

DEFESA DESPINHO

#StandWithUkraine



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

OPINIÃO

**“A vida são dois dias.
Mas o luto
são três.”**

Cláudia Brandão
p11



S. JOÃO DA MADEIRA LOUROSA
SANTA MARIA DA FEIRA ESPINHO



Destaque

“Há quem diga que não saberei quando devo parar”

Gabriel Couto nasceu em Espinho e é o presidente do conselho de administração da AV Feirense, uma empresa com um património avaliado em mais de 58 milhões de euros. A burocracia absorve-o e impede-o de dedicar mais tempo àquilo que melhor sabe fazer: o negócio. p4, 5 e 6

ENERGIA

EDP interrompe fornecimento durante uma semana

Investidor imobiliário queixa-se das dificuldades criadas pela empresa elétrica e sugere alargamento de prazos de forma a ser possível apresentar a documentação. **p8**

MOBILIDADE

Parquímetros continuam a cobrar junto à avenida 24

Município mandou, em julho, retirar parquímetros entre as ruas 11, 15 e 19 por serem de domínio público, mas situação mantém-se inalterada. **p8**

PRAIAS

Verão pacífico e de normalidade conferem balanço positivo à época balnear p7

SAÚDE

Fátima Machado é a nova diretora executiva do ACeS Espinho/Gaia p7

GOLFE



Miguel Montenegro vence Skeffington Cup

Jogador do Oporto Golf Club inscreve o nome na lista de vencedores da mais antiga taça do mundo. **p16**



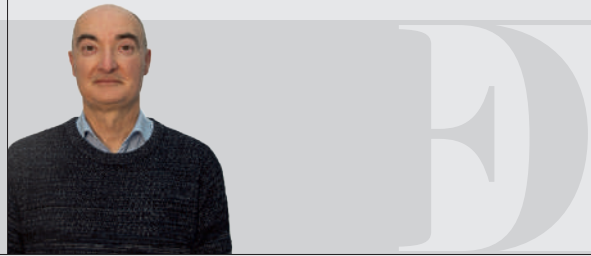
SOLVERDE.PT
SÃO MUITOS ANOS

18+ JOGA POR DIVERSÃO, COM MODERAÇÃO.



**ERA ÓBVIO?
APOSTASSES**

visto aqui



EDITORIAL
Lúcio Alberto

Repensar o presente, preparando o futuro sem esquecer o passado

1 – A comunicação social tem um papel de relevo na criação de uma opinião pública consciente, equilibrada e informada. Os jornais, as revistas, as televisões e as rádios devem cumprir, em primeira instância, a função noticiosa, mas podem e devem promover correntes de opinião, pugando pelo pluralismo e o exercício crítico, mas construtivo, formativo e cívico. A comunicação social aderiu às redes sociais, expandindo-se, mas cruzando-se com outros formatos que emergem nas redes sociais e que não validados pelos princípios e orientações éticos e deontológicos do jornalismo. As redes sociais têm ganho à escala global uma dimensão que, paulatina ou desenfadadamente, vai secundarizando a relevância da comunicação social. Confundem-se padrões informativos com espaços e intromissões de cariz opinativo. Já amplamente estudadas, mas com muitas especificidades ainda por compreender, as redes sociais digitais estão a contribuir para a aparição de uma nova ágora (assembleia; lugar de reunião), de uma praça pública e aberta onde as pessoas partilham ideias, informações, opiniões e podem ainda ganhar vida com novas relações e formas de comunidade.

2 – O recurso às redes sociais espelha a globalização, proporcionando proximidade e conhecimento, acionando canais informativos e correntes de opinião. Para o bem e para o mal... Nestes tempos avançados, em que quase tudo é, sem a mínima ponderação, descartável e os tanques de lavar roupa já estão em desuso, figurando num imaginário museológico, inovam-se os processos de lavagem de roupa suja, com crónicas de escárnio e maledicência e apontamentos e comentários sem sensatez, respeitabilidade e decoro nas redes sociais. As redes sociais fazem parte do quotidiano, principalmente dos jovens. As gerações menos jovens, dir-se-ia (quase) sem margem de erro as ditas seniores (para não se aplicar o termo envelhecidas), ainda estão (mais ou menos) fidelizadas aos jornais e aos noticiários televisivos e radiofónicos. Mas também vão-se rendendo, ou adaptando-se, às redes sociais. E isso é um facto. Compete então à comunicação social fazer prevalecer a sua missão e, imperiosamente, a sua importância.

3 – Por isso, importa valorizar o papel e o exercício, especificamente dos jornais, dando-lhes continuidade permanente, evitando que sejam reeditados esporadicamente como se fossem referências de museu, ou recordações de gerações de outrora. E para que não tenham de ser resgatadas vivências como as de quem em tempos longínquos jogava à bola na rua e recentemente assistiu à primeira edição do torneio de futebol de rua, que a Câmara Municipal e a Associação de Futebol Popular do Concelho de Espinho organizaram. Um projeto inserido no quadro da inclusão social, mas um exemplo de que o passado (anda) faz parte do presente e, provavelmente, alvo de interesse no futuro.

feira semanal

— Factos e figuras da semana

DESTAQUE

4, 5 e 6 | Entrevista: Gabriel Couto, presidente do conselho de administração da AV Feirense

“Gostaria de criar uma academia de alto rendimento desportivo ou uma instituição para que os jovens de baixos recursos pudessem estudar”.

4500 ESPINHO

7 | Época balnear correu “bem e de forma pacífica”

Verão deste ano realizou-se com outro fulgor e sem intervenções graves dos nadadores-salvadores.

8 | Parquímetros em terrenos da REFER continuam a cobrar estacionamento

Câmara Municipal notificou a concessionária ESSE para a retirada dos aparelhos em julho

8 | Obra parada por falta de energia

Investidor queixa-se da burocracia da EDP e sugere alargamento de prazos antes de proceder à interrupção do serviço.

4500 FREGUESIAS

9 | Anta/Guetim: limpeza de silvas nas ruas

O autarca Nuno Almeida refuta críticas de descuido de limpeza ambiental, dando nota de que os serviços da Junta se têm empenhado na resolução de “casos pontuais” de silvas que “tombam” para a via pública. “Os proprietários de terrenos não se podem desresponsabilizar e atirar a culpa para os outros e, nestes casos, concretamente para as autarquias”.

OPINIÃO

11 | “A vida são dois dias. Mas o luto são três.” – Cláudia Brandão

DEFESA-ATAQUE

14 | Reportagem: andebol do CDC Oleiros

“O projeto do clube só fará sentido se houver uma grande aposta na formação” – Luís Sousa, treinador da equipa sénior.

15 | Futebol: SC Espinho apresenta-se aos sócios e conquista Taça Comendador Manuel de Oliveira Violas.

15 | Voleibol: Toninho Cup regressa dois anos após paragem devido à pandemia

Centenas de atletas animaram a Nave Desportiva numa homenagem ao ‘Senhor Voleibol’.

16 | Golfe: Miguel Montenegro vence taça mais antiga do mundo

Skeffington Cup já vai na 131.ª edição.

OFF

19 | De Boa Saúde: aprenda a dizer não ao cigarro



Senhora da Ajuda

As festividades em honra da santa padroeira encheram Espinho. A majestosa procissão foi presenciada por um “mar de gente” e os tapetes de flores, a animação artística e o espetáculo piromusical que iluminou a noite de sábado também atraíram multidões. Foi o regresso de uma tradição afetada pelas restrições que vigoraram na fase crítica da pandemia. A crença religiosa foi de novo manifestada e a animação resgatada.



Parquímetros

Apesar de a Câmara Municipal ter, em julho, notificado a ESSE, concessionária do estacionamento em Espinho, para proceder à retirada dos parquímetros na Avenida 24, com as ruas 11, 15 e 19, por estarem indevidamente localizados em domínio público ferroviário, a situação mantém-se inalterada. Os aparelhos permanecem no local e os cidadãos continuam a pagar o estacionamento.



Estacionamento

O estacionamento na tarde de domingo, aquando da procissão da Senhora da Ajuda, processou-se em jeito de desenrascanço, mas foi mais caótico na noite de sábado, com a infundável afluência ao cartaz com a cantora Bárbara Tinoco e o fogo-de-artifício. Estacionou-se em cima dos passeios e até à frente das garagens se estacionou! E, em algumas ruas, se fosse preciso recorrer aos veículos de combate a incêndios, os bombeiros não podiam passar...



SOLVERDE.PT

CASINO E APOSTAS DESPORTIVAS

SÃO MUITOS ANOS ANIVERSÁRIO SOLVERDE.PT

A VIRAR PRÉMIOS

SOLVERDE.PT SÃO MUITOS ANOS

MAIS DE 2.000 EM PRÉMIOS

50€

SÃO MUITOS ANOS... A VIRAR PRÉMIOS!



destaque

GABRIEL COUTO, PRESIDENTE DO CA DA AV FEIRENSE

“Preparei-me, durante toda a vida, para trabalhar, mas não me preparei para ser burocrata”

Gabriel Couto tem 50 anos e nasceu em Espinho. É o presidente do conselho de administração da Auto Viação Feirense, empresa que reúne um património em autocarros avaliado em mais de 58 milhões de euros. Engenheiro de formação académica, dedicou-se, desde muito cedo, aos negócios. Comprou a maioria das quotas da AV Feirense, empresa da qual o seu pai era um dos sócios. A intenção é expandi-la, mas quer enveredar por outros projetos pessoais, um dos quais ligado ao alto rendimento desportivo.

MANUEL PROENÇA

Como é a sua vida como administrador numa empresa com a dinâmica da AV Feirense?

Perco imenso tempo da minha vida com aspetos puramente burocráticos, a preencher inquéritos e papéis que as mais diversas entidades nos solicitam. Seria bem melhor que pudesse dedicar muito mais tempo ao negócio, ou seja, saber se os autocarros estão bons e capazes, se estamos a prestar um bom serviço aos clientes e se está a ser prestado de forma condizente com as necessidades ou se estamos a planear o futuro de acordo com essas necessidades.

Por que razão há todas essas complicações?

Trabalhamos com várias entidades e fazemos imensos relatórios. Todos os dias temos um prazo que termina nesse dia. Por isso, a minha função acaba por ser demasiadamente preenchida com a burocracia da empresa. São necessárias decisões e, por isso, tenho de dar imensa atenção a isso. Sendo eu um homem de operações, estas quase que me passam ao lado! Quem nos pede esses documentos acha que são a coisa mais importante do mundo e, por isso, não nos deixa falhar. E, com isto, quem deve merecer a nossa atenção é, certamente, prejudicado. E se não nos focarmos nas pessoas, acredito que, a longo prazo, estamos a degradar o nosso negócio. Por tudo isto, estou desanimado e pretendo sair. Vou dedicar-me a outras coisas.

Aos 50 anos já está cansado?

Não estou cansado. Preparei-me, durante toda a vida, para trabalhar, mas não me preparei para ser burocrata. Sou licenciado em engenharia e tenho ambições para fazer outras coisas, até fora do âmbito empresarial.

Que coisas são essas?

Tenho duas ideias que gostaria de fazer no período de vida ativa que ainda tenho pela frente.

Quería criar uma academia de alto rendimento desportivo. Já falei com uns amigos meus em Espinho para poder avaliar quais as modalidades que poderíamos abranger neste projeto. O objetivo seria ter uma ou duas modalidades olímpicas para que pudéssemos criar atletas de alto rendimento a partir de jovens de 11 ou 12 anos para os prepararmos para os ciclos olímpicos. Mas isto custa muito dinheiro e essa empresa teria de se autossustentar. A outra ideia seria criar uma instituição para que os jovens de baixos recursos pudessem passar lá o dia e estudarem, proporcionando-lhes uma vida mais por dentro daquilo que se considera normal. A intenção seria a de levar essas crianças até à universidade.

Para já, tenho imensas preocupações nesta empresa, com problemas que tenho para resolver, que irei dedicar-me a esta missão.

Isto significa que tenciona desligar-se da empresa?

Não. Penso vir cá, uma vez por ano, para ver as contas. A minha vida está estabilizada.

Para me envolver nesse projeto do alto rendimento terei de dispensar imenso tempo e, por isso, não significa que irei ficar parado. Esse projeto implica um investimento grande e muitas despesas.

Como surgiu a sua vocação para empresário?

Muito novo fui trabalhar para a indústria automóvel. Trabalhei no desenvolvimento automóvel da Volkswagen e fazia parte das equipas de lançamento dos novos automóveis, na área da industrialização. Estava na secção de desenvolvimento de máquinas para produzir as peças dos carros e, por isso, lidava com fornecedores que desenvolviam os equipamentos industriais. Apercebi-me que eles ganhavam muito dinheiro. Saí da empresa e tornei-me fornecedor com uma pequena empresa que criei.



SARA FERREIRA

Produzia protótipos de máquinas e vendia-as, com produção a preços portugueses e que eram vendidos a preços alemães. Isto era um bom negócio. Andei uns anos assim. Cheguei a criar uma empresa na Roménia só para vender para a Yazaki. Ganhei um bom dinheirinho para depois ter um bom fundo de maneio para comprar a AV Feirense.

Como chegou à AV Feirense?

Tinha uma empresa de engenharia e o meu pai começou a ter problemas com os sócios na AV Feirense. Vim tentar resolver esses problemas e comprei a maioria das quotas da empresa. Optei por deixar a empresa de engenharia, que vivia muito de negócios pontuais, para me dedicar a tempo inteiro à AV Feirense. Passei a saber para onde ia trabalhar todos os dias.

