



WWW.ALGARVEVIVO.PT

**ALGARVEVIVO**

ANO XV • Nº102 • ABR E MAI 2022 • 1€  
DIRETOR RUI PIRES SANTOS • BIMESTRAL

EVENTO

Verão algarvio arranca com  
'Carvoeiro Black & White'

JOVEM ARTISTA DE ALBUFEIRA

# Tapeçaria, a arte de Vanessa Barragão



LAGOA

Candidatura a Capital  
Europeia do Vinho

ECONOMIA

Salicórnia e sal verde  
com sabor a Algarve

DESPORTO

Areias São João, uma  
'escola' de talentos



## 10 ECONOMIA

Salicornia fresca e sal verde  
com o carimbo do Algarve

## 15 LAGOA

'Carvoeiro Black & White'  
marca arranque do Verão



## 18 REPORTAGEM

Tapeçarias de Vanessa Barragão  
percorrem o mundo

## 25 LAGOS

Cultura e desporto  
marcam abril



## 28 DESPORTO

Areias São João: Uma equipa  
que corre atrás dos sonhos



### ALGARVEVIVO

Proprietário e Editor: PressRoma, Edição de Publ. Periódicas, Unip. Lda. Morada: Rua Dr. João António Silva Vieira, Urb. Vales, Lote 3, 3º Direito 8400-417 Lagoa NIF: 508134595 ALGARVE VIVO Diretor: Rui Pires Santos Redação: Ana Sofia Varela e Jorge Eusébio Colaboradores: Hélio Nascimento e Rafael Duarte Proprietário e Editor: PressRoma, Fotografia: Eduardo Jacinto e Kátia Viola Paginação: Vanessa Correia Sede da redação: Rua Dr. João António Silva Vieira, Urb. Vales, Lote 3, 3º Direito 8400-417 Lagoa Conselho de Administração: Rui Pires Santos Telefone: 967 823 648 E-mail: algarvevivo@gmail.com Nº do Depósito Legal: 260121/07 Nº de registo na ERC: 125192 Tiragem: 1500 exemplares Periodicidade: Bimestral Impressão: Litógrafis - Artes Gráficas, Lda. - Pavilhão AA, VaLe Paraíso, 8200-567 Ferreiras, Albufeira Estatuto Editorial: <http://algarvevivo.pt/sobre-nos/>



## À espera de um Verão normal

RUI PIRES SANTOS DIRETOR

Com a chegada da Primavera os dias são maiores e a temperatura está mais amena. As chuvas do final de março e a que ainda se espera que caia em abril tornam o horizonte ligeiramente mais 'claro' no que à escassez de água diz respeito. Contudo, e apesar da pandemia estar numa fase descendente, as tormentas podem ainda não ter passado.

A guerra na Ucrânia veio agravar um cenário económico e social que se previa mais 'cor-de-rosa', mas no Algarve todos anseiam por um Verão positivo, que permita colocar as 'contas em dia' e recuperar das 'feridas' provocadas por dois anos de covid-19. A inflação atingiu valores históricos em março, devido à subida de preços dos combustíveis e das matérias primas, e poderá colocar em causa a recuperação que todos desejavam - para as suas vidas e negócios - e que muitos perspetivavam.

Ainda assim, os algarvios têm esperança num Verão 'normal', seja lá o que, nos dias de hoje, essa palavra possa significar. Aliás, acho que, na realidade, já poucos o sabemos. A vinda de turistas em número significativo é fundamental e, até ver, prevê-se que isso venha a suceder. Os eventos estão gradualmente a regressar e irão trazer mais cultura, alegria e animação ao coração e à mente de todos.

'Carvoeiro Black & White', 'Lagoa Wine Show' e FATACIL, em Lagoa, Festival da Sardinha em Portimão, que recebe também os festivais de Verão 'Secret Projet', 'Afro Nation' e 'Rolling Loud', o Festival Al'buhera e a Festa do Polvo em Olhos de Água, Albufeira, a Feira Medieval de Silves e o Festival do Marisco, em Olhão, são apenas algumas das propostas que prometem dar vida à região nos meses quentes, atrair mais turistas e transmitir a sensação de que tudo está a voltar ao que era antes.

Contudo, no final do Verão, a escassez de água e os efeitos da pandemia e da guerra ainda serão desafios com os quais teremos de conviver. Resta-nos desejar que os decisores, por cá e lá fora, possam tomar decisões com visão de médio e longo prazo para superar este período, caso contrário, estas e outras tormentas poderão voltar a 'bater-nos à porta'.



# Inter**mar**chê

*Qualidade, Variedade  
a Preços Baixos!*

## *Visite-nos*

**Lagoa - Carvoeiro**  
(Estrada de Carvoeiro)

**Portimão**  
(Antiga Estrada de Lagos)

**Alporchinhos**  
(Estrada Armação de Pêra)

**Monchique**  
(Largo do Pé da Cruz, Ceiceira)

**Armação de Pêra**  
(Av. General Humberto Delgado)

**Praia da Rocha**  
(Edifício Varandas da Rocha)

**Lagoa**  
(Junto aos Bombeiros)



**Já conhece a nossa nova marca?**

**Porsi é a garantia de qualidade, de uma compra inteligente, de familiaridade.**

**Porsi é confiança, a confiança do futuro com o Intermarché ao seu lado, a cuidar de si.**

**Viver bem ao melhor preço!**



**Siga-nos:**



/intermarche.lagoacarvoeiro  
/intermarchesuper.portimao

/intermarche.alporchinhos  
/intermarche.monchique

/intermarche.armacaodepera  
/intermarche.praiadarochoa

PROJETO DE EDUCAÇÃO AMBIENTAL

## Águas do Algarve lança iniciativa 'Águas Sem Fronteiras'

A Águas do Algarve lançou, em março, o projeto de educação ambiental 'Águas sem Fronteiras', que abrangerá toda a região.

A iniciativa procura sensibilizar os mais jovens e a população para a necessidade de poupança e preservação deste recurso natural e pretende chamar a atenção para as questões associadas ao seu uso eficiente, apoiado em áreas temáticas como o ciclo urbano da água, a economia circular, as alterações climáticas e a preservação do ambiente.

A 22 de março já foi lançado

nas escolas o 'Torneio Águas sem Fronteiras', no qual as crianças serão desafiadas a criar uma peça publicitária com vista a encorajar o público para a poupança.

As turmas vencedoras serão depois convidadas para um evento numa praia algarvia, onde poderão partilhar os seus trabalhos e experiências, e ainda participar nos 'Jogos Águas sem Fronteiras'.

Ao longo de todo o ano, o projeto irá também encorajar as escolas e toda a comunidade para a celebração dos diferentes dias temáticos relacionados com este



recurso - dos quais se destacam, por exemplo, o Dia Nacional do Mar ou Dia Mundial do Ambiente - através de jogos didáticos, conteúdos e atividades por toda a região.

Em todas as etapas do 'Águas sem Fronteiras' estarão contemplados prémios para os alunos e para as escolas fomentando a ligação entre estes e a missão do projeto.

CANDIDATURAS ATÉ 25 DE ABRIL

## Cineteatro louletano aposta nas residências artísticas

Já abriram as inscrições para residências artísticas no concelho de Loulé para este ano.

Estas destinam-se a motivar os criadores para que realizem em Loulé projetos artísticos em diferentes áreas: dança, música, teatro e projetos artísticos para crianças e jovens (arte para a infância/juventude).

As ações devem fomentar o contacto tanto com a comunidade escolar como com o público, através de ensaios abertos, workshops ou outros formatos.

As residências - uma para teatro, uma de dança, uma para música e outra de arte para a infância - poderão ter um mínimo de cinco e máximo de dez dias de permanência,

e incluem, além do alojamento no Palácio Gama Lobo, espaços de ensaio e meios técnicos, bem como uma bolsa de residência para refeições e produção.

As candidaturas decorrerão até 25 de abril e destinam-se a atores, encenadores, coreógrafos, bailarinos, performers e músicos, com um máximo de dez

pessoas por projeto.

Os candidatos deverão apresentar as propostas com os elementos necessários à Câmara Municipal de Loulé, juntamente com o formulário preenchido através do e-mail [cmLoule@cm-loule.pt](mailto:cmLoule@cm-loule.pt). Mais esclarecimentos através do email [elisas.almeida@cm-loule.pt](mailto:elisas.almeida@cm-loule.pt).

ATÉ FINAL DE MAIO

## 'Abril Traz Novas Cores' em exposição

A partir de 26 de abril e até final de maio, a Galeria Manuela Vale da Escola de Artes Mestre Fernando Rodrigues, em Lagoa, terá patente a exposição 'Abril Traz Novas Cores'.

Esta é uma mostra temporária de artes plásticas com traba-

lhos de artistas do concelho.

A primeira edição desta iniciativa, apesar de ter sido realizada em tempos de pandemia, obteve um enorme sucesso e foi muito bem acolhida por parte da comunidade de artistas e pelo público.

Agora a Escola de Artes de Lagoa convida os artistas interessados a submeter a sua participação (tema livre), nesta exposição coletiva de artes plásticas.

As categorias para participação variam entre arte multimédia, cerâmica artística, desenho,

escultura, fotografia, instalação, pintura ou outra variante artística. Podem apresentar trabalhos artistas, de qualquer nacionalidade, residentes ou a trabalhar no concelho de Lagoa. Mais informação através do email [escola.artes@cm-lagoa.pt](mailto:escola.artes@cm-lagoa.pt).

DADOS DE 2021

## Lagos está a reciclar mais

Os habitantes do concelho de Lagos aumentaram, em 2021, os níveis de reciclagem, de acordo com dados divulgados pela ALGAR, entidade regional responsável pela recolha seletiva, transferência e triagem destes materiais.

Assim, houve um aumento na recolha dos principais materiais recicláveis comparativamente a 2020: mais 14,23 % no plástico, 10,95% no vidro, 9,95% no papel/

cartão e 400% nas pilhas.

Também a ALGARLINHA, serviço da ALGAR que integra a recolha gratuita de resíduos de porta-a-porta, junto do pequeno comércio, restauração e serviços, apresentou dados de 2021 muito positivos no que concerne à recolha de recicláveis: mais 27% no plástico, 17% no papel/cartão e 10% no vidro.

Também o número de esta-



D.R.

belecimentos aderentes a esta iniciativa nesse período sofreu

um crescimento, passando de 203 para 225.

SEGUNDO A ENGEL & VÖLKERS

## Aumenta procura alemã por casas de luxo na região

Portugal é, desde há muito, um destino de eleição para muitos estrangeiros, que procuram não só um local para desfrutar das suas férias, mas muitas vezes um novo local para morar.

Segundo dados da Engel & Völkers, o mercado alemão tem vindo a registar, nos últimos dois anos, um interesse crescente pela aquisição de imóveis em Portugal, com particular incidência no Algarve.

Os compradores alemães já representam em média 15% do total de compradores da imobiliária na zona sul do país.

As suas preferências incidem sobretudo por propriedades de luxo, nomeadamente moradias isoladas e com amplos espaços interiores e exteriores, com vista para o mar ou envolvente de natureza e, muitas vezes, próximas de campos de golfe.

A 19 DE ABRIL

## Sérgio Godinho em Loulé

O Cineteatro Louletano recebe, a 19 de abril, um concerto de Sérgio Godinho. O músico apresenta o novo álbum, 'Nação Valente', num espetáculo que assinala os 50 anos de carreira e, em simultâneo, celebra os 92 do Cineteatro Louletano. O evento terá interpretação de Língua Gestual Portuguesa.



D.R.



D.R.

