

AlgarveVivo

Ano VI • N.º 54 • Junho/Julho 2013 • Preço: 1 euro

www.algarvevivo.com

Entrevista Sónia Negrão, uma cientista de sucesso que cresceu no Algarve



Algarve Pass dá descontos a turistas

algarvepass

**Algarve Vivo
oferece entradas
para o FIESA**
VER PÁGINA 3

FIESA: Música é tema

Verão
Como apanhar Sol
de forma saudável

Portimão
Banda Filarmónica
está em risco

Lagoa
Fado ao Luar
anima concelho

Vinhos
Mostra atrai
turistas em Albufeira

NA VALORCAR, O SEU CARRO VELHO VAI DESTA PARA MELHOR

Traga o seu Veículo em Fim de Vida (VfV) a um dos centros VALORCAR e dê-lhe um final feliz. Desmantelamos o seu carro velho em vários componentes, como a bateria, os óleos, os pneus, os plásticos, os vidros, etc. Posteriormente, estes componentes são enviados para reutilização ou reciclagem, dando origem a outros produtos (p.e. do metal são feitas vigas para a construção civil, dos pára-choques é feito mobiliário urbano, dos pneus é feito o pavimento dos parques infantis, o vidro é utilizado no fabrico de loiças sanitárias, azulejos, etc.). Livre-se da ferrugem, das multas e liberte um lugar de estacionamento. Vai ver que não custa nada*. Venha à VALORCAR e mande o seu carro velho desta para melhor!



+ FÁCIL

+ SEGURO

GRATUITO

+70
Centros
Acreditados
Valorcar



www.valorcar.pt

Reciclamos mais de 80% do seu carro velho:



Metal

Vidros

Baterias

Óleos

Pneus

* Tratamos do cancelamento da matrícula e do registo.

valorcar
Sociedade de Gestão de Veículos em Fim de Vida

Uma iniciativa:

ASSOCIAÇÃO
AUTOMÓVEIS
DE PORTUGAL
ACAP





Algarve Vivo faz seis anos

Rui Pires Santos
Director

É num contexto de crise e dificuldade que a Algarve Vivo festeja em 2013 seis anos. Foi em Junho de 2007 que este projeto nasceu e chegou em forma de revista às mãos dos leitores. Neste período, procurámos cumprir os nossos propósitos, marcando a diferença pelos temas, pela escrita, pela apresentação gráfica, rigor e isenção, fazendo frente à crise, um pouco como toda a região. Mas, apesar das dificuldades, queremos continuar. E vamos continuar. Pequenos, como sempre fomos, mas procurando fazer o melhor possível. Porque gostamos de ouvir os nossos leitores manifestarem, de diversas formas, o quanto gostaram desta e daquela edição, da criatividade gráfica, dos temas interessantes e diversos. Isso vai-nos chegando...

A imprensa regional no Algarve atravessa sérias dificuldades económico-financeiras, como está à vista de qualquer cidadão mais atento, não só pelo número mais escasso de páginas, tiragens menores e, porventura, menor diversidade, visível em praticamente todas as publicações, Algarve Vivo incluída.

Durante vários anos, foram as autarquias que sustentaram a imprensa algarvia o que, em alguns casos, permitiu mesmo que as publicações vivessem acima das suas possibilidades, no fundo, um pouco à imagem do que a maior parte das Câmaras Municipais já fazia. Sem uma visão de futuro, pensou-se apenas no presente e que esse presente iria ser eterno. Nada mais errado. Na vida, nada é eterno. Mais cedo ou mais tarde, todos aprendemos isso.

Criaram-se estruturas pesadas, com famílias inteiras ou parcialmente ligadas às empresas detentoras de títulos de comunicação social (mais uma vez, um pouco à imagem de muitos municípios), e alguns vícios desnecessários, suportados pela liquidez e endividamento das autarquias. Resultado: hoje todas as publicações estão em dificuldade, corrigiram alguns excessos, é verdade, mas como de trás não vinha nenhuma visão estratégica, nenhuma lógica de conjunto, apenas cada um preocupado com a sua 'quinta', atualmente ninguém vê futuro na imprensa algarvia, cada vez mais frágil, dependente e, por consequência, menos rigorosa e exigente. As autarquias, pela mão dos seus autarcas, também tiveram a sua quota de responsabilidade, pois apoiaram tudo o que 'mexia', sem seleção, critério de qualidade ou de públicos-alvo que interessava chegar.

Outra consequência desta aposta 'desenfreada' em toda e qualquer órgão de comunicação social regional são os 'gordos' gabinetes de Imprensa que a maioria das Câmara Municipais possui, sem que haja hoje trabalho para tanta gente, pois os meios de comunicação social que justificavam esses gabinetes quase não existem.

O futuro ninguém sabe, é verdade. Mas sem conjunto, com poucos recursos, investimento publicitário diminuto e, a manter-se o atual cenário, a imprensa regional, nomeadamente no Algarve, corre o sério risco de ficar cada vez mais reduzida e muito suscetível a influências, a pouca isenção e a valores que não são os que devem sustentar o trabalho jornalístico.

Há bons profissionais na área no Algarve, com diferentes características e qualidades. Porque não, um dia, juntar alguns, trocar ideias, e apoiar ou refundar um ou dois projetos sustentáveis, independentes, modernos e isentos, sem protagonismos pessoais e esquecendo as 'quintas' e 'famílias' de cada um. Ganham os leitores, ganham as autarquias e entidades públicas, ganham os projetos. É ilusão? É utopia? Até pode ser, mas só seguindo por aqui se daria um passo em frente. Tudo o resto, é mais do mesmo, é ter uma visão básica, a três quatro anos, até um dia deixar de haver jornalismo no Algarve, ainda que possam continuar algumas publicações, mas sem capacidade de desempenhar o seu papel.

Sumário

Entrevista

Sónia Negrão dedica-se a estudos sobre a genética do arroz 8

Arte

A música em esculturas no FIESA. 11

Lagoa

Fado ao Luar aquece verão. 13

Teatro de revista anima seniores. 14

Festival do Caracol em Porches. 15

Noite de Ópera no Auditório. 16

Verão

Turistas beneficiam com Algarve Pass 18

Os cuidados com a sua pele 20

Portimão

Banda Filarmónica está por um fio. 22

Deolinda no TEMPO 24

Algarve

Festival MED promete 26

Vinhos

Mostra de Portugal faz furor em Albufeira 30

Barranco Longo no Belmondo 32

Automóveis

Peugeot 208 GTi, espírito renascido 33

AV oferece entradas para o FIESA

Na compra de uma revista nos pontos de venda indicados na página 6, os leitores da Algarve Vivo recebem uma entrada grátis no Festival Internacional de Esculturas em Areia, em Pêra. O bilhete segue dentro da sua revista.

Editorial

Ficha Técnica

Proprietário e Editor: PressRoma, Edição de Publicações Periódicas, Lda. Morada: Rua Direita, nº 13 8400-483 Porches Contribuinte: 508134595 **ALGARVE VIVO** Director: Rui Pires Santos
Colaboradores: Alexandre Pires, Irina Fernandes, Júlia Lameiras, Lélia Madeira, Marisa Avelino, Miguel Santos, Ricardo Tello e Fotografia: Eduardo Jacinto e Paulo Arez
Projecto e Edição Gráfica: Sérgio Pratas da Costa Assinaturas: Telefone: 282381546 Preço anual: 10 euros (6 números) Redacção: Rua Direita nº13 8400-483 Porches
Telefone: 282381546/967823648 E-mail: algarvivo@gmail.com Nº do Depósito Legal: 260121/07 Nº de registo na ERC: 125192 Tiragem: 2000 exemplares Periodicidade: Bimestral
Impressão: Litógráfs, - Artes Gráficas, Lda. Pavilhão A - Vale Paraíso 8200-557 Albufeira



Nomeação para melhor destino de praia

O Algarve vai defender o prémio do Turismo na categoria de 'melhor destino de praia da Europa', conquistado nos 'World Travel Awards' de 2012. O anúncio dos vencedores será feito em agosto e o Algarve está também nomeado nas categorias de

'melhor hotel da Europa', 'melhor resort da Europa' e 'melhor resort de golfe da Europa'. "Estas nomeações são uma prova da qualidade da nossa região, que é de excelência", refere o presidente do Turismo do Algarve, Desidério Silva.



Desemprego ultrapassa 20%

Entre Janeiro e Março, o desemprego no Algarve ultrapassou os 20 por cento, segundo dados divulgados pelo Instituto Nacional de Estatística (INE). As taxas de desemprego mais elevadas foram registadas no Algarve (20,5%) e na Madeira (20%). Lisboa (19,5%), Norte (18,6%) e Alentejo (18,5%) apresentam também taxas elevadas, acima da média nacional, que se situa atualmente nos 17,7%.



Santos Populares em Quarteira

Junho é mês de Santos Populares e Quarteira é no Algarve um dos locais onde esta tradição está mais enraizada. O desfile das Marchas Populares é um dos mais típicos e característicos eventos culturais da cidade de Quarteira e atrai à marginal um mar de gente. Muita animação e esperada a 12, 23 e 28 de Junho (21h00).



Jantar de Solidariedade em Távira

A Delegação de Távira da Cruz Vermelha Portuguesa vai realizar o seu VII Jantar de Solidariedade no dia 8 de Junho (sábado), pelas 20h00, no Hotel Vila Galé Távira. O evento contará com a atuação do Pianista Luís Conceição e o Humorista e Contador de Histórias Serafim. O preço do evento é 30€ por pessoa.

➔ Terapia Ocupacional no Piaget

A licenciatura em Terapia Ocupacional foi aprovada para a Escola Superior de Saúde Jean Piaget, em Silves, para o ano letivo 2013/2014. A aprovação desta licenciatura pela Agência de Avaliação e Acreditação do Ensino Superior visa suprimir a carência destes técnicos no mercado de trabalho, sobretudo no sul do país. As inscrições ao abrigo do concurso especial de acesso 'Maiores de 23 anos' já estão a decorrer (para mais informações: www.ipiaget.org).

➔ Concentração de Motos de Faro

Está de regresso mais uma edição da Concentração de Motos de Faro, uma das maiores e mais míticas concentrações na Europa. Entre 18 e 21 de julho, no Vale das Almas, são esperados milhares de motociclistas, nacionais e internacionais, para quatro dias de grandes concertos e muita animação.

➔ Loja Portuguesa em Portimão

Abriu em Maio um espaço muito peculiar e único em Portimão: a Loja Portuguesa. Um espaço agradável, tradicional onde apenas encontramos produtos típicos portugueses. Paralelamente, funciona um café onde podem ser experimentados os produtos e onde o cliente pode desfrutar da atmosfera de uma antiga e típica loja portuguesa. Está situada na Av. S. João de Deus, no edifício Desafio, perto do Mercado Municipal.

