

Siamo in Due
 RISTORANTE & PIZZERIA

by Chef Vitor Teixeira

www.siamoindue.pt | Telm: 936 659 540 | Tlf: 253 968 236 | facebook.com/siamoindue

Os melhores destinos, a melhor qualidade, o melhor preço

solwest
 ESPOSENDE - RUA DO AÇÚCAR, 3
 Tel. 253 965 066

o mundo na palma da mão

publizende

253 968 001 | correio@publizende.com

Semanário informativo e regionalista | Diretora: Bruna Palmeira | Sai às quintas-feiras | Gratuito | 17 de maio de 2018 | n.º 2

ESPOSENDE

SEMANÁRIO

MUNICÍPIO “NA LINHA DA FRENTE” NA DEFESA DOS ANIMAIS

Apresentação do Plano Estratégico para o Bem-Estar Animal. PÁGINA 2



DESPORTO INICIADOS - MARINHAS SOBE AO CAMPEONATO NACIONAL PÁGINA 10

FREGUESIAS
 REQUALIFICAÇÃO
 DO POLIDESPORTIVO
 E ZONA ENVOLVENTE
 DE ANTAS

PÁGINA 6



DESPORTO
 CIRCUITO
 BODYBOARD

PÁGINA 8



ATUALIDADE
 NOVA
 ASSOCIAÇÃO
 NO CONCELHO

PÁGINA 12

m.carreira
 Automóveis

DESDE 1980

HOT SPOT
 CENTRO DE ESTUDOS

O futuro és tu!

919 648 971

Esposende está “na linha da frente” na defesa dos animais

O município apresentou o Plano Estratégico para o Bem-Estar Animal.

FÁBIA VALE
fabriavaleesposendesemanario@gmail.com

No passado dia 15, foi apresentado, numa sessão realizada no Centro de Informação Turística, o Plano Estratégico para o Bem-Estar Animal, que coloca o município no pelotão em termos das políticas de defesa de animais.

Será uma mudança de paradigma no que toca à proteção e bem-estar animal, refere Benjamim Pereira, em particular dos animais de companhia. As alterações legislativas que se traduzem em acrescidas competências às autarquias locais, deviam ser acompanhadas do respetivo apoio financeiro por parte do Estado. Um desafio que o Município abraça com forte sentido de responsabilidade, afirma o autarca, expressando orgulho em ser Presidente da Câmara Municipal no arranque deste projeto, que contempla um conjunto alargado de medidas e que envolve diversas entidades.

“Satisfaz-me imenso saber que o município terá forma de ajudar os animais.”

No âmbito deste plano, a C. M. Esposende assinou um protocolo com a Ordem dos Veterinários, que representa um investimento de cinco mil euros por ano e visa a promoção de políticas de saúde animal, nomeadamente o programa Cheque Veterinário, que se foca na criação de campanhas de promoção de bem-estar animal, na prevenção do abandono e no controlo da população de animais errantes. Combatendo a problemática do “aumento descontrolado da população animal”. E com os Bombeiros Voluntários de Fão, que o protocolo enquadra um mecanismo de intervenção no resgate de animais feridos abandonados no espaço público.

Os Bombeiros Voluntários de Fão, em Esposende, dispõem de uma ambulância exclusivamente para socorro a cães e gatos.

“É uma ambulância cujo equipamento é praticamente igual ao das que são



Ana Ribeiro - Veterinária ao serviço do município

utilizadas para o socorro humano, desde oxigénio a macas, tendo apenas a especificidade de estar também dotada de uma jaula”, explicou Gustavo Costa, daquela corporação.

Disponível 24 horas por dia, a ambulância para animais já está na estrada há cerca de dois meses, tendo sido requisitada, em média, duas ou três vezes por semana.

O plano, apresentado pela veterinária ao serviço do município, Ana Ribeiro, assenta em cinco pilares fulcrais, a sensibilização e educação, procedimentos de gestão, projetos de cariz operacional, desenvolvimento social e de inovação. Trata-se de medidas da maior relevância, referiu Benjamim Pereira, destacando ainda a importância da responsabilização.

Assim, está prevista a criação na cidade de espaços de interação para os animais e respetivos donos, como é exemplo o Parque de Agility.

O Plano integra o projeto “Rafeiro – uma raça com estilo”, que passa por estimular a adoção e evitar o abandono,

através de campanhas de educação e sensibilização nas escolas. Engloba ainda o “Pegadas”, um projeto de intervenção social que prevê a intervenção e interação de animais com grupos muito específicos, em que os animais terão papel de destaque junto de grupos de risco como idosos, pessoas com deficiência e crianças com necessidades educativas especiais, são outros dos destaques do plano.

Perante a atual realidade, por força da alteração da lei, que proíbe o abate de animais nos canis, cria-se um problema de sobrelotação dos espaços existentes. Esposende está a enviar os animais para o canil intermunicipal de Ponte de Lima e os municípios não têm condições financeiras para a criação dos centros de recolha oficiais (CRO), referiu o presidente, sublinhando que Esposende tem um ante-projeto para um centro que ronda os 800 mil euros.

A nível nacional os municípios são chamados à responsabilidade, mas tem de haver cooperação de todos os

municípios, “que adianta a Esposende ter um canil, quando outros municípios não o têm e vêm deixar os animais ao nosso”, refere Benjamim Pereira.

Este plano prevê o desenvolvimento de ações de informação/sensibilização incentivando à adoção, assim como a implementação imediata de uma campanha de esterilização de animais errantes, tanto de cães como de gatos, em plena articulação e parceria com as clínicas veterinárias do concelho.

A Veterinária Ana Ribeiro explicou, ainda, os procedimentos a adotar no caso de denúncias de animais errantes ou cadáver, de animais feridos, casos de sobrelotação ou saúde pública, bem como em situações de maus tratos e ruído de vizinhança, procedimentos estes que estão a ser finalizados em articulação com as autoridades locais, juntas de freguesia, entre outros parceiros, num processo em que se está a potenciar o envolvimento de todos, num trabalho que se pretende de cooperação em rede. ■



Prémios Viana de Lima distinguem estudantes de Arquitetura e Belas Artes da Universidade do Porto

Sabina Couto e Maria Mendonça vencem prémios “Viana de Lima”

Numa cerimónia realizada no Fórum Municipal Rodrigues Sampaio, o município de Esposende entregou, os Prémios Viana de Lima/Câmara Municipal de Esposende, destinados a distinguir os melhores estudantes dos cursos de Arquitetura (FAUP) e de Belas Artes da Universidade do Porto (FBAUP).

Os prémios destacam os dois melhores alunos dos cursos de Arquitetura e de Belas Artes da Universidade do Porto e surgem no âmbito do protocolo estabelecido entre aquela academia e a Câmara de Esposende, dando cumprimento à vontade, expressa em testamento, do arquiteto Viana de Lima.

Sabina Manuel Monteiro Couto e Maria Isabel Lopes Mendonça receberam o prémio “Viana de Lima” de pintura e arquitetura, respetivamente.

«A melhor forma que têm de honrar a memória de Viana de Lima é ter sucesso», afirmou o presidente da Câmara de Esposende, Benjamim Pereira.

Em representação do Reitor da Universidade do Porto, Miguel Carvalhais destacou a relevância dos prémios Viana de Lima, enquanto «instrumento de apoio às artes», que considerou «uma profis-



são muito arriscada e muito precária». A atribuição dos Prémios Viana de Lima decorre de um protocolo estabelecido, em 2010, entre a Câmara Municipal de Esposende e a Universidade do Porto, mediante o qual o Município assumiu a gestão da Casa das Marinhas, da autoria do Arquiteto Esposendense Viana de Lima e propriedade da Universidade do Porto, comprometendo-se a distinguir, anualmente e durante 30 anos, com um pré-

mio pecuniário individual de 2000 euros, os dois melhores alunos dos cursos de Arquitetura e de Belas Artes, sendo que, findo esse prazo, o imóvel passa a ser propriedade municipal. Benjamim Pereira reconheceu que se trata de um “excelente negócio”, vincando que compete ao Município honrar o legado e dar cumprimento à vontade do Arquiteto Esposendense.

A sessão, que contou com a presença do Presidente da Câmara Municipal, Ben-

jamim Pereira, integra o programa evocativo em memória de Viana de Lima, que, além da entrega destes prémios, inclui a apresentação de um documentário sobre Viana de Lima e foi abrilhantada por um momento musical, com interpretação de obras do período barroco, por Diogo Zão ao piano e Alexandre Ferreira ao violino, bem como pela declamação de poemas de Alberto Caeiro por Ana Coutinho e Castro. ■

Exposição “A Terra, o Homem e o Mar”



Nos 100 anos do nascimento do esposendense Belemino André Ribeiro, muito mais do que uma homenagem ao Homem, é comemorar e homenagear Esposende, os seus costumes, cultura, história e gentes, que ele, com um talento ímpar, representou e deixou em legado à sua terra. Promovida pelo Museu

Marítimo de Esposende e com a colaboração da Associação Humanitária dos Bombeiros Voluntários de Esposende, a exposição está patente e pode ser vista gratuitamente, no Salão Nobre Rocha Gonçalves, da AH Bombeiros Voluntários de Esposende até 31 de agosto, no horário das 14,00 às 18,00 horas. ■

O PINIÃO

MÁRIO FERNANDES

Esposende Semanário

A existência de uma imprensa plural, imparcial e diversificada, enriquece e muito uma sociedade. É por isso que vejo com especial satisfação o aparecimento deste novo projeto editorial “ESPOSENDE SEMANÁRIO” no nosso concelho. Fico

contente por ver que um amigo, que já deu provas de imparcialidade e competência nesta área, volta a apostar num meio de comunicação de abrangência concelhia e regional.