TRANSPORTES URBANOS DE LAGOS

## 'Onda' gratuita para estudantes até 18 anos

A Câmara Municipal de Lagos mantém o tarifário do serviço de transportes urbanos, para este ano, assim como a isenção de pagamento do passe mensal a todos os estudantes até aos 18 anos residentes no concelho.

As medidas visam estimular o uso do transporte coletivo e incentivar a mudança de hábitos dos cidadãos, com o objetivo de reduzir as emissões de CO2 e promover modos de vida mais

saudáveis.

Com esta decisão, na prática, todos os menores de 18 anos passam a poder utilizar gratuitamente a 'Onda', residam ou não longe da escola, podendo fazê-lo ao longo de todo o ano, inclusivamente em período de férias escolares.

A 'Onda', serve todo o concelho de Lagos, através de dez linhas que passam quer pelo centro da cidade, como pelas freguesias mais distantes e interiores.





## Albufeira, a Capital do Mundo

O presidente da Câmara de Albufeira está a mostrar grande visão e ambição no arranque do novo mandato.

Como se sabe, aquela cidade é considerada a capital nacional do turismo, um título pelo qual muitos autarcas seriam capazes de 'matar', mas para José Carlos Rolo isso já sabe a pouco.

Vai daí resolveu avançar com a candidatura de Albufeira a Capital Europeia do Desporto. Mas desiludam-se os que pensam que, com esse objetivo concretizado, o edil vai, finalmente, sentir-se realizado.

Pelo contrário, as nossas fontes dizem-nos que este é apenas um passo para um alvo ainda mais ambicioso, o de fazer de Albufeira a Capital Mundial... de qualquer coisa.

## Descubra as diferenças

Álvaro Bila subiu na escala política do concelho de Portimão, passando, de repente, de presidente da Junta a vice-presidente da Câmara.

E essa mudança já se nota. O recém-chegado à 1ª Liga da política local mostra, agora, ter mais cuidado na escolha da indumentária com que se apresenta aos eleitores e nas sessões em que toma a palavra passou a levar discursos escritos.

Mas, ainda assim, os seus colaboradores mais próximos entenderam ser útil encontrar uma forma mais direta e óbvia de mostrar que o autarca mudou de vida e já está a caminho de substituir Isilda Gomes nas próximas eleições autárquicas.

Depois de muito puxarem pela cabeça lá conseguiram descobrir uma solução infalível e o autarca ganhou um visual novo. Agora, basta olhar para as suas fotografias para saber que o Bila sem barba é o anterior, o da Junta, e o Bila com barba, o da Câmara. Simples e eficaz.

ANTES



DEPOIS



## O político que dá música ao povo

O deputado Luís Gomes é a grande estrela mediática do novo Parlamento. Nos últimos dias tem sido alvo da atenção das principais televisões do país, para grande irritação dos outros eleitos pela região mais a sul do país.

E o melhor de tudo é que, para isso, nem sequer teve de fazer qualquer proposta para melhorar a vida dos algarvios que o colocaram na Assembleia da República.

O motivo para tanto alarido tem a ver com o facto de ser cantor e, dessa forma, levar mesmo à letra a ideia de que os políticos são especialistas em dar música ao povo.

Mas, como o interesse mediático pode não durar muito, o deputado algarvio tem aproveitado a onda para promover as suas cantigas que, no total, já somam quase um milhão de visualizações no Youtube.

Numa recente passagem pela SIC, também garantiu que podem usar as suas redes sociais para o contratarem para espetáculos. E é bom que os interessados se apressem, pois só tem agenda livre para os fins-de-semana e segundas-feiras. Nos outros dias atua no Parlamento.



## O homem das tecnologias e o dos aplausos pedidos



Também o nº3 da hierarquia da Câmara de Portimão, Filipe Vital, passou a apresentar-se com barba.

Sendo conhecido como grande estratega, a nova opção capilar não parece ser inocente. Nos meios políticos locais é vista como uma forma de mostrar o seu apoio a Álvaro Bila e um sinal inequívoco de que faz parte do seu 'exército'.

A nova imagem foi apresentada no decorrer das Conferências do Território 2022/2032, onde Filipe Vital defendeu, com grande convicção, que a aposta nas novas tecnologias é o que vai salvar o concelho das garras do turismo.

Esta foi uma iniciativa muito interessante, que contou com intervenientes de diversas áreas, mas que não começou propriamente da maneira mais auspiciosa.

Isto porque, ao subir ao palco pela primeira vez, o responsável principal pela empresa organizadora, Luís Matos Martins, começou por pedir um forte aplauso para... si próprio. Embora surpreendidos, os presentes lá lhe fizeram a vontade.



## Algarve 'enxotado' do Governo

A fartura deu em fome. O Algarve, que há relativamente pouco tempo contava com três secretários de Estado, passou agora a ver o Governo por um canudo, não tendo sequer um seu filho a vestir a farda de ajudante de António Costa e companhia.

A decisão do primeiro-ministro não caiu bem na região, em especial entre os militantes socialistas. Mas, as críticas são feitas em surdina, não convém que o descontentamento chegue aos ouvidos do chefe, é melhor tentar resolver tudo a bem.

E, para isso, a estratégia da Federação Socialista passa por promover um jantar de reconciliação entre a ministra da Saúde, Marta Temido, e a sua antiga secretária de Estado, a algarvia Jamila Madeira.

O objetivo é que a atual deputada volte a ser chamada ao Governo na próxima remodelação, o que terá a vantagem adicional de permitir que mais um socialista suba a deputado, para substituí-la. É uma forma de 'matar' dois coelhos com uma única cajadada.

Ouvi dizer...

Será?!



# do nosso Algarve



D.R.

SÃO DIVERSAS AS MEDIDAS DO CHUA PARA ATRAIR PROFISSIONAIS

# Centro Oncológico é um dos projetos que pode avançar em breve

...ANA SOFIA VARELA

**H**á uma série de projetos e medidas em 'cima da mesa' para combater um dos problemas com que o Algarve se tem deparado a nível da saúde. A falta de profissionais que queiram trabalhar na região e investir numa carreira nas unidades hospitalares tem prejudicado o normal funcionamento de alguns serviços de saúde.

Ana Vargues Gomes, presidente do Conselho de Administração do Centro Hospitalar Universitário do Algarve (CHUA), avançou que um dos projetos se refere à criação de um Centro Oncológico do Sul que evite que os doentes tenham de se deslocar a Lisboa, ao Instituto Português de Oncologia, para realizar tratamentos diversos.

"Continuamos a perseguir a questão do Hospital Central do Algarve e já validámos o programa funcional para permitir que esteja atualizado e corresponda às expectativas quando for construído. Neste sentido, concorreremos também a um financiamento para a criação do Centro Oncológico do Sul, que seria diferenciador e que ficaria junto ao Hospital Central para poder existir uma ligação entre ambos os espaços", adiantou.

Esta proximidade daria a possibilidade de, não só tratar os doentes, mas também alojar as pessoas que tenham de realizar tratamentos no Centro Oncológico. Por sua vez, a localização junto ao Hospital e à Universidade do Algarve, permitirá que sejam criadas áreas de investigação para o desenvolvimento de novas tecnologias e terapêuticas, valorizando a estreita relação entre profissionais de saúde e investigadores,

esclareceu a responsável do CHUA.

Entre outras medidas anunciadas por Ana Vargues Gomes, encontra-se a candidatura ao Plano de Recuperação e Resiliência com vista à criação de uma creche para os filhos dos profissionais de saúde da unidade de Portimão do CHUA, à semelhança da infraestrutura já existente na unidade de Faro.

Por um lado, "temos vindo a firmar algumas parcerias com os municípios para ter 'casas de função', que acolham os profissionais de saúde e suas famílias, que escolham trabalhar no Algarve. A habitação é um problema grande que afasta os profissionais e, desta forma, nos primeiros meses, até que consigam encontrar uma solução, podem ficar nesses imóveis", descreve ainda.

Por outro lado, "estamos a apostar na modernização dos nossos equipamentos, pois sa-

bemos que os profissionais são atraídos também pela tecnologia. Todos querem trabalhar num hospital que tenha condições e bons equipamentos, por isso, neste momento, temos projetos que concorreram a financiamento europeu através da Comissão de Coordenação e Desenvolvimento Regional do Algarve, sendo que alguns estão já em fase de execução", reforçou. Neste âmbito é exemplo o novo angiógrafo que dará a possibilidade de autonomia na região. "Os doentes, sobretudo em situações de Acidente Vascular Cerebral, deixam de ter de se deslocar a Lisboa e poderão ser tratados no Algarve", afirma.

Um dos passos importantes, já dados este ano, foi também a passagem da unidade de Lagos para um novo espaço onde antes existia uma estrutura de saúde privada, com condições mais atuais em relação ao local onde esta unidade funcionava.



ALBUFEIRA: VISITAS AO ESPAÇO JÁ PODEM SER MARCADAS

## Quase 70 expositores no OPTO mostram saídas aos mais jovens

O Pavilhão Desportivo de Albufeira volta a ser o espaço escolhido para receber, entre 27 e 29 de abril, os 69 expositores que vão apresentar as alternativas académicas e as saídas profissionais aos jovens.

Com sete edições concretizadas e uma paragem de dois anos devido à pandemia, este evento regressa para a oitava edição com a organização a esperar superar o sucesso de anos anteriores. Em 2019, o OPTO recebeu seis mil visitantes.

"É, seguramente, um dos maiores acontecimentos destinados aos jovens em idade de escolherem um caminho para o futuro", refere ainda a Câmara Municipal de Albufeira, responsável por esta iniciativa.

O OPTO – VIII Fórum de Educação e Formação do Algarve contará, assim, com 69 expositores, dos quais 20 são instituições do ensino superior, 18 do ensino secundário e profissional, nove de entidades de ensino de línguas, 'Mobility' e 'Study Abroad' e mais 22 entidades de natureza diversa, embora relacionadas com a formação dos jovens.

Entre algumas participações já confirmadas encontram-se expositores da Escola de



Em 2019 o OPTO recebeu seis mil visitantes

Turismo, do Centro de Ciência Viva do Algarve, da Universidade do Algarve, do Conservatório de Albufeira, da Santa Casa da Misericórdia de Lisboa, dos Bombeiros Voluntários de Albufeira, do núcleo de Silves-Albufeira da Cruz Vermelha Portuguesa, da Marinha, da rede Move, do Politécnico de Coimbra, da Guarda Nacional Republicana. São várias as vertentes que estarão em destaque, como a ciência, as artes, a tecnologia, a restauração.

As entidades terão como missão esclarecer os mais jo-

vens, dos 12 aos 18 anos, acerca das formações que podem realizar e das opções que têm a nível de ensino superior ou profissional para entrar no mercado de trabalho.

O OPTO tem já páginas de Instagram ([https://www.instagram.com/opto\\_albufeira/](https://www.instagram.com/opto_albufeira/)) e Facebook (<https://www.facebook.com/optoalbufeira>) para que todos possam acompanhar o programa deste Fórum de Educação e Formação do Algarve, que está a ser divulgado em vários momentos.

Quem quiser visitar o evento poderá também obter mais informações através do Gabinete de Empreendedorismo de Albufeira, por telefone (289 598 808 ou 289 599 579) ou por email ([age@cm-albufeira.pt](mailto:age@cm-albufeira.pt)).

Este Fórum de Educação e Formação do Algarve é organizado pela Câmara Municipal de Albufeira, em parceria com a Direção-Geral dos Estabelecimentos Escolares – Direção de Serviços da Região Algarve e o Instituto do Emprego e Formação Profissional.

A PLANTA, DE ALTO VALOR NUTRICIONAL, CRESCE EM ÁGUA SALGADA

# Salicórnica fresca e sal verde com o carimbo do Algarve

ANA SOFIA VARELA

●●● HÉLIO NASCIMENTO



## Sabe o que é a salicórnica?

O nome ainda é desconhecido de muito boa gente, mas ganha cada vez mais terreno e começa já a ser encarada como uma fonte de riqueza no plano da alimentação.