O que preconiza para a empresa?

Os objetivos para esta década estão definidos. Já temos um *business plan* para a década 20/30. Vamos fazer a operação na Área Metropolitana do Porto e seremos o grande operador desta região porque iremos ter 36% das operações. Ainda temos operações em Lisboa e autocarros a operar entre o Porto e Lisboa e outros pe-

quenos serviços comerciais como transporte de deficientes, Aeroporto de Lisboa, Flexibus... Neste momento, fazemos tantos quilómetros como o STCP, no Porto, mas quando iniciarmos a operação na AMP iremos fazer tantos quilómetros como a Carris, em Lisboa.

Há quem diga que não saberei quando devo parar. Por isso, a solução para saber parar é saltar fora. É preciso saber para não sermos engolidos pelo monstro.

Mas não é possível tornar a sua empresa ainda maior?

Em Portugal é impossível ser um gigante nesta área dos transportes. Neste momento, a AV Feirense já é a maior empresa 100% portuguesa. Por isso, sem dinheiro exterior é impossível sermos maiores do que aquilo que somos atualmente. E a introdução de capital estrangeiro na empresa poderá estar para acontecer porque estamos em negociações para tal, de forma a podermos projetar esta empresa para um patamar ainda mais elevado. O que poderá acontecer é perdermos um pouco da nossa identidade portuguesa.

Quando digo que não tenho autocarros elé-

tricos a pensar na atmosfera e no meio ambiente, o caminho empresarial também não é a pensar na portugalidade. No entanto, para trabalharmos cá temos de ter sempre um cunho de portugalidade. Por exemplo, falar com um político em português é diferente de falar com ele em inglês. Mas isto também acontece nos outros países!

Já têm cerca de duas dezenas de autocarros elétricos na empresa?

Na zona metropolitana de Lisboa colocámos 19,5 milhões de euros em autocarros. Neste momento, a nossa frota vale cerca de 58 milhões de euros. Para 2023, para fazer o crescimento que temos contratualizado com a Flexibus e para a AMP, precisamos de 40,3 milhões de euros. Nos autocarros elétricos iremos receber cerca de oito milhões de euros a fundo perdido, mas custam mais de 20 milhões de euros. Por isso, é preciso arranjar os restantes 12 milhões! Mas isto é algo que sei e que gosto de fazer. O que me deixa doente são todas as questões burocráticas ligadas a este negócio e a este ramo dos transportes. Procurar dinheiro é aquilo que sei fazer melhor.

A AV Feirense tem, neste momento, o serviço de transporte em autocarro elétrico entre Bragança e o Porto e, por isso, é o mais longo da Europa. Pretende alargá-lo a Porto-Lisboa?!

Esse serviço arranca já em janeiro de 2023. Será experimental, mas é já um caminho sem retorno. Ainda iremos avaliar se o iremos massificar. Já pagámos metade do autocarro e ele terá de vir.

Há algum outro projeto interessante que queira implementar?

Vamos ter dois autocarros muito interessantes que custam um milhão de euros cada. Vão entrar no rio Douro. São dois autocarros anfíbios, turísticos, que irão dar uma pequena volta no rio. No entanto, o fornecedor, que é holandês, está com dois anos de atraso para a entrega desses autocarros. A nossa intenção era a de arrancarmos com este projeto na próxima época alta. Vamos ver se, pelo menos, nos fazem a entrega de um desses autocarros. Estes veículos irão trabalhar com uma marca diferente da AV Feirense, à semelhança daquilo que fazemos com outras, como a Flexibus, Groundforce ou Carris Metropolitana ou com outras pequenas marcas que temos. Esta marca irá chamar-se 'Anfibius'.

Como correu o concurso para a concessão na AMP?

Compreendo as razões que levaram à impugnação do concurso por parte das empresas



Perco imenso tempo da minha vida com aspetos puramente burocráticos, a preencher inquéritos e papéis que as mais diversas entidades nos solicitam. Seria bem melhor que pudesse dedicar muito mais tempo ao negócio"

perdedoras. Se estivesse no papel delas teria feito o mesmo. Basicamente as concessões foram-lhes expropriadas e colocadas a concurso público. Isto poderia, de facto, ter sido feito de outra forma. Para quem perdeu isto é muito duro. Estão a lutar pela sobrevivência. Provavelmente daqui a sete anos irei estar no papel deles porque também quero defender o meu negócio. **Dizia-se que a sua empresa não pagava grandes salários!...**

Há uns anos atrás disse que era preciso importar motoristas estrangeiros porque não os temos em Portugal. Houve comentários que diziam que pretendia importar mão de obra barata. Quem criou esta imagem sabe que isso é impossível! Temos um contrato coletivo de trabalho e cumprimo-lo rigorosamente. Por isso, pagamos

aquilo que está nas tabelas e o que foi assinado pelos sindicatos. Alguém disse que eu iria comprar um Ferrari à conta dos motoristas!...

Mas vai contratar motoristas no estrangeiro! Sim. Isso é verdade. E é verdade que até nos irão sair mais caros porque temos de tratar da logística para os trazer para cá e de os instalar. Teremos 60 motoristas nessas condições. Já estamos a pagar os alojamentos deles porque poderão chegar a qualquer momento! Temos de lhes pagar os bilhetes de avião! A máquina portuguesa está cada vez mais complexa porque há sempre algum requisito a mais. E isto atrasa todo este processo e deixa as pessoas que queremos contratar na expectativa. São pessoas do Brasil e de Cabo Verde.

Na AV Feirense, antes da pandemia tínhamos

MOTOMETRIA®
GROUP

Rua 28, N.º 647
4500-293 Espinho

+351 221 450 360

geral@motometria.com



KIT
INSTRUSÃO*
HIKVISION

- . 1 Central
- . 1 Detetor de Movimento
- . 1 Contacto Magnético
- . 1 Comando

239€

EMPRESA
CERTIFICADA

*Instalação não incluída

Registo Prévio N.º 2818



destaque

motoristas de várias nacionalidades e de várias etnias, religiões, masculinos e femininos. Todos eram remunerados de acordo com as respetivas tabelas. Antes da pandemia tínhamos motoristas a ganhar cerca de cinco mil euros por mês! Havia alguns desses motoristas que não precisavam de casa porque andavam nos autocarros e nos hotéis. Chamávamos-lhes os 'sem-abrigo' porque quando não tinham trabalho tínhamos de os alojar numa pensão.

A AV Feirense vai apostar nas energias renováveis. O que será das restantes viaturas movidas a combustíveis fósseis?

Irá haver espaço para todos. Quando aparece alguma coisa nova há sempre quem entre em pânico. Quando a Flexibus apareceu em Portugal, a Rede Expresso entrou em pânico e, curiosamente, os autocarros destas duas marcas andam sempre cheios! O que aconteceu foi que veio mais gente para o mercado. Nos combustíveis o negócio surge com o gásóleo e gasolina, depois apareceu o GPL, o GNC, o GNL e, agora os elétricos. Vão aparecer os autocarros movidos a hidrogénio. Daqui a uns anos teremos de conviver com todos os combustíveis em função de cada necessidade. Há pessoas que têm um carro elétrico para ir todos os dias para o trabalho e um carro tradicional para uma viagem mais longa.

Por que razão no concurso da AMP escolheu o serviço sul poente?

Agarrei-me com unhas e dentes para jogar em casa. A minha casa é aqui, nesta zona. Trata-se de um lote que abrange uma área desde Santa Maria da Feira ao rio Douro. Nesta zona sinto-me em casa. Conheço todas as ruas de Espinho, Santa Maria da Feira e Vila Nova de Gaia. Por isso, apostei tudo aqui dando o preço mais baixo. Por outro lado, sei que aqui também tenho custos mais baixos. Disse aos meus concorrentes que iria para ganhar.

O que não está bem em Espinho?

Há coisas que não me agradam como andar com os meus autocarros elétricos em cima das lombas. As baterias destes autocarros pesam três toneladas. Ao passarem nas lombas, a estrutura dos autocarros, a longo prazo, começarão a partir. Passar pela rua 33, pelos paralelos, será penoso e na rua 19 não vou deixar que estes autocarros passem por lá! Isto também não é confortável para os passageiros. Outra coisa que me está a preocupar é o trajeto de Espinho para o Porto, sobretudo na Estrada Nacional porque o estacionamento é selvagem. Um serviço com qualidade tem de fluir e a 109 é um massacre! Espero poder ter uma conversa com o presidente da Câmara de Vila Nova de Gaia para que encontre soluções para este problema. Não podemos gastar meio milhão de euros num autocarro e ter carros estacionados no percurso. Este problema tem imensos anos!

Posso adiantar que iremos criar uma plataforma, através de uma aplicação, onde as pessoas poderão ver onde está o autocarro e a que horas é previsível que passa nas paragens. Será uma plataforma para todos os autocarros na AMP para as várias concessões. Se a AMP não o fizer, os concessionários (os cinco operadores) irão fazê-lo.

Como será feita a ligação entre as freguesias do concelho de Espinho?

Haverá circuitos que já estão definidos e que ligarão as freguesias e a cidade, bem como as restantes ligações, quer ao Porto, quer a outros destinos. Estes circuitos fechados farão parte

mais de um serviço social, uma vez que acredito que muita gente não pretenderá usufruir do mesmo. Em princípio será serviço por miniautocarros, alguns elétricos. Acredito que, nos primeiros dias, em todas as concessões poderá haver instabilidade que será debelada com o tempo.

A concessão, por exemplo, contempla 60 ligações diárias ao Porto!...

É demasiado e terá de ser devidamente ajustado. Em Espinho não há condições para receber 60 autocarros, nem Gaia, nem a Ponte do Infante. Contabilizando, são cerca de 500 passageiros nessa ponte o que significa que iríamos bloqueá-la com os nossos próprios autocarros. Isto não faz sentido. Solução poderia passar até poderia passar por algumas destas 60 ligações virem a sair de uma zona diferente da cidade de Espinho. Não faz muito sentido que as pessoas que moram em Anta tenham de vir à estação ferroviária para apanhar um autocarro para o Porto! Espero que haja bom-senso nas negociações. Todos estamos interessados em prestar um bom serviço. Esperemos que as burocracias não compliquem tudo.

Mantém a intenção de iniciar o serviço no próximo ano?

Sim. No verão de 2023. Seria bom começarmos no final do ano letivo porque o período de aulas é muito mais intenso de forma a que possamos ir ajustando o serviço e corrigindo erros que se possam vir a cometer sem grande impacto nas pessoas e na população.

Acha que o Município de Espinho terá de investir em infraestruturas para receber estes autocarros?

Temos aquele espaço para autocarros junto à estação ferroviária e que tem estado ocupado com o estacionamento de automóveis. Com tantos autocarros que estão previstos, não sei onde poderão parar! Onde vão poder parar os motoristas dos cerca de 30 autocarros? Tenho a certeza de que, à hora de ponta, 10 autocarros criam ali uma grande instabilidade no trânsito. Quando fizeram estas obras ninguém nos consultou. O Município de Espinho terá de encontrar uma solução, mas poderá contar connosco para ajudar. Nós só pensamos em transportes e uma câmara pensa em muitas coisas mais. A Câmara da Feira, por exemplo, vai fazer uma central de autocarros e não nos perguntou nada!

A cidade de Espinho é de difícil circulação para autocarros?

Penso que a cidade de Espinho dá 10-0 a outras localidades. Há quem se queixe da nossa cidade e até diz que é caótica para as pessoas se movimentarem. Penso, precisamente, o contrário. É muito simples e tudo é matemático. É uma grande vantagem em relação a outras cidades. As ruas não são as melhores e odeio os paralelos, mas Espinho permite muitas alternativas e até tem uma rua só para autocarros sem incomodar a cidade.

Nasceu em Espinho...

Nasci no hospital de Espinho, mas a minha naturalidade é de Santa Maria da Feira. A minha família sempre viveu em Espinho, mas as minhas raízes são feirenses, por parte do meu pai e a minha mãe da zona de Vouzela, da aldeia de Moçamedes. Ela era professora primária, foi cá colocada e conheceu o meu pai.

Toda a minha vida morei em Espinho. Já morei em Anta e em Guetim. Só dos 20 aos 30 anos é que morei em Esmoriz porque as casas em Espinho eram demasiadamente caras. Acon-



Está a preocupar-me o trajeto de Espinho para o Porto, sobretudo na Estrada Nacional porque o estacionamento é selvagem. Um serviço com qualidade tem de fluir e a 109 é um massacre"

teceu comigo o que aconteceu com a minha geração, que foi arrastada para a periferia dos concelhos vizinhos.

Estudei no Colégio dos Carvalhos, onde joguei voleibol e fui praticar essa modalidade para o SC Espinho e, mais tarde, para o Esmoriz GC, com o Wladislaw Kustra. Depois disso, a vida começou a correr-me melhor e, mais tarde, acabei por comprar casa em Espinho.

O voleibol era uma coisa boa para mim porque ganhava algum dinheiro enquanto estava a estudar na faculdade. Nessa altura já tinha carro, mas quando queria poupar ia para o Porto de comboio ou ia na AV Feirense porque não pagava, uma vez que o meu pai era sócio da empresa.

Sou fundador do Clube de Voleibol de Espinho e só não assinei a ata porque estava ausente do país, em trabalho. Era muito amigo do Rolando de Sousa e do filho, Alexandre.

Como era Espinho na sua infância?

Tenho saudades de Espinho de outros tempos. A cidade está suja e neste verão as coisas foram muito más. Por exemplo, na minha rua, o piso é novo e está todo sujo!

