

Siamo in Due
RISTORANTE & PIZZERIA

by Chef Vítor Teixeira

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

**JORNAL
GRATUÍTO**

**publi
zen
de**

253 968 001 | correio@publizende.com

Semanário informativo e regionalista | Diretora: Bruna Palmeira | Sai às quintas-feiras | Gratuito | 24 de maio de 2018 | n.º 3

ESPOSENDE

SEMANÁRIO

ESPOSENDE COM TURISMO CRESCENTE E A “BOM RITMO”

Número de hóspedes sobe 30% em comparação com 2017. **PÁGINA 2**



FREGUESIAS
HOMENAGEM AOS
EX-COMBATENTES
DO ULTRAMAR
PÁGINA 6

DESPORTO
F. C. MARINHAS E
G. D. APÚLIA
EM FRANÇA
PÁGINA 9 E 10

ATUALIDADE
OLHARES SOBRE
A LONGEVIDADE
PÁGINA 3



SAÚDE
TREINAR DURANTE
A GRAVIDEZ
PÁGINA 11

DESPORTO DOMINGO REALIZA-SE A PRIMEIRA MEIA MARATONA DE ESPOSENDE **PÁGINA 12**

FREEDOM
adventure & lifestyle **OUTDOOR**

UNDER ARMOUR | THE NORTH FACE
BUFF | COMPRES SPORTS
TRESPASS | SCARPA
LIGHT MY FIRE | SUMMIT

ONDE ESTAMOS...
RUA NA SENHORA DA GRACA, 24 - 4740-562 ESPOSENDE

09h > 19h
seg > sáb

SOFÁS CONFORT
e companhia

Esposende aposta no ‘Turismo Criativo’

FÁBIA VALE

fabiavaleesposendesemanario@gmail.com

A realização do “Seminário Internacional de Turismo Criativo”, subordinado ao tema Gastronomia: uma aposta “glocal nas experiências criativas” inseriu-se no Plano Estratégico de Desenvolvimento do Turismo do Município de Esposende e contou com a participação de oradores internacionais e com profusa edição sobre a matéria em questão.

“Esposende é o local ideal para quem quer viver experiências únicas”, afirmou o presidente da Câmara Municipal de Esposende, na abertura do “Seminário Internacional de Turismo Criativo” promovido pelo Município, vincando, ainda, que as medidas adotadas para a captação de turistas têm como propósito “o contributo para a autoestima das populações locais”.

Os mais recentes números da afluência turística a Esposende, deixam confiante o presidente da autarquia, Benjamim Pereira que aponta argumentos para que o concelho se afirme neste vetor do Turismo Criativo.

“O Município de Esposende está fortemente empenhado em abrir em breve os Museus do Junco (em Forjães) e do Sargaço (em Apúlia) que muito contribuirão para a experiência”, destacou Benjamim Pereira, elencando, ainda, o turismo gastronómico, o Slow Turismo e o enoturismo como variantes que também se encontram no nosso território.

Benjamim Pereira garantiu a disponibilização de condições para a captação de novos investidores na área da hotelaria, nomeadamente através do apoio aos projetos.

O vereador com o pelouro do Turismo no Município de Esposende, Sérgio Mano, entende a aposta no “Turismo Criativo” como a disponibilização de “novas ferramentas, para a criação de novas infraestruturas e novas formas de valorizar o território, seja a nível cultural, histórico ou humano e promove-lo de uma forma moderna”.

Vincando o crescimento registado na “época baixa”, Sérgio Mano garantiu uma

continuidade da aposta na “dinamização do turismo de natureza, do turismo náutico, desportivo ou cultural, através da valorização da riqueza das nossas tradições”.

Joana Santos do Instituto Politécnico de Viana do Castelo lembrou que o turista dos nossos dias “está mais informado sobre o destino e os produtos aí existentes, o que obriga a desenvolver novas estratégias. O turismo é, cada vez mais, um processo de aprendizagem e experiência”, vincou.

Por seu turno, Paula Remoaldo, da Universidade do Minho, responsável por um projeto que junta trinta instituições

e tem como objetivo a conjugação da investigação à ação, apontou Esposende como “exemplo de município que consegue conciliar iniciativas de cariz científico e atividades no terreno”. A propósito, apontou o exemplo da recente iniciativa sobre o património cultural do junco, realizada em Forjães.

Jorge Pinto, do Instituto Superior de Ciências Empresariais e do Turismo, defendeu a necessidade de reinventar o turismo, nomeadamente na “relação entre quem visita e quem é visitado”. ■



Esposende com turismo crescente e a “bom ritmo”

Dormidas em Esposende cresceram 15 por cento

FÁBIA VALE

fabiavaleesposendesemanario@gmail.com

O mercado turístico de Esposende continua a atrair visitantes, traduzindo-se no crescimento da procura nas unidades hoteleiras do concelho. O número de dormidas em Esposende cresceu 15% e o número de hóspedes subiu 30%, comparativamente com o 1.º trimestre de 2017.

Para a autarquia, “Esposende consegue captar, de forma crescente e consolidada, a procura turística. Nesta contabilidade, podemos apontar diversos fatores, como contribuintes para este crescimento da procura turística, mas podemos destacar o importante contributo dos peregrinos que fazem os Caminhos de Santiago, assim como os eventos promovidos pelo Município”.

Assegura ainda que “os números comprovam esta análise: os turistas vêm mais vezes a Esposende, onde ficam, em média, duas noites. Esta tendência para

as denominadas “escapadinhas” são a resposta à forte aposta do Município de Esposende no turismo de natureza e de lazer, nos inúmeros eventos desportivos e na divulgação alargada que tem sido implementada”.

Esposende, “tem estado representada em feiras e certames associados ao turismo, divulgando os seus produtos turísticos, as suas atividades, a gastronomia, o desporto e a atratividade económica.

Desde o início do presente ano, o Município marcou presença em quatro feiras, duas delas no estrangeiro”.

Tem investido em segmentos que apresentam elevado potencial e com grande margem de crescimento: a divulgação do Caminho Português da Costa a Santiago de Compostela e a aposta nos desportos de natureza, como o kitesurf, revelam já o retorno de um investimento, traduzido no aumento de turistas que procuram Esposende por estas razões específicas. ■



FÓRUM DA EDUCAÇÃO DEBATE O TEMA “EDUCAÇÃO E PATRIMÓNIO”

O fórum visa a promoção da reflexão sobre as duas realidades, apontando os contributos que ambos adquirem no desenvolvimento e transformação dos indivíduos da comunidade e da região.

FÁBIA VALE

fabiavaleesposendesemanario@gmail.com

O município promove, de 25 de maio a 3 de junho, a edição de 2018 do Fórum da Educação.

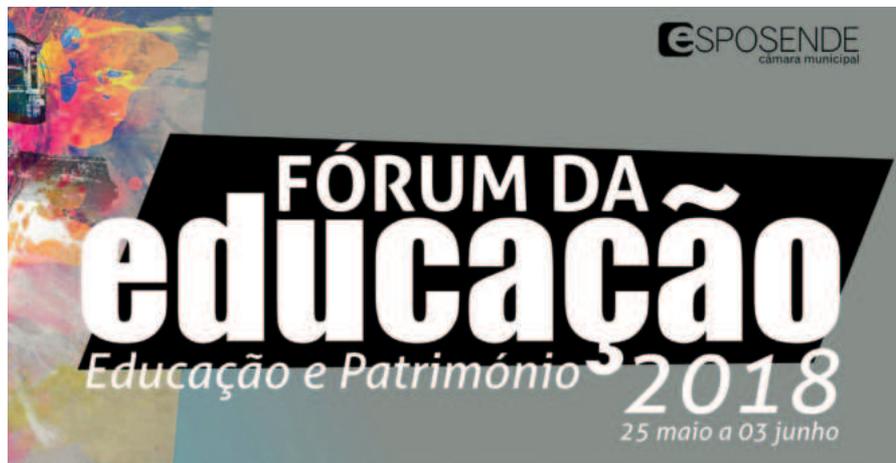
Neste Fórum pretende-se potenciar a reflexão sobre a interseção entre estas duas dimensões através da exploração dos contributos que esta relação, de sentido duplo e com múltiplas aceções, pode ter para o desenvolvimento e transformação dos indivíduos, da comunidade e da região. Nesta linha de pensamento, um dos principais vetores que se procurará enfatizar é o do contributo do Património e da História para a construção e enriquecimento do

currículo local, ao nível do sistema formal de ensino, assim como para o esboço de experiências e oportunidades educadoras dirigidas a todos os cidadãos. Seguindo o repto do Parlamento Europeu e, no contexto nacional, do Estado Português, também o Município de Esposende se associa, desta forma, ao conjunto de iniciativas que visam assinalar o Ano Europeu do Património Cultural.

