filho e o companheiro de equipa pretendem “estar no patamar mais alto do voleibol de praia mundial que são os Jogos Olímpicos”. “Este passo que deram irá, certamente, ajudá-los nesse percurso, dando uma confiança a todos”, evidenciou. Guilherme Maia, filho de Miguel Maia, disse à chegada a Espinho que se sente “muito feliz com a vitória” dos seus companheiros João Nuno Pedrosa e Hugo Campos. “Já treinamos com eles há alguns anos e vemo-nos crescer mutuamente. Já tinham sido campeões nacionais e sempre acreditamos no seu potencial”, afirmou Guilherme Maia sentindo-se muito feliz com este título dos seus amigos e

que “é um reconhecimento do esforço do trabalho que têm desenvolvido”. Guilherme Maia e Filipe Leite acabaram por conquistar o 13.º lugar no mundial, pois foram impossibilitados de tentar a presença nos quartos de final, devido a uma indisposição por parte de Filipe. “O 13.º lugar do mundo que obtivemos foi positivo, uma vez que o nível era altíssimo”, explicou Guilherme Maia recordando a indisposição do Filipe Leite que fez com que não pudessem comparecer ao jogo com a dupla polaca que veio a ser eliminada por Pedrosa e Campos. Por sua vez, Filipe Leite também evidenciou o título alcançado pelos seus amigos. “É muito importante para eles e constitui um orgulho enorme para nós. Sentimo-nos privilegiados por podermos treinar com eles há já vários anos”, salientou o espinhense Filipe Leite que lamentou aquilo que lhe aconteceu e que o impediu de tentar chegar aos quartos de final da prova. “Tivemos a oportunidade de chegar os quartos de final e se o tivéssemos feito, quem sabe, até teríamos jogado contra o João e o Hugo”, concluiu. ●

OFF.

ARTESANATO

Mário Rodrigues: “Cada peça que faço é um troféu!”

Mário Rodrigues, nascido a 8 de abril de 1962, em Silvalde, está focado no artesanato de cortiça, depois de ter experimentado os seus dotes artísticos noutros materiais. “O meu próximo projeto será fazer um barco em cortiça de cada região da costa litoral do país”, revela no atelier caseiro.

LÚCIO ALBERTO

DE ONDE VEM esta ligação ao artesanato, em geral, e à cortiça, em particular? — Antes de trabalhar na cortiça, estive na construção civil. A minha primeira ligação ao artesanato vem daí, porque esculpia em blocos da construção civil de uma fábrica que havia no Seixal. Trata-se de um material do género de pedra-pomes. Fazia barcos dos séculos XVIII e XIX e esculturas em relevo. As peças escultóricas eram revestidas com camadas de verniz para conferir um tom cintilante e terem maior durabilidade. São peças de museu. Tenho peças feitas por mim em 2001. Outras muito antes, com 40 anos, e outras pouco depois. Tenho embarcações da arte xávega, barcos rabelos e os moliceiros.

Mas hoje já não trabalha nesse material. Optou pela cortiça... — Sim, eu trabalhei durante 40 anos no sector corticeiro. Comecei por ser servente e acabei por ser técnico de laboratório. Hoje estou em casa e, como tenho mais tempo, procuro pelo menos ganhar alguma coisa para suportar os custos deste trabalho, pois os materiais não são de borla.

Já tem uma vida ligada a atividade. — Sim, comecei a dedicar-me a isto há 45 anos. Tudo isto começou com as greves na construção civil e necessidade de ter uma ocupação. Uns começaram a fazer barquinhos, outros optaram por aviõezinhos. Teria

uns 17 ou 18 anos, na altura. Hoje já conto 60. A cortiça surgiu em 1981.

