



# farol de esposende

Bimensal . 0,70 euros . Propriedade: Forum Esposendense . Director: Nogueira Afonso . Sai às Sextas-feiras . Ano 33 . Nº 698 . 21 de julho de 2023



MUSEU MARÍTIMO  
ESPOSENDE

# 11º ANIVERSÁRIO

20 DE JULHO

PÁG 04

PUB



**CENTRO DE VELA**  
ESPOSENDE



FORUM  
ESPOSENDE

PUB



ÓTICA ANTUNES

PRACETA DA MISERICÓRDIA, ED. FAMÍLIA VINHAS A.B.  
4740-480 - ESPOSENDE | T. 253 964 281 | F. 253 967 823  
OCULISTA.ANTUNES@MAIL.TELEPAC.PT  
WWW.OTICAANTUNES.PT

**SERVIÇOS**  
OPTOMETRIA  
CONTACTOLOGIA  
ÓCULOS

TONOMETRIA  
AVALIAÇÃO DA TENSÃO OCULAR  
QUERATOMETRIA  
RETINOGRRAFIA  
TERRAPIAS VISUAIS

**proprietário e editor**

Forum Esposendense - Associação Cívica para o Desenvolvimento e Progresso do Concelho de Esposende  
Av.ª Eng. Eduardo Arantes de Oliveira  
Estação de Socorros a Náufragos  
4740 – 204 Esposende

**sede e redacção**

Av. Eng. Eduardo Arantes de Oliveira  
Estação de Socorros a Náufragos  
4740-204 Esposende

**contacto**

+351 253 964 836 | +351 966 342 893

**NIPC**

502416360

**website**

www.forum-esposendense.pt

**email**

jornalfarolesposende@forum-esposendense.pt  
associacao@forum-esposendense.pt  
museumaritimio@forum-esposendense.pt

**directão do forum esposendense**

Fernando Maria Loureiro Ferreira, José Alberto Costa e Silva, António Alexandre Capitão Ribeiro, António Fernando Rites Sacramento, David Manuel Morgado Cruz, Miguel Rocha Felgueiras S. Nogueira, Carlos Alberto Azevedo S. Pinto, José Alberto Loureiro Costa e Jorge Miguel Campos Ribeiro.

**director**

Nogueira Afonso

**redactores permanentes**

A. Miquelino, José Felgueiras, Neco, Carlos Barros e Ana Rita Pilar

**colaboradores permanentes**

Dr. Agostinho Pinto Teixeira, Dr. Manuel A. Penteadinho Neiva, Fernando Ferreira, Dr. Francisco Marques, Dr. Sampaio de Azevedo, Nuno Cerqueira, Duarte Neiva, Luís Eiras e Dr. Carlos Gomes de Sá.

**correspondentes**

Antas - Nereides Martins,  
Belinho - José Torres Gomes,  
S. Bartolomeu - Dr. Maranhão Peixoto

**estatuto editorial**

Facebook Jornal Farol de Esposende

**grafismo e paginação**

Maria Filipa Figueiredo Ferreira

**impressão**

Graficamares, Lda. - Amares  
Rua Parque Industrial Monte de Rabadas, 10  
4720 – 608 Prozelos - Amares

**nº de registo**

114969/90

**tiragem**

2.000 exemplares

**assinatura anual**

Portugal - 20,00€; Estrangeiro - 25,00€

**IBAN**

PT50 0045 1462 40053147615 55

**estatuto editorial**

O jornal Farol de Esposende prossegue uma política editorial no respeito pelos princípios ético-deontológicos dos jornalistas e em obediência à Lei da Imprensa. Pautase pelos princípios da independência, da imparcialidade, da clareza e da objetividade. Notícia assuntos de interesse diverso e desenvolve temas de carácter cultural, científico, social, desportivo e recreativo, regendo-se pelo princípio da verdadeira informação, segundo a Constituição da República Portuguesa. Os artigos de opinião são de exclusiva responsabilidade de quem os assina e não vinculam qualquer posição do jornal.

## tesouradas

Hoje vamos falar das passagens para peões, para quem, caminhando pelas vias pedonais paralelas ao canal interceptor de Esposende, precisa de atravessar as estradas que se cruzam com o canal e as tais vias pedonais. Um destes dias fui caminhar por essas vias, tendo começado a partir das instalações da empresa Solidal, seguindo para norte, até encontrar a Ciclovía, no lugar de Cepães, bem junto ao mar. É uma beleza passear pelo meio dos campos, podendo também aproveitar os bancos colocados ao longo do percurso para quem quiser descansar e espalhar a vista. Quando cheguei à EN 103-1, Esposende-Barcelos, ali junto da Cooperativa Agrícola, vi que falta lá, nessa estrada, a sinalização de passagem de peões e fiquei a pensar nessa falha de quem governa. Atravessar a pé ali aquela estrada é um perigo a espreitar. Eu, ao chegar à berma da estrada, parei porque aproximava-se um carro. O condutor viu-me parou o carro e deixou-me passar; era um condutor conhecido e agradeci-lhe. Depois continuei para norte e vi que, na Av. de Goios, que vai de Esposende para Goios e vice-versa; na Rua da Anta, que liga Esposende a Vila Chã, servindo também Goios e Outeiro, Marinhãs, e vice-versa, conforme se queira; na Av. José Inácio Areias, que liga a EN 13 a Outeiro, Marinhãs, e vice-versa; na rua da Agrela, já em Cepães, e na Rua da Redonda, ainda em Cepães, já a chegar à praia, há a sinalização de passagem de peões, colocada no piso das estradas, embora nem sempre com igual critério. Também reparei que não há sinalização nessas estradas informando os condutores de aproximação de passagem de peões. Antes de chegar ao termo da caminhada, ao atravessar a Estrada Nacional 13, a norte da Av. de Banhos, em Marinhãs, não há sinalização no piso desta estrada, indicando passagem de peões. Aqui, ao querer atravessar a perigosa estrada, devido ao trânsito e à velocidade dos carros, os peões não estão minimamente protegidos. Estou a lembrar a Casa Grande para providenciar junto de quem de direito, já que as duas estradas onde faltam as passadeiras de peões, até há pouco tempo, eram consideradas nacionais, para nelas serem sinalizadas, no piso das estradas, a respetiva sinalização, bem como sejam colocados os necessários sinais de trânsito para que os condutores sejam avisados da aproximação dessas passagens. Também não será de excluir a colocação de sinais de limite de velocidade ou velocidade reduzida, para acautelar o perigo de atropelamento para os peões e de acidente para os respetivos condutores.

Vou aproveitar também para falar outra vez naquilo que não ilumina o local, nem tem graça nenhuma: os candeeiros que colocados no Largo Rodrigues Sampaio. Parecem “fueiros” dos carros de bois. Foi fraca a ideia de colocarem aqueles postes. Eu não acho graça e ouço fracos comentários.

E volto a falar da catraia estilizada, que está no Largo Dr. Fonseca Lima. Só metade é que funciona, isto depois de mais umas semanas ter estado desativada e com o lago cheio de lixo. Agora na “dentadura” foram postos dentes a funcionar, repondo assim o casco da catraia. Falta ver a vela e as luzes a funcionar. Vamos ver quanto tempo falta para a catraia marear e as luzes fazerem o efeito na água...Fítamos à espera.

Sobre o passadiço que vai da marina para norte foi colocado “tabopan”. Ficou melhor para dois meses (mais ou menos). Penso eu que, quando começar a chover, vai dar fitas e farelo. Mas neste verão é uma maravilha passar por ali nem se tropeça nem se cai ao chão. Agora na marina sul continuamos andar a calcar as teclas do piano e aos saltinhos, e em muitos sítios já lhe faltam as teclas. Não ponham “tabopan”, ponham a madeira que falta e parafusem tudo que está solto ou então coloquem cimento naquela passadeira, para assim ficar segura toda a vida e pintá-la de anos a anos.

No arvoredado da Senhora da Saúde cortaram umas árvores. Não estavam secas nem estorvavam nada. Então qual foi a ideia? Foi fazer umas canhotas para o inverno?

E agora aqui está a anedota!

Um muçulmano durante o período do Ramadão senta-se junto a um alentejano no voo Lisboa - Funchal. Quando o avião descola começam a servir as bebidas aos passageiros. O alentejano pede um tinto de Borba Reserva. A hospedeira, depois de servir o vinho, pergunta ao muçulmano se quer beber alguma coisa.

Responde este com ar ofendido:

- Prefiro ser raptado e violado selvaticamente, por uma dezena de “prostitutas” da Babilónia, antes que uma gota de álcool toque os meus lábios.

O alentejano, engasgando-se, devolve rapidamente o copo de tinto à hospedeira e diz:

- Eu também prefiro. Não sabia é que se podia escolher! Não acreditam?

Neco



## Álvaro Campelo no encerramento do Ciclo de Conferências dos 450 anos de concelho

O ciclo de Conferências programado pelo Município de Esposende, no contexto das comemorações dos 450 anos de elevação de Esposende a Vila e a criação do concelho, ciclo que se iniciou no dia 16 de setembro de 2022 e do qual já se realizaram seis Sessões, encerra hoje, dia 21 de julho, pelas 18,30h, como habitual no Auditório do Forum Rodrigues Sampaio, em Esposende. Desta vez o tema é “Identidade cultural das gentes de Esposende”, sendo conferencista o Prof. Dr. Álvaro Campelo.

## Presidente da Câmara recebeu comitiva francesa

No passado dia 17 do corrente mês de julho, o presidente da Câmara Municipal de Esposende, Benjamim Pereira, recebeu uma comitiva do Município de Livry-Gargan, França, e da Associação Luso-Francesa Cravos Dourados. Além da apresentação de cumprimentos, o encontro serviu para debater aspetos relacionados com a cooperação entre os dois territórios, tendo como ponto comum a emigração de vários cidadãos de Esposende para aquela cidade francesa.