A Comissão Europeia estabeleceu 2018 como o Ano Europeu do Património Cultural, apresentando como principais objetivos a promoção da diversidade cultural, do diálogo intercultural e da coesão social. Foi nesse pressuposto que assentou a decisão de eleger ‘Educação e Património’ como mote para o Fórum

da Educação deste ano, alertando, assim, para o importante papel que o património

tem no desenvolvimento educativo, social e económico das comunidades. ■



OLHARES SOBRE A LONGEVIDADE

Promover o envelhecimento bem-sucedido foi o objetivo do evento Cimeira da Vida — Olhares sobre a longevidade, organizado pela Câmara Municipal de Esposende.



FÁBIA VALE

fabiavaleesposendesemanario@gmail.com

O Município de Esposende está empenhado em garantir um envelhecimento bem-sucedido da comunidade com a organização da Cimeira da Vida Olhares sobre a longevidade.

O evento, que teve lugar no Auditório Municipal de Esposende, numa organização conjunta da empresa municipal Esposende 2000 e da Câmara Municipal de Esposende, em parceria com o Instituto Politécnico de Viana do Castelo (IPVC), teve como objetivo refletir sobre as dimensões de intervenção

na promoção do envelhecimento bem-sucedido, evidenciando a necessidade de reformular valores e representações sociais sobre a longevidade.

A vice-presidente da câmara municipal, Alexandra Roeger, salientou que Esposende dispõe de um conjunto de infraestruturas e condições naturais que concorrem para proporcionar bem-estar, saúde e qualidade de vida à comunidade, realçando também que o município tem vindo a apostar na implementação de um conjunto variado de políticas, nas mais variadas áreas, nomeadamente no plano do desporto e da saúde, com o intuito de assegurar um envelhecimento ativo e saudável.

Lembrou que, no âmbito da Rede Social de Esposende, que envolve mais de 30 parceiros, decorre, ao longo de todo o ano, um conjunto alargado de atividades. A título de exemplo, referiu o programa Dar Vida aos Anos, desenvolvido pela empresa municipal Esposende 2000, que em muito contribui para a melhoria das condições de vida da população idosa.

Valorizando todo o trabalho desenvolvido no passado, Alexandra Roeger anunciou que o município pretende ir ainda mais longe no que respeita às políticas sociais, apostando em novas estratégias e ações, nomeadamente através de parcerias com outras

entidades. Neste âmbito, referiu, que a intervenção ao nível musical, traduzida no Coro Sénior de Esposende, distinguido em 2016 pelo Prémio BPI Seniores, está a ser complementada com o projeto Som da Memória - paisagens sonoras, destinado a pessoas com problemas de memória ou demência, proporcionando experiências de estimulação cognitiva e sensorial através da música.

No plano da intervenção social, a vice-presidente salientou o trabalho desenvolvido pelas IPSS do concelho e a aposta das instituições na especialização e na qualificação dos seus técnicos. “É um dos maiores focos de agregação de esforços e de conhecimentos”, afirmou.

O Presidente do Conselho de Administração da Esposende 2000, António Maranhão Peixoto, destacou a importância de promover um envelhecimento bem-sucedido, como forma de garantir uma maior longevidade e qualidade de vida, destacando assim a pertinência e relevância da Cimeira da Vida e do tema que lhe está associado. Atendendo às temáticas em debate e ao excelente painel de oradores, expressou a convicção de que o evento será profícuo e proporcionará um maior conhecimento sobre estas matérias. ■

SOLAR



253 969 230



so-lar@so-lar.com.pt

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

O PINIÃO

HÉLIO BRITES

VALEU UM CHARUTO

EGOBOL

“Existem três grandes marcas de charutos, a Cohiba, uma das mais clássicas, dos charutos cubanos. Os charutos Montecristo, que estão em todas as listas de melhores charutos publicadas. Por fim a marca Romeu y Julieta está entre os mais aclamados.

O mesmo acontece em Portugal em relação ao futebol.

O clássico do Sporting é enorme, são 3 milhões?

O famoso do Benfica é glorioso, são 6 milhões?

O reconhecido do Porto é uma nação, são 4 milhões?

Mas os milhões... Onde estão?

Esta é a questão...

Mais de um país inteiro entregue à egocêntrica cegueira, tri-clubística.

O futebol para a maioria dos portugueses é mais um egobol!

O amor e a paixão clubística são iguais

aos outros sentimentos, nenhum é radical em si mesmo ou seríamos todos uns fantoches.

Como é possível ser se convicto num amor supremo e ao mesmo tempo ter se dois.

As raízes que nos prendem a uma terra, as vivências e experiências na mesma, vem ao de cima quando o seu pequeno clube se torna grande e ganha. Aí, o segundo amor supera o dito supremo e a vergonha do reconhecimento, passa a ser um orgulho.

O que se passou na semana passada no futebol português e no caso em concreto é que aconteceu um crime e colocar estes jogadores e técnicos de futebol no centro de um estádio com mais de 30.000 pessoas uns dias depois, foi humilhante e desumano, foi outro crime.

No desporto há o futebol, o andebol, o hóquei, o basquetebol, o atletismo, a natação, etc.

O problema começa na educação social e aí o poder local pode fazer a diferença.

O que realmente acontece fora do campo de futebol, onde também estão crianças como as que estão dentro, a ouvirem os seus pais assim, e passo a citar “Ó ÁRBITRO, ÉS UM FILHA DA P..., VAI PARA A P... QUE TE PARIU, Ó BOI, GRANDE C.... ESTE LADRÃO, FILHO DA GRANDE P..., PAN... SÓ SABES ROUBAR Ó BOI...”Dói? Dói, não dói, ouvir isto!

Volto a citar “ É NORMAL, É FUTEBOL, TÊM QUE SE HABITUAR, FUTEBOL É ISTO...” Não pode. Não pode ser isto, isto é bárbaro, desumano, contra todos os princípios que o

desporto defende, sobre a cultura do corpo e da mente.

Imagine a agonia e a dor que o seu filho e as outras crianças sentem ao ouvirem estes comentários pesados, sim, sabemos nós. Mas outros não tão pesados, mas também de índole imprópria e de desrespeito para com o ofendido e os menores, que não têm que nesta idade estarem sujeitos a nenhuma pressão de ganhar ou de provar o que quer que seja, que não seja o de ser criança, brincar, fazer amigos e jogar à bola.

Localmente o futebol, os campeonatos regionais e concelhios fazem falta, são meios integradores da sociedade, tanto de jovens como de adultos. Mas é preciso ir mais longe, no investimento numa política sócio desportiva, promovendo a ética e o civismo com exemplos de boas maneiras e educação social.

Vamos pensar os eventos desportivos para jovens e adultos de uma forma em que os principais fatores estejam presentes, a segurança, a pedagogia e a qualidade, para que o valor a acrescentar na educação e na experiência de vida, possa ser positivo, contribuindo para uma sociedade melhor.

O fair play ou o jogo justo, não é só um prémio que alguns ganham, ou o parar o jogo e devolver a bola ao adversário. Acima de tudo, é respeitar o próximo, é educar, porque antes de se fazerem jogadores, os jovens querem se homens, para não acontecer o que está a acontecer no futebol em Portugal.

Valeu um charuto”.



CAMPANHA DE PESCA EXPERIMENTAL OMARE

O Observatório Marinho de Esposende pretende a criação de um sistema de informação e monitorização da biodiversidade marinha do Parque Natural do Litoral Norte, cujo objetivo principal será o fornecimento regular de informação sobre o estado da biodiversidade, tendo em vista a sua gestão, o suporte à decisão técnico-política focada no alargamento e gestão da Rede Natura 2000 no meio marinho e o apoio ao relato internacional da condição da biodiversidade nacional, assim como a criação de condições de divulgação de informação cientificamente suportada ao nível das campanhas implementadas junto de toda a comunidade.