Já expôs por duas vezes na galeria da Junta de Freguesia de Espinho e noutra ocasião no FACE – Fórum de Arte e Cultura de Espinho. Ainda não expôs em Silvalde... — Nunca expus em Silvalde e não foi porque não quisesse ou que não queira. Talvez falte uma sala para a cultura. Se gostava de fazer uma exposição em Silvalde?! Eu queria era fazer muitas! O antigo presidente da Junta de Freguesia de Espinho, Rui Torres, abriu-me o espaço da galeria da autarquia na rua 23. Entretanto, tenho três exemplares expostos na lavandaria Lavélia, na rua 19. Não tenho feito os meus trabalhos com a intenção exclusiva de vender, mas gostava de ter mais oportunidades para mostrar o que faço.



© FRANCISCO AZEVEDO

“**Falta uma feira de artesanato em Espinho, que se podia realizar no Dia da Cidade.**”

“**Ninguém fica rico com isto, mas o artesanato representa a cultura da nossa terra.**”

Já é artesão oficialmente reconhecido? — Tirei cartão de arte, há cerca de um ano, mas foi preciso isto e mais aquilo. É tanta complicação, meu Deus! São coisas simples, mas para os processos são exageradamente miudinhos e burocráticos. Bate-se a umas portas e as coisas, em vez de se simplificarem, tornam-se mais complicadas.

E se pudesse recuar no tempo e mudar o rumo da vida, o que é que faria? — Ah, se eu agora fosse mais novo! Não tenho dúvida de que teria levado mais a sério o meu desempenho artístico. Até agora, fui-me desenrascando com isto ou aquilo, mas certamente de que teria recorrido a ferramentas e matéria-prima, em quantidade e qualidade suficientes, para desenvolver o meu potencial e ser am-

plamente reconhecido. Não sou daquelas pessoas que dizem que não voltavam atrás, se fosse possível. Eu voltava atrás. E, entretanto, já tinha dado grandes passos à frente e fazia disto a minha vida. Só não abdicava da minha família. Mas talvez fosse artista, ou mais artista...

O que é que inspira mais a criar? Quais são as suas referências? — Uma das grandes inspirações é a nossa cidade de Espinho. O mar, a pesca e a cidade. Há caravelas portuguesas, búzios, mexilhões, caranguejos, um pescador a tirar a rede, um barco. O meu objetivo é mostrar a minha criatividade. E vou ter de levar os meus trabalhos, por exemplo, até às Caves do Vinho Porto. Quem não gostava de levar uma recordação destas ou como prenda para oferecer?!

Tem veia ou alma de artista? — Faço os meus trabalhos com alma e também me posso considerar um pintor. Uso cortiça e tinta serigráfica.

O abstrato destaca-se na sua produção artística... — Tenho um quadro com uma senhora a dançar o tango. Mas há mais do que isso e à primeira vista não parece. No abstracionismo, junto a imaginação, a nostalgia e uma série de outras coisas.

Ouvi dizer que também tem dotes de dançarino. É verdade? — Dancei na juventude. Foi no tempo do baile dos bombeiros.

E agora “baila” com o abstracionismo... — Nos meus trabalhos há figuras e temas que requerem a curiosidade e, sobretudo, a atenção de quem olha. Por exemplo, o que é que uma árvore esconde, ou o significado de apenas ter partes de dois barcos da arte xávega numa ponta do quadro...

É criativo e planeia o impacto do que idealiza? — Eu não quero só fazer peças decorativas, mas também com simbolismo. Gosto de representar o sol, os barcos e as pessoas com abstracionismo. Não quero que se perceba facilmente que duas araras estão a coçar-se uma à outra com uma mangueira... Não deixa de ser um desenho, mas tudo o que faço numa tela tem de ter um significado especial. Não é para ser logo entendido, como se algo de óbvio se tratasse, mas para se decifrar com reflexão. Eu quero que as pessoas olhem com muita atenção para os meus trabalhos.

E é isso que lhe confere o valor artístico? — Todos nós somos artistas, mas cada um à sua maneira. Há uns que nascem com o dom, outros que são persistentes e muitos que nem reparam ou se interessam se têm arte ou não. Eu gosto do que faço. Cada peça que faço é um troféu! Agora talvez comece a encarar a minha atividade artística como recompensa, nem que seja para cobrir as despesas com os materiais. Até agora, não tenho abordado esta atividade pela comercialização.