Que a informação seja levada aos leitores, pois uma sociedade bem informada é sempre muito mais exigente, mais interventiva e até mais fiscalizadora dos poderes instituídos. Um concelho como o nosso, embora de pequena dimensão, é um concelho com grande dinâmica e com permanente atividade, fruto da existência de

instituições, tanto públicas como privadas, com grande dinamismo. Temos a sorte de ter associações, clubes e instituições que promovem inúmeras atividades, dirigidas aos mais diversos públicos e que assim as podem ver promovidas e noticiadas.

À equipa redatora que, entretanto, conheci, sabendo que vai ter sucesso, não deixo de lhes lembrar as dificuldades com que se vão deparar, num concelho pequeno como o nosso, principalmente por se tratar de uma publicação com periodicidade semanal. Sei que estão cheias de vontade

de mostrar um bom trabalho, certamente diferente daquilo que vem sendo feito por outros, mas sempre com a máxima isenção, imparcialidade e de grande qualidade.

Desejo-lhes, a todos – proprietários, jornalistas, redatores e colaboradores, os maiores sucessos, as maiores felicidades e muitos e longos anos de vida. Quanto ao convite que tiveram a amabilidade de me dirigir, poderão sempre contar com a minha disponibilidade e colaboração.

Um abraço, forte, a toda a equipa e aos leitores.

HÉLIO BRITES

“Vale um Charuto”

COMBATE AOS INCÊNDIOS

“Os charutos são folhas secas de tabaco envoltas por uma folha inteira, preparadas em forma de rolo, para serem fumados. São compostos por três partes, a Capa a parte exterior do charuto, que neste caso será o título da rubrica. O Miolo, o rolo de folhas de tabaco, o assunto num nível regional e local, envolvido pelo Capote, a folha colocada para envolver o miolo, o tema da atualidade de modo a dar-lhe um formato uniforme ao serem pensados. Segundo os apreciadores, os charutos são para serem degustados. Há todo um ritual para a degustação de um charuto, que envolve a forma de armazená-lo, o corte, a forma de acendê-lo e o acompanhamento com vinho do porto, um uísque ou um conhaque.

Será este o meu desafio, escrever sobre um tema da atualidade todas as semanas para este espaço, onde o conteúdo terá que “valer um charuto”.

Esta semana e sendo já este, o segundo número deste jornal, serve a introdução para fazer valer a intenção e assim passar já para a capa ou o título da rubrica, COMBATE AOS FOGOS.

O Capote que envolve o Miolo com as seguintes ideias e opiniões:

A mensagem não pode ser de COMBATE AOS FOGOS, mas sim de PREVENIR OS INCÊNDIOS. Existem mais aplicações informáticas para a questão dos incêndios, do que equipamentos para o efeito. A gestão do problema é uma anarquia total de intenções de interesses, uma incompetência desesperante. Deputados de tudo e que de tudo falam, mas nada dizem, porque



de nada sabem, um fogo é para apagar e as pessoas são para salvar, certo? Falar de fogos numa época de pouca chuva de dinheiro! Onde está o dinheiro dos leilões da madeira queimada? Esta novela dramática dos incêndios é a narração da cultura da proteção divina e do improviso. Valha nos Deus e o nosso cantinho.

No nosso Miolo, os incêndios vão ser prevenidos e iremos ao combate com os nossos voluntários, que muito tem feito e bem feito. Não será a altura de

profissionalizar um dos quartéis, para cobrir uma área que engloba 15 freguesias, mais de 35.000 habitantes, com mais de 80 km de percursos pedestres e que é atravessado pelos caminhos de Santiago, que denota uma afluência nunca vista? Numa altura em que se vive o momento do Turismo em Portugal, o Norte e Esposende em particular, têm de pensar os seus meios de socorros e de proteção civil numa escala mais ampla, não se fechando só nas necessidades quotidianas, mas num contributo positivo

para garantir a segurança dos nossos e dos que nos visitam.

Não devendo apagar o charuto como diz o ritual, vamos deixar que ele se apague sozinho e com a dignidade que merece, mas num local seguro e longe de provocar um incêndio. Todos nós devemos ter essa consciência de não provocar incêndios e denunciar, quem os provoca.

“Valeu um charuto.”

SOLAR



253 969 230



so-lar@so-lar.com.pt

DESIGN E DECORAÇÃO DE INTERIORES
ACOMPANHAMENTO DE PROJETO
MOBILIÁRIO PERSONALIZADO
PROJETOS 3D

DIFERENTES GERAÇÕES NOS PASSADIÇOS DE FÃO

“Dar vida aos anos e no envelhecimento activo”

LUÍS “CÓCHINHA”

Na comemoração do dia mundial da família e inserido no programa “Dar vida aos anos e no envelhecimento activo”, realizou-se no dia 15 de maio uma caminhada pedestre pelos passadiços da vila de Fão.

Um numeroso grupo de pessoas composto por diferentes gerações oriundos de diversas freguesias de Esposende juntaram-se nas imediações do quartel dos Bombeiros

Voluntários de Fão, para participar numa caminhada que os levou do local de encontro até ao Caldeirão e retorno através do passadiço na margem do rio Cávado.

Gerações com idades compreendidas entre os 4-5 anos, até aos mais idosos que se preparam para dentro de quatro ou cinco anos celebrarem a linda idade da centena de anos. O alegre e ruidoso encontro começou com uma grande animação

musical com “todos” a dançar, músicas e com a animação dos professores da Esposende 2000 complementaram a alegria deste evento. Foi lindo de ver a felicidade dos mais idosos, acompanhados pelas carinhosas e zeladoras do Lar da Santa Casa da Misericórdia da Fão e da Askra de Apúlia.

Esposende Semanário entrevistou a Vice-Presidente da Câmara Municipal de Esposende, Alexandra Roeger, que ao mesmo tempo também é vereadora da Coesão Social e que nos disse.

“Estou aqui nesta iniciativa com muito gosto, de facto é mais uma das actividades promovidas no âmbito social, em parceria com a Esposende 2000. Temos aqui todo um conjunto de pessoas e de gerações que vão participar esta manhã numa



caminhada, sendo uma iniciativa que tem todo o interesse e toda a representatividade, nomeadamente nas questões associadas ao bem estar físico e emocional, à partilha e usufruto desta fantástica e magnífica vista do rio Cávado, pois temos aqui uma marginal fabulosa para passear e conviver.

Este encontro de gerações

é sempre uma mais valia para todas as crianças, pois elas apercebem-se das dificuldades dos mais idosos e sensibilizam-se para estas questões. Por outro lado os mais idosos tem também uma alegria acrescida ao verem todas estas crianças felizes aqui a correr, portanto é uma iniciativa muito interessante. ■



Auto4You



Audi A3 Sportback 1.6 TDI
Ano: 2013/10
Valor: 17 780€



Jaguar XE Prestige 2.0D Auto
Ano: 2016/07
Valor: 35 990€



Mercedes CLA 200 CDI Auto
Ano: 2013/08
Valor: 29 490€



253 777 558 - 963 201 946 - geral@auto4you.pt - www.auto4you.pt - f : auto4you Rua da Fábrica, n.º 70 Pavilhão F, Gandra, 4740-010 Esposende

EURO REPAR
CAR SERVICE

Auto4You

MANUTENÇÃO | REPARAÇÃO | MULTIMARCA

PASTILHAS DE TRAVÃO
COM MONTAGEM INCLUÍDA



desde
49€*

*válido para motorizações 1.1i

FAZER A REVISÃO
É BOM...

...PARA TODAS
AS MARCAS
POR APENAS **89€**
É AINDA MELHOR.



PALMEIRA DE FARO

JUNTA DE FREGUESIA REALIZA TRABALHOS DE MELHORIA NO CAMPO DE FUTEBOL EM PALMEIRA DE FARO

A Junta de Freguesia da União das Freguesias de Palmeira de Faro e Curvos está a realizar trabalhos de limpeza, manutenção e melhoria no campo de futebol de Palmeira de Faro. Importa dar dignidade ao espaço, para que os muitos jovens que aqui praticam desporto possam fazê-lo nas devidas condições. Esta intervenção resultou da

reunião realizada entre a Junta de Freguesia e o presidente da direção do Clube "Estrelas de Faro", onde foram identificadas algumas necessidades agora colmatadas. A Junta espera, durante o presente mandato, poder ver executada a instalação de um relvado. De seguida será realizada uma intervenção no campo de futebol de Curvos. ■



VILA-CHÃ

VILA-CHÃ PREPARA-SE PARA MAIS UMA GALAICOFOLIA



Vendedores já podem inscrever-se para a galaicofolia. Decorre, até 31 de maio, o prazo de inscrição de vendedores para participação no Mercado Romano e Espaço Zythos, na edição de 2018, da "Galaicofolia – 2000 anos de festa!", de Esposende.