Trata-se de uma planta halófitas, assim chamada porque consegue crescer com água salgada e que, normalmente, absorve os sais minerais que estão na terra onde cresce. A salicórnica tem folhas verdes, em forma de escama e é ligeiramente parecida com o espargo, podendo ser consumida em fresco ou cozinhada – em saladas ou outros pratos – e ainda desidratada ou triturada para temperar alimentos.

"Há muitas plantas halófitas, mas esta é das mais interessantes, do ponto de vista agroalimentar, também do ponto de vista gourmet, dos nutrientes e minerais, da proteína e até da vitamina C. É quase um superalimento", conta Hugo Mariano, o entusiasta produtor que há cerca de seis anos mete as mãos à obra, com o amigo e sócio Ricardo Coelho.

É na Figueira, no concelho de Portimão, que este projeto cresce e ganha cada vez mais expressão. "Não é um fenómeno recente, mas agora fala-se







Hugo Mariano e Ricardo Coelho já foram premiados

JOÃO FIGUEIRAS



D.R.

A salicórnia sai de Portimão para França, Países Baixos e Dinamarca

muito mais. É dirigida, sobretudo, ao mercado 'gourmet', aqui e em quase toda a Europa, mas em França existe há muito tempo e na zona da Bretanha, nos mercados, é comum ver bancadas de peixe e salicórnia fresca ao lado", afirma Hugo Mariano, acrescentando um dado histórico de todo singular: "a planta, seca fazia parte da bagagem dos nossos marinheiros em plena época dos Descobrimentos, porque tem vitamina C e o seu consumo evitava o escorbuto".

#### O sal da vida

"Tudo começou com uma conversa que tivemos no café, por sinal no da 'Casa Inglesa', em Portimão. Andava à procura de alimentos ricos e diferentes, porque a minha mulher teve cancro e queria alterar a dieta. O Ricardo é biólogo na área da gestão costeira e ambos conhecíamos a salicórnia, mas não sabíamos muito sobre o assunto. Estudámos o tema e vimos os mercados, que é das primeiras coisas que se deve fazer quando se abre um negócio", sublinha. O passo seguinte? "Fomos ver quem consome isto".

Hugo Mariano e Ricardo Coelho criaram então a 'Salivita', que quer dizer sal da vida, em latim. O objetivo passava pela exportação, pelo que fo-

ram a França e à Holanda, hoje Países Baixos, falar com potenciais clientes, que depois vieram a sê-lo, e viram que a ideia tinha pernas para andar. Na circunstância, "concorremos ao fundo da União Europeia, quando abriu o Programa de Desenvolvimento Rural (PDR) 2020", ainda no ano de 2016.

Hugo é natural de Faro e Ricardo de Setúbal, mas foi em Portimão, há longos anos, que assentaram as suas vidas. Mas não vivem só da salicórnia. "Ou se tem uma dimensão já grande, ou, então, é difícil ter apenas este trabalho e este rendimento. Dou aulas na Escola Secundária Poeta António Aleixo, de português, ao 10º, 11º e 12º anos. Para além da área da comunicação, fiz pós-graduação em gestão sustentável de espaços rurais. O Ricardo continua a trabalhar como consultor e temos esta ambivalência. A médio prazo acreditamos que possamos viver só disto".

#### Uma estufa de 4 500 m²

A exploração está a desenvolver-se, se bem que a pandemia, foi complicada para todos. "Alguns setores da agricultura até cresceram, mas o nosso não, porque é mais virado para o gourmet e muitos restaurantes estiveram fechados". Agora, as

previsões apontam para que "este ano seja bem melhor".

A 'Salivita' tem escritório em Portimão e a exploração na Figueira, incluindo um armazém com máquinas de rega e onde decorre todo o processo de embalagem da salicórnia, vinda da estufa, que é contígua a este

esta aposta faz todo o sentido. A estufa, note-se, não é pelo calor, embora a planta goste de temperaturas a rondar os 24, 25 graus, mas é importante porque mantém o ambiente e temos iluminação. A salicórnia responde muito à iluminação, caso contrário começa a florir e depois seca",

**"A salicórnia tem em média 20% do sódio e este sal verde contém manganésio, magnésio, fósforo, ferro, cálcio, fibra alimentar, vitaminas"**

espaço e tem uma área de 4 500 metros quadrados.

"Porquê a estufa? A salicórnia também se dá ar livre, mas só durante três meses e o mercado lá fora quer para todo o ano. Durante apenas três meses é mais fácil e há vários fornecedores. O principal exportador é Israel, nós temos três explorações em Portugal, e aqui ao lado, em Espanha, nenhuma de dimensão que se note. Em França há um grande produtor", enumera Hugo Mariano, explícito nos comentários e observações.

"O nosso clima é o ideal, e, também por isso, achamos que

explica o também professor, acrescentando que a atividade decorre na Figueira "porque aqui conhecíamos as pessoas que nos alugaram o terreno".

#### Investimento de 250 mil euros

Os produtores têm agora semeada toda a área da estufa. "A salicórnia, em abril, está no seu expoente máximo e pronta para cortar. Fazemos dois ciclos por ano e cada planta leva três a quatro cortes. A planta é assim, parece um espargo e pode ser comida diretamente", diz Hugo Mariano.

"Temos produção certificada biológica", adianta, como





Hugo Mariano na estufa onde é produzida a planta



A salicórnia é uma planta halófitas de folhas verdes e em forma de escama

que a tranquilizar. Já na boca, denota-se de imediato o sabor a sal, que, no entanto, desaparece gradualmente à medida que prosseguimos a 'degustação'.

Por enquanto, a salicórnia é mais utilizada em comida gourmet e em especial nas saladas. "Por cá somos um bocado conservadores, do tipo 'é tão estranho', e, por isso, é o mercado gourmet que aproveita. Quando uma marca grande apostar a sério, comercializando numa

grande superfície, a salicórnia vai disparar", assegura o nosso anfitrião, apontando então para as lâmpadas de infravermelhos, que ajudam ao crescimento da planta, compensando a falta de luz nos meses em que há menos sol. "Estão ligadas duas horas, logo de manhã, e outras duas horas ao fim da tarde".

O investimento feito no projeto, incluindo os painéis solares colocados nas proximidades, orçou os 250 mil euros. "Tive-

mos o apoio do PDR em quase 50 por cento, uma verba à volta de 110 mil euros, o resto foram capitais próprios. Não é a galinha dos ovos de ouro, até porque há mais halófitas e pessoas que também trabalham nisso, quicá para colmatar os reflexos das alterações climáticas, pelo que, na nossa visão, é uma solução de futuro".

### Sal verde já ganha prémios

A 'Salivatae' vai, pois, dando passos em frente, com natural destaque para um produto que tem agora cerca de um ano e já ganhou dois prémios: o sal verde.

Em traços largos, a salicórnia é desidratada, moída "e fazemos algo brutal, que pode ser utilizado como sal normal e tem muito menos sódio, corta cerca de 80 por cento do sódio, ou seja, nada de problemas cardiovasculares, que é o grande problema do excesso do sal", elucida Hugo Mariano, mostrando o produto final, em carteirinhas metidas num pequeno frasco.

A exportação é o grosso do negócio dos empreendedores de Portimão, representando já 90 por cento do volume de vendas. "A salicórnia tem em média 20% do sódio e este sal verde contém manganésio, magnésio, fósforo, ferro, cálcio, fibra alimentar, vitamina C, enfim, é uma espécie de super sal. Na Europa, só nós o fazemos, e depois,

creio, também há no México ou Estados Unidos".

A descoberta deste produto inovador resultou de uma experiência, no Verão, quando Hugo e Ricardo, ao secarem a salicórnia, notaram que, quando moída, tinha todas as propriedades para substituir o sal.

"A aceitação é grande e o nome é nosso. Veja como é interessante, a dieta vegana tem um défice grande de cálcio, vitaminas e outros minerais, e este sal tem isso tudo, é uma espécie de suplemento em sal".

A exportação contempla em especial França, Países Baixos e Dinamarca, países que receberam, no ano passado, 20 toneladas de produto com o carimbo de Portimão. De abril a outubro, o período forte da salicórnia, são vendidos cerca de 300 quilos por semana.

"Cada corte produz cento e tal quilos e em abril temos o primeiro escoamento grande. É quando a procura é maior, porque as pessoas consomem mais saladas à medida que o Verão se aproxima".

A nível interno, considera Hugo Mariano, "ainda mexe pouco". Há mais dois produtores no nosso país, um na zona de Faro e outro na de Alcochete, o que revela mais um dado curioso: há aí uns cinco produtores (certificados) na Europa e três são portugueses.

## "NÃO NOS VEMOS A FAZER OUTRA COISA"

A produção da 'Salivatae' é certificada a vários níveis, na linha do que os mercados exigem, para comprovar a autenticidade das matérias. Hugo Mariano enumera a lista, que comporta a "certificação da água, dos filtros, da terra biológica e também, por exemplo, do estrume, porque lá fora pedem tudo isto".

A empresa tem os certificados Global GAP (sistema usado entre os proprietários de marcas na produção e comercialização de alimentos) e Bio e os sócios estão determinados a continuar a crescer. "No futuro, não nos vemos a fazer outra coisa. Não somos agricultores e tivemos de aprender, com alguns erros à mistura, mas, agora, sabemos praticamente tudo sobre a salicórnia", garante Hugo, de 46 anos (Ricardo tem 34).

"Para já, a aposta é no sal verde e temos em vista uma parceria com uma superfície. Mais tarde, até pode ser que façamos produção ao ar livre". Uma última nota: para o consumidor final, um quilo de salicórnia custa à volta de 15 euros e, em Portimão, é vendida na Mercearia Bio, na Horta da Granja, no Mercado, e na Mercearia do Algarve.

CANDIDATURA CONJUNTA COM LAGOS, SILVES E ALBUFEIRA

# Lagoa concorre a Capital Europeia do Vinho em 2023

ANA SOFIA VARELA

●●● ANA SOFIA VARELA

A Câmara de Lagoa vai concorrer a Capital Europeia do Vinho em 2023, numa candidatura conjunta com os municípios de Lagos, Silves e Albufeira. O anúncio foi feito em março, durante a Bolsa de Turismo de Lisboa (BTL), e a divulgação da candidatura vencedora está agendada para 15 de junho.

Na BTL, os responsáveis das autarquias explicaram que esta é uma candidatura que pretende enaltecer os produtos vinícolas existentes na região, o esforço que os produtores têm efetuado ao longo dos últimos anos e que pretende dar a conhecer as alternativas que complementam a oferta de 'sol e praia'.

"Estamos aqui a formalizar um sonho, no qual temos vindo a trabalhar há algum tempo. É um projeto de quatro municípios, mas o que queremos é



Decisão sobre Capital Europeia será conhecida a 15 de junho

que seja uma candidatura de todo o Algarve, do Barlavento ao Sotavento, da serra ao litoral. Só assim seremos capazes de mostrar a unidade da região em torno deste projeto que tem grande importância. Queremos enaltecer, prestigiar e homenagear o extraordinário trabalho que tem sido realizado, pelos produtores de vinho, na última

década", justificou Luís Encarnação, presidente da Câmara Municipal de Lagoa.

E para dar força à pretensão, além destas autarquias, estão envolvidas diversas entidades do Algarve como a Comissão de Coordenação e Desenvolvimento Regional, a Região de Turismo, a Comissão Vitivinícola e a Direção Regional de Agricultura e Pescas.