Encara, sobretudo, como uma ocupação do tempo... — Sim, porque não quero passar o tempo num tasco ou num café. Já bebi muito café e também cerveja, mas gosto de estar ativo. É preciso ter enorme vontade, mas dá muito trabalho.

E vende-se razoavelmente?! — Não se vende muito. Até acho que é pouco. É preciso ser-se muito conhecido, ou então é preciso morrer para dizerem que a obra era do fulano tal! ●

OFF. BOM FIM DE SEMANA



PALÁCIO DO FREIXO

Um exemplo ímpar da arquitectura barroca no nosso país.

Do Freixo a Grijó, com a Senhora d'Ajuda em vista

Inaugurado em 1997, o Museu Nacional da Imprensa justifica uma visita, num Bom Fim de Semana perto de casa, para aproveitar as festas da Senhora d'Ajuda. O Palácio do Freixo e o Mosteiro de Grijó completam o rol das sugestões.

LÚCIO ALBERTO

1 **NOTÁVEL EXEMPLAR** do Barroco civil português e assinado por Nicolau Nasoni, no século XVIII, o Palácio do Freixo é uma boa sugestão para iniciar o fim de semana de despedida ao verão. Situado na desembocadura do rio Tinto, na extremidade da freguesia de Campanhã, no Porto, com uma vista privilegiada sobre o Douro, o edifício é um testemunho importante da forte presença de Nasoni na cidade do Porto e foi classificado como Monumento Nacional em 1910.

Após décadas de inutilização, entre 2000 e 2003 o palácio foi objeto de uma extensa obra de restauro, assinada pelo arquiteto Fernando Távora e pelo filho, José Bernardo, descendentes dos primitivos proprietários. O Palácio do Freixo foi, entretanto, integrado na rede das Pousadas de Portugal, mas pode ser visitado e desfrutado por não residentes, seja num dos três bares existentes, na piscina exterior ou no spa. Para uma alternativa mais acessível, pode optar pela bonita (e frequentada) esplanada da Marina do Freixo.

Ali ao lado, fica a segunda sugestão para sábado: o Museu Nacional da Imprensa/Jornais e Artes Gráficas. O espaço é de uma entidade cultural privada – a Associação Museu da Imprensa – e convida o visitante a fazer uma viagem por diferentes equipamentos, peças e memórias da imprensa escrita, sendo algumas delas relíquias da indústria gráfica. Nas exposições permanente, destacam-se as miniaturas tipográficas, um setor composto por cerca de 160 peças, mostrando a evolução da imprensa,

desde Gutenberg até à atualidade. As peças foram produzidas por Américo da Silveira, um tipógrafo que durante 40 anos foi construindo as miniaturas, tendo visitado várias fábricas de maquinaria gráfica, sobretudo alemãs.

No regresso a Espinho, dê um salto à Senhora d'Ajuda, assistindo ao despique das bandas de Silvalde e Paramos e ao fogo de artifício na praia da Baía.

2 Reserve a manhã de domingo para (re)visitar o Mosteiro de São Salvador, em Grijó. Também ele classificado como Monumento Nacional, o mosteiro assinalou no passado fim de semana os 1100 anos de fundação, sob a égide da Ordem dos Cónegos Regrantes de Santo Agostinho.

No interior da igreja – construída apenas no século XV, após séculos de abandono da atividade monástica – destaca-se a capela-mor e a abóbada de caixotões que a encima. O retábulo, em talha, foi elaborado em 1737 pelo mestre António Vidal, com painel representando a



1. MUSEU NACIONAL DA IMPRENSA
Situado entre a marina e o Palácio do Freixo, o museu está aberto todos os dias, com horário reduzido ao fim de semana (14h30-18h30). Bilhete de adulto: dois euros.

Museu virtual – Pode visitar uma parte importante do Museu da Imprensa sem sair de casa. No site da instituição, há exposições temáticas – incluindo os célebres cartoons – e uma síntese do que vai encontrar no local.

