

# AV

WWW.ALGARVEVIVO.PT

ATLETA DA PORTINADO  
**Carlota Silva**  
é promessa da natação



## ALGARVEVIVO

ANO XIX • Nº117 • DEZ 2025 • 1€  
DIRETOR RUI PIRES SANTOS . BIMESTRAL

PROVA DECORREU EM PORTIMÃO

# Ultimate de praia juntou milhares

LAGOA  
Europeu Corta-Mato  
em dezembro

ALBUFEIRA  
Carpe Nox marca  
passagem de ano

LAGOS  
Algarve Tech Hub  
Summit atraiu centenas





# Mexe, mexe, mexe com Delta

Se o teu dia pede um boost de energia,  
a mistura de cereais e café é perfeita para ti.  
Mexe-te e prova os solúveis da Delta Cafés.





## 8

### DESTAQUE

São Silvestre em Albufeira  
realiza-se a 20 de dezembro

## 10

### DESPORTO

Prova de dimensão mundial  
animou o areal da Rocha



## 14

### LAGOA

Lagoa recebeu  
National de Corta-Mato

## 18

### FIM DE ANO

Diogo Piçarra, Carpe Nox  
e Xutos e Pontapés  
são destaque



## 23

### PORTIMÃO

Inês Barracha  
é o rosto por trás da  
[CAL-DAY-RAH-DAH]

## 28

### ALBUFEIRA

Rui Cristina quer “devolver  
Albufeira aos albufeirenses”



## 30

### LAGOS

AlgarveTech Hub Summit  
reuniu centenas de participantes



ATLETISMO

## CD Areias S. João brilhou no Nacional de Corta-Mato em Lagoa

ARMANDO CAIADAS

O CD Areias S. João confirmou, a 22 e 23 de novembro, o estatuto de equipa mais consagrada do Algarve, ao arrecadar duas medalhas de ouro, três de prata e um troféu de vice-campeão nacional por equipas no 102º Campeonato Nacional de Corta-Mato, disputado no Parque Urbano do Parchal, no concelho de Lagoa.

A competição juntou os melhores atletas e equipas do país, entre eles o campeão do mundo Isaac Nader. A equipa de Albufeira viu Jorge Varela vencer o escalão de Master 45 e Cláudio Pica o escalão de Master 40. Os restantes medalhados foram Carina Correia em Master 45, Nuno Correia nos Master 50 e Ana Parreira nos Master 50.

Em termos coletivos, a equipa de sub-16 terminou no segundo lugar no setor feminino, um pódio partilhado com o Núcleo de Oeiras (em primeiro), e o Sporting Clube de Portugal (em terceiro). A equipa



foi constituída por Bianca Palma, Leonor Silva, Rafaela Guerreiro, Alice Branco e Rita Contreiras.

Nesta prova destacaram-se ainda as prestações de Suzana

Alemão, que foi quarta na prova de Master 35, bem como de Afonso Alemão, também quarto no escalão de sub-20, abrindo assim a possibilidade de ser convocado

para a seleção nacional, que irá participar no Campeonato da Europa de Corta-Mato que se realiza a 14 de dezembro, também em Lagoa.

HUGO PEREIRA PRESIDE CONSELHO DIRETIVO

## Eleitos novos órgãos da Terras do Infante

A Terras do Infante – Associação de Municípios elegeram os novos órgãos constituintes para o quadriénio 25/29, que entraram em funções a 19 de novembro.

A Assembleia Intermunicipal é presidida por Sara Coelho (vereadora da Câmara Municipal de Lagos). Luís Ventura (vice-presidente da Câmara de Aljezur) ocupa o cargo de vice-presidente e Luís Paixão (vice da Câmara de Vila do Bispo) assume as funções de secretário deste órgão da Associação de Municípios Terras do

Infante. Fazem, ainda, parte da Assembleia Maria de Fátima Lopes (vereadora da Câmara de Aljezur), Paulo Reis (vice-presidente da Câmara de Lagos) e Afonso Nascimento (vereador da Câmara de Vila do Bispo).

O Conselho Diretivo é presidido por Hugo Pereira (presidente da Câmara de Lagos). Paula Freitas (presidente da Câmara de Vila do Bispo) e Manuel Marreiros (presidente da Câmara de Aljezur) integram este órgão como primeiro e segundo vogais, respetivamente.



te. Ambos os órgãos são constituídos, conforme determinam os estatutos, por representantes

dos três municípios do triângulo vicentino: Aljezur, Lagos e Vila do Bispo.

D.R.

D.R.



PRÊMIO DA ABAE E DA APA

## **Marina de Portimão considerada a 'Mais Azul' de Portugal**

A Marina de Portimão foi distinguida com o prémio 'Marina Mais Azul 2025', atribuído pela Associação Bandeira Azul da Europa (ABAE) e pela Agência Portuguesa do Ambiente (APA).

O galardão reconhece as marinas que, além de cumprirem os rigorosos critérios do programa Bandeira Azul, se destacam pela excelência e impacto das suas

ações de educação ambiental.

A cerimónia oficial de entrega dos prémios decorreu no Auditório UATLA, na Fábrica da Pólvora, em Barcarena. A Marina de Portimão reuniu a melhor pontuação a nível nacional, sendo distinguida entre as 18 marinas e portos de recreio com Bandeira Azul em Portugal e recebe assim este prémio pela primeira vez.

IMÓVEIS LOCALIZAM-SE EM BENSÁFRIM

## **Mais 20 fogos de habitação municipal adjudicados em Lagos**

A Câmara de Lagos anunciou que vai adjudicar uma nova empreitada municipal de habitação a custos controlados.

Segundo a autarquia, "trata-se do empreendimento de 20

fogos a construir no Loteamento Municipal Lacóbriga, em Bensafrim, o qual integra o lote de 213 fogos da segunda fase de implementação da Estratégia Local de Habitação (ELH)".

Os trabalhos, que ascendem aos 3,4 milhões de euros, incluem a elaboração do projeto, com base no Estudo Prévio já existente, e a construção dos fogos, a concluir no prazo de 520 dias.

O valor total dos vários empreendimentos habitacionais ascende a 47 milhões de euros, o maior investimento de sempre feito pela autarquia neste setor estratégico.

EVENTO PROMOVIDO PELA IDEIAS DO LEVANTE

## **Dell'Acqua em concerto de Natal na Igreja do Parchal**

A associação cultural Ideias do Levante apresenta a 14 de dezembro, às 17h00, a 25ª edição do tradicional Concerto de Natal de Lagoa, que este ano irá ter lugar na Igreja do Parchal.

O espetáculo conta com a atuação do projeto Dell'Acqua, formado pela soprano Carla Pontes, a flautista Grace Borgan e a

pianista Cristiana Silva.

O conjunto irá interpretar um programa dedicado à quadra natalícia, num evento que incluirá ainda uma aparição especial do Coral Ideias do Levante, dirigido por Maria Saramago.

O repertório incluirá obras emblemáticas como 'Ave Maria' de Charles Gounod, 'O Holy Night'

de Adolphe Adam, 'Carol of the Bells' (tradicional ucraniana) e 'Gesù Bambino' de Pietro Yon, entre outras peças que celebram a magia do Natal. Com uma duração de 60 minutos, o concerto promete transportar o público numa viagem musical a diferentes culturas e épocas, do século XVI à contemporaneidade. A entrada é livre.



CMLAGOA

A 6 DE DEZEMBRO

## **Oficina de Vermicompostagem no Sítio das Fontes**

O Parque Municipal do Sítio das Fontes, em Estômbar, é palco, a 6 de dezembro, entre as 9h30 e as 12h30, da oficina de Vermicompostagem, ministrada por

Hugo Ribeiro.

Nesta ação, os participantes poderão descobrir como as minhocas são aliadas preciosas na transformação de resíduos

orgânicos em húmus, um adubo ecológico e riquíssimo para as plantas. Irão ainda criar o seu próprio vermicompostor, aprender a mantê-lo e compreender

como o lixo orgânico pode ganhar uma nova utilidade.

As inscrições são gratuitas e podem ser feitas online ([forms.gle/oLMZXyLLFbQvdkJo7](https://forms.gle/oLMZXyLLFbQvdkJo7)).

## Vitória histórica sobre o PS... graças aos votos do PS

A coligação PSD/CDS/IL fez 'história' em Portimão.

É certo que não ganhou as eleições. Também não conseguiu pelouros no executivo camarário, nem a liderança do segundo órgão autárquico mais importante do concelho, a Assembleia Municipal.

Mas, ainda assim, garante aquela força política, quebrou "um ciclo de 28 anos de hegemonia socialista no concelho". E qual foi a façanha histórica de PSD/CDS/IL? Conseguiu que a Mesa da Assembleia de Freguesia de Portimão que, basicamente, tem como tarefa dar a palavra aos eleitos daquele órgão, ficasse constituída por elementos seus.

Isto depois de ter aprovado todos os nomes propostos pelos socialistas para a Junta, o órgão que efetivamente tem poder a sério na freguesia. Em contrapartida, o PS não apresentou lista para a Mesa da Assembleia de Freguesia e votou favoravelmente a da coligação.

Foi, portanto, uma vitória histórica de PSD, CDS e IL sobre o PS... graças aos votos do PS.



## Eu estou aqui!

Mal tomou posse, o novo presidente da Câmara de Faro viu a chuva intensa e o vento forte destruírem parte da capital algarvia.

E logo colocou no Facebook uma fotografia sua a olhar, com ar grave, mas decidido, para o telemóvel, a dizer que estava no terreno, supostamente a resolver os problemas todos.

Provavelmente, naquela altura, o que os farenses gostariam de saber é quais eram as ruas e estradas que estavam cortadas, quais as zonas mais afetadas e outras coisinhas práticas do género.

Mas isso, o autarca esqueceu-se de dizer. Aparentemente, não era muito importante. O importante era saber que estava no terreno e não tinha sido engolido pelas cheias.



## Um modesto jantarinho

À hora a que escrevemos este texto, o grande tema político em Faro é saber se os funcionários da Câmara terão ou não um 'modesto' jantar de Natal oferecido pela autarquia.

Parece que a equipa do socialista António Miguel Pina se esqueceu que não possui maioria absoluta na Câmara e decidiu, unilateralmente, investir uma verba de 250 mil euros no repasto.

Pelas contas do vereador social-democrata Cristóvão Norte, isso dá 130 euros por pessoa, a somar ainda mais um vale de 80 euros a entregar a cada esforçado trabalhador do município.

Por considerar a verba excessiva, e demonstrando um inquietante défice de espírito natalício, a oposição uniu-se e chumbou a decisão. Cristóvão Norte justifica a recusa por entender que é preciso aplicar bem os recursos do município.

Até porque, acrescenta, "a autarquia precisa de verbas para equipamentos e infraestruturas vitais para o seu desenvolvimento" que, pelos vistos, o anterior executivo do PSD se esqueceu de criar.