FIESA

festival internacional
de escultura em areia
international sand sculpture festival

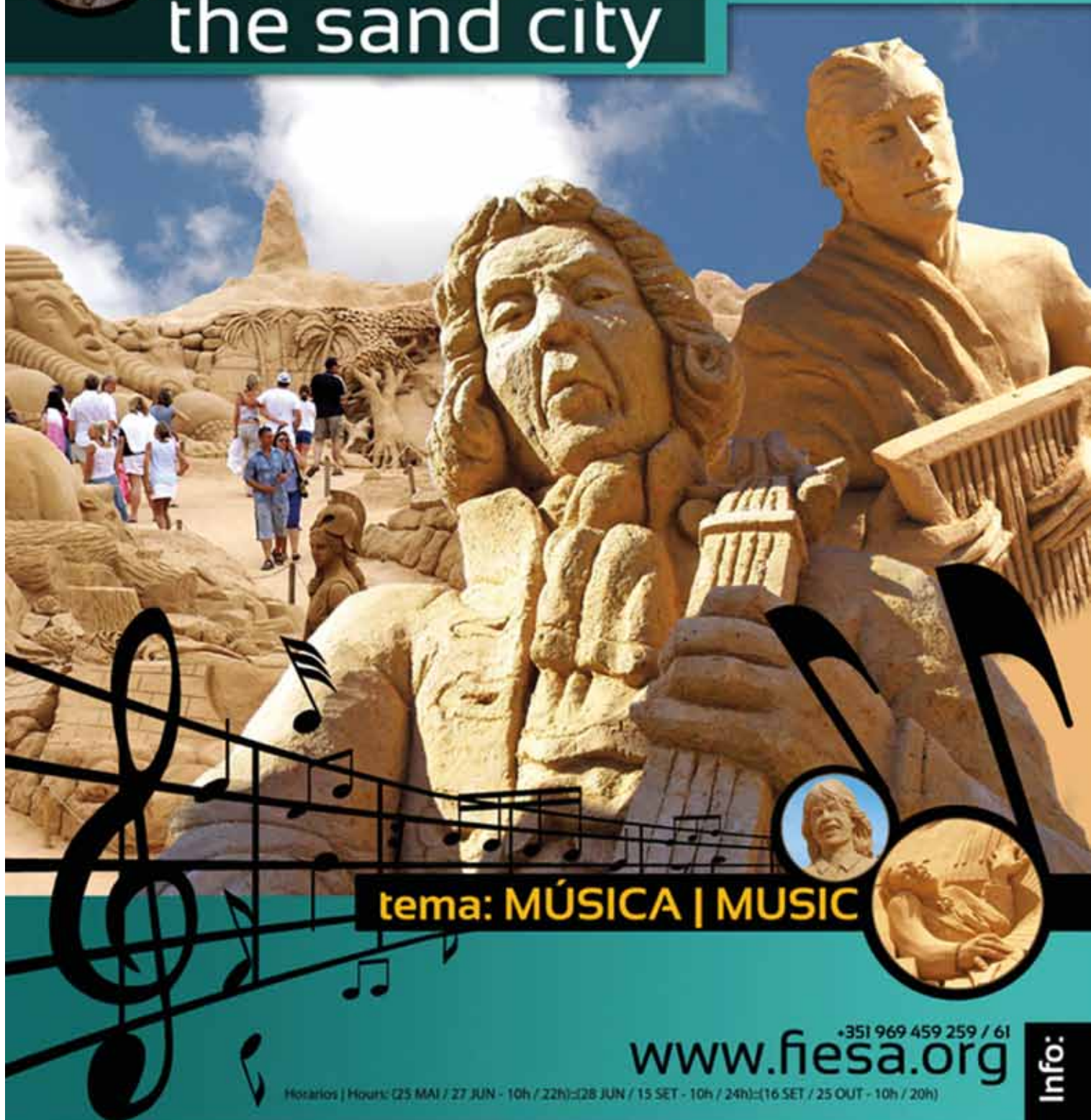
2013

25 Mai - 25 Out | PÊRA - ALGARVE



A CIDADE DE AREIA

the sand city



tema: MÚSICA | MUSIC



351 969 459 259 / 61
www.fiesa.org

Horários | Hours: (25 MAI / 27 JUN - 10h / 22h); (28 JUN / 15 SET - 10h / 24h); (16 SET / 25 OUT - 10h / 20h)

Info:

Em Junho acontece

JOHN PIZZARELLI

O mote para este espetáculo é a apresentação aos portugueses do seu 'cool jazz' tocado à guitarra. Conhecido por interpretar baladas clássicas, Pizzarelli tem nas suas influências nomes como Nat King Cole ou Frank Sinatra.

29 junho – 21h30 – 14€ (plateia) |
12€ (balcão)
Teatro Municipal de Portimão (TEMPO)



ESPETÁCULO COM CIGANSKI-KIUCHER

A dança Rom é uma expressão artística cheia de vitalidade e de espírito livre, que caracteriza o Povo Cigano. Esta é uma dança que junta elementos culturais de países como o Egito, a Grécia, a Turquia, a Roménia e a Hungria.

14 Junho – Auditório Municipal de Lagoa (21h30) – 10€
15 Junho – Centro Cultural de Lagos (21h30) – 10€



SÉRGIO GODINHO E AS 40 ILUSTRAÇÕES

A editora Abysmo lançou o desafio a 40 ilustradores para iluminarem algumas melodias de Sérgio Godinho que marcaram os nossos dias. O resultado foi um álbum, declinado em exposição com impressões fine art das diferentes interpretações. Inauguração a 2 de junho, às 18h00.

2 a 29 junho – Entrada Livre
Teatro Municipal de Portimão (TEMPO)



10.º FESTIVAL MED

O Centro Histórico da cidade de Loulé transforma-se, pela décima vez, num palco de experiências culturais, de fusão de sons e sabores do mundo, e das mais variadas manifestações artísticas.

28 e 29 junho – A partir das 19h00
Loulé – Zona Histórica



Alguns pontos de venda da Algarve Vivo

Albufeira

Tabacaria Danevi
Centro Comercial Garden Choro
– Loja 8

Papelaria Ilda

Rua Telecomunicações 17, Cerro Alagoa

Lagoa

Electrão Livro
Rua Olarias, 21-C

Papelaria Reis

Rua Dr. Manuel Arriaga 9

Papelaria Soares Pires II /

Papelada e Companhia
Rua Centro Saúde Lt. 11-R/C-D

Portimão

Papelaria Raminha
Horta de S. Pedro
Edifício 'Bela Raminha'
Lote 20 – Loja 5

Papelaria Elifalma

Rua Dr. João Vitorino Mealha, 6

Quiosque Kalunga

AV. 25 Abril Quiosques

Papelaria Arco Íris (Continente)

Centro Comercial Continente, Piso 0, Loja 113

Quiosque Portimonense

Praça Manuel Teixeira Gomes, nº 4

Criaroute Lotarias

Largo Heliodoro Salgado, 22

Alvor

Papelaria El Rei
Rua Marquês de Pombal, nº 3,
Alvor

Silves

Castelo do Saber
Rua Cândido Reis Lt C – Ij C

Cabrita & Cabrita

Rua João Deus, 18

Monchique

Jogaki
Largo dos Chorões, 6

Papelaria/Livraria Estrela

Rua Calouste Gulbenkian, 33



Fado Algar

Junho ««22:00h

Dia 2 | Carvoeiro - Largo de Carvoeiro

Fadista Convidada: **TERESA VIOLA**

Dia 10 | Estombar - Adro da Igreja

Fadista Convidada: **ANA MARQUES**

Dia 23 | Porches - Adro da Igreja

Fadista Convidada: **CREMILDE**

Dia 29 | Sr.^a da Rocha – Porches

Fadista Convidado: **ALCINO BOM**

Músicos:

Guitarra Portuguesa

Vitor do Carmo

Viola de Fado

José Santana

Contrabaixo

Tó Correia

Cientista frequentou a escola em Porches e em Faro

SÓNIA NEGRÃO

Do Algarve para o Mundo

Foi no Instituto de Tecnologia Química e Biológica (ITQB), um dos centros de investigação científica de excelência em Oeiras, que Sónia Negrão nos recebeu para uma entrevista.

João Monteiro

●●● A DRA. SÓNIA NEGRÃO É UMA CIENTISTA COM RAÍZES NO ALGARVE. FOI AÍ QUE NASCEU?

Nasci em Lisboa, mas fui com dois anos para Porches. Estive lá até aos seis anos, onde frequentei a pré-primária. Do 1º ao 5º ano de escolaridade, estudei no Colégio de Nossa Sra. Do Alto, em Faro. Depois, regressei a Lisboa.

QUANDO FOI A ÚLTIMA VEZ QUE ESTEVE EM PORCHES?

Em junho de 2012. Vou lá todos os anos passar férias. Tenho lá casa e aproveito para visitar a família que está em Ferragudo e Estômbar.

QUE RECORDAÇÕES GUARDA DA VILA?

São várias. Desde as idas à praia, até aos amigos de infância e às noites na piscina. As praias daquela zona, devido aos rochedos e às enseadas, são de uma beleza excepcional. Passei lá bons momentos da minha infância e adolescência.

NA SUA OPINIÃO, O QUE PODERIA SER FEITO PARA O CRESCI-

MENTO E EVOLUÇÃO DE PORCHES?

Porches tem iniciativas bastante agradáveis, como os passeios noturnos que fazem. Há até uma certa atenção para com as pessoas de idade, através da organização de atividades. Uma ideia seria a realização de hortas comunitárias e de outros projetos dentro desse género. Se se falasse com os proprietários eles iriam aderir, pois veriam os seus terrenos, atualmente votados ao abandono e ocupados por pneus e bidons de plástico, a serem reabilitados através de projetos agrícolas. Por isso, acho que seria uma ideia engraçada e que poderia levar as pessoas a motivarem-se um bocadinho pela agricultura, que está cada vez mais perdida.

LICENCIOU-SE EM ENGENHARIA AGRONÓMICA. O QUE A LEVOU A ESCOLHER ESSE CURSO?

A minha grande opção sempre foi veterinária porque adoro animais, mas não consegui entrar no curso. Agora olho para trás e vejo que foi

a melhor coisa que me aconteceu na vida. Herdei do meu pai o amor pela terra, pelo campo; ele ensinava-me muitas coisas, lembro-me dele explicar como se faziam os licores de pera, por exemplo.

O QUE A MOTIVOU A TRABALHAR NO MELHORAMENTO DE PLANTAS?

Desde que tive genética que fiquei fascinada pela disciplina. Acontece que o ramo de melhoramento era aquele que tinha uma maior componente de genética, e daí a escolha.

TEM-SE DEDICADO NOS ÚLTIMOS ANOS A ESTUDOS SOBRE A GENÉTICA DO ARROZ. COMO EXPLICARIA A IMPORTÂNCIA DO SEU TRABALHO?

O meu trabalho está relacionado com as alterações climáticas. O meu grupo de trabalho, aqui no ITQB, dedica-se ao stresse das plantas. As plantas sofrem stresse de um modo diferente de nós. Nós vamos ao psiquiatra quando estamos stressados, ansiosos, com

depressões. Se as plantas tiverem frio não podem vestir um casaco, se estiverem com falta de água não se podem levantar e irem-se embora beber água a outro sítio. Como elas estão imóveis num sítio, têm um mecanismo de defesa ao stresse. Neste caso, stresse ambiental: a falta de água, o excesso de calor, de sal, o frio, os insetos, os fungos, tudo isso são stresses para a planta. A planta geneticamente teve de desenvolver uma data de mecanismos para, sem sair do mesmo sítio, não morrer. A minha área é então na área da tolerância ao sal.

AO SAL? PORQUÊ?

Sim. Há uns anos atrás este era um parente pobre, ao qual ninguém dava atenção. Entretanto foi dada mais atenção às alterações climáticas, com o nível da água dos mares a subir. O uso de fertilizante e de pesticidas tem contaminado os lençóis freáticos com sais, com sódio, com cloros, com cloreto de sódio, essencialmente. Ao mesmo tempo, quando o nível do mar sobe, eles também contaminam os



**“DESDE QUE TIVE GENÉTICA
QUE FIQUEI FASCINADA PELO TRABALHO
DE MELHORAMENTO DE PLANTAS”**

lençóis freáticos, levando a que a água aplicada na agricultura começa a aparecer com elevados níveis de sal. As plantas, apesar de terem vindo do mar, perderam muita dessa memória, portanto são muito sensíveis ao sal e acabam por morrer.

O arroz é o caso muito mais típico. Como parte dele está submerso durante o seu desenvolvimento, isso faz com que precise de muito mais água que qualquer outra cultura – Por isso, é cultivado perto dos rios e das fozes. Portanto, quando há cheias, aumento dos ní-

veis do mar ou degelo das calotes polares, o sal começa a aparecer. Em 2007, quando dissemos que queríamos estudar isto, os italianos, que eram os maiores consumidores de arroz da Europa, disseram: “o sal? Mas para quê? Isso não tem interesse nenhum”. Dois

anos depois, estavam a contactar-nos a pedir-nos os resultados porque estavam a ter problemas de sal. É um problema que está cada vez mais a aumentar.

O que estou a tentar fazer é descobrir novas fontes de tolerância do arroz para depois colocar os genes

nas variedades que nós compramos, para que as plantas consigam ser mais tolerantes ao sal.

PORTANTO, ESTÁ A TRABALHAR NA ÁREA DOS TRANSGÉNICOS...