2. QUINTA VILAR D'ALLEN
Edifício privado, construído no período romântico, é uma espécie de jardim botânico não oficial do Porto, dada a quantidade e raridade de espécies de plantas e árvores disponíveis. Fica a 50 metros do Palácio do Freixo.

3. MOSTEIRO DE GRIJÓ
Após fundação no século X, o convento esteve 300 anos abandonado até às obras de reconstrução arrancarem em 1574. O monumento está aberto ao público, de terça a sexta (10 às 18 horas) e aos fins de semana e feriados (10-13 horas e 14 às 18 horas).

Transfiguração de Cristo, do pintor Pedro Alexandrino (1795). No espaço adjacente à igreja, conheça o claustro, a decoração com os painéis de azulejos policromados e o chafariz adornado por carrancas. Na ala norte do claustro foi colocado o túmulo de D. Rodrigo Sanches, filho ilegítimo de D. Sancho I.

Após o curto passeio a Grijó, a sugestão é almoçar fora com a família e chegar a Espinho com a antecedência suficiente para assistir à procissão em honra de Nossa Senhora d'Ajuda, que tem início marcado para as 16h30. Se ainda houver energia para uma última atividade, fique pela baixa da cidade, visite o comércio local e assista, ao final do dia, ao concerto da Tuna Musical de Anta (21 horas), em frente à Capela de Santa Maria Maior (Sra. d'Ajuda). ●



VALIGIA
ACESSÓRIOS DE MODA E VIAGEM

www.valigia.pt
f /valigia.pt
i /valigiaespinho

Rua 19, n.º 188
Espinho

CLIA BELA CAMEL

DI CAVALIRO BRANCO

THE SAILOR

agenda



CASINO ESPINHO

16 SET

TRIBUTU A MICHAEL BUBLÉ

Casino Espinho
Horário: 22h30 (admissão jantar das 20 às 21 horas)
Jantar-concerto: €52,50

O Casino da Solverde vai encher-se de romantismo para o tributo a Michael Bublé, um dos ícones do pop-jazz. A dar forma a esta viagem musical estarão os músicos Valter Guia (voz), João Madeira (piano), Tiago Ramos (bateria), Ruben Gonçalves (guitarra), Nani Teixeira (baixo), Pedro Gentil (trompete), Bruno Gracio (saxofone tenor), João Rosário (trombone) e ainda Liliana Pessoa (saxofone alto). Neste espetáculo serão recriados todos os êxitos da carreira do canadiano, entre eles, Home, Lost, Save the Last Dance ou Always on my Mind.



15 SET a 24 OUT

EXPOSIÇÃO MARIA JOÃO DAMAS

FACE – Museu Municipal
Horário: 10-19 horas, de 2.ª a 6.ª; 11-13h30 e 14h30-19, sábados

Exposição da artista plástica Maria João Damas. Projeto intimista que, promovendo o espaço de reflexão, questiona o lugar da condição humana, na vida atual, revelando através das suas peças o conhecimento da emoção, ou a falta dele.



18 SET

SESSÃO DESVENDANDO O UNIVERSO INVISÍVEL

Planetário do Multimeios
Horário: 16h30
Bilhetes: adulto 4,5€; criança ≤ 10 anos, estudante e sénior (65+) 3,50€; “pack família” (3, 4 e 5 elementos) 10€, 13€ e 15€

Realização: Theofanis Matsopoulos. Narração/ Adaptação: António Maia e Diana Amaral. Projeção imersiva a 360°. Este filme apresenta imagens do cosmos reveladas por todos os diferentes mensageiros. Duração: 45 minutos. Classificação: maiores de 12 anos.