Ouvi dizer.



## Natal 'à luz das velas' em Lagoa

O evento 'Mercado à Luz das Velas' parece ter feito um sucesso tal em Lagoa, que ao que tudo indica, também o Natal no concelho será... à luz das velas. É que parece que este ano não haverá iluminações nem decorações natalícias no concelho nas ruas e rotundas.

Alegadamente, face à intensidade e azáfama da campanha eleitoral e às muitas distrações nos corredores da autarquia, 'uma branca' terá afetado a autarquia quanto à contratação das decorações de Natal. Quando a questão foi abordada internamente, já terá sido tarde e todas as Câmaras Municipais da região e do país tinham contratado esses serviços, não havendo empresas com material disponível, a não ser as sobras dos enfeites que ninguém quis.



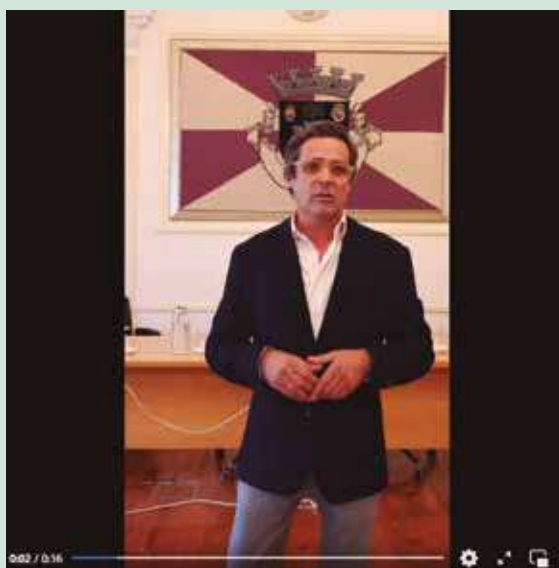
A questão que fica é: será mesmo que ninguém se lembrou da iluminação de Natal no concelho? Ou será que alguém teve a brilhante ideia de promover um evento de Natal à luz das Velas, inédito do país, e 'quicá' no mundo, e que colocará Lagoa no mapa das inovações natalícias?

## Um grande ator político

O novo presidente da Câmara de Loulé está no cargo há meia dúzia de dias e já marca pontos. Não propriamente na resolução dos grandes problemas que afetam os cidadãos do seu concelho, mas, mais importante do que isso, na arte de fazer bons vídeos para as redes sociais.

Telmo Pinto parece ter nascido para estar em frente a uma câmara. Revela conhecer bem as técnicas que os grandes da 7ª arte utilizam para dar aos filmes uma dinâmica que capte o interesse dos espetadores mesmo quando, depois de bem espremido, o conteúdo seja pouco mais do que nulo.

Está, portanto, bem preparado para atacar com força o mandato que tem pela frente, venha ele sob a forma de comédia, drama ou filme de suspense.



Será?!

ESPERADOS CENTENAS DE ATLETAS

# São Silvestre em Albufeira realiza-se a 20 de dezembro

FOTOS: CM ALBUFEIRA/ RUI GREGÓRIO



Aliar convívio à atividade física é um dos objetivos da prova

A 3ª edição da Corrida São Silvestre do Algarve realiza-se no próximo dia 20 de dezembro em Albufeira, com partida e chegada aos Paços do Concelho.

A concentração está marcada para as 20h00 no parque de estacionamento em frente à autarquia, na mítica prova que promete juntar centenas de participantes, à semelhança das duas edições anteriores.

Além da prova de corrida com distância de 10,7km, o evento conta também com uma caminhada de 5,8 quilómetros. O objetivo passa por proporcionar uma oportunidade de convívio,

enquanto se estimula a atividade física. A participação é aberta a todas as pessoas interessadas, que podem escolher integrar o pelotão de atletas profissionais que irão marcar presença na corrida.

Com partida e chegada aos Paços do Concelho, a corrida conta com passagem em vários locais emblemáticos da cidade de Albufeira. Depois de completar um percurso inicial pela Avenida dos Descobrimentos,

os corredores prosseguem pela zona antiga, num trajeto que inclui uma subida até ao Miradouro do Pau da Bandeira.

O percurso continua ao longo de toda a extensão da Avenida Infante Dom Henrique, até Santa Eulália. O último quilómetro do percurso faz-se já de volta à Avenida dos Descobrimentos.

Na vertente de caminhada, o percurso mais curto conta com uma primeira parte semelhante à corrida. Depois da passagem pela zona antiga, os participantes regressam ao ponto de partida através da Rua do Movimento das Forças Armadas.

As inscrições já se encontram abertas, e podem ser feitas no site do evento ([cabreirasolutions.com/event/sao-silvestre-algarve](http://cabreirasolutions.com/event/sao-silvestre-algarve)).

Esta terceira edição da Corrida de São Silvestre Algarve acontece a poucos dias de Albufeira se tornar Cidade Europeia do Desporto 2026.





**Intermarché**



*Que o seu Natal  
e o Novo Ano  
sejam Felizes à Sériá!*

Descubra a loja mais próxima

Lagoa • Carvoeiro • Portimão • Porches • Alporchinhos • Monchique • Armação de Pêra • Praia da Rocha



ULTIMATE DE PRAIA REUNIU MILHARES DE VISITANTES

# Prova de dimensão mundial animou o areal da Rocha

... HÉLIO NASCIMENTO

O Mundial de seleções de ultimate de praia reuniu os melhores praticantes da modalidade, que durante uma semana criaram um ambiente fantástico na Praia da Rocha, em Portimão, tanto pelo espetáculo proporcionado pelos jogos como pela animação constante dos intervenientes e de todos aqueles que palmilhavam o areal.

“Podemos dizer que foi um êxito, sim, já que o feedback de toda a gente, dos jogadores às equipas técnicas, à Federação

Internacional (World Flying Disc Federation) e a quem nos deu apoio, como a Câmara Municipal de Portimão, não podia ser melhor”, reconhece Pedro Vargas, diretor da prova e presidente do Clube de Praticantes Ultimate Portimão, que organizou o torneio em conjunto com a entidade internacional.

“Uma palavra para os restaurantes ao longo da praia, sem os quais o evento não seria o mesmo. Precisamos deles para dar a possibilidade aos jogadores de consumirem após os jogos. De resto, a praia tem condições excecionais, uma opinião



bastante positiva e partilhada por todos, que nós, no terreno, também sentimos”, acrescenta Pedro Vargas. Curiosamente, na semana que antecedeu o Mundial, a chuva e sobretudo o vento fizeram perigar a realização do torneio.

“As estruturas podiam não aguentar, mas conseguimos segurá-las e reforçá-las e os danos foram ultrapassados”, esforços compensados com o que se seguiu, “um tempo fantástico e clima a condizer” que foi a delícia dos milhares de visitantes.

E, de facto, foram mesmo milhares! Assim, na semana de 16 a 22 de novembro, estiveram em ação 2300 atletas, número que subiu aos 2500 com as equipas técnicas. Considerando as famílias, “facilmente associamos ao evento cerca de 3500 pessoas, para além dos muitos portimonenses que acompanharam e mostraram interesse na modalidade, em especial no fim de semana”, sublinha o diretor, enfatizando o ambiente fantástico e dando ainda conta dos voluntários, staff técnico,

elementos dos media e pessoal da Federação Internacional, ou seja, cerca de mais de centena e meia de envolvidos.

“Tendo por base outros eventos que já organizámos, este foi de longe o que trouxe mais pessoas a acompanhar as equipas, como se viu pelo mar de gente na praia, no passadiço e junto aos hotéis. Foi bastante positivo também para a economia local”, assinala Pedro Vargas, referindo outro dado que o deixou deveras satisfeito: as visualizações atingiram o bonito e significativo número de cinco milhões na plataforma digital, sinal de que este desporto, onde o disco é rei, tem cada vez mais adeptos.

#### **Domínio dos Estados Unidos e Portugal em renovação**

Os Estados Unidos foram os grandes dominadores deste Mundial de seleções de ultimate de praia, arrebatando oito medalhas de ouro e deixando apenas uma para Canadá e Alemanha nas dez divisões de competição. Participaram 38 países,

D.R.



Pedro Vargas salienta que o evento envolveu cerca de 3500 pessoas

## **O QUE É O ULTIMATE**

Para os leitores menos identificados com esta modalidade, convém explicar o que é o ultimate, cuja principal característica é ser jogado com um disco, em quase tudo semelhante ao que se vê nas praias a ‘voar’ de mão em mão. O ultimate é um desporto coletivo, disputado por equipas (cinco elementos cada) e com diversas variantes, consoante a superfície, sendo que a de praia é a mais popular. O campo tem duas zonas de ensaio e o objetivo passa por fazer chegar o disco à área delimitada. Sucedem, ainda com alguma frequência, ouvirmos falar em ultimate frisbee, agora em desuso, uma vez que o termo frisbee diz respeito a uma marca registada pela primeira empresa que fabricou o disco.

num total de 136 equipas, que evoluíram em 24 campos e fizeram 786 jogos.

Os EUA, a nível de praticantes, são o país que têm maior número e os mais desenvolvidos, pelo que não se estranha que em quase todas as divisões tenham chegado às finais. As universidades oferecem bolsas e os jovens aproveitam esta prática desportiva. A Alemanha e o Canadá tiveram alguns pódios, tal como a Espanha, enquanto Portugal apresentou três equipas, uma mista, outra mista de masters (veteranos) e outra masculina.

“Comparando com outras competições na última década e meia, ficámos abaixo do que normalmente tem sido feito. É um período de transição, em que alguns dos que vêm integrando a seleção competem agora nos veteranos, com reflexos no escalão sénior, onde se nota alguma inexperiência. É uma renovação geracional”, justifica Pedro Vargas.

No Algarve existe uma equipa, o Clube de Praticantes Ultimate Portimão, organizadores locais deste Mundial. “Este ano, em junho, fomos campeões eu-

ropeus de clubes, em Gdansk, na Polónia, na divisão mista, o que aconteceu pela primeira vez, depois de termos sido antes finalistas vencidos, numa demonstração de saúde competitiva num patamar bastante elevado”.

Pedro Vargas, o presidente do clube, reconhece existir “dificuldade no recrutamento e entrada na comunidade mais jovem”, o que não impede a procura de um crescimento sustentado. “Temos também condicionantes em termos de espaços. Treinamos duas vezes por semana no Pavilhão da Mexilhoeira Grande, em horários mais tardios, o que sucede desde que há três anos deixou de haver iluminação na Praia da Rocha, ou seja, ficámos sem possibilidade de usar esse espaço – onde nós treinávamos – durante a semana em horários mais favoráveis. Agora temos de nos ajustar, de rentabilizar ao máximo a atividade, apesar das dificuldades”.

A cidade tem muita vida associativa, imensa prática desportiva, pelo que os espaços de treinos são muito disputados.