Não. Trabalhei no passado. Existe alguma controvérsia em torno desta tecnologia, devido às pessoas não compreenderem a técnica. Na realidade, nem sequer compreendem o que é um gene, quanto mais a técnica. E daí a dificuldade de para um leigo perceber o que é um organismo geneticamente modificado.

ENTÃO VOU APROVEITAR PARA PEDIR-LHE QUE EXPLICASSE O QUE É UM OGM.

Todos os seres vivos são constituídos por ADN e esse ADN tem uns segmentos chamados genes. Esta técnica o que permitiu foi que se pusesse numa planta o ADN de qualquer outro organismo vivo.

E isso é assustador para muita gente. Assim, os transgénicos, ou organismos geneticamente modificados, são seres vivos que possuem material genético de espécies diferentes.

Um dos exemplos mais claros é o do arroz dourado. Os povos de países subdesenvolvidos alimentam-se essencialmente de arroz, não tendo acesso a alimentos como cenouras ou tomates ricos em betacaroteno, o que leva à carência de vitamina A. Por isso o que se tentou fazer foi colocar vitamina A nesses grãos de arroz, com recurso a um gene que veio do narciso. O que faltava foi-se buscar então por essa técnica de OGM. Assim, esses povos passam a alimentar-se de arroz com vitaminas nutritivas.

ENQUANTO DIVULGADORA DA TEMÁTICA DOS OGMs. AO COMUNICAR COM O PÚBLICO, ACHA QUE AINDA EXISTEM MUI-

TOS PRECONCEITOS SOBRE ESTE TEMA?

Existem preconceitos gigantescos. A começar porque as pessoas nem sabem o que é um gene. Num inquérito de 2005, quase 60 em cada 100 europeus concordaram com a frase “os tomates vulgares não têm genes, enquanto os geneticamente modificados têm”. Portanto para as pessoas, um tomate transgénico, é algo que tem genes. Ora, na realidade, tudo aquilo que comemos tem genes: alface, porco, chouriço, milho, pipocas, tudo. Todos os seres vivos, tudo aquilo que comemos tem ADN, logo tem genes. É óbvio que quando nos chega ao estômago é totalmente degradado portanto não estamos a comer os genes nessa forma. Assim, é muito difícil desmistificar uma ideia que logo à partida está totalmente errada.

Em Portugal, foi realizado um estudo pelo Instituto Nacional de Saúde Ricardo Jorge para averiguar se existia maior probabilidade de adquirir alergias devido aos alimentos transgénicos quando comparado com alimentos vulgares. Os alimentos escolhidos foram o milho e a soja, por existir a versão transgénica para alimentação animal, no nosso país. Os resultados de alergologia demonstraram que não havia resposta distinta, quando as pessoas eram testadas com a soja vulgar e com a transgé-

nica. Ou seja, as pessoas que eram alérgicas à soja vulgar continuavam a ser à transgénica, e as que não eram alérgicas à soja também não passavam a ser à transgénica, demonstrando que não é um gene adicional que causa alergias.

QUE PROJETOS TEM PARA O SEU FUTURO?

Eu sou um cérebro em fuga. Estou a tratar dos papéis para ir para a Arábia-Saudita. Fui convidada para ser a investigadora sénior de um grupo. Vou trabalhar com os melhores do mundo, numa universidade relativamente nova. Os árabes têm feito um investimento gigantesco na educação e nas energias renováveis, ao contrário do que seria expectável. Estamos a falar do país com as maiores reservas de petróleo do mundo que darão para mais de 60 anos. Mas eles estão a pensar a longo-prazo e nas gerações futuras.

E ESPERA VOLTAR A PORTUGAL?

Sim, eu e o meu marido temos direito a uma viagem por ano, que eles oferecem. Isto é um projeto muito giro, uma oportunidade única em termos de carreira para mim. Ele é da área da logística, por isso vai também trabalhar nessa área lá. Planeamos vir uma ou duas vezes a Portugal. E iremos a Porches, claro.



**“A REALIZAÇÃO DE HORTAS
COMUNITÁRIAS SERIA UMA BOA
IDEIA PARA APLICAR EM PORCHES”**



Festival Internacional de Esculturas em Areia

Música reina no FIESA

Previstas algumas novidades e surpresas na edição de 2013 do evento.

●●● Música é o tema da edição deste ano do Festival de Esculturas em Areia (FIESA), que está de portas abertas desde 25 de Maio, em Pêra. Algumas das principais figuras mundiais da música estão representadas nas esculturas de areia, como são o caso de Madonna, Bono, Amy Winehouse, Justin Bieber ou Tina Turner, entre muitos outros.

Numa zona central da exposição, está retratada a música dos séculos XX e XXI, onde aparecem repro-

duzidos em areia músicos famosos dos blues, jazz, reggae, rock, punk, hip-hop e eletrónica, como BB King, Lady Gaga, Frank Zappa ou Bono, entre muitos outros.

Mozart e Beethoven também aparecem, noutras zonas da exposição, bem como Amália Rodrigues, Carmen Miranda ou Compay Segundo. Existem ainda cenas dedicadas à rádio, a alguns instrumentos musicais e a antigos deuses da música. Outra área, dedicada às crianças, foram construídas personagens infantis cujas bandas sonoras se tornaram populares, como o Noddy, os Mundos de Mia ou a Mary Poppins.

Todas as esculturas são acompanhadas de textos explicativos e ilu-

minadas, durante a noite, por jogos de luzes, que lhes conferem uma atmosfera particular.

Mais animação

Este ano, a aposta da organização Este ano, a aposta da organização será a animação constante no recinto, que, segundo a organização, “vai ter mais demonstrações de esculturas em areia, mais animação circulante e animação para crianças e uma aposta maior na música ao vivo, nomeadamente nos meses de Julho e Agosto”.

Em equação, está a possibilidade de se realizar um evento musical com uma orquestra no recinto, que poderá acontecer em julho.

Bilhetes

Até aos 5 anos: Gratuito.

6 aos 12 anos: 4,5 €.

Adultos: 9 €.

Mais de 65 anos: 15% desconto (Não acumulável com outras ofertas).

Estão disponíveis preços especiais para grupos, Jardins de Infância e escolas (mediante reserva)

Horários

25 maio a 27 junho:

10h00 às 22h00

28 junho a 15 setembro:

10h00 às 24h00

16 setembro e 25 outubro:

das 10h00 às 20h00

Novas lojas C&A e H&M

Inaugurada expansão do Algarve Shopping

●●● O Algarve Shopping, Guia (Albufeira), conta desde maio com duas novas lojas, na sequência da expansão de que foi alvo aquele Centro Comercial. Num investimento de € 4,5 milhões, com o objetivo de modernizar e reforçar a oferta comercial do centro, foram criados mais 3.000 m² de área bruta locável, com a abertura de duas novas lojas: uma da C&A e outra da H&M. Aquelas marcas passaram a ter no Algarve Shopping as suas maiores lojas na região. Com esta expansão, sobe para 13 milhões o investimento da Sonae Sierra em Centros Comerciais no Algarve nos últimos três anos.

A 9 de Junho

Dia Aberto no Real Picadeiro

●●● O Real Picadeiro, centro equestre localizado em Pêra, vai promover um 'Dia Aberto' a 9 de Junho (a partir das 11h00), abrindo o recinto à comunidade para dar a conhecer os Cavalos Lusitanos, a Arte Equestre, o Centro de Equitação e as suas atividades. O evento tem entrada gratuita e incluirá, além de um espetáculo equestre, feira de produtos regionais, 'showcooking', gincana, entre outras atrações, como música ao vivo. "Queremos que este seja um evento anual de referência, uma oportunidade de excelência para que os algarvios, turistas e comunidade estrangeira residente na região conheçam a beleza e raça do cavalo lusitano e todo o trabalho de formação que fazemos no nosso Centro de Equitação em prol desta arte", afirma José João Felício, proprietário do Real Picadeiro.

Operador turístico alemão

Inter Chalet aposta no Algarve

●●● Há oito anos em Portugal, o operador turístico Inter Chalet está a apostar forte no Algarve. Em 2012, cresceu 10,5 por cento no nosso país. Ou seja, cresceu 2,5 vezes mais em Portugal do que a nível global. O Algarve foi a região que registou maior crescimento. O maior operador turístico da Europa no segmento de casas de férias decidiu, por isso, reforçar a aposta na região e no país. No arranque de 2013 já regista um aumento de 12 por cento devido à procura crescente, sobretudo dos alemães, que representam 80 por cento dos clientes. No ano passado, o volume de negócios da Inter Chalet em Portugal ultrapassou os dois milhões de euros. O objetivo é assegurar um crescimento anual entre os 10 e os 15 por cento.



Fado anima noites de Verão

Rui Pires Santos

●●● Todas as freguesias do concelho de Lagoa vão receber este verão o evento 'Fado ao Luar', que tão boa aceitação tem colhido junto do público, tanto português como estrangeiro, residentes e turistas. Em bonitos locais, como adros de igreja ou capelas, será montado um palco que vai receber um fadista em cada noite, sempre às 22h00, num cenário único que complementa a magia e o intimismo próprio do fado.

A primeira sessão de 'Fado ao Luar' será a 2 de junho, em Carvoeiro (ver programa) e contará com a presença de Teresa Viola. Seguem-se Estômbar, no dia 10 (Ana Marques), Porches a 23 de junho (Cremilde) e Sra. Rocha no dia 29 (Alcino Bom).

Para julho estão agendados dois 'Fado ao Luar': um no dia 6, em Lagoa (Melissa Simplício e João Leote), e outro a 14, no Largo de Ferragudo (Teresa Viola). Esta iniciativa do município de Lagoa estende-se até agosto, com mais um espetáculo no dia 10, no Parchal, que contará com a atuação da fadista Inês Gonçalves. A entrada é gratuita.

Programa

JUNHO

Dia 2: Teresa Viola

Largo de Carvoeiro (22h00)

Dia 10: Ana Marques

Adro da Igreja de Estômbar (22h00)

Dia 23: Cremilde

Adro da Igreja de Porches (22h00)

Dia 29: Alcino Bom

Ermida Sr.^a da Rocha - Porches (22h00)

JULHO

Dia 6: Melissa Simplício e João Leote

Lagoa - (22h00)

Dia 14: Teresa Viola

Largo de Ferragudo - (22h00)

Opinião

Joaquim Martins Cabrita
Advogado



A Constituição

Está agora na ordem do dia falar da Constituição, da sua atualidade e até da forma de a explicar aos Portugueses. Sobre este assunto, há muito tempo que digo aos meus alunos do ISMAT que a Constituição é um documento legislativo que, constituindo a base da estruturação do ordenamento jurídico português e contendo os princípios e as normas estruturantes da sociedade e da organização política e administrativa do país, deve ser de todos conhecida.

Por isso, é muito importante dar a conhecer e divulgar a Constituição. Quer para, com isso, dessacralizá-la, quer para que todos possam perceber a razão de ser da forma como o país se organiza, que princípios têm as entidades políticas e administrativas que respeitar e que direitos fundamentais nos assistem enquanto cidadãos.

A verdade é que quase toda a gente fala na Constituição, meio mundo invoca-a e esgrime-se argumentos com base nela, no entanto, não só a generalidade dos Portugueses não a conhece e muitos dos que a invocam nem sabem bem do que estão a falar.

Por isso, é essencial dá-la a conhecer, através dos meios de comunicação social, através de obras e artigos de carácter geral e de fácil compreensão ou mediante outros mecanismos que a divulguem. Só conhecendo-a, verdadeiramente, se poderá discutir a sua atualidade, a sua adequação à sociedade atual e se está ou não a ser cumprida.

Isto dito, impõem, porém dizer:

Que tal não significa que a Constituição deva ser ensinada no ensino obrigatório. Porque a constituição não se ensina, o que se pode aprender é o direito constitucional que lhe está na base e é a ferramenta para a sua perceção. Porque a Constituição, sendo o pilar base da estruturação da nossa sociedade e das suas dimensões, política e administrativa e contendo o repertório dos direitos fundamentais, só verdadeiramente faz sentido se apreendida num quadro em que se refira a forma como esses princípios, direitos e fundamentos são concretizados.

Ou seja, faz todo o sentido explicar e ensinar como se estrutura a sociedade Portuguesa, como funcionam e se organizam os seus poderes e como se articula a lista dos nossos direitos com os mecanismos existentes para o seu efetivo exercício, mas isto não é ensinar a Constituição tout court. É ensinar aos Portugueses o seu país e os seus direitos.