Tenho saudades do antigo pavilhão do SC Espinho e de ir lá ver aqueles jogos com o pavilhão cheio. Mas agora está aquilo tudo caído.

Outro exemplo é a estação de Espinho. Tenho saudades do antigo edifício.

Temos, em Espinho, muita gente pobre e esse é um problema que não é fácil de eliminar. Por outro lado, reconheço que em Espinho temos uma vida boa e que muitas das vezes não lhe damos o devido valor. E se olharmos para os outros países não consigo ver um sítio muito melhor para se viver.

Alguns amigos meus dizem que não vão para Espinho porque há sempre muita confusão, sobretudo com as obras, o que, no fundo, acaba por ser verdade. Mas quem é de Espinho não quer sair de lá, como é o meu caso, que não vejo outro sítio para morar.

É preciso fazer muita coisa nesta cidade porque está a deteriorar-se muito rapidamente. Antigamente a cidade tinha muito mais vida do que hoje, sobretudo para a nova geração que tem de sair de cá para encontrar alguma coisa que lhe agrade.

Espinho tem uma população idosa muito grande ou tem gente mais nova, com dinheiro, que comprou aí uma segunda casa. Há, também, um conjunto muito grande de casas devolutas, cujos herdeiros acham que valem milhões. E isto também ajuda a que a cidade esteja a ficar degradada.

Vai continuar a viver em Espinho?

A minha casa custou-me os olhos da cara e não tenho condições para andar a mudar de casa. Vivo num sítio e numa zona privilegiada. ●

4500 Espinho

PRAIAS

Época balnear termina com nota positiva



©SARA FERREIRA

REPORTAGEM.

Depois de dois verões atípicos e cheios de condicionantes impostas pela pandemia, a época balnear deste ano realizou-se com outro fulgor e sem intervenções graves dos nadadores-salvadores.

LISANDRA VALQUARESMA

A **ÉPOCA BALNEAR** de 2022 terminou oficialmente a 11 de setembro, mas a praia da Baía mantém a vigilância até 2 de outubro, com a presença de dois nadadores-salvadores pertencentes à Associação de Nadadores Salvadores Safetynor.

Este prolongamento, pedido pelo Município de Espinho, está relacionado com “a previsão meteorológica disponível, que aponta para a forte possibilidade de afluência às praias, nomeadamente ao fim de semana”, explica a Câmara Municipal, referindo ainda que, apesar do Dispositivo de Salvamento Aquático do Corpo de Bombeiros do Concelho de Espinho se manter ativo em toda a frente de praia, foi exigido “aos concessionários que solicitaram o prolongamento integral da atividade a permanência de nadadores-salvadores durante o respetivo período”.

Segundo Álvaro Brandão, presidente da Safetynor, esta é uma forma de, em conjunto, se prolongar a vigilância das praias do concelho, apesar de confessar que a época balnear “decorreu bem”, tendo sido “um verão pacífico”. “Não posso falar pelos outros, mas a realidade de Espinho está bem esquematizada, está bem reforçada e elaborada. Em termos de riscos e perigos, com alguma satisfação nossa, podemos dizer que a época balnear correu bem. Houve mais casos de intervenção hospitalar fora de água do que dentro”, diz Álvaro Brandão, contando que o caso mais grave talvez tenha sido de “um senhor que decidiu refrescar-se, mas, por qualquer motivo, a corrente afastou-o. Os nadadores-salvadores

aperceberam-se da situação, foram em socorro da pessoa e, basicamente, correu bem. O senhor acabou por ter que ir, por precaução, à unidade hospitalar”, recorda o responsável da associação.

Na transição de um verão ainda em pandemia para o deste ano, Álvaro Brandão revela que “não se notaram muitas diferenças”, pois “as coisas têm voltado ao normal”, mas a dificuldade em conseguir nadadores-salvadores mantém-se. “Houve praias no país que nem sequer abriram porque há falta de nadadores-salvadores no mercado. Espinho conseguiu ter as praias todas a funcionar, com algumas dificuldades nesse aspeto, mas houve um sacrifício que nós, enquanto associação, tivemos que pedir aos nossos colaboradores, comparativamente ao ano passado ou há dois anos”, alerta Álvaro Brandão, afirmando que “há cada vez menos jovens a querer abraçar esta profissão”.

Preocupado com esta tendência, o responsável pela Safetynor acredita que “isto vai ser um problema que se vai prolongar” e, até, que se “irá agravar”.

“Lembro-me que há alguns anos os cursos de nadadores-salvadores eram compostos por 30 jovens e deste total reprovavam dois ou três, no máximo e, neste momento, os cursos estão a ser ministrados com 12/15 jovens e reprovavam seis ou sete. A dificuldade já vem daí. Depois nós queremos ‘matéria-prima’ para colocar nas praias e não temos. Lá está o tal esforço que os nadadores-salvadores, vinculados a esta associação, fizeram este ano para satisfazer o plano integrado”, refere.

SURF TAMBÉM VOLTOU A sorrir

Com o regresso do turismo em pleno e as praias cheias, a atividade do surf voltou a funcionar com renovado fulgor. Ricardo Faustino, responsável pela Academia do Mar, não esconde que “foi uma época balnear já mais dentro do normal e com maior fluxo”, em comparação com os verões anteriores. “Posso dizer que já sentimos que há turistas praticamente na normalidade a que nós estávamos habituados a ter em Espinho. Além disso, a população em geral continua a querer experimentar o surf e bodyboard e, por isso, foi uma época balnear bastante positiva”, afirma, explicando que “o facto de haver turismo muda muita coisa e ajuda bastante”.

Com o fim oficial da época balnear de 2022, Ricardo Faustino diz que neste momento está a acontecer o mesmo que se passava antes da pandemia. “A procura dos portugueses baixa drasticamente com o regresso ao trabalho e à escola, há uma descaída drástica dos praticantes, mas, curiosamente, setembro é um mês em que há muito turismo de surf, ou seja, há muita gente que vem para Espinho e essencialmente para alugar equipamentos”, conta, assegurando que este “é um mês que até é bom no que diz respeito ao turismo do surf”.



Em termos de riscos e perigos, com alguma satisfação nossa, podemos dizer que a época balnear correu bem”

Álvaro Brandão, presidente da Safetynor



“Foi uma época balnear já mais dentro do normal e com maior fluxo”
Ricardo Faustino, Academia do Mar

SAÚDE

Fátima Machado assume direção do Aces Espinho/Gaia

MARIA de Fátima Alves Machado, de 53 anos, é a nova diretora executiva do Agrupamento de Centros de Saúde do Grande Porto VIII — Espinho/Gaia. Segundo o despacho de nomeação, ainda emitido pela antiga ministra da saúde Marta Temido, Fátima Machado foi designada “atendendo à competência técnica, aptidão, experiência profissional e formação adequada”, e estará no cargo por um período de três anos, sucedendo à enfermeira Celeste Pinto. A atual diretora executiva, que tem mestrado em Gestão de Unidades de Saúde pela Universidade do Minho, tem uma vasta experiência da área da administração hospitalar, tendo sido vogal execu-



tiva do conselho de administração do Hospital de Braga, entre 2019 e 2022. Integrou ainda a equipa de gestão do Acordo do Centro de Reabilitação do Norte, de 2016 a 2019 e foi vogal executiva do conselho de administração do Centro Hospitalar do Médio Ave, de 2013 a 2016. •

CRIMINALIDADE

Carro furtado em carjacking recuperado pela PSP

UM HOMEM, que foi vítima de carjacking na tarde do passado sábado, 17 de setembro, no cruzamento da esquina da rua 23 com a avenida 8, conseguiu reaver o seu veículo, um ligeiro de mercadorias, depois de diligências efetuadas pela PSP de Espinho. De acordo com esta força policial, o suspeito do furto, “aproveitando breves instantes de distração do proprietário do veículo, introduziu-se no

mesmo e iniciou a marcha”. O proprietário do automóvel apercebeu-se da situação e, de acordo com a PSP local, tentou impedir que o roubo se consumasse, “agarrando-se à janela de viatura”. Sem sucesso, o furo aconteceu mesmo, com o dono a ser arastado cerca de 100 metros. Pouco depois, a PSP acabou por localizar o automóvel que tinha sido abandonado na Rua 26. •



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

4500 Espinho

ESPINHO

Obra na rua 22 parou uma semana por corte de energia da EDP

REPORTAGEM.

Uma obra de um prédio, na rua 22, esteve sem fornecimento de energia elétrica, por parte da EDP, durante uma semana. Três dezenas de trabalhadores estiveram sem trabalho. O investidor, Carlos Alberto, queixa-se do “excesso de burocracias” por parte daquela empresa e sugere que os prazos para o corte de energia sejam bem mais alargados, até 30 dias, período necessário para se apresentarem os documentos de renovação de licenças de obras.



MANUEL PROENÇA

CARLOS ALBERTO, um investidor espinhense que tem em curso várias obras na cidade, foi surpreendido, no passado dia 9, ao final da tarde, com um email da EDP, avisando-o de que teria de apresentar os documentos para prorrogação da licença de construção de um prédio na rua 22, no número 1321. Nesse sentido, o empresário deslocou-se aos serviços camarários e solicitou a prorrogação do referido prazo de construção por mais um ano e, no dia 12 de setembro (segunda-feira), logo pela manhã, remeteu as cópias do pedido para a EDP. Contudo, durante a tarde, viu-se confrontado com um súbito corte do fornecimento de energia elétrica à obra.

“Não consigo entender esta atitude por parte da EDP, quando tenho as contas todas em dia e não lhes devo uma fatura”, lamenta o empresário, acrescentando que a sua obra já está em curso há mais de um ano. “Já renovei a licença e agora fiz novo pedido de renovação por mais outro ano,

para poder concluir a obra”, afirma Carlos Alberto, explicando que todo o atraso se deveu a “um problema com o solo” e que requereu “uma grande intervenção que não estava prevista”.

“Pedi a renovação da licença por mais um ano e aguardo que me sejam enviados os documentos definitivos, assim como o aviso para a poder pagar. Neste sentido, contactei a EDP e foi-me dito que poderia enviar os documentos comprovativos do pedido efetuado à Câmara Municipal”, conta Carlos Alberto à Defesa de Espinho.

O empresário diz que, algum tempo depois de ter enviado os documentos, recebeu um mail a pedir um termo de responsabilidade do engenheiro responsável pelo projeto de eletricidade e que o enviou na quarta-feira, cumprindo, deste modo, os trâmites.

“Estranhámos que tenhamos feito a comunicação à EDP antes de vencer a licença e que nos tenham dito que estava tudo bem”. “Sem prévio aviso, cortaram a energia à obra”, acrescenta o

empresário, dando conta que durante uma semana teve 30 funcionários parados. “São enormes os prejuízos”, garante Carlos Alberto.

“A EDP não pode ter este tipo de comportamento com as empresas e deveria dar um prazo mais alargado até chegar ao corte da energia”, sublinha. Em sua opinião, “a EDP deveria dar 30 dias após o vencimento da licença para que se pudesse regularizar tudo”, sugere o promotor.

“Quando começamos uma obra e temos toda a documentação, a EDP não liga a energia no dia seguinte! Demora, pelo menos entre 15 a 30 dias para ligar a eletricidade. Só aí, já perdemos esse tempo de construção. Por isso, esta atenção da EDP seria muito importante para os construtores e para os investidores”, diz Carlos Alberto.

“Aquilo que está em questão é uma obra, um investimento de milhões de euros! Através dos canais normais não consegui resolver o problema e tive de me deslocar a Vila Nova de Gaia para conseguir encontrar uma solução”, conclui. •

MOBILIDADE

Cidadãos continuam a pagar estacionamento em zonas de domínio público ferroviário

A **INFORMAÇÃO** foi divulgada em julho quando, através das redes sociais, Miguel Reis, presidente da autarquia, informava que a Câmara Municipal tinha notificado a ESSE, concessionária do estacionamento na cidade, para “a remoção dos parquímetros na avenida 24 com as ruas 11, 15 e 19 por estarem indevidamente localizados em domínio público ferroviário”. Mas, após a notificação efetuada e quase dois meses depois, os espinhenses e visitantes da cidade continuam a efetuar o pagamento nas referidas zonas, dirigindo-se normalmente aos parquímetros existentes.

Joana Lopes, residente em Santa Maria da Feira, veio a Espinho visitar uma amiga e decidiu estacionar na zona concessionada junto à rua 15. Tal como os outros condutores, retirou o respetivo comprovativo de pagamento da máquina e colocou-o no seu automóvel, pois confessou desconhecer a situação. “Não sou de Espinho e venho poucas vezes à cidade, por isso, não sei dessa situação, mas é um pouco estranho e confuso. Se estamos a pagar indevidamente, então é muito injusto e acho que os responsáveis deviam resolver esta confusão a favor dos espinhenses que, eles sim, não têm culpa”, defendeu a cidadã.

Recorde-se que, na mesma altura, Miguel Reis referiu ainda que, por outro lado, a Câmara Municipal teve “conhecimento que a ESSE deu início à instalação de novos parquímetros nas ruas 11 e 15 com a 26 e 28, não necessitando, infelizmente,



de autorização para o efeito uma vez que o acordo celebrado em 2019 pelo anterior executivo municipal permite que a ESSE possa explorar até mil lugares pagos dentro da área concessionada, tendo ainda, nessa altura, sido prolongado o período de vigência do contrato até 2034”. •LV

SUPERMERCADO

Novo Oriente

Qualidade e conveniência, aos melhores preços.