No país, o crescimento é lento e praticam ultimate 250 atle-

tas, de oito clubes, todos com características diferentes. “Algumas equipas estão a começar e as dores de crescimento são óbvias, no sentido de se atingir um nível competitivo mais elevado. A realidade que temos é esta, mas, a nível local, vamos continuar a trabalhar e melhorar. Dispomos de 20 atletas e existe dificuldade em recrutar, como disse, mas o objetivo deste evento era também o de dar mais visibilidade à modalidade”.

### Reconhecimento dos jogadores

Do ponto de vista dos proveitos os organizadores pretendiam

## O MUNDIAL EM NÚMEROS

2300

Jgadores

38

Países presentes

136

Equipas em ação

24

Campos no areal

10

Divisões por escalão

786

Jogos disputados

3500

Visitantes

obter “uma massa crítica em termos financeiros para alavancar a série de projetos que temos para o clube, tentando solucionar a questão do recrutamento, apesar da competição com outras modalidades”. Alavancar a modalidade e fazê-la crescer é um objetivo constante e daí que, no que concerne a apoios, “tudo o que vier é positivo”.

O principal apoio do Clube de Praticantes Ultimate Portimão é o do município “e ao longo dos anos tem sido sempre uma ajuda importante a estas organizações e diretamente ao clube, através do contrato-programa”, salienta Pedro Vargas. Só assim é possível, aliás, alimentar “este lado mais de competição e procurar um nível diferente nos três ou quatro torneios que por ano fazemos fora do país”. Quantos mais melhor, é óbvio, “mas também temos noção que a dimensão que têm o clube e a modalidade – ainda sem federação – cria alguns entraves”, argumenta o rosto do emblema que é crónico campeão nacional.

Pedro Vargas é um atleta de créditos firmados, mas neste torneio não jogou, já que, como diretor, o volume de trabalho não era compatível. A satisfação, porém, é total. “O reconhecimento por parte da

## UM JOGO SEM ÁRBITRO

A mais significativa curiosidade do ultimate diz respeito à ausência de árbitro, o que implica que haja uma exigência maior sobre os jogadores a nível do conhecimento das leis do jogo e também em relação ao respeito das mesmas. Se, porventura, houver uma infração, os jogadores envolvidos têm de chegar a acordo, consoante a aplicação das regras, e, se não for conseguido esse acordo em tempo curto, o disco volta atrás, como se não tivesse existido a falta. Um raro exemplo de fair play, cada vez mais raro nos dias que correm.

Federação Internacional é sempre importante, é a prova de que o trabalho foi bem feito, mas o mais importante é da parte dos jogadores. Mesmo com eventuais erros, se para eles foi tudo ótimo... é o melhor”, inclusive porque o negócio local ficou igualmente a ganhar.

O impacto no concelho foi, portanto, excelente, o que dá ainda maior entusiasmo para voltar a organizar o Mundial de clubes, como aconteceu no ano passado. “O acordo não está finalizado nem tem data definida, mas Portimão reúne todas as condições para o receber e para nós faz todo o sentido. Temos estruturas, contactos e as pessoas querem que voltemos”. Para já, o torneio mais imediato é o Europeu de Clubes, na Figueira da Foz, numa organiza-

ção da Associação Portuguesa de Ultimate de Praia, do clube de Leiria e com o apoio do emblema portimonense.

Na Praia da Rocha estiveram em ação jogadores de Singapura, Japão, Filipinas, Colômbia, Líbano, Turquia... de todos os continentes. Uma festa de dimensão mundial que coloriu o areal e propiciou um convívio a todos os títulos notável.

“É algo que demonstra o crescimento progressivo da modalidade, com mais praticantes, muito participativo e sem eliminatórias de apuramento, apenas critérios para definir o número de equipas por país, o que facilita a diversidade”, atira Pedro Vargas, destacando por fim a amplitude etária dos atletas: o mais jovem tinha 16 anos e o menos jovem 58.





# ALBUFEIRA CARPE NOX 2026

Espectáculo Piromusical  
no Céu e no Mar

The New Year's Celebration

PRAIA DOS PESCADORES  
FISHERMAN'S BEACH

AIRBORNE PYROTECHNICS  
FLYING DRAGONS

# Silence 4

31 DEZ - 22H

NOX  
LIVE ACT

WILSON  
HONRADO

## OS QUATRO E MEIA

Concerto de Ano Novo  
01 JAN - 17H

ENTRADA  
GRATUITA



**ALBUFEIRA  
CARPE NOX  
2026**  
The New Year's Celebration

Organização:



Criação e Produção:



Parceria:





CAMPEONATO NACIONAL SERVIU DE PRIMEIRO TESTE

# Parchal prepara-se para Europeu de Corta-Mato

D.R.



Prova europeia contará com um total de seis corridas

O Parque Urbano do Parchal, no concelho de Lagoa, contou com uma grande prova de atletismo a 22 e 23 de novembro: o Campeonato Nacional de Corta-Mato, a prova mais antiga do calendário da modalidade.

Nesta competição participaram os melhores atletas e clubes nacionais, num momento importante em termos organizativos, pois o concelho prepara-se para receber a 14 de dezembro os Campeonatos da Europa de Corta-Mato.

A três semanas dos Europeus, Lagoa acolheu aquele que serviu como teste geral à com-

petição internacional, num fim de semana que definiu os novos campeões nacionais e demonstrou a capacidade organizativa, o envolvimento institucional e o investimento local para oferecer condições de excelência a atletas, público e equipas.

“Receber o Campeonato Nacional e, dentro de semanas, os Campeonatos da Europa de Corta-Mato, demonstra que Lagoa está hoje preparada para acolher grandes competições desportivas de alcance nacional e internacional. Este evento insere-se naturalmente no III Eixo da nossa Estratégia Municipal de Desenvolvimento Desportivo, ‘Lagoa Acolhe Grandes Eventos’, e é mais do que uma prova,

é uma oportunidade de projetar o concelho, fortalecer os nossos clubes e dinamizar a economia local”, afirmou com satisfação Luís Encarnação, presidente do município de Lagoa. A organização foi um sucesso e o concelho está agora em contagem decrescente para o Europeu de Corta-mato, que se realiza a 14 de dezembro.

## Isaac Nader lidera Portugal

O campeão mundial dos 1500 metros, Isaac Nader, que é algarvio, integra a lista de 42 convocados da seleção portuguesa para os Europeus de corta-mato, que se disputam em Lagoa.

O atleta do Benfica deverá liderar a estafeta mista nacio-

nal, juntamente com Salomé Afonso (Benfica), vice-campeã europeia ‘indoor’ dos 1500 e bronze nos 3000, Nuno Pereira (Sporting) e Patrícia Silva (Sporting), bronze nos 800 em pista curta em Apeldoorn 2025.

Os campeões nacionais da especialidade, José Carlos Pinto (individual) e Mariana Machado (Sporting de Braga), deverão ser as apostas para as provas individuais. Além destes, José Carlos Pinto e Mariana Machado integram a convocatória da seleção para esta prova, tal como Miguel Moreira, Etson Barros, Laura Taborda e Ana Mafalda Ferreira. Completam a lista de seniores Mónica Magalhães Silva (São Salvador do Campo), Neide Dias (ACPV), Patrícia Silva (Sporting), Salomé Afonso (Benfica) e Vanessa Carvalho (Sporting de Braga), no setor feminino, e Alexandre Figueiredo (Benfica), João Amaro (Sporting de Braga), Nuno Pereira (Sporting) e Rui Pinto (Sporting).

## Uma manhã em cheio

O programa dos Europeus de Corta-Mato conta com seis corridas, a começar pelas de sub-20, com a feminina às 9h30 e a masculina às 10h00, seguindo-se as de sub-23, às 10h26 e 11h00, a estafeta mista, às 11h30, antecedendo as provas ‘rainhas’ às 12h00 e 12h41. A consagração dos medalhados está marcada para as 13h30.





A 14 DE DEZEMBRO

# Coro Nacional Ucrâniano em concerto

O Auditório Carlos do Carmo, em Lagoa, é palco, a 14 de dezembro, às 19h00, da atuação do Coro Nacional Masculino Ucrâniano de Banduristas, uma das mais prestigiadas formações corais da Europa de Leste, que se encontra em tournée europeia.

O grupo, composto por cerca de 45 músicos, cantores

e instrumentistas, apresenta um espetáculo que ultrapassa a dimensão musical, sendo que a sua presença é um ato de resistência cultural. Inserido na quadra natalícia, este concerto assume-se como celebração de resiliência e continuidade cultural.

Este coletivo é, inclusive, reconhecido internacionalmente pela excelência artística e pela preservação da tradição da ban-

dura, instrumento símbolo da identidade ucraniana.

Fundado em 1918, em Kiev, o Coro Nacional Masculino de Banduristas da Ucrânia atravessou mais de um século de história, marcado por guerras, exílios e renascimentos. Detentor do título de Coro Nacional da Ucrânia e do Prémio Nacional Shevchenko, apresenta-se como uma instituição cultural de referência.

A entrada no concerto será realizada através de donativo, que reverterá integralmente para causas humanitárias, sendo que as reservas podem ser feitas através por WhatsApp (+351 962 325 862).

A organização é da SOS Oncológico — Departamento GAIN — Global Aid Network e da Associação dos Ucrânianos em Portugal, com o apoio do município de Lagoa.

DADOS DA AGÊNCIA PORTUGUESA DO AMBIENTE

## Recolha de Biorresíduos no concelho supera expectativas

A recolha de biorresíduos no concelho de Lagoa registou, em 2024, um resultado acima das expectativas.

Segundo dados revelados pela Agência Portuguesa do Ambiente, no total, foram recolhidas 2453 toneladas, o que permitiu alcançar uma taxa de 27%, valor que supera em 11 pontos percentuais a meta definida no Plano de Ação para a Aplicação do Plano Estratégico

para os Resíduos Urbanos 2030 (PAPERSU), fixada nos 16%. Dos valores apurados, 334 toneladas correspondem a biorresíduos alimentares e 2119 toneladas a resíduos verdes.

O cumprimento e o facto de a meta ter sido superada terá um efeito positivo sobre as contas municipais.

Deste modo, a autarquia terá direito à correção da Taxa de Gestão de Resíduos (TGR)

paga à ALGAR, o que significa que será ressarcida de um valor próximo dos 105 mil euros.

A recolha de biorresíduos alimentares é realizada através do projeto Lagoa Valoriza+, que opera em dois canais. O Horeca, dirigido aos maiores produtores, como hotéis, restaurantes, escolas e instituições, e o de Proximidade, destinado aos alojamentos domésticos em todo o concelho. Já os chamados resí-

duos verdes, podem ser depositados pelos munícipes e por empresas de jardinagem no Centro de Deposição de Resíduos, na Cerca da Lapa.