Pierre-Yves Martin, presidente da Câmara de Livry-Gargan, chefio a delegação, sendo acompanhado pela vereadora responsável pela geminação, Rina Di Iorio, e pela vereadora responsável pelos centros de bairro, Odette Guimarães.

Em representação da Associação ASCOP – Cravos Dourados esteve o presidente, Patrick Matheus, e os dirigentes Paulo Dias, Mariana, Cati e Paulo.

A delegação francesa veio no concelho de Esposende a convite da Junta de Freguesia de Forjães, vila onde decorreram as festas em honra de Santa Marinha.

Livry-Gargan é uma comuna localizada no departamento de Seine-Saint-Denis, doze quilómetros a nordeste de Paris, com cerca de 44 mil habitantes, acolhendo uma considerável

comunidade lusa.

Na receção, o presidente da Câmara Municipal de Esposende destacou a importância de serem estabelecidas relações no plano global, para “manter a relação do nosso concelho com os nossos conterrâneos que estão mais distantes e fortalecer o orgulho da nossa identidade”. Benjamim Pereira lembrou “o papel fundamental que os emigrantes têm no desenvolvimento do concelho de Esposende”, aproveitando para enaltecer a forte ligação cultural que prevalece no tempo.



## Recolhas de Sangue e de registo de medula óssea

A Associação Humanitária de Dadores de Sangue de Esposende, em colaboração com o Instituto Português de Sangue, realiza colheitas de sangue. Assim, todos os beneméritos dadores poderão dirigir-se, no dia e local abaixo indicados, para participarem em mais um acto de solidariedade e amor ao Próximo.

> 27 de agosto - Esposende, Centro Paroquial, das 9h00 às 12h30.

## Clínica Dr. Miguel Sousa Neves assinalou o seu 22º aniversário



Clínica Oftalmológica  
Dr. Miguel Sousa Neves

22 ANOS

Obrigado por continuar a confiar em nós!

No dia 1 do passado mês de junho, a Clínica do Dr. Miguel Sousa Neves, na Póvoa de Varzim, assinalou os seus 22 anos de existência, comemorando a efeméride com maior aposta no DIGITAL.

Com um número cada vez maior de utentes de todo o país e 14 médicos oftalmologistas, a Direção da Clínica tem vindo a reestruturar a equipa e o espaço físico para tornar o crescimento sustentável e continuar a ser uma bandeira de qualidade superior de Serviços na Região Norte do País.

Especificamente para assinalar os seus 22 anos, a Clínica lançou um site totalmente renovado ([www.drmsn.com](http://www.drmsn.com)) e interativo via blogue, e “entrou” nesse dia com uma página na rede social Instagram, vocacionada para os mais jovens.

A aposta recente numa cirurgia estética palpebral “controlada” tem surtido bons resultados na conquista de novos espaços.

A Clínica e a sua vasta e qualificada equipa, supervisio-

nada pelo Dr. Miguel Sousa Neves, oferece praticamente todo o tipo de consultas, exames e cirurgias oftalmológicas, de segunda a sábado, com um Serviço de Urgência no mesmo período. Tenta-se dar resposta atempada a todos os que recorrem aos Serviços da Clínica.

Sabendo que a lista de espera de consulta para o diretor, Dr. Miguel Sousa Neves, é de cerca de 1 ano, foi criado um sistema de apoio com os restantes colegas para que o Doutor tenha acesso a todos os processos em tempo real.

A Direção da Clínica e todos quantos nela trabalham querem continuar a ser, por muitos mais anos, uma Instituição de referência nacional.

## Padre Manuel de Jesus Losa lançou livro na Biblioteca Municipal de Esposende



No passado dia 14 do corrente mês de julho, teve lugar a cerimónia de apresentação do Livro “RECORDAR E AGRADECER! NA MÃO DE DEUS, da autoria do padre Manuel de Jesus Losa, natural de Marinhãs. A obra é uma notável e rica autobiografia do autor, distribuída por oito capítulos, apresentada um dia antes do 50º aniversário de vida sacerdotal. O distinto eclesiástico reuniu e compilou muitos textos autobiográficos, que foi escrevendo ao longo do seu percurso como homem, como estudante, em Portugal e no estrangeiro, como padre Jesuíta, como professor universitário e até como pároco da capelania da Igreja do Sagrado Coração de Jesus, na Póvoa de Varzim, tendo tomado público agora tão importante legado, depois de muito motivado por alguns dos seus inúmeros amigos, anunciando mesmo o nome de um deles, que estava presente, dizendo mesmo “foi ele o principal culpado”.

A apresentação esteve a cargo do Dr. Manuel Albino Penteado Neiva, também ele um amigo do Padre Losa, sendo o local do lançamento o auditório da Biblioteca Municipal Manuel de Boaventura, cujo anfiteatro

se encontrava plenamente lotado, vendo-se entre a plateia muitos familiares e amigos do autor.

Refira-se que o Padre Losa é um dos mais insígnis cidadãos de universalidade linguística no concelho de Esposende e até no Distrito de Braga. Desde as Línguas Clássicas, passando pelas Germânicas e Românicas, o nosso conterrâneo e distinto amigo domina a seu bel prazer quer as denominadas Línguas vivas, quer as designadas Línguas mortas, sendo um gosto ouvi-lo e aprender com ele.

Para além de Penteado Neiva, exímio orador e apresentador, também usou da palavra o autor, para satisfação dos presentes, encerrando a sessão de apresentação o senhor Presidente da Câmara Municipal de Esposende, Arqt.º Benjamim Pereira, que não se cansou de elogiar o trabalho e a obra escrita pelo Padre Manuel de Jesus Losa, anunciando publicamente que iria propor ao Executivo que no próximo dia 19 de agosto ao Padre Losa seja atribuída uma medalha comemorativa, no dia do Município, o que mereceu uma calorosa salva de palmas.

## Concerto Encenado “No Tempo da Outra Senhora”

Na manhã do passado dia 02 de julho corrente, o Coro da Iniciação Musical da Escola de Música de Esposende e a Companhia de Teatro Infantojuvenil “Boca de Cena” apresentaram, em coprodução com o Município de Esposende, o Concerto Encenado “No Tempo da Outra Senhora”. O espetáculo teve lugar no Centro de Atividades Náuticas SABSEG - Fórum Esposendense.

Esta bellíssima e divertida obra, totalmente original, foi apresentada em estreia com composição musical de Carlos Garcia e textos de Hugo Direito Dias, que igualmente assinou a encenação. A temática de fundo versou sobre o universo de algumas profissões/atividades muito antigas, que hoje praticamente não existem, como os ardinhas, que vendiam

jornais nas ruas e apregoavam as notícias, as lavadeiras, os amoladores, os acendedores de candeeiros e até mesmo as carpideiras, entre outras.

O espetáculo contou com direção musical de Helena Venda Lima, tendo ainda sido intérpretes Abel Mendes (trompete), André Silva (percussão) e Diogo Zão (piano).

O evento muito participado e aplaudido pelos muitos presentes que lotaram o espaço, foi uma organização conjunta da Escola de Música de Esposende e da Companhia de Teatro Infantojuvenil “Boca de Cena, a que se associou o Pelouro da Cultura da Câmara Municipal de Esposende, contando ainda com o apoio da Associação Forum Esposendense.



PUB

*Pontodecópias*  
**PUBLIZENDE**

(CHAMADA PARA A REDE FIXA NACIONAL)  
**00351 253 968 001**  
[correio@publizende.com](mailto:correio@publizende.com)

decoração <b>FACHADAS MONTRAS</b>	publicidade <b>OUTDOOR VIATURAS</b>	<b>DESIGN GRÁFICO</b> serviços	<b>DIVULGAÇÕES RECLAMOS</b> sinalética	impressão <b>GRANDES FORMATOS</b>	<b>GRÁFICA</b> offset e digital <b>PUBLICAÇÕES</b>	corte/gravação CNC <b>FRESA LASER</b>	personalizações <b>CARTÕES PVC CARIMBOS</b>	<i>Pontodecópias</i> <b>CENTRO DE CÓPIAS</b>

## Oficina Criativa e Tertúlia na celebração do 11.º aniversário do Museu Marítimo de Esposende

Na passada sexta-feira, dia 14 de julho, o Museu Marítimo de Esposende realizou, no auditório do edifício, uma oficina criativa intitulada “Pinta tu Mesmo”, atividade que teve como principal público-alvo crianças entre os 4 e 12 anos de idade e consistia na pintura de animais marinhos, em gesso. Ainda que previamente, o evento foi organizado no âmbito da comemoração do 11º Aniversário do Museu, assinalado precisamente ontem, dia 20 de julho, no Auditório do Museu, tendo como ponto alto das comemorações uma Tertúlia, em que o investigador senhor José Felgueiras foi o principal orador e protagonista. Sobre esta última atividade, daremos realce na próxima edição, pois, nesta, imperativos de tipografia não permitem tecer comentários afins à Tertúlia.

Quanto à oficina de pintura, foi uma atividade lúdica, com resultados didáticos notáveis, tendo os participantes evidenciado imensa originalidade e criatividade na execução dos seus trabalhos. Durante e no termo do “workshop”, os “artistas” encheram-se de muito contentamento e enorme satisfação.



## 444º Aniversário da Santa Casa da Misericórdia de Esposende



No passado dia 15 do corrente mês, a Santa Casa da Misericórdia de Esposende celebrou o 444º aniversário da sua fundação. As comemorações desta efeméride decorreram na Igreja da Misericórdia de Esposende, onde foi celebrada, pelas 10h00, a Missa de Ação de Graças, Presidida pelo Reverendíssimo Dom José

Cordeiro, Arcebispo Primaz de Braga, e solenizada pelo coro de Câmara da Igreja Matriz de Esposende. Pelas 11h00, iniciou-se a Sessão Solene, que contou com a presença do Sr. Presidente da Câmara Municipal de Esposende, Arq. Benjamim Pereira, e do Presidente da União das Misericórdias Portuguesas, Dr. Manuel de Lemos. Estas comemorações foram abertas aos irmãos, trabalhadores e comunidade em geral.