Decorreu no dia 20 de maio a 2.ª campanha de pesca experimental no âmbito do projeto OMARE, tendo sido entregue o peixe capturado e morto a duas instituições de cariz social: Centro Social da Juventude de Mar e a Santa Casa da Misericórdia de Fão, evitando a perda deste bem alimentar e perfeitamente apto para consumo.

Este projeto, que resulta de uma parceria entre a Câmara Municipal de Esposende e a Universidade do Minho, decorre da intenção e aposta do Município de Esposende, em promover formas

inovadoras de aproveitamento sustentável dos recursos marinhos, contribuindo para o desenvolvimento da economia do Mar, apostando nas ciências e tecnologias do mar, criando emprego, fomentando o ensino, a educação e o desporto associados ao mar, tentando sempre resolver conflitos de uso e potenciando sinergias através da implementação de um planeamento e ordenamento espacial das atividades.

Num mundo globalizado, a disponibilização de informação online é praticamente uma exigência. Assim, a divulgação de informação atual, objetiva e clara sobre o estado de desenvolvimento do projeto Observatório Marinho de Esposende (OMARE) e sobre a biodiversidade marinha local, para que todos os grupos da sociedade possam, fácil e rapidamente, aceder à mesma, constitui uma das apostas desse projeto. Tendo em conta as potencialidades das ferramentas digitais e das novas tecnologias, a conceção, desenvolvimento e manutenção do portal “Observatório Marinho de Esposende” constitui uma das ferramentas que se consideram essenciais ao desenvolvimento do projeto. ■



25
anos
1993-2018

PISCINAS MUNICIPAIS DE FORJÃES
AO SERVIÇO DA COMUNIDADE

**Aprender a nadar...
Um investimento
para toda a vida**



esposende 2000



1993 2018

www.esposende2000.pt

INFORMAÇÃO
LOCAL

FREGUESIAS

FÃO

HOMENAGEM AOS
EX-COMBATENTES
DO ULTRAMAR

A junta de freguesia leva a cabo desde 2010 um conjunto de cerimónias de homenagem aos Ex-Combatentes da Guerra do Ultramar, assim acontecerá uma vez mais no próximo dia 10 de Junho. Ao contrário do que tem sido habitual este ano a missa em honra dos ex-combatentes acontecerá não no Mosteiro de S.B.J. de Fão, mas sim na igreja matriz.

De seguida haverá romagem ao cemitério de Fão com deposição de coroa de flores em memória dos já falecidos. Por volta das 13:30 horas, haverá o almoço convívio aberto a todos os que se desejem associar a estas homenagens e celebrações, sobre inscrição prévia na junta de freguesia de Fão até ao dia 7 de junho. ■



PALMEIRA DE FARO

FORJÃES

GRANDE
NOITE
DE FADOS

No dia 25 de maio, sexta-feira, pelas 21:30 horas, o Auditório Paroquial de Palmeira de Faro recebe o Grupo de Fados de Esposende, para uma grande noite de fados. Segundo o presidente da união de freguesias de Palmeira de Faro e Curvos, Mário Fernandes, espera-se casa cheia. ■

NA MINHA
TERRA CABE
O MUNDO
TODO

No próximo dia 26 de maio poderá assistir a uma conferência com o ilustre, Ruy de Carvalho, no Centro Cultural Escolas Rodrigues de Faria.

O programa de "Na minha terra cabe o mundo todo", tem início às 15:30 horas e finda por volta, das 19:00 horas. ■

“DESPORTO SAI À RUA” ENCHEU
A ZONA RIBEIRINHA DE ESPOSENDE

Evento visa a promoção da oferta desportiva de Esposende

MERCEDES SANTOS
mercedeseuposendeseamanario@gmail.com

A Câmara Municipal de Esposende organizou, no passado domingo, dia 20 de maio, ao longo da zona ribeirinha, mais uma edição da iniciativa «O Desporto Sai à Rua», pelo quarto ano consecutivo.

Assim, para além da demonstração das modalidades desportivas existentes no concelho, a população em geral foi convidada a participar e a experimentar as práticas de cada atividade, entre as 10:00 e as 14:00 horas.

Assente nas vertentes de Exposição/Promoção e Experimentação, esta ação visa proporcionar às associações/clubes desportivos e empresas do concelho um espaço para que possam promover as suas modalidades, produtos e ações junto da população.

Durante a manhã e até ao início da tarde, parte da marginal de Esposende recebeu atividades das modalidades de futebol, basquetebol, andebol, voleibol, artes marciais, patinagem, atividades náuticas, aulas de academia e exposições de freestyle no skate park.

Para além de constituir um meio de promoção da oferta desportiva do concelho, o evento “O Desporto Sai à Rua” reflete-se também positivamente ao nível da economia local, dado que contribui para atrair gente à cidade num período de menor afluência. ■



REJEITADO PROJETO DE RESOLUÇÃO PARA ELIMINAÇÃO DE PORTAGENS



O projeto de resolução apresentado pelo PCP, que aconteceu a 18 de maio, na Assembleia da República, para a eliminação imediata das portagens na A28, A41/A42 e A29 foi rejeitado.

De acordo com um comunicado enviado pelo PCP ao Esposende Semanário, a medida foi chumbada pelos votos do PSD, PS e CDS-PP. Os deputados socialistas Joana Lima e José Manuel Carpinteira e o deputado do PAN, abstiveram-se, enquanto o PCP, BE e PEV votaram a favor do projeto.

Para o PCP as portagens introduzidas nestas ex-SCUT, em 2010, tiveram “impactos gravíssimos na economia e nas condições de vida das populações”.

“O PS, PSD e CDS são responsáveis não só pela introdução de portagens como pela sua manutenção, apesar da sua injustiça e as nefastas consequências para o tecido económico e para a população do distrito do Porto. O PCP vai continuar a lutar pela abolição das portagens em toda a extensão da A28, A41/A42 e A29”, lê-se no documento. ■

PEREGRINAÇÃO À SENHORA DA GUIA JUNTOU MILHARES DE PESSOAS



A peregrinação das quinze paróquias do arciprestado de Esposende ao monte de Nossa Senhora da Guia realizou-se no passado domingo e juntou milhares de pessoas.

O bispo auxiliar de Braga, D. Nuno Almeida, presidiu a celebração eucarística e manifestou «surpresa» face à beleza, devoção e peregrinação da Nossa Senhora da Guia.

A 17ª peregrinação partiu da igreja paroquial de Belinho e terminou junto à Capela da Senhora da Guia, mesmo no alto da arriba fóssil de Esposende num

trajeto de três quilómetros e sempre a subir.

Centenas de pessoas seguiram a procissão, num «momento único de fé».

A paróquia de S. Bartolomeu do Mar foi a organizadora da peregrinação deste ano. Para o próximo ano, a 18ª peregrinação já com data marcada, que acontecerá a 19 de maio, a organização da peregrinação está já confiada às comunidades paroquiais de Belinho e Forjães, confiadas ao cuidado pastoral do padre José Manuel Ferreira Ledo, vice-arcipreste de Esposende. ■

Auto4You

<p>Audi A3 Sportback 1.6 TDI Ano: 2013/10 Valor: 17 780€</p>	<p>Jaguar XE Prestige 2.0D Auto Ano: 2016/07 Valor: 35 990€</p>	<p>Mercedes CLA 200 CDI Auto Ano: 2013/08 Valor: 29 490€</p>
---	--	---

253 777 558 - 963 201 946 - geral@auto4you.pt - www.auto4you.pt - : 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

MUDANÇA DE
ÓLEO E FILTRO

49€

Promoção em vigor até 31 de Agosto, com óleo preconizado para cada motorização, limitado a 5 litros por operação. Válido para lubrificantes Eurorepar 10w40, 5w40 e 5w30. Preço com IVA à taxa legal.