Os interessados em aderir ao projeto Valoriza+, devem contactar a Câmara Municipal de Lagoa através de e-mail (biorresiduos@cm-lagoa.pt), dos serviços de atendimento do Balcão Único ou na respetiva Junta de Freguesia.

EVENTO DECORREU NO TIVOLI CARVOEIRO E CONTOU COM VISITAS A ADEGAS

# 'Lagoa Wine Tourism Forum' reforça compromisso

O Tivoli Carvoeiro foi palco da terceira edição do Lagoa 'Wine Tourism Forum', evento realizado a 13 e 14 de novembro, que voltou a destacar o concelho como território pioneiro na valorização do vinho enquanto elemento cultural, económico e turístico.

Durante dois dias, foram vários os momentos de partilha de conhecimentos e experiências nesta iniciativa promovida pelo município de Lagoa.

O fórum tem como missão valorizar o património vitivinícola local e projetá-lo como motor de desenvolvimento sustentável e esse objetivo voltou a ser conseguido.

O primeiro dia contou uma sessão de abertura onde tiveram lugar as intervenções de Luís Encarnação, presidente do município de Lagoa, e Sara Silva, representante da Comissão Vitivinícola do Algarve.

Seguiu-se o painel 'Enoturismo nos Espaços Urbanos', onde Augusto Brumatti (Vila Vita Parc) e Artur Simões (Howard's Folly Wine) discutiram os desafios e oportunidades de integrar experiências víquicas no contexto urbano, evidenciando como a ligação entre gastronomia, cultura e vinho amplia a atratividade dos destinos. Houve ainda espaço para um novo painel com o tema 'Criando Destinos através da Colaboração e Inovação', que reuniu Mário Santos (Matos Brancos), Mariana da Silva (Quinta dos Santos) e Matilde Andrade (Winalist).

Um dos momentos altos foi a intervenção da 'keynote speaker' Luísa Rebelo, proprietária e diretora geral do Torre de Palma Wine Hotel, que partilhou a história de um dos mais bem-sucedidos projetos de enoturismo do país.

O dia terminou com uma ação na Arvad Wines, que permitiu aos participantes conhecer



este projeto emblemático do concelho.

A 14 de novembro decorreu o painel 'Storytelling & Identidade no Enoturismo', conduzido por Maria Vicente (Ode Winery) e Leonie Corcoran (Quinta dos Vales). Fátima Alonso (Yunique Tailor Tours DMC) e Madalena Lacerda (Quinta da Boa Esperança) discutiram o papel crescente das experiências personalizadas, sublinhando que o futuro do setor reside na capacidade de adaptar a oferta

aos interesses e perfis de cada visitante.

Após outras intervenções, o evento culminou com uma iniciativa no Morgado do Quintão, um dos projetos mais representativos da nova viticultura algarvia, onde tradição, paisagem e autenticidade se unem para criar momentos diferenciadores.

Durante esta edição, ficou confirmado que o evento 'Lagoa Wine Tourism Forum' regressa em 2026, nos dias 12 e 13 de novembro.

## EXPOSIÇÃO DE PINTURA

### 'As nossas manhãs de sábado' na Escola de Artes

A Galeria Municipal Manuela Vale da Escola de Artes Mestre Fernando Rodrigues recebe a exposição coletiva 'As nossas manhãs de sábado', uma viagem pelo universo da criatividade, das experiências partilhadas e dos momentos especiais vivi-

dos no atelier de pintura de Ana Nobre ao longo dos anos.

A abertura está agendada para 4 de dezembro, às 18h00, sendo que a mostra fica patente até dia 31, podendo ser visitada nos dias úteis, das 9h30 às 12h00 e das 14h30 às 17h00.

## PATENTE ATÉ 23 DE JANEIRO

### 'Evolução' de Anke Punt Bach na Biblioteca Municipal

O Átrio da Biblioteca Municipal de Lagoa recebe, a 5 de dezembro, às 17h00, a inauguração da exposição 'Evolução', que ficará patente ao público até 23 de janeiro de 2026.

A mostra é composta por pinturas em aguarela sobre

madeira, num estilo semi-abstrato, convidando os visitantes a mergulhar num mundo de novas técnicas e formas de expressão, despertando a curiosidade e o interesse pelas artes plásticas. A entrada livre.



# ESTÁTUAS<sup>®</sup> VIVAS no NATAL

*Living Statues at Christmas*

**12 Dez** . 14h30 – 17h30

**13 Dez** . 10h00 – 13h00

LARGO 5 DE OUTUBRO . RUA 25 DE ABRIL



REGIÃO PREPARA-SE PARA FIM DE ANO COM MUITA MÚSICA

# Diogo Piçarra, Carpe Nox e Xutos e Pontapés são destaque

●●● ANA SOFIA VARELA

**A** menos de um mês dos tradicionais festejos de fim de ano, os municípios vão divulgando os programas que prometem atrair milhares de residentes e turistas às ruas. Com entrada gratuita e ao ar livre, a promessa é a de muita música, com vários artistas nacionais a ganhar destaque.

## Albufeira

A Praia dos Pescadores volta a ser o centro de todas as atenções nesta noite emblemática. Na noite de dia 31, a partir das 22h00, são esperados milhares para festejarem a entrada no novo ano com o 'Carpe Nox'.

Este ano, os escolhidos foram os 'Silence 4', que celebram 30 anos de carreira, e Wilson Honrado. A seguir ao concerto da banda portuguesa abrirá o palco X, no areal em frente do palco principal, naquela que é uma das novidades desta noite de fim de ano. Será neste local que antes, durante e depois da meia-noite, o DJ Guga tocará

ao vivo uma sequência musical épica sincronizada com aviões, paramotores, pirotecnia e efeitos especiais. Depois a noite continua no palco principal com o DJ Wilson Honrado.

No entanto, outra das grandes novidades desta programação é o Concerto de Ano Novo, no dia 1 de janeiro, a partir das 17h00, com 'Os Quatro e Meia', banda que apresenta um alinhamento exclusivo para o primeiro espetáculo de 2026 em Albufeira.

Além destes festejos, há também a já tradicional feira 'Paderne Medieval', entre 31 de dezembro e 4 de janeiro, bem como a segunda edição da 'Street Food Sem Fronteiras' com a curadoria do chef Nuno Bergonse, entre 31 de dezembro e 3 de janeiro.

## Lagos

Por sua vez, no outro extremo do Barlavento, em Lagos, a animação ficará a cargo do conhecido músico Pedro Abrunhosa que entoará alguns dos maiores êxitos da sua carreira.

A par das sonoridades de grandes temas, na Praça do Infante, enquanto soam as 12 ba-

daladas, terá lugar um grande espetáculo de fogo de artifício que tem a baía de Lagos como pano de fundo. No entanto, a festa avançará pela noite dentro com a animação musical do DJ TobyONE.

## Loulé

Quarteira é outra localidade que todos os anos promove uma grande festa de fim de ano na região. As celebrações terão lugar durante vários dias, entre 28 e 31 de dezembro no Passeio



**ALBUFEIRA**  
**SILENCE 4**



**LAGOS**  
**PEDRO ABRUNHOSA**





**QUARTEIRA**  
**RICHIE CAMPBELL**



**QUARTEIRA**  
**XUTOS & PONTAPÉS**



**OLHÃO**  
**DIOGO PIÇARRA**

das Dunas e têm entrada livre, contando com nomes de peso como Richie Campbell e Xutos & Pontapés.

A programação começa no dia 29 e estende-se até 1 de janeiro, com música, atividades

culturais e desportivas. Além destes dois concertos, outros dos destaques é a 13ª Corrida de São Silvestre que reúne, todos os anos, centenas de participantes, nos percursos de cinco ou dez quilómetros.

#### **Olhão**

Neste concelho a Sotavento, a passagem de ano será no Jardim Pescador Olhanense, a partir das 22h30, do dia 31 de dezembro.

Com entrada livre, residen-

tes e turistas terão oportunidade de assistir aos concertos do algarvio Diogo Piçarra, a que se segue um espetáculo pirotécnico. A música continua pela noite dentro, após as 00h15, com o DJ Deelight.

É UMA REFERÊNCIA NO MUNDO DAS BEBIDAS

## Poejo Mendes, de pastor, a presidente da Assembleia

JOSÉ GARRANCHO

●●● JOSÉ GARRANCHO

**O** José Joaquim Poejo Mendes é mais um portimonense de alma e coração, embora tenha nascido no Alentejo. Garante sentir orgulho e adorar estar em Portimão, porque lhe deu tudo o que ambicionava. “Conhecimento e estabilidade financeira. E lamento já não ter tempo para pagar à cidade tudo o que ela me deu”, confidencia.

**É, talvez, o português mais conhecido, a nível internacional, no mundo das bebidas, não é?**

Viajei pelos cinco continentes, sendo a esmagadora maioria dessas visitas de carácter técnico. Em determinada altura, acontecia qualquer coisa no mundo das bebidas e eu era convidado. Costumo dizer aos meus amigos que visitei vinhas e adegas, desde a África do Sul à Califórnia, além de toda a Europa. Nem sabia que havia vinhas na Suíça, até ser convidado para as visitar. Vamos imaginar que a 'Bols' ia lançar um produto qualquer. Era convidado para lá ir. Tanto assim, que começou a circular uma piada: chamavam-me o 'papa martinis'. Era convidado para tudo. Depois, tive o privilégio de fazer cursos técnicos de formação prática na 'Cognac', na 'Champagne', vinhos do Jerez...

**E como olhava a sua entidade patronal para todas essas andanças?**

Da melhor maneira. O diretor do Hotel Algarve sugeriu que colocasse uma mesa na copa do bar, a servir de secretária. Fui aprender datilografia e estava em contacto com as bebidas que apareciam em todo o mundo. O hotel pagava o papel, os envelopes, os selos. E, sempre que havia congressos, em qualquer parte do mundo, era dispensado sem qualquer corte no salário. Os patrões achavam que era um prestígio para eles o Mendes representa o hotel nos vários países.

**E, depois, usava esses conhecimentos nas suas aulas?**

Sim. De tal modo que tinha uma caldeira de destilação, oferecida pela minha esposa e que ofereci à escola. Fazíamos experiências, por exemplo, destilar vinho, fazer álcool de figos da Índia, cerveja, etc. E sentia-me bem. Não só dava a aula, como contava histórias. Se calhar, falava demais.

**Quando chegou a Portimão, com quase 28 anos, já vinha como responsável pelos bares e boite do Hotel Algarve. Como se iniciou?**

Nasci na freguesia de São Vicente, uma aldeia muito linda do concelho de Elvas, e cheguei a pastorear um rebanho com 300 ovelhas, pertença do meu



Além de profissional na hotelaria, dedicou-se também ao ensino

padrinho. Havia uma pousada na Quinta das Torres, em Azeitão, um palácio do século XVII. Por intermédio do meu avô, fui trabalhar para lá, quando tinha 13 anos. Ali, conheci as figuras daquele tempo, Salazar, o cardeal-patriarca, o Rei de Itália e tantos outros que frequentavam o local. Digamos que foi ali que abri os olhos para a vida.