O município adiantou que o evento que decorre nos dias 20, 21 e 22 de julho, no Castro de S. Lourenço, em Vila Chã, recria o modus vivendi da aldeia galaica de há 2000 anos.

A iniciativa é promovida pela Câmara Municipal, em parceria com a Junta de Freguesia de Vila Chã. Insere-se no Plano Estratégico de Desenvolvimento do Turismo e visa "promover a cultura, a arte, o artesanato, a gastronomia e a enogastronomia do noroeste peninsular, área de influência da Cultura Galaica".

Podem candidatar-se como vendedores a estes espaços da Galaicofolia artesãos, mercadores, místicos e vendedores de produtos enogastronómicos (cerveja artesanal, cidra, hidromel, tapas variadas, etc) que se enquadrem nesta recriação histórica.

O regulamento para participação pode ser consultado no site do evento - www.galaicofolia.com, nas áreas Mercado Romano e Espaço Zythos. As candidaturas podem ser remetidas por correio, para a morada: Município de Esposende Galaicofolia, Praça do Município, 4740-223 Esposende, ou para o e-mail info@galaicofolia.com, podendo ainda ser entregues em mão na portaria da Câmara Municipal de Esposende. ■

Junta de Freguesia de Vila Chã, recebe apoios da Câmara Municipal

Em causa está a atribuição de uma verba de 2400 euros, destinada a financiar a requalificação do acesso pedonal ao cemitério paroquial, património da freguesia de Vila Chã.

Considerando a escassez de recursos financeiros das Juntas de Freguesia, a Câmara Municipal continua, deste modo, a atender às solicitações das autarquias locais, dando resposta também às reivindicações das populações.

ANTAS

POLIDESPORTIVO E ZONA ENVOLVENTE REQUALIFICADOS EM ANTAS

A freguesia de Antas, viu, no passado dia 12 de maio, inaugurado a requalificação do novo polidesportivo e zona envolvente.

A intervenção a cargo do Município de Esposende correspondeu a um investimento de 170 mil euros e resultou de protocolo entre a Junta de Antas e a Fábrica da Igreja Paroquial.

«A obra incluiu a reabilitação do equipamento desportivo e da área envolvente, propriedade da paróquia, embelezando e dignificando, ainda mais, o já distinto centro cívico da

freguesia», frisou o presidente da Câmara de Esposende, Benjamim Pereira, notando que «o acordo prevê ainda a construção de sanitários e iluminação no adro de Santa Tecla».

O presidente da Câmara, Benjamim Pereira, lembrou ainda obras que estão a beneficiar aquela freguesia, como casos de requalificação de uma rua, a ponte da Ecovia do Litoral Norte, a reabilitação da antiga EB de Azevedo para Centro Social, substituição das coberturas em fibrocimento da EB de Guilheta.

«Em breve vamos pintar o edifício», disse.

Lembrando que os recursos financeiros são escassos, o que obriga a definir prioridades, Benjamim Pereira deixou a garantia de continuidade do investimento em todas as freguesias do concelho.

Na inauguração daqueles melhoramentos, coube receberem os convidados, os dois obreiros mais visíveis do empreendimento, que são o presidente da Junta de Freguesia de Antas, Sr. José Viana, e o padre Manuel Brito, presidente da Fábrica

da Igreja Paroquial de São Paio de Antas, ambos elogiados por Benjamim Pereira, que

enalteceu também as forças vivas. ■



FREGUESIAS

INFORMAÇÃO
LOCAL

CURVOS

CELEBRAÇÃO DO DIA INTERNACIONAL DA FAMÍLIA

O Dia Internacional da Família é celebrado todos os anos no dia 15 de maio, desde 1994, tendo sido instituído pela ONU.

O Centro Social da Paróquia de Curvos, numa iniciativa inédita, decidiu antecipar a data e comemorar o dia internacional da família, dia 13, com a celebração de uma eucaristia dedicada à família, dinamizada pelos utentes das diversas valências e com a presença de pais/encarregados de educação, cuidadores entre outros familiares. “Foi bonito ver a igreja paroquial repleta de crianças, jovens e idosos num encontro geracional enriquecido pelas dinâmicas partilhadas.”

Toda a eucaristia foi preparada ao pormenor e a intervenção dos utentes devidamente gerida para que todos participassem na celebração. Grupos de cantores, leitores, acólitos, cestos de esmolas e um magnífico ofertório solene fizeram parte e abrilhantaram uma eucaristia rica em partilha e participação.

Foi intenção do CSPC, desenvolver esta atividade de comemoração do Dia Internacional da Família tendo como principais objetivos, destacar:

A importância da família na estrutura do núcleo familiar e o seu relevo na base da educação das crianças.

Reforçar a mensagem de união, amor, respeito e compreensão necessárias para o bom relacionamento de todos os elementos que compõem a família.

Chamar a atenção dos utentes para a importância da família como núcleo vital da sociedade e para os seus direitos e responsabilidades.

Sensibilizar e promover o conhecimento relacionado com as questões sociais, económicas e demográficas que afetam a família.

A eucaristia iniciou-se com uma breve introdução pela Presidente da Direção, que deu as boas vindas a todos os utentes, familiares e amigos e na qual deu relevo aos objetivos atrás mencionados.

Na homília proferida pelo pároco Armindo Patrão de Abreu, também ele utente do CSPC e Órgão de Vigilância do mesmo, foi dada ênfase ao papel da família na educação cristã das crianças, à importância da mesma na educação dos futuros cidadãos que se pretendem ativos, criativos e dinâmicos numa sociedade cada vez mais exigente.

A celebração terminou com a entrega de um pedido pessoal a Nossa Senhora de Fátima que cada utente escreveu e depositou junto ao andor em sinal também da dedicação à Senhora de Fátima, neste dia 13 de maio, tão marcante para os crentes.

No final da Eucaristia houve uma visita guiada ao CSPC e a atividade terminou com um grande lanche no Salão Paroquial em que se promoveram o convívio e o encontro intergeracional.

Deixamos a todos uma mensagem de otimismo relativamente às famílias,



uma célula tão importante na sociedade, que a move e a determina.

Família é presente de Deus! A família não é perfeita, mas é a de cada um. É onde Deus colocou cada um para ser feliz. Todas as nossas riquezas estão no amor, na harmonia e na presença

de Deus nas nossas vidas. Os valores devem assentar no respeito, na cumplicidade e na união. Sabemos que nem sempre acertamos, mas devemos procurar em Deus sermos melhores para que na nossa família haja sempre a bênção do Senhor. ■

BELINHO

PEREGRINAÇÃO À SENHORA DA GUIA



A peregrinação arciprestal de Esposende realiza-se no 3.º domingo de maio. Este ano coincide com a Festa do Espírito Santo e com a Festa da Família. De acordo com a organização pastoral da paróquia, determinou-se que neste domingo apenas seja celebrada uma eucaristia, às 8:30 horas, na igreja matriz, principalmente para aqueles que não poderão integrar-se na peregrinação arciprestal.

Dado assinalar-se a Solenidade do

Pentecostes, e não havendo outras eucaristias nos horários habituais, convidamos todos os paroquianos a marcarem presença na vigília de Pentecostes, a celebrar no sábado, dia 19, pelas 21:30 horas. A animação litúrgica da peregrinação à Senhora da Guia está confiada à paróquia de Mar.

Como habitualmente, espera-se grande adesão de todos os marinhenses nesta manifestação de fé a Nossa Senhora. ■

FÃO

Centro Escolar promove Festa da Primavera

A Associação de Pais e Amigos da Escola de Fão (APAEF), com o apoio da Junta de Freguesia, vai realizar no dia 19 de maio, no Centro Escolar,

uma Festa da Primavera, que se vai desenrolar durante a tarde e noite do próximo sábado.

O evento contará com uma feirinha, insufláveis, pinturas faciais, churrasco e arraial. A abertura terá lugar pelas 15:00 horas.

publizende®

O QUE FAZEMOS,
FAZEMOS BEM.

☎ 253 968 001

✉ correio@publizende.com

DESPORTO

Circuito de Bodyboard regressa a Esposende

Esposende é palco, nos próximos dias 19 e 20 de maio, do Circuito de Bodyboard do Norte, terceira etapa da competição. Estarão presentes os participantes nos escalões do Circuito de Bodyboard Esperanças, com oito categorias, Sub12, Sub13, Sub16 e Sub18, Sub18 Feminino, OPEN, Feminino e Masters.