DESPORTO

CAMPEONATO CONCELHIO DE FUTEBOL

TRAQUINAS											
Classificações 12ª jornada (5ª da 2ª Fase)											
CL	S	Clubes	J	V	E	D	Gol +	Gol -	Gol Av	FC	P
1º		GD Apúlia A	5	4	1	0	33	13	20	0	14
2º		AD Esposende A	5	4	0	1	17	8	9	0	13
3º		FC Marinhas B	5	3	1	1	30	15	15	0	12
4º	A	Forjães SC A	5	3	0	2	17	14	3	0	11
5º		UD Vila Chã	5	3	0	2	12	10	2	0	11
6º		FC Marinhas A	5	2	0	3	18	20	-2	0	9
7º		GD Apúlia B	5	0	0	5	4	26	-22	0	5
8º		AD Esposende B	5	0	0	5	8	33	-25	0	5
1º		CF Fão B	4	3	1	0	26	11	15	0	11
2º		EF "O Fintas"	4	3	0	1	13	9	4	0	10
3º		CSJ Belinho	4	2	1	1	19	18	1	0	9
3º	B	Gandra FC A	4	2	0	2	11	17	-6	0	8
5º		CF Fão A	3	2	0	1	24	8	16	0	7
6º		Gandra FC B	4	1	0	3	11	20	-9	0	6
7º		Forjães SC B	5	0	0	5	7	28	-21	0	5

BENJAMINS											
Classificações 12ª jornada (5ª da 2ª Fase)											
CL	S	Clubes	J	V	E	D	Gol +	Gol -	Gol Av	FC	P
1º		CF Fão A	4	3	0	1	16	11	5	0	10
2º		AD Esposende A	4	3	0	1	23	9	14	0	10
3º		FC Marinhas A	3	3	0	0	21	4	17	0	9
4º	A	EF "O Fintas"	4	2	0	2	28	13	15	0	8
5º		ADCS Crúz	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		GD Apúlia	4	3	0	1	20	10	10	0	10
2º		Forjães SC	4	2	1	1	13	17	-4	0	9
3º		CF Fão B	4	2	0	2	25	16	9	0	8
3º	B	FC Marinhas B	3	2	0	1	16	17	-1	0	7
5º		UD Vila Chã	4	0	2	2	7	14	-7	0	6
6º		Gandra FC	3	0	1	2	5	11	-6	0	4

INFANTIS											
Classificações 12ª jornada (5ª da 2ª Fase)											
CL	S	Clubes	J	V	E	D	Gol +	Gol -	Gol Av	FC	P
1º		EF "O Fintas"	4	4	0	0	17	1	16	0	12
2º		FC Marinhas A	4	3	0	1	16	6	10	0	10
3º		AD Esposende A	4	3	0	1	13	11	2	0	10
4º	A	CF Fão B	3	1	1	1	7	7	0	0	6
5º		Forjães SC A	4	1	0	3	6	17	-11	0	6
6º		FC Marinhas B	4	1	0	3	7	18	-11	0	6
7º		Gandra FC A	5	0	1	4	6	12	-6	0	6
1º		Gandra FC B	4	2	2	0	8	8	0	0	10
2º		CF Fão A	3	3	0	0	29	2	27	0	9
3º		GD Apúlia	4	2	1	1	17	5	12	0	9
3º	B	Forjães SC B	4	1	0	3	8	29	-21	0	6
5º		AD Esposende B	3	1	1	1	8	8	0	0	6
6º		CSJ Belinho	4	0	0	4	4	24	-20	0	4

VETERANOS										
Classificações 9ª jornada										
CL	Clubes	J	V	E	D	Gol +	Gol -	Gol Av	FC	P
1º	AD Esposende	8	7	1	0	34	10	24	0	23
2º	SCM Esposende	8	6	1	1	35	19	16	0	21
3º	GCDR Gemeses	8	5	1	2	25	20	5	0	19
4º	CF Fão	8	4	2	2	16	14	2	0	18
5º	CSJ Mar	9	4	1	4	34	26	8	0	18
6º	FC Marinhas	9	4	1	4	30	24	6	0	18
7º	DR Estrelas do Faro	7	4	2	1	19	12	7	0	17
8º	UD Vila Chã	8	3	1	4	15	19	-4	0	15
9º	Forjães SC	8	3	0	5	25	25	0	0	14
10º	JF Fonte Boa/Rio Tinto	9	2	1	6	18	18	0	0	14
11º	Gandra FC	8	2	2	4	23	32	-9	0	14
12º	GD Apúlia	8	1	0	7	12	40	-28	0	10
13º	CSJ Belinho	8	1	1	6	16	44	-28	0	8

CAMPEONATOS DE FUTEBOL A. F. BRAGA

Pró Nacional, Forjães e Esposende garantiram a manutenção, enquanto Marinhas desce de divisão.

Na Divisão de Honra, o Vila-Chã ficou a meio da tabela classificativa. ■

PRO NACIONAL SENIORES										
Classificações Final										
CL	Clubes	P	J	V	E	D	GM	GS	DG	
1º	Maria da Fonte	72	34	21	9	4	62	23	+39	
2º	Caç. Taipas	65	34	19	8	7	59	39	+20	
3º	Vieira	62	34	18	8	8	58	39	+19	
4º	GD Joane	57	34	16	9	9	50	34	+16	
5º	Forjães	56	34	15	11	8	54	42	+12	
6º	AD Ninense	56	34	15	11	8	54	37	+17	
7º	S.Paio D'Arcos FC	55	34	16	7	11	44	40	+4	
8º	Esposende	51	34	14	9	11	49	50	-1	
9º	Brito SC	48	34	12	12	10	42	35	+7	
10º	Pevidém SC	48	34	14	6	14	42	42	0	
11º	SC Cabreiros	45	34	12	9	13	36	38	-2	
12º	CCD Santa Eulália	42	34	11	9	14	60	60	0	
13º	Porto D'Ave	42	34	11	9	14	42	48	-6	
14º	GD Prado	41	34	12	5	17	41	52	-11	
15º	Águias da Graça	40	34	11	7	16	40	42	-2	
16º	Marinhas	30	34	7	9	18	29	45	-16	
17º	GD Serzedelo	17	34	4	5	25	30	66	-36	
18º	Amigos de Urgeses	16	34	3	7	24	22	82	-60	

DIVISÃO DE HONRA SENIORES										
Classificações Final										
CL	Clubes	P	J	V	E	D	GM	GS	DG	
1º	Santa Maria FC	62	30	19	5	6	58	28	+30	
2º	FC Amares	62	30	18	8	4	61	17	+44	
3º	AFC Martim	60	30	17	9	4	51	21	+30	
4º	Terras de Bouro	51	30	14	9	7	44	31	+13	
5º	Este FC	47	30	13	8	9	41	40	+1	
6º	FC Roriz	44	30	11	11	8	39	30	+9	
7º	Dumiense FC	42	30	11	9	10	39	46	-7	
8º	UD Vila Chã	41	30	11	8	11	46	41	+5	
9º	Águias de Alvelos	39	30	11	6	13	42	46	-4	
10º	CD Celeiros	37	30	8	13	9	37	42	-5	
11º	Soarense	36	30	10	6	14	43	53	-10	
12º	GD Gerês	34	30	7	8	10	34	36	-2	
13º	Bairro da Misericórdia	31	30	8	7	15	33	52	-19	
14º	Pedralva	29	30	7	8	15	28	43	-15	
15º	GD Caldelas	28	30	7	7	16	27	54	-27	
16º	Sequeirense	10	30	1	7	22	18	61	-43	

Sub19 JUNIORES DIVISÃO DE HONRA										
Classificações 29ª jornada										
CL	Clubes	P	J	V	E	D	GM	GS	DG	
1º	Braga B	72	28	23	3	2	106	22	+84	
2º	Fão	58	29	17	7	5	70	31	+39	
3º	Maria da Fonte	58	29	17	7	5	60	33	+27	
4º	Amigos de Urgeses	57	29	17	6	6	82	47	+35	
5º	Moreirense B	57	29	17	6	6	67	34	+33	
6º	Vilavendense FC	51	29	14	9	6	47	39	+8	
7º	GD Prado	49	29	14	7	8	57	35	+22	
8º	Esposende	49	29	16	1	12	57	59	-2	
9º	U. Torcatense	40	29	11	7	11	42	68	-26	
10º	Águias de Alvelos	37	29	11	4	14	53	59	-6	
11º	Marinhas	32	28	9	5	14	47	53	-6	
12º	Santa Maria FC	28	28	9	1	18	51	60	-9	
13º	Ribeirão 1968 FC	23	28	6	5	17	38	67	-29	
14º	Maximinense	20	29	5	5	18	30	88	-58	
15º	Arões SC	14	29	4	2	23	30	87	-57	
16º	Lomarense	5	29	0	5	24	27	82	-55	

Escola de vencedores



PAULO GONÇALVES
pgoncalvesesposendeseamanario@gmail.com

Américo Magalhães, conceituado treinador desportivo, aceitou o convite para orientar a equipa do Clube Náutico do Prado, uma das principais candidatas ao título nacional de canoagem.