A Santa Casa da Misericórdia de Esposende foi fundada no ano de 1579 e, desde então, desempenha um papel social de grande relevância no seio da comunidade local. A Irmandade da Casa da Misericórdia de Esposende tem vindo a desenvolver esforços no sentido de adequar as infraestruturas e os seus meios humanos e técnicos para melhor servir a comunidade, através das suas respostas nas áreas da saúde, da ação social e de apoio socioeducativo à infância e à terceira idade.

É neste sentido que, no presente ano, será levado a cabo um substancial investimento na execução da obra de ampliação do Hospital de Esposende – Valentim Ribeiro, que dotará o Serviço de Medicina Física e Reabilitação com instalações mais adequadas às exigências atuais, bem como o alargamento do número de camas da Unidade de Cuidados Continuados e Integrados e demais serviços de apoio. Será ainda instalado um serviço de tomografia axial computadorizada (TAC), que irá reforçar os meios complementares de diagnósticos e terapêutica.

Na área social está prevista a ampliação do edifício onde se encontra instalado o Centro de Apoio Social Ernestino Miranda, cujo projeto já se encontra aprovado e que visa dar resposta à elevada procura dos serviços sociais, nomeadamente, da Estrutura Residencial Para Idosos (ERPI) e Centro de Dia.

## Ministro do Ambiente não quer mais adiamentos das soluções para o litoral



O Ministro do Ambiente, Duarte Cordeiro, garantiu “empenho total” na concretização dos projetos que o Município de Esposende tem em curso, nomeadamente a solução para a barra, na foz do rio Cávado, a construção do Parque da Cidade e a requalificação da zona de Pedrinhas e Cedovém, em Apúlia. Numa reunião de trabalho, o presidente da Câmara Municipal de Esposende, Benjamim Pereira, vincou quão fundamentais são estes projetos para Esposende, nomeadamente para a segurança das populações e para a melhoria das condições de vida dos esposendenses.

Em Pedrinhas e Cedovém, o ministro conheceu o projeto desenvolvido para o local e referiu que “o problema da orla costeira merece toda a nossa atenção. Temos total disponibilidade para conhecer o projeto e enquadrá-lo nos financiamentos comunitários”, disse Duarte Cordeiro que se fez acompanhar do secretário de Estado, Hugo Pires. Para esta zona de Apúlia está prevista a renaturalização dos dois quilómetros de frente marítima, tendo como objetivo reduzir a taxa de erosão para 30 centímetros anuais.

O presidente da Câmara Municipal de Esposende vincou o “papel colaborativo” que o Município assume no processo, projetando a requalificação daquela zona, aproveitando a intervenção decorrente do Plano da Orla Costeira Caminha-Espinho e defendeu que “o interesse público tem de sobrepor-se ao interesse privado”, garantindo total respeito pelos direitos dos proprietários.

Outro aspeto que preocupa a autarquia esposendense prende-se com o assoreamento da barra. “A situação da barra já nos preocupa há muitos anos, pelos incómodos que coloca aos pescadores e, cada vez mais, pelo perigo que pende sobre a própria cidade. É um problema muito grave”, alertou Benjamim Pereira. Já no terreno, perante a explicação dos técnicos que desenvolveram o projeto, o ministro do Ambiente reconheceu a gravidade da situação e agendou “uma reunião com o secretário de Estado do Mar, para analisar o projeto e encontrar solução de uma vez por todas”. Duarte Cordeiro concluiu: “Não podemos adiar mais estas decisões!”

O Ministro do Ambiente conheceu, ainda, o Canal Intercetor de Esposende que classificou como “uma obra exemplar de referência nacional e internacional, porque usa soluções de engenharia natural para sustentar as cheias. É um caso de sucesso que pretendemos replicar noutros locais”. O governante apontou a expansão deste projeto, com a construção do futuro Parque da Cidade, dando corpo à “renaturalização de espaços, processo em que estamos muito empenhados”. Também para este projeto o ministro manifestou disponibilidade para encontrar fontes de financiamento, atendendo que, como vincou o presidente da Câmara Municipal de Esposende, esta empreitada “representa um esforço financeiro muito grande para o Município, mas, mais que um projeto urbanístico, está em causa a defesa de ecossistemas”, disse Benjamim Pereira.

### “O Ministro do Ambiente garantiu empenho total na concretização dos projetos do Município de Esposende”, na orla costeira

A propósito das palavras do senhor Ministro do Ambiente, aquando da sua visita ao concelho de Esposende, conforme uma nota de imprensa de 14 do corrente mês de julho, proveniente do Serviço de Comunicação e Imagem da Câmara Municipal de Esposende, que publicamos nesta página, fazemos os seguintes considerandos:

1 - Os esposendenses aplaudem o empenho do senhor Ministro Duarte Cordeiro, anunciando que as obras previstas para a zona litoral do concelho de Esposende “não serão mais adiadas”, designadamente as da barra do rio Cávado!

2 - Os esposendenses apelam ao senhor Presidente da Câmara Municipal de Esposende, Arqº Benjamim Pereira, para, aproveitando mais uma oportunidade posta em evidência por um membro do Governo, mobilizar todas as suas forças e não dar tréguas ao poder central, bem como a outras entidades e forças políticas, já que esta postura do senhor Ministro do Ambiente tem que ser sapientemente aproveitada, para não acabar por ter o mesmo insucesso que tantas outras “promessas” de governantes, já anteriormente feitas aos esposendenses, no âmbito desta temática, e que acabaram por cair pela base, e já lá vão muitos, muitos e muitos anos de promessas falhadas...

No presente número do jornal Farol de Esposende, vamos publicar a 81.ª edição da rubrica “Página das Escolas”, cujo conteúdo tem como principais personagens alunos e técnicos de educação da EB de Mar, integrada no Agrupamento de Escolas António Rodrigues Sampaio, Marinhas; do Agrupamento de Escolas António Correia de Oliveira, Esposende; e da Escola Secundária Henrique Medina, Esposende. As notícias obedecem às linhas orientadoras dos Planos Anuais de Atividades e Projetos Educativos das respetivas Unidades Organizacionais. Deve reconhecer-se o empenho dos alunos participantes nas atividades respetivas, sempre muito bem sensibilizados e motivados pelos professores titulares de turma, Diretores de Turma, Coordenadores de Bibliotecas Escolares e também pelas respetivas Direções Executivas.

Para que esta Página possa ser publicada, é nosso dever tornar público e agradecer o imprescindível patrocínio da conceituada empresa GERBASTO Energias Renováveis, sociedade comercial sediada em Esposende, a cuja Administração o jornal Farol de Esposende, em seu nome, em nome dos autores dos textos e das respetivas Escolas, reitera, mais uma vez, tão prestimosa colaboração.

### EB de Mar leva teatro ao Auditório Municipal Expressão dramática e o desenvolvimento das crianças



No passado dia 30 de maio, âmbito da comemoração do Dia Mundial da Criança, foi apresentada ao público, no Auditório Municipal de Esposende, a peça de teatro “Isso não é reposta!”, baseada na obra de Maria Inês de Almeida.

Após ter sido desafiada pela Biblioteca Escolar, a EB de Mar levou a palco esta obra que aborda diversas situações familiares nas quais a correria do dia-a-dia, a pressa e a pressão a que as famílias estão sujeitas na sociedade atual levam a que os pais, inadvertidamente, não respondam da melhor forma às solicitações dos seus filhos, originando neles sentimentos de desconforto, de incompreensão e de alguma tristeza.

Posteriormente, e uma vez que foi bem-sucedida, a encenação voltou ao palco na Sede do Agrupamento António Rodrigues Sampaio, a 27 de junho.

A sua concretização e sucesso foi possível graças a um eficaz trabalho de equipa que envolveu todos docentes da EB de Mar em tarefas como a escrita da peça, a execução dos cenários, o provimento de adereços, de vestuário e de som e os ensaios, sem os quais a mesma não ganharia vida. De salientar ainda, a colaboração dos não-docentes, da comissão de mães e da Junta de Freguesia de Mar, da Escola Sede, Agrupamento António Rodrigues Sampaio, bem como a boa articulação com as entidades responsáveis pelo Auditório Municipal para a concretização da atividade.

Impossível seria não enaltecer o trabalho

das crianças do 4.º ano da EB de Mar, cuja atuação foi irrepreensível e exemplar a todos os níveis, exigindo dos mesmos um afinado trabalho de memorização dos textos, de atenção e de concentração, de domínio da expressividade corporal, da capacidade de comunicação, da dicção, da voz, do movimento no espaço cénico.

Através da dramatização, foi dada às crianças a possibilidade de exercerem a sua criatividade, dando asas à fantasia na exploração de novos mundos. A assunção de diferentes papéis, ajudou-as a construir o seu próprio autoconceito e a desenvolver habilidades que permitem aprender a interagir com o meio social e com o mundo. À medida que os ensaios iam avançando, foi gratificante verificar como cresciam na representação, como aumentavam a sua autoconfiança e autoestima, como as mais tímidas foram desabrochando e ficando mais desinibidas.

Pode afirmar-se que esta atividade contribuiu para o crescimento pessoal e cultural das crianças como um todo e, por conseguinte, para a melhoria do seu desempenho escolar. Adicionalmente, fê-las perceber a importância da responsabilidade e da cooperação com os pares na persecução de objetivos comuns e individuais.

Os benefícios do teatro na educação das crianças são evidentes, ajudando muito no seu desenvolvimento académico e comportamental.