E convém também saber que a constituição de um Estado, sendo a sua base estruturante, é muito mais que um documento fechado. É suscetível, como todas as normas jurídicas, de ser interpretada à luz das diversas ferramentas que esta operação pressupõe, deve ser lida de acordo com a vontade e a sensibilidade do povo e a realidade do território que organiza e estrutura e não é um documento sagrado, fechado e intocável.

Mais, devemos saber que para além do documento escrito que denominamos Constituição formal, há uma Constituição material, que é exatamente o conjunto de princípios, direitos e regras que em cada momento essa sociedade que é regulada sente como aqueles que são a sua base estruturante. Por exemplo, se numa constituição escrita constar que há pena de morte, mas, posteriormente, esse povo sentir que não deve haver essa pena, naturalmente não pode, nem deve ficar amarrado a condenar à morte os seus cidadãos, mesmo que não tenha removido essa norma da sua Constituição escrita.

Discutir a Constituição tem o mérito de nos centrar em algo verdadeiramente importante, mas, mais uma vez, nem a Constituição (escrita) pode ser ignorada e de todos deve ser efetivamente conhecida, nem a sua sacralização, ou uma fé fundamentalista no que nela está escrito, é o caminho para melhor a defender.

A Constituição não é a Bíblia ou o Alcorão. É a principal fonte do direito e um importantíssimo documento estruturante de cada Estado soberano, mas é, sobretudo, um documento jurídico-político que, como todos os outros desta categoria, pressupõe uma leitura técnica, um enquadramento e, sobretudo, a sua interpretação à luz dos princípios, desejos e conceções de um povo, num dado espaço e em cada momento.

Seniores à gargalhada

A peça de teatro de revista 'FMI e os 40 e tal Mamões' proporcionou uma tarde de boa disposição aos seniores do concelho de Lagoa.

Texto: Marisa Avelino
Fotos: Paulo Arez

●●● Perto de uma centena de seniores encheu, na tarde do passado dia 17 de maio, a sala do Auditório Municipal de Lagoa para assistir, alguns pela primeira vez, a uma peça de teatro de revista, numa sessão extra dedicada exclusivamente à população sénior do concelho. A comédia, intitulada 'FMI e os 40 e tal Mamões', do grupo de teatro do Boa Esperança Portimonense, brindou todos os presentes, na sua maioria senhoras, com muita alegria e diversão.

Gargalhadas estridentes e sorrisos rasgados, entre muitos aplausos, aumentavam à medida que os 'sketches' iam avançando, hilariantes e com críticas atuais fruto da realidade que se vive na região e no país, onde a crise, o desemprego e algum pessimismo são 'o pão-nosso de cada dia'. Além da representação em si, o grupo de atores ia interagindo com a plateia que respondia com sonoras gargalhadas e fortes aplausos. Além desta sessão exclusiva e gratuita para os seniores, a peça esteve em cena no auditório municipal durante três dias, de 15 a 17 de maio, com cerca de duas centenas de pessoas a assistir no primeiro dia e com lotação esgotada nos restantes.



"FARTEI-ME DE RIR"

"É a primeira vez que venho assistir. Gostei bastante. Todas as partes foram muito engraçadas, fartei-me de rir. As críticas que fazem são muito acertadas. É uma boa iniciativa da Junta de Freguesia, dá para divertir."

Maria Rosa dos Santos Pina, 79 anos, Lagoa



"TARDE BEM PASSADA"

"Nunca tinha vindo antes a este tipo espetáculo. Gostei muito, foi divertido. Muito engraçado mesmo. Foi uma tarde bem passada."

Joana Encarnação, 88 anos, Lagoa



"AJUDA A ESQUECER A CRISE"

"Não é a primeira vez que venho ao teatro, já assisti a outras revistas. Gostei muito desta. Desanuvia, diverte e anima muito. Ajuda-nos a esquecer os problemas e a crise. Foram momentos bem passados na companhia de colegas e amigos."

Maria Caixinha, 70 anos, Lagoa

Este é o terceiro ano consecutivo que o Boa Esperança marca presença em Lagoa, uma iniciativa que resulta de uma parceria com a Junta de Freguesia. "O objetivo foi trazer o que é feito na região, com qualidade, promovendo o que é nosso", referiu Francisco Martins, presidente da Junta. "A iniciativa tem corrido bem e o feedback é positivo. Quando há uma peça nova as pessoas perguntam logo quando é que podem assistir", acrescentou.

Uma das políticas mais importantes que Francisco Martins tem vindo a desenvolver, desde que está à frente da Junta de Freguesia de Lagoa, é o combate à solidão e ao sedentarismo através da realização de ações destinadas aos seniores do concelho, promovendo também a cultura junto da população. "Envolver a comunidade sénior em várias atividades ao longo de todo o ano tem sido uma grande aposta da Junta", revelou.

"Uma vez que cessarei funções em outubro, devido à minha candidatura à autarquia, espero que deem continuidade a esta iniciativa. Será um desperdício se tal não acontecer. Mas, se for eleito edil de Lagoa é uma política que tudo farei para continuar a desenvolver", concluiu.





Realiza-se entre 3 e 7 de julho

Ana Ritta anima Festival do Caracol em Porches

●●● O Festival do Caracol em Porches é já uma tradição e está de regresso em 2013, decorrendo entre 3 e 7 de Julho, naquela pitoresca vila, numa organização da ACDR de Porches. A entrar na 19ª edição, esta iniciativa de cariz popular atrai muitos fãs desta iguaria, num evento que reúne muita animação e música popular.

Além dos caracóis, haverá outros petiscos bem saborosos como

salada de polvo, choco frito, frango assado, caldo verde ou feijoadade buzinas, a que se juntam os habituais doces regionais. Ao longo dos cinco dias são esperados cerca de 3000 mil visitantes, que terão oportunidade de assistir a vários espetáculos, entre os quais o de Ana Ritta (ver quadro), artista bem conhecida no universo da música popular. As portas do recinto abrem às 18h00.

Programa

Dia 3

- **Espetáculo com Sérgio Rossi**
- **Música Ambiente com Humberto Silva**

Dia 4

- **Espetáculo com Belito Campos**
- **Música Ambiente com João do Carmo**

Dia 5

- **Espetáculo com Ana Ritta**
- **Música Ambiente com duo Paulo e Sónia**

Dia 6

- **Espetáculo com Jorge Guerreiro**
- **Música Ambiente com Vera Rogado**

Dia 7

- **Espetáculo com Luís Portela**
- **Música Ambiente com José e Vítor Guerreiro**

Ciganski – Kiucher

Música cigana mostra-se

O espetáculo Ciganski – Kiucher, de música e dança Rom - cigana da Bulgária, é um dos destaques do mês no Auditório Municipal de Lagoa. Agendado para o dia 14 de junho (21h30), este é um evento que apresenta danças ciganas dos Balcãs e Europa Central: ciganas romanis, dança cigana russa com xaille, turkish romanian (Roman Havasi) e fantasia Zíngara.

A dança Rom é uma expressão artística cheia de vitalidade e de espírito livre que caracteriza o Povo Cigano, quem, ao longo da história, serviu como ponte entre culturas, crisol de línguas e transmissor de valores interculturais. Além de representar a história e a cultura do Povo Rom, é uma forma individual de expressão. Uma forma de sentir a vida, onde a essência e a existência individual é expressada livremente. A entrada custa 8€.



A 22 de junho, no Auditório Municipal

Ópera em Lagoa

Uma produção da associação Ideias do Levante.

●●● Pelo segundo ano consecutivo, a 'Noite de Ópera' vai realizar-se em Lagoa, num evento que estreou com sucesso em 2012 e que, por isso, volta aos palcos do Auditório Municipal a 22 de junho (21h30).

O evento vai contar com a participação da soprano Carla Pontes (www.carlapontes.info), o baixo-barítono Francisco Brazão (www.franciscobrazao.info) e a pianista Cristiana Silva. A primeira parte desta gala de ópera será dedicada à ópera cómica 'La Serva Padrona' de Pergolesi. Na segunda parte, serão interpretados excertos de óperas de Haendel, Thomas, Donizetti, Dêlibes e Offenbach.

Os bilhetes poderão ser adquiridos na bilheteira do Convento S. José (Lagoa), a partir de 10 de junho até ao dia 21, de terça a sexta-feira, das 9h30 às 12h30 e das 14h00 às 17h30. Podem também ser adquiridos na bilheteira do Auditório Municipal de



Lagoa, no próprio dia do concerto a partir das 20h30. O preço da entrada são 6€ para o público em geral, estando disponível um desconto para sócios da Ideias do Levante, menores de 18 anos, maiores de 65 anos, e portadores do Cartão Jovem e do Passaporte Cultural de Lagoa.

Um bom filme à sexta

Cinema com Lincoln

O filme Lincoln é o destaque deste mês de junho na rubrica 'Um bom filme à sexta-feira'. A película pode ser vista no dia 7 (21h30) no Auditório Municipal de Lagoa. Lincoln é adaptado do livro biográfico 'Team of Rivals: The Political Genius of Abraham Lincoln', de Doris Kearns Goodwin, mas em vez de retratar toda a vida do presidente norte-americano, centra-se apenas nos seus últimos quatro meses de vida, nomeadamente na abolição da escravatura e no fim da Guerra Civil Americana. As entradas para assistir ao filme custam 3,5€.



Em Lagoa

Exposições no Convento

O Convento de S. José tem, em junho, patente ao público duas interessantes exposições que vale a pena visitar. 'Cortiça – Da Terra ao Céu', de Apoema de Calheiros, vai estar em exibição até 6 de julho e mostra a importância desta matéria-prima, o início da utilização da cortiça, quer nas artes de pesca quer para vedar vasilhas e outras aplicações domésticas, pelos povos das margens do Mar Mediterrâneo. Já no antigo Egipto e na Grécia eram utilizados vedantes cilíndricos feitos em cortiça. Em exibição continua a exposição de homenagem ao General Rocha Vieira.



Pub

Fotografia & Vídeo
Reportagem & Estúdio
Analógico & Digital

Paulo Arez

Rua Gaspar L. Canário, 12_8500-685 Portimão_pauloarez.pa@gmail.com_919 487 356

restaurante

PIMENTA PRETA



Cozinha Portuguesa e Mediterrânica



PESTANA PALM GARDENS

Vale Centeanes – Praia do Carvoeiro

Coordenadas – GPS Lat: N37° 05.582 Long W: 8° 27.440

www.iguarias-apuradas.pt/restaurante-pimenta

Aberto diariamente das 19h00 às 22h30

Reservas: 282 350 281 / 962 441 4 93 / 967 536 793

e-mail: geral@iguarias-apuradas.pt

Cartão com descontos destinado a turistas

'Algarve Pass' à venda em finais de junho

Turistas, portugueses e estrangeiros, vão ter acesso a experiências, produtos e serviços da região a custo reduzido. Duarte Padinha, vice-presidente da Entidade Regional de Turismo do Algarve, explica à Algarve Vivo o conceito do cartão.

Irina Fernandes

●●● Gostava de gozar umas miniférias e mergulhar nas águas da ilha de Tavira? Embarcar num cruzeiro, com partida da marina de Albufeira, e conhecer as grutas e praias da costa algarvia? Quer relaxar num SPA no silêncio da Serra de Monchique? Sorria, pois não terá que adiar mais as suas visitas e experiências de sonho no Algarve.

A partir de finais de junho será posto à venda em vários postos de turismo da região, o 'Algarve Pass' - um cartão de fidelização que oferece aos turistas descontos especiais em experiências, serviços e produtos da região. "O turista que visitar o Algarve vai poder contar com descontos em unidades de alojamento e tam-

bém em restaurantes. Se, durante a sua estada, quiser visitar a Ria Formosa ou divertir-se num parque temático, pode fazê-lo e terá, desta vez, acesso com descontos", começa por explicar Duarte Padinha, vice-presidente da Entidade Regional de Turismo do Algarve (ERTA).