Apesar de existirem outros concelhos algarvios com produção vitivinícola, esta intenção parte dos únicos quatro municípios pertencentes à Associação de Municípios Portugueses do Vinho (AMPV) e, em consequência, à Rede Europeia das Cidades do Vinho (Recevin), com quase 700 elementos.

## Forte concorrência

Este impulso na qualidade poderá, inclusive, ser uma mais valia na hora da votação da esco-

lha da Cidade Europeia do Vinho para 2023. Os quatro municípios algarvios devem contar com uma forte concorrência como a Comunidade Intermunicipal do Douro ou a Região Demarcada dos Verdes.

Ainda assim, Luís Encarnação acredita que "as hipóteses são boas", pois a Cidade Europeia do Vinho pretende "distinguir regiões emergentes, que têm vindo a trabalhar a promoção dos vinhos nos territórios para os desenvolver".

Este é, como defendeu José Carlos Rolo, presidente da Câmara Municipal de Albufeira, um bom produto para combater a sazonalidade. "Acreditamos que é um complemento do turismo. É um setor cada vez mais importante na economia, mas também no dissipar daquilo que é um grave problema na região, a sazonalidade", referiu.

## CONCELHO DEU-SE A CONHECER NA BTL

A Câmara de Lagoa foi um dos municípios que, de 16 a 20 de março, esteve na BTL para promover o que de melhor tem para oferecer aos visitantes. A gastronomia, os vinhos, o sol e mar, o património foram alguns dos destaques. Durante a maior feira de turismo foram ainda oferecidos para prova os 'Florados de Lagoa'. "Era muito importante voltarmos a marcar presença, uma vez que cerca de 95% da economia do nosso concelho provém, de forma direta ou indireta, do turismo. Nesta fase, apostar na divulgação de Lagoa, é apostar nas empresas e famílias lagoenses", salientou Luís Encarnação.

AS CANÇÕES DE CARLOS DO CARMO

# Gil do Carmo no Algarve para cantar temas do pai

**N**o mês em que o Auditório Carlos do Carmo assinala mais um aniversário, Lagoa é palco do espetáculo 'As Canções de Carlos do Carmo', que se realiza a 23 de abril, às 19h00, num concerto protagonizado por Gil do Carmo, filho do

artista.

Este é um espetáculo de homenagem do município ao homem e ao cantor e contará com algumas das mais emblemáticas canções interpretadas por Carlos do Carmo na sua longa carreira, agora pela voz de Gil do Carmo, o seu filho mais novo e o único que lhe seguiu os passos

D.R.



na carreira artística. O concerto conta ainda com as participações de Luís Mira, artista lagoense, e da CAB Ballet, escola de ballet sediada no concelho.

Os bilhetes custam oito euros e estão à venda na Ticketline, Fnac, Worten, Auditório Car-

los do Carmo, Centro Cultural Convento de São José e Balcão Único da Câmara Municipal.

Está disponível um desconto de 20 por cento para portadores do Passaporte Cultural, Cartão Lagoa Social ou Passaporte Rota do Petisco 2021.

D.R.



ENTRE 15 E 22 DE MAIO

## Semana Coral de Lagoa regressa em maio

A Semana Coral de Lagoa, um dos eventos mais tradicionais do concelho promovido pela associação Ideias do Levante, com o apoio da Câmara Municipal, está de regresso às igrejas e salas do concelho durante o mês de maio, com a sua 22ª edição. Quatro concertos marcam a programação deste ano, que fecha com um espetáculo no Auditório Carlos

do Carmo.

A 15 de maio, às 17h00, a Igreja Matriz de Lagoa recebe o Coro Jubilate Deo (Tavira) e o Coral Ideias do Levante. Três dias depois, a 18, às 21h00, está marcada a atuação do grupo Coral da Sociedade Filarmónica Silvense na Capela do Centro Cultural Convento São José.

O evento segue depois para a

Igreja do Parchal, que será palco no dia 21, às 17h00, de um concerto do Coral Feminino Outras Vozes e do Coral Ideias do Levante. Para terminar a edição de 2022 da Semana Coral, realiza-se a 22 de maio, às 17h00, no Auditório Carlos do Carmo, um espetáculo com o Quarteto Slavey, da Bulgária. A entrada é gratuita, mas deverá ser efetuada reserva prévia.

ESPETÁCULO DE DANÇA

## 'Romeu & Julieta' a 30 de abril

O Auditório Carlos do Carmo é palco, a 30 de abril, às 19h00, do espetáculo 'Romeu & Julieta', da companhia de dança Quorum Ballet.

O evento surge na sequência

das Comemorações do Dia Mundial da Dança e apresenta uma nova criação inspirada numa das obras mais conhecidas de Shakespeare e um dos clássicos mais revisitados da história da

literatura dramática.

Os bilhetes custam oito euros e estão à venda na Ticketline Fnac, Worten, Auditório Carlos do Carmo, Centro Cultural Convento de São José e Balcão Único

da Câmara Municipal. Está disponível um desconto de 20 por cento para portadores do Passaporte Cultural, Cartão Lagoa Social ou Passaporte Rota do Petisco 2021.



# 'Carvoeiro Black & White' marca arranque do Verão

**É** uma das grandes festas de Verão do Algarve e está de regresso a Lagoa a 18 de junho, depois de dois anos de ausência devido à pandemia da covid-19.

O 'Carvoeiro Black & White', organizado pela Câmara de Lagoa e Ibérica Eventos, promete uma noite de muita música e animação, naquele que será o primeiro grande evento de massas da região. Na última edição, realizada em 2019, juntou cerca de 25 mil pessoas nas ruas daquela vila piscatória e, este ano, pode chegar perto desses números.

Mais uma vez, os visitantes poderão contar com diferentes palcos e concertos de diversos géneros musicais, além da animação de rua e outros espetáculos que são a garantia de mais uma grande noite, em que o preto e branco marcam o cenário e são transversais às várias manifestações.

O Largo da Praia de Carvoeiro e as ruas do centro da vila contarão com diversos palcos, que acolhem mais de uma dezena de espetáculos de música e dança. Entre as 20h30 e as 3h00 da madrugada, a animação vai ser muita, num evento, de entrada livre, que já conquistou algarvios e turistas.

A noite começa logo pelas 20h30, mas convém chegar mais cedo para estacionar ou, como alternativa, seguir para o centro da festa nos autocarros disponibilizados pela organização.



O Largo da Praia de Carvoeiro enche-se a 18 de junho com a 'Black & White'

Para colmatar a escassez de estacionamento, a Câmara Municipal de Lagoa decidiu reforçar a linha regular de autocarros gratuitos que farão a ligação entre Carvoeiro e os vários parques previstos: recinto da FATA-CIL, Intermarché, Apolónia, Aldi e o Gramital, que está localizado em frente ao Aldi. Os autocarros de ida e volta começam a fazer o transporte a partir das 18h00 até ao final do evento.

## Vinho para 'aquecer'

É certo que o 'Carvoeiro Black & White' é um evento já com dimensão regional e que atrai muitos turistas. Mas ainda antes deste, a Câmara de Lagoa avança com a organização do Lagoa Wine Show, outra iniciativa ao ar livre e que reúne durante quatro dias alguns milhares de visitantes no centro da cidade.

Entre 9 e 12 de junho, a partir do final da tarde, o evento vai reunir alguns dos grandes produtores nacionais e algarvios, numa combinação entre vinhos e música. Para além dos néctares de várias regiões, o Lagoa Wine Show contará com apontamentos gastronómicos e zonas de estar. Por conhecer, estão ainda os artistas que farão parte do cartaz.

Para julho, entre os dias 14 e 17, está marcado o Mercado de Culturas à Luz das Velas, que também irá decorrer no centro histórico de Lagoa.

Depois de em edições anteriores o evento ter apresentado como temáticas a cultura islâmica, a judaica-sefardita, a celta, a Rota da Seda e culturas de África e do Mediterrâneo, este ano, a organização definiu como tema 'Diverculturas & Di-

## OS GRANDES EVENTOS

**9 A 12 JUNHO**  
**Lagoa Wine Show**

**18 JUNHO**  
**Carvoeiro Black & White**

**14 A 17 JULHO**  
**Mercado de Culturas à Luz das Velas**

**19 A 28 AGOSTO**  
**FATACIL**

versions'. O ambiente será iluminado por cerca de dez mil velas.

## FATACIL

Em agosto, chega a FATACIL e com ela noites de grandes encontros e animação no Parque de Feiras e Exposições de Lagoa.

Este ano, o certame realiza-se entre os dias 19 e 28 e do cartaz musical sabe-se, para já, que Tony Carreira será um dos nomes sonantes a subir ao palco.

O artesanato, os produtos regionais e tradicionais, a gastronomia e os espetáculos equestres serão alguns dos atrativos da feira que espera, depois da pandemia, regressar à tendência de crescimento que vinha registando até 2019, ano em que bateu o recorde de expositores, de visitantes e de receita de bilheteira.

INTENÇÃO É SENSIBILIZAR POPULAÇÃO PARA O TEMA

# Lagoa lança campanha para reduzir o consumo de água

D.R.



Além da campanha, a autarquia vai dar o exemplo reduzindo gastos na rega pública

O município de Lagoa lançou, a 22 de março, Dia Mundial da Água, uma campanha de sensibilização para a redução do consumo des-

te recurso natural no concelho, sob o mote 'Poupar em casa é garantir o abastecimento de água a todos'.

Face à situação de seca que a região atravessa, a autarquia tomou a iniciativa de lançar

um desafio aos lagoenses, que passa por reduzir o consumo de água. Através de uma campanha de sensibilização, que tem como 'pano de fundo' duas imagens do Sítio das Fontes, em Estômbar, uma com o tanque principal com água, como se encontrava há cinco anos, e outra completamente seco, como se encontra atualmente, o município pretende despertar a consciência de todos. Para isso coloca uma pergunta simples, mas decisiva: "De que lado quer Viver?".

A campanha chegará através de outdoors, de panfletos a incluir nas cartas de cobrança de água, através do site e das páginas oficiais do município, bem como através de outros meios de comunicação.

## Medidas da autarquia

A Câmara Municipal de Lagoa, além de lançar esta campanha, revelou que está a tomar medidas que contribuem para

a redução do consumo deste bem, como o encerramento das fontes e espelhos de água do concelho, a diminuição da quantidade de regas diárias e do período das mesmas, dos jardins e espaços públicos, a redução de frequência das lavagens dos carros do município e dos contentores do lixo. Além destas medidas, já começou a instalar um sistema de controlo eficiente da rega nos jardins e espaços públicos, que permite desativar a rega automaticamente, sempre que os níveis de pluviosidade o justifiquem.

"Atravessamos um período de seca extrema e é importante que todos percebam que a água é um bem essencial, cada vez mais escasso. Temos que, rapidamente, mudar os nossos hábitos diários para conseguirmos reduzir, drasticamente, o nosso consumo de água", considera Luís Encarnação, presidente da Câmara de Lagoa.

## PROTEÇÃO DAS CRIANÇAS E JOVENS

### 'Selo Protetor' atribuído a três entidades do concelho

O Agrupamento de Escolas ES-PAMOL, a Associação Desportiva e Recreativa - Centro Cultural e Social da Quinta de São Pedro e o Centro Popular de Lagoa - Infantário 'A Colmeia', todos do concelho de Lagoa, foram distinguidos pela Comissão Nacional de Promoção dos Direitos e Proteção das Crianças e Jovens com o 'Selo Protetor', prémio que

destaca entidades com competência em matéria de infância e juventude.

A cerimónia de entrega decorreu a 16 de março, no Estoril, e, no total, a nível nacional foram atribuídos 48 'Selos Protetores'.

Esta distinção tem como objetivo reconhecer as entidades que implementam boas práticas



D.R.

ao nível da promoção dos Direitos da Criança e que criam metodologias pró-ativas de proteção desses mesmos direitos.