Em entrevista ao Esposende Semanário, aborda os objectivos traçados para esta temporada.

Esposende Semanário - Como surgiu a hipótese de treinar a equipa de canoagem do Clube Náutico do Prado?

Américo Magalhães - O convite surgiu após a saída do anterior treinador para um outro projecto. Fui contactado pela direcção e foi fácil chegarmos a acordo em virtude da ligação afectiva que possuímos visto eu ter sido atleta e campeão nacional pelo Clube Náutico de Prado na década de 90 e pelo projecto ambicioso que temos para o clube.

E. S. - E como está a decorrer a época desportiva?

A. M. - Até ao momento não podia estar a correr melhor. Estamos cada vez mais próximo do principal clube português que é o Clube Náutico de Ponte de Lima, que é campeão nacional absoluto há mais de dez anos, e esta época além dos segundos lugares que obtivemos nos campeonatos regionais e nacionais de fundo, na taça de Portugal de tripulações e no Esperanças I, conseguimos ser campeões regionais norte na especialidade de maratona.

E. S. - O que destaca de muito positivo na sua ligação a este novo projecto desportivo?

A. M. - O que destaco de mais positivo é, sem dúvida, termos conseguido colocar de novo o clube a lutar pelo primeiro lugar colectivo, o de termos aumentado o número de atletas, em mais do dobro em relação ao ano anterior no pódio e de termos aumentado o número de praticantes, também em relação à época anterior.

E. S. - Como analisa a evolução da canoagem portuguesa?

A. M. - No que concerne a este tema, embora tenha a minha opinião formada, não compete a mim estar a analisar o trabalho efectuado por outros treinadores.

DESPORTO

GRUPO DESPORTIVO DE APÚLIA EM FRANÇA

PAULO GONÇALVES

pgoncalvesesposendesemanario@gmail.com

Os juvenis da equipa apuliense, participaram numa competição que reuniu 32 equipas de seis países, na região de Vigneuxw (França), onde acabou por terminar no 19.º lugar da geral.

Resultados obtidos nos jogos disputados pela formação da beira mar.

Fase de Grupos

Auray FC (França), 4 - GD Apúlia, 0
GD Apúlia, 1 - GJ Coeur D'Estuaire, 0
GD Apúlia, 0 - AC Chapelin, 0

Como só os dois primeiros classificados de cada grupo, eram qualificados para a fase final, o Grupo Desportivo de Apúlia entrou na fase de consolidação, que ditou os seguintes resultados.

SM Prinquiau FC, 0 - GD Apúlia, 0
(7-8 nas grandes penalidades)
AC Basse Goulaine, 0 - GD Apúlia, 0
(3-5 nas grandes penalidades)
Coteux du Vignoble FC, 0 - GD Apúlia, 0
(6-7 nas grandes penalidades)
SM Prinquiau FC, 1 - GD Apúlia, 0
BCS Cork (Irlanda), 0 - GD Apúlia, 0
(4-5 nas grandes penalidades). ■



ÓÓ
ÓTICA ANTUNES

SERVIÇOS

OPTOMETRIA

CONTACTOLOGIA

ÓCULOS

TONOMETRIA

AVALIAÇÃO DA TENSÃO OCULAR

QUERATOMETRIA

RETINOGRRAFIA

TERAPIAS VISUAIS

Bodyboard regional definiu campeão em Esposende



PAULO GONÇALVES

pgoncalvesesposendesemanario@gmail.com

Diogo Cruz, atleta do Clube Fluvial Vilacondense, sagrou-se campeão regional na categoria de sub 12, durante a etapa que decorreu na cidade de Esposende.

O vilacondense, que se iniciou na prática da modalidade há apenas um ano, demonstrou todo o seu valor, superando nas ondas do atlântico os seus principais adversários.

A qualidade deste jovem atleta, já tinha sido evidenciada nas etapas de Viana do Castelo e de Leça, onde alcançou triunfos bem esclarecedores, o campeonato encerra com a etapa da Póvoa de Varzim. ■

Vencedores da prova na Praia Suave Mar

Sub - 12
Diogo Cruz (CFV)

Sub -14
Joel Rodrigues (CNP)

Sub - 16
Duarte Cunha (AON)

Sub - 18
Marco Vieira (AON)

Feminina
Miriam Caires (CNP)

Open
André Filipe (AON)

Master
André Lopes (CNP)

DESPORTO

FC MARINHAS PARTICIPOU EM TORNEIOS INTERNACIONAIS



Benjamins

PAULO GONÇALVES
pgoncalvesesposendesemanario@gmail.com

O departamento de futebol jovem do Futebol Clube Marinhás, esteve fortemente representado em competições que decorreram em França". Os azuis e brancos", mais uma vez dignificaram as cores do clube, e deram uma enorme alegria, aos muitos marinhenses que assistiram aos diversos jogos.

A equipa de Benjamins A (nascidos em 2007), participaram na 8ª edição do Torneio Internacional US Farenque, realizado em La Faire les Oliviers, arredores de Marselha, onde obtiveram um honroso quarto lugar.

Na primeira fase de grupos, os Benjamins, obtiveram os seguintes resultados:

US Farenque x FC Marinhás (0-3)
FC Marinhás x Salon Baf (0-2)
Gap Foot x FC Marinhás (0-1)
FC Marinhás x Lancon Sibourg (3-0)

Esta fase de grupos foi concluída em 1º lugar e conseqüente apuramento para os quartos de final da prova, onde o FC Marinhás venceu por 1-0, o St. Julien ,a que se seguiu a derrota por 0-1 ante o Luynes Sport, nas meias finais.

No apuramento do terceiro e quarto lugares, perdeu com o GS Milloise por 0-1.

Por sua vez, a equipa de INFANTIS A (nascidos em 2005), esteve presente na 1º

Edição do Torneio Internacional "Claude Gourlaouen", competição promovida pelo FC Stéphanois, e na qual participaram 24 equipas, com os jogos a decorrerem em Saint Etienne de Montluc, região de Nantes.

Nantes x FC Marinhás (0-1)
FC Marinhás x FCBR (0-0)
Yieves ST Pierre x FC Marinhás (1-1)
FC Marinhás x SUD 98 (1x0)
FC Stéphanois x FC Marinhás (0-0)

Apesar de não ter sofrido qualquer derrota nesta fase de grupos, a mesma foi concluída no 3º lugar, falhando assim o apuramento para os quartos de final.

Resultados da 2ª fase

FC Marinhás x ST Marc Football (0-1)
Orvault SF x FC Marinhás (2-3)
FC Marinhás x FC Stephanois (4-0)
Com estes resultados o FC Marinhás terminou no 11º Lugar.

Por último a formação de Juvenis A (nascidos em 2001), foi até Vigneaux de Bretagne (Nantes). Neste torneio estiveram presentes 32 equipas de todos os continentes, distribuídas por 8 grupos.

O FC Marinhás que acabou no 9º lugar, com apenas uma derrota, bem se pode queixar de algumas arbitragens desastrosas.

Resultados da 1ª fase

Ahala Academy FC (Camarões) x FC Marinhás (0-0)
FC Marinhás x Herbiers Foot (1-0)
Orvault SF x FC Marinhás (0-0)

Oitavos de final

FC Marinhás x Brasov (Roménia) (0-1)

Jogos de apuramento

FC Marinhás x Red Star FC (2-0)
FC Marinhás x Tubize (Bélgica) (4-0)

A juntar a todo este conjunto de resultados meritórios do FC Marinhás em França, os infantis arrecadaram a taça fair play e dois jogadores da formação de juvenis foram escolhidos para o onze ideal da prova.

Ao que apurou o Esposende Semanário, durante o próximo mês de Junho, duas equipas vão até Espanha participar no torneio do Ribadeo, e uma outra vai disputar uma competição nos Açores.

Para este sábado está marcada a apresentação da 31ª edição do Torneio Internacional do FC Marinhás.