**Foi mesmo uma mudança radical.**

Pois foi e até frequentei aulas de ética, tanto francesa, como inglesa, que eram diferentes. Depois, fui para o Hotel Avis, em Lisboa, o mais conhecido, na altura. Interrompi a profissão para fazer o serviço militar, que me levou a Timor. Mais tarde, vim para Portimão, porque o





D.R.

*Durante décadas, esteve ligado ao mundo das bebidas*

Hotel Algarve abriu e fui convidado para chefiar os seus bares e a boíte. Entretanto, apareceu a Escola Hoteleira e, embora já tivesse frequentado a Alexandre de Almeida, a Escola Hoteleira de Lisboa, fui fazer o curso. A escola, em Portimão, ainda nem tinha instalações. As aulas eram dadas na Casa Inglesa. No ano seguinte, fui convidado para ser formador na referida escola, o que fiz durante mais de 30 anos.

### **Sempre na área de bar?**

Sim, mas lecionava outras matérias, como a arte de bem receber. Depois, fiz várias especializações. Em determinada altura, tive contacto com a Associação Barmen de Portugal, que estava a nascer em Lisboa. É curioso que se chamava Clube Barmen de Portugal, porque, naquela altura, o governo não permitia associações. Estive presente em algumas reuniões e, no final, tínhamos de assinar um papel, porque a PIDE exigia ser informada sobre o motivo da reunião e quem assistia. Depois,

apareceu a Associação Barmen do Algarve, da qual fui um dos fundadores. Fui nomeado presidente do Conselho Técnico e sempre que havia concursos em qualquer parte do mundo, ia em representação. Parte da regulamentação dos concursos, primeiro a nível nacional e, depois, mundial, foi de minha autoria.

### **Essa foi uma mudança introduzida por si?**

Num concurso, ou nas receitas de um cocktail, dizia-se um terço disto, dois terços daquilo, etc. Por uma questão de rácios e de custos, introduzi, a nível mundial, décimos, o que nos permitia também avaliar se o cocktail estava a ser bem ou mal feito. Introduzi também, a nível mundial, a capacidade de cada bebida. Por exemplo, a quantidade a servir, se fosse um cocktail, ou um long drink. Comecei a ficar conhecido e respeitado. E, a nível nacional, fomos pioneiros na prática de, no final de cada aula, entregar aos alunos uma súmula do que tinha sido ensinado, que veio a

ser adotada pelas outras escolas hoteleiras. Assim, o aluno não tinha de tirar notas durante a aula, prestando toda a atenção ao que era explicado e demonstrado. Também fomos a primeira escola a usar audiovisuais, recorrendo aos diapositivos.

### **Mas também foi formador noutra escola? Em Lagoa?**

Fui formador externo na Escola Jacinto Correia, até aos 72 anos, como responsável pela componente tecnológica do curso de Bar. Em 2009, a Escola ganhou o prémio de Reconhecimento de Mérito à Educação, na categoria de Formação Profissional, num concurso a nível nacional com 92 candidaturas. Toda a gente falava em nós, porque eram jovens à beira do abismo, mas que graças a esta oportunidade mudaram totalmente.

### **Fale-nos do Festival Long Drinks Poejo Mendes?**

Foi uma surpresa para mim. Estava na Jacinto Correia e, um dia, ligaram para mim e perguntaram se eu queria visitar a escola hoteleira, com os meus alunos. Viemos, numa carrinha da Câmara de Lagoa. Quando chegámos, vi à entrada 'Festival Poejo Mendes'. A escola, anual-

mente, faz um concurso, agora aberto a outras escolas. Para mim, aquilo é uma aula prática, mas uma aula que os alunos nunca irão esquecer. E porquê? Porque envolve muitos dias de trabalho e muitos contactos com a família. Porque vão pedindo conselhos. E, no final, criticam o júri por os ter penalizado por qualquer coisa. É uma cerimónia muito bonita. Há um troféu para a melhor técnica, outro para a bebida mais bonita, para quem demora menos tempo. E há o prémio 'Festival Poejo Mendes', uma taça, que fica na escola e no qual se colocam as placas com o nome dos vencedores.

### **Também foi político?**

Nunca me senti político, porque nunca ganhei um tostão com a política. Mas era convidado, talvez por ser conhecido. Fiz parte das primeiras eleições livres que houve em Portugal, para a constituinte. De Portimão era eu e Luís Catarino e claro que não fui eleito. Depois, fiz um mandato na Junta de Freguesia, com Isabel Guerreiro, fiz um mandato na Câmara com Nuno Mergulhão e um mandato como presidente da Assembleia Municipal, que me dá uma grande honra.

CM PORTIMÃO / FILIPE DA PALMA



*Poejo Mendes foi agraciado com a Medalha de Mérito Municipal em Portimão*

ARTISTA VÊ-SE COMO "CRIATIVA MULTIDISCIPLINAR"

## Inês Barracha é a criadora de uma [CAL-DAY-RAH-DAH] diferente

●●● JOSÉ GARRANCHO

**I** Os meus pais estão ligados às artes e ao design, a minha avó materna era professora de labores e o meu avô paterno era GNR, mas um grande artista, muito criativo, que tocava vários instrumentos, de ouvido; a minha irmã também está na área das artes", conta Inês Barracha.

### Como foi a experiência na Faculdade de Belas Artes?

Acabei por ficar em pintura. Gostava de ter estudado algo mais abrangente, artes plásticas, porque me sinto uma criativa multidisciplinar, mas só havia no Porto e eu tinha família em Lisboa. Fiz a licenciatura, que durava, então, cinco anos. No final, já sentia que estava 'a encher chouriços', porque alguns professores eram mais

velhos e conservadores e tornava-se difícil experimentar novas técnicas. No último ano, abracei um Erasmus de três meses em Inglaterra, para ver o que se passava por lá. Gostei do que encontrei, muito diferente daqui.

### Foi por isso que regressou ao Reino Unido?

Fiz o Erasmus em 2004/2005, descobri o 3D e achei que era uma ferramenta interessante e que fazia a ligação entre a parte visual - desenhos animados, anúncios - e a parte digital, uma técnica que valia a pena experimentar. E como já tinha a experiência que me fora passada pelos meus pais, a parte mais técnica do design, achei que poderia ter ali um meio termo que valia a pena explorar. E acabei por ir fazer o mestrado em Bournemouth. De seguida, fui trabalhar para Londres, em

HUMBERTO MOURCO



Inês Barracha compara projeto a uma grande 'caldeirada'

cinema e publicidade.

### Regressa e cria a Associação MODO. Em que consiste?

Quando regressámos, eu e o meu Manel fomos viver para uma casa em Alvor. Mas, depois, começámos a olhar para um terreno que era do meu sogro, ali na zona dos Palheiros, onde havia umas ruínas que decidimos restaurar. A ideia era ir para lá fazer patuscadas com os amigos. Mas, para mim, aquilo estava subaproveitado. E, como vinha cheia de ideias, comecei a fazer lá workshops.

### Ideias novas, trazidas da Inglaterra?

É verdade. Costumo associar

com o irmos à Feira da Ladra com os sacos. Fica tudo ali à volta, a ver o que sai de lá. Depois, montamos as coisas e vão todos embora. Só estão interessados em ver o que vem ali de novo. E eu senti-me assim, quando regressei. Depois, há a ligação com o ensino e com o trazer 3D na bagagem. Comecei na ETIC, em Portimão. Depois, fui convidada pela Universidade do Algarve. Adoro ensinar, algo que trago dos meus pais, continuo a fazê-lo, mas a experiência da UALG não foi muito satisfatória.

### Em que consiste o projeto [CAL-DAY-RAH-DAH]?

A minha intenção sempre foi



fazer o cruzamento com outros projetos. E agora, finalmente, consegui essa parceria. Mas sem abdicar dos meus valores e das minhas ideias, em termos artísticos, o que gostava de fazer e de comunicar. Concentrei todos na caldeirada, o meu projeto autoral dentro da Associação MODO, que já tem ligações com outras entidades. A [CAL-DAY-RAH-DAH] tem a ver também com essa minha viagem para fora e o meu regresso. Comecei a olhar ao redor e a pensar “isto é espetacular!”, quando toda a gente me dizia que estávamos no fim do mundo. Para já, sempre fui muito atenta e sensível a tudo e a todos e o que acho mais interessante é esta mixórdia, em termos plásticos e conceptuais. Acho interessante olharmos para este Algarve que temos hoje e perceber que isto é uma grande mixórdia de culturas. Usando a metáfora, uma vez que a caldeirada é um prato feito pelos pescadores com uma mistura de peixes, alguns até desprezados e que não conseguiam vender, mas que sobressaem ao misturar-se com outros, também quero olhar para o Algarve dos ‘peixes desprezados’: os imigrantes, os velhotes, os não sei quê... essas pessoas que são quem, de alguma forma, dá corpo a esse prato que é o Algarve. Tentar olhar para todos, porque o Algarve é essa mistura e o seu sabor vem desse conteúdo.

### **A [CAL-DAY-RAH-DAH] é, então, essa tentativa de fusão de culturas?**

Acontece dentro da Associação, mas cruza-se com outras dimensões. É o conceito de olhar para a multiplicidade de todas as pessoas que passaram por cá e que influenciaram o nosso modo de vida. E até

tem uma vertente ligada à comida, porque encontrei nela uma linguagem universal, pois de comida toda a gente sabe falar. O que me interessa é conhecer essas comunidades, africana, indiana, paquistanesa, portugueses migrantes que cá vieram parar. Saber como se relacionam com o Algarve. O que cozinham? Que influências têm da nossa cozinha?

### **Como se manifesta, na prática?**

Tem uma parte chamada ‘supper clubs’, que são almoços ou jantares que acontecem com a frequência das estações. Investigo e reúno uma série de conceitos que se interliguem com aquela estação, sejam eles antropológicos, biológicos, artísticos, históricos, porque também pretendo que as pessoas se reconectem mais com os ciclos da natureza, sem fundamentalismos, nem ambientalismo extremos. Nessas refeições, tenho trabalhado com o chef Michelin João Oliveira, do

restaurante Vista, que abraçou o projeto desde o início. Conte também com a colaboração do chef João Marreiros, do restaurante Loki. Faço o conteúdo artístico e eles a a comida e apresentamos um jantar que conta histórias sobre o passado, o presente e tenta deixar histórias por contar, para o futuro, para que as pessoas reflitam.