📍 RUA 31, N.º 914 ESPINHO

☎ 22 734 6230

4500 Freguesias

ANTA

Autarquia limpa ruas com silvas e ervas, mas responsabiliza donos dos terrenos

As silvas e as ervas que ultrapassam o domínio privado e tombam sobre a via pública têm gerado controvérsia no quadrante antense (e também no guetinense), mas o autarca Nuno Almeida assegura que se tem procedido à limpeza. O responsável também incita os proprietários dos terrenos a não se desresponsabilizarem.



LÚCIO ALBERTO

A RUA DA CAPELA do Ramos é uma das referências mais recentes de críticas de descuido de limpeza ambiental em Anta (e também em Guetim) refutadas pelo autarca Nuno Almeida. “São casos pontuais que vamos resolvendo, como vamos ter de resolver na Rua do Passal, num terreno em que as silvas estão a crescer para o meio da via pública. Trabalhamos todos os dias para resolver problemas desse género. Os proprietários de terrenos não se podem desresponsabilizar e atirar a culpa para os outros e, nestes casos, concretamente para as autarquias”.

O presidente da Junta de Anta e Guetim incentiva “uma parceria entre todos”, os proprietários dos terrenos e as autarquias, “para que haja uma comunidade minimamente evoluída”. “Não há soluções mágicas. Ninguém consegue atacar o problema em todas as frentes, mas a autarquia de Anta e Guetim tem equipas a atuarem ao mesmo tempo nas duas freguesias”, acrescenta.

“Faz-se o que se pode com os recursos que se tem”, vinca, dando nota de que o quadro de pessoal autárquico é diminuto, com duas pessoas no quadro e outras duas em regime de prestação de serviços. “Há necessidade de se sensibilizar as pessoas para limparem os seus terrenos”.

Nuno Almeida fica desagradoado com a vegetação que se propaga dos terrenos privados até à via pública. “Os proprietários limpam dentro das suas propriedades, empurrando as silvas para o meio da rua”, esclarece.

O corte tomba para o lado da rua e há quem alegue que tem de ser a Câmara Municipal ou a Junta a re-

solver o problema. “Há incúria dos próprios proprietários, deixando crescer a vegetação para fora das suas propriedades. Não se podem isentar das suas responsabilidades se a vegetação sobrar para a rua, ocupando o passeio e a valeta. Há quem entenda que a responsabilidade é das autarquias, mas há responsabilidade dos particulares”.

Frisando que os proprietários dos terrenos têm de cuidar da vegetação para que não tombe para a via pública, Nuno Almeida não se coíbe em responder a outros reparos. “Passa-se muito facilmente do 8 para o 80. As pessoas não querem que se use herbicidas, porque há suspeita desse uso poder causar efeitos cancerígenos, afetando assim a saúde das pessoas. Temos vindo a reduzir a utilização desse tipo de químicos, substituindo-os por produtos mais biológicos. As pessoas não querem ter ervas nos seus terrenos, mas também não querem ter ervas nas ruas, nem sequer nas bermas. Isso obriga a autarquia a ter um reforço de recursos humanos, porque as ervas crescem diariamente”.

“Tenho a certeza absoluta de que se hoje cortar as ervas numa rua, amanhã ou depois vão voltar a crescer”, acrescenta, aludindo à carência de recursos humanos e logísticos. “A junta não tem possibilidade de ter um funcionário a cortar ervas todos os dias em todas as ruas das duas freguesias, ou seja, em Anta e Guetim. Tem havido alguma incompreensão das pessoas por causa disso. Não há sistemas perfeitos. Não se pode acabar com a utilização de herbicidas”.

Entretanto, os processos de notificações e avisos são morosos e as



Os proprietários de terrenos não se podem desresponsabilizar e atirar a culpa para os outros e, nestes casos, concretamente para as autarquias”

Nuno Almeida
JF Anta e Guetim

juntas não têm competência para a aplicação de coimas. “As pessoas recebem mais as coimas da PSP e da GNR do que uma carta das juntas. E basta seguir o aconselhamento das autarquias...”.

Nuno Almeida constata que atualmente se acentua o envelhecimento da população em Anta e Guetim, que antigamente tratava dos seus terrenos. “Dantes cultivavam-se os grandes e os pequenos terrenos. As pessoas tinham gosto e, por isso, não descuidavam da limpeza. Hoje assistimos a uma despreocupação e o desconectar das pessoas ao apego à sua terra. E agora as pessoas passam essa obrigação para as autarquias. Lembro-me que, quando era mais novo, a junta só limpava uma rua quando havia festa. E não estamos a falar de algo que foi há muito tempo... Já não se faz à porta aquilo que os avós faziam...”.

E se se comparar o que hoje a autarquia faz nessa matéria relativamente há dez anos, Nuno Almeida conclui que o investimento é agora “cinco vezes mais, em termos de horas gastas” e custos inerentes. “E só estamos a falar de corte de ervas e de limpeza de valetas”, acrescenta. •

SILVALDE

Rusga Nossa Senhora do Mar promovida a associação

A RUSGA Nossa Senhora do Mar adquiriu o estatuto de associação no passado dia 7 de setembro no ano em que assinala 11 anos de atividade sociocultural.

“Com o esforço de todos os elementos, conseguimos dar mais um passo e entrar no universo de associações do concelho de Espinho e com muito orgulho”, dá nota Vânia Barbosa, presidente da agora denominada Rusga Nossa Senhora do Mar – Associação.

“Somos um grupo que pretende honrar o povo vareiro. Há várias gerações na nossa rusga, sempre disponível para integrar novos elementos. Gostamos de levar da melhor forma, dançando e cantando, a tradição da arte xávega por várias terras”.

O grupo artístico é constituído por 16 elementos femininos, sete masculinos e cinco crianças, contando com o apoio de Jorge Bandeira – JB Produções. •



PARAMOS

Estado da ribeira de Ovil em debate e espetáculo musical e etnográfico

NO DIA 30 DE SETEMBRO, a Junta de Freguesia de Paramos, entretanto, foi agendado para 1 de outubro, pelas 21h30, um espetáculo musical e etnográfico na sede da BUMP – Banda da União Musical Paramense, também com o apoio da Cooperativa Nascente. •

a Junta de Freguesia de Paramos, entretanto, foi agendado para 1 de outubro, pelas 21h30, um espetáculo musical e etnográfico na sede da BUMP – Banda da União Musical Paramense, também com o apoio da Cooperativa Nascente. •

ANTA/GUETIM

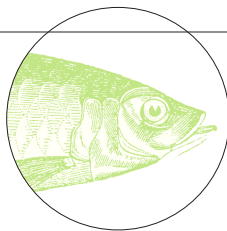
Caminhada ambiental adiada para outubro

A CAMINHADA até ao parque da Picadela, em Guetim, e a encetar no Largo do Souto, em Anta, e que estava marcada para as 9 horas, de 25 de setembro, Dia Mundial dos Rios, foi adiada para 9 de outubro. Trata-se de uma iniciativa da Coop. Nascente, com o apoio da Junta de

Anta e Guetim.

Entretanto, também foi adiada para 8 de outubro, às 18 horas, a palestra intitulada Consumo Sustentável prevista para 24 de setembro, no salão nobre da Junta de Anta e Guetim. A sessão será orientada por Sandra Rosas, técnica da Lipor. •

É do nosso mar



CORREIO DO LEITOR

VOX POP

“Há idosos que só recebem 200 ou 300 euros de pensão”

O Governo elaborou um conjunto de medidas para apoiar o rendimento das famílias face à subida da inflação e dos preços da energia, resultante da invasão da Rússia na Ucrânia e atendendo ainda às repercussões da conjuntura pandémica.

Os apoios contemplam 125 euros por pessoa com rendimentos até 2.700 euros mensais – pagamento único em outubro; 50 euros por criança ou jovem para todos os dependentes até aos 24 anos – pagamento único em outubro; 50% de pensão extraordinária para todos os pensionistas com atualização de pensões – pagamento único em outubro; IVA da eletricidade passa de 13% a 6% nos primeiros 100 kWh (proposta a ser discutida em Assembleia da República); menos 10% na conta do gás – poupança mínima para um casal com dois filhos (consumidor-tipo) com a transição para o mercado regulado.



Preciosa Dias,
Espinho

1 – A pouca coisa que a gente recebe não dá para nada. Deviam dar mais atenção àquilo que as pessoas estão a passar. Está tudo cada vez mais caro e o que se recebe não dá para nada! Como é que se pode viver assim?! O que é a gente vai fazer?! Não é a gente que manda...

2 – Vamos lá ver se vai melhorar ou não! Mas, assim, não tenho esperanças que vá melhorar. Está difícil para quem tem filhos menores e está também difícil para quem vive sozinho. Aumenta tudo, mas não aumentam os apoios como as pessoas precisam, como, por exemplo, eu que vivo sozinha. É assim a vida! A gente, como eu, não chateia

ninguém, mas podiam ajudar mais quem, de facto, precisa. Antigamente, a vida também era muito difícil para as famílias. Éramos 9 irmãos e com os meus pais éramos 11 em casa. Eram outros tempos em que se trabalhava a terra. ●



Carlos Machado
Espinho

1 – Justifica-se sem qualquer dúvida. Tudo pode ser pouco ou muito, mas nesta situação não chega. A vida está muito difícil e as famílias, que pouco ou nada têm, sentem cada vez mais dificuldades. A vida está muito cara. E assim torna-se muito difícil para as pessoas fazerem face às dificuldades e ao constante aumento dos preços.

2 – Eu acho que não vai melhorar. As coisas estão a piorar. Tenho que ser realista aos 68 anos, como tenho sido ao longo da vida: isto não vai melhorar. Não vai, não! ●



Maria Rosa Sousa
Espinho

1 – Há pessoas que precisam mesmo de apoios financeiros e materiais, mas há quem ande por aí a pedir e depois ande bem vestido e a comer em restaurantes. Até há quem se ponha em cadeiras de rodas a fazer de conta que precisa. Até põem os pais em cadeiras de rodas e depois vão aos melhores cabeleiros. Há pessoas que não gostam de trabalhar. Mas, infelizmente, há quem precise de ser ajudado e a vida não está fácil!

2 – Se hoje as coisas estão a piorar, amanhã também não vão estar melhores... ●



Maria da Graça,
Carvalhos

1 – Não chega para quem ganha pouquinho. A situação é bastante difícil. A vida não está fácil e as associações de apoio e quem precisa têm cada vez mais atividade.

2 – Receio que a situação não melhore tão cedo. Não sei como vai ser daqui a pouco ou muito tempo... ●

1. Como avalia os apoios anunciados pelo Governo para as famílias na atual conjuntura socioeconómica?

2. O futuro será mais risonho?

POSTAS DE “SARDINHA”



Escreva-nos!
A sua opinião importa.

Indique nome e morada, bem como o seu contato, e envie os seus comentários ou sugestões para redacao@defesadeespinho.pt. O DE reserva-se o direito de seleccionar e eventualmente reduzir os textos.



opinião
Cláudia Brandão

A vida são dois dias. Mas o luto são três.

A vida são dois dias, o luto são três, e as transmissões televisivas com pivots e repórteres com voz embargada são intermináveis. O nosso Jorge Sampaio levou com um dia de luto e já foi com sorte. Assim como as vítimas da Covid-19, mas essas vamos esquecer facilmente.

Os britânicos estão de luto depois da morte da Rainha Isabel II. Quer dizer, nem todos os britânicos estão de luto pela morte da monarca que mais tempo esteve no “trono”. Como aliás - viu quem quis - mostraram as várias imagens de malta que é absolutamente contra esta coisa arcaica (para não dizer ridícula) de ainda haver monarquia. Mas esses, os dos cartazes a dizer que ninguém elegeu aquela malta, foram detidos. Um perigo para a sociedade dos privilégios instalados. Não é que todos os britânicos idolatrem a coroa. É que, pelos vistos, os que pensam por si, não podem pensar de forma contrária à máquina real. Quem for contra a existência da coroa está a dividir o país. Porque aquilo é uma democracia, mas já se sabe quem manda.

Consideramo-nos evoluídos e olhamos para os dias de hoje e gostamos de engrandecer a ideia de que somos contemporâneos, que a sociedade vive hoje respeitadora da soberania dos Estados e porta-estandarte da democracia (quer dizer, menos os russos na Ucrânia e os americanos (mais os netos de sua majestade no meio das tropas) no Iraque e no Afeganistão, mas isso são outros temas). Mas continuamos a celebrar aqueles que representam o domínio imperial, a colonização, a escravatura. Nada como uma boa história de rainhas e princesas para fazermos de conta que

isso não teve relevância, e muito menos consequências. Príncipes acusados de abusos sexuais? Quase soa a romance literário, na verdade. Onde é que já vimos todo este branquear de atrocidades, floreado com conceitos de conquistadores e difusores da civilização? Nos livros da nossa própria História, que mostram o Brasil, Angola, Moçambique como lugares onde fomos pregar os (nossos) bons costumes, e impor a nossa realidade e forma de vida.

Estes três dias de luto nacional mostram como ainda não estamos preparados para trazer à luz o nosso próprio papel como país colonizador, explorador, usurpador.

Diz, quem não nega, que os atos de “ensinar boas maneiras” aos nativos, a exploração dos recursos de países como a Índia, os campos de trabalho escravo, as torturas perpetradas por militares, a repressão a homossexuais, a desculpabilização de criminosos são coisas do passado. Ou pior, inventadas.