Além de identificar boas práticas, tem, também, como objetivo garantir um ambiente seguro a todas as crianças e jovens.



# de que lado quer viver?

POUPAR EM CASA É GARANTIR O ABASTECIMENTO DE ÁGUA A TODOS.

PARQUE MUNICIPAL SÍTIO DAS FONTES | ESTÔMBAR - LAGOA



COM ÁGUA

2017



SEM ÁGUA

2022





REPORTAGEM

ARTISTA DE ALBUFEIRA TRANSMITE UMA MENSAGEM AMBIENTAL EM CADA OBRA

# ***Tapeçarias de Vanessa Barragão percorrem o mundo***

●●● RAFAEL DUARTE



O fundo do mar pode transmitir as mais diversas sensações e Vanessa Barragão não esconde um certo medo, mas a verdade é que foi isso que acabou por retratar nas suas obras.

“Inicialmente não tinha uma inspiração base, mas ao fim de algum tempo reparei que estava a retratar os corais. Fiquei surpreendida porque tenho fobia do fundo do mar e sem querer meti-o nos meus trabalhos. É engraçado como a cabeça vai buscar as coisas”, recorda-nos entre sorrisos a artista têxtil, que pretende aproveitar isso para transmitir uma mensagem em cada obra.

“O fundo do mar é algo que nem todas as pessoas viram e quando têm essa oportunidade reparam que os corais estão brancos, mas isso acontece porque eles estão a morrer e

Nasceu em Albufeira e cresceu perto do mar. O que lá encontra dá-lhe um misto de sensações que vão do respeito ao fascínio. Hoje essa inspiração nota-se em cada detalhe dos seus trabalhos.

As mãos seguem o ritmo das ondas e as tapeçarias dão vida aos corais. Uma mensagem que tem corrido o mundo com exposições em vários pontos do globo. Vanessa Barragão já é reconhecida dentro e fora de Portugal e quer continuar a explorar a sua arte.

### Os primeiros ensinamentos

Vanessa cresceu num ambiente familiar ligado aos trabalhos manuais e, desde cedo, assumiu-se como mais uma ajuda. Já em criança juntava-se às avós dias a fio, com quem obteve os primeiros ensinamentos do croché.

“As minhas avós sempre fizeram peças de tricô. A minha mãe gosta de pintar, o meu pai e o meu avô fazem trabalhos em madeira e pedra no tempo livre. Tudo isto ajudou-me a perceber que gosto destas coisas”. Por isso, foi fácil para a algarvia perceber que o caminho a seguir seria ligado às artes.

Em 2010, decidiu ir para Lisboa estudar design de moda e deixou o Algarve rumo ao início de uma carreira. “Durante o curso percebi que não me identificava com a forma como as coisas eram feitas. A moda é tão descartável e é difícil crescer nesse mundo”, recorda Vanessa, que assim reencontrou a parte têxtil.

“Comecei por fazer um estudo sobre a fibra da lã: desde que sai da ovelha até chegar ao fio. Como no Algarve só utilizamos o leite e a carne das ovelhas usei a lã que ia ser desperdiçada e fiz as minhas peças de raiz”. Mas surgiu um novo obstáculo.

“Esses fios que criei não podiam ser utilizados em roupas,



FOTOS: D.R.

A artista inspira-se no fundo do mar

porque não podiam ir para a máquina de lavar senão desmanchavam-se todos. Como tinham que passar por um processo químico, mudei de ideias porque não queria isso”. E assim surgiram as tapeçarias para a parede.

Regressou a casa e ficou seis meses em Albufeira a fazer tapeçarias. Percebeu que podia fazer negócio com a sua arte, mas queria acelerar o processo e, por isso, procurou formas de fazer esta técnica mais rápido. Foi assim que foi parar ao Porto, onde descobriu a técnica de tufado manual, que consiste em utilizar uma ferramenta mecanizada, intitulada pistola manual, para disparar fios de lã através de um apoio de tela.

“Trabalhei numa fábrica onde percebi que havia muitos desperdícios. Então em vez de usar só a lã natural da ovelha e

fazer o processo todo, que me demorava imenso tempo, também comecei a usar desperdícios da indústria”, conta.

Abriu o seu próprio atelier, mas ao fim de quatro anos voltou para ao ponto de partida, porque sentiu que precisava de um espaço maior. “Voltei em janeiro de 2020 e, nessa altura, começou a pandemia. Foi a melhor coisa que fiz porque lá em cima seria difícil arranjar um novo espaço”.

### A equipa

Com a necessidade de expandir o negócio e dar uma resposta mais rápida ao número elevado de clientes, Vanessa regressou a Albufeira onde, para além de ter um novo espaço, também passou a contar com uma vasta equipa. Foi com a família que tudo começou e agora são eles que dão uma ajuda à artista têx-

**“Achei interessante incluir a minha família no meu projeto. Reparei que as minhas avós podiam ir fazendo em casa os crochezinhos”**

perdem a cor. Por isso procuro passar o quão bonitos são na verdade e tento alertar para a poluição e o cuidado que devemos ter com o oceano”, explica.



Vanessa Barragão exporta grande parte das suas criações

til.

“Achei interessante incluir a minha família no meu projeto. Como é um trabalho que demora imenso tempo reparei que as minhas avós podiam ir fazendo em casa os crochêzinhos. A verdade é que esta parte social ligada ao trabalho manual fê-las ficarem mais contentes e ativas, porque estavam sempre em casa a ver televisão. Lembro-me que a minha avó materna quando vivia em Lisboa já dizia às amigas para irem lá a casa para ficarem todas juntas a fazerem o croché”, recorda com o sorriso de orelha a orelha.

“Estão a socializar, a fazer algo que é útil e super motivadas a querer trabalhar. O facto de verem agora que é possível viver do trabalho manual também foi uma aprendizagem para elas”, conta-nos Vanessa, que admite que a família não tinha muitas expectativas sobre esta carreira.

“Nunca acharam que isto podia ser o trabalho de alguém e ainda para mais dar trabalho a outras pessoas. Sempre viram como algo para passar o tempo e fazer nas horas vagas. Quando comecei, diziam para fazer

outras coisas que isto não ia dar em nada. Acho importante seguirmos o que gostamos”.

No atelier, Vanessa já não se faz acompanhar apenas das ferramentas manuais e da cadeira que usa quando está a fazer a parte inferior das tapeçarias. Agora, além dos seus dois cães, tem a companhia de vários elementos que fazem este negócio expandir.

“Antes trabalhava sozinha, mas este é um trabalho que demora imenso tempo. Não posso estar só a usar as minhas avós. Preciso de mais pessoas que estejam aqui comigo o dia todo e me ajudem a produzir. No Algarve senti que não havia muita gente ligada às artes, mas há sempre pessoas que querem trabalhar nesta área. Há quem olhe para isto e diga que é terapêutico”.

Orientar uma equipa também traz novos desafios para quem trabalhava como lobo solitário. “Tenho que delegar bem as coisas. Preparar o trabalho, explicar o desenho e estar sempre em cima. Isso é um bocado complicado de passar aos outros. É uma aprendizagem também para mim”.



Os trabalhos da jovem algarvia primam pela estética



### “Era mais reconhecida lá fora”

A necessidade de criar uma equipa surgiu com o aumento dos interessados na arte de Vanessa. Admite que ficou internacionalmente conhecida muito por conta da rede social Instagram, onde já chegou quase aos 380 mil seguidores. Ainda assim, confessa que não esperava ter tanto sucesso num curto espaço de tempo até porque a família sempre lhe disse que seria difícil viver das tapeçarias.

“Criei algo com uma identidade própria. Pode ter sido sorte conseguir chegar a tantas pessoas, mas dediquei-me bastante e uma coisa ajuda a outra”.

No início da carreira, o nome de Vanessa Barragão foi enunciado mais vezes com o sotaque americano porque em Portugal ainda era praticamente desconhecida. “As pessoas aqui até pensavam que eu era estrangeira”, recorda a algarvia, que também começou por vender as suas obras para o estrangeiro.

“Não vendia nada para Portugal e só depois de ir a um programa de televisão em Portugal é que as pessoas começaram a contactar-me”. O mercado americano foi o que mostrou mais

interesse pelo trabalho da artista têxtil no início: “Nos Estados Unidos apreciam mesmo este tipo de trabalhos. Aconteceu começar lá porque o interesse veio sempre de lá. Curiosamente a minha primeira cliente até foi portuguesa, mas depois exportei sempre para os Estados Unidos. Só depois de ser mais conhecida lá fora e de ter algum reconhecimento é que aqui começaram a dar valor. Mas hoje já sinto esse reconhecimento”.

Algo que se reflete nas homenagens já recebidas, como de ‘Albufeira Mulher’, em 2019, ou ‘Jovem Empreendedor na Área de Personalidades’ do Prémio Mercúrio, em 2019. “Todo o reconhecimento é importante e contam para o meu crescimento”, assume.

Agora orgulha-se de ver o seu trabalho exposto em vários pontos do mundo, ainda que nem sempre consiga acompanhar as suas obras nessas viagens. “Fui a Taiwan apresentar o meu trabalho. Dá-me sempre um enorme orgulho, mesmo quando não vou lá. Porque normalmente os meus trabalhos vão em galerias”.

Seja para expor em galerias







e museus ou para vender aos clientes, o calendário de 2022 de Vanessa Barragão já está bem preenchido. As encomendas para este ano já estão cheias e as exposições também seguem a um bom ritmo. As tapeçarias de Vanessa vão estar expostas de 10 de abril a 1 de maio em Veneza (Itália), de 20 a 23 de abril em Nantes (França) e no final do ano em Miami (Estados Unidos) e Shanghai (China).

Também não é necessário fazer uma viagem tão grande para ver de perto alguns trabalhos da algarvia porque nos dias 21 e 22 de maio vai estar em Lisboa no LISBON by DESIGN.

### **“Quero entrar mais neste ramo artístico”**

O projeto está a aumentar e Vanessa quer dar resposta a todas as encomendas, mas não esconde o desejo de abrir os horizontes. “Quero entrar mais neste ramo artístico. A parte comercial é muito importante, mas quero criar peças novas e expor em galerias e museus. É o caminho que quero tomar”.

E esses novos caminhos já estão traçados: “Quero começar a abordar outros temas.

Estamos a trabalhar nas raízes, a identidade que muitas vezes perdemos porque estamos fora ou temos a cabeça noutras coisas e acabamos por nos perder a nós próprios”.

E para novos desafios, também idealiza novos meios. “Queria ter um espaço ainda maior porque temos cada vez mais pessoas a trabalhar connosco e quero dar outras condições. Temos agora uma menina da Estónia e outra de Itália que estão a estagiar connosco, mas temos sempre jovens interessados em fazer o estágio aqui. O meu sonho é ter um espaço onde também possa arrumar tudo e ter uma galeria para quando as pessoas nos visitam. E claro, ter as ovelhas à volta para fazer o processo todo”.

É envolvida no seu ambiente que Vanessa Barragão se idealiza a fazer a sua arte. Uma arte que lhe dá respostas. “Uma peça de arte é como um filho. Não se impõe o que tem que ser. Temos que deixar ir e serem o que têm que ser. Dar liberdade criativa durante o processo criativo. Porque a arte é algo do nosso subconsciente e eu vou obter respostas na arte”.



RUBEN GUERREIRO





CIDADE TERÁ DIVERSÕES EM DIVERSOS PONTOS

## Câmara promove 'Viva a Páscoa 2022'

Uma 'Caça aos Ovos', um mercadinho, adereços que servem de cenários às 'selfies' e carrosséis são apenas algumas das propostas da Câmara Municipal de Portimão para animar a quadra pascal, entre 9 e 17 de abril.