De acordo com o município, merece destaque a presença na prova do atual campeão regional, o esposendense Tiago Castro. Já no dia 26 de maio e dando continuidade à forte aposta que o Município de Esposende está a desenvolver na área da formação, realiza-se o Circuito Nacional de Bodyboard Esperanças, prova oficial da Federação Portuguesa de Surf destinada aos Sub-12 e Sub-14, em competição onde são aguardados os melhores praticantes da modalidade.

O bodyboarding é uma disciplina de surfing que se caracteriza pelo facto de os praticantes surfarem deitados ("prone"), ou com um joelho apoiado na prancha ("dropknee").

A II Etapa do Circuito Bodyboard do Norte e a II Etapa do Campeonato Nacional de Bodyboard Esperanças são uma organização da Esposende Surf Team, em conjunto com a Federação Portuguesa de Surf e conta com o apoio da Câmara Municipal de Esposende. ■



Palestra de Nutrição para o Desporto



A Associação Desportiva de Esposende e o ADE - Projeto Solidário levam a cabo no dia 19 de maio, a Palestra de Nutrição para o Desporto.

Tendo como oradoras as nutricionistas Ana Lopes Martins e Rita Silva Marques que irão desde os fundamentos básicos da nutrição até a quais os lanches pré e pós prática desportiva, passando pelos alimentos a consumir. Nestas duas horas de palestra procura-se divulgar e elucidar sobre quais as melhores práticas alimentares para os praticantes de desporto. Tudo isto finalizando

num coffee break onde existirá lugar a uma degustação de produtos dos patrocinadores desta palestra!

A Associação Desportiva de Esposende endereça o convite a todos os desportistas e amantes de desporto em geral para marcarem presença nesta palestra.

Motivos mais do que suficientes para que os atletas, amantes de desporto, pais de atletas ou simplesmente entusiastas de uma vida mais saudável compareçam no Auditório Municipal de Esposende, pelas 16:00 horas. ■

DESPORTO

CAMPEONATO CONCELHIO DE FUTEBOL

TRAQUINAS Classificações 11ª jornada (4ª da 2ª Fase)											
CL	S	Clubes	J	V	E	D	Gol+	Gol-	Gol Av	FC	P
1º		GD Apúlia A	4	3	1	0	27	12	15	0	11
2º		UD Vila Chã	4	3	0	1	10	5	5	0	10
3º		AD Esposende A	4	3	0	1	15	7	8	0	10
4º	A	FC Marinhos B	4	2	1	1	18	14	4	0	9
5º		Forjães SC A	4	2	0	2	12	12	0	0	8
6º		FC Marinhos A	4	2	0	2	17	18	-1	0	8
7º		AD Esposende B	4	0	0	4	7	21	-14	0	4
8º		GD Apúlia B	4	0	0	4	3	20	-17	0	4
1º		CSJ Belinho	4	2	1	1	19	18	1	0	9
2º		CF Fão B	3	2	1	0	22	9	13	0	8
3º		Gandra FC A	4	2	0	2	11	17	-6	0	8
3º	B	EF "O Fintas"	3	2	0	1	8	8	0	0	7
5º		CF Fão A	3	2	0	1	24	8	16	0	7
6º		Gandra FC B	3	1	0	2	10	15	-5	0	5
7º		Forjães SC B	4	0	0	4	5	24	-19	0	4

BENJAMINS Classificações 11ª jornada (4ª da 2ª Fase)											
CL	S	Clubes	J	V	E	D	Gol+	Gol-	Gol Av	FC	P
1º		AD Esposende A	4	3	0	1	23	9	14	0	10
2º		FC Marinhos A	3	3	0	0	21	4	17	0	9
3º		EF "O Fintas"	3	2	0	1	22	5	17	0	7
4º	A	CF Fão A	3	2	0	1	8	5	3	0	7
5º		ADCS Criad	4	1	1	1	5	11	-6	1	6
6º		AD Esposende B	4	0	1	3	6	31	-25	0	5
7º		CSJ Belinho	3	0	0	2	1	21	-20	1	2
1º		Forjães SC	3	2	0	1	11	15	-4	0	7
2º		CF Fão B	3	2	0	1	20	8	12	0	7
3º	B	FC Marinhos B	3	2	0	1	16	17	-1	0	7
3º		GD Apúlia	3	2	0	1	12	5	7	0	7
5º		Gandra FC	3	0	1	2	5	11	-6	0	4
6º		UD Vila Chã	3	0	1	2	5	12	-7	0	4

INFANTIS Classificações 11ª jornada (4ª da 2ª Fase)											
CL	S	Clubes	J	V	E	D	Gol+	Gol-	Gol Av	FC	P
1º		FC Marinhos A	4	3	0	1	16	6	10	0	10
2º		EF "O Fintas"	3	3	0	0	11	1	10	0	9
3º		AD Esposende A	3	2	0	1	11	10	1	0	7
4º	A	CF Fão B	3	1	1	1	7	7	0	0	6
5º		FC Marinhos B	4	1	0	3	7	18	-11	0	6
6º		Forjães SC A	3	1	0	2	6	11	-5	0	5
7º		Gandra FC A	4	0	1	3	5	10	-5	0	5
1º		CF Fão A	3	3	0	0	29	2	27	0	9
2º		Gandra FC B	3	1	2	0	6	7	-1	0	7
3º	B	GD Apúlia	3	1	1	1	13	5	8	0	6
3º		AD Esposende B	3	1	1	1	8	8	0	0	6
5º		Forjães SC B	3	1	0	2	7	27	-20	0	5
6º		CSJ Belinho	3	0	0	3	4	20	-16	0	3

VETERANOS Classificações 8ª jornada										
CL	Clubes	J	V	E	D	Gol+	Gol-	Gol Av	FC	P
1º	AD Esposende	7	6	1	0	29	9	20	0	20
2º	SCM Esposende	7	6	0	1	34	18	16	0	19
3º	GCDR Esposende	7	5	1	1	24	18	6	0	18
4º	DR Estrelas do Faro	7	4	2	1	19	12	7	0	17
5º	FC Marinhos	8	3	1	4	27	22	5	0	15
6º	CSJ Mar	8	3	1	4	23	24	-1	0	15
7º	Forjães SC	8	3	0	5	25	25	0	0	14
8º	UD Vila Chã	7	3	1	3	14	14	0	0	14
9º	CF Fão	6	3	1	2	13	12	1	0	13
10º	JF Fonte Boa/Rio Tinto	8	2	1	5	15	14	1	0	13
11º	Gandra FC	7	2	2	3	21	29	-8	0	13
12º	GD Apúlia	7	1	0	6	10	29	-19	0	9
13º	CSJ Belinho	7	0	1	6	12	41	-29	0	8

CAMPEONATOS DE FUTEBOL A. F. BRAGA

PRO NACIONAL SENIORES Classificações 33ª jornada										
CL	Clubes	P	J	V	E	D	GM	GS	DG	
1º	Maria da Fonte	69	33	20	9	4	59	23	+36	
2º	Caç. Taipas	62	33	18	8	7	56	38	+18	
3º	Vieira	61	33	18	7	8	57	38	+19	
4º	GD Joane	57	33	16	9	8	49	31	+18	
5º	AD Ninense	56	33	15	11	7	53	34	+19	
6º	S.Palo D'Arcos FC	54	33	16	6	11	43	39	+4	
7º	Forjães	53	33	14	11	8	50	42	+8	
8º	Esposende	48	33	13	9	11	47	49	-2	
9º	Brito SC	48	33	12	12	9	42	34	+8	
10º	Pevidém SC	48	33	14	6	13	40	38	+2	
11º	SC Cabreiros	42	33	11	9	13	34	37	-3	
12º	Porto D'Ave	42	33	11	9	13	41	46	-5	
13º	CCD Santa Eulália	39	33	10	9	14	59	60	-1	
14º	GD Prado	38	33	11	5	17	38	51	-13	
15º	Águias da Graça	37	33	10	7	16	36	40	-4	
16º	Marinhas	30	33	7	9	17	29	42	-13	
17º	GD Serzedelo	17	33	4	5	24	29	64	-35	
18º	Amigos de Urgeses	16	33	3	7	23	22	78	-56	

Sub19 JUNIORES 1ª DIVISÃO Classificações 26ª jornada										
CL	Clubes	P	J	V	E	D	GM	GS	DG	
1º	FC Tadin	67	26	21	4	1	99	33	+66	
2º	CD Celeiros	66	26	21	3	2	84	27	+57	
3º	MARCA	43	26	11	10	5	74	44	+30	
4º	Bairro da Misericórdia	40	26	11	7	8	61	47	+14	
5º	AFC Martim	38	26	11	5	10	54	50	+4	
6º	Apúlia	38	25	12	2	11	54	52	+2	
7º	Realense FC	34	26	9	7	10	50	48	+2	
8º	UD São Veríssimo	32	26	10	2	14	61	82	-21	
9º	Dumiense FC	30	26	8	6	12	42	81	-9	
10º	Os Andorinhas	30	26	9	3	14	40	74	-34	
11º	Parada de Tibães	30	25	9	3	13	51	66	-15	
12º	Forjães	29	26	7	8	11	60	59	+1	
13º	FC Roriz	25	26	6	7	13	38	59	-21	
14º	FC Ferreirense	6	26	1	3	22	25	101	-76	