E, claro, é pleno de sentido celebrar o “mais longo governo, reinado (o que lhe queiram chamar) da História”. Sim, daqueles conquistados por mérito, sufrágio e escrutínio contínuo. Ah não foi desses? É que a mim parece-me até de valor celebrar quem consiga a proeza de viver até aos 96 anos, claro que sim. Agora, ter estado no trono por 70 anos? Lá está, sem ir a eleições, a única proeza de Isabel II foi manter-se viva. Sem ir a votos pelo povo é fácil.

É claro que, dir-me-ão, mesmo que fosse a eleições, os britânicos têm uma adoração tal pela figura que lhe dariam uma esmagadora maioria absoluta. Sim, há muitos



países assim, onde se vota com base em propaganda, em lavagens da imagem e camuflagem ou distorção de eventos. Ditadores desse tipo, com anos de governo, também não faltam.

A rainha de Inglaterra, líder da Commonwealth, teria hoje poderes mais limitados. Terá mesmo? Na teoria, sim. No papel, com certeza. Mas e a influência, também é mito? Pode não governar, mas manda muito. A serventia que tem hoje não justifica o perdão pelo que fez. Vendeu o projeto colonial, o racismo justificado e há quem continue a apelidar isso de grande feito.

Espanta-me que os britânicos, que se pizgaram da União Europeia fartos de ver países menos

ricos a beneficiar da pertença de um país rico como o Reino Unido, achem normal sustentar uma família real. Ver tanta riqueza, tanto privilégio, tanta mordomia, ouro, palácios, coches e sei lá mais o quê, numa relação com a balança pouco ou nada equilibrada.

Espanta-me que prefiram ignorar como, diz o The Guardian, numa lei sobre transparência financeira para empresas, foi acrescentada uma cláusula por exigência do advogado da rainha, de forma a ocultar do público a riqueza privada “embaraçosa” de Isabel II. Ou que foi modificado um projeto de lei, ainda este mês, para que a rainha se tornasse a única pessoa na Escócia que não está obrigada a facilitar, nas suas terras, a construção de infraestruturas para

aquecimento de edifícios usando energia renovável.

E também não há cá polícia a entrar nas propriedades privadas da rainha sem a sua permissão, nem sequer para investigar crimes contra a vida selvagem ou por poluição ambiental

Pormenores. Apenas alguns de entre 160 isenções personalizadas para que a rainha, enquanto cidadã privada, não tenha de cumprir determinadas partes da lei britânica. Alguns vêm – obviamente, de tempos medievais, quando os reis eram (eram?) absolutos e intocáveis, mas outros são bem modernos.

A morte de Isabel II é o fim de uma era. Esperamos que seja o princípio do fim da monarquia, dos privilégios. Ainda temos uns aninhos do filho - aquele cuja única coisa que fez a vida toda foi esperar até ao dia em que seria rei. E agora vai fazer exatamente o mesmo nada, mas com uma coroa na cabeça - e pode ser que esta fantochada se vá diluindo e perca o “glamour”, a devoção cega e assustadora.

Que os três dias de luto nacional tenham sido pelas vidas, e futuros ainda para lá da velhinha com ar simpático, sentido de humor e que gosta muito de cãesinhos (de raça, não há cá rafeiros) e de nós, que o regime imperial destruiu. Lamentamos sempre a morte, mas lamentamos todas por igual. Longa vida ao povo e a quem por ele luta. Não quem dele abusa.

Estes três dias de luto nacional mostram como ainda não estamos preparados para trazer à luz o nosso próprio papel como país colonizador, explorador, usurpador. Para admitir como isso não nos torna “heróis do mar”, nem uma “nação valente e imortal”. Para passar da narrativa do mundo desenvolvido a trabalhar para a prosperidade do mundo subdesenvolvido para a assunção de que fomos - e somos - um país que explora e tantos ainda são os explorados do nosso privilégio. ●



opinião
Paulo Leite



Será isto, Espinho Melhor?!!

No início deste mandato, marquei como objetivo pessoal, fazer uma correta e leal oposição, pois o mais importante é o interesse dos cidadãos e não as pequenas jogadas políticas que infelizmente pululam na mente de muitos.

Previ que seria para o novo executivo um mandato fácil, pois a conclusão das obras em curso traria a possibilidade de inúmeras inaugurações. Tinha todos os ventos favoráveis e, sabendo honrar a herança recebida, só teria a beneficiar.

Mas não foi isso que aconteceu.

Das promessas fáceis que fez e não cumpriu, até ao aproveitamento do trabalho de outrem, de tudo se tem visto.

A cidade está mais caótica, suja e sem vida, os jardins estão num estado deplorável, nunca se viu tanto lixo nas ruas e as reclamações e reparos apresentados à gestão autárquica em apenas 11 meses de governação são múltiplas.

Os atrasos nos projetos em curso são disparatados. Ou estão parados, ou arrastam-se indefinidamente sem qualquer explicação.

Não me lembro de tanta falta de animação num período de verão em que tanto somos procurados e visitados. A imagem que passamos não abona em nosso favor.

A título de exemplo, vejamos o que este executivo deitou por ter-

ra, de tudo aquilo que outros tentaram construir durante os últimos 12 anos:

- Espinho Cidade Encantada; Sem Espinhas; Espinho Vive a Semana Santa; Espinho Surf Destination; Festival Oito24; Concertos na Alameda; Réveillon de Verão, Tradições do Mundo - Festival Internacional de Folclore entre tantos outros.

Mas o mais gritante foi o desperdício de três anos de trabalho do executivo anterior social democrata para obter financiamentos para a rua 19, (entre as ruas 20 e a 8) substituindo as condutas de água e restantes infraestruturas obsoletas e quase centenárias, reabilitando também o espaço público.

O desperdício de água que é suportado pelo erário público, apesar de fortemente reduzido nos anteriores mandatos, é ainda passível de ser contabilizado em mais de 25%. No entanto, este executivo decidiu anular e perder milhões de euros já garantidos para essa obra estrutural ser concretizada.

Vive-se de vídeos e anúncios sem consequências práticas, à boa maneira do Partido Socialista. Exemplos disso não faltam, mas a questão da promessa de uma nova extensão de saúde a instalar na Marinha é para mim, muito relevante. A população necessita

e merece essa atenção. Não apenas de promessas.

À falta de capacidade de realização do que se prometeu, de cada vez que podem aproveitar-se de algo, fazem-no sem qualquer tipo de dificuldade.

A título de exemplo:

- O Grupo Tagar vai construir no concelho de Espinho, na freguesia de Paramos, um centro empresarial. Esta é uma excelente notícia que resulta também do trabalho do executivo do PSD na Câmara Municipal.

- Ou então, a constituição da Estação Náutica de Espinho, que será certificada junto da Associação Economia do Mar - Fórum Oceano, permitindo que Espinho integre a rede de estações náuticas de Portugal.

- Ou então ainda, anunciar que apresentaram uma proposta de alteração do PDM decorrente da necessidade de conformação do regulamento com o regime do POC, com honras de foto com ministro, e que tinha sido apresentado e ficado em fase de conclusão pelo executivo PSD, tal como foi dito no passado dia 6 de julho numa sessão de esclarecimento promovida pela autarquia.

Estes são apenas três dos casos que comprovam o excelente trabalho realizado pelo anterior executivo social democrata de uma forma séria, competente e profissional. Como não se vê no atual executivo.

Só faltava, agora, o presidente da Câmara, trazer para ele, e apenas para ele, os créditos de tais investimentos e iniciativas quando, das promessas que fez, nada se vê.

Mas foi precisamente isto que fez e, infelizmente, por falta de iniciativa, faz constantemente.

Isto não é, definitivamente, Espinho Melhor! ●

Os factos vistos à lupa

Uma parceria com o Instituto +Liberdade

Perda de poder de compra das famílias

Enquanto o Estado atinge níveis recorde de receita fiscal à boleia da inflação (+5 mil milhões de euros no 1.º semestre), as famílias portuguesas perdem bastante poder de compra, que é apenas parcialmente compensado pelos apoios imediatos anunciados pelo governo.

Recentemente foi anunciado o pacote de apoios às famílias prometido pelo primeiro-ministro em julho. O Governo, num Conselho de Ministros extraordinário, aprovou várias medidas, sendo que as que terão um impacto imediato (a pensão extraordinária no valor de 50% da pensão mensal, o cheque de 125 euros por pessoa até aos 2.700 euros de rendimento mensal bruto e o cheque de 50 euros por cada dependente até 24 anos) estão orçadas em 1.840 milhões de euros.

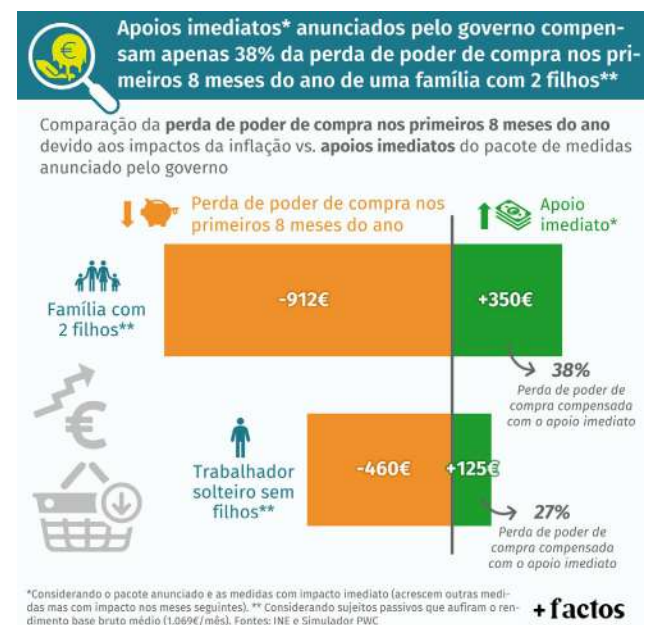
No entanto, os apoios anunciados pelo Governo são escassos para que as famílias consigam fazer frente ao acentuado aumento do custo de vida, apesar do Estado registar aumentos históricos na receita fiscal.

Se considerarmos uma família com 2 filhos dependentes (com os pais a auferir o rendimento base bruto médio - 1.069 euros mensais), o impacto da subida generalizada dos preços no rendimento líquido nos primeiros 8 meses do ano foi de 912 euros. No entanto, apoio imediato que o Estado irá proporcionar a este indivíduo é de apenas 350 euros (125€ por cada pai trabalhador e 50€ euros por cada filho), ou seja, 38% da perda de poder de compra perdido. Em termos líquidos, há uma perda de poder de compra de 562 euros (até ao final do ano o valor acumulado de perda de poder de compra ainda irá crescer).

Se considerarmos um sujeito passivo solteiro sem filhos que aufera o rendimento base bruto médio, o impacto da subida generalizada dos preços no rendimento líquido nos primeiros 8 meses do ano foi de 460 euros. No entanto, o apoio imediato que o Estado irá proporcionar a este indivíduo é de apenas 125 euros, ou seja, 27% da perda de poder de compra perdido. Em termos líquidos há uma perda de poder de compra de 335 euros.

As contas revelam que os apoios estatais concedidos às famílias ficam muito aquém do impacto real que a inflação tem tido no bolso dos portugueses. Além disso, estes apoios correspondem, na prática, à devolução de apenas uma pequena parte da receita fiscal adicional que, à boleia da inflação, o Estado conseguiu capturar aos contribuintes.

André Pinção Lucas e Juliano Ventura
19 de setembro de 2022



necrologia

† Joaquim Alves de Sá

AGRADECIMENTO E MISSA DE 7.º DIA



Sua esposa, filhos, nora, genro, netos 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. A missa de 7.º dia será celebrada terça-feira, dia 27 de setembro, pelas 19 horas na Igreja Paroquial de Anta.

A família desde já agradece.

Anta, 22 de setembro de 2022

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

† Joaquim Alves Moreira (Restaurante Casa Quim)

MISSA DE 9.º ANIVERSÁRIO DE FALECIMENTO



Guetim / Grijó

“Meu querido marido, amor da minha vida. Dez anos de eterna saudade, em que todos os dias és recordado com muito amor, ternura e carinho. Foste e serás sempre amado. Vives nos nossos corações.”

Agradecemos a presença de todos os que quiserem juntar-se a nós na Eucaristia que será celebrada dia 25, domingo, pelas 9:30 horas, na Igreja Paroquial de Guetim.

Descansa em paz, junto do teu querido filho João Paulo. Tua esposa, filha, neta, restante família e amigos.

Guetim, 22 de setembro de 2022

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

† Isilda Susana

29 ANOS DE SAUDADE (27-09-1993)



*Assim na Terra como no Céu
Reza a gente ao Senhor
A morte é triste e cruel.
Que nos deixa com tanta dor.
Tua mãe que não te esquece*

Missa do 29.º aniversário do seu falecimento

Será celebrada missa por sua alma, dia 27, terça-feira pelas 19 horas na Igreja Paroquia de Anta. Desde já agradeço a quem puder comparecer.

† Manuel Fernandes

MISSA DO 1.º ANIVERSÁRIO



Sua esposa, filho, nora e netos vêm participar às pessoas das suas relações e amizade que na passagem do 1.º aniversário do falecimento do seu ente querido, será celebrada missa por sua alma dia 27, terça-feira, pelas 19 horas na Igreja Paroquial de Anta.

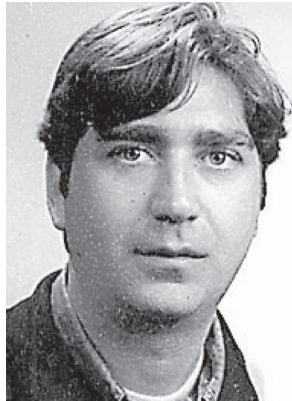
Antecipadamente agradecemos a todos que se dignem assistir a esta Eucaristia.