### **Mas não termina aí?**

A [CAL-DAY-RAH-DAH] também tem uma vertente editorial. Criei uma revista a que chamámos ‘ZINE’, abreviatura de ‘FANZINE’, que eram umas revistas feitas pelos fãs, por exemplo, de uma banda. Consiste, basicamente, numa caldeirada de ideias. A revista pretende, não somente publicar entrevistas das pessoas dessas comunidades estrangeiras, mas também receitas tradicionais, uma vez mais divididas por estações. A revista tem saída prevista a cada estação.

E quero dar visibilidade, principalmente, aos artistas locais, porque, como artista, sinto que não há um reconhecimento daqueles que são mais relevantes no contexto. Não gosto de aparecer muito, gosto é de fazer coisas, e por isso não tenho projeção.

### **E como pensa levar a cabo essa fusão?**

Há uma terceira parte, que são as minhas performances. A base é uma mesa e um tacho que tenho levado a mais sítios é um showcooking. Ensino a fazer uma caldeirada algarvia, que, na verdade, é metafórica, porque não uso comida. Meto areia, plásticos, rede, peças arqueológicas, souvenirs do Algarve, tudo sobre o que me interessa falar. E, enquanto vou adicionando esses objetos, vou contando histórias sobre sustentabilidade, património, descaracterização do território. Acaba por ser quase uma palestra cômica e sarcástica.



MARU SERRANO

MARU SERRANO

RITA BARRACHA

ATLETA DA PORTINADO JÁ PARTICIPOU NUM CAMPEONATO DO MUNDO ABSOLUTO E REPRESENTA ANGOLA

# Carlota Silva sonha com os Jogos Olímpicos

FOTOS: D.R.



Nadadora tem objetivos muito claros para o seu futuro

## ●●● HÉLIO NASCIMENTO

**O** Carlota Silva tem 17 anos, é natural de Portimão e pratica natação desde bebé. Deu nas vistas muito cedo, pela sua rapidez e disciplina, começando a alcançar boas marcas e a projetar-se como possível candidata a lugares de destaque no panorama nacional. E não só – em 2023, a Federação de Angola ‘entra na jogada’, atenta ao facto de Carlota ter ascendência angolana (por parte da avó materna) e dupla nacionalidade e poder assim representar este país africano.

“Comecei a nadar desde muito pequena, porque os meus pais sempre tiveram o objetivo de me ensinar a nadar, por mo-

tivos de segurança. A verdade é que sempre tive compatibilidade com a água e gosto muito do meio. Comecei aos seis meses num ginásio da Prainha, estive lá até aos três anos, e depois, aos cinco, ingressei na Portinado”, conta à Algarve Vivo a jovem atleta, nas instalações da Portinado – Associação de Natação de Portimão, o seu clube de sempre.

Carlota começou a praticar a modalidade com o professor Amaral e passou ainda ‘pelas mãos’ de Paulo Costa, mas a maior ligação tem sido com Rui Mendonça, principal responsável pela entrada da atleta na competição. “São muitos anos, mas tenho o mesmo entusiasmo. É um desporto que gosto muito, apesar de a natação ser às vezes ingrata. Temos mesmo de gostar, de trabalhar bastante

e dedicar de corpo e alma. Às vezes não vimos resultados e então importa acreditar no processo, ter paciência e confiar que vai dar certo”, confessa.

### Disciplinada, rigorosa e muito rápida

“O que vi nela? A Carlota sempre foi uma menina muito competitiva, com gosto em aprender, em nadar rápido, alinhada, disciplinada e regular, sempre pronta a ouvir os professores, e esses são os indicadores que apreciamos. O processo na escola é natural e ela destacava-se, queria um bocadinho mais, assimilando tudo, rigorosa e com muita disciplina no trabalho. De certo modo, o sucesso não me surpreendeu”, assinala Rui Mendonça, objetivo a enumerar os principais atributos da sua aluna.

De resto, prossegue, não se trata de uma fórmula secreta. “Nós temos um processo, e, quando os jovens o percorrem com êxito, mês após mês e ano após ano, a probabilidade de sucesso no futuro é maior. Não se resume só a marcar presença nos treinos e ouvir, há toda uma envolvimento, por exemplo com os pais e a escola”. O bom suporte de casa, mais a devida orientação e a disciplina no treino, ajudam a criar bases suscetíveis de sucesso.

Rui Mendonça está desde 2003 na Portinado, ligado à competição e com responsabilidade coordenativa e pedagógica. A natação é o seu mundo e dá também aulas no Instituto Superior Manuel Teixeira Gomes (ISMAT). Tem 45 anos, é de Portimão e licenciado em Ciências do Desporto. Foi também



ele que aconselhou Carlota a aceitar o convite que a Federação Angolana de Natação lhe fez, no sentido de representar o país africano em provas internacionais.

E surgiu, então, um encontro muito especial. “Um dia, na piscina de Loulé, conheci o Pedro Pinotes, um grande exemplo e hoje um verdadeiro amigo. Ele estava a nadar e vi que nas suas costas estavam tatuados os anéis olímpicos. Falei com o meu treinador, que me disse que o Pinotes tinha representado Angola nos Jogos Olímpicos...”

### **Escolher entre Portugal e Angola...**

Rui Mendonça, ao saber que Carlota tinha também nacionalidade angolana, incentivou-a a experimentar “outras realidades e evoluir”. O pai da nadadora falou então com Pedro Pinotes, uma referência da modalidade, avançando de imediato com todas as burocracias inerentes ao processo. E não tardou que a Federação Angolana convocasse a portimonense.

“A primeira vez foi em junho de 2023, no Campeonato Absoluto angolano, seguindo-se o Mundial de juniores”, recorda Carlota, que, nas provas africanas, nada como individual.

Rui Mendonça sublinha que “a experiência é enriquecedora, é uma boa vivência e algo deveras positivo para o clube e para cidade. Em Angola também teve de cumprir critérios e requisitos, inclusive a nível de resultados, mas tudo correu bem nas provas e agora, até aos 18 anos, tem a hipótese de optar por uma das seleções”.

O treinador não consegue dizer se é preferível continuar a representar Angola ou vir a defender as cores de Portugal. “É muito subjetivo. Em África, tem viagens a meio de um percurso fora da nossa preparação, não é bem o nosso calendário, ajustado às provas internacionais, e, às vezes, não bate certo, mas não lhe sei dizer qual a melhor escolha”, atira Rui Mendonça, que acompanhou Carlota na primeira prova. “A partir do momento em que foi convocada, são os técnicos angolanos que a orientam”.

### **“Singapura parecia um outro mundo”**

Carlota ‘dá cartas’ na mariposa e no crawl, nos 50 e 100 metros, mas mais nos 50m, onde tem obtido os melhores resultados, sobretudo na mariposa. Os recordes e os títulos são inúmeros, incluindo diversos pódios



Treinador Rui Mendonça iniciou Carlota na competição

em competições de primeira linha. Por Angola, além do Mundial de juniores, participou há três meses no Mundial absoluto, em Singapura, naquilo que considera ter sido o ponto mais alto da carreira.

“Esta época foi muito positiva, tanto nas provas nacionais como nas africanas. Em Singapura parecia um outro mundo, um ambiente completamente diferente, ao pé de nadadores que vimos na televisão e que são nossos ídolos. Foi uma enorme honra, até porque se tratava de um objetivo mais para o futuro e não especificamente para esta época. Fiquei muito feliz, claro”.

### **A recompensa máxima**

Nadar e estudar, de facto, é complexo. Para quem escolhe a alta competição a prioridade é, regra geral, nadar e os cursos podem demorar mais a ser concluídos. “A Carlota está no 12º ano e terá de decidir o pas-

so a dar. Mas, não é impossível frequentar a universidade e competir - é fazer com calma os estudos e colocar noutra patamar o desporto”, sintetiza o professor.

Carlota, firme e resoluta, já pensou no assunto e quer continuar a nadar, mesmo que isso implique colocar os estudos em segundo plano. E pretende seguir medicina.

“Os meus objetivos, para já, passam por obter melhores classificações nos nossos Nacionais de juniores, este mês e depois abril e julho, e ter a melhor classificação possível nos Africanos, para o ano”, vinca.

“Tenho um objetivo a longo prazo, um sonho desde criança: ir aos Jogos Olímpicos. Tudo o que tenha de fazer e de abdicar vou fazer. A percentagem de pessoas que alcança isto no mundo é muito pouca. Não vale dinheiro, mas vale valores e é a recompensa máxima pelos muitos anos de trabalho”, conclui.



Atleta tem já vários pódios e títulos na sua carreira

CIDADE SERÁ ANIMADA ATÉ 6 DE JANEIRO

# 'Um Sonho de Natal' regressa a Portimão

FOTOS: D.R.



Casa do Pai Natal está instalada na Alameda



Espetáculos serão no palco junto à antiga Lota

●●● ANA SOFIA VARELA

O evento 'Um Sonho de Natal' volta a apresentar propostas um pouco por toda a cidade, até 6 de janeiro, Dia de Reis, numa iniciativa que conta também com iluminação natalícia em 50

pontos do concelho, sobretudo nas principais ruas, no comércio local e espaços públicos.

A intenção é valorizar pontos emblemáticos do concelho, atraindo as pessoas ao comércio tradicional, recriando um ambiente acolhedor para residentes e para quem visita Portimão nesta altura do ano.

Esta programação natalícia,

que tem vindo a ser dinamizada nos últimos anos pela Câmara Municipal de Portimão, apresenta também, nesta edição, algumas novidades no que toca à disposição das diferentes estruturas e núcleos, mas também das atividades que compõem 'Um Sonho de Natal'.

Assim, a Casa do Pai Natal passará para a Alameda, ficando instalada junto à Pista de Gelo. Como é habitual, o presépio permanecerá no Largo da Mó, mas grande parte da animação a nível de espetáculos passa para a antiga lota.

## Zona ribeirinha ganha Mercadinho de Natal

A baixa da cidade volta a ganhar destaque neste programa, mas com diferentes estruturas. O Mercadinho de Natal, que costumava ser promovido no Jardim 1º de Dezembro, muda-se para o estacionamento da antiga lota, formando, em conjunto com o Palco de Natal e a Fábrica do Pai Natal, que se mantém neste renovado edifício, um novo polo junto ao Rio Arade.

Desta forma, os espetáculos que decorriam na Alameda passam para aquela localização, onde será colocada uma tenda climatizada. Música, dança, artes circenses, poesia, teatro, magia, fantoches e palhaços são algumas das muitas sugestões.

As atividades e apresentações terão como protagonistas um total de cerca de 500 artistas, na sua maioria naturais

ou residentes em Portimão, incluindo alunos de escolas e grupos locais.

A Fábrica do Pai Natal continuará a ser um espaço de aprendizagem e imaginação, oferecendo oficinas criativas, a Hora do Conto, confeção de bolachas, técnicas de embrulho e outras atividades pedagógicas. Já o Recreio de Natal contará com um percurso de arborismo 'indoor' e várias áreas de diversão adaptadas a diferentes idades, garantindo que as crianças encontram um mundo de descoberta e brincadeira.