A intenção é conciliar a tradição com a alegria da celebração em ambiente familiar. Assim, sob o mote 'Viva a Páscoa Portimão 2022', durante nove dias, serão proporcionadas várias vivências em locais emblemáticos do centro da cidade, nos quais o espírito pascal tocará as famílias. A ideia é realizar algo semelhante ao conceito que a autarquia promoveu com a 'Aldeia Natal', em dezembro, com animação em diferentes pontos, mas, desta vez, alusiva à Páscoa.

Através deste conjunto de propostas, os residentes e visitantes poderão reviver tradições seculares que marcam um programa pautado pela liturgia e pela animação, rumo ao Domingo de Páscoa, com manifestações de fé e animação para miúdos e graúdos. Envolverá não só a co-

munidade local, como quem estará de visita ao município.

A Semana Santa será assinalada com um programa litúrgico, nas Paróquias de Nossa Senhora da Conceição - Igreja Matriz de Portimão -, da Igreja Matriz da Mexilhoeira Grande, do Divino Salvador de Alvor e da Nossa Senhora do Amparo, além do Vicariato da Pedra Mourinha, através da realização de vigílias, eucaristias e procissões.

### Mercadinho no Jardim

Entre 9 e 16 de abril, haverá um Mercadinho dinamizado pela Teia D'Impulsos, no Jardim 1º de Dezembro, composto por casinhas de madeira destinadas a pequenos negócios de artesanato, novo design e produtos gourmet.

O espaço, visitável das 15h00 às 21h00, contará com um mega coração e um baloiço, onde será possível tirar fotos.

Ainda no que toca aos espaços públicos, o Largo da Mó será um dos locais que merecerá atenção, pois será instalado um 'Cesto Gigante' que também servirá de cenário às fotografias. Na Praça da República, na Alameda,

a animação será garantida com passeios nos 'Carrosséis Parisienses', além da possibilidade de registar 'selfies', entre as 15h00 e as 21h00, dentro de um 'Ovo Gigante da Páscoa'.

### Caça aos Ovos para os mais novos

No fim de semana prolongado da Páscoa, entre 15 e 17 de abril, das 15h00 às 19h00, as crianças até aos dez anos vão poder participar, na 'Caça aos Ovos', no Jardim Visconde Bivar e conhecer ao vivo e a cores o 'Coelhinho da Páscoa'. Todos os participantes terão surpresas, bastando que façam a inscrição no dia e local da ação.

Em complemento, irá realizar-se, a 16 de abril, às 19h00, o Concerto de Páscoa da Orquestra Sinfónica do Algarve, no Teatro Municipal de Portimão, podendo os bilhetes ser adquiridos online (bol.pt) e nos locais habituais.

### Solidariedade

A imagem do evento 'Viva a Páscoa' em Portimão, inspirada nos elementos decorativos da celebração na Ucrânia, foi concebida por Inna Iefimenko.

Todas as atividades deste programa organizado pela Câmara Municipal de Portimão, têm entrada livre e respeitarão as normas sanitárias em vigor.

## DIVERSÕES

'Cesto Gigante'  
Largo da Mó

**9 A 17 DE ABRIL**  
**15H00 - 21H00**  
**Carrosséis Parisienses**  
**Ovo Gigante da Páscoa**  
Alameda

**9 A 16 DE ABRIL**  
**15H00 - 21H00**  
**Coração e Baloiço**  
**Mercadinho da Teia**  
**D'Impulsos**  
Jardim 1º de Dezembro

**15 A 17 DE ABRIL**  
**15H00 - 19H00**  
**'Caça aos Ovos' com**  
**o 'Coelhinho da Páscoa'**  
Jardim Visconde Bivar





# EMARP lançou projeto de recolha de orgânicos

**A** Empresa Municipal de Águas e Resíduos de Portimão (EMARP) iniciou um projeto-piloto de implementação de um sistema de recolha seletiva dos resíduos orgânicos no concelho, em março.

A medida está a ser desenvolvida com recurso a verbas obtidas através de uma candidatura ao Programa Operacional Sustentabilidade e Eficiência no Uso de Recursos.

A primeira fase envolve restaurantes, escolas e Instituições Particulares de Solidariedade Social (IPSS) nas freguesias de

Portimão e de Alvor.

O objetivo do projeto-piloto, que abrange 13 836 alojamentos, o equivalente a 19 353 habitantes, que representa 35 por cento da população, passa por criar condições para que o município cumpra a obrigatoriedade da recolha seletiva dos biorresíduos a partir do dia 1 de janeiro de 2024. Nessa data, a recolha seletiva ou a separação e reciclagem na origem passa a ser aplicável a todos os municípios portugueses.

Para já, a EMARP está a dotar o concelho com os equipamentos e recursos necessários para poder efetuar esta reco-

lha, ao mesmo tempo que está a informar os municípios para a importância do envolvimento e adoção de práticas mais sustentáveis e amigas do ambiente. É que esta medida, assente na economia circular, possibilita desviar dos aterros 37 por cento de resíduos biodegradáveis. Por sua vez, estes restos de comida podem ser transformados em fertilizante 100% natural.

No concelho, neste projeto-piloto, são implementados dois modelos distintos. No caso da 'Recolha Seletiva de Proximidade' há, junto à rede de ecopontos existentes na via pública, 144 contentores destinados à deposição dos orgânicos.

Os moradores abrangidos terão direito a um kit informativo, um balde para a separação dos restos de comida em casa, com vista a depositá-los depois

no contentor castanho (instalado no exterior), sem haver a possibilidade de contaminação.

Para a 'Recolha Seletiva de PaP' (porta à porta), que prevê nesta fase a integração de cinco IPSS, 11 escolas e 80 estabelecimentos de restauração, foram colocados contentores de 360 litros nessas instituições e a recolha será articulada entre os estabelecimentos e os serviços da EMARP.

## Campanha para sensibilizar

'Está na Hora!' é o mote da campanha de comunicação deste projeto-piloto. A mascote é a 'Marafada', que tem a missão de salvar os restos de comida do aterro.

A EMARP desenvolveu, entretanto, um site (<https://organicos.emarp.pt/>) que agrega toda a informação do projeto.

CONCERTO COM JOÃO LEOTE E MARISA LIZ ABRE O EVENTO

## Festival da Sardinha anima Portimão em agosto

A Zona Ribeirinha de Portimão recebe o Festival da Sardinha, entre 3 e 7 de agosto, naquele que é um evento âncora no concelho, em plena época estival.

O cartaz musical será composto por João Leote que atuará

com Marisa Liz, vocalista dos 'Amor Electro', no primeiro dia do evento, seguindo-se David Fonseca, no dia 4, Bárbara Tinoco, no dia 5, Wet Bed Gang, no dia 6, e David Carreira, no último dia.

Estes nomes foram confir-

mados na maior feira do setor no país, a Bolsa de Turismo de Lisboa (BTL), em março, onde Portimão foi um dos concelhos que marcou presença tal como em muitas edições anteriores.

O evento não se realiza há

dois anos, como consequência da evolução da pandemia da covid-19 em Portugal, mas com o regresso à 'normalidade' está agendada a retoma para este Verão, com cinco noites nas quais a sardinha será rainha.

MÚSICA COM TIAGO BETTENCOURT E HUMOR COM BRUNO NOGUEIRA SÃO ALGUMAS SUGESTÕES

# Cultura e desporto marcam abril em Lagos

São muitos os espetáculos previstos para o mês de abril em Lagos, nas mais diversas áreas, e que garantem uma diversificada oferta cultural. O Centro Cultural de Lagos recebe concerto de Tiago Bettencourt, a 9 de abril, num dos destaques da programação. Uns dias depois, a 16, segue-se a peça 'Deixem o Pimba em paz', com Bruno Nogueira, que esgotou os bilhetes em apenas 24 horas.

Ainda em abril, a principal sala cultural do concelho é palco do espetáculo 'Romeu e Julieta', do Quorum Ballet. A 13 de maio, a noite é dos Azeitonas com 'Ambos os 3', um registo mais intimista e descontraído da banda. Em junho, terão ainda lugar dois espetáculos integrados no ciclo 'Os Eternos, os Consagrados e os que acabaram de chegar': Ana Bacalhau no dia 9 e João Gil no dia 10.

A programação passará também pela aposta em espetáculos das associações culturais locais, passando pelo Auditório Duval Pestana a Orquestra Ligeira de Lagos (15 de abril), a Associação de Dança de Lagos (29 e 30 de abril e 23 a 25 de junho), a Sociedade Filarmónica Lacobrigense 1.º de Maio (6 de maio), a AORCA (7 de maio) e a Questão Repetida e ARTIS XXI (18 de junho).

Ainda pelo Centro Cultural, nesta Primavera terá oportuni-

dade de apreciar quatro exposições: 'Apontamentos sobre empatia e alteridade' e 'Com os pés nas nuvens', de António Alonso (2 de abril a 21 de maio), 'A Arte Xávega em Lagos' e 'Faro Oeste', de Paulina Pimentel (4 de junho a 16 de julho).

## Biblioteca Municipal

Habituada a acolher várias atividades de dinamização cultural, a Biblioteca Municipal de Lagos Dr. Júlio Dantas também terá opções para vários gostos e idades. Em abril, o artista João Só marcará presença no dia 21 e Jorge Serafim e Eduardo Madeira no dia 29.

Ainda nesse mês, terá início um novo clube de leitura mensal, 'Volta ao Mundo em 11 Livros', que contará com moderação do aclamado escritor Sandro William Junqueira, contando também com a presença de Ondjaki na sessão de junho.

De 25 e 28 de maio, celebram-se grandes cineastas italianos com o 'Festival de Cinema Italiano', sendo que em junho o destaque vai para a oficina de Pedro Lames Soeiro (4 e 5 de junho).

## Desporto

A par da cultura, também o desporto retomará alguns dos seus eventos em Lagos. De 8 a 10 de abril, terá lugar o 17.º Torneio Internacional de Patinagem de Velocidade Terras do Infante - Lagos dos Descobrimentos,



TERESA PAMPLONA



D.R.



D.R.

modalidade que tem visto nascer diversos campeões locais.

De 23 a 25 de abril, a baía de Lagos será palco da 2ª edição do Campeonato Nacional de Fórmula de Windsurf.

O maior evento internacio-

nal de catamarãs de velocidade, o GC32 Racing Tour, regressa também em 2022 para mais duas etapas repletas de emoções fortes: 22-26 de junho (Lagos Cup) e 13 a 17 de julho (World Championship).



JANTAR COM OS CHEFS JOSÉ LOPES E JOACHIM KOERPER NO BON BON

## Sabores de excelência em ambiente de emoções

FOTOS: D.R.



●●● RUI PIRES SANTOS

Uma noite de experiências gastronômicas surpreendentes, com sabor a Algarve, num ambiente descontraído e de partilha. Assim se pode descrever o jantar de 5 de março no Bon Bon, nas Sesmarias, Carvoeiro, em que o chef residente José Lopes convidou Joachim Koerper, chef do restaurante Eleven, em Lisboa.

Um menu de degustação composto por 14 pratos, com-

binados a rigor com diferentes vinhos, mostraram a criatividade de dois chefs, que conciliaram em harmonia estilos diferentes, mas ambos de excelência, ou não tivesse sido Koerper o mentor de José Lopes. Em foco estiveram os sabores algarvios e produtos da região, intercalados com alguns apontamentos de cozinha internacional.

A iniciar a refeição, umas ameijoas da Ria Formosa, com limão e coentros, acompanhadas por um ótimo champanhe.