8 SET a 2 OUT

MOMA E AS SUAS DRAMATURGIAS
MOSTRA MANDRÁGORA / LENHEIRAS

Horário: 9h30 às 16h30, de 2.ª a 6.ª

Lenheiras, mulheres que carregam lenha é uma viagem para a construção de uma identidade. A escavação por dentro daquilo que “parece ser” para tornar visível o invisível. O espetáculo cria um espaço-tempo de ambiguidade e provocador de descobertas, reconhecimento e recreação por parte do espectador. As duas personagens transportarão os dois feixes de lenha, duas pequenas máquinas de cena que se desdobrarão teatralmente nas várias coreografias e ambiências do espetáculo. Oportunidade também de se usufruir de uma seleção de livros que versam sobre lendas do Norte de Portugal.




10 SET a 9 OUT

EXPOSIÇÃO PORTUGAL 70 ANOS DEPOIS

Galeria do Multimeios
Horário: 14h30 às 18h30; 20h30 às 22 horas, de terça-feira a domingo

Inspirada no ensaio fotográfico “Portugal 1950”, de Jean Dieuzaide, a exposição “Portugal 70 Anos Depois”, de John Gallo revisita os locais que o fotógrafo francês elegeu para retratar o nosso país, em meados do século XX. O trabalho presta um tributo à obra de Dieuzaide e aos portugueses que viveram um Portugal pobre, sofrido, amoldado e sempre de sorriso no rosto.



15 a 17 SET

BIBLIOTECA DE PRAIA
Zona das praias em frente à piscina e na 37

Duas mini-bibliotecas de verão, onde qualquer pessoa pode levar o livro que pretender, sem ter de se inscrever. A iniciativa dinamizada pela Biblioteca Municipal pretende, de forma democrática, descentralizada e gratuita, tornar os livros e a literatura acessíveis a toda a população e veraneantes. “Leva, “Mergulha” e Devolve” é o mote subjacente a este projeto, de livre acesso, sem a presença de funcionários, nem prazos de devolução, porque o sistema é assente na confiança e na cidadania.



17 SET

SOL, A NOSSA ESTRELA
Planetário do Multimeios
Horário: 16h30
Bilhetes: adulto 4,5€; criança até aos 10 anos, estudante e sénior (65+) 3,50€; “pack família” (3, 4 e 5 elementos) 10€, 13€ e 15€

É a estrela mais próxima e a central energética do nosso planeta, a fonte da energia que impulsiona o clima e toda a vida. A passagem do seu disco de fogo pelo céu – dia após dia, mês após mês – foi, para incontáveis civilizações passadas, a única maneira de marcar o tempo. Projeção imersiva a 360 graus, com duração de 45 minutos e para maiores de 6 anos.



17 e 18 SET

VIAGEM PELOS PLANETAS
Planetário do Multimeios
Horário: 15h30
Bilhetes: adulto 4,5€; criança até aos 10 anos, estudante e sénior (65+) 3,50€; “pack família” (3, 4 e 5 elementos) 10€, 13€ e 15€

Duração: 40 minutos. Classificação: maiores de 4 anos.



22 a 27 SET

NÃO TE PREOCUPES QUERIDA
Cinema do Multimeios
Horário: 16 horas e 21h30, 5.ª, 6.ª e domingo; 16 horas, 3.ª e 4.ª
Bilhete: 4,5€

Alice e Jack têm a sorte de viver na comunidade idealizada de Vitória, uma cidade experimental construída para os trabalhadores de um projeto ultrassecreto. O otimismo social dos anos de 1950, exacerbado pelo líder do projeto, Frank – visionário corporativo e guru motivacional – é a base da vida quotidiana desta utopia. Estreia do filme realizado por Olivia Wilde. Atores: Florence Pugh, Harry Styles, Chris Pine e Olivia Wilde. Categoria: drama/thriller. Duração: 122 minutos.