## Fotografias na Praça Manuel Teixeira Gomes

Este espaço central da baixa de Portimão, junto à conhecida 'Casa Inglesa' surgirá decorado a rigor, contemplando um cenário especial para captar fotografias, reforçando o papel deste local como um ponto de encontro à beira-rio para residentes e visitantes, defende a organização.

Ainda que sejam apresentadas algumas novidades, a autarquia mantém a tradição do Presépio em tamanho real no Largo da Mó e a circulação do Comboio de Natal entre a Alameda e a baixa da cidade. Aos sábados e nos feriados de dezembro, regressam também os desfiles temáticos para animar as principais artérias da cidade.

A programação detalhada de 'Um Sonho de Natal' pode ser consultada online ([portimaosonhodenatal.pt](http://portimaosonhodenatal.pt)).



# ANO NOVO

**31 de dezembro | 22h30**  
**Praça do Infante**

**PEDRO ABRUNHOSA**  
+  
**FOGO DE ARTIFÍCIO**  
+  
**DJ TobyONE**



Organização:

**Lagos**  
Câmara Municipal

TOMADA DE POSSE FOI NO INÍCIO DE NOVEMBRO

# Rui Cristina quer “devolver Albufeira aos albufeirenses”

FOTOS: CM ALBUFEIRA

O Auditório Municipal de Albufeira foi pequeno para receber todas as pessoas que quiseram assistir à sessão solene de instalação da Câmara Municipal e Assembleia Municipal. Na cerimónia de 3 de novembro, os eleitos tomaram posse para um mandato que se vai prolongar até ao final de 2029, perante uma plateia composta por vários deputados à Assembleia da República e representantes de diversas entidades locais, bem como por centenas de munícipes.

A composição dos novos órgãos autárquicos resulta das eleições de 12 de outubro, que mobilizaram mais de 18 mil albufeirenses.

A participação eleitoral superou os níveis registados em 2021, e fixou-se em 48,61 por



Habitação, segurança e saúde marcaram primeiro discurso de Rui Cristina

cento dos votantes inscritos, tendo na eleição para a Câmara Municipal, o partido Chega vencido com 40,51 por cento dos votos, seguido da coligação ‘Ser

Albufeira’ (PPD/PSD.CDS-PP) com 32,3 por cento. A coligação ‘Albufeira é TUA’ (PS.L.BE.PAN) obteve 18,56 por cento dos votos, ficando à frente da Iniciativa Liberal (4,01%) e da CDU (2,05%).

O executivo passou, assim, a ser composto por três elementos do partido Chega, que assume a presidência da autarquia para os próximos quatro anos.

Além do presidente Rui Cristina, estão em funções Jorge do Carmo, vice-presidente, e Cristina Corado. Também com três mandatos conquistados, a coligação ‘Ser Albufeira’ elegeu José Carlos Rolo, Cristiano Cabrita, e Cláudia Guedelha, enquanto a coligação ‘Albufeira é

TUA’ elegeu Victor Ferraz.

O recém-empossado presidente é licenciado em engenharia civil, e, nos últimos anos, desempenhou funções de deputado à Assembleia da República. No discurso de tomada de posse, prometeu “devolver Albufeira aos albufeirenses” e enumerou um conjunto de prioridades em diversas áreas.

Na habitação, Rui Cristina comprometeu-se a avaliar os terrenos disponíveis para construção de fogos a custos acessíveis, e admitiu que a autarquia não poderá “continuar a adiar a revisão do Plano Diretor Municipal (PDM)”.

Para melhorar a segurança no concelho, o autarca afirmou





que “o executivo não vai desistir de aumentar significativamente os efetivos da Polícia Municipal, reforçando as suas competências e valorizando as suas carreiras”. Rui Cristina realçou ainda a importância de “fiscalizar de forma efetiva e rigorosa o cumprimento da lei”, e comprometeu-se com a “requalificação das zonas urbanas e comerciais” nas áreas onde tem sido registado um maior número de incidentes.

Já na saúde, a prioridade vai passar por “enfrentar o problema dos mais de 18 mil albufeirenses sem médico de família”. Para isso, o presidente do executivo prometeu “exigir ao governo que assuma as suas responsabilidades”, e adiantou que o município vai “envolver o dinâmico setor social na construção de um sistema que, no primeiro ano, permita dar mais de 12 mil consultas a todos os que não têm médico de família”.

Ainda no discurso do presidente ganhou relevância a urgência de “concretizar, para transformar a vida” dos cidadãos de Albufeira “e preparar o futuro das novas gerações”.

O autarca reconheceu a importância de estabelecer pontes, e exortou “todos os agentes políticos a construir em conjunto aquilo que os albufeirenses precisam”.

### **Assembleia Municipal realizou eleição da Mesa**

Para o mandato 2025-2029, os 21 mandatos na Assembleia Municipal ficam distribuídos por quatro forças políticas.

Com 39,5 por cento dos votos, o partido Chega conquistou nove lugares, mais dois do que a coligação ‘Ser Albufeira’, que conseguiu uma votação de 30,11 pontos percentuais. Em terceiro lugar, com 20,45 por cento



Muitos cidadãos quiseram assistir à cerimónia de tomada de posse

dos votos, a coligação ‘Albufeira é TUA’ conquistou quatro mandatos, enquanto a Iniciativa Liberal, com 4,56 por cento dos votos, elegeu um membro para a Assembleia Municipal. A mesa deste órgão passa a ser presidida por Luna Silva, do Chega. Jorge Loureiro e António Maia, do mesmo partido, assumem as funções de primeiro e segundo secretário.

No primeiro discurso do mandato, Luna Silva prometeu exercer este cargo com “transparência e imparcialidade”, numa Assembleia Municipal em que “todos terão direito à palavra e todos terão direito às respostas”.

A Sessão de Instalação dos Novos Órgãos Autárquicos para o mandato 2025-2029 contou com a presença de mais de 800 munícipes.

### **Rui Cristina distribuiu pelouros para mandato**

Após a tomada de posse, o novo presidente da Câmara Municipal de Albufeira Rui Cristina deu conhecimento dos despachos, por si proferidos no uso das suas competências e das que delegou durante a primeira reunião do mandato 2025-2029. A sessão decorreu nos Paços do

Concelho, no dia 10 de novembro.

Neste contexto, designou também os vereadores em regime de permanência, distribuiu os pelouros pelos membros do executivo e fixou o dia e hora das reuniões ordinárias da Câmara Municipal.

Assim, em regime de permanência, ficam os vereadores Jorge Manuel Aleluia Clemente Carmo, que é o vice-presidente, e Maria Cristina Monteiro Rasquilha Corado.

Em relação à delegação de competências, o presidente Rui Cristina ficou responsável pela coordenação geral, relações institucionais, comunicação e relações internacionais, planeamento estratégico, inovação, apoio ao investimento e empreendedorismo, smart cities, transição digital e modernização administrativa e sistemas de informação, proteção civil, segurança e qualidade de vida, finanças, orçamento, assuntos jurídicos e contratação pública e gestão do espaço urbano, urbanismo, habitação e reabilitação urbana.

A Jorge Carmo foram atribuídos os pelouros das obras municipais, rede viária, iluminação pública, sinalização e transi-

to, licenciamentos, ocupação do espaço público e fiscalização, ambiente, neutralidade carbónica, sustentabilidade, transição climática e espaços verdes, gestão de resíduos, limpeza e higiene urbana, desporto, águas e saneamento.

O apoio ao município, qualidade institucional, proteção e bem-estar animal, recursos humanos e formação, turismo, promoção cultural, património municipal e museus, educação, inovação social, juventude digital e empreendedorismo juvenil, associativismo, saúde, inclusão e coesão social são áreas que ficam a cargo da vereadora Cristina Corado.

As reuniões ordinárias da Câmara Municipal de Albufeira passam, a partir de agora, a realizar-se na primeira e terceira terça-feira e, nos casos em que o calendário assim o determine, na quinta terça-feira de cada mês, com início às 9h30. A reunião pública mensal irá realizar-se na primeira terça-feira de cada mês, podendo o público intervir durante 60 minutos. Caso o dia da realização de uma reunião coincida com um feriado ou outro em que os serviços se encontrem encerrados, a mesma terá lugar no dia útil seguinte.

CONCELHO REFORÇOU POSIÇÃO COMO CIDADE DE INOVAÇÃO

# Tech Hub Summit reuniu centenas de participantes

D.R.



Centenas de participantes estiveram no evento que decorreu em Lagos

Lagos acolheu o Algarve Tech Hub Summit, no Hotel Vila Galé de Lagos, nos dias 6 e 7 de novembro, organizado pela Algarve STP, pela Universidade do Algarve (UALg), pela Algarve Evolution e pela Câmara Municipal, com cofinanciamento dos programas Algarve Empreende 2026, Algarve 2030, Portugal 2030 e da União Europeia.

A sessão de abertura decorreu no dia 5 com a presença de José Apolinário, presidente da CCDR Algarve, Hugo Pereira, autarca lacobrigense, bem como diversos representantes das entidades organizadoras,

parceiros institucionais e patrocinadores. O evento reuniu cerca de 450 participantes no primeiro dia e 570 no segundo, refletindo o elevado interesse pela inovação tecnológica na região.

O Algarve Tech Hub Summit surge, segundo a autarquia lacobrigense, como uma iniciativa que reúne o ecossistema regional de inovação com o objetivo de promover tecnologia, negócios e novos modelos de atividade no Algarve, posicionando a região como um hub tecnológico global competitivo e atrativo para empresas, instituições e talentos. Integrou oradores nacionais e interna-

cionais em áreas transversais como turismo, mar, educação, agroalimentar, saúde, energia, digital, arte e cultura. Durante dois dias, foram desenvolvidas conferências, exposições, artes digitais e networking que permitiram dar visibilidade ao Algarve como destino preferencial para nómadas digitais, trabalhadores remotos, estudantes, talentos, empresas e investidores. "Lagos tornou-se, assim, no epicentro no encontro destes stakeholders, através do conhecimento, networking e partilha", acrescenta a autarquia.

No primeiro dia, 6 de novembro, o foco esteve na educação e no ecossistema da inovação.

Discussões sobre como potenciar o envolvimento de instituições de ensino, empresas emergentes e agentes públicos para construir uma base sustentável de inovação no Algarve foram o destaque. Já no segundo dia, 7 de novembro, as temáticas centrais incluíram educação, saúde, desporto e criatividade. O dia encerrou com uma forte componente de artes digitais, cultura e inovação, realçando o carácter multidisciplinar do evento.

"Ao acolher este tipo de eventos, Lagos destaca-se cada vez mais como um dos grandes centros urbanos do Algarve com dinâmica própria no setor do empreendedorismo, tecnologia e lifestyle", defende ainda.

A escolha da cidade para acolher o Summit reforça esse posicionamento, conferindo ao município uma visibilidade acrescida como local de atração de talento, investimento e inovação.