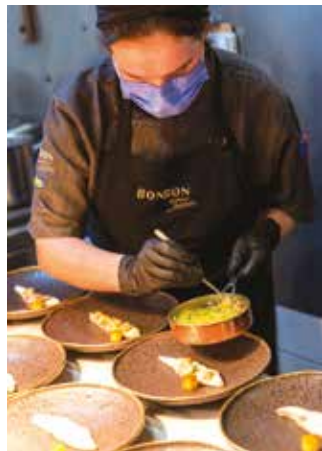
Seguiu-se uma salada de polvo de Santa Luzia à algarvia, a par de um branco Esculpido

Avesso 2018. Atum rabilho com beterraba e caviar Beurre Blanc e carabineiro com cogumelos e espuma de tomilho e limão foram os pratos que se seguiram e confirmaram a sensação de uma experiência gastronômica ímpar. Entre outras iguarias, destacaram-se ainda o lavagante azul com espargos verdes e açafrão e o cherne com berbigão e legumes.

A fechar a noite uma tarte de laranja do Algarve, harmoniosamente acompanhada por um colheita tardia de João Clara. Além dos sabores e de um serviço de excelência, atento aos

mais pequenos pormenores, foi também uma noite de emoções, com umas breves e sentidas palavras no final desta curta visita de Joachim Koerper ao Bon Bon. "Foi um grande prazer estar aqui, senti-me em casa e espero voltar", afirmou o chef, com emoção, entre aplausos.

Este foi mais um serão marcante no Bon Bon num evento que deverá repetir-se nos próximos meses com a visita de mais alguns renomados chefs de restaurantes nacionais, a convite de Nuno Diogo, proprietário do espaço, e de José Lopes, chef residente.





CLUBE DESPORTIVO AREIAS SÃO JOÃO

## Uma equipa que corre atrás dos sonhos

●●● RAFAEL DUARTE

**E**sta é uma família que não tem o mesmo sangue, mas partilha a paixão pelo desporto. O Clube Desportivo Areias São João nasceu em 1987 e hoje é já uma referência no Algarve. Há 11 anos consecutivos que são campeões regionais de estrada e corta-mato tanto masculino como feminino.

Apesar dos resultados, querem mais e, por isso, apostam para grandes marcas nos campeonatos nacionais, onde o clube tem ficado sempre entre os dez melhores. Atualmente, a secção de atletismo tem os vá-

nios e veteranos, com homens e mulheres a partir dos 35 anos.

Em simultâneo, recuperaram o ciclismo e apostaram na criação de outras modalidades como judo, karaté e andebol. Dizem que o segredo para este sucesso é o espírito de família que reina no grupo e que ajuda cada um a alcançar os seus objetivos.

### O início

Tudo começou no dia 27 de maio de 1987. Um grupo de amigos juntou-se e formou os Amigos das Areias. Criaram os estatutos, mas depois mudaram o nome para o que se mantém até aos dias de hoje: Clube Desportivo Areias São João.

"Muita coisa mudou entre-



FOTOS: DR.

dramento técnico também era outro. Hoje todos os treinadores têm grandes valências porque o atletismo é muito diversificado e vai das barreiras, ao salto em comprimento, meio-fundo e fundo. Um treinador sozinho não consegue dar resposta e só com uma equipa técnica e apoios como fisioterapeutas e psicólogos é que se consegue chegar longe", explica Felisberto Reigado, presidente do clube.

Chegou ao CD Areias São João em 1988 como atleta e sete anos depois passou a treinador. "Desde aí começámos uma dinâmica de formação e a aproveitar os jovens atletas

para os escalões seniores e veteranos. Aproveitar essa juventude para não irem para outros clubes", recorda.

Em 2010, surgiu a equipa semiprofissional para também servir como uma referência para os mais novos. "O dinheiro para a formação é usado exclusivamente para tal e numa equipa semiprofissional precisamos de outro investimento. Conseguimos junto do município e dos patrocinadores esse apoio financeiro", explica o dirigente, que agora colhe os frutos desse trabalho, isto porque o CD Areias São João é campeão regional de estrada e corta-mato

"O dinheiro para a formação é usado exclusivamente para tal e numa equipa semiprofissional precisamos de outro investimento. Conseguimos junto do município e dos patrocinadores esse apoio"

rios escalões: iniciação, infantis, iniciados, juvenis, juniores, se-

tanto. Antigamente não tínhamos pistas de tartan e o enqua-



tanto masculino como feminino há 11 anos consecutivos.

#### **A formação e a família**

Um dos grandes talentos de Portugal no atletismo é Isaac Nader, atleta do Benfica que a 20 de março ficou em 10º lugar na final dos 1500 metros do Campeonato do Mundo em Pista Coberta. Um jovem reconhecido pelos amantes da modalidade e que fez parte da formação no CD Areias São João.

“É uma alegria enorme. Cada vez que ele vai competir, o clube une-se e ficamos cheios de nervos a torcer por ele”, relata Felisberto Reigado. O atleta

algarvio torna-se por isso num grande exemplo para os que começam agora a carreira no clube albufeirense.

O responsável por guiar os mais novos a seguir os mesmos passos que Isaac Nader é o treinador Nuno Amaral. Cumpre o segundo ano no CD Areias São João e tem a seu cargo a formação do atletismo do clube. “É um novo desafio para mim, porque estou a apanhar muitos escalões que têm preparações e objetivos diferentes, mas tenho feito de tudo para que tenham bons treinos”, assume.

Dos mais novos aos mais velhos, garante, todos têm o

mesmo compromisso. No meio dessa juventude estão os irmãos gémeos António e José Silva, que somam vários títulos regionais

sair das pistas de tartan e recorda como. “Estava em casa e sempre tive aquele bichinho porque corria sozinho. Um dia pedi ao

**“É um novo desafio para mim, porque estou a apanhar muitos escalões que têm preparações e objetivos diferentes, mas tenho feito de tudo para que tenham bons treinos”, Nuno Amaral**

enquanto velocistas. Foi António que fez os dois não quererem

meu pai para me levar à pista em Lagoa para experimentar. O meu





Os elementos que compõem a equipa de formação



Os gémeos António e José Silva com a equipa



irmão veio comigo porque não queria que fosse sozinho, mas a verdade é que também lhe despertou este desejo”.

Começaram a treinar em 2016 na Associação Académica da Bela Vista, em Lagoa, e em março de 2020 decidiram mudar de ares. Fazem um balanço muito positivo da experiência em Albufeira e não escondem a ambição de querer sempre mais. “Já participei em todas as competições nacionais, desde os de escalões mais novos até agora. Conto com alguns títulos regionais, mas quem sabe chegar um dia aos nacionais ou até representar Portugal”, deseja António.

Têm 21 anos e admitem que o atletismo faz parte dos planos de ambos para o futuro, até porque querem seguir este caminho juntos, sem rivalidades à mistura: “Há sempre aquela picardia, mas é sempre muito saudável. Vemos mais como uma entreajuda. Estando os dois aqui, podemos-nos ajudar a evoluir e quando um de nós ganha é sempre uma festa”, garante António e o irmão José concorda. “Acaba até por ser um privilégio porque estamos ao mesmo nível e assim é mais fácil para treinar e competir. Os objetivos são parecidos e é proveitoso estarmos no mesmo patamar”, afirma.





A formação de veteranos do clube

E já que falamos em família também o filho de Felisberto Reigado acabou por seguir as pisadas do pai e hoje está na equipa há 21 anos. Roberto Reigado entrou no clube aos seis anos e admite que o pai teve influência nesta carreira.

“Cresci a ir às provas do meu

te treinar connosco queira ficar”, explica Roberto Reigado.

O CD Areias São João está no topo do atletismo no Algarve, mas quer mais. “O sonho é um dia ficarmos entre as três primeiras equipas a nível nacional. Temos equipas muito fortes no atletismo como o Benfica,

o responsável pela escola de ciclismo. Foi ex-atleta do clube, mas continua a fazer quilómetros sobre rodas. Viu uma modalidade que faz parte da história do CD Areias São João parada e quis reativá-la de uma forma estruturada.

“A modalidade extinguiu-se por falta de praticantes, pois só tínhamos a classe dos cicloturistas. Quis voltar a ver ciclistas com as cores deste clube, mas percebi que tínhamos que fazer as coisas de uma forma diferente”. E assim surgiu a aposta na formação, com o objetivo de “alimentar sempre as futuras equipas”, refere.

“As classes de formação no ciclismo vão dos 5 aos 14 anos. No primeiro ano tivemos 16 miúdos federados. No ano seguinte já tínhamos cadetes e juniores nas classes competitivas”. Três anos depois da criação do projeto, a equipa tem 54 atletas inscritos. Dentro do ciclismo, o clube orienta os jovens nas suas diversas variantes, desde BTT, duatlo e mais recentemente estrada. Essa foi mesmo a grande novidade e surgiu na preocupação de não perderem grandes promessas para outros clubes.

“A partir dos 14 anos querem seguir ciclismo de estrada e temos que criar as condições necessárias para o fazerem, que consigam experimentar tudo sem precisar de mudar para ou-

**“O sonho é um dia ficarmos entre as três primeiras equipas a nível nacional. Temos equipas muito fortes no atletismo como o Benfica, Sporting e Sp. Braga”**

pai quando ainda competia. Comecei a ganhar essa vontade de participar nas provas para crianças. Experimentei e vi que tinha jeito”, diz. Tem um pai exigente, mas considera que isso é uma mais-valia. “É a pessoa mais crítica, mas ao fim do dia é o que dá mais suporte a toda a gente. Tem muitos anos de experiência e o que tiramos são lições”, diz.

#### O próximo passo

O segredo para o sucesso é o espírito de união. “Cultivar a cultura do clube e do companheirismo. Foi esse lado mais associativo do que competitivo que permitiu criar amizades e fazer com que quem experimen-

Sporting e Sp. Braga. Mas trabalhamos todos os dias para tentar chegar lá perto um dia”, acredita Felisberto Reigado, que apesar de reconhecer as dificuldades em alcançar esse sonho, traça o que tem que ser feito. “É difícil porque a maior parte dos jovens quando saem da universidade vão trabalhar e não são profissionais a 100%. Mas com força de vontade tudo se consegue”, destaca.

#### Uma nova escola sobre rodas

O ciclismo foi reerguido no Clube Desportivo Areias São João há três anos “pelo amor por estas crianças e pela modalidade”, explica Fernando Gonçalves,

## AS MODALIDADES E OS ATLETAS

96

atletismo

80

judo

54

ciclismo

34

fitness

22

squash

18

kravmaga

12

muay Thai

8

andebol

348

total de atletas

1.467

nº sócios



tros clubes”, até porque foi essa falta de resposta que fez alguns jovens saírem no passado.

“Foi isso que perdemos ao longo destes três anos. Criámos alguns campeões que são muito bons, mas quando quiseram seguir essa vertente tivemos que os deixar seguir e partiram para clubes que fazem exclusivamente estrada”, revela.

Assim, foi criada a equipa de estrada e o compromisso de integrar os mais novos nesta variante. Fernando Gonçalves admite que é um desporto caro e tem a sua exigência, mas congratula-se ao ver grandes evoluções no CD Areias São João.

“Um dos meninos que entrou



O ciclismo aposta forte nos escalões mais jovens

no clube não tinha técnica nenhuma e mal se equilibrava. Pensei que ia desistir ao fim de uns dias, mas hoje está quase a fazer 16 anos e fez o terceiro lugar numa

prova nacional na Taça de Cadetes. Vai ser um caso sério”.

Para guiar esta juventude a seguir o caminho certo, a equipa conta com cinco técnicos de

ciclismo e todos movidos pelo mesmo. “Estamos em regime voluntário e fazemos isto por estas crianças e pela modalidade”.