Os turistas que passearem por terras algarvias vão poder aceder ainda a vantagens graças à acumulação de pontos. "De cada vez que fizerem uma compra com o 'Algarve Pass', acumulam pontos que, posteriormente, podem ser trocados por produtos regionais. Por exemplo, no fim de uma estada de três a cinco dias, o turista pode trocar esses pontos por uma peça de artesanato, produtos de doça-

rias, licores ou outros que sejam identificativos da região", informa o responsável da ERTA.

O preço do cartão 'Algarve Pass', esse, está ainda a ser discutido mas não deverá ultrapassar os 15 euros. "Não será um preço desincentivador. A ideia não será angariar uma receita. 15 euros será sempre o patamar superior", informa o vice-presidente da Entidade Regional de Turismo do Algarve.

Também os turistas mais azarados vão poder desfrutar do Algarve com maior tranquilidade e sem medos, já que o cartão oferece vantagens ao nível da segurança. "Estão a ser estabelecidos protocolos com unidades de segurança. Já houve abordagem com a PSP e a GNR. Vamos criar um 'call cen-

ter' para dar apoio ao turista e que vai funcionar em várias línguas", revela em primeira mão à Algarve Vivo.

Duarte Padinha ressalva, porém, que "não haverá acesso privilegiado para ninguém, primeiro está o interesse público. O que pretendemos é ter mais informação associada ao cartão".

O centro telefónico, que vai dar apoio aos turistas portugueses e estrangeiros, será sediado no Algarve e deverá gerar postos de emprego na região, indica o vice-presidente da ERTA: "Está a ser discutido ainda se será criado de raiz, mas tudo indica que isso irá acontecer e, por isso, é possível que venha a gerar emprego. Não posso ainda a falar num número de postos de trabalho mas será uma micro-empresa".

"DE CADA VEZ QUE FIZEREM UMA COMPRA COM O 'ALGARVE PASS', ACUMULAM PONTOS QUE PODEM SER TROCADOS POR PRODUTOS REGIONAIS."

A ideia de criar o cartão 'Algarve Pass' nasceu há cinco anos e partiu do Turismo do Algarve, em parceria com a Associação do Comércio e Serviços da



Região do Algarve (ACRAL) e a empresa Processcard. “Desejava-se que existisse um instrumento que ajudasse a fidelizar as pessoas à região. Queremos que o turista conheça o Algarve rural e também aquele que é mais ‘mainstream’”, frisa o responsável.

Os parceiros

De acordo com Duarte Padinha, o processo de angariação de parceiros “tem avançado rapidamente”. “Temos parceiros na área do comércio, hotelaria, estamos a negociar com taxistas. Há bons indícios que toda a cadeia de valor funcione bem. Esperemos que em finais de

junho já estejamos a disponibilizar o cartão para venda”, sublinha Duarte Padinha.

A rede de parceiros, que está ainda a ser fechada, será divulgada numa brochura em papel e também na Internet. “O cartão representa um passo grande em termos de capacidade tecnológica já que pretendemos que o turista possa, por exemplo, comprar bilhetes pré-comprados da companhia de transportes EVA”.

Reforçar a marca Algarve quer na região quer além-fronteiras são as principais metas a atingir com o ‘Algarve Pass’ sublinha o responsável: “Todos vão ganhar. Os parceiros do projeto ganham em associar-se porque conseguem



● Duarte Padinha, vice-presidente da ERTA

ter mais gente a consumir os seus produtos ou a aderir aos seus serviços, os turistas ganham através dos preços e, por último, ganha a economia da região”.

“Esperemos que o cartão ‘Al-

garve Pass’ incentive o turista e valorize a impressão que têm do Algarve e que os turistas regressem”, projeta, esperançado, Duarte Padinha.

Saiba como conseguir um bronzeado saudável

Pele, um bem a preservar

Nunca é demais recordar alguns dos cuidados que deve ter durante a exposição ao Sol.

Rui Pires Santos

Um bronzeado bonito e brilhante é o que qualquer pessoa anseia nesta época de verão, não só aqueles que estão de férias, como aqueles que fazem praia apenas ao fim-de-semana. Apesar de, atualmente, todos conhecermos os efeitos nefastos

que o sol pode provocar na pele, é frequente assistirmos nas praias e piscinas a comportamentos quase irresponsáveis. Pessoas expostas à luz solar entre as 12h00 e as 15h00, com o objetivo de alcançar um bronzeado rápido, e com cremes de baixa proteção são exemplos de situações a evitar e hoje já se sabe que colocar protetor, por si só, não é suficiente. A exposição demorada ao Sol, e às horas mais quentes do dia, pode causar lesões na pele, nomeadamente uma forma grave de cancro, muitas vezes mortal, conhecida como mela-

noma. Por isso, todos os cuidados são poucos.

Como deve fazer

Faça uma exposição progressiva ao Sol, começando por período curtos nos primeiros dias e utilize sempre um protetor solar adequado à sua pele (no mínimo fator 20), aplicando-a 30 minutos antes de se ex-

por ao sol, para que tenha tempo de penetrar na pele. Se o colocar no momento exato em que se vai expor ao sol a sua pele não ficará protegida. Deve evitar apanhar Sol entre as 11h00 e as 16h30. Aplique o protetor várias vezes, principalmente depois de ir à água. Além disso, beba líquidos com frequência, pois ajudam a hidratar o corpo e a pele.

Deve ter especial cuidado com



as crianças, com a aplicação de um creme com fator de proteção superior a 50. Os bebés até um ano devem estar pouco tempo na praia e na piscina (apenas às primeiras horas da manhã e às últimas da tarde) e sempre à sombra. A partir de um ano, as crianças já podem estar ao sol, mas não devem ficar paradas, usando sempre chapéu e t-shirt. Estas são as precauções principais aconselhadas pelo Ministério da Saúde.

A hidratação

O hidratante é um produto de uso local, cuja função é manter estável a quantidade de água na pele. A pele do corpo e o rosto possuem características diferentes e requerem hidratantes. Pele seca exige produtos mais oleosos, pele oleosa necessita de hidratantes mais 'leves', de preferência em forma de gel ou loção. O uso do hidratante associado a um

Em caso de escaldão

1. Tomar um banho frio e usar um gel de duche bastante hidratante.
2. Secar com a toalha, mas apenas com pequenos toques, sem esfregar pois além de doer ainda agride mais a pele.
3. Colocar creme hidratante várias vezes.
4. Com um escaldão, o corpo também sofre por dentro e fica desidratado. Beber pelo menos dois litros de água por dia e comer cenoura e tomates, ricos em caroteno, e todo o tipo de frutas e iogurtes.
5. Durante dois dias não deve apanhar sol.
6. Há muitas 'mesinhas caseiras' que podem ajudar. Colocar iogurte natural sobre a zona da pele agredida e deixar até secar. Depois é só retirar com água morna e colocar um creme hidratante. O leite gordo também é uma boa solução para acalmar a pele, regenerando-a. Para tirar partido das suas propriedades, o ideal é embeber uma gaze ou um pedaço de pano limpo e depois colocar sobre a pele afetada.

protetor (pelo menos fator 15) diariamente é importante para proteger a pele dos raios solares e do consequente envelhecimento precoce.

Assim, após a exposição solar

deve preocupar-se em manter a pele bem hidratada. Usar um 'after sun' é obrigatório, mas deve também utilizar um creme hidratante à noite para que a sua pele possa recuperar da agressão a que foi submetida quando exposta aos raios solares.

Curiosidades

1. A pele leva 48 a 72 horas para produzir e liberar a melanina, pigmento que dá cor à pele. Portanto, não adianta querer bronzear-se num só dia. Ficar muito tempo ao Sol não vai acelerar este processo, apenas vai queimar-se e as queimaduras provocam danos irreversíveis na pele.

2. Cerca de 70% dos cânceros da pele ocorrem na face, por isso proteja-a sempre. Não se esqueça de proteger os lábios e as orelhas.

3. Mesmo nos dias nublados, até 80% da radiação ultravioleta pode atravessar as nuvens e chegar à Terra. Portanto, use protetores solares também nestes dias.

4. Aplique generosamente protetor 30 minutos antes de apanhar Sol. Este é o tempo necessário para a estabilização do protetor solar na pele, de modo a que sua ação ocorra com maior eficácia. Faça isso de preferência em casa.

5. Ao contrário do que as pessoas pensam, quando se apanha um escaldão, a pele não fica mais resistente aos raios solares, pelo contrário, fica mais frágil pois o corpo tem de substituir as células agredidas por novas, que são ainda mais frágeis.



Sociedade Filarmónica Portimonense em risco

‘Bodas de Prata’ com sabor amargo

A comemorar 25 anos, a Sociedade Filarmónica Portimonense vive momentos difíceis com a iminência da sua banda terminar. Carlos Paixão, presidente da direção, ‘pegou’ na filarmónica em 2010, altura em que também esteve em risco, evitando que esta acabasse. Passado pouco tempo, o futuro volta a estar incerto.

Texto: Marisa Avelino
Fotos: Eduardo Jacinto



Carlos Paixão, um homem triste com a situação que a Sociedade Filarmónica Portimonense atravessa atualmente



A banda nas comemorações do dia da Cidade de Portimão, em 1999

●●● A Sociedade Filarmónica Portimonense, fundada em junho de 1988, está a atravessar grandes dificuldades financeiras que colocam em risco a continuação da banda. Não fosse a dedicação dos seus elementos e a persistência do presidente, Carlos Paixão, “há muito que a filarmónica já tinha ‘calado a sua voz’”. Prestes a celebrar o seu 25º aniversário, a banda vive sérias incertezas quanto ao futuro. Ainda assim, conta com serviços confirmados até ao início de dezembro. Só

perto das eleições da direção da Sociedade Filarmónica Portimonense, marcadas para janeiro de 2014, é que se saberá se a banda conseguiu reunir as condições necessárias para prosseguir com o seu notável percurso.

“Da forma como as coisas estão é que não pode continuar. Já coloquei dinheiro meu para evitar que a banda acabasse mas mais não consigo fazer. Estamos perante uma situação incontrolável”, afirma, à Algarve Vivo, Carlos Paixão.

Instabilidade desde 2010

Momentos conturbados não são uma novidade para esta coletividade que, em 2010, esteve mesmo para acabar, não fosse a vontade de Carlos Paixão, presidente da direção desde janeiro de 2011, que na altura, enquanto vice-presidente, teve de “jogar as mãos à filarmónica”, caso contrário “esta já não existia”. Na época, a banda “tremeu” por desentendimentos internos. Resolvidos os desentendimentos, as dificuldades financeiras já se faziam sentir, agravando-se

com o fim do protocolo que a Sociedade Filarmónica Portimonense mantinha com a autarquia. O valor que esta disponibilizava tinha baixado ao longo dos últimos anos e com o culminar da crise acabou por deixar de existir, embora, “o município continue a dar algumas ajudas pontuais”.

A falta de verbas tem vindo a condicionar todo o trabalho da filarmónica, desde ensaios a deslocações. Atualmente, os músicos ensaiam uma vez por semana e o número de participações em encontros de bandas são feitas de acordo com a verba e meios existentes.

“Este ano fomos convidados a participar em três encontros de bandas e só

20

Músicos na banda desde a sua fundação

50

Músicos, dos 7 aos 70 anos de idade

120

Sócios

25

Anos de existência



A banda no momento do seu primeiro aniversário, em 1989

1.º ANIVERSÁRIO DA
ORQUESTRAS FILARMÓNICA
PORTIMONENSE
4-06-89

podemos ir a um, porque não há dinheiro nem transporte para ir a todos”, desabafou o presidente.

“O último encontro que tivemos em Portimão foi em 2010 e nas últimas vezes que recebemos cá bandas não podiam ser mais de

três, a filarmónica portimonense incluída, porque não tínhamos capacidade financeira para receber mais. E tempos houve em que tivemos encontros com oito bandas”, recorda.

Uma banda, uma família

Em ano de festejo das ‘bodas de prata’, o clima que se vive é de tristeza e profunda frustração. Sentimentos que são ainda mais acutilantes quando se pensa nos laços que se foram criando e reforçando ao longo do tempo. Ali

se constituíram várias famílias onde pais, mães e filhos se transformaram em músicos na mesma filarmónica. “Não é só uma banda que termina, são momentos e atividades que pais e filhos partilham em conjunto. Uma tradição que faz parte das suas vidas, da sua história”, refere, emocionado, Carlos Paixão. “Ainda temos cerca de 20 elementos que estão cá desde a fundação e todos os anos recebemos jovens, de várias nacionalidades, que abraçam este projeto com orgulho. Os jovens

são a base da banda”, acrescenta.