EB de Mar

### III Concurso MOA de desenho infantil, Esposende 2022/2023

No presente ano letivo decorreu o III Concurso MOA de Desenho Infantil de Esposende, promovido pela Fundação MOA de Portugal e, mais uma vez, os nossos alunos do 4º ano estão de parabéns! Esta iniciativa é desenvolvida em parceria com a Câmara Municipal, o Centro de Educação Ambiental de Esposende (CEA) e a UCC ComVidaSaúde / ACES Cávado III – Barcelos/Esposende, com a colaboração dos professores do 4º ano.

No total, estiveram a concurso 246 desenhos, dos quais 170 foram da autoria de alunos das escolas do nosso Agrupamento. Os trabalhos foram colocados em exposição, para avaliação do Júri, no Centro de Educação Ambiental, de modo a garantir a anonimidade dos trabalhos a concurso.



Após uma pré-seleção, foram eleitos os dez melhores trabalhos de onde foram apurados os três primeiros prémios e as sete menções honrosas. Destes dez, oito são dos nossos alunos: em primeiro lugar, com o tema “A dança entre a Guerra e a Paz”, Fábio Dinis Rodrigues, da EB de Fão; em terceiro, com o tema “A Natureza é bela”, Rafael Sá, da EB de Criaz e, com menções honrosas, os alunos Rodrigo Cardoso, da EB de Barral; Tiago Solinho, da EB de Fão; Gabriela Alves, da EB de Gandra; Marina Machado, da EB do Facho; Margarida Ribeiro, da EB de Barral, e Beatriz Alves, da EB de Fão.

O primeiro trabalho premiado será enviado para o Museu de Belas Artes MOA em Atami, Japão, ficando exposto e ainda submetido a um concurso de desenhos infantis oriundos de várias partes do mundo.

A cerimónia de entrega dos prémios teve lugar no Auditório da Biblioteca Municipal Manuel de Boaventura- Esposende, no dia 20 de junho, pelas 18h30, durante a qual os nossos alunos foram acompanhados pela professora Sónia Eiras.

A coordenadora do projeto PES do  
AEACO, Blandina Ribas

### “Havemos de ir a Viana!”



Alguns pela neblina da manhã, o autocarro aparcou para nos deixar na costa norte do país, fria e de rajadas impiedosas. O silêncio cortante era agora interrompido por conversas paralelas e pelas saudações calorosas da guia.

Seguimos a rota designada por caminho irregular de terra batida e pedras. Os diálogos eram interrompidos pelos olhos que observam a utopia azul e verde, a deslumbrante junção da floresta atlântica, com a fascinante força das ondas do mar de norte, que batiam nas gigantes e aguçadas rochas das paredes da praia. Chegamos, finalmente, ao cemitério de praias, um vale revestido de paredes colossais, que delimitam o fim da mata e o começo do oceano, que para olhares distraídos e simplórios não passa de um monte de pedregulhos, mas um olhar sabedor é capaz de ver todos os segredos do passado do nosso planeta ali descritos, a história da nossa casa escrita naqueles muros de pedra que revelam as marés, o clima, os povos, e toda a memória que um rochedo é capaz de acumular. O subir e descer, a correria pelo seixo foi um desgastante esforço feito de mochilas às costas, que aquecia o corpo, e contrariava os arrepios e tremores frios do vento gélido que se faziam sentir. As ameaças do céu, de nuvens cinzas e carregadas, não impediram a realização do itinerário. A guia passaria a hora seguinte a citar todo o seu conhecimento.

E a manhã foi passada assim, neste cemitério de praias, em que alunos atentos escolhiam reviver as matérias passadas ao vislumbrar o majestoso verde mar. No parque da cidade, o céu ameaçava e os estudantes tiravam da mochila todo um manjar, o auge do dia para alguns, uns sentados nuns bancos de pedra, outros deitados na toalha estendida na réstia de prado à beira rio, entre edifícios gigantes de cimento da cidade grande. As gaivotas rodeavam o local, atentas às presas fáceis de restos deixados por adolescentes incautos. Aqueles breves momentos, em que o sol finalmente espreitava por dentro das nuvens, eram aproveitados ao termo, contudo essa hora voou rapidamente e era altura para a segunda visita do dia.

Um barco antigo, uma réstia da história do nosso país, assim como um importante marco do avanço tecnológico do século XX, um navio-hospital usado para socorrer os bravos marinheiros nas suas jornadas para o indomável Mar do Norte, para a pesca do bacalhau, o arquétipo para todos os navios na época, exemplo dos novos engenhos tecnológicos, que envergonhavam os orgulhosos e grandes europeus. O antigo famoso está agora atracado no porto de Viana do Castelo, cidade dele, de homens e mulheres do mar, enferrujado, velho, desatualizado, esquecido.

Tornou-se navio-museu, um local de estreitos corredores e madeira gastos que rangiam a cada passada. Quando lá entramos, sentimos uma leve brisa, os calafrios das memórias passadas das histórias que, contida naquelas paredes, a guia, uma mulher sábia e experiente, partilhava alegremente com o grupo de alunos que, radiantes, mexiam nas geringonças de outros tempos. Escadas a pique, móveis e aparelhos antiquados e toda uma tecnologia de ponta desatualizada resumem bem os momentos mais marcantes da visita.

Realizados, estafados e certamente ansiosos por regressar a casa, de carapuço na cabeça na viagem de retorno no autocarro, após um diálogo e de uma viagem perdurável, assim se concluiu a nossa incursão pela cidade nortenha.

(Texto elaborado pela aluna Matilde Marques do 10.º C na sequência da visita de estudo ao Geoparque de Viana, instalações da Enercon e Navio Museu Gil Eannes das turmas A, B, C e D do 10.º Ano da Escola Secundária Henrique Medina em maio último).

## Jantar Temático “Uma Viagem à época Medieval”

As turmas Animador Sociocultural e Técnico de Restauração, do 1º ano, promoveram um jantar temático, cujo mote era uma viagem à época Medieval, aludindo à gastronomia e às vivências, ao modo de vida nestes tempos tão distantes e remotos.

Com efeito, este projeto idealizado pelos professores, Eusébio Lima, João Novo, Luzia Silva, Rogério Ferreira e Sara Cepa, cativou os alunos que se envolveram na elaboração do programa que contemplou uma ementa e uma decoração destes tempos tão longínquos, bem como animação e jogos, sem faltar uma encenação de como seria a corte de D. Dinis, o nosso poeta trovador e como seriam declamadas as suas cantigas de amigo e cantigas de amor.

Os convidados, sobretudo a comunidade escolar e em especial os encarregados de educação, pais, familiares e amigos puderam fazer uma viagem no tempo e experienciar momentos de grande convívio, descontração e alegria.

No final, os promotores, apesar de estarem cansados, estavam felizes pelo trabalho realizado, uma vez que marcaram pela versatilidade já que prepararam a refeição, serviram-na, fizeram um desfile de trajes medievais, declamaram poesia trovadoresca, dançaram, dramatizaram e dinamizaram jogos.

Um projeto repleto de ludicidade mas extremamente rico e completo do ponto de vista pedagógico, que cumpriu em pleno a nossa missão enquanto escola, despertou os sentidos, encantou os presentes e deixou boas memórias para o futuro.



## EPE participa em Mobilidade de Estágio em Larissa, na Grécia

Um grupo composto por dez alunos dos cursos Técnico de Ação Educação (TAE1), Técnico de Restauração (TR14) e Técnico de Operações Turísticas (TOT1), do 2º ano, tiveram a oportunidade de ir para Larissa, na Grécia realizar um estágio de 3 semanas, acompanhados por 2 professoras da EPE.

As alunas da turma TAE1, realizaram várias atividades práticas como jogos, pinturas e desenhos, na instituição de acolhimento, conseguindo criar uma boa integração socioprofissional e uma comunicação eficaz com as crianças.

Os alunos da turma TR14 puderam observar, em contexto real, novas técnicas como por exemplo, diferentes formas de manusear uma bandeja ou de confeccionar alimentos e bebidas compostas. Aprenderam aspetos relativos à gastronomia grega e puderam verificar que a mesma é bastante rica e um dos melhores exemplos da gastronomia mediterrânica.

Os alunos da turma TOT1 tiveram a oportunidade de aprender sobre o funcionamento interno de uma agência de viagens, o planeamento e organização de roteiros turísticos, além de entrar em contato direto com os clientes. Acompanharam de perto a realização de pacotes turísticos personalizados, auxiliando na escolha de destinos, reserva de voos e alojamento.

Fora do contexto de estágio, foram realizadas visitas a vários locais: o Arxio Theatro, Park Alkazar, a Catedral Ortodoxa, a praia Nei Pori e Meteora.

Todos consideraram a mobilidade muito positiva e estimulante, pois permitiu a interação entre realidades e contextos pedagógicos diferentes numa bela cidade grega.



## Viana do Castelo: Quem gosta volta, quem ama fica!

As turmas Animador Sociocultural e Técnico de Restauração, do 1º ano, realizaram uma visita de estudo a Viana do Castelo, no dia 6 de julho.

Com efeito, as turmas, da parte da manhã, conheceram o Navio Museu Gil Eanes, através de uma visita guiada, em que foi possível fazer uma viagem ao tempo em que este navio assistia os pescadores, na Terra Nova, na pesca ao bacalhau. Durante 1h30 minutos, os alunos privaram com a história desta embarcação e com um verdadeiro hospital criado para socorrer os nossos compatriotas que andavam na faina. Ao mesmo tempo que acompanhavam as explicações do guia, preenchiam um roteiro sobre a história deste museu flutuante.

Da parte da tarde, a turma de Restauração fez a viagem até à Pousada do Monte de Santa Luzia, através do elevador de Santa Luzia, onde teve a oportunidade de apreciar a paisagem magnífica da cidade de Viana. Depois, foi o momento de privar com uma atmosfera requintada num edifício histórico, construído no ano de 1918, tendo visitado um quarto, o bar, o restaurante, a cozinha e a piscina. Os alunos perceberam que poderão efetuar estágio nesta unidade e esclareceram algumas dúvidas sobre o seu funcionamento.