## Ana Dias e Jorge Varela: capitães são referência

Ana Dias e Jorge Varela são os capitães do atletismo do Clube Desportivo Areias São João. A atleta é a portuguesa com mais internacionalizações de provas de corta-mato, tendo participado 21 vezes em Campeonatos do Mundo e da Europa.

Considera que um dos momentos altos da carreira, para além das participações nos Jogos Olímpicos, foi o Campeonato da Europa de 2010 na pista das Açoteias, em Albufeira. Ficou nas dez primeiras e fez parte da equipa portuguesa que foi campeã da Europa pela terceira vez consecutiva.

Atualmente corre por lazer e tem uma loja de corrida. Terminou a carreira em 2012, mas em 2015 juntou-se ao CD Areias São João pela amizade com o presidente Felisberto Reigado.

“Quando terminei a carreira levei o atletismo de uma forma menos profissional, mas ao mesmo tempo queria estar num clube onde me sentisse bem. Como já conhecia o CD Areias

São João há muitos anos e o seu presidente decidi juntar-me ao grupo mais numa de amizade do que pela parte competitiva”, conta-nos Ana Dias.

É uma referência para os mais novos e Felisberto Reigado defende que é uma bandeira do clube. A atleta procura corresponder com as dicas que dá às próximas gerações: “Tento sempre tanto no clube como no Algarve passar essa mensagem que todos os sonhos são possíveis. Ainda bem que o clube sente isso por mim porque também tento retribuir da mesma forma ao passar a mensagem aos futuros campeões. Gosto de ajudar estes atletas a seguirem o melhor caminho para chegarem às vitórias”.

Quem também percorreu essa longa jornada e hoje é capitão do CD Areias São João é Jorge Varela. O atleta conheceu o clube através do presidente, com quem mantém uma longa amizade, e faz parte da equipa há cerca de dez anos.



“O crescimento do clube tem sido enorme. Na altura que entrei só tinha quatro ou cinco modalidades e, neste momento, tem imensas. Depois tem a parte da formação que acho muito importante”, salienta.

Conseguiu recentemente uma das melhores marcas na maratona e soma várias conquistas individuais. Nos cerca de 20 anos de carreira esteve perto de ser campeão nacional de corta-mato em sub-23, mas lamenta não ter chegado aos Jogos Olímpicos. Atualmente treina com os veteranos, mas ainda entra nas contas dos seniores.

Ana Dias e Jorge Varela sa-

bem o que é correr atrás dos próprios sonhos e dizem aos mais novos o que fazer. “É preciso ter uma capacidade enorme de trabalho. Eu acho que tinha talento para a corrida, mas o meu principal trunfo foi sempre o trabalho, foco e humildade. Se tiverem essas três coisas os resultados vão surgindo”, explica Ana Dias, e que segue a linha de raciocínio de Jorge Varela. “Acima de tudo ter a humildade de quando chegar ao topo reconhecer a importância do clube de formação. É preciso ter gosto pela modalidade e ter capacidade de ouvir aqueles que estão acima de nós”.



## Um pacotinho d'açúcar

João Reis • Professor

Aquela esplanada do parque, tão cheia de ar livre, plátanos e chilreio de pássaros e crianças, 'chamou-me' para tomar um café. Correspon-di à 'chamada' e pedi uma 'bica cheia'. O ambiente, ameno, pleno de paz, ajustava-se saborosamente ao agradável amargo do café que ia sorvendo. Fiquei, para gozar mais um pouco do local e do momento.

À falta de um livro ou de um jornal, os meus olhos 'entretiveram-se' a ler o pacotinho d'açúcar que ali ficara, sem uso. Pouco p'ra ler, obviamente – a marca do bom café que bebera, o peso do açúcar que continha (cinco gramas), a idade da fábrica, outras curiosidades publicitárias. Nesta leitura mecânica e distraída notei, porém, em letras mais visíveis, uma pergunta que, por ser 'pergunta', desafiava-me a responder: "E SE VIVÊS-SEMS MAIS DEVAGAR?"

Admito a perplexidade que, de repente, me tomou – um insignificante papelinho interrogava-me, propunha-me um tema ... actual e profundo! Suscitado o interesse, veio a consequente reflexão

– justificar-se-á tal pergunta? Estamos, realmente, a viver muito depressa? O pensamento respondeu a ambas, afirmativamente: SIM, a pergunta tem razão de ser, é congruente, e SIM, temos vindo a 'acelerar' a vida, constantemente, ao longo do tempo. Agora, caros leitores, convido-vos a fazerem-se aquelas mesmas perguntas; estou convencido de que as respostas serão coincidentes, ou quase.

Olhe-se à História, sempre boa auxiliar nestas matérias. Tome-se, por amostra, a forma como nos transportamos; tendo começado pedestres, passámos a cavaleiros, carroceiros e ciclistas. Lá para trás, têm ficado as charretes, os coches, os barcos a remos; agora, transportamo-nos por combóio, automóvel, avião ou navio. Convenientemente mais rápido!! Temos pressa!!

Também não gastamos tanto tempo com a alimentação; em vez de cozinhar, encomenda-se 'fast food', comida quase instantânea, entregue no domicílio por velozes motas. Podemos, até, variar com as refeições congeladas, pré-cozidas, pré-fritas, pré-mastigadas...

Sem nos apercebermos, temos

vindo a substituir os calmos, salutares e familiares almoços e jantares do passado. E, a propósito - como é produzido o que se come?? Seja agrícola, pecuário, avícola ou piscícola, resulta de produções intensivas, com animais em doentios cativos em estábulos, redis e tanques, tantas vezes de acanhadas dimensões e coagidos a cevarem-se e reproduzirem-se artificialmente. E depressa - para serem, rapidamente, distribuídos pelas 'super-lojas', onde nós iremos, num fugaz 'self service', efectuar as nossas compras. E aos vertiginosos meios de comunicação, dispense-me de referir....

-x-x-x-

Estes exemplos são tão comuns, na vida de todos nós, que já nem os notamos. A par destes, outros aspectos sofrem 'regras' semelhantes: no trabalho, aumenta-se a rapidez com o auxílio do computador e do robô (a Economia chama-lhe 'produtividade'); na Educação, o aluno tem de ter 'aproveitamento' em todos os 'períodos escolares oficialmente estabelecidos', senão 'não passa'; na saúde, o 'medo' de dois espirros e um 'pum' podem motivar uma ida às 'urgências' onde será medicado para se curar mais

rapidamente do que seria com alguns cuidados caseiros; o próprio 'lazer' deixa de o ser assim que se entra de férias – é vê-los, por essas estradas, acelerando para não 'perder tempo', tomados de uma impaciência que, amiúde, passa à indelicadeza, ao confronto e à agressão verbal (ou pior).

Não devo, nem quero, fazer juízos de valor, até pela subjectividade do tema. E sei que tudo tem a ver com o (chamado) PROGRESSO e com o ESTILO DE VIDA que temos vindo a criar – sem sustentabilidade, mas exigente, desumanizado, ganancioso e competitivo.

Apesar de tudo, a pressa ainda nos fica a DEVER TEMPO para a Família, para os Amigos, para o fraternal convívio; tempo para a generosidade e partilha, para o sorriso e para o abraço, tempo para a música, a leitura, as artes. Em suma – para uma EFECTIVA QUALIDADE DE VIDA e ALEGRIA DE VIVER.

Nota - Quero, aqui, homenagear aquele humilde 'pacotinho d'açúcar' convertido à Filosofia e, sem saber, meu ajudante neste texto.

Artigo escrito segundo as regras da antiga grafia

### Estatuto Editorial Algarve Vivo

- 1 - A Algarve Vivo é uma revista bimestral, de âmbito regional, de informação geral, dirigida com total independência política, ideológica, religiosa e económica.
- 2 - A Algarve Vivo rege-se, no exercício da sua atividade, pelo cumprimento rigoroso das normas éticas e deontológicas do jornalismo;
- 3 - A Algarve Vivo desenvolve a sua atividade edito-

rial com absoluta liberdade e rigor, na melhor tradição de um jornalismo de qualidade, privilegiando o interesse público.

4 - A Algarve Vivo defende o pluralismo de opinião, sem prejuízo de poder assumir as suas próprias posições.

5 - A Algarve Vivo é responsável apenas perante os

leitores, numa relação rigorosa e transparente, autónoma do poder político e independente de poderes particulares.

6 - A Algarve Vivo reconhece como seu único limite o espaço privado dos cidadãos e tem como limiar de existência a sua credibilidade pública.



# São doenças cardiovasculares, mas será AVC ou Enfarte?



João Brum Silveira

Médico e Coordenador Nacional do Stent Save a Life e da Campanha Cada Segundo Conta

**A**s doenças cardiovasculares não afetam apenas o coração, afetam também os vasos sanguíneos e diferentes órgãos. Em Portugal, as principais responsáveis pela elevada taxa de mortalidade e que ainda parecem difíceis de distinguir são o enfarte agudo do miocárdio, que acontece no coração; e o acidente vascular cerebral (AVC), que afeta o cérebro.

Tanto o AVC, como o enfarte agudo do miocárdio, localizam-se em órgãos diferentes e se não forem tratados atempadamente, podem causar sequelas graves na vida do doente, podendo até, e como já foi referido, levar à morte. Ambos estão associados a episódios vasculares, o que significa que envolvem os vasos sanguíneos

e, particularmente, as artérias.

O enfarte ocorre quando uma das artérias que transporta o oxigénio e os nutrientes ao coração fica obstruída. Como tal, as pessoas devem estar atentas a sintomas, tais como dor no peito, suores, náuseas, vômitos, falta de ar e ansiedade.

Já o AVC ocorre quando uma das artérias que transporta o oxigénio e os nutrientes para o cérebro fica obstruída (AVC isquémico) ou quando uma artéria do cérebro rompe (AVC hemorrágico), a pessoa pode sentir que a face fica assimétrica de uma forma súbita, aparecendo um 'canto da boca' ou uma das pálpebras descaídas; falta de força num braço ou numa perna subitamente; fala estranha ou incompreensível; perda súbita de visão, de um ou de ambos os olhos, e forte dor de cabeça,

sem causa aparente.

O risco aumenta, se algumas das seguintes situações estiverem presentes: tabagismo; colesterol elevado; diabetes; hipertensão arterial; excesso de peso ou obesidade; abuso de bebidas alcoólicas; sedentarismo (pouco exercício físico).

Torna-se, assim, primordial a aposta na prevenção destas doenças, adotando um estilo de vida saudável: pratique exercício físico, mesmo que apenas dez minutos por dia; evite o álcool; não fume; controle a alimentação, optando por não consumir em excesso alimentos ricos em açúcar e gordura; e mantenha a vigilância médica regular.

Em ambos os casos, na presença destes sintomas, as pessoas devem evitar deslocar-se para o

hospital num veículo próprio. Recomenda-se que liguem rapidamente para o 112, que sigam as instruções que lhe forem dadas e que aguardem pela chegada da ambulância, que encaminhará para um centro especializado, onde tratará a situação como prioritária, instituindo o tratamento mais adequado.

A Associação Portuguesa de Intervenção Cardiovascular (APIC) está a promover a campanha 'Cada Segundo Conta', uma iniciativa que tem como objetivos promover o conhecimento e compreensão sobre o enfarte agudo do miocárdio e os seus sintomas; e alertar para a importância do diagnóstico atempado e tratamento precoce. Para mais informações sobre esta campanha consulte [www.cadasegundoconta.pt](http://www.cadasegundoconta.pt).

PUB

**FOTU  
EDUARDO**  
FOTOGRAFIA E VÍDEO PROFISSIONAL

961 933 775 | 917 239 877 | [eduardo.reportagem@gmail.com](mailto:eduardo.reportagem@gmail.com)



# Albufeira

Algarve | Portugal

## Destino de Emoções®

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