Carlos Paixão pertence à filarmónica desde o primeiro dia, integrando sempre a direção, e é com tristeza no olhar que enfrenta a hipótese de que a banda chegue mesmo ao fim. “São 25 anos, é uma situação muito inglória”, lamenta.

Ainda assim, o presidente não desiste e confia no resultado das diligências que tem vindo a fazer junto dos vários candidatos às próximas eleições autárquicas a fim de impedir o término da banda.

Pub

Produções Audiovisuais

Eduardo Jacinto | Portimão | 917239877 | 961933775

eduardo.reportagem@gmail.com

Video publicitário • Eventos • Documentários Concertos • Projecção de video em ecrã gigante • Fotografia profissional



Deolinda e John Pizzarelli

Música no Tempo

●●● O concerto dos Deolinda, agendado para 7 de Junho (21h30), é um dos destaques deste mês no Teatro Municipal de Portimão (TEMPO). No ano em que lançaram o seu terceiro disco de originais, o grupo regressa a Portimão, onde esteve em 2009, para apresentar 'Mundo Pequeno'. Os bilhetes custam 13€ (Balcão) e 15€ (Plateia).

A 29 de Junho (21h30) é a vez de John Pizzarelli mostrar a sua música em Portimão. Em estreia no nosso

país, com três espetáculos marcados (Castelo Branco, Lisboa e Portimão), Pizzarelli é conhecido por interpretar baladas clássicas e tem nas suas influências nomes como Nat King Cole ou Frank Sinatra. O mote para este concerto é a apresentação aos portugueses do seu cool jazz tocado à guitarra.

Os bilhetes custam 12€ (Balcão) e 14€ (Plateia). Informações e reservas: 282 402 475 / 961 579 917 www.teatromunicipaldeportimao.pt.



A 25 de maio

Museu festejou 5.º aniversário

O 5.º aniversário do Museu de Portimão foi assinalado no dia 25 de maio, com a realização da 13ª Corrida Fotográfica de Portimão, a inauguração da exposição 'Creio' e a apresentação da moeda romana 'Áureus de Faustina'. Ainda integrado nas comemorações do aniversário, foi assinalado a 18 de maio o Dia internacional dos Museus, e o

de Portimão abriu gratuitamente as portas ao público entre as 10h00 e as 18h00. Inaugurado em 2008, o Museu de Portimão recebeu, em 2010, o prémio 'Museu Conselho da Europa' e no ano seguinte o prémio 'DASA - Mundo do Trabalho 2011', tendo também sido distinguido com o prémio 'Turismo de Portugal' em 2009.

Opinião

Isabel Guerreiro
Advogada



Trabalho em Rede: Novos Desafios

O trabalho em rede constitui a mais significativa inovação humana no campo da organização humana. Só o trabalho em rede, multidisciplinar, integrador, inclusivo e sustentável torna, na atualidade, possível o desenvolvimento no quadro das diminutas possibilidades financeiras.

As redes operam a nível local, regional, nacional e internacional, seja para troca de informação, para a articulação de políticas ou para a articulação de ações conjuntas. Sem Chefe mas com liderança, a rede é toda ela pensante e funciona. Fluida, plástica e dinâmica, a rede sustenta-se tão-somente na vontade dos seus parceiros. Esta aparente fragilidade constitui a sua grande força!

Trabalhar em rede, desde já, são trunfos para o futuro próximo. Ousar pensar e fazer nas difíceis circunstâncias atuais impõe encontrar novas soluções para antigos problemas, encontrar novas plataformas colaborativas de trabalho, novos modelos de partilha de conhecimento prático e novas formas de atuar localmente com um pensamento global.

O alicerce da rede é a vontade, ninguém é obrigado a entrar ou permanecer numa rede. Uma rede é um sistema de nós e elos capazes de organizar pessoas, empresas, instituições, de forma igualitária e democrática, sem subordinação, em torno de um objetivo comum.

A propósito da apresentação do Livro de Boas Práticas desenvolvidas nos últimos 10 anos de 'Acessibilidade e Mobilidade para Todos', na Casa de Serralves, no dia 24 de maio, ficou claro que a meia centena de boas práticas distinguidas, só foi possível pelo trabalho em parceria, entre Associações, Instituições de Solidariedade Social, Empresas, Comunicação Social, Governo e Câmaras Municipais, neste período.

A verdade é que muito foi feito em termos de quebra de barreiras mentais e físicas na área da acessibilidade. Há 20 anos atrás, a acessibilidade não era motivo para conferências, nem para tertúlias, nem era assunto para a Comunicação Social. Os últimos 10 anos permitiram mudar as mentalidades e a forma de planejar, pensar e usufruir o espaço urbano. Porém muito há ainda para fazer!

Um número muito elevado de Municípios dispõe já, de Planos Municipais de Acessibilidade, como é o caso de Portimão, o que permitirá no futuro um trabalho e uma política de proximidade para o combate pela democratização dos territórios e do direito à mobilidade, numa sociedade cada vez mais inclusiva.

Urge agora avançar para um patamar de maior exigência e qualidade. Um patamar de Excelência, através de uma Rede de Cidades e Vilas de Excelência, que proponha metas para o cumprimento, em parâmetros diferenciados, como a acessibilidade para todos, as vias cívicas, a regeneração urbana, o mapeamento de roteiros turísticos, entre outros.

O futuro quadro comunitário 2014-2020 terá certamente de ter, em conta, estes eixos de intervenção no desenho dos apoios financeiros. Reduzir o risco e maximizar a rentabilidade das intervenções tornou-se a chave para o futuro!

Umas férias em GRANDE

Com o aproximar das férias de verão, o Museu de Portimão e a Quinta Pedagógica de Portimão prepararam um conjunto de propostas para que as crianças e os jovens passem os seus tempos livres de forma divertida e didática.

Com o final do ano letivo à porta, chega um período de grande euforia para as crianças, mas de preocupação para os pais, que não têm como ocupar o muito tempo livre dos mais novos. As férias de verão das crianças e jovens podem ser um tormento para os pais, mas em Portimão são muitas as ocupações que crianças e jovens têm à sua disposição.

No Museu de Portimão, a Oficina Educativa propõe um programa de atividades com muita animação entre 17 de junho e 19 de julho, com a formação de cinco grupos.

Dirigida a jovens dos 7 aos 12 anos, a iniciativa pretende estimular a sua criatividade, a capacidade de expressão e o trabalho em grupo, com um conjunto de atividades pedagógicas de carácter lúdico, que decorrem nos seguintes períodos: 17 a 21 de junho; 24 a 28 de junho; 1 a 5 de julho; 8 a 12 de julho; e 15 a 19 de julho, das 09h30 às 17h00.

Mais informações podem ser pedidas através dos seguintes contactos: 282 405 235 / 230; oficinaeducativa@cm-portimao.pt.

Entre 17 de junho e 16 de agosto, também a Quinta Pedagógica de Portimão oferece um atrativo programa de iniciativas dirigidas às crianças dos 6 aos 10 anos, onde é privilegiado o contacto direto com a natureza.

Aberto à curiosidade, à vontade de experimentar e ao desejo de aprender, neste espaço rural em plena ci-



dade é possível praticar-se vários ofícios tradicionais, em simultâneo com a educação alimentar e ambiental e o estudo da fauna e da flora.

Existe um turno matinal, entre as 09h30 e as 12h30, enquanto de tarde as atividades decorrem entre as 14h00 e as 17h00, custando as inscrições 10 euros por turno.

Os interessados podem solicitar mais informações pelos seguintes contactos: tel: 282 480730 e-mail: quinta.pedagogica@cm-portimao.pt.

Férias Desportivas 2013

Entretanto, a 23ª edição das Férias Desportiva já está a ser preparada com vista a proporcionar aos



pequenos participantes múltiplas atividades desportivas, recreativas, culturais e de educação cívica e ambiental.

A iniciativa juntará cerca de 2500 crianças e jovens dos 6 aos 16 anos, dividindo-se em três turnos (1 a 12 de julho – inscrições abertas a partir de 24 de junho; 15 a 26 de julho – inscrições abertas a partir

de 8 de julho; e 29 de julho a 9 de agosto – inscrições abertas a partir de 22 de julho).

O horário de funcionamento é o seguinte: Portimão (6 aos 12 anos), Alvor e Mexilhoeira Grande (6 aos 15 anos) – das 09h30 às 18h00; Área Desportiva da Praia da Rocha (13 aos 16 anos) – 09h30 às 13h00.

A 28 e 29 de junho

Festival MED

Cartaz inclui nomes como Kumpania Algazarra, Anthony B, Cuca Roseta, Dead Combo, Samuel Úria, Oumou Sangaré ou Miguel Araújo.

●●● Loulé volta a receber em 2013 a 10ª edição do Festival MED, este ano agendado para 28 e 29 de Junho. Espera-se mais uma 'invasão' nas ruas, vielas e praças do centro histórico da cidade em busca da boa música, artesanato e gastronomia um pouco de todo o Mundo.

Desde logo as atenções centradas nesse fenómeno de popularidade na cena reggae internacional que é o jamaicano Anthony B. Outro ponto alto do festival será o regresso a Portugal de uma das bandas mais míticas e relevantes das últimas duas décadas na Europa, os suecos Hedningarna.

Assim, no dia 28, estão agendadas as atuações de Dead Combo, Samuel Úria, Oumou Sangaré, Miguel

Araújo, Aline Frazão, Tulipa Ruiz, Dj Hugo Mendez 'Sofrito'. A 29 é a vez de Hedningarna, Anthony B, Silvia Pérez Cruz, Kumpania Algazarra, Cuca Roseta, Dona Gi e Batida Dj set subirem ao palco. Os bilhetes diários custam 12€.



Prémio Europeu de Energia

Albufeira recebe distinção

●●● A dia 15 de maio, o município de Albufeira foi distinguido com o Prémio Europeu de Energia, em cerimónia que decorreu em Nicósia, no Chipre. O Prémio, integrado no âmbito do projeto MEDEEA (Mediterranean Implementation of European Energy Award) surgiu para distinguir as cidades que apresentem um esforço notável de governação em matéria de energia, especialmente ao nível

da eficiência energética. Refira-se que Albufeira integra o projeto MEDEEA desde fevereiro do ano passado, data a partir da qual intensificou o trabalho ao nível do planeamento energético, focalizando a sua intervenção em áreas que vão da iluminação pública e decorativa, à manutenção elétrica dos edifícios e respetivo comportamento térmico, passando pelos recintos escolares e frota de veículos municipais.

Edição

Comunicação

Desenho

PressRoma Publicações

Produção e Edição de Revistas
 Projectos gráficos - Tratamento de Imagem
 Paginação - Edição Conteúdos
 Dê uma imagem moderna e rigorosa à sua publicação

Rua Direita, 13 Porches - Lagoa > Telefone: 282381546
 > Email: pressroma.publicacoes@gmail.com

Em estudo realizado no Instituto Gulbenkian de Ciência

Revelado mecanismo importante na formação de tumores

Atividade de genes que promovem cancro pode ser controlada pelo esqueleto das células.

●●● O cancro é uma doença complexa, na qual as células passam por uma série de alterações que incluem modificações da sua arquitetura e maior capacidade de se dividirem, sobreviverem e invadirem novos tecidos, formando metástases.

Os oncogenes são uma classe de genes que codificam proteínas cuja atividade favorece o desenvolvimento de tumores. Uma destas moléculas, Src, está implicada num grande número de tumores humanos. No entanto, ainda não é clara a forma como as células saudáveis são capazes de travar a atividade deste oncogene, prevenindo que se tornem malignas.

Na última edição da revista *Oncogene*, Florence Janody e o seu grupo, no Instituto Gulbenkian de Ciência (IGC), identificaram um novo mecanismo pelo qual a atividade de Src é limitada pelo esqueleto da célula, o citoesqueleto, limitando o desenvolvimento de tumores.