Anta, 22 de setembro de 2022

Maria Ermelinda – esposa
Ricardo Jorge – filho
Sónia Cristina – nora
Guilherme – neto
Gonçalo – neto
Mafalda – neta

† Freddy Ricardo

26/09/1997 - MISSA DO 25.º ANIVERSÁRIO



Anta - Espinho

*“Quando o amor é verdadeiro,
nenhum adeus é eterno. É
apenas, um até já.”*

Lembramos com saudade o nosso ente querido. Mandamos celebrar Missa, pela sua alma, dia 27, terça-feira, pelas 19 horas na Igreja Paroquial de Anta. Agradecemos a todos quantos se dignem comparecer a esta Eucaristia, em memória do Freddy.

† Joaquim Milheiro da Silva Rocha

MISSA DE 14.º ANIVERSÁRIO DE FALECIMENTO



Anta

Seus filhos, noras, genro, netos e demais família vêm, por este meio, comunicar às pessoas das suas relações e amizade que será celebrada missa por alma do seu ente querido, dia 27, terça-feira, pelas 19 horas, na Igreja Paroquial de Anta. Desde já agradecemos a todos quantos participem na Eucaristia.

Anta, 22 de setembro de 2022

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

† Manuel Pinto [Manel das Bicicletas]

AGRADECIMENTO



A família vem por este meio agradecer a todos que se dignaram a tomar parte no funeral do seu ente querido e missa de 7.º dia ou que de outro modo se associaram à sua dor.

Espinho, 22 de setembro de 2022

Fun.ª N.ª S.ª D'Ajuda – Sancebas – Rua 20 n.º 918 Espinho – Servilusa [Tlf. 227345129 - 917738092]



† GLÓRIA GOMES DE SÁ

MISSA DO 23.º ANIVERSÁRIO DO FALECIMENTO

Viúva de António Cadinha

Sua filha e netos, vêm por este meio, participar que será celebrada missa por sua alma, dia 23, sexta-feira, pelas 19 horas, na Igreja Paroquial de Anta. Desde já agradecemos a quem comparecer.

† Alcino da Costa Tavares

MISSA DO 20.º ANIVERSÁRIO DO FALECIMENTO



Sua esposa e filhos vêm, por este meio, comunicar que será celebrada missa, por alma do saudoso extinto, dia 23, sexta-feira, pelas 19 horas, na Igreja Paroquial de Anta. Desde já agradecemos a quantos possam participar nesta celebração.

Espinho, 22 de setembro de 2022

† Pedro Samuel Miranda Relvas

20-09-2022



*11 anos
de saudade,
de um amor
que ficou
para sempre.*

Teus pais,
Raquel e Samuel

Irmã,
Mariana

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 22	Farmácia Mais Rua 19, n.º 1412 - Anta	227 341 409
sexta 23	Farmácia Machado Av.ª Central Sul, 1275 – Paramos	227 346 388
sábado 24	Farmácia de Anta Rua Tuna Musical, 907 - Anta	227 341 109
domingo 25	Farmácia Teixeira Centro Comercial Solverde/1 - Av. 8 - Espinho	227 340 352
segunda 26	Farmácia Santos Rua 19, n.º 263 - Espinho	227 340 331
terça 27	Farmácia Paiva Rua 19, n.º 319 - Espinho	227 340 250
quarta 28	Farmácia Higiene Rua 19, n.º 395 - Espinho	227 340 320

OS NOSSOS CLASSIFICADOS

APARTAMENTOS T0, T1, T2 e T3. Totalmente equipados, com TV Cabo mais Sport TV, telefone, garagens, limpezas. Rua 62, n.º 156. Tlf. 227310851/2 - Fax 227310853

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

defesa-ataque

ANDEBOL

CDC Oleiros quer lutar pela manutenção e apostar nos jovens



© FRANCISCO AZEVEDO

REPORTAGEM. COM O INÍCIO DO CAMPEONATO DE ANDEBOL À PORTA, LUÍS SOUSA, TÉCNICO DO CDC S. PAIO DE OLEIROS, MANUEL SOUSA, ATLETA DO CLUBE E ALBERTO GANICHO E MANUEL AMORIM, RESPONSÁVEIS PELOS SENIORES, FAZEM A ANTEVISÃO A UMA ÉPOCA QUE SE AVIZINHA DURA, MAS COM TOTAL CONFIANÇA NO GRUPO.

RICARDO SÁ

DEPOIS DE TRÊS MESES de paragem, o Centro Desportivo e Cultural (CDC) de S. Paio de Oleiros está de regresso à competição. Após uma época atípica, onde o plantel foi assolado por várias lesões graves, o clube do concelho de Santa Maria de Feira volta a jogar no sábado, dia 24, às 18 horas, em Estarreja, numa partida a contar para a primeira jornada da 2.ª Divisão do Campeonato Nacional de seniores.

"Para a nova época o objetivo passa por garantir a manutenção na 2.ª Divisão", referiu Luís Sousa, o treinador do CDC Oleiros, acrescentando ainda que "este ano vai ser jogo a jogo" e que, no final, se vai ver "quem se consegue safar". Ainda assim, o técnico garante que "todas as perspetivas, tanto da equipa técnica como da estrutura diretiva, estão a ser cumpridas".

Nesta nova temporada, o clube dá continuidade à aposta na formação, sendo este o principal mote na construção do plantel. Segundo Luís Sousa, "o projeto do clube só fará sentido se houver uma grande

aposta na formação", caso contrário "não terá pernas para andar".

Em relação ao primeiro jogo do campeonato, o técnico refere que a equipa vai encontrar um "adversário difícil, com jogadores com muita experiência e também com alguma rotina na 1.ª Divisão", mas garante que o objetivo terá que ser sempre a vitória.

Manuel Sousa, atleta do Oleiros e que conta também com passagem pelo Sporting Clube de Espinho e pelo Futebol Clube de Gaia, refere que, apesar do objetivo para este ano ser assegurar a manutenção, "dentro de cada jogador há a ambição de querer ganhar todos os jogos". Em relação à época transada, o jogador admite que foram meses complicados, depois de sete jogadores do plantel terem estado muito tempo lesionados, "o que, parecendo que não, faz uma grande diferença na equipa". Para além disso, assume ainda que a química de balneário da equipa foi afetada por estas baixas no plantel e que esta é uma das questões a melhorar nesta nova temporada.

Sendo um dos jogadores mais velhos na equipa, Manuel Sousa ad-

mite que, para além de ajudar na integração dos atletas mais jovens no plantel, procura "ajudá-los também nos treinos e tentar adaptar aquilo que são os princípios gerais, defensivos ou ofensivos".

Por fim, Manuel Sousa diz ainda que "a pré-época foi muito bem conseguida a nível físico", mas que irão continuar a trabalhar nas rotinas de balneário, algo que "nunca está limado ao pormenor no início do campeonato", para conseguirem "fazer uma equipa sólida" e atingirem o objetivo proposto.

Criar fortes laços com a sociedade local

Alberto Ganicho, um dos responsáveis pela secção de andebol seniores do CDC Oleiros, garante que o objetivo também passará pela manutenção, visto que a nova 2.ª Liga, que irá ser criada, não lhes interessa porque "terá despesas absolutamente incontroláveis e que a maior parte dos clubes não terá condições para as suportar". Desta forma, o dirigente admite que o clube tem de saber "onde está, onde quer estar e com as condições que quer estar". Assim, Manuel Amorim, o outro responsável pela secção, considera que a formação tem um papel importantíssimo, devido às condições financeiras que o clube atravessa no momento. Desta maneira, é importante ter "um treinador que consiga coordenar todos os escalões", para além de vários

atletas mais jovens subirem de escalão para terem "maior rotação e serem mais capazes de aguentar o choque". Ainda assim, é importante juntar a estes jogadores, atletas mais experientes, visto que irão "seguir o exemplo dos mais velhos".

Para além dos resultados desportivos, a verdade é que um dos grandes objetivos dos responsáveis do CDC Oleiros passa também por voltar a "criar laços fortes entre a sociedade local e o clube", adianta Alberto Ganicho. Desta forma, o futuro passa também por desenvolver as infraestruturas, para além de "ter atividade permanente de forma a poder trazer mais pessoas", incluindo a construção de um pequeno campo relvado de futebol. Ainda assim, esta dinamização irá ser feita "passo a passo", evidencia o dirigente.

Devido à pandemia da Covid-19, o clube perdeu muitos atletas da formação e, desta forma, nos próximos meses vão ainda ser feitas captações nas escolas do Município de Santa Maria de Feira "de forma a trazer mais atletas" a um clube que é "conhecido por sempre ter tido uma formação interessante", depois de terem sido campeões nacionais várias vezes em diferentes escalões.

Por fim, os dois responsáveis pelo CDC Oleiros garantem que o grupo está muito focado neste início de época, referindo que o clube tem "um bom plantel" e que "agora é só trabalhar". •



“

Este ano vai ser jogo a jogo e no final vamos ver quem é que se vai conseguir safar”
Luís Sousa, treinador



“

Dentro de cada jogador há a ambição de querer ganhar todos os jogos”
Manuel Sousa, jogador



“

Um dos grandes objetivos do CDC Oleiros passa, também, por voltar a criar laços fortes entre a sociedade local e o clube”
Alberto Ganicho, dirigente do CDC Oleiros



FUTEBOL

Tigres conquistam Taça Comendador Manuel de Oliveira Violas

No seu regresso ao clube, Wilson Rodrigues inaugurou o marcador e o novo defesa brasileiro, Dimitri fechou a contagem. O SC Espinho saiu vitorioso da Taça Comendador Manuel de Oliveira Violas, batendo a AD Nogueira da Regedoura por 2-0 num jogo que serviu de apresentação para ambas as equipas e que decorreu na casa emprestada aos espinhenses.

MANUEL PROENÇA

A UMA SEMANA do arranque do campeonato, com a primeira jornada marcada para as 15 horas de domingo, em Canedo, o SC Espinho, em versão distrital para a presente temporada, levou a melhor sob a 'amiga' AD Nogueira da Regedoura e arrecadou a Taça Comendador Manuel de Oliveira Violas. Um jogo numa nova e temporária casa, o Parque de Jogos Joaquim Domingues Maia, em Nogueira da Regedoura, que contou com a presença de alguns adeptos e da carismática claqué espinhense, os Desnorteados e que serviu, também, para a apresentação de muitas das caras novas que estarão à disposição do nove técnico espinhense, Fábio Paquete.

A equipa espinhense assumiu, desde logo, as despesas do encontro e o avançado Wilson Rodrigues marcou, fazendo jus ao jogo realizado, até então, pela sua equipa.

No segundo tempo, os tigres ampliaram e chegaram ao segundo, por Dimitri, um jovem defesa de 22 anos que veio do Beira-Mar.

No final do encontro, o técnico espinhense, Fábio Paquete, mostrou-se satisfeito com o resultado que a equipa obtivera e com a conquista do troféu. No entanto, admitiu que ainda há aspetos a corrigir. "Continuamos a trabalhar para melhorar", uma vez que "a equipa é nova", assim como as ideias que pretende implementar.

Fábio Paquete evidenciou o facto de a sua equipa não ter sido derrotada ao longo da pré-temporada e garantiu que os tigres irão chegar ao primeiro jogo do campeonato, no próximo domingo, "mais competitivos".

No final do torneio, o presidente da direção do SC Espinho, Bernardo Gomes de Almeida entregou o troféu em disputa a Melecas, que foi o jogador dos espinhenses que terminou o jogo com a braçadeira de capitão. ●

PLANTEL 2022/23		Nº
MIGUEL BORGES	GUARDA-REDES	1
DIOGO SANTOS	GUARDA-REDES	12
VAREIRO	DEFESA	2
RICARDO ALMEIDA	DEFESA	3
VÍTOR FONSECA	DEFESA	4
MALECAS	DEFESA	5
RAÍ PINTO	DEFESA	14
DIMITRI	DEFESA	16
ROGER RAMOS	DEFESA	20
PAULO CRUZ	MÉDIO	6
DIOGO BELINHA	MÉDIO	8
LUCAS LIMA	MÉDIO	10
JOÃO RICARDO (C)	MÉDIO	15
DIDA	MÉDIO	18
LUKA OLIVEIRA	MÉDIO	25
TIAGO SILVA	AVANÇADO	7
BETINHO	AVANÇADO	9
SIMÃO HENRIQUES	AVANÇADO	11
GUGA	AVANÇADO	17
WILSON RODRIGUES	AVANÇADO	19
GUILHERME CORDEIRO	AVANÇADO	23

Melecas recebeu do presidente do SC Espinho o troféu de vencedor do torneio



VOLEIBOL

Toninho Cup junta centenas de atletas



Os responsáveis pelo voleibol do SC Espinho entregaram a António Octávio (Toninho), o centro, uma placa alusiva ao torneio

MANUEL PROENÇA

CENTENAS de jovens e de crianças, rapazes e raparigas, preencheram um fim de semana em grande na edição de 2022 do Toninho Cup. O torneio que já é uma referência no voleibol nacional é, não só uma homenagem à figura do carismático dirigente dos tigres, mas uma verdadeira promoção da modalidade.

A Nave Desportiva Municipal esteve completamente preenchida com jogos de voleibol naquela que foi uma homenagem ao "Senhor Voleibol", Toninho (António Octávio) uma referência para o dirigismo e, sobretudo, para a modalidade.