Sub17 JUVENIS 2ª DIVISÃO Classificações 25ª jornada										
CL	Clubes	P	J	V	E	D	GM	GS	DG	
1º	AB Ninense	69	25	22	3	0	100	9	+91	
2º	MARCA	66	25	21	3	1	106	9	+97	
3º	Esposende B	53	25	16	5	4	62	24	+38	
4º	GFC Pousa	53	25	17	2	6	86	27	+59	
5º	Gandra FC	43	25	14	1	10	86	78	+8	
6º	UD São Veríssimo	35	25	11	2	12	57	49	+8	
7º	Sequeirense	34	25	9	7	9	47	45	+2	
8º	SD Celeiros	34	25	10	4	11	43	42	+1	
9º	FC Roriz	31	25	9	4	12	46	46	0	
10º	FC Tadin	26	24	8	2	14	42	69	-27	
11º	Os Andorinhas	21	25	6	3	16	35	87	-52	
12º	Apúlia	18	25	5	3	17	39	79	-40	
13º	ND Santa Eugénia	16	25	5	1	19	33	97	-64	
14º	Perelhal	2	24	0	2	22	16	137	-121	

Sub15 INICIADOS 2ª DIVISÃO Classificações 23ª jornada										
CL	Clubes	P	J	V	E	D	GM	GS	DG	
1º	Cávado FC	65	23	21	2	0	147	7	+140	
2º	GFC Pousa	54	23	17	3	3	63	19	+44	
3º	FC Roriz	46	23	15	1	7	55	33	+22	
4º	MARCA	42	23	13	3	7	68	28	+40	
5º	Apúlia	42	23	13	3	7	59	32	+27	
6º	Carreira	39	22	12	3	7	67	49	+18	
7º	Santa Maria FC B	37	23	10	7	6	48	30	+18	
8º	Perelhal	32	23	10	2	11	51	60	-9	
9º	AFC Martim	18	22	5	3	14	22	69	-47	
10º	Forjães	15	24	4	3	17	26	75	-49	
11º	Os Andorinhas	14	23	4	2	17	29	78	-49	
12º	GD Prado B	13	23	4	1	18	32	106	-74	
13º	Fão	13	23	4	1	18	30	111	-81	

DIVISÃO DE HONRA SENIORES Classificações 29ª jornada										
CL	Clubes	P	J	V	E	D	GM	GS	DG	
1º	Santa Maria FC	59	29	18	5	6	54	27	+27	
2º	FC Amares	59	29	17	8	4	57	17	+40	
3º	AFC Martim	57	29	16	9	4	47	19	+28	
4º	Terras de Bouro	48	29	13	9	7	42	30	+12	
5º	Este FC	44	29	12	8					

DESPORTO

Hóquei de Fão desce de divisão



A partida que teve lugar no passado sábado, contra o líder Riba d'Ave, a equipa do hóquei de Fão viu-se descer à 3ª divisão nacional. Tendo estado por duas vezes em vantagem, com golos de André Barbosa, que na primeira parte fez o 1-0 e o 2-1. Riba d'Ave acabou por dar a volta na segunda parte, conseguindo a vitória por 5-2.

O Riba d'Ave manteve a liderança com 65 pontos, mais 4 que a AD Sanjoanense,

mas também com mais um jogo, enquanto que o H.C. de Fão desceu de 13.º para 14.º com os mesmos 15 pontos, a 9 do Limianos, com quem tem desvantagem direta, pelo que a descida é já uma realidade.

Na próxima jornada, a equipa fangueira tem uma viagem curta até à Póvoa de Varzim, para mais um sempre emocionante "derby", que na 1ª volta deu empate a 3. ■

Iniciados do Marinhãs sobem ao campeonato nacional



A equipa de iniciados do Futebol Clube de Marinhãs garantiu no passado dia 12, a subida ao Campeonato Nacional, depois da receção e vitória contundente

sobre a equipa do FC Vizela por 4-0, que matematicamente lhe garantiu o título de campeão e respetiva promoção aos campeonatos nacionais. ■

Juvenis do Fão e Esposende sobem de divisão



C. F. Fão



A. D. Esposende

Os juvenis do Clube de Futebol de Fão e da Associação Desportiva de Esposende garantiram no domingo, dia 13 de maio, a subida de divisão ao escalão de honra da AF Braga.

O C.F. de Fão ganhou por 7-1, contra o F. C. Feirense, numa excelente exibição, marcada por muitos golos.

A A. D. Esposende garantiu a subida com a vantagem de 2 golos a 1 contra o FC Marinhãs B, com golos de Tiago Oliveira e Tiagão.

A próxima época será marcada pelos derby's entre estas três equipas do concelho na luta pelo acesso aos nacionais. ■

Grupo Desportivo de Apúlia rumo a França este fim-de-semana



Nos dias 19 e 20 de maio, o Grupo Desportivo de Apúlia joga em França, no U17 Tournoi International de Football em Vigneux de Bretagne.

A equipa dos juvenis disputará o torneio com as equipas, Aurey F.C., AC Chapelain e GJ Coeur D' Estuair. ■

SAÚDE

SAÚDE E BEM ESTAR

Quando falamos de saúde, está de imediato na nossa mente o cuidado sendo fundamental para uma vida feliz e equilibrada. Aumentar conhecimentos e simples mudanças de hábitos podem contribuir para a qualidade de vida. Aqui pode ver conteúdos com informações e dicas sobre diversas patologias e prevenções.

Primavera, a estação dos espirros!

Níveis de pólen vão estar muito elevados nos próximos dias.

Segundo o Boletim Polínico da Sociedade Portuguesa de Alergologia e Imunologia Clínica (SPAIC), os pólenes de árvores, ervas e flores vão estar em níveis muito elevados nos próximos dias.

Os pólenes em suspensão no ar vão estar em níveis muito elevados nos próximos dias em todas as regiões de Portugal continental, informou a Sociedade Portuguesa de Alergologia e Imunologia Clínica (SPAIC).

Os pólenes das ervas e das árvores provocam na primavera reações alérgicas em muitas pessoas, caracterizadas normalmente por espirros, comichões ou falta de ar. Em algumas pessoas podem provocar rinite, conjuntivite ou asma.

Para algumas pessoas, é certo como um relógio: basta a primavera chegar que os espirros, comichão nos olhos e no nariz, tosse e dificuldade em respirar aparecem.

O número de pessoas a sofrer de problemas alérgicos disparou nas últimas décadas, as alergias

primaveris afetam doentes de rinite alérgica, conjuntivite, ou asma, um total de 3,4 milhões de portugueses, já atingem 33% da população). É o seu caso? Veja os conselhos que não pode dispensar.

Segundo a fisioterapeuta Sara Costa, “Existem dois grupos de alegrias: as respiratórias e as da pele. As inflamações alérgicas das vias respiratórias são sintomas da asma (também conhecida como bronquite alérgica) e da rinite alérgica. As manifestações alérgicas da pele caracterizam-se pelas lesões e comichões intensas.”

Mas porque será que esta altura do ano é prenúncio de sintomas intensos e desagradáveis nomeadamente dores de cabeça, congestionamento e falta de ar?

A resposta que a maioria das pessoas dá está relacionada com a altura do ano, porque inevitavelmente relacionamos a primavera a alergias, do efeito que a chuva tem nas árvores, na relva e no pólen.

“Se assim fosse de um modo taxativo, toda a gente teria predisposição para sintomas de alergia, o que não acontece! Mas porquê? Porque não tomamos todos anti-histamínicos? Porque não tínhamos predisposição para alergias e de um momento para o outro começamos a ter? Porque é que posso ser alérgica ao pólen e outra pessoa alérgica a ácaros? Tudo isto se explica através do desequilíbrio da homeostasia do organismo humano.”, explica Sara Costa, acrescentando que, “como na maioria das patologias, as alergias têm uma origem traumática quer física quer emocional.

Estes eventos que causam um desequilíbrio do organismo podem resultar de perdas, medos, constipações, traumas



físicos e no geral qualquer perturbação de bem-estar. Claro que o nosso organismo está preparado para se defender e reagir a estas agressões do meio. Mas algumas delas ultrapassam esta mesma capacidade de defesa do organismo, tonando-o incapaz de regular a homeostasia naturalmente. Estas agressões, que não conseguimos travar, ficam, de certa forma, gravadas no organismo, desde a pele ao tecido nervoso, guardando memórias de traumas físicos, químicos que sofremos ao longo da nossa vida.”

As alergias atormentam o bem-estar de quem não as consegue evitar, “representam dificuldade em conviver com alguém da família, necessidade de reconhecimento, desejo de liberdade e medo da independência”, explica Sara.