Usando como modelo a mosca da fruta, *Drosophila melanogaster*, Florence Janody e o seu grupo foram capazes de travar o desenvolvimento de tumores induzido pela atividade de Src, através da manipulação genética do citoesqueleto, em tecidos deste organismo.

Um dos principais componentes do citoesqueleto, a actina, forma uma espécie de cabos que constituem uma rede por onde as moléculas se movimentam dentro da célula. Estes cabos estão em constante afinação: as suas extremidades crescem e encolhem por adição ou remoção de componentes através da ação de proteínas, as ‘actin-capping’ (designação em

inglês), que vão regulando este processo.

O grupo de Florence Janody mostrou que o desenvolvimento de tumores é travado na presença de elevados níveis do ‘afinador’ ‘actin capping protein’. Este ‘afinador’ restringe a atuação de proteínas que são normalmente ativadas por elevados níveis de Src. Apesar do mecanismo molecular preciso ainda não ser conhecido, a hipótese levantada por estes investigadores é de que o ‘afinador’ cria uma tensão nos cabos do citoesqueleto que impede a ação destas proteínas. De modo inverso, a atividade do oncogene Src é aumentada quando os níveis de ‘actin capping protein’ estão diminuídos, uma vez que as proteínas ativadas conseguem libertar-se do efeito bloqueador da rede do citoesqueleto e atuar na célula, resultando no desenvolvimento de tumores.

Assim, quando a rede do citoesqueleto não é controlada com precisão, oncogenes como Src não ficam retidos, observando-se o desenvolvimento de tumores.

Florence Janody diz: “É como se o citoesqueleto funcionasse como uma rede de ‘arame farpado’. O vencedor da competição entre as moléculas do citoesqueleto e o oncogene Src, que luta contra o ‘arame farpado’, irá determinar se a célula se manterá saudável ou se tornará cancerígena.”

Inês Domingues (IGC)

Ciência na Imprensa Regional - Ciência Viva

Terapias Alternativas

Naturopatia

O que é?

A Naturopatia é uma abordagem terapêutica, com início no século XIX, que recorre a remédios naturais e a ‘forças’ como a água, o ar, o calor e o frio para promover a autocura. Esta terapia rege-se pelo princípio de que existe uma força vital na natureza que é capaz de promover a autocura do organismo.

Prós e contras destas terapias

Para a naturopatia, a doença surge como resultado do abandono das regras do estilo de vida saudável, daí que a ênfase seja colocada numa boa dieta, exercício físico, sono regular e processos de desintoxicação. A função principal do naturopata é retirar os obstáculos ao funcionamento normal do corpo, aplicando ‘forças naturais’ ou substâncias que atuem em harmonia com o corpo e de acordo com a filosofia vitalista. O diagnóstico e a terapia são desenvolvidos recorrendo às mais variadas terapias não convencionais, como a homeopatia, alimentação natural, nutrologia, massagem integrativa, florais de Bach, meditação, iridologia, hidroterapia, fitoterapia, complementos nutricionais, medicina tradicional chinesa, aromaterapia, cromoterapia, helioterapia, rebirthing, entre outras.

Praticar um estilo de vida saudável é uma recomendação de qualquer profissional de saúde e deve ser adotada por todos. No entanto, o movimento naturopata é criticado por várias razões: por seguir a filosofia vitalista, há muito abandonada pela ciência por falta de evidências; por se apoiar na teoria humoral, que serviu para explicar a saúde entre o século IV a.C. e o século XVII; por não ter em conta outros fatores para a causa de doenças, como os microrganismos; por recorrer a terapias não apoiadas por qualquer evidência científica; por possuir elementos inerentes de rejeição e oposição a práticas médicas como, por exemplo, a vacinação.

COMCEPT - Comunidade Céptica Portuguesa

<http://comcept.org>

L. Abrantes, J. Monteiro, D. Barbosa

Em Portugal há apenas cerca de 1000 indivíduos da espécie

Abetarda, Ave do Ano 2013

A Sociedade Portuguesa para o Estudo das Aves (SPEA) escolheu a abetarda (*Otis tarda*) para Ave do Ano 2013. Espécie está classificada como 'Em Perigo'.

Rui Pires Santos

●●● A abetarda é uma das mais belas aves que podem ser observadas nas planícies alentejanas, contudo os desafios à sua sobrevivência têm vindo a aumentar, sobretudo devido à intensificação da agricultura e à perda de habitat e à colisão com linhas elétricas.

O macho de abetarda, com os seus 16 quilos, é a maior ave da Europa, mas o que torna esta espécie verdadeiramente peculiar é sobretudo a sua característica 'dança' de acasalamento. Os machos juntam-se nas planícies alentejanas e exibem uma plumagem colorida e vistosa, extremamente chamativa, que usam para impressionar as fêmeas. Muitos aficionados da observação de aves visitam o nosso país para observar este espetáculo único.

Na União Europeia as maiores populações de abetarda encontram-se em Espanha e em Portugal. Aqui podem ser vistas nas planícies alentejanas de Castro Verde, Cuba, Cabo Maior, Elvas e Mourão.

Em Portugal a abetarda é classificada como espécie 'Em Perigo'. As suas principais ameaças estão relacionadas com a alteração do uso do solo e agricultura intensi-



va, caça ilegal, colisão com linhas elétricas e cercas. A intensificação agrícola é particularmente grave devido à substituição dos cultivos de sequeiro por regadio e culturas permanentes.

Emblema no Alentejo

A abetarda é uma das espécies mais emblemáticas do Alentejo. É a mais pesada das aves europeias,

mas também uma das mais difíceis de observar. A plumagem é castanha e o pescoço esbranquiçado. Devido ao seu comportamento muito arisco, raramente se deixam ver a pequena distância, pelo que estes aspetos nem sempre são fáceis de observar.

São aves de modo de vida solitário, em casais ou pequenos grupos familiares. São omnívoras e con-

somem uma variedade de grãos, folhas, frutos e talos de diversas espécies de plantas e grandes insetos e outros invertebrados, bem como de pequenos vertebrados como lagartixas e ratos do campo.

A maior parte do seu tempo é passado a andar lentamente no solo, mas assustam-se com facilidade e fogem em voos curtos.

Pouco comum e com uma dis-



Ameaçada mundialmente

A abetarda é uma espécie ameaçada a nível mundial, tendo sofrido um forte declínio desde o século XVIII devido sobretudo à modificação dos meios agrícolas extensivos, tanto por intensificação como por abandono agrícola, e à crescente pressão humana que conduziu a perdas de habitat e caça excessiva. Várias populações locais extinguiram-se neste período. Apesar de ter sofrido uma regressão importante em Portugal e Espanha, desde meados dos anos oitenta a população Ibérica de Abetardas ter-se-à mantido razoavelmente estável. Está, no entanto, dependente da existência de áreas de agricultura cerealífera tradicional de sequeiro, ameaçadas pelo regadio e florestação e de manutenção economicamente difícil. Em Portugal é considerada uma espécie vulnerável, englobada, em termos europeus, na categoria SPEC 1 (SPEC corresponde a Species of European Conservation Concern), relativa a aves que possuem uma população globalmente ameaçada.

tribuição muito localizada, a abetarda é muito difícil de encontrar fora dos seus locais habituais de ocorrência. A espécie conta hoje em Portugal com uma população de cerca de 1000 indivíduos, metade dos quais se encontram nas planícies de Castro Verde. Frequentemente sobretudo grandes extensões abertas e dificilmente tolera aproximações de pessoas a menos

de um quilómetro. Embora a espécie seja sobretudo residente, é habitual haver alguma dispersão de indivíduos nos meses de Verão, registando-se então observações esporádicas de abetardas noutras regiões do país.

Cantinho da Ciência

João Lourenço Monteiro
Biólogo



A Ciência em Portugal

Biologia

Um casal de biólogos inglês descobriu uma nova espécie de caracol terrestre que só existe em Portugal. Esta nova espécie, 'Candidula coudensis', foi descrita por Geraldine e David Holyoak num artigo da revista Iberus, publicada em 2010.

Agora, professores da Universidade Lusófona organizaram uma expedição para estudar a distribuição geográfica e outras características desta espécie. Os resultados até agora são promissores, com vários indivíduos identificados e uma nova área delimitada, como relatou o jornal Público*. Há cerca de 150 espécies de caracóis em Portugal Continental. Esta nova espécie só pode ser encontrada no Concelho de Alvaiázere, em Leiria, escondida debaixo de calhaus em terrenos graníticos, dos quais depende para a formação da sua concha. Um dos próximos passos será investigar a genética desta espécie, de modo a averiguar se possui substâncias que possam ser utilizadas na medicina. Um dos investigadores desta expedição, o Dr. Gonçalo Calado, foi durante anos Presidente do Instituto Português de Malacologia**, com sede em Albufeira.

Saúde

Num outro contexto, o 'Observatório Interação Planta-Medicamento' (OIPM), da Faculdade de Farmácia da Universidade de Coimbra, lançou, no mês de Maio, uma campanha nos 'media' que informa dos riscos de tomar simultaneamente produtos naturais e medicamentos. Os produtos naturais (medicamentos naturais, suplementos e chás) possuem princípios ativos, isto é, substâncias que atuam no nosso organismo, que podem interagir com os princípios ativos dos medicamentos convencionais. Esta interação pode fazer com que os medicamentos que tomamos percam a sua ação ou, pelo contrário, que se verifique uma sobredosagem. Por esta razão, é importante informar o médico ou farmacêutico de todos os produtos que estejamos a tomar, de modo a evitar interações que se venham a revelar nocivas.

*Público, pp. 26-27 (6/5/2013)

** Malacologia - área da zoologia que estuda os moluscos (lulas, bivalves ou caracóis)

Quinta edição da Grande Mostra de Vinhos de Portugal, em Albufeira, fez sucesso

Vinhos 'conquistam' estrangeiros

Cerca de seis mil pessoas marcaram presença nos três dias do evento.

Rui Pires Santos

À quinta edição, a Grande Mostra de Vinhos de Portugal parece ter atingido o auge no espaço que tem acolhido o evento nestes cinco anos. O EMA (Espaço Multiusos de Albufeira) foi pequeno para os cerca de seis mil visitantes, mas também para os inúmeros produtores que quiseram marcar presença neste evento, mas que não o puderam fazer devido às limitações do espaço. Os estrangeiros, entre turistas e residentes, atingiram quase os 50 por cento dos visitantes, segundo estimativa da organização, a Confraria do Bacchus de Albufeira.

Ao todo, a mostra contou com 52 produtores de várias regiões do país (do Alentejo ao Douro), entre eles 12 algarvios, como a Quinta dos Vales, Quinta da Vinha, João Clara, Barranco Longo, Quinta do Francês, Quinta da Malaca, entre outros.

Este ano, o evento teve como novidades um concurso de vinhos (ver página 31), sessões de 'show-cooking' com conceituados chefes de cozinha de unidades hoteleiras, provas comentadas e o sorteio diário de prémios. O evento contou também com uma exposição de produtos regionais.



Os vinhos Cabrita (Quinta da Vinha) agradaram ao muito público estrangeiro presente

Perante números tão animadores, o balanço é considerado "muito positivo" pelo presidente da Confraria do Bacchus, Carlos Oliveira. "Voltámos a ter muitos visitantes, grande parte deles estrangeiros e tem sido sempre a crescer desde a primeira edição. Tivemos imensos pedidos de produtores para estarem na mostra, mas devido às limitações de espaço, fomos obrigados a recusar

14. Correu tudo muito bem, os produtores ficaram, mais uma vez, satisfeitos, e por isso só podemos fazer um balanço positivo", afirma, sublinhando que a sua intenção é "colocar esta mostra no calendário turístico da região". "Queremos que a ERTA (Entidade Regional de Turismo do Algarve) promova este evento nas suas campanhas no estrangeiro", atendendo ao impacto que a mostra já manifesta.

Por isso, a data para a 6ª edição

já está marcada. Será a 10, 11 e 12 de maio. "A intenção é que quem nos visita já saiba em que dias se vai realizar a mostra do próximo ano, para assim poder agendar as suas férias para esta zona e nestas datas", explica Carlos Oliveira.

Refira-se que, nesta edição, a Confraria do Bacchus manifestou uma preocupação social, atribuindo 20 por cento das receitas da sua Loja de Vinhos à Santa Casa da Misericórdia de Albufeira.