A Turma Animador Sociocultural, da parte da tarde, visitou o Museu do Traje, onde se destaca a exposição permanente “A Lã e o Linho no Traje do Alto Minho”, que procura descrever o processo pelo qual as lavradeiras faziam o seu traje e a exposição de ouro que as mulheres exibiam.

Houve ainda tempo para percorrer e apreciar toda a área do centro histórico da cidade de Viana. Com estas visitas os alunos ficaram a conhecer diferentes contextos de intervenção e compreenderam o papel dos museus na conservação e divulgação do património e da região.



Nesta edição do mês de julho do jornal Farol de Esposende, e sob o patrocínio da Farmácia Monteiro, Esposende, vamos publicar a quarta Página no ano de 2023, uma rubrica temática, intitulada Página de Saúde Pública, composta com artigos da autoria de profissionais de saúde afetos à Unidade de Saúde Pública do ACES Barcelos/Esposende, sob a coordenação de uma prestigiada equipa médica da mesma Unidade de Saúde, a exemplo do que aconteceu em 2022. Esta é considerada uma importante página com informação técnica, destinada essencialmente aos nossos estimados leitores, que poderão lê-la e divulgarem o seu conteúdo a amigos e familiares. Como já o referimos outras vezes, esta Página só é possível torná-la pública graças ao apoio e patrocínio das Farmácias Tradicionais do concelho de Esposende.

Assim, depois de os primeiros três números terem tido o patrocínio das Farmácia Laguna, Palmeira de Faro; Ana Silva, Belinho; e Farmácia Apúlia, de Apúlia, é agora a vez da Farmácia Monteiro, Esposende. Restam mais quatro edições desta temática, em 2023, que serão divulgadas nos meses seguintes, contando o Jornal com o patrocínio e apoio da Farmácia Higiénica, Fão; da Farmácia Gomes, Esposende; da Farmácia Santa Marinha, Forjães; e da Farmácia Marinhas, Marinhas.

É nosso dever relembrar que a publicação mensal desta Página só se torna viável graças à generosa colaboração dos proprietários e/ou Diretores Técnicos das Farmácias Tradicionais do concelho de Esposende, atrás referenciadas.

## Alergias Alimentares



Certamente já ouviu falar de alergia ou intolerância alimentar, e provavelmente até deve conhecer alguém que seja alérgico ou intolerante a algum alimento. Assim, ao longo deste artigo, iremos abordar o tema "Alergia Alimentar" e os cuidados a ter no dia-a-dia.

Alergia alimentar é definida como uma reação adversa, como resposta do sistema imune, a um dado alimento ou seu constituinte. O nosso organismo reconhece a proteína (fração do alimento) como agressor, constituindo um alérgeno.

As alergias a um determinado género alimentício têm sido cada vez mais frequentes na população, tendo havido um aumento de 18% desde a última década, todavia, este aumento tem sido mais acentuado nas crianças (cerca de 50%), esti-

mando-se que 8 em cada 100 crianças tenham intolerância ou alergia alimentar.

As alergias alimentares mais comuns são ao leite da vaca, ovo, amendoim e frutos gordos e oleaginosos (frutos de casca rija, frutos secos, entre outros), peixe, marisco, trigo e soja, sendo estes responsáveis por cerca de 90% das reações reportadas.

Um indivíduo que seja alérgico a um determinado alimento ou constituinte, aquando a sua ingestão, pode desencadear manifestações cutâneas (pele e mucosas), respiratórias, gastrointestinais e cardiovasculares, nomeadamente urticária, pele avermelhada ou erupção cutânea, sensação de formigamento ou comichão na boca, inchaço da face, língua ou lábios, vômito e/ou diarreia, cólicas abdominais, tosse ou respiração ofegante, tonturas e/ou vertigens, inchaço da garganta e cordas vocais, dificuldade ao respirar e perda de consciência. Estes sintomas surgem de forma relativamente rápida, desde alguns minutos até 2 horas após a ingestão do alérgeno.

Pessoas que sejam diagnosticadas com alergia alimentar e que comecem a apresentar algum dos sintomas mencionados, devem parar de comer o alimento no imediato, avaliar a necessidade de usar medicação de emergência e procurar atendimento médico.

Estes sintomas podem e devem ser evitados através da eliminação do alérgeno da alimentação do indivíduo (evicção alimentar). Esta exclusão implica a não ingestão do alérgeno em causa bem como todos os alimentos e preparações culinárias que contenham ou possam conter este alérgeno.

De forma a prevenir a ingestão acidental de alérgenos, é muito importante a leitura e interpretação correta dos rótulos quando for ao supermercado. No rótulo de um alimento constam todos os ingredientes que fazem parte do produto alimentar, em letra legível, incluindo corantes e conservantes, sendo apresentados por ordem decrescente da sua quantidade no alimento (de maior quantidade para menor quantidade). Por isso, é importante reter que todos os ingredientes, mesmo que presentes em pequenas quantidades, são de extrema importância quando estamos a lidar com a alergia alimentar. Caso possua alergia alimentar ao leite, ovo, trigo, moluscos e crustáceos, peixe, soja, amendoim e frutos de casca rija, sementes de sésamo, aipo, mostarda, tremoço ou ao dióxido de enxofre e sulfitos, estes alérgenos e aditivos estão escritos de forma realçada no rótulo (caso presentes), uma vez que, é uma obrigatoriedade legal.

Por fim, e não menos importante, é crucial ler os avisos de rotulagem "Pode conter vestígios de...". Estes avisos são usados pela indústria alimentar quando determinado alérgeno não é um ingrediente intencional, mas que pode estar presente no alimento por contaminação.

O alimento deve ser nosso amigo e não nosso inimigo. Boas compras!

Rute Silva, Técnica de Saúde Ambiental USP Cávado  
III – Barcelos/Esposende

## Novas formas de consumo de tabaco: uma alternativa?

O consumo de tabaco apresenta-se como um dos principais problemas de saúde pública. Além de representar a principal causa evitável de doença e de morte, o seu impacto leva a grandes custos tanto sociais como económicos e a graves danos ambientais. Segundo a Organização Mundial de Saúde (OMS), morrem, por ano, cerca de 7 milhões de pessoas devido ao consumo de tabaco. Em Portugal, estima-se que 11,7% das mortes em 2019 tenham sido decorrentes desse consumo.

Fumar afeta os vários sistemas do corpo humano. O seu efeito nocivo pode ir desde o agravamento de doenças crónicas não transmissíveis mais prevalentes, como cancro, doenças respiratórias, doenças cérebro-cardiovasculares e diabetes, até um impacto em termos de saúde sexual e reprodutiva, saúde ocular, saúde oral e envelhecimento da pele.

Apesar de se ter verificado um decréscimo no consumo de tabaco, a indústria tabaqueira encontra-se numa fase de mudança. Atualmente, além das formas convencionais, já estão à venda no mercado novos produtos para o consumo de tabaco.

### Quais são as novas formas de consumo de tabaco?

Nos últimos anos tem-se assistido a uma tendência crescente para a utilização de novas formas de consumo de tabaco, como é o caso do cigarro eletrónico e o tabaco aquecido.

O cigarro eletrónico (de que é exemplo o JUUL®) é um dispositivo eletrónico que, contrariamente aos cigarros tradicionais, não queima nem utiliza tabaco. Contém um líquido com uma elevada concentração de nicotina, que é vaporizado e inalado pelo utilizador. Para além da nicotina, este "vapor" pode conter ainda tetraidrocanabinol, óleos de canabinoide e outras substâncias.

Já o tabaco aquecido (de que é exemplo o IQOS®), contrariamente ao exemplo anterior, é um dispositivo eletrónico que contém tabaco. Apesar de não queimar tabaco, utiliza um pequeno cigarro que é aquecido, criando um "fumo" contendo nicotina, que é inalado pelo utilizador. Nestes dispositivos, a concentração de nicotina é semelhante à do cigarro tradicional.

### As novas formas e o seu consumo entre os jovens?

Dados recentes demonstram que mais de metade dos jovens com 18 anos referem já ter fumado. Os cigarros tradicionais foram o produto mais utilizado por este grupo etário, seguidos dos cigarros eletrónicos, do tabaco para cachimbo de água e do tabaco aquecido.

Apesar de se ter verificado uma redução no consumo dos cigarros tradicionais entre os jovens, tem-se verificado um aumento expressivo de utilização das novas formas de consumo. Esta tendência torna-se preocupante, já que a experimentação de cigarros eletrónicos e outros produtos de tabaco antes dos 18 anos está fortemente associada ao consumo diário de tabaco na idade adulta.

### Os cigarros eletrónicos são seguros?

O vapor produzido pelos cigarros eletrónicos forma partículas tão pequenas que são capazes de se depositar profundamente nos pulmões e atingir áreas que normalmente não seriam acessíveis ao fumo do cigarro convencional. Além disso, estes dispositivos contêm substâncias cancerígenas, como acetaldeído ou formaldeído, metais pesados e aromatizantes, cuja utilização está associada a lesões ou doenças pulmonares.

Ainda que o aerossol (ou "vapor") produzido pelos cigarros eletrónicos seja quimicamente menos complexo e potencialmente menos prejudicial do que o fumo do tabaco, este não é inofensivo. Como a introdução destes produtos é relativamente recente, os seus efeitos na saúde ainda não são totalmente conhecidos, sendo necessária mais investigação.

A Direção-Geral da Saúde (DGS) e o Serviço de Intervenção nos Comportamentos Aditivos e nas Dependências (SICAD) alertam que não existem cigarros eletrónicos nem produtos de tabaco seguros: todas as formas apresentam riscos para a saúde e não devem ser consumidas.