O encontro com a comunicação social vai acontecer pelas 11:00 horas, nas instalações do estádio Padre Avelino Peres Filipe. ■



Infantis



Juvenis

SAÚDE

TREINAR DURANTE A GRAVIDEZ: SIM OU NÃO?

O exercício tem riscos mínimos e benefícios confirmados para a maioria das mulheres grávidas.

Gravidez saudável e ativa! Sara Costa, Fisioterapeuta

“Durante a gestação o corpo da mulher muda imenso física e psicologicamente. No âmbito psicológico, um misto de emoções invade a futura mamã, nomeadamente sentimentos de felicidade, medo, ansiedade, preocupação, entre outros. É importante que o ambiente circundante, família e amigos, seja favorável à mudança espiritual e emocional da mamã, incentivando-a e encorajando-a consoante as suas fragilidades e os seus receios, respeitando sempre a sua opinião e os seus ideais.

No que diz respeito às mudanças físicas e fisiológicas estas são várias: aumento do peso corporal e alterações do centro de gravidade e postura; crescimento do feto e aumento e deslocamento do útero; aumento do volume sanguíneo total e do volume para útero e rins. As alterações hormonais também têm o seu efeito na sintomatologia associada à gravidez, por exemplo, a relaxina é a hormona que permite uma maior mobilidade dos ligamentos e por conseguinte, das articulações.

Este aumento da mobilidade é

importantíssimo para o momento do parto, mas, por outro lado, e em conjunto com todas as outras alterações físicas (aumento da lordose lombar - curvatura da coluna e maior atividade muscular), é um fator que irá desencadear algum desconforto. Este desconforto ou dor, é mais frequente na coluna lombar e na pélvis. Por vezes ouvimos dizer “é normal, estás grávida, tens de aguentar a dor”. Esta é uma ideia errada, primeiro porque não temos de aguentar a dor e segundo, porque não é por estar grávida, que a mulher fica sem opções de tratamento. A dor faz parte da existência humana, para nos ir dando sinais de que algo não estará bem com o nosso corpo e por isso devemos agir. Neste sentido, e para promover a saúde da grávida atuando na prevenção, esta deve, com autorização médica, realizar exercício terapêutico específico e pilates clínico acompanhado por um fisioterapeuta. Além de prevenir os desconfortos, os benefícios são: promover uma boa postura; ajudar no controlo de peso; aumentar a qualidade do sono e consequentemente melhorar os níveis de energia; fortalecer e aumentar a consciencialização dos músculos pélvicos, o que facilita na hora do parto; aumentar



a consciencialização e o controlo da respiração; promover o bem-estar físico e emocional; promover uma recuperação mais rápida no período pós-natal.

Existem várias técnicas de tratamento para amenizar o desconforto e aliviar a dor, por isso, não devemos esperar que a dor fique insuportável para atuarmos e pedirmos ajuda. Até porque, sem dor e desconforto a gravidez pode ser vivida

mais tranquilamente e na sua plenitude. Queremos mais grávidas felizes, saudáveis e informadas!”

Ao contrário do que muitas pessoas acreditam, a atividade física regular e adequada durante uma gravidez saudável não aumenta o risco de partos prematuros, de abortos e do nascimento de bebés com baixo peso... ■

VICOR

Componentes Industriais

Rolamentos



Chumaceiras



Vedação



Empanques



Sprays Indústria



Plásticos Técnicos



Apoios



Em Frente à Sucata SBL



www.vicor.pt
geral@vicor.pt
963 175 145
253 986 192
in
f

publizende®

O QUE FAZEMOS, FAZEMOS BEM.

☎ 253 968 001

✉ correio@publizende.com

CORRE-SE A MEIA MARATONA DE ESPOSENDE NO DOMINGO

Paulo Guerra apadrinha a primeira edição da prova.

FÁBIA VALE

fabiavaleesposendesemanario@gmail.com

Na primeira edição da Meia Maratona de Esposende, vão disputar a prova perto de dois mil atletas, a realizar-se no próximo domingo, às 10:00 horas, organizada pela C.M.Esposende, em parceria com a Run Porto.

A prova que compreende a clássica corrida de 21097m da meia maratona e uma corrida/caminhada de 10 Km, com partida e chegada na Av. Eng. Eduardo Arantes e Oliveira.

Foi apresentada esta primeira edição da Meia Maratona de Esposende, no passado dia 23 de maio, no Fórum Rodrigues Sampaio.

Durante a conferência, Rui Losa, vereador do desporto da câmara municipal de Esposende, inicia dizendo “que pequenas mudanças podem fazer grandes diferenças”. Realça que o município tira partido das excelentes condições naturais que possui, o concelho de Esposende tem já uma grande política desportiva, trata-se de ser “o momento para dar o salto qualitativo.” Estavam já reunidas as condições para fazer a aposta desta dimensão.

Rui Losa assumiu os constrangimentos decorrentes deste evento, notando a

preocupação da organização em minimizar o impacto.

“Esta 1.ª Meia Maratona de Esposende é uma prova nova no panorama da Runporto, que substitui tanto a Corrida da Primavera como a Marginal à Noite, com a vantagem de permitir agora uma competição numa distância estandarizada no panorama atlético nacional e internacional”, afirma Jorge Teixeira, diretor geral da Runporto.

Pode já contar-se com a presença de alguns atletas de renome. “Para os 21 km estarão presentes José Moreira e Hélder Santos (Sporting) Daniel Pinheiro (Águias de Alvelos) e Mónica Silva. Para os 10 km estará presente o leão Rui Pedro Silva”, lê-se na nota de imprensa.

Novidade nesta edição será o serviço de Live Tracking na prova de 21 Km que permite fazer o acompanhamento em tempo real dos atletas.

Vítor Dias, delegado regional do norte do IPDJ – Instituto Português do Desporto e Juventude, elogia a aposta desportiva do município, considerando que se insere no quadro dos eventos “muitíssimo importantes”, e que é “uma iniciativa capaz de atrair novos públicos”. ■



Esposende organiza 2.º Encontro de Coros Séniores de 1 a 3 de junho

Integrado no programa Ativo Mais, da Rede Social de Esposende, o Município de Esposende vai promover, nos dias 1, 2 e 3 de junho, a segunda edição do Festival de Coros Seniores. O evento pretende divulgar e promover o trabalho que é desenvolvido a nível musical junto das comunidades seniores. Esta edição integra a realização de três concertos em diferentes locais do concelho, sendo que, além do Coro Sénior de Esposende, o evento vai contar com a participação do Orfeão de Paranhos e do Coro da Universidade Sénior de Vieira do Minho.

O concerto de abertura, no dia 1, às 21h30, estará a cargo do Orfeão de Paranhos – Porto, sob a direção musical do Maestro Sérgio Martins, tendo como palco a Igreja Paroquial de Antas. No dia 2, à mesma hora, na Igreja Paroquial de Belinho, apresenta-se o Coro da Universidade Sénior de Vieira do Minho, sob a direção

do Maestro José Teixeira. A encerrar esta edição, no dia 3, às 17:00 horas, na Praça do Município, o Coro Sénior de Esposende, dirigido pelos maestros Ana Carolina Capitão e Luís Miguel Clemente, apresenta o concerto “Canções da nossa vida”. Todos os concertos têm entrada livre, dirigindo-se à comunidade em geral.

TALHOCIDADE
FRESCO DELICIOSO SAUDÁVEL
(Junto á rotunda da Sr.ª da Saúde)
AV. 19 DE AGOSTO, LOJA 681 - ESPOSENDE
TEL.: 253 987 492 | TELM.: 967 802 290

Vendemos, Alugamos e Administramos o seu imóvel!

ÚTIL CASA
IMOBILIÁRIA
Lc. AMI 11799

Av. Eng. Losa Faria, n.º161, Loja 17
4740-268 Esposende

☎ 966855999 / 935822792
☎ 253987060
✉ comercial@utilcasa.pt
🌐 www.utilcasa.pt

Arranque das comemorações dos 25 anos do Museu Municipal de Esposende

FÁBIA VALE

fabiavaleesposendesemanario@gmail.com

O presidente da Câmara de Esposende, Benjamim Pereira destacou a “dinâmica sem paralelo na região”, desenvolvida pelo município, tese que sustentou apontando a rede de museus municipal como um exemplo da maximização de resultados.

