



**Cristiano Cabrita:
"Este é o tempo
de José Carlos Rolo"**



ALGARVEVIVO

ANO XVI • Nº111 • AGO E SET 2024 • 1€
DIRETOR RUI PIRES SANTOS . BIMESTRAL

FORMAÇÃO CONQUISTA TAÇA ALENTEJO ALGARVE

As campeãs de patinagem artística do Ferreiras

LAGOA
Virgem Suta
no Doce Conventual

PORTIMÃO
'Noitada' surpreende
e regressa em 2025

LAGOS
Bombeiros de Lagos
festejaram 138 anos

O PRAZER DO CAFÉ ESTÁ NO RITUAL

AGORA TAMBÉM EM GRÃO



NESTA EDIÇÃO



8

ENTREVISTA

Cristiano Cabrita:
"O meu compromisso
é com Albufeira"

12
LAGOA

Virgem Suta e Eneida Marta
na Mostra do Doce Conventual



15
LAGOA

FATACIL espera 200 mil
visitantes



25
ECONOMIA

'Zero Risk Startup'
apresentado no Algarve

18

REPORTAGEM

As meninas da patinagem
artística deixam Ferreiras
de coração cheio



26
LAGOS

Bombeiros de Lagos
comemoraram 138 anos



ALGARVE VIVO

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, José Coelho e José Garrancho 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: Litográfis - Artes Gráficas, Lda. - Pavilhão AA, VaLe Paraíso, 8200-567 Ferreiras Estatuto Editorial: <http://algarvevivo.pt/sobre-nos/>

PUB

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

SEGUNDO DADOS DO INE

Atividade turística positiva até junho

TURISMO DO ALGARVE



O Instituto Nacional de estatística (INE) anunciou a estimativa rápida da atividade turística no Algarve entre janeiro e junho de 2024, período em que o setor

do alojamento turístico regional registou cerca de 2,3 milhões de hóspedes (+3,1%) e 8,7 milhões de dormidas (+2,8%), mantendo a senda de crescimento face ao ano

anterior.

Os resultados revelam que, como aconteceu no resto do país, a procura de residentes e de não residentes alcançou registos

distintos na região no primeiro semestre. As dormidas dos portugueses diminuíram 0,3%, mas foram compensadas com as pernoitas dos turistas estrangeiros, que aumentaram 3,5%.

No Algarve, o abrandamento da procura interna tem sido compensado pelos principais mercados emissores de turistas para a região (Reino Unido, Alemanha, Irlanda e Países Baixos) e pelo crescente interesse dos norte-americanos (EUA e Canadá).

A estada média no primeiro semestre foi de 3,79 noites, revelando permanências mais longas entre os estrangeiros (4,15 noites) e mais curtas entre os residentes (2,74).

DADOS DA JETCOST

Albufeira é destino de eleição dos portugueses em julho

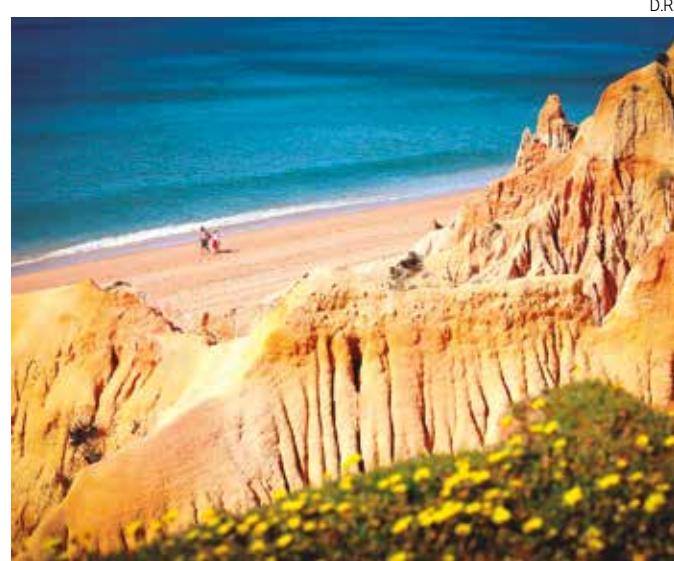
Albufeira foi novamente eleita como o destino preferido dos turistas portugueses durante o mês de julho, de acordo com os dados da Jetcost.

A plataforma de pesquisa de viagens revelou que Albufeira foi a mais procurada para o período de férias numa seleção de 35 cidades do país.

A mesma lista apresenta seis

outras localidades do Algarve.

A Jetcost, uma plataforma europeia de pesquisa (metasearch), líder no setor das viagens, garante através dos dados de pesquisas reais, que o número de alojamentos em Portugal para o mês de julho 2024 aumentou 10% em relação ao mês de julho de 2023, sendo o concelho de Albufeira o mais requisitado.