Previna-se, “para evitar

o pólen ofensivo, a pessoa deve limitar a atividade ao ar livre, deve usar óculos de sol para que o pólen não entre nos olhos, deve lavar as mãos cinco a seis vezes ao dia, deve tomar duche e lavar o cabelo antes de se deitar removendo assim o pólen instalado, deve mudar de roupa logo que chega a casa, deve evitar ter animais de estimação nos quartos, deve fechar as portas e janelas com acesso ao exterior e não deve colocar a roupa a secar ao ar livre.”, salienta Mariana Ferreira, farmacêutica.

Contudo, os sintomas podem ser controlados e monitorizados através de prescrição médica e aconselhamento farmacêutico. “As soluções atuais passam por anti-histamínicos, descongestionantes nasais e corticosteroides.”, Mariana.

O Esposende Semanário

questionou, ambas, se os métodos terapêuticos clássicos e métodos ambientais se tornam ineficazes? As especialistas em diferentes áreas da saúde, mas interligadas, responderam que há outros métodos.

Sara, referenciou que “uma solução para reprogramar o organismo e induzir a homeostasia é a microfisioterapia que tem vindo a conseguir resultados muito positivos na melhoria e cura de pacientes com bronquite, rinite e asma, entre outros. Assim estamos a atuar no fator causal da alergia para um tratamento mais eficaz.”, Mariana Ferreira, por sua vez, finaliza dizendo que “outra opção terapêutica possível é a imunoterapia”. O objetivo deste tratamento é “aumentar a tolerância do paciente ao pólen.”. ■

Este Verão **NINGUÉM FICA SEM FÉRIAS**
Hotéis, Pacotes, Circuitos, Combinados

solwest viagens

ATÉ 8
DE JUNHO

15%
DESCONTO*

ESPOSENDE RUA 19 AGOSTO, 3
www.solawest.net

““Mais” ESPOSENDE”

Uma nova associação no concelho

LUÍS “CÓCHINHA”

Foi oficialmente inaugurada uma nova associação na cidade de Esposende intitulada, “Mais Esposende”, que tem como principal objectivo fazer “mais” por esta cidade.

Associação cívica criada a 29 de março de 2018, tendo iniciado a atividade a 25 de abril, foi oficialmente inaugurada no passado sábado, 12 de maio, na sua sede, que fica situada na Rua João Amândio nº 28, na nossa cidade.

Rui Pereira, o presidente da direção da nova associação, gentilmente dispensou algumas palavras ao nosso jornal, em que explana as diversas “questões em falta”, e que à frente de uma equipa de 25 elementos se propõe lutar para eliminar as lacunas encontradas no concelho de Esposende.

Segundo afirmou Rui Pereira, “esta associação surgiu por um conjunto de vontades de pessoas que estão motivadas para trabalhar por Esposende. A nossa atuação, será dirigida na componente cívica e da formação, e evidentemente também temos a parte cultural, desportiva e recreativa, mas essa com menos ênfase, e só naquelas freguesias em que vimos que isso é uma lacuna. Acima de tudo, é uma associação que pretende trabalhar os valores, a cidadania e era um desperdício termos gente com tanta capacidade e muita vontade de trabalhar e desperdiçar isso. Portanto, aquilo que nós fizemos, foi fazer nascer algo novo e transversal em que temos gente de todas as freguesias e queremos ter uma actuação perante todas as freguesias, e é esse o nosso objetivo esse o nosso desiderato.”.

Esposende Semanário. Na sua intervenção, que acabamos de assistir, falou que já têm vários objetivos, quais são esses objetivos.?



Rui Pereira - “Temos vários objetivos e temos várias atividades planeadas. Como eu disse à pouco, principalmente na componente da formação e da cidadania cívica, também na vertente cultural, do apoio e da solidariedade social, são essas as áreas em que vamos mais trabalhar e vamos mais desenvolver. Temos já um conjunto de parcerias estabelecidas e vamos estabelecer outras, assim como outros contactos para que o nosso trabalho, a partir deste mês, seja cada vez mais visível”.

E.S.- Porquê esta associação ter um número tão elevado de 25 pessoas logo à partida?

R.P.- “Temos 15 freguesias e quisemos que esta associação tivesse um projeto abrangente e temos que ter um núcleo duro, chamemos-lhe assim, de pessoas que na sua atividade profissional, naquilo que é a sua atividade do dia-a-dia, naquilo que é a sua afirmação pessoal e profissional. No fundo, é um bocadinho isto, são 25 como podiam ser 27, 23 ou 18 e foram aqueles que nós achamos ser um número ideal para sermos o mais abrangente possível.”.

E.S. - Depreendemos das suas palavras ser uma associação composta por pessoas de todas as freguesias do concelho de Esposende?

R.P. - “Exatamente, temos pessoas de todas as freguesias do concelho e a nossa intervenção será muito na base daquilo que será a falha, a lacuna, a necessidade de intervenção. Portanto, só com gente nas diversas freguesias é que vamos conseguir diagnosticar necessidades de intervenção que surjam, tais como, apoios que sejam necessários, iniciativas que sejam necessárias realizar e que no fundo, são

os vários elementos que compõem esta associação, que são os olhos e os braços das próprias freguesias”.

E.S. - Conta com os associados e apoios que possam existir, e com apoios oficiais?

R.P. - “Aquilo que estamos a fazer neste momento, e tal como referi, esta associação tem muito pouco tempo, mas já fizemos várias reuniões, já nos apresentamos às várias entidades que logo manifestaram disponibilidade. Aquilo que nós fizemos foi, apresentarmo-nos a todas as entidades, mas não queremos que esta seja uma associação que viva de subsídios, pois assim ficamos reféns daquilo que é nosso pensamento, a cidadania, a parte cívica, e não queremos ficar pendentes de ninguém, queremos que a sociedade civil de Esposende com os seus 35 mil habitantes olhem para nós com bons olhos, olhem com capacidade para fazermos mais por Esposende, mas não vamos viver daquilo que são os apoios

camarários, das juntas de freguesia ou de organismos públicos.

Uma associação vive dos seus associados, dos donativos e das suas iniciativas para angariação de fundos. É assim que as associações fazem sentido, quando começam a existir associações para estarem ao serviço de alguém, elas não fazem qualquer sentido e nós não queremos isso pois não é esse o nosso objetivo”.

E.S. - O nome da associação é “mais Esposende”. Mais solidariedade, mais cultura, mais desporto, etc. etc. Porquê? Porque há pouco e é preciso fazer mais?

R.P. - “Porque como já referi, nós identificamos algumas lacunas, algumas fragilidades. Esposende é um concelho muito desenvolvido e com a sua matriz, as suas áreas muito bem desenvolvidas, outras nem tanto, aquilo que achamos é que é possível fazer mais e melhor, e é para isso que aqui estamos, porque para fazer igual ou pior estávamos bem quietinhos”. ■

Vendemos, Alugamos
e Administramos o
seu imóvel!

**ÚTIL
CASA**
IMOBILIÁRIA

Lic. AMI 11799

Av. Eng. Lusa Faria, n.º161, Loja 17

4740-268 Esposende

☎ 966855999 / 935822792

☎ 253987060

✉ comercial@utilcasa.pt

🌐 www.utilcasa.pt

Projeto de Resolução para a Requalificação da Escola Secundária Henrique Medina

FÁBIA VALE
fabriavaleesposendeseamanario@gmail.com

O Bloco de Esquerda esteve, na manhã de segunda-feira, em reunião com a direção da Escola Secundária e 3.º CEB Henrique Medina, para apresentar o projeto de resolução que visa a “reabilitação urgente” do estabelecimento de ensino.

Pedro Soares: “A folga orçamental deve ser investida em serviços públicos”.

Em declarações à imprensa, Pedro Soares, deputado do Bloco de Esquerda eleito pelo círculo eleitoral de Braga, afirmou ser necessário a apresentação de um plano de reabilitação das escolas do distrito, de forma a orçamentar e agendar um conjunto de intervenções tão necessárias. Segundo o deputado bloquista, “o bom desempenho da economia deve refletir-se na vida das pessoas, pelo que a folga orçamental deve ser aplicada na melhoria dos serviços públicos, como a educação e saúde”.