Com o Algarve Tech Hub Summit, o Algarve afirma-se como uma região em transição para assumir um papel de relevo na economia digital e tecnológica. O evento em Lagos permitiu congregar agentes de diferentes setores, fomentar parcerias, e colocar a região no mapa internacional da inovação. A participação crescente e a diversidade de temas refletem o sucesso desta iniciativa que alia tecnologia, território e qualidade de vida.



INICIATIVA ENQUADRA-SE NO PROJETO 'VIAGEM PELO CLIMA'

# Alterações climáticas deram mote a sessão

A sessão de capacitação sobre 'Os Desafios das Alterações Climáticas', enquadrada na terceira edição do projeto 'Viagem pelo Clima', a que o município de Lagos aderiu para reforçar o compromisso com a sustentabilidade e a mobilização comunitária, decorreu no dia 10 de novembro.

Destinada a decisores autárquicos, técnicos municipais, associações ambientais e docentes, entre outros atores locais, a sessão de abertura esteve a cargo de Paulo Jorge Reis, vice-presidente da Câmara Municipal, que, acompanhando as atividades realizadas no âmbito deste projeto, aproveitou a oportunidade para informar sobre o trabalho desenvolvido pelo município no âmbito dos Objetivos de Desenvolvimento Sustentável (ODS), associado às alterações climáticas, reconhecendo que há ainda muito a fazer e apelando, por isso, à participação de todos.

O autarca enumerou alguns dos projetos em curso no domínio da água potável (ODS 6), destacando a reutilização de água da ETAR para a rega de espaços verdes, campos de golfe e outros usos, a qual, conjugada com outras ações, permitirá reduzir o consumo de água potável proveniente dos aquíferos e das reservas à superfície.

O ODS 7, relativo à energia



Transição climática e desafios estiveram em cima da mesa

limpa e acessível foi outra das áreas destacadas, dando como exemplo a empreitada da Nova Geração das Áreas de Acolhimento Empresarial, que, com o apoio do PRR, está a transformar as três áreas empresariais de Lagos, para que estas fiquem mais resilientes, verdes e digitais, elencou.

Por fim, Paulo Reis relembrou a importância de trabalhar no âmbito do ODS 17, em parceria, dado que só em conjunto será possível "atingir o grande objetivo de fazer com que o planeta se torne um lugar cada vez melhor", defendeu.

Por sua vez, Catarina Viana fez um ponto de situação sobre as alterações climáticas, abordando as principais causas – que têm origem na atividade humana – e os seus efeitos, assim como o estado atual e as

medidas a implementar para alcançar a neutralidade carbónica e limitar o aumento da temperatura. Na sua comunicação, a técnica da GET2C revisitou os principais documentos orientadores das políticas de combate às alterações climáticas, como o Acordo de Paris, a Lei Europeia do Clima, o Roteiro para a Neutralidade Carbónica e a Lei de Bases do Clima, estas últimas de âmbito nacional.

"No âmbito do papel que as autarquias devem assumir com vista à transição climática – o qual é monitorizado através do Mapa da Ação Climática – o município de Lagos dispõe, desde 2019, de um Plano de Adaptação às Alterações Climáticas, encontrando-se a concluir o seu Plano Municipal de Ação Climática, com vista à adoção de políticas cada vez mais sustentáveis", sublinha ainda a autarquia.

veis", sublinha ainda a autarquia.

Já Maria João Ramos, manager da GET2C, apresentou um balanço do projeto 'Viagem pelo Clima', destinado a maiores de 18 anos, levando três equipas, durante 12 dias, a visitar Portugal, com paragem obrigatória em seis municípios, entre os quais o de Lagos. Uma viagem monitorizada através das opções de gasto do 'Clima', a moeda fictícia que permite avaliar a pegada hídrica e carbónica, assim como o impacto social das opções e atividades realizadas por cada uma das equipas. No concelho lacobrigense, as equipas deram corpo ao desafio 'Mural do Clima', um workshop dinamizado no Espaço Jovem, que envolveu um grupo alargado de crianças, além de terem visitado empresas e instituições com boas práticas.

D.R.



# Campeonatos da Europa de Corta-Mato

sub20 F/M - sub23 F/M - Sênior F/M

Organização local



Parque Urbano do Parchal . Lagoa . Algarve  
13 e 14 de dezembro



ETAR DA BOAVISTA, EM LAGOA, E DA COMPANHEIRA, EM PORTIMÃO, ABRANGIDAS

# Águas do Algarve investe 74 milhões

ÁGUAS DO ALGARVE



*Eficiência energética e proteção dos recursos naturais são projetos que garantem futuro mais sustentável*

**A** Águas do Algarve tem previsto um investimento de cerca de 74 milhões de euros no futuro hídrico da região, no âmbito do PO Regional 2030.

No âmbito deste programa três investimentos estão já aprovados, num montante global superior a 32 milhões de euros: a remodelação da ETAR de Paderne e Sistema Elevatório do Purgatório (6,2 milhões), reforço do Abastecimento a Loulé - Reservatório Intermédio (21,8 milhões) e desenvolvimento de um Sistema Inteligente Integrado para a eficiência operacional do abastecimento de água em alta do algarve e modernização, automação e tecnologias imersivas (4,5 milhões).

Estes investimentos refletem uma aposta firme na

modernização tecnológica, na eficiência operacional e na resiliência dos sistemas, assegurando que a região continue a dispor de um serviço de ex-

resiliência hídrica através da reabilitação de captações subterrâneas. A situação de seca vivida no Algarve ao longo dos últimos anos tornou essencial

**Estes investimentos refletem uma aposta firme na modernização tecnológica, na eficiência operacional e na resiliência dos sistemas**

celência, mesmo num contexto de crescente pressão sobre os recursos hídricos.

## **Reabilitação de Captações Subterrâneas em análise**

Ainda no âmbito do PO Regional 2030, a empresa tem em análise a candidatura do reforço da

reforçar a implementação de medidas de contingência que minimizassem os seus efeitos.

Nesse sentido, foi definido um conjunto de medidas e ações extraordinárias para promoção de uma maior eficiência, poupança e racionalização das reservas de água, por forma a

afastar um cenário de rotura do abastecimento público de água para consumo humano na região.

Parte dessas medidas, consistem na reabilitação de captações subterrâneas estratégicas, em vários pontos do Algarve e que servirão para robustecer a capacidade de resposta do Sistema Multimunicipal de Abastecimento de Água e de Saneamento do Algarve, em caso de escassez hídrica. O investimento será de 7,7 milhões de euros.

## **Quatro candidaturas em submissão**

A Águas do Algarve está ainda a preparar a submissão de quatro novas candidaturas, num investimento adicional de cerca de 34 milhões de euros e que incluem o reforço da interligação Barlavento/Sotavento, a resiliência e modernização do Sistema Multimunicipal de Abastecimento de Água e de Saneamento do Algarve e a Estação de Tratamento de Águas Residuais (ETAR) de Lagoa, da Mexilhoeira da Carregação e a ligação do Algoz à ETAR Albufeira - Poente.

Segundo a Águas do Algarve, "os investimentos traduzem uma visão integrada e ambiciosa para o futuro da região, onde a inovação tecnológica, a eficiência energética e a proteção dos recursos naturais caminham lado a lado".



## Quando a coluna se parte em silêncio

Prof. Dr. Ricardo Rodrigues Pinto • Médico Ortopedista, Cirurgião da Coluna, Professor Universitário

A dor nas costas é muitas vezes vista como algo banal, quase inevitável com a idade. Mas por trás de muitas dessas dores silenciosas está uma fratura osteoporótica da coluna — uma lesão que afeta cerca de um terço das pessoas com mais de 65 anos e que, se não for diagnosticada e tratada, pode mudar profundamente a vida de quem a sofre.

Estas fraturas ocorrem frequentemente após esforços mínimos — levantar um saco, tossir ou até espirrar. O que as torna perigosas é a sua natureza discreta: muitas passam despercebidas, confundidas com 'mais uma dor nas costas', até que o doente começa a perder altura, a postura se inclina para a frente e a autonomia se esvai pouco a pouco.

Quando uma vértebra colapsa,

todo o corpo se ressentir. Surge dor intensa, dificuldade em respirar profundamente, perda de apetite e de energia. A imobilidade instala-se — e com ela a sarcopenia, a perda de massa muscular — que aumenta ainda mais o risco de novas quedas e fraturas. É um círculo vicioso que pode ser travado apenas com diagnóstico precoce e uma abordagem ativa.

O diagnóstico começa com uma radiografia, mas a tomografia computadorizada (TAC) e a ressonância magnética (RMN) são muitas vezes essenciais para melhor as caracterizar e para excluir causas mais graves, como tumores ou infecções. É um erro comum tratar apenas a dor e ignorar a causa subjacente — a osteoporose. Uma fratura vertebral é quase sempre um sinal de alerta de uma doença silenciosa que precisa de ser tratada.

Na maioria dos casos, o tratamento é conservador: controlo da dor, tratamento da osteoporose e regresso gradual à atividade. É importante sublinhar que existe muito pouca evidência científica de que os coletes sejam eficazes — e o seu uso prolongado pode até estar associado a atrofia muscular e a uma recuperação mais lenta. O essencial é não perder a mobilidade nem a autonomia, pois o repouso prolongado é um dos principais inimigos da recuperação.

Quando, apesar do tratamento conservador, a dor se mantém e impede o doente de retomar a sua vida normal, pode estar indicada uma pequena intervenção cirúrgica chamada cifoplastia. Este procedimento minimamente invasivo consiste em injetar cimento ósseo na vértebra fraturada, estabilizando-a e aliviando a dor quase de imediato. É uma cirurgia segura, realizada fre-

quentemente em regime de ambulatório e apenas com anestesia local, que permite recuperar rapidamente o movimento e reduzir complicações associadas à imobilidade.

Mas o essencial vem depois: prevenir a próxima fratura. Isso implica tratar a osteoporose com a medicação adequada, garantir uma alimentação rica em proteínas e vitamina D, e sobretudo manter o corpo em movimento. O treino de força e de equilíbrio têm mostrado, em múltiplos estudos, reduzir o risco de quedas e fraturas, mesmo em pessoas com idade avançada. Envelhecer com força é possível — e deve ser um objetivo.

As fraturas osteoporóticas da coluna não são um destino inevitável. São um sinal de que precisamos de cuidar da nossa mobilidade, da nossa postura e da nossa saúde óssea.

PUB

**FOTU EDUARDO**  
FOTOGRAFIA E VÍDEO PROFISSIONAL

961 933 775 | 917 239 877 | eduardo.reportagem@gmail.com





Siga-nos  
nas Redes Sociais

# Albufeira

Algarve | Portugal

## Destino de Emoções®

[www.cm-albufeira.pt](http://www.cm-albufeira.pt)





# Welcome to Lagoa

algarve