### Os cigarros eletrónicos contribuem para deixar de fumar?

De uma forma geral, a eficácia dos cigarros eletrónicos na cessação tabágica é inconclusiva. Embora os cigarros eletrónicos tenham sido idealizados como um dispositivo que ajudasse as pessoas a deixarem de fumar, os seus utilizadores continuam a ser dependentes de nicotina. Apesar de alguns estudos revelarem que algumas pessoas deixaram de fumar com recurso aos cigarros eletrónicos, estas mantiveram o seu consumo indefinidamente ou passaram a consumir outros produtos do tabaco em concomitante, não tendo conseguido obter um abandono completo da nicotina ou do consumo de tabaco.

### O que fazer para deixar de fumar?

Para a maioria dos fumadores, parar de fumar não é tarefa fácil. A nicotina é a principal substância causadora da dependência. Perante a sua ausência, o organismo da pessoa fumadora inicia um processo de adaptação à falta da substância aditiva, resultando na manifestação de sintomas de abstinência. Acresce ainda a necessidade de aprender a lidar com o desejo de fumar e de resistir aos vários estímulos. Tudo isto apresenta-se como uma fase desagradável que poderá ser difícil de ultrapassar sem o devido apoio, durante a qual os fumadores podem ter recaídas.

A maneira mais eficaz para deixar de fumar, incluindo tabaco aquecido e cigarros eletrónicos, é através de aconselhamento comportamental e farmacoterapia. Existem medicamentos, alguns comparticipados, que ajudam no tratamento da cessação tabágica. O Serviço Nacional de Saúde (SNS) também disponibiliza consultas de apoio à cessação tabágica, isentas de taxa moderadora. Estas duas terapias, em conjunto, permitem diminuir o desconforto e duplicar o sucesso da cessação tabágica. Para mais informações, consulte o seu médico de família ou contacte a Linha SNS 24 (808 24 24 24).

Carla Pereira, Médica Interna de Formação Geral  
Unidade de Saúde Pública do ACES Cávado III – Barcelos/Esposende



A paixão pelo que fazemos é o segredo do nosso sucesso.  
Na **Farmácia Monteiro** espera-o uma equipa disponível, sólida e dinâmica, onde diariamente procura manter com os clientes uma relação estável e de confiança.

Todos os dias trabalhamos para ir ao encontro das suas expectativas e para proporcionar a melhor experiência possível com os produtos e serviços que temos ao seu dispor:

- Nutrição
- Puericultura
- Dermocosmética
- Podologia
- Audiometria
- Preparação individualizada de medicação
- Medição de parâmetros bioquímicos (diabetes, colesterol e tensão arterial)

Na **Farmácia Monteiro**, a sua saúde em primeiro lugar.

Rua 1º de Dezembro n.º 64 4740-226 Esposende | Telefone: 253 961 258

## “Esposende Verão 2023” evento apresentado com pompa e circunstância

As Piscinas Foz do Cávado acolheram a apresentação da programação “Esposende Verão 2023”, agenda com mais de 100 eventos que animam a cidade da foz do Cávado e todo o concelho, entre julho e setembro.

“Apresentamos um programa mais completo e eclético que, estou certo, contribuirá para que o verão seja inesquecível. Existem 308 municípios no país que procuram o seu espaço, em termos de definição da sua estratégia de promoção do território. Nós queremos melhorar a qualidade de vida para todos os que cá vivem e os que nos visitam. Esse investimento, em Esposende, vai da Educação à Cultura, da Área Social ao Ambiente”, começou por referir o presidente da Câmara Municipal de Esposende.

Reforçando a ideia que Esposende “é, cada vez mais, um destino de excelência para veraneio, mas lembramos que o nosso concelho revela uma procura incessante para viver e investir”, Benjamim Pereira destacou a vocação festiva que se reflete em verões plenos de animação e espetáculos. Repetindo o formato de sunset, animado pelos DJ’s Fucking Bastards, Drey e Tiago Cruz, Esposende levantou o pano sobre uma programação eclética que inclui música, dança, poesia, teatro, exposições, stand up comedy e atividades desportivas. À cabeça do cartaz são chamados nomes como José Cid, Vítor Kley, Nuno Casais, Sofia Escobar, Tributo aos ABBA, além de eventos icónicos das noites esposendenses, como a Silent Party, a Noite Branca ou a Esposende Summer Party 80’s. A Festa do Emigrante terá Emanuel e a Galaicofolia regressa ao Castro de São Lourenço, em Vila Chã, evidenciando a cultura castreja. O Festival da Juventude, com Blaya, o DJ Padre Guilherme e DJ Pette prometem grande animação, mas o programa prevê a atuação dos grupos folclóricos do concelho que desfilarão toda a carga etnográfica.

“O Município de Esposende está a reforçar a aposta na projeção internacional da região, tendo como premissa o peso do turismo no Produto Interno Bruto de Portugal que é de 17 por cento. Por isso, queremos oferecer produtos turísticos atrativos, assentes numa estratégia de incentivo à mobilidade urbana sustentável, na preservação das tradições populares e à dinamização da economia”, destaca Benjamim Pereira.

O Caminho Português da Costa para Santiago de Compostela, os eventos desportivos, nomeadamente os desportos marítimos, os eventos culturais e os eventos de promoção da gastronomia local muito contribuem para complementar a atratividade de Esposende.

Lembre-se que Esposende é um destino balnear de excelência, conforme comprova a distinção da Associação Bandeira Azul da Europa que atenta a critérios de qualidade da água, de segurança e serviços, de gestão ambiental e equipamentos e de informação e educação ambiental. Por isso, as praias de Esposende receberam o galardão “Praia com Qualidade de Ouro”. Um grande investimento está a ser concretizado para dotar as praias, também, com as melhores condições para acolher os milhares de veraneantes, contemplando a reabilitação dos sanitários e dos passadiços.

“Este é o melhor cartaz que já tivemos, com muitos momentos de qualidade para que possamos recarregar baterias”, concluiu Benjamim Pereira, lembrando a forte componente da programação, direcionada para os emigrantes que, por esta altura do ano, regressam à terra natal.



PUB

**Descobre o teu potencial.**

**EPE** Escola Profissional de Esposende

**Inscribe-te em**  
[www.epe.pt](http://www.epe.pt)

253 982 779  
964 701368

<p><b>Ensino Profissional Financiados</b> 2023 / 2024</p>	<p>12º ano   Nível 4</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>→ <b>Restaurante / Bar</b></li> <li>→ <b>Cozinha / Pastelaria</b></li> <li>→ <b>Apoio à Gestão Desportiva</b></li> <li>→ <b>Informática de Gestão</b></li> </ul>
<p><b>Bolsa mensal: alimentação e transporte</b></p>	<p>9º ano   Nível 2</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>→ <b>Restaurante / Bar</b></li> <li>→ <b>Cozinheiro /a</b></li> </ul>

PUB

**MARINHAS**

# DIVULGAÇÃO

A Delegação de Marinhas da Cruz Vermelha Portuguesa leva a conhecimento as suas especialidades médicas e seus colaboradores.

Especialidades	Dias de Consulta:
<b>Medicina Tradicional Chinesa</b> Dr. Ricardo Costa	6ª feira de manhã
<b>Medicina Restaurativa e Clínica Geral</b> Dr.ª Teresa Velosa	Sábado de manhã
<b>Ortopedia</b> Dr. João Areias	2ª feira de manhã
<b>Medicina Dentária</b> Dr.ª Marta Maranhão	4ª feira de manhã
<b>Terapia da Fala</b> Dr.ª Ana Rita Miranda	2ª feira de tarde
<b>Psicologia</b> Dr.ª Isabel Abreu	2.ª a 6.ª feira de tarde Sábado de manhã
<b>Podologia</b> Dr.ª Fátima Milhazes	2ª feira de manhã 5.ª ou 6.ª de tarde
<b>Enfermagem</b>	2ª feira a Sábado das 18h30 às 19h30 Domingo das 9h30 às 10h30

A Presidente  
  
 (Alexandra Jácome)

## Município de Esposende aprovou moção contra o encerramento do balcão do BPI, em Apúlia

O Município de Esposende manifestou-se frontalmente contra o anunciado encerramento do Balcão de Apúlia do Banco Português de Investimento (BPI). Neste sentido, no dia 22 do passado mês de junho, aprovou, em reunião do executivo e por unanimidade, uma moção que foi posteriormente submetida à apreciação e votação da Assembleia Municipal de Esposende, o que aconteceu na sessão ordinária do dia 29 desse mesmo mês de junho. A Câmara Municipal de Esposende assumiu, assim, uma categórica posição de “defesa da população de Apúlia, porque fica privada de serviços públicos bancários de proximidade, facto agravado pelo encerramento verificado, anteriormente, em freguesias vizinhas, deixando a parte sul do concelho, com mais de 10 mil habitantes, sem qualquer agência bancária para resposta às necessidades das populações”. Para o Município, a decisão de encerramento da agência configura “uma falta de respeito pelos direitos dos seus clientes e de toda a população, que, numa visão mais ampla, representa um duro golpe para o desenvolvimento económico de Apúlia, em particular, e do concelho de Esposende, em geral”.

Na moção, a autarquia lembra que a medida é “particularmente gravosa para a população idosa, dependente desta única agência existente na Vila”, sustentando que “sem condições de mobilidade para acederem às agências situadas na sede do concelho e sem literacia informática para poderem solucionar as burocracias associadas pela via digital, a ausência de um serviço de proximidade representa uma dura machadada para cidadãos que tanto contribuíram para a evolução do concelho e do país e para o enriquecimento das instituições bancárias que agora as descartam da forma mais mesquinha”. “Este encerramento da dependência bancária significa, também, um duro revés para os comerciantes e pequenos empresários que, desta forma, veem-se privados de mais um serviço de proximidade, tão importante para a dinamização da economia local”, sublinha a moção. “Por último, não podemos deixar de criticar esta decisão de encerramento da Agência BPI de Apúlia, por ocorrer em contraciclo. Num momento em que todos os indicadores socioeconómicos apontam para o crescimento sustentado do concelho de Esposende, com o aumento da população, o aumento das exportações, a fixação de novas empresas e crescimento das existentes, esta decisão de encerrar a única instituição bancária presente em Apúlia significa uma decisão de gestão pouco razoável”, refere, ainda, a Câmara Municipal, acrescentando ter o “dever moral” de se opor à decisão da referida entidade bancária.