“A rede junta 24 instituições, três museus (Museu Marítimo, Museu Municipal e Casa Viana de Lima), cinco núcleos museológicos, (Sargaceiros de Apúlia, Santa Casa da Misericórdia de Fão, Santa Casa da Misericórdia de Esposende, Bombeiros Voluntários de Fão e Bombeiros Voluntários de Esposende), 15 coleções visitáveis (paróquias) e um Centro Interpretativo”, recordou, lembrando que os Museus do Junco, em Forjães e do Sargaço, em Apúlia serão uma realidade muito em breve.

“Temos procurado parceiros, para ultrapassar as dificuldades que o Estado coloca, nomeadamente a

Universidade do Minho, o Instituto Politécnico do Cávado e do Ave ou o Forum Esposendense. É assim que pretendemos intervir no Forte de S. João Batista, onde o projeto contempla uma forte componente museológica”, vincou, em jeito de complemento ao repto lançado por Alberto Figueiredo que defende a instalação do Museu do Mar no farol existente no Forte.

“(Re)Visitando 25 anos do Museu Municipal de Esposende”, reuniu em tertúlia os representantes dos executivos municipais de 1993 e atual, contextualizando a evolução deste projeto museológico, desde a génese até aos nossos dias. A obra de remodelação do edifício, no final do século passado, significou um enorme esforço financeiro, aludiram os autarcas de então e os representantes do atual Executivo Municipal querem conferir nova centralidade a este espaço museológico.

A tertúlia juntou à mesa Alberto Figueiredo e Albino Penteado Neiva, respetivamente Presidente



da Câmara e Vereador da Cultura, em 1993, e o atual Presidente do Município, Benjamim Pereira e a Vereadora da Cultura, Angélica Cruz. A iniciativa assinalou o Dia Internacional dos Museus e Noite dos Museus (18 de maio), assim como o arranque das comemorações do 25.º aniversário do Museu Municipal (1993-2018) que se prolongam até 19 de agosto de 2019.

A anteceder a tertúlia atuou o Coro Ars Vocalis, sob a direção de Helena Venda Lima e acompanhado por Diogo Zão ao piano e foi projetado um filme sobre o percurso do ano inaugural do Museu Municipal.

Desde a abertura, o Museu Municipal já acolheu mais de 400 mil visitantes, mais de 30 mil alunos e apresentou mais de 40 exposições. ■



 <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 AVª 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
Café Rafael

Antas

Junta de Freguesia
Mini-Mercado de Antas

Belinho

Junta de Freguesia
Servilima – Posto de combustível
Café Avenida

Curvos

Junta de Freguesia
Café Juventude
Café Aquário

Esposende

Junta de Freguesia
Serra da Sorte
Bazar Serra
Quiosk
Repsol - Posto de Combustíveis

Fão

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

Fonte Boa

Junta de Freguesia
Café Boa Fonte
Café Central
Café Ta-se Bem

Forjães

Junta de Freguesia
Papelaria Moderna
Café Novo

Gandra

Junta de Freguesia
Restaurante Cruzeiro
Café S. Martinho

Gemeses

Junta de Freguesia

Mar

Junta de Freguesia
Café Maranhão

Marinhas

Junta de Freguesia
Belmar Café
Supermercado Abílio Cardoso
Paula Papelaria - (Mini Preço)
Repsol – Posto de Combustíveis

Palmeira de Faro

Junta de Freguesia
Tropical Caffé
Café Dany

Rio Tinto

Junta de Freguesia

Vila Chã

Junta de Freguesia
Café O Jogo
Café O JUCA

Qualidade de Ouro para seis praias do concelho

O concelho de Esposende tem seis zonas balneares classificadas pela Quercus com a distinção “Praias com Qualidade de Ouro”.



Da lista divulgada pela associação ambientalista, fazem parte as praias da Ramalha e Apúlia, a de Ofir, em Fão, a praia Suave-Mar e as de Cepães e Rio de Moinhos, em Marinhãs.

A lista é conhecida poucas semanas depois de ter sido anunciada a atribuição da bandeira azul. Que para além do selo de qualidade nestas zonas balneares, Esposende ostenta, na época balnear 2018, a Bandeira Azul nas praias de Apúlia, Ofir, Suave Mar e Cepães. Comprovando que Esposende se mantém como um excelente destino balnear.

A associação ambientalista elege,

anualmente, as praias cujas águas balneares apresentam melhores resultados em termos de qualidade, com base na informação pública oficial, disponibilizada pela Agência Portuguesa do Ambiente.

Para serem classificadas com “Qualidade de Ouro”, as praias deverão ter apresentado qualidade da água excelente nas cinco últimas épocas balneares e análises excelentes na última época balnear.

A avaliação da Quercus é mais limitada em comparação com os múltiplos critérios para atribuição da Bandeira Azul, dado que se baseia apenas na qualidade da água das praias, sendo, contudo, mais

exigente neste aspeto específico, para além de incluir todas as águas balneares, não envolvendo qualquer processo de candidatura.

O objetivo da Quercus é realçar as praias que ao longo de cinco anos apresentam sistematicamente água balnear de qualidade excelente, tendo em conta a classificação da legislação em vigor, e que, nesse sentido, oferecem assim uma maior fiabilidade no que respeita à qualidade da sua água.

Este ano, foram classificadas com “Qualidade de Ouro” 390 praias portuguesas, menos seis do que em 2017, num total de 640. ■

ESPOSENDENSE TERESA PORTELA VENCE MEDALHA DE BRONZE NA TAÇA DO MUNDO



As canoístas Teresa Portela, natural de Gemeses, e Joana Vasconcelos conquistaram, no passado sábado, a medalha de bronze da prova de K2 500 da primeira Taça do Mundo da Hungria.

A dupla foi apenas batida pelas neozelandesas Lisa Carrington/Kayla Imrie, que chegaram 1,767 segundos antes, e pelas austríacas

Ana Roxana/Victoria Lehaci, que ficaram a 962 milésimos da equipa da Oceânia.

Minutos antes, na outra final A, que Portugal disputava, Fernando Pimenta tinha assegurado a medalha de ouro em K1 1000.

O presidente da República, Marcelo Rebelo de Sousa, felicitou os canoístas Fernando Pimenta pela

medalha de ouro conquistada na prova K1 1.000 da Taça do Mundo da Hungria e a dupla Teresa Portela/Joana Vasconcelos pelo bronze em K2 500.

A seleção portuguesa tem como ponto alto da época os mundiais, que decorrem pela primeira vez em Portugal, de 22 e 26 de agosto em Montemor-o-Velho. ■

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, LOJA 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 **Telf.** 253 981 510



SIAMO IN DUE

Especialidades: Cozinha Italiana: Bruschetta, Focaccia, Spaghetti alle Alghie 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
Tlm. 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



ILHA OFIR

Morada: Avenida António Veiga 4740-405 Fão - Esposende
Reservas: 968 079 140

Restaurante - Bar



Ilha Ofir

Serviço take Away

HORÓSCOPO DA SEMANA de 24 a 31 de maio

CARNEIRO - Carta Dominante: O Mágico, que significa Habilidade Amor: Harmonia na sua relação. Com os nossos pensamentos e palavras criamos o mundo em que vivemos! Saúde: Con-sulte regularmente o dentista. Dinheiro: Cuidado com investimentos. Números da Sorte: 9, 11, 17, 22, 28, 29. Pensamento positivo: tenho pensamentos positivos, para atrair coisas positivas para a minha vida.

TOURO - Carta Dominante: três de Ouros, que significa Poder. Amor: Seja seletivo nas suas amizades. Plante hoje sementes de otimismo, amor e paz. Verá que com esta atitude irá colher mais tarde os frutos da alegria. Saúde: Problemas de rouquidão. Dinheiro: Seja prudente no local de trabalho. Números da Sorte: 1, 5, 7, 11, 33, 39. Pensamento positivo: Tenho o poder de dizer "não", aceito só o que me faz bem.

GÉMEOS - Carta Dominante: seis de Espadas, que significa Viagem Inesperada. Amor: O amor paira no ar. Procure intensamente sentimentos sólidos e duradouros, espalhando em seu redor alegria e bem-estar! Saúde: Nada o preocupará a este nível. Dinheiro: Época pouco favorável. Números da Sorte: 2, 9, 17, 28, 29, 47. Pensamento positivo: Estou disponível para as surpresas que o Universo me traz.