CARTÓRIO NOTARIAL ESPINHO JUSTIFICAÇÃO



Certifico narrativamente, para efeitos de publicação, que neste Cartório Notarial, no livro de notas para escrituras diversas número Cento e oitenta - P a partir de folhas cento e quarenta e quatro, se encontra exarada uma escritura de justificação outorgada no dia dezasseis de Agosto de dois mil e vinte e dois, na qual **SABINO ALVES DA ROCHA**, contribuinte fiscal n.º164 491 325, casado no regime da comunhão de adquiridos com Saladina Coelho Rodrigues (contribuinte fiscal n.º153 614 021), natural da freguesia de Paramos, concelho de Espinho, residente na Travessa das Regadas, n.º131, da freguesia de Mozelos, concelho de Santa Maria da Feira, declarou que é dono e legítimo possuidor, com exclusão de outrem, do seguinte imóvel:

PRÉDIO URBANO: - composto de casa de um piso, destinado a habitação, com dependência, com a área coberta total de cinquenta e seis metros quadrados, sito no lugar de Paramos, da freguesia de Paramos, concelho de Espinho, a confrontar de norte com caminho de servidão, de sul com Inácio Gomes Pinto, de nascente com Alberto da Silva Carapuço e de poente com António Alves dos Reis, não descrito na Conservatória do Registo Predial de Espinho, inscrito na respetiva matriz sob o artigo **607**, com o valor patrimonial de 15.915,20€, a que atribui **igual valor**.

O certo, porém, é que o justificante não possui título formal que legítimo o seu domínio sobre aquele prédio, o qual veio à sua posse, no estado de solteiro (posteriormente casado em vinte e dois de abril de mil novecentos e setenta e três, no regime da comunhão de adquiridos, com a referida Saladina Coelho Rodrigues), por doação não titulada de seus pais, Joaquim Alves da Rocha e mulher Branca Filomena Alves de Jesus, casados no regime da comunhão geral, residentes que foram no Lugar da Corredoura, da freguesia de Paramos, concelho de Espinho, ocorrida no mês de janeiro de mil novecentos e setenta e três.

Que, não obstante isso, ele justificante, tem usufruído o mencionado prédio, usando todas as utilidades por ele proporcionadas, traduzida no seu uso como habitação, fazendo obras de conservação, pagando os respetivos impostos, com ânimo de quem exerce direito próprio, sendo reconhecido por seu dono por toda a gente, fazendo-o de boa fé por ignorar lesar direito alheio, pacificamente porque sem violência, contínua e publicamente à vista e com conhecimento de toda a gente, sem oposição de ninguém, tudo isto há mais de vinte anos.

Que, dadas as enunciadas características de tal posse, ele justificante adquiriu o citado prédio também por usucapião, título este que, por natureza, não é suscetível de ser comprovado pelos meios normais.

Que, a referida mulher confirmou as declarações prestadas pelo justificante e que reconhece que o dito prédio é **bem próprio** de seu marido.

Está conforme com o original. Espinho, aos dezasseis de agosto de dois mil e vinte e dois.

A NOTÁRIA,
Paula Cristina Silva Leite
Conta registada sob o n.º. P1711

OFF.

AUDITÓRIO DE ESPINHO

Lisa Gerrard, Amélia Muge e Edu Lobo em destaque até dezembro



O Auditório de Espinho (AE), da Academia de Música de Espinho (AME), recebe no último trimestre do ano nomes da música como Lisa Gerrard, Amélia Muge e Edu Lobo, num riquíssimo programa onde participam, entre outros, o pianista Roger Eno e as orquestras Clássica de Espinho e de Jazz de Espinho.

MANUEL PROENÇA

AS ORQUESTRAS de Jazz e Clássica, com a direção musical de William Goodchild, fazem a transição dos dois últimos trimestres do ano, com uma viagem ao "Kind of Blue" de Miles Davis, numa versão sinfónica em concerto e a "visão muito pessoal" do trompetista Guy Barker, com arranjos da sua autoria para uma formação que junta uma orquestra de jazz a uma orquestra clássica.