O Município vai remeter a moção aprovada ao Conselho de Administração do Banco Português de Investimento (BPI), apelando para que reconsidere a decisão do encerramento da agência de Apúlia por força dos motivos indicados e dela dar conhecimento ao Banco de Portugal e ao Ministério das Finanças e apelar para a criação de serviços mínimos bancários junto das populações.

PUB



BANCO que apoia a cultura

creditoagricola.pt

45ª FES TIVAL INTERNA CIONAL DE MÚSICA DA POVOA DE VARZIM 07 A 29 JULHO 2023

GOLD SPONSOR

CORRESPONDENTE DE ANTAS - NEREIDES MARTINS

## Festas do Santo Padroeiro S. Paio e Nossa Senhora das Vitórias

O dia 26 de junho passado e os dias 1 e 2 de julho corrente foram marcados pelas festividades a S. Paio, Padroeiro da freguesia de Antas, e à Senhora das Vitórias, principais festas da Paróquia. Com um bom programa elaborado pela Comissão de Festas, o tempo ajudou e muitas pessoas participaram. A destacar, o desfile etnográfico de carros alegóricos, no domingo à tarde, com 18 figurantes e alguns carros emocionantes como o que representou a Banda de Música. No quadro da Banda, os veteranos músicos e alguns ainda jovens, mas que já deixaram de tocar, desfilaram mostrando que “a saudade não tem idade”. Foram muito aplaudidos!

Durante a semana, de segunda a sexta-feira, houve cerimónias religiosas na Igreja. No sábado, às 15h00, entraram em “cena”

as Bandas de Música: a da casa, a Banda de Antas, e a Banda Amigos da Branca.

Na noite de sábado, tivemos ainda uma sessão de fogo piromusical, elaborada pela empresa Viana & Filhos, uma empresa fundada em 1858, há 165 anos a produzir fogos de artifício, com credenciais de registro consagrados.

No domingo, o ponto alto foi a procissão, com andores compostos de flores naturais, verdadeiras obras de arte patrocinadas pelos devotos.

A Comissão de festas foi liderada pelo Sr. Pe. Manuel Brito, pároco da freguesia, e composta por Manuel Pires, José Ledo, Cassiano Torres, José Sá, Henrique Barros, Fernando Torres, Manuel Cruz, Mário Sá e António Viana. A Comunidade agradece o trabalho e empenho de todos. Parabéns!



## O Sr. Ministro da cultura visitou Antas



Pedro Adão e Silva esteve presente em Antas e visitou as cinco instalações artísticas, desenvolvidas no âmbito do projeto “Por um Galho”, que estão distribuídas ao longo de um percurso pedonal, nos trilhos do Parque Natural do Norte, Rio Neiva.

Na tarde do dia 24 de junho, por volta das 16h00, o ministro da Cultura, Pedro Adão e Silva, iniciou o Percurso Pedonal previsto para aquela tarde de sábado, acompanhado pelo Presidente da Câmara de Esposende, Sr. Arq. Benjamim Pereira, e demais vereadores, Presidente da Junta da Freguesia de Antas, Manuel José Sampaio, e muitas pessoas a acompanhar esta maratona. Baltasar Costa, em cima da ponte do Minante, deu as boas vindas aos presentes abrindo as cerimónias da tarde. Na entrevista, o Sr. Ministro falou sobre os recursos que são aplicados no setor da cultura.

A partir daí, deu-se início à visita à Ponte da Carvalha, Ponte do Sebastião, a nova

Ponte do rio Neiva, e, por último, a Foz do Rio Neiva.

“Por um Galho” é um projeto multidisciplinar, com as artes visuais como principal recurso expressivo. Tem como objetivo a inclusão e valorização da população sénior, através do seu envolvimento na conceção, execução, exposição e apresentação performativa de 5 instalações artísticas site-specific, efémeras e biodegradáveis, construídas com material 100% natural (em particular com plantas invasoras), provenientes do Parque Natural Litoral Norte. As peças, desenvolvidas em co-autoria com os participantes do projeto, são inspiradas nas histórias e vivências da comunidade relacionadas com os espaços naturais onde são expostas. O projeto pretende valorizar os conhecimentos e competências das pessoas mais velhas, enquanto promove a aquisição de novas aprendizagens, a estimulação cognitiva, o bem-estar e a valorização pessoal.

Pedro Adão e Silva fez, pela segunda vez, neste ano, uma visita a Antas, pois, o Ministro da cultura, já havia estado em Antas este ano de 2023, mais exatamente no dia 19 de janeiro passado, em visita às instalações da Instituição GRASSA (Grupo de Ação de Solidariedade Social de Antas), que tem como presidente Baltasar Costa, para se inteirar do projeto “Por um Galho”, Intervenção Social e Artística pela Natureza, que recentemente venceu o prémio internacional “Amateo Award 2022”.

Nereides Martins

## Ainda o encerramento do Centro de Saúde de Apúlia e Fão – Polo de Apúlia

A propósito do tema em título, recebemos na nossa redação duas Notas de Imprensa, a primeira do BE e a segunda da Comissão Concelhia de Esposende, da CDU, de que transcrevemos pequenos extratos. Assim, com data de 17 de maio passado, assinada pela deputada Catarina Martins, o BE dirigiu ao Governo, por intermédio do Ministério da Saúde, um conjunto de perguntas, no sentido de obter respostas concretas e rápidas. De entre outras questões importantes que integram a Nota de Imprensa, pode ler-se que a unidade Apúlia tem “5 médicos, abrange um total de 9360 utentes, de 4 freguesias do concelho de Esposende. Dos 9360 utentes 1331 não têm médico de família. O polo de Apúlia encerrou de forma “temporária” no dia 29 de novembro de 2022. (...) É do conhecimento público que o encerramento era provisório (...). Ora, passados mais de seis meses do encerramento da Unidade de Cuidados de Saúde e apesar das promessas de encontrar um espaço alternativo que garantisse continuar a prestar cuidados de saúde de proximidade aos utentes de Apúlia, a população tem de se deslocar ao polo da Unidade de Saúde de Fão para ter consulta. Em causa está uma população maioritariamente idosa, residentes numa localidade com pouca oferta de transportes públicos (...). Segundo denúncias, a população tem de se deslocar de madrugada para conseguir obter uma consulta. Atendendo ao exposto, e ao abrigo das disposições constitucionais e regimentais aplicáveis, o Grupo Parlamentar do Bloco de Esquerda vem por este meio dirigir ao Governo, através do Ministério da Saúde as seguintes perguntas:

1. Tem o Ministério da Saúde conhecimento da situação?
2. Já estão apuradas as causas para a deterioração da qualidade do ar no edifício do Pólo de Apúlia? Se sim, quais?
3. Que diligências têm sido efetuadas com a junta de freguesia e a Câmara Municipal para que seja encontrada um espaço alternativo?
4. Quais as razões para que esse espaço ainda não tivesse sido encontrado?
5. Qual a previsão para a reabertura da Unidade de Cuidados de Saúde Personalizados de Apúlia?
6. Reconhece o Governo a importância deste polo da Unidade de Cuidados de Saúde?”

Palácio de São Bento, 17 de maio de 2023.

A deputada Catarina Martins”.

## A CDU também continua a pugnar pela reabertura do Centro de Saúde de Apúlia

Entretanto, da Nota de Imprensa que nos chegou, proveniente da Comissão Concelhia de Esposende da CDU, transcrevemos também extratos. Assim, pode ler-se “a Comissão Concelhia de Esposende da CDU, para dar expressão ao descontentamento da população de Apúlia, lançou, no dia 17 de junho passado, um Abaixo-Assinado em defesa da reabertura do Centro de Saúde de Apúlia - Extensão de Saúde de Apúlia e Fão, polo de Apúlia. Anteriormente, em março, na sessão pública “Viver melhor na nossa terra”, os apulienses presentes afirmaram que o encerramento deste serviço público, essencial para a população de Apúlia, configura um claro desrespeito para todos, principalmente para a população mais idosa. Agora, do contacto direto com os apulienses, verificamos o desânimo de alguns, a confiança de outros pelo início das obras em setembro próximo, e, como denominador comum, constatamos o descontentamento com a permanência do encerramento da unidade de saúde. Após o encerramento desta unidade de saúde, o PCP já fez várias ações junto de entidades responsáveis pelos Serviços de Saúde neste país. Com efeito, no dia seguinte ao fecho, em 2 de dezembro de 2022, apresentou um Requerimento à Assembleia da República dirigido ao Ministro da Saúde onde questionou os motivos do encerramento e a data prevista para a reabertura do Centro de Saúde. Questionou, também, sobre quais as medidas tomadas para minimizar os prejuízos causados aos utentes desta unidade, decorrentes do seu encerramento temporário.

Em dia 14 de janeiro, o PCP promoveu uma Tribuna Pública no Largo da Senhora da Guia, com a participação do Deputado na Assembleia da República Alfredo Maia. Nesta iniciativa foi divulgada a resposta do Ministério da Saúde ao PCP, onde é referido que a “Direção Executiva do ACES, em colaboração com a União de Freguesias de Apúlia e Fão e a Câmara Municipal de Esposende, procura um espaço alternativo que permita continuar a prestar os cuidados assistenciais à população com maior proximidade. (...)”

O Abaixo-Assinado, disponível em muitos espaços comerciais de Apúlia, foi entregue a diferentes entidades com responsabilidades na solução do problema: Presidente da Junta de Freguesia, Presidente da Câmara, Presidente do Agrupamento de Centros de Saúde – Cávado III, Assembleia da República e Governo.