A Escola Secundária Henrique Medina é a única escola secundária



do concelho de Esposende e conta com mais de 1200 estudantes e 130 professores. O início da construção do estabelecimento de ensino foi em 1979, e desde essa data nunca mais sofreu obras de requalificação, encontrando-se numa situação de degradação dramática pondo em causa o bem-estar e segurança da comunidade educativa. Os problemas são inúmeros, o telhado com telhas de amianto, chove no

pavilhão, no bloco D e nas salas de aula. O isolamento é deficitário, obrigando os alunos a levar mantas, devido aos problemas na caixilharia, que impedem o isolamento térmico e acústico. A degradação do edifício coloca em causa a própria segurança dos estudantes, havendo episódios de queda de janelas e paredes e, à noite, não há iluminação exterior. A canalização e as linhas de comunicação

necessitam de substituição urgente. Neste sentido, o Grupo Parlamentar do Bloco de Esquerda apresentou um Projeto de Resolução, que recomenda ao Governo que tome as medidas necessárias para a rápida reabilitação da Escola Secundária Henrique Medina, de modo a criar as condições indispensáveis à concretização do direito à educação e a garantir dignidade a toda a comunidade escolar. ■



 <p>JAGUAR XE ANO:2016, 34.000KM 36.900€ ou 443,81€/mês</p>	 <p>BMW 316 D ANO:2013, 107.470KM 20.900€ ou 259,53€/mês</p>	 <p>BMW 116 D ANO:2015, 60.000KM 19.900€ ou 247,38€/mês</p>	 <p>NISSAN QASHQAI ANO:2016, 78.000KM 21.900€ ou 271,69€/mês</p>
 <p>VOLVO V40 ANO:2014, 76.000KM 17.900€ ou 225,55€/mês</p>	 <p>FORD C-MAX ANO:2015, 96.000KM 19.750€ ou 246,93€/mês</p>	 <p>CITROEN C4 CACTUS ANO:2015, 108.000KM 14.900€ ou 190,73€/mês</p>	 <p>VW PASSAT ANO:2013, 93.145KM 15.900€ ou 202,06€/mês</p>

MAIS VIATURAS NO NOSSO SITE
WWW.ESPOAUTO.COM

253 969 180(SEDE) - 253 983 194(PREMIUM)

<p>ESPOAUTO SEDE AV.º COMENDADOR FRANCISCO ALVES QUINTAS, 523 4740-010 ESPOSENDE</p>		<p>ESPOAUTO PREMIUM RUA DA DEMANDA, 50 4740-023 ESPOSENDE</p>
---	---	--

ESPOSENDE

SEMANÁRIO

LOCAIS DE DISTRIBUIÇÃO GRATUITA:

Apúlia

Junta de Freguesia
Bomba de Combustíveis de Apúlia
Bazar Bogo
Papelaria do Mar

Antas

Junta de Freguesia
Mini – Mercado de Antas

Belinho

Junta de Freguesia
Servilima – Posto de combustível
Café Avenida

Curvos

Junta de Freguesia
Café Juventude
Restaurante Padaria

Esposende

Junta de Freguesia
Serra da Sorte
Bazar Serra
Quiosk

Fão

Junta de Freguesia
Café Todavia
Papelaria Portuguesa
Pa-Pã
PRIO – posto de combustíveis
BP – posto de combustíveis

Fonte Boa

Junta de Freguesia
Café Boa Fonte

Forjães

Junta de Freguesia
Papelaria Moderna
Café Novo

Gandra

Junta de Freguesia
Restaurante Cruzeiro
Café S. Martinho

Gemeses

Junta de Freguesia
Café Cruz

Mar

Café Maranhão
Junta de Freguesia

Marinhas

Junta de Freguesia
Belmar Café
Supermercado Abílio Cardoso - Cepães

Palmeira de Faro

Junta de Freguesia
Tropical Caffé
Centro de Intervenção Cultural e Social

Rio Tinto

Junta de Freguesia

Vila Chã

Junta de Freguesia

Museu de Esposende Comemora Bodas de Prata



Para assinalar o Dia Internacional dos Museus, o município comemora uma sessão evocativa dos primeiros 25 anos de atividade do Museu Municipal de Esposende, partilhando memórias dos autores e dos intervenientes desta trajetória, as bodas de prata acontecem na próxima sexta-feira, dia 18 de maio, pelas 21h30.

O Museu Municipal de Esposende abriu ao público em 1993 e encontra-se instalado num dos mais emblemáticos edifícios Arte Nova da cidade, o velho Teatro-Club (1911) do arquiteto Ventura Terra.

O acervo do Museu é constituído por coleções de arqueologia, de etnografia e de arte. A coleção de arqueologia resulta de intervenções arqueológicas no concelho desde 1984, destacando-se como coleção principal do Museu, parte da qual se encontra exposta, com carácter

de permanência, sob o tema “Do Paleolítico aos nossos dias”. A coleção de etnografia resulta de investigações e de ações de recolha no terreno, abrangendo os universos rural, piscatório e agro-piscatório. A exposição desta coleção intitula-se “O Mar, o Campo e os Ofícios”. O Museu Municipal de Esposende tem como missão adquirir, investigar, conservar e, fundamentalmente expor, para fins de estudo, de educação e de fruição pública, o património do concelho, arqueológico, histórico, etnográfico, artístico e paisagístico. Pretende ser um recurso para a construção cultural da identidade do concelho, através do conhecimento, memória, identidade e património. O acervo do Museu é composto por coleções de arqueologia, de etnografia e de arte. A coleção arqueológica corresponde à seleção de testemunhos

exumados nas diversas escavações ocorridas no concelho, datados do Paleolítico Superior, Megalítico, Idade do Bronze, Idade do Ferro, Período Romano, século XVI e século XIX. A coleção de etnografia inclui alfaias agrícolas associadas aos ciclos do milho e do vinho, instrumentos ligados ao gado e ao ciclo do linho, trajes femininos do século XIX e da primeira década do século XX, trajes masculinos de pescador de meados do século XX, trajes masculinos e femininos do sargaceiro de meados do século XX, alfaias do sargaço, alfaias e aprestos de pesca, instrumentos de construção naval. O acervo do Museu integra ainda uma coleção de pintura, gravura, escultura e tapeçaria contemporâneas, na sua maioria de autores locais.

Preserve a cultura, visite o Museu! ■

**Até
30 de Maio**

**Estamos a concurso, o melhor sabor de Portugal 2018,
pode ir á pagina do restaurante e vote ou então por
mensagem (Grátis)
para: 4343
MSP (espaço) 22365
Vote por favor, só com o voto poderemos ir a Lisboa**

Esposende BOA MESA

SALÉ-FOOD AND DRINKS

Especialidades: Francesinha, Bacalhau à Casa, Naco Grelhado.
Horário: 10h às 23h. **Folga:** Segunda-feira.
Morada: Rua Vasco Gama, L.OJA J
Tel. 967 461 557 / 253 983 152



ÁGUA PÉ

Especialidades: Prove o polvo à lagareiro, arroz de peixe e gambas, esparguete de marisco e o peixe do dia sempre fresco, acompanhado pela famosa caipirinha.
Morada: Av. Dr. Henrique Barros Lima 4, 4740-204 Esposende **Reservas:** 253 968 519



TIO PEPE

Especialidades: Costelinhas à Tio Pepe, robalo escalado na brasa, arroz de corvina. Excelente Garrafeira **Morada:** Rua dos Bombeiros Voluntários de Fão n.º 4
4740-366 Esposende **Tel.** 253 981 510



SIANO IN DUE

Especialidades: Cozinha Italiana: Bruschetta, Focaccia, Spaghetti alle Alghe di Mare Pizza Siamo in Due, Pizza Capriccios, Tiramisu Caseiro, Profiteroles e menu dia. **Morada:** R. 19 de Agosto, 4740-224 Esposende - **Reservas:** 253 968 236



CHALÉ TAPAS BAR

Especialidades: Tapas e sugestões do dia com o melhor preço.
Morada: Rua Dr. Henrique Barros Lima, Loja 1, Lote 3, 4740-323 Fão, Esposende
Tim. 966 456 368



SALGUEIRA

Especialidades: Entradas: Amêijoas à Bulhão Pato; Gambas na caçarola; Camarão da costa; **Peixe:** Arroz de tamboril; Arroz de gambas com lagosta; Bacalhau na brasa; Bacalhau à lagareiro; Polvo no forno. **Carne:** Bifes; Costeletas
Morada: Rua da Salgueira, Lugar de Cedovém, 4740-021, Apúlia
Reservas: 253 982 538



RESTAURANTE CORTA MAR

Especialidades: Arroz de marisco; Arroz de tamboril; Misto de peixes grelhados; espetada de lulas grelhadas; polvo grelhado; polvo à lagareiro; polvo com broa; bacalhau grelhado; bacalhau à lagareiro; bacalhau com broa. **Morada:** Avenida Marginal de Cedovém n.º 481 Apúlia
Reservas: 253 966 273 | 917 341 948



CONVÍVIO DO MAR

Especialidades: Cataplana de peixe, peixe assado no forno e outros frutos do mar **Morada:** Av Cedovém, 4740-031, Apúlia
Reservas: 253 072 101/ 939 473 899



RESTAURANTE FOZ DO CÁVADO

Morada: Avenida Engenheiro Eduardo Arantes e Oliveira, Esposende, 4740 - 204 Esposende **Reservas:** 253 966 755



ANUNCIE AQUI

ESPAÇO RESERVADO PARA OS MELHORES RESTAURANTES.

HORÓSCOPO DA SEMANA de 17 a 24 de maio

CARNEIRO - Carta Dominante: O Papa, que significa Sabedoria. Amor: Aposte na sua relação. Que o Amor e a Felicidade sejam uma constante na sua vida! Saúde: Não se desleixe, cuide de si. Dinheiro: Pense bem antes de investir o seu dinheiro. Números da Sorte: 1, 18, 22, 40, 44, 49. Pensamento positivo: Sigo a minha intuição, pois sei que ela é a minha mais sábia conselheira.