O torneio, organizado pelo SC Espinho, contou com a presença de 15 clubes com cerca de meia centena de equipas e aproximadamente 400 atletas nos escalões de infantis, iniciados, cadetes, juvenis e juniores, no masculino e no feminino que,

desta forma pretenderam associar-se a esta homenagem que se presta anualmente a António Octávio.

Dois anos após a pandemia, a prova regressou em força, mas a secção de voleibol alvinegra já deu nota de que pretende reforçá-la na próxima temporada com a presença de mais clubes e de mais atletas.

Entretanto, está já na calha o Torneio Cidade de Espinho que irá decorrer a partir de sexta-feira para o escalão de seniores masculinos e que irá envolver as equipas do SC Espinho, Académica de Espinho, Académica de S. Mamede e Esmoriz GC e no feminino com as tigres, o GC Vilacondense e a Académica de S. Mamede.

Esta prova abrangerá, também, os escalões de sub21 masculinos com o SC Espinho, Académica de Espinho, Esmoriz GC e Ala Gondomar e os masters masculinos e femininos. ●

Especialidade em Peixe de Mar

Os Melinhos

Restaurante Marisqueira

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

domus

CUIDADOS DE SAÚDE AO DOMICÍLIO

Espinho

+351 22 766 39 67

CLÍNICA MÉDICA

DR. JOAQUIM MENDES & FILHA, LDA

CONTINUA EM ATIVIDADE NA RUA 14, Nº 448
E EM EXPANSÃO DO SEU CORPO CLÍNICO

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

defesa-ataque

GOLFE

Miguel Montenegro vence Skeffington Cup, o troféu mais antigo do mundo



O espinhense Luís Miguel Montenegro foi o grande vencedor da 131.ª Skeffington Cup, a taça de golfe mais antiga do mundo e que é jogada, ininterruptamente, no Oporto Golf Club. Montenegro venceu a prova com 69 pancadas (seis pancadas acima do par), mais uma do que o segundo classificado, o seu companheiro de clube, António Pinheiro Almeida e levou o seu nome ao painel onde constam os restantes 130 vencedores da prova. Sheila Ying, do Estela GC, venceu a prova feminina.

MANUEL PROENÇA

A SKEFFINGTON CUP (no masculino), em conjunto com a Taça Hellen Kendall (feminino), reuniram mais de duas centenas de participantes em dois dias de competição, contando com jogadores de diferentes nacionalidades e de vários clubes. Só na Skeffington Cup estiveram presentes na final de domingo 92 jogadores.

Miguel Montenegro, que recentemente arrecadou o título de campeão nacional por equipas pelo Oporto Golf Club, enquanto capitão, conquistou um dos mais ambicionados troféus do seu clube e o mais antigo do mundo, a Taça Skeffington. O jogador espinhense conseguiu, deste modo, colocar o seu nome na placa dos vencedores daquele importantíssimo troféu.

A prova feminina, Taça Hellen Kendall que decorreu em simultâneo com a Skeffington Cup foi ganha por Sheila Ying com o total de 70 pancadas, menos uma do que Catherine Leão, jogadora do OGC que ocupou o segundo lugar.

"Conquistar esta taça foi, para mim, uma alegria enorme porque estamos a falar da taça mais antiga do mundo que é jogada sem interrupção e são 131 anos de história", disse Luís Miguel Montenegro à Defesa de Espinho, após esta sua vitória.

"Tive a felicidade de alcançar o apuramento, o que não foi fácil, pois consegui passar à tangente. No entanto, no domingo, tive um bom dia de golfe", explicou o vencedor da edição deste ano da Skeffington Cup, sublinhando que esta taça "é a que

“

Conquistar esta taça foi, para mim, uma alegria enorme porque estamos a falar da taça mais antiga do mundo que é jogada sem interrupção e são 131 anos de história"
Luís Miguel Montenegro

tem mais tradição no OGC" e que, por isso, "foi um prazer enorme vencê-la".

O percurso de Miguel Montenegro na Skeffington Cup não foi nada fácil. "Quando concluí a prova pensei que o resultado não seria o suficiente para a vencer", admitiu o jogador do OGC. Mas, a verdade é que foi dos primeiros a terminar uma vez que as saídas foram por *handicaps*.

"A manhã de domingo não foi fácil porque estava vento de leste", constatou Miguel Montenegro sublinhando que na prova "todas as pancadas contam" e que, por isso, está "muito contente" com a vitória.

Miguel Montenegro, não obstante o seu *handicap* 8, confessa que pratica o golfe "por prazer", mas assume que procura ganhar as provas em que participa.

Por outro lado, o jogador do OGC sente-se muito feliz com os prémios que estiveram associados à Skeffington Cup. "No sábado à noite, durante o jantar no Casino Espinho, tive a felicidade de ter sido contemplado, por sorteio, com o prémio mais

apetecível, que é uma viagem em classe executiva, para duas pessoas, pela Turkish Airlines a qualquer destino da Turquia e ao vencer a Skeffington Cup ganhei uma estadia de uma semana num resort na Grécia, com golfe".

Além de tudo isto, Miguel Montenegro considera que o mais importante foi ter conseguido inscrever o seu nome na placa da prova que se encontra na parede do Oporto Golf Club.

Miguel Montenegro diz que, agora, irá colocar esta taça junto a todos os troféus que tem em sua casa. Embora o seu desejo seria ter lá todas as taças do seu clube, o golfista espinhense vai tratar de forma especial a Skeffington, colocando-a em "lugar de destaque" na sua vitrina.

Miguel Montenegro faz questão de dedicar este troféu à sua família, mulher e filhos. "Passo imenso tempo no golfe e é a minha família que mais sofre com a minha ausência. Mas como a minha mulher e os meus filhos já praticam golfe, tudo está mais fácil", disse Miguel Montenegro que tem mais ambições, relacionadas com a participação da equipa do OGC, da qual é capitão, no Campeonato Europeu que irá decorrer em outubro próximo, em Troia. "Gostaria de vencer essa prova, o que nos deixaria, a todos, muito orgulhosos", superando, desse modo o sexto lugar já alcançado pelo seu clube. ●

FUTEBOL DISTRITAL 1ª DIVISÃO

GD Ronda joga em Argoncilhe para o campeonato

O GD RONDA vai disputar o primeiro jogo na 1.ª Divisão Distrital, na Zona Norte, no próximo domingo, em Argoncilhe, ante a equipa local, às 15 horas.

Nesta reta final de preparação, a equipa guetinense, sob o comando de Carlos Camarinha, venceu o União da Mata por 5-1 e perdeu com o SC Esmoriz por 2-1, concluindo seis semanas de trabalhos.

Os guetinenses anunciaram a contratação do defensor Ângelo Zenha, de 35 anos, jogador oriundo da formação do SC Espinho e que na última temporada representou os Leões Bairristas, para um plantel que irá contar com 23 atletas. ●

ATLETISMO

Cerdeirinha regressa em força

O ATLETA DO GD RONDA, Pedro Cerdeirinha, alcançou a oitava posição na 7.ª Corrida do Porto de Leixões e foi o segundo melhor no escalão M/35.

Tratou-se de um regresso, em grande, do atleta guetinense, ao fim de três meses de ausência por lesão.

Nesta prova de 10 quilómetros, realizada em Matosinhos, o atleta do GD Ronda, Luís Costa foi o 36.º classificado no escalão M/35.

Entretanto, no domingo, Luís Guimarães representou o GD Ronda na Meia Maratona do Porto e completou os 21 quilómetros da corrida em 1h45m30, chegando na 141.ª posição do escalão M/35.

Nesta prova portuguesa participaram mais de mais de três mil e 300 atletas. ●

CICLISMO

Carlos Martins chega ao pódio

O CICLISTA do GD Ronda, Carlos Martins, subiu ao mais alto lugar do pódio na categoria de Elites Masculinos, após ter sido o sexto da classificação geral no Grandfondo de Monção e Melgaço.

O guetinense José Costa, nesta mesma prova, foi o quinto melhor em Master 40, concluindo o percurso no 16.º lugar da classificação geral. Entretanto, na variante do BTT, em São Miguel de Souto, concelho de Santa Maria da Feira, André Melo chegou no 11.º lugar sendo o quarto melhor em Master 35 na 8.ª Rota de Souto.

André Melo andou sempre nos primeiros lugares, nesta prova de 45 quilómetros, de elevada dureza e que foi percorrida debaixo de intenso calor. ●

OFF. BOM FIM DE SEMANA

Património, natureza e espumante: um breve roteiro por Tarouca



Setembro é mês de colheitas e (ainda) de festas religiosas. Tarouca combina as duas coisas, com a romaria em honra de S. Miguel a servir de pretexto para conhecer esta vila histórica, onde o património medieval e o vinho ocupam lugar de destaque.



Mosteiro de S. João, o primeiro edifício da Ordem de Cister em Portugal



dia 1

TERRITÓRIO DE TRANSIÇÃO entre as montanhas beirãs e o Alto Douro Vinhateiro, Tarouca é um concelho de marcada presença monástica ao longo da sua história e, claro, de tradição vinícola – ou não estivesse no coração da mais pequena região demarcada portuguesa, a Távora-Varosa, especializada em vinho espumante.

Essa é a característica motiva a primeira visita deste roteiro: as Caves Murganheira. Situada na freguesia de Ucanha, a adega é um cruzamento da arte secular do espumante com a arquitetura contemporânea, num edifício de grande valor estético e que oferece visitas guiadas diariamente. A localidade onde está sediada a Murganheira é, ela própria, motivo para se investir algumas horas, sobretudo pelo conjunto edificado da Torre e da Ponte Fortificada de Ucanha. Ambas as construções

datam do século XII e representam marcas relevantes das vivências medievais portuguesas, sendo a ponte considerada um dos principais monumentos góticos do nosso país. A pouco mais de dois quilómetros da ponte sobre o rio Varosa, fica o Mosteiro de Santa Maria de Salzedas. Construído em terrenos doados pela mulher de D. Egas Moniz, Teresa Afonso, o edifício foi um dos mais relevantes mosteiros cistercienses em Portugal, acolhendo também obras emblemáticas de pintores como Grão Vasco ou Pascoal Parente. Após a extinção das ordens religiosas, em 1834, o mosteiro entrou em fase de degradação, tendo sido recuperado lentamente no início deste século e, hoje, sendo um monumento aberto ao público.

Depois de conhecer os principais monumentos na periferia de Tarouca, está na hora de rumar à sede do concelho e conhecer o Parque Ribeirinho, um excelente espaço verde junto

ao Varosa, ideal para um passeio de final de tarde. Em fim de semana de festa – romaria de S. Miguel – experimente a cozinha local no Sabores do Varosa, uma feira gastronómica inserida nas festas da cidade.

dia 2

HÁ VÁRIOS PONTOS DE INTERESSE no centro de Tarouca, desde o Morro de Alcáçima – cujo miradouro foi restaurado em 2021, pela autarquia – ao Museu do Espumante da Casa do Paço de Dalvares. Mas se o tempo não for suficiente para ir a todas, o que não pode mesmo perder é uma visita ao Mosteiro de São João – o primeiro exemplar da Ordem de Cister em Portugal e cuja construção (1152) praticamente remonta à fundação da nacionalidade. O edifício histórico é hoje uma igreja paroquial, mas preserva grande parte da sua identidade arquitetónica, com elementos que transitam entre o românico e o barroco. Uma das suas atrações principais é o mausoléu de Pedro Afonso, filho ilegítimo de D. Dinis, naquele que é o maior túmulo de granito da Península Ibérica. Nas proximidades da igreja, pode ainda visitar as pontes românicas de São João de Tarouca e de Mondim da Beira [ver caixa], dois exemplares da arquitetura clássica e que beneficiam de uma paisagem natural privilegiada, cortesia do rio Varosa. Com a tarde de domingo a avançar, o melhor é regressar à vila de Tarouca e assistir ao Cortejo Histórico Etnográfico, um dos momentos altos das festas de S. Miguel, no qual as associações e coletividades locais assumem o protagonismo e exibem os usos e costumes tradicionais. Depois de um lanche para recuperar energias, é hora de se fazer à estrada e voltar para o litoral. Talvez com direito a uma passagem por Lamego e pelo Santuário de Nossa Senhora dos Remédios. ●

MUSEU DO ESPUMANTE
Entre os rios Távora e Varosa está a primeira região demarcada portuguesa dedicada ao espumante. O museu, em Tarouca, é de visita obrigatória.

MIRADOURO CRISTO REI
A mais de 900 metros de altitude, o miradouro deve o nome à enorme estátua cristã colocada no cume. Há por lá um baloiço para fotografar.

PONTE ROMANA DE MONDIM
O rio Varosa corre por baixo deste excelente exemplar do românico-gótico. A ponte data dos séculos XIII-XIV e tem uma zona fluvial para apreciar.

IGREJA S. PEDRO TAROUCA
Situado no centro da cidade, o edifício apresenta também traços de transição entre o românico e gótico. É a igreja matriz de Tarouca.

CAPELA SENHORA DAS NECESSIDADES
Capela de planta hexagonal, ao estilo românico, foi apenas construída no século XIX. A sua simplicidade e beleza exterior justifica a visita.



No Coração de Espinho, desde 1964

Aipal

OFF.

agenda

22 A 24 SET

EXPOSIÇÃO DE MARIA JOÃO DAMAS
FACE – Museu Municipal
Horário: 10-19 horas, de 2.ª a 6.ª; 11-13h30 e 14h30-19 horas, sábado
Projeto intimista da artista plástica.

22 A 27 SET

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



Estreia do filme realizado por Olivia Wilde. Atores: Florence Pugh, Harry Styles, Chris Pine e Olivia Wilde. Categoria: drama/thriller. Duração: 122 minutos.