PELO 13º ANO CONSECUTIVO

Marina de Vilamoura é nomeada a melhor de Portugal

A Marina de Vilamoura recebeu o prémio de 'Melhor Marina Portuguesa' pelo 13º ano consecutivo, na cerimónia dos prémios Publitruris Portugal Travel Awards 2024, realizada, 4 de julho, no Pestana Douro

Riverside, no Porto. "Receber mais um prémio é uma honra imensa, especialmente este ano, em que a marina celebra o seu 50º aniversário. Além disso, representa também a confirmação de que temos

a melhor marina de portugal em Vilamoura", afirmou Isolete Correia, CEO da Marina de Vilamoura.

A Marina de Vilamoura foi pioneira em Portugal e ocupa um lugar de referência no panorama

da náutica de recreio, continuando a ser a maior do país, com 825 postos de amarração, possuindo um estaleiro totalmente equipado e um centro de treinos de vela profissional.

EMPRESÁRIO KARL HEINZ STOCK TINHA ADQUIRIDO A PROPRIEDADE EM 2007

Quinta dos Vales vendida

O empresário alemão Karl Heinz Stock vendeu a Quinta dos Vales, numa operação que se concretizou no início de julho e que terá rendido cerca cinco milhões de euros, ainda que o negócio contenha variáveis que farão aumentar este valor no futuro.

O grupo de compradores é liderado por um português, João Cascão, e alguns empresários es-

trangeiros, nomeadamente dois irlandeses, ligados ao setor da hotelaria no Algarve. A prioridade dos novos proprietários será o turismo residencial e a promoção de eventos e, nesse sentido, terão a intenção de realizar mais investimentos em habitações turísticas. Ainda assim, a produção de vinho irá manter-se como um dos pilares da quinta.

A 21 DE SETEMBRO

'Bumba na Fofinha' no Palácio de Congressos do Algarve

Mariana Cabral, conhecida como 'Bumba na Fofinha', volta aos palcos com um novo espetáculo de 'stand-up': Sombra. No Algarve, a humorista irá estar a 21 de setembro no Palácio de Congresso do Algarve, nos Salgados, em Albufeira.

"Se o nome não for suficientemente explícito explicamos desde já que não se trata de um

espetáculo sobre os maravilhosos primeiros anos de maternidade, nem da 'bolha de amor' que isso traz, nem sobre as amigas que são 'mulheres reais'... Muito pelo contrário, é uma espécie de catarse do pior que há em nós, em todas as facetas da vida", refere a produção. Os bilhetes custam entre 22 e 25 euros e estão à venda na Ticketline.

OBRAS FINANCIADAS PELO PRR

EMARP arranca com Zonas de Medição e Controlo em Portimão

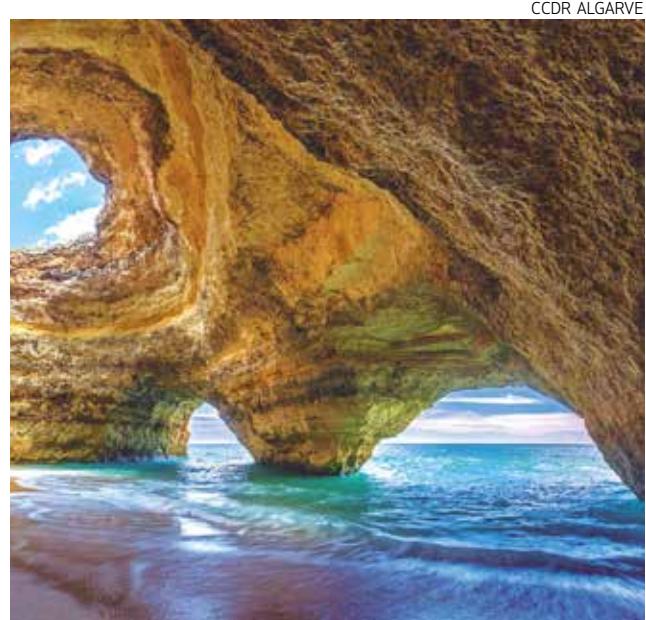
Depois do parecer favorável à candidatura realizada ao Plano de Recuperação e Resiliência (PRR), a Empresa Municipal de Águas e Resíduos de Portimão (EMARP) vai avançar com um conjunto de obras enquadradas para reduzir perdas de água no setor urbano.

As intervenções, que agora se iniciam, têm uma duração prevista de seis meses e visam se tornar a rede de distribuição de água, dividindo as atuais zonas de

influência dos reservatórios em Zonas de Medição de Controlo (ZMC) de menor extensão. Têm ainda como objetivo reforçar a medição e a monitorização da rede de distribuição e melhorar o conhecimento sobre o seu funcionamento, de modo a identificar as zonas mais ineficientes, e reduzir as perdas reais. O município de Portimão garante estar a registrar "atualmente 13,1% de perdas reais da água entrada no sistema".



D.R.