CARANGUEIJO - Carta Dominante: dois de Copas, que significa Amor. Amor: Deixe que os outros se aproximem de si. Olhe tudo com amor, assim a vida será uma festa! Saúde: A saúde é o espelho das suas emoções. Dinheiro: Período favorável. Números da Sorte: 9, 18, 27, 31, 39, 42. Pensamento positivo: O Amor vence todas as barreiras.

LEÃO - Carta Dominante: sete de Paus, que significa Discussão, Negociação Difícil. Amor: Tenha mais contacto com familiares. A verdadeira beleza não é visível aos olhos, pois está no coração! Saúde: Faça uma caminhada por semana. Dinheiro: Sem sobressaltos. Números da Sorte: 6, 14, 36, 41, 45, 48. Pensamento positivo: Com respeito e sabedoria superam-se todas as diferenças.

VIRGEM - Carta Dominante: quatro de Copas, que significa Desgosto. Amor: Organize um jantar de amigos. Aproveite ao máximo os momentos de alegria para agradecer a Deus tudo o que tem! Saúde: Evite a rotina. Dinheiro: Não se precipite nos gastos. Números da Sorte: 4, 9, 18, 22, 32, 38. Pensamento positivo: Sei que sou capaz de ultrapassar os desgostos, pois preservo a alegria no meu coração.

BALANÇA - Carta Dominante: Valeta de Espadas, que significa Vigilante e Atento. Amor: poderá começar uma nova amizade ou um novo relacionamento. Saúde: Durma mais para recuperar energias. Dinheiro: Boa capacidade de resolução de conflitos e gestão de recursos. Números da Sorte: 7, 22, 29, 33, 45, 48. Pensamento positivo: Procuo dizer coisas boas, a palavra tem muita força.

ESCORPIÃO - Carta Dominante: três de Espadas, que significa Amizade, Equilíbrio. Amor: Possível desilusão com alguém próximo. Dê a mão a quem dela precisa. Saúde: Faça exercícios de relaxamento. Dinheiro: Não se distraia. Números da Sorte: 1, 3, 7, 18, 22, 30. Pensamento positivo: Uma palavra de conforto é sempre bem recebida.

SARGITÁRIO - Carta Dominante: O Eremita, que significa Procura, Solidão. Amor: Procure estar calmo. Não se canse a viver agitado! Saúde: Poderá ter problemas respiratórios. Dinheiro: Tudo estará a correr bem. Números da Sorte: 8, 17, 22, 24, 39, 42. Pensamento positivo: Não sofro por antecipação, o que tiver de ser, será.

CAPROCÓRNIO - Carta Dominante: A Força, que significa Força, Domínio. Amor: Não dê importância a comentários. Sentir-se-á um pouco sozinho no mundo, mas não é bem assim, afinal tem tanta gente que gosta de si. Saúde: Proteja os ouvidos. Estão sensíveis. Dinheiro: Não se precipite ao fazer compras. Números da Sorte: 3, 7, 11, 18, 22, 25. Pensamento positivo: tenho domínio sobre os acontecimentos, construo a minha própria vida.

AQUÁRIO - Carta Dominante: Ás de Copas, que significa Princípio do Amor, Grande Alegria. Amor: Dê atenção às pessoas mais velhas da sua família. Saúde: Não esforce as suas pernas. Dinheiro: Seja alegre e otimista, enquanto trabalha; desempenhe o seu papel de coração aberto e com um sorriso na cara! Números da Sorte: 2, 17, 19, 36, 38, 44. Pensamento positivo: Começo o dia com um sorriso no rosto.

PEIXES - Carta Dominante: Cavaleiro de Espadas, que significa Guerreiro, Cuidado. Amor: Não ligue ao que as outras pessoas dizem. O pensamento positivo é o melhor remédio para qualquer mal. Saúde: Tendência a dores de garganta. Dinheiro: Possível aumento. Números da Sorte: 1, 8, 17, 21, 39, 48. Pensamento positivo: Eu luto pela minha felicidade.

ESPOSENDE SEMANÁRIO

ADMITE-SE COMERCIAL

FAÇA PARTE DA NOSSA EQUIPA

esposendeseamanario@gmail.com

253 964 157

SUDOKU

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

FAZ ACONTECER TEATRO EM ESPOSENDE

Jorge Alonso, um profissional com um vasto currículo na área, natural de Lisboa, mas radicado em Esposende há vários anos, cuja experiência e conhecimento ajudaram os grupos a melhorar o seu trabalho e desempenho.



FÁBIA VALE
fabiavaleesposendeseamanario@gmail.com

Desde 2005 que se realizam várias atividades formativas e de encenação teatrais no concelho de Esposende.

Em 2007, com o apoio do Município foi convidado a dinamizar o Grupo GATERC - Grupo Amador de Teatro de Esposende - Rio Cávado e até



à data encenou 17 espetáculos para este Grupo.

“Em 2015 criei a convite do Município o projeto Create e com Eva Fernandes encenamos nove espetáculos de Teatro com os Grupos Teatro Amador existentes no concelho para além de várias ações de formação. Também a produção do FESTITEATRO, que faz parte do programa este ano terá a sua IV edição nos dias 23, 24 e 25 agosto.”

Jorge Alonso, a quem coube a apresentação do projeto, deixou claro que “em Esposende há público e pessoas interessadas no teatro” e enalteceu o trabalho teatral amador, considerando que implica uma maior exigência em termos de paixão e entrega.

No programa CREATE, numa primeira fase de abril

2015 a dezembro de 2017, realizaram-se um total de dez estreias de espetáculos de teatro amador, duas edições do FESTIAMA – Festival do Teatro Amador do Concelho de Esposende e três edições do FESTITEATRO.

Paralelamente desenvolveram-se ações de formação de técnicas teatrais junto dos grupos de teatro amador no concelho e para um público infante juvenil, das quais resultaram dois espetáculos de teatro e também a formação do grupo infante juvenil ‘Boca de Cena’.

De assinalar a formação de um novo grupo, o FORJÁES EM CENA que se juntou aos outros quatro grupos de teatro amador já inseridos no programa, nomeadamente o GATERC -

Esposende, o GATA de Fão, a JUM - Marinhas e o GARFO - Grupo de Teatro de Fonte Boa. Estimamos que assistiram aos espetáculos neste período, cerca de 14.000 pessoas.

“Ficou demonstrado pela adesão e agrado do público às peças apresentadas e pelas apreciações feitas pelos grupos de teatro amador envolvidos, contribuindo muito para dar expressão e visibilidade a esta forma de arte no concelho, aumentando o interesse por esta arte nos participantes”, referiu Jorge Alonso.

As encenações e formações foram da responsabilidade de Eva Fernandes e Jorge Alonso com os grupos de teatro amador e de Hugo Direito para o grupo infante juvenil.

A PEÇA DE TEATRO NA GALAICOFOLIA

Na Galaicofolia Jorge Alonso tem participação desde 2013

Desde essa data que se efetua um espetáculo de Teatro de Comédia no Castro de S. Lourenço aquando da Galaicofolia, em julho de cada ano.

Em 2013 - Caturo Pequeno Guerreiro;

2014 - Castrus Infertilitas Crisis;

2015 - Divinus Rojões;

2016 - Castrus, Maleitus Atakus;

2017 - Divinus Femina

Com encenações de Jorge Alonso e de Eva Fernandes, com atores saídos de cursos de preparação, outros de grupos amadores de teatro, também ligados ao grupo de teatro esposendense Gaterc, este elenco enche todos os anos o Castro cativando o público pela sua interação e qualidade.

Este ano estarão de volta com a realização de mais uma Folia, a não perder nos dias 21 e 22 de julho.

DE 2018 a 2021 (2.ª fase)

Até 2021, o programa Create irá continuar com uma estreia anual de um espetáculo teatral por parte de cada grupo de teatro, assim como ações de formação. As encenações e formações estarão a cargo de Jorge Alonso e Eva Fernandes e o grupo infante-juvenil Boca de Cena contará com a direção de Hugo Direito.

Recentemente o grupo infante juvenil estreou a 7 de abril a produção “Pessoas”, depois de terem apresentado o prólogo “(Des)artes”. Para este ano estão também previstas três estreias, em junho, de grupos de teatro amador.” ■

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