Divulgar e fazer negócio

Esta mostra serve, segundo os produtores, essencialmente para promover e divulgar os vinhos, "nomeadamente junto do público estrangeiro". "Albufeira é uma região muito turística e esta mostra conta sempre com muitos estrangeiros, o que é uma mais-valia para a promoção", afirma um produtor à Algarve Vivo.

Mas também houve oportunidade para se fazer negócio, como foi o caso de José Gonçalves, da Quinta Monte Novo e Figueirinha (Beja), que marca presença desde a primeira edição e este ano vendeu "600 garrafas a um turista belga". "Acima de tudo, esta mostra serve para fazer contactos. Temos tido muitas visitas à nossa adega em Beja na sequência de contactos feitos aqui. É sempre produtivo estar presente e às vezes pode surgir um negócio", salienta.

"Conheço muitos produtores que aqui queriam estar, mas já não puderam vir devido à falta de espaço. É pena", acrescenta.

1º Concurso de vinhos Nacionais da Confraria do Bacchus de Albufeira

Algarve em destaque

Entre vinhos de todo o país, houve cinco algarvios que conquistaram medalhas.

Rui Pires Santos

Os vinhos do Algarve voltaram a estar em destaque no 1º Concurso de Vinhos Nacionais, integrado na Grande Mostra, organizada pela Confraria do Bacchus, conquistando vários prémios. Em competição estiveram 66 vinhos de várias regiões do país, em representação de 33 produtores.

Quinta do Francês, Cabrita, Quinta dos Vales e Quinta da Malaca foram os medalhados, mostrando mais uma vez a pujança que os néctares algarvios vêm demonstrando, tanto a nível nacional como internacional.

Nos vinhos tintos, o prémio excelência foi para o Quinta do Francês Syrah 2011 (Algarve), enquanto a medalha de ouro foi para o Foral Cantanhede Grande Reserva 2009, da Adega Cooperativa de Cantanhede (ver quadro).

Nos rosés, o destaque foi para os produtores algarvios. A medalha de ouro foi conquistada pela Quinta da Vinha, com o Cabrita Rosé Regional 2012, enquanto a Quinta dos Vales, com o Marquês dos Vales Selecta 2012, ficou com a medalha de prata. A de bronze ficou também nas mãos de algarvios, com um produtor recente, a Quinta da Malaca, a 'mostrar-se' com o seu Malaca 2012. A Quinta da Vinha bisou nas medalhas, ao conquistar também a medalha de bronze nos brancos, com o Cabrita Reserva Branco 2011.



Refira-se que o presidente do júri do concurso foi Hermínio Rebelo e a câmara de provedores foi formada por 10 elementos.

Premiados

TINTOS

Prémio de Excelência

Quinta do Francês - Algarve -
Quinta do Francês Syrah 2011

Medalha de Ouro

Adega Cooperativa de Cantanhede -
Foral de Cantanhede Grande Reserva 2009

Medalha de Prata:

Sociedade Agrícola do Monte Novo e Figueirinha - Fonte Moura
tinto 2011

Medalha de Bronze

Douro - 100 Hectares Superior 2011

ROSÉS

Medalha de Ouro

Cabrita - Quinta da Vinha - Algarve -
Cabrita Rosé Regional 2012

Medalha de Prata

Quinta dos Vales - Algarve -
Marquês dos Vales Selecta 2012

Medalha de Bronze:

Quinta da Malaca - Algarve -
Malaca 2012

BRANCOS

Medalha de Ouro

H & F. Verdelho Douro - Dona Bertas
Reserva Branco Rabigato 2011

Medalha de Prata

Herdade da Calada - Alentejo -
Porta da Calada Branco 2012

Medalha de Bronze

Cabrita - Quinta da Vinha - Algarve -
Cabrita Reserva Branco 2011



Hermínio Rebelo
Chefe da Câmara de Provedores
da Comissão Vitivinícola do Algarve

Um êxito

"Foi um concurso de excelente nível, não só pela elevada participação como pela qualidade dos vinhos, de várias regiões do país. Quero destacar o forte contributo dos provedores presentes, com os quais pude contar e que muito contribuíram para o êxito deste concurso. Este grupo de provedores deve ser, porventura, do melhor que existe atualmente no Algarve. Nesta organização, gostaria de enaltecer a excelente colaboração prestada pela vice-presidente da Confraria do Bacchus, Helena Dias, e dos restantes elementos. A continuar nesta senda, a Confraria do Bacchus de Albufeira poderá dentro em breve ter o seu nome bem patente nos melhores concursos de vinhos nacionais. Finalmente, quero deixar uma felicitação para os vinhos do Algarve, que neste concurso obtiveram, como esperado, excelentes resultados e mostraram a sua qualidade inquestionável, como comprovam os prémios conquistados."

Quê 2 Super Reserva – Rosé Bruto

Espumante Barranco Longo apresentado no Belmondo

Fotos: Eduardo Jacinto

Foi num ambiente descontraído, mas requintado que a Quinta do Barranco Longo apresentou, no final da tarde de 18 de Maio, no restaurante Belmondo, na Sra. Rocha, o Espumante Quê 2 Super Reserva – Rosé Bruto. Entre convidados e amigos, esta foi uma oportunidade de confraternizar e conhecer mais este excelente vinho da Quinta do Barranco Longo (Algoz), de Rui Virgínia. Além desta apresentação, decorreu uma prova de outros vinhos do produtor.

O evento, uma parceria do Belmondo com a Quinta do Barranco Longo, foi um sucesso e culminou com um agradável jantar.

Em jeito de balanço, Américo Palmeira, proprietário do Belmondo, congratulou-se com o êxito da iniciativa, que espera “repetir mais vezes”. “Um evento que reuniu duas marcas de prestígio em parceria a servir o turismo do Algarve”, afirmou.



Rui Virgínia e Américo Palmeira



Peugeot 208 GTi

Espírito renascido

Os anos 80 consagraram a fama, e o proveito, de um dos modelos mais carismáticos e apreciados de entre os chamados desportivos: o Peugeot 205 GTi. Pois bem, aí está o seu sucessor: o Peugeot 208 GTi.

Alexandre Pires

Ainda que diferente do seu antecessor em praticamente tudo, a começar pela aparência quer exterior, quer interior, sem dúvida que o novo Peugeot 208 GTi é um digno sucessor da tradição e do espírito desse modelo do passado, que tanto entusiasmo despertou entre os amantes desse tipo de desportivos, perpetuando-se assim a magia da sigla que ostentava. Mas curiosamente, o Volkswagen Golf foi o primeiro modelo a utilizar o GTi para designar a sua versão mais desportiva.

Sem grandes apêndices aerodinâ-

micos, é discreto o suficiente para não dar assim tanto nas vistas, embora não passe de todo despercebido, fruto de uns quantos pormenores, como os retrovisores cromados, as grandes jantes específicas de 17 polegadas, deixando ver nas rodas da frente uns discos ventilados de generosas, para melhor responderem ao poder de travagem que é necessário para o seu andamento.

Mas há mais, já que na dianteira sobressai uma nova grelha, também específica desta versão, e atrás chama a atenção a dupla saída de escape, a dar entender que sob o capô deve 'esconder-se' um motor com um pouco mais de 'nervo'.

No interior prevalece o espírito desportivo que está por detrás da sua criação e justifica a sua existência. Junta-se a isto um motor que corresponda ao que se espera de um desportivo como o Peugeot 208 GTi. E também nesse capítulo o potencial comprador não sai defraudado, já que sob o capô está alojado um motor a gasolina com provas dadas, tendo sido eleita a versão mais potente do 1.6 THP, um quatro cilindros, de injeção direta, turbo que neste caso debita uns precisos 200 cv, que lhe permitem atingir os 230 km/hora de velocidade de ponta e acelerar de 0 a 100 km/hora nuns meros 6,8 segundos. Este motor

vem associado a uma caixa manual de seis velocidades, muito precisa e bem escalonada.

Um pormenor a salientar nesta nova versão, é o facto de o ESP poder ser desligado totalmente, o que acontece pela primeira vez num modelo da marca francesa, de modo a que os condutores mais atrevidos consigam praticar uma condução em que controlem os acontecimentos a seu bel-prazer. Mas o carácter e o espírito deste pequeno desportivo justificam que assim seja.

O novo Peugeot 208 GTi já está à venda no mercado nacional, sendo o seu preço da ordem dos 24.950 euros.



Thriller de Dan Wells

Não te Quero Matar

Um thriller sobrenatural irresistível.

Em 'Não te Quero Matar', (ed. Contraponto), John Wayne Cleaver é um rapaz bem-comportado, tímido, reservado e obcecado com a morte, mais especificamente com homicídios. Estuda obsessivamente 'serial killers' e passa os tempos livres a trabalhar na casa funerária da família. A morte parece fazer parte indelével da sua vida. Talvez por isso John tenha desenvolvido os poderes de sedução que lhe permitiram salvar a sua cidade do ataque de assassinos (literalmente) demoníacos.

Em Não Te Quero Matar, John Wayne Cleaver apercebe-se de que a única maneira de pôr fim a estes ataques é fazer frente aos demónios que mataram tantos dos seus amigos e vizinhos.

Para isso, vai ter de desafiar uma das criaturas mais perigosas com que já se deparou.

Cativante, surpreendente e com alguns momentos realmente marcantes, 'Não te Quero Matar' encerra, assim, da melhor forma uma história intensa e viciante, com um bom equilíbrio entre



ação, mistério, emoção e humor e um protagonista carismático, surpreendente e inesperadamente humano.

Top Bertrand os mais vendidos

1 Inferno (Edição Portuguesa)
Dan Brown Preço: 19,98€

2 Madrugada Suja
Miguel Sousa Tavares Preço: 18€

3 A Dieta dos 31 Dias
Ágata Roquette Preço: 14,40€

4 Também há finais felizes
Fernanda Serrano Preço: 13,60€

5 O Êxtase de Gabriel
Sylvain Reynard Preço: 15,93€

Feng Shui

O feng shui e o ambiente

O feng shui ocupa-se da interpretação dos ambientes. Os praticantes usam um número variado de diferentes abordagens para estabelecer a energia ou "sensação" de um lugar e sintonizam-nos de forma que funcione, para que nele possam viver ou trabalhar.

Uma vez que os princípios sejam compreendidos, as diferentes abordagens serão efetivas. Mais frequentemente do que se julga, os praticantes usam uma mistura de métodos para criar os efeitos que pretendem.

Nos tempos antigos, as pessoas viviam segundo as suas capacidades e conhecimento das condições locais. As suas necessidades eram básicas: alimentação e abrigo.

A observação dizia-lhes de que direção sopravam os ventos predominantes e, assim, construíam as suas habitações em lugares protegidos. Precisavam de água para cultivar e transportar as suas colheitas, por isso, os rios eram importantes, e a direção da corrente e orientação das margens deveriam determinar o tipo de cultivos a efetuar.

Este ramo do feng shui é conhecido como a escola das formas e foi a primeira abordagem a este assunto.



A Escola das Formas considera este como o lugar ideal para construir. A colina da Tartaruga Negra, atrás, oferece um suporte, enquanto o tigre branco e o dragão verde protegem do vento, com o todo-poderoso dragão ligeiramente mais alto do que o tigre. A fénix vermelha marca a fronteira da frente e o rio (que também pode ser estrada/mar) irriga o lugar e permite que as colheitas sejam por ele transportadas para comercialização.

Milene Mendonça

(Icon Interior Concept & Gourmet)

Rua do Comércio, 275, Edif. Palma Lj B, 8135 - Alancil
Tlm: 915 467 483 | Facebook: Fengshui.Algarve

Inter**marchê**



**A MELHOR QUALIDADE
OS MELHORES PREÇOS
DO CONCELHO DE LAGOA**

**TEMOS OS MELHORES
FRESCOS!**



Lagoa (Carvoeiro) – Estrada do Carvoeiro
Lagoa (Alporchinhos) – Estrada de Armação de Pêra
Netto Lagoa (Junto aos Bombeiros)

Conheça a nossa nova loja em Monchique





com todos os sentidos

with all senses

praia | golf | eventos | gastronomia | vinhos | natureza | artesanato | património



Município de
Lagoa
Algarve

www.cm-lagoa.pt