Segue-se o trio brasileiro, Azymuth, cujos músicos são considerados uma "verdadeira lenda da música brasileira" que não poderá contar com Alex Malheiros, baixista e membro fundador, "por razões de saúde", mas que será substituído por Moyses Dos Santos. Já em finais de outubro é a vez

da norte-americana Haley Fohr para trazer os temas do seu disco do projeto Circuit Des Yeux naquele que marca um regresso a Espinho desta intérprete. O piano a quatro mãos marcará presença no último fim de semana de outubro do AE, com Luís Duarte e Lígia Madeira, aos quais se junta o maestro António Victorino D'Almeida, num concerto comentado. Também os islandeses ADHD vão assinalar o final do 10.º mês do ano.

O mês de novembro inicia-se com o concerto da violinista Elicia Silverstein com a Orquestra Clássica de Espinho com obras de Mozart, Joseph Bologne, Stanislaw Moniuszko e Henryk Wieniawski. Amélia Muge, também estará na AME, num concerto a que se juntam outras três vozes de cantoras instrumentistas (vio-

loncelo, teclado e percussões). A Orquestra de Jazz de Espinho atuará com Eduardo Cardinho para o vibrafone e José Miguel Moreira para a guitarra e a australiana Lisa Gerrard e o britânico Jules Maxwell apresentam o álbum "Burn", com a sua primeira apresentação mundial ao vivo em Espinho, no ciclo itinerante Misty Fest. E no âmbito deste ciclo, Edu Lobo e Mónica Salmaso também estarão em Espinho com o quarteto formado por Cristóvão Bastos no piano, Jurim Moreira na bateria, Jorge Helder no baixo acústico e Mauro Senise nos sopros.

A norueguesa Jenny Hval também preencherá o palco do AE em novembro, assim como Roger Eno com o seu último disco, "The Turning Year" e o "Last" com o Quarteto de Cordas de Matosinhos.

Finalmente, dezembro traz Ode Marítima em danças ocultas pela Companhia João Garcia Miguel, o cantor e multi-instrumentista norte-americano Michael Gira, com uma primeira parte preenchida pelo guitarrista alemão Kristof Hahn, Vignette, em que o acordeão de João Barradas e o violoncelo de Filipe Quaresma se juntam ao piano de Daniel Bernardes.

Por fim, a cantora sueca Isabella Lundgreen, com a Orquestra Clássica de Espinho, presta homenagem à atriz Judy Garland, encerrando o cartaz de dezembro. •

SOLIDARIEDADE

Espectáculo a favor da Liga Portuguesa Contra o Cancro no Casino Espinho com Ana Bacalhau



NO DIA 23 de setembro, a Solverde Casinos & Hotéis cede o salão Atlântico do Casino Espinho para um espetáculo solidário da cantora Ana Bacalhau. As receitas do concerto, às 22 horas, reverterem

a favor da Liga Portuguesa Contra o Cancro – Núcleo Regional do Norte.

Ana Bacalhau apresenta os temas do seu novo e aguardado álbum "Além da Curta Imaginação". Trata-se de um

trabalho pessoal e intimista da intérprete, ex-vocalista do grupo Deolinda, que foi gravado entre janeiro e outubro de 2020. O álbum reflete a longa e penosa jornada que a pandemia impôs e que pode ser percebida nas canções por ordem cronológica de gravação.

Oportunidade ainda para Ana Bacalhau cantar temas como "Sou Como Sou", "Memória" e, o mais recente, "Orelhas Moucas".

O bilhete custa 20 euros, sem marcação de lugares, e pode ser adquirido na Liga Portuguesa Contra o Cancro – Núcleo Regional do Norte, no Porto, e em BOL.PT // LA. •



Aipal

No coração de Espinho, desde 1964



R. 19, 241



R. 18, 1029



R. 23, 55



R. 26, 972



DEFESA DE ESPINHO
ESPINHO POR DENTRO

RECEBA O JORNAL EM SUA CASA!
Assinatura anual do jornal Defesa de Espinho, por € 32,5

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

MARIA CRISTINA CROCHÉ JEWELRY

Peças em lã bordalesa com inspiração de Espinho

Acessórios de moda têm em comum um fio condutor que traduz a essência da cidade.