A Comissão Concelhia de Esposende da CDU”

## Moção aprovada por unanimidade alerta para a falta de segurança na A-28



O Executivo Municipal de Esposende aprovou, por unanimidade, em reunião da Câmara Municipal realizada no dia 15 de junho passado, uma moção que reclama a adoção de medidas suplementares de segurança, que reduzam a sinistralidade na A28, Auto-Estrada do Litoral Norte.

“Propõem-se que a Câmara Municipal de Esposende, delibere recomendar à Concessionária da A28 que avance, de imediato, com as medidas de segurança tidas por necessárias para a redução da sinistralidade grave e muito grave, verificada entre os nós de Esposende e Antas, seja através da correta informação dos condutores para a drástica redução da velocidade, seja pela criação de uma via especial de circulação de veículos lentos, nos sentidos norte sul e sul norte”, lê-se na moção.

O conteúdo desta moção será dado a conhecer à Concessionária da A28, à Infraestruturas de Portugal, ao Ministério das Infraestruturas e da Habitação e ao Ministério da Administração Interna e pretende alertar para a urgência em dotar esta via de comunicação de mais e melhores dispositivos que assegurem a efetiva segurança em pontos sensíveis, onde a sinistralidade grave ou muito grave é elevada. O Executivo alerta para o facto de ser do conhecimento público que a A28 foi concebida, numa fase inicial, para ser considerada como via de itinerário principal.

“No âmbito daquelas que são as competências dos Municípios, de assegurar a defesa das condições de segurança das suas populações e do seu território, tem a Câmara Municipal de Esposende acompanhado, com preocupação, as diversas ocorrências em que participam os nossos agentes de proteção civil, decorrentes de acidentes graves e muito graves que acontecem em troços específicos da A28”, vinca a moção aprovada.

Defende moção aprovada defende a construção de vias especiais para circulação de veículos lentos, permitindo acomodar a drástica redução da velocidade dos pesados, face à velocidade média de circulação, diminuindo desta forma muitos dos acidentes graves e muito graves que se verificam neste troço. E, até à concretização dessa via especial de circulação de veículos pesados, reclama-se a instalação imediata de um reforço de sinalização vertical e horizontal, capaz de identificar, com a devida distância de segurança, a existência de local em que a redução drástica da velocidade se verifica.

“Não pode perpetuar-se a atual situação que, a cada dia que passa, coloca em risco quem circula por esta importante via de comunicação, causando danos irreparáveis na vida das pessoas, infelizmente e vezes demais, com a perda de vidas”, conclui a missiva enviada à concessionária da A28, à Infraestruturas de Portugal, ao Ministério das Infraestruturas e da Habitação e ao Ministério da Administração Interna.

PUB

**Graficamares Lda**®

Rua Parque Industrial Monte de Rabadas, 10 - 4720-608 Prozelos - Amares  
 Tel. 253 992 735 / 253 995 297 Fax 253 995 298  
 Email geral@graficamares.pt Site www.grficamares.pt

PMELIDER  
 FSC

**25 ANOS**

Artes Gráficas

## futebol

**Esposendense Tiago Pinheiro na subida do S.C. Fareense**


O treinador Tiago Pinheiro, natural de Mar, Esposende, foi uma peça fundamental para a subida de divisão do S.C. Fareense à 1ª Liga de Futebol. O técnico Tiago Pinheiro, que já tem um importante percurso como treinador, tendo iniciado a sua caminhada na A.D. de Esposende, na época 2022/2023, trabalhou com Mister José Mota, no Fareense, equipa onde vai continuar, agora na 1ª Liga Portuguesa de Futebol, o que é um orgulho e uma mais-valia na carreira deste mareense.

Segundo referiu à nossa reportagem, a sua função dentro da equipa técnica é de treinador

adjunto “virado essencialmente para o trabalho de análise e performance” da equipa.

Em relação ao feito brilhante da subida do Fareense, salientou que “atingir a subida de divisão é um marco que fica na história de todos os intervenientes.

O Sporting Clube Fareense é o clube mais antigo do Algarve, pois foi fundado em 1 de abril de 1910.

Sampaio Azevedo

**Jó Faria será o novo treinador da ADE**


• DIDI, JÓ FARIA, JOSÉ BARBOSA E PEDRO MACIEL

José Barbosa, em funções de Presidente da Direção da ADE, terá já constituída a equipa técnica para o futebol sénior do seu clube. Assim, Jó Faria regressará à ADE, para treinar a equipa sénior; Edgar Morais (Didi) será coordenador do mesmo escalão; e Pedro Maciel continuará como Diretor Desportivo.

Fonte: Novo Fangeiro

## canoagem

**GCDR de Gemeses venceu o nacional de esperanças**


• GCDR DE GEMESSES – MEDALHA DE OURO

Depois de já ter vencido a 1.ª etapa, em Minas de São Domingos, Mértola, e também a 2.ª, realizada em Marecos, Gondomar, ao vencer agora nas águas do Rio Cávado, no concelho de Esposende, a 3.ª etapa, numa prova realizada

no fim-de-semana de 8 e 9 de julho corrente, em Gemeses, o GCDR de Gemeses sagrou-se campeão do Nacional de Esperanças, na modalidade de canoagem, conquistando o pleno ao vencer as três provas.

Em Gemeses, o clube anfitrião totalizou 1.326 pontos e conquistou o 1.º lugar; o CN de Ponte de Lima obteve o 2.º lugar, com 1.088 pontos; o 3.º lugar coube a outro clube do concelho de Esposende, no caso o Club Náutico de Fão, que somou 822 pontos. O outro clube do nosso concelho, Rio Neiva-ADA, classificou-se, na prova em Gemeses, no 28.º lugar, com 64 pontos, de entre 48 clubes presentes, provenientes dos mais diversos pontos do país.

Individualmente, o GCDR de Gemeses, na prova que organizou, festejou 7 títulos individuais, tendo sido galardoado com a medalha de ouro 9 atletas a saber: Maria Sousa, Lara Lopes, Mariana Marinha, Francisco Faria, Filipe Branco, João Lima/Gonçalo Miranda e Afonso Figueiredo/William Sampaio.



• CN DE FÃO – MEDALHA DE BRONZE

Por sua vez, e também individualmente, pelo CN de Fão alcançaram o 1.º lugar as seguintes 5 atletas, que conquistaram 3 títulos: Bárbara Silva/Maria Peixoto, em K2 Iniciado Feminino; Catarina Lima/Sofia Marques, em K2 Infantil Feminino; e Letícia Fernandes, em K1 Mínimo Feminino.

## badminton

**Hugo Campos no Campeonato da Europa**


O atleta Hugo Campos, do Clube de Badminton da Escola António Correia de Oliveira, em Esposende, foi convocado para o campeonato da Europa de sub 17, a realizar em Vilnius, Lituânia, entre 4 e 12 de agosto.

A técnica do Clube de Esposende, Nathalie Gonçalves, realça que esta convocatória da Federação Portuguesa de Badminton constitui “um grande orgulho para todos e, muito especialmente, para o nosso atleta Hugo Campos, pela sua dedicação à modalidade. Por outro lado, vai ser um momento importante de aprendizagem e uma experiência gratificante para o Hugo, que está de parabéns. Só nos resta desejar os melhores sucessos ao atleta”, referiu a técnica.

Esta convocatória é, ainda, extensível ao estágio de preparação que se realiza entre os dias 29 de julho a 3 de agosto, no Centro de Alto Rendimento de Badminton das Caldas da Rainha.

Sampaio Azevedo

## karaté

**Joninhas Vilar venceu Taça Nacional na Maia**

Decorreu, no dia 4 de junho passado, na cidade da Maia, a Taça Nacional da Associação Portuguesa Okinawa Goju-Ryu Karaté. A equipa do Bushido AK, liderada pelo Sensei Jonas Vilar, teve uma prestação notável, com a vitória na categorias de sénior masculino por Joninhas Vilar.

A equipa esposendense também obteve outras vitórias como aconteceu, em cadete feminino, por Catarina Teixeira, e ainda em júnior feminino, graças a Olívia Campos. A equipa do BAKE, trouxe ainda mais duas medalhas de bronze, com o 3.º lugar obtido por Luana Lopes, em iniciado feminino, e Carlos Costa, em cadete masculino.

Fonte: Novo Fangeiro

## atrelagem

**Intersped team participou no Combinado de Maratona de Atrelagem da Feira do Cavalo de Ponte de Lima**


No passado fim-de-semana de 8 e 9 do corrente mês de julho, disputou-se a 3.ª jornada do Campeonato Regional Norte de Combinados de Maratona de Atrelagem, no picadeiro da Expolima, inserida na programação da Feira do Cavalo de Ponte de Lima, que decorreu entre os dias 6 a 9 de julho.

Bernardo Vilarinho Losa e Patrícia Figueiredo, que representam a Intersped Team, voltaram a vencer, na Classe de Pónei Singular, e lideraram o Campeonato Regional.

A equipa estreou-se na Classe de Cavalo singular, obtendo o 2º Lugar da Classificação, a 3 segundos do vencedor.

Bernardo e Patrícia, com o Pónei Timo, voltaram a obter o melhor tempo de pista da jornada, prova composta por 12 cones e 2 obstáculos maratona, com a participação de 21 equipas, em diversos escalões.

Francisca Losa Photography

PUB



Avenida 19 de Agosto, loja A, 2452 - 4740-575 - Marinhas  
 tel.: 253 986 294 | 253 962 421 | martinsrogeriom@gmail.com

PUB



Av. da Igreja 9, 1G  
 4740-571 Esposende  
 T. F. +351 253 986 032  
 M. +351 936 380 517

Praça D. Maria II 138, Lj. 14  
 4900-489 Viana do Castelo  
 T. F. +351 258 847 099

www.vcspt.com  
 vcs.geral@hotmail.com



**JULHO, AGOSTO E SETEMBRO  
MAIS DE 100 EVENTOS  
PARA ANIMAR O SEU VERÃO!**