TOURO - Carta Dominante: Cavaleiro de Copas, que significa Proposta Vantajosa. Amor: Um amigo pode declarar-lhe uma paixão. Que os seus desejos se realizem! Saúde: Vigie a sua alimentação. Dinheiro: Pode ter uma nova proposta de trabalho. Números da Sorte: 6, 14, 36, 41, 45, 48. Pensamento positivo: Acredito que os meus desejos se vão realizar, porque eu mereço!

GÉMEOS - Carta Dominante: 8 de Copas, que significa Concretização, Felicidade. Amor: Momentos escaldantes a dois. Saúde: Não coma demasiados doces. Dinheiro: Não gaste além das suas possibilidades. Números da Sorte: 7, 22, 29, 33, 45, 48. Pensamento positivo: praticar a arte de ser feliz é muito divertido!

CARANGUEIJO - Carta Dominante: O Mundo, que significa Fertilidade. Amor: Controle a impulsividade, meça as suas palavras. Procure gastar o seu tempo na realização de coisas úteis a si e aos outros. Saúde: Dê mais atenção aos seus pulmões, não fume. Dinheiro: Ponha em marcha um projeto antigo. Números da Sorte: 8, 17, 22, 24, 39, 42. Pensamento positivo: Planto hoje sementes de otimismo, e amanhã colherei frutos de felicidade.

LEÃO - Carta Dominante: Os Enamorados, que significa Escolha. Amor: Siga com convicção o que o coração lhe diz. Que a compreensão viva no seu coração! Saúde: Faça uma alimentação rica em vitaminas. Dinheiro: Momento favorável a nível profissional. Números da Sorte: 3, 7, 11, 18, 22, 25. Pensamento positivo: Ouço o meu coração e escolho o melhor para mim.

VIRGEM - Carta Dominante: 4 de Espadas, que significa Inquietação, agitação. Amor: Pode sentir que o seu amor não é correspondido, mas é uma fase passageira. Que a sabedoria infinita esteja sempre consigo! Saúde: Tenha cuidados com os olhos. Dinheiro: Possível aumento inesperado. Números da Sorte: 1, 8, 17, 21, 39, 48. Pensamento positivo: Encontro a serenidade dentro de mim.

BALANÇA - Carta Dominante: 9 de Paus, que significa Força na Adversidade. Amor: Tudo na vida tem uma solução, não desanime. Que a serenidade e a paz de espírito sejam uma constante na sua vida! Saúde: Evite enervar-se. Dinheiro: Situação financeira sem sobressaltos. Números da Sorte: 7, 11, 18, 25, 47, 48. Pensamento positivo: Tenho força e coragem, eu sei que sou capaz!

ESCORPIÃO - Carta Dominante: 9 de Ouros, que significa Prudência. Amor: Controle a sua agressividade. Procure ter pensamentos positivos e não se deixe invadir por sentimentos ou pensamentos negativos. Saúde: Dê mais atenção à sua saúde. Dinheiro: Período favorável. Números da Sorte: 4, 6, 7, 18, 19, 33. Pensamento positivo: Sou prudente e sei que dessa forma alcançarei a vitória.

SAGITÁRIO - Carta Dominante: Rainha de Ouros, que significa Ambição, Poder. Amor: acredite que é uma pessoa com um potencial enorme. Aprenda a soltar toda essa Força e Luz interior que desconhece. Saúde: Cuidado com quebras de tensão. Dinheiro: Momento favorável. Números da Sorte: 1, 8, 42, 46, 47, 49. Pensamento positivo: Mostro ao Mundo toda a luz que existe em mim.

CAPRICORNIO - Carta Dominante: A Roda da Fortuna, que significa Sorte. Amor: Preste mais atenção à sua família. A felicidade na sua casa depende da educação que der aos seus filhos, por isso, preste atenção à formação que lhes dá. Saúde: Vigie a tensão arterial. Dinheiro: Não faça gastos supérfluos. Números da Sorte: 7, 13, 17, 29, 34, 36. Pensamento positivo: sei que a Vida me reserva surpresas maravilhosas.

AQUÁRIO - Carta Dominante: 7 de Paus, que significa Discussão, Negociação Difícil. Amor: Diga a verdade, por mais que lhe custe. Tome a iniciativa, é você que cria as oportunidades! Saúde: Cuide dos seus pés. Dinheiro: Poderá planejar uma viagem ao estrangeiro. Números da Sorte: 5, 25, 36, 44, 47, 49. Pensamento positivo: O diálogo ajuda a resolver todos os conflitos.

PEIXES - Carta Dominante: 8 de Paus, que significa Rapidez. Amor: Tendência para viver bons momentos a dois. Apesar das contingências, supere sempre as dificuldades, vença os obstáculos e construa o seu caminho! Saúde: Sem surpresas. Dinheiro: Trabalhe com afinco para atingir os seus fins. Números da Sorte: 1, 3, 24, 29, 33, 36. Pensamento positivo: Construo o meu caminho com otimismo e sinceridade.

ESPOSENDE SEMANÁRIO

ADMITE COMERCIAL

FAÇA PARTE DE NOSSA EQUIPA

ESPOSENDESEMANARIO@GMAIL.COM

253 964 157

SUDOKU

5	3			7				
6			1	9	5			
	9	8					6	
8				6				3
4			8	3				1
7				2				6
	6					2	8	
			4	1	9			5
				8			7	9

VOLUNTARIADO NO HOSPITAL VALENTIM RIBEIRO

Ser Voluntário é dar de boa vontade, embora qualquer voluntário sinta que recebe mais do que aquilo que dá.

FÁBIA VALE
fabiavaleesposende@gmail.com

Afinal, quem são estes voluntários do Hospital de Esposende – Valentim Ribeiro?

“Somos um grupo bastante heterogéneo desde a diferença de idades, profissões e sexo.

O elemento mais novo tem 17 anos e o mais velho tem 84 anos.

Somos também um grupo coeso, tendo-se mantido ao longo de vários anos.

Reunimos mensalmente e mensalmente festejamos os aniversários de cada um, sendo esta também uma forma de nos mantermos unidos.”

As rotinas dos Voluntários

Os voluntários fazem o seu voluntariado diariamente, em grupo de dois e sendo possível também o fazem no turno da tarde.

Têm por lema não faltar, pois quem está fragilizado necessita de poder contar com eles. É junto dos fisioterapeutas que o trabalho dos voluntários é mais notório. Não se pretende substituir funcionários, mas sim fazer um trabalho de acompanhamento a todos os doentes, visto este hospital ter uma unidade de cuidados



continuados, havendo pessoas que vêm de diferentes partes do país e por alguns meses, estando muitas vezes sozinhos e numa situação de grande debilidade física e emocional.

Assim, existe um grupo de voluntários que embora respeitando as crenças religiosas de cada um, mas sendo esta instituição marcadamente

católica duas vezes por semana leva todos os doentes que desejarem à capela onde é rezado o terço e ainda sempre que possível é concelebrada uma missa.

São também as voluntárias, responsáveis pelo arranjo da capela.

Quinzenalmente um grupo de voluntários traz a todos os doentes um momento de música onde entram o cavaquinho e o acordeão, sendo muitas das vezes acompanhados por alunos de um dos voluntários.

As Festas

Os voluntários não deixam passar em branco nenhuma festa que possa ser marcante na vida dos doentes.

“O magusto com castanhas cozidas, assadas, bolas de carne e sempre uns bolinhos.

No natal os voluntários são responsáveis pela decoração de todo o hospital e ainda na

construção de um presépio.

Na véspera de natal é feita uma festa para todos os doentes onde é posta uma mesa com todas as iguarias de natal.

Há também entrega de prendas muitas delas oferecidas por empresas do nosso concelho. Os voluntários levam sempre as crianças até aos doentes tanto com o canto das Janeiras como com a apresentação de uma peça de teatro.”

Carnaval – Os voluntários e os fisioterapeutas apresentam-se aos doentes devidamente mascarados, havendo música e um lanche com iguarias típicas de carnaval;

Páscoa – Realiza-se a comunhão pascal, que é devidamente preparada por algumas voluntárias. No final da missa as voluntárias oferecem um lanche com iguarias próprias da páscoa.

Festas Sanjoaninas- Algumas voluntárias apresentam-se

vestidas de uma forma alusiva à data, juntando-se ao grupo dos idosos que frequentam o centro de dia e que vêm até à sala de convívio mostrar as suas marchas.

Depois são servidas sardinhas assadas com boroa e sobremesas típicas de S.João.

“Ao fim de semana deixamos que os doentes usufruam das suas famílias, achando que a nossa presença não faria muito sentido.” ■

“Esta é a forma de darmos um pouco de nós.”



AUTOCHAPINHAS[®]
REPARAÇÃO DE AUTOMÓVEIS E REBOQUES, LDA.

Rua Drº Francisco Sá Carneiro, 751 - Zona Industrial do Bouro, Gandra - Esposende
T. 253 981 484 M. 917 513 721 E. geral@autochapinhas.pt - www.autochapinhas.pt

GLASSDRIVE[®]
ESPOSENDE
Especialistas em vidro automóvel