LISANDRA VALQUARESMA

É ATRAVÉS DA MARCA Maria Cristina Croché Jewelry que Cristina Silva, residente na Idanha, dá a conhecer as peças que faz através de materiais específicos como lã bordalesa ou linho. Brincos, pulseiras, anéis, chapéus ou carteiras são apenas alguns dos acessórios idealizados e produzidos pela artesã que, aos 54 anos, procura implementar o negócio com a ajuda das redes sociais.

Depois de ter trabalhado durante vários anos na área da solicitadoria, Cristina viu a vida mudar e o rumo profissional a ser alterado. "A profissão já não era a minha praia e eu estava um pouco desencantada, mas isso aliou-se a um problema de saúde de uma das minhas filhas. Precisei de a acompanhar de uma forma mais próxima, acabei por deixar a profissão, mas sempre achei que um dia talvez voltasse de forma diferente", recorda a artesã. "A verdade é que, mais tarde, comecei a perceber que a classe estava a levar um rumo que a mim não me agradava e além disso acabou por ser difícil regressar à área", revela Cristina Silva que aca-



As linhas e as agulhas estiveram sempre presentes na minha vida. A minha avó ensinou-me muita coisa, incluindo o croché"



bou por enveredar por outras saídas profissionais. "Quando as coisas com a minha filha ficaram melhores comecei a procurar emprego e a perceber que, para o mercado de trabalho, já era velha demais. Então fui trabalhar para um restaurante e depois para a Diocese do Porto onde fiz limpezas", conta, explicando que problemas de saúde causados por um atropelamento grave na infância a impossibilitaram de prosseguir num trabalho que exigia esforço físico.

A mudança acaba por acontecer, alguns anos mais tarde, quando Cristina é questionada por uma das formadoras de um curso que realizou. "Ela começou a perceber que eu

tinha algum jeito para produzir este tipo de peças e, como eu estava com dificuldade em arranjar emprego, perguntou-me por que razão eu não transformava isso em rendimento. Eu ia fazendo e vendendo alguns acessórios, mas sempre com o foco de trabalhar noutra área". No entanto, "o tempo foi passando e comecei a pensar em apostar neste negócio", explica a artesã, recordando o início

do projeto. "Percebi que precisava de orientação e decidi ir ao gabinete de apoio ao empresário e ao empreendedor, em Espinho. Mais tarde foi implementado, em Espinho, a Rota das Artes e Ofícios e chamaram-me para uma reunião. E a partir daí as coisas foram-se desenvolvendo", afirma.

Apesar de tudo acontecer a "passos lentos", Cristina apostou na venda

dos seus artigos através das redes sociais e, para isso, contou com a ajuda das filhas. "O que se pretendia era criar um negócio que tivesse a minha essência, a minha história e a minha cidade. Espinho serve-me muito de inspiração, pois é algo que é inesgotável. O mar de Espinho é a minha grande inspiração, mas não estou sempre à volta desse tema porque Espinho não é só mar e eu também não sou só Espinho. Mas procuro sempre tentar encontrar um fio condutor que leve à cidade. A cidade precisa de nos acarinhar, mas nós também precisamos de fazer isso de volta", acredita. Por se tratarem de peças quase exclusivas, Cristina confessa que o seu objetivo é ter um espaço showroom onde seja possível criar peças personalizadas "por medida e encomenda". Até lá, os interessados podem conhecer e adquirir os artigos através das suas páginas nas redes sociais com o nome da marca. •

TEMPO ESPINHO:

fonte: www.ipma.pt

QUA • 14	QUI • 15	SEX • 16	SÁB • 17	DOM • 18	SEG • 19	TER • 20	QUA • 21
21° / 18°	21° / 17°	22° / 17°	26° / 17°	27° / 18°	26° / 18°	24° / 18°	23° / 17°

Green Coast
SURFSCHOOL & LIFESTYLE

SURF KIDS
O MAIS IMPORTANTE É QUE OS KIDS ADORAM!

INSCREVA JÁ O SEU FILHO WWW.GREENCOAST.PT

LIKE US:

SURFGREENCOAST@GMAIL.COM