22 SET A 2 OUT

MOSTRA MANDRÁGORA
Biblioteca Municipal
Horário: 9h30-16h30, de 2.ª a 6.ª
"MoMa e as suas dramaturgias" e seleção de livros que versam sobre lendas do Norte de Portugal.

22 SET A 9 OUT

EXPOSIÇÃO PORTUGAL 70 ANOS DEPOIS
Galeria do Multimeios
Horário: 14h30-18h30 e 20h30-22 horas, de terça-feira a domingo



Inspirada no ensaio fotográfico "Portugal 1950" de Jean Dieuzaide, a exposição "Portugal 70 Anos Depois": ensaio de John Gallo revisita os locais que o fotógrafo francês elegeu para retratar Portugal há 70 anos, fazendo luz sobre o que é Portugal hoje, volvidas sete décadas.

22 SET A 29 OUT

TUDO O QUE OLHAMOS É PASSADO
Galeria ArtLab24

23 E 24 SET**TRIBUTO DE CARLOS SANTANA**

Casino Espinho
Horário: 22h30 (admissão jantar das 20 às 21 horas)
Jantar-concerto: €52,50 (buffet) na 6.ª e €50 no sábado

No espetáculo de tributo a Carlos Santana serão interpretadas as músicas mais marcantes da vasta obra de um dos maiores guitarristas e compositores de todos os tempos. Criado em 2019 pelo guitarrista António Carvalho, este tributo conta ainda com a participação de Carlos Cordeiro na voz, guitarra e percussão, Pedro Cartaxo nos teclados, Luís Runa na Bateria, César Medeiros no baixo, António Bento e Paulo Reis na percussão. No palco do Casino da Solverde, a banda terá como convidado especial Nanã Sousa Dias, um dos mais reputados saxofonistas em Portugal, e com uma carreira de mais de 40 anos.

Horário: 17 às 20 horas de 5.ª, 6.ª e sábado

Exposição dos artistas plásticos Isabel Cabral e Rodrigo Cabral patente na galeria da Avenida 24 (próxima da Rua 66).

24 SET

ART& OGA
Biblioteca Municipal
Horário: 15 horas
Bilheteira: 5€

Atividade com Susana Pessoa Neves, para crianças e adultos.

24 SET

SOL, A NOSSA ESTRELA
Planatório 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€

Projeção imersiva a 360°, com duração de 45 minutos. Classificação: maiores de 6 anos.

24 E 25 SET

VIAGEM PELOS PLANETAS
Planatório 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€

Projeção imersiva a 360°, com duração de 40 minutos. Classificação: maiores de 4 anos.

25 SET

DESVDENDANDO O UNIVERSO INVISÍVEL
Planatório 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€
Projeção imersiva a 360°. Duração: 45 minutos. Classificação: maiores de 12 anos.

27 SET

TRICOTAR HISTÓRIAS
Biblioteca Municipal
Horário: 15 horas
Espaço de encontro de pessoas que praticam tricot, crochet, ou outras técnicas de trabalho com agulhas, conciliando com partilha de saberes, leituras e memórias. Público-alvo: população adulta/sénior. Inscrições gratuitas, através do telefone 227335869 ou presencialmente.

CULTURA

**Grupeta Cénica quer enraizar o teatro em Espinho**

Grupeta Cénica é um grupo de teatro formado por jovens espinhenses que irá apresentar, na sexta-feira às 21h30, no FACE, a peça 'Será que disse?'. Sob orientação do encenador Emílio Gomes, diretor dos clubes de teatro do Teatro Nacional de S. João, a Grupeta Cénica pretende enraizar-se em Espinho para trazer a arte de fazer teatro ao palco desta cidade, com jovens espinhenses.

"A GRUPETA CÉNICA

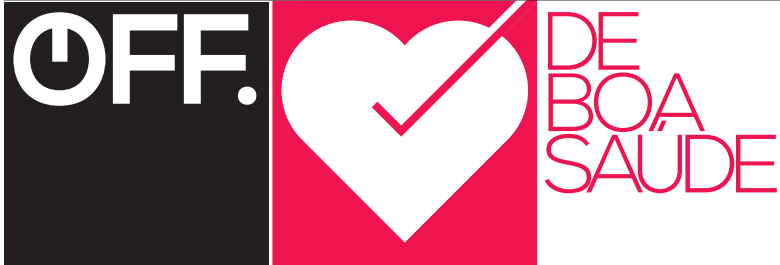
surge do desejo de um grupo de adolescentes em fazer teatro", explicou à Defesa de Espinho o encenador, Emílio Gomes que tem, também, um projeto de direção dos clubes de teatro do Teatro Nacional de S. João, no Porto. "Encontrei em Espinho, jovens com vontade de brincar 'ao faz de conta' e de construir as suas próprias ficções e personagens", prosseguiu o encenador, contando que "foi através das regras da improvisação que se fez todo o percurso até ao guião e à cena. "Foi experimentando, errando, apagando e voltando a escrever que chegámos a um texto e uma cena", disse Emílio Gomes sobre a peça de teatro que este grupo de jovens espinhenses irá trazer ao palco na sexta-feira.

"Este é o primeiro desafio da Grupeta Cénica", admite o encenador portuense. "Como o nome indica, na Grupeta, criamos e experimentamos em coletivo para evoluirmos individualmente", acrescentou. A Grupeta Cénica é formada por uma dúzia de jovens espinhenses e surgiu da ideia de um dos seus elementos, uma jovem espinhense, ao frequentar um curso no Teatro Nacional de S. João. O projeto arrancou no ano passado e contou com o apoio do Município de Espinho e do Museu Municipal e do Fórum de Arte e Cultura de Espinho (FACE). Veio para se enraizar e para

crecer. "O nosso objetivo era o de estarmos ligados a uma instituição", explicou Emílio Gomes, adiantando que até já falaram com a Academia de Música de Espinho, mas que neste momento ainda nada está concretizado.

"Conseguimos um apoio do Município de Espinho com a cedência do espaço para os ensaios e isso foi fundamental para o arranque do projeto", evidenciou o encenador. A Grupeta Cénica é formada, maioritariamente, por elementos femininos, mas tem as portas abertas a novas pessoas. "Temos as portas abertas para jovens que pretendam fazer teatro e os ensaios são ao sábado de manhã no FACE", deu conta Emílio Gomes que pretende que, desta forma, o grupo cresça, até noutras vertentes, "não só de atores, mas nas áreas do som, luz e fotografia", podendo os interessados contactar o FACE.

Os temas da peça, segundo o encenador, "são mais próximos da adolescência" e decorrem de várias improvisações sugeridas pelo encenador, que foi construindo o guião e as cenas. "Parte daquilo que podemos ou não podemos dizer, daquilo que é aceite pela sociedade", sublinhou Emílio Gomes que entende tratar-se, deste modo, "um tema muito atual". "Queremos que se questionem e que se divirtam quando assistirem ao que produzimos", concluiu. • MP



Diga não ao cigarro e veja a sua saúde melhorar

É um simples gesto diário e parte integrante no quotidiano de milhões de pessoas em todo o mundo. No entanto, fumar um cigarro e fazer desta prática um estilo de vida, acaba por trazer inúmeros malefícios à saúde e ao bem-estar. Conheça os riscos deste vício e aprenda de que forma o pode largar.

LISANDRA VALQUARESMA

Segundo Sérgio Ferreira, médico de medicina interna, o tabagismo é “o segundo fator de risco mais causador de mortes no mundo, logo abaixo da hipertensão arterial, que pode também acontecer devido ao tabagismo”. Tal como explica, “um só cigarro tem dezenas de milhares de químicos lesivos ao corpo humano”, fazendo com que vários problemas de saúde apareçam de forma inevitável. “Os seus efeitos podem ir desde enfraquecimento e queda de cabelo, assim como deterioração da cavidade oral e dos dentes, passando pelas duras e limitadoras doenças crónicas pulmonares e cardiovasculares, até aterosclerose severa que poderá provocar enfartes agudos do miocárdio (conhecido como ataque cardíaco) e acidentes vasculares cerebrais (AVC). O tabaco é também um grande fator de risco para desenvolvimento de neoplasias, não só do trato respiratório, mas também cancro gástrico, cancro da mama, cancro colorretal e outros tantos”.

Afirmando que “o tabaco mata mais de oito milhões de pessoas por ano”, Sérgio Ferreira defende que é “fundamental educar a população, no sentido de deixar de fumar e prevenir que se desenvolvam novos fumadores”, até porque isso traz muitas melhorias à saúde de cada um. Contudo, para isso, é preciso que cada um tome a decisão de mudar e esteja predisposto a parar, por muito difícil que possa parecer. “Existem múltiplos tratamentos para cessação tabágica, desde os apenas psicocomportamentais até

aos adjuvados por medicação, como a terapêutica de substituição nicotínica em comprimidos ou transdérmica (pensos) que, como nome indica, irá substituir o componente mais viciante do tabaco, a nicotina, mas evitando que se consumam todos os outros tóxicos presentes num cigarro”, refere o internista, explicando que “qualquer fumador que esteja interessado em deixar de fumar, não deve evitar procurar ajuda médica, existindo múltiplos locais à sua disposição para tal”, podendo contar com a ajuda do médico de família ou de um especialista em cessação tabágica. “Depois disto, deve procurar novos métodos de estímulo, rotina, recompensa, criando novos hábitos que substituem os momentos de fumar um cigarro, explica.

Mas, depois de deixar de fumar, que diferenças acontecem no corpo humano? De acordo com o médico Sérgio Ferreira, um ex-fumador beneficia de efeitos imediatos, mesmo apenas algumas horas depois como, por exemplo, a pressão arterial e a oxigenação corporal a melhorarem. “Passados alguns dias, um ex-fumador sentirá francas melhorias no seu olfato e no paladar, estando capaz de voltar a sentir novos cheiros e melhores sabores. Passadas algumas semanas após o último cigarro, os pulmões funcionarão melhor, com maior capacidade física de forma notável. Dentro de alguns meses após o último cigarro, os pulmões de um ex-fumador continuarão a recuperar a sua função e capacidade de defesa, ficando muito menos suscetíveis a infeções e outras doenças. Um ano depois, os pulmões de um



“

Se é fumador pare, pense, procure ajuda e deixe de fumar. Ainda vai muito a tempo”

“

O tabaco mata mais de oito milhões de pessoas por ano, sendo fundamental educar a população, no sentido de deixar de fumar e prevenir que se desenvolvam novos fumadores”



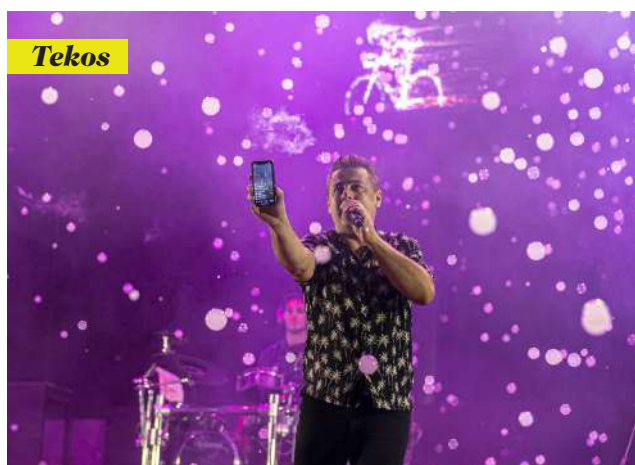
**SÉRGIO FERREIRA,
MÉDICO DE MEDICINA
INTERNA**

ex-fumador restauraram a sua função em quase 100%”, refere o profissional de saúde, explicando que, com estas conquistas saudáveis, “o risco de ataque cardíaco reduziu para metade, comparando com um ainda fumador”. Cinco anos depois de ter largado o vício do cigarro, “existe uma redução relevante da aterosclerose dos vasos sanguíneos, sendo os riscos de desenvolver um AVC os mesmos de um ex-fumador. Os riscos de muitos cancros (da garganta, esófago, bexiga e muitos outros) caem para metade, comparando com quem ainda é fumador”. Já dez anos depois, segundo diz Sérgio Ferreira, “o risco de desenvolver cancro do pulmão, comparado com quem ainda é fumador, é também francamente reduzido, para metade da probabilidade e quinze anos depois, pode considerar-se que o risco de ter doença cardiovascular é o mesmo de uma pessoa não fumadora”. ●

Segundo o relatório do Programa Nacional para a Prevenção e Controlo do Tabagismo, da Direção Geral da Saúde, mais de 13 mil pessoas morreram, em 2019, por doenças atribuídas ao tabaco, das quais 1.771 por exposição ao fumo passivo.



Procissão Nossa Senhora da Ajuda



Tekos



NO REGRESSO DA FESTA E COM UMA METEOROLOGIA BEM CONVINDATIVA, AS RUAS DE ESPINHO ENCHERAM-SE PARA CELEBRAR A PADROEIRA DA CIDADE.

A procissão, na tarde de domingo, acabou por ser, como é habitual, o ponto alto das celebrações, atraindo centenas de pessoas que também não perderam a oportunidade de admirar o longo tapete de flores que adornava as ruas. No entanto, os concertos, realizados

na Praça do Mar, não deixaram igualmente ninguém indiferente. A banda The Acoustic Foundation, já bem conhecida dos espinhenses, animou a noite de sexta-feira, Bárbara Tinoco arrancou aplausos no sábado e o grupo Tekos encerrou a diversão na noite de domingo.



Bárbara Tinoco



The Acoustic Foundation