CCDR ALGARVE

EM VIGOR A PARTIR DE AGOSTO

Grutas de Benagil com novas regras

A Capitania do Porto de Portimão divulgou as novas regras, em vigor a partir de 13 de agosto, para as grutas de Benagil, que pretendem ordenar o tráfego das embarcações marítimo-turísticas, de particulares e utentes daquela concorrida praia do concelho de Lagoa.

Assim, está interdito o desembarque e uso do areal no interior do Algar de Benagil,

a particulares e empresas e é proibido o aluguer de caiaques sem guia na área das grutas. Foi ainda interdito o acesso às mesmas a nado ou com meios auxiliares de flutuação e estabelecido um limite de embarcações e caiaques no interior da gruta.

Estas são as principais medidas que pretendem disciplinar as visitas e melhorar a segurança dos turistas.

Eu é que sou o presidente... e o vice-presidente

O resultado das Europeias foi efusivamente festejado por muita gente na Câmara e no PS de Portimão, pois a eleição de Isilda Gomes implicava a subida automática e definitiva de Álvaro Bila a presidente.

Mas a alegria foi sol de pouca dura, pois, no dia seguinte, Isilda voltou a ocupar o gabinete e a garantir que só deixava de ser presidente quando tomasse posse do novo cargo. Isso foi uma chatice para os serviços camarários que, rapidamente, tiveram de refazer as placas para os eventos programados para os dias seguintes, sobretudo as que diziam "Álvaro Bila, Presidente da Câmara de Portimão", que passaram a "Álvaro Bila, Vice-Presidente da Câmara de Portimão".

Mas, tão depressa como voltou, Isilda Gomes desapareceu de Portimão, viajando para Bruxelas, para o Comité das Regiões, orgão de que fazia parte exatamente por ser presidente da câmara. Na prática, isso fez com que Álvaro Bila acabasse, durante umas semanas, por ser presidente e... vice-presidente da autarquia.



'Indios' de Ferragudo revoltados com 'cucos' do Parchal

Chega o Verão e a cena repete-se: a malta do Parchal ocupa o parque de estacionamento do Centro de Congressos do Arade para realizar dois fins de semana de festa.

Até aqui, nada de extraordinário nem digno de registo. O problema é que a linha que divide os domínios do Parchal e Ferragudo se situa exatamente naquele parque, o que causa um pequeno

problema institucional.

Acontece que a parte do parque em que as festas se realizam pertence a Ferragudo e consta que o presidente daquela autarquia vai exigir que, futuramente, o seu colega da União de Freguesias de Estômbar e Parchal lhe peça autorização para montar lá o palco.



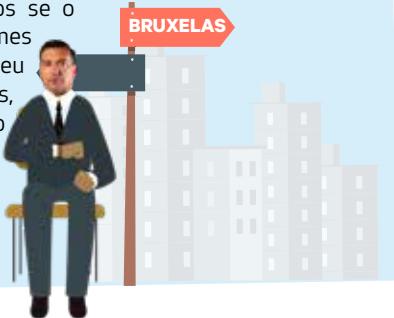
Ouvi dizer.

Estórias, rumores e boatos

O mais fiel vereador de Isilda Gomes era um não socialista

Pelos vistos, o elemento do executivo socialista mais fiel a Isilda Gomes era um... não socialista. Trata-se de João Gambôa, o independente pescado em águas social-democratas, que nem aceitou manter-se como vereador sem Isilda à frente da autarquia.

Na sua carta de demissão, fartou-se de a elogiar, o mesmo fazendo nos 'posts' que tem publicado na sua página de Facebook. Não sabemos se o gabinete de Isilda Gomes no Parlamento Europeu já está completo, mas, se não estiver, João Gambôa é capaz de ser um forte candidato a ocupar uma vaga...



O 'bruxo' de Albufeira

Em entrevista à Algarve Vivo em dezembro de 2023, José Carlos Rolo já garantia que o PSD ia ganhar as eleições legislativas. E, como veio a verificar-se, acertou. Há quem menorize a previsão, e diga que a declaração teve como objetivo ficar bem visto entre os seus companheiros de partido, mas também quem admite que o homem tem qualquer coisa de mago ou de bruxo.

E, ao que parece, muitos – sobretudo políticos – acreditam nesta segunda opção. Todas as manhãs, à porta da Câmara, José Carlos Rolo depara-se com potenciais futuros candidatos a câmaras algarvias, que lhe perguntam se vão ganhar as Autárquicas.

No princípio, o edil de Albufeira ainda ficou lisonjeado, mas agora já não está a achar piada nenhuma à história. É que o fazem chegar tarde ao gabinete, com isso atrasa o trabalho, e fica com menos tempo para cumprir as promessas feitas. Mas está descansado, pois já terá nas suas mãos a previsão de que vai vencer as eleições autárquicas em 2025.

Será?!



do nosso Algarve

Como um macaco gosta de bananas, eu gosto do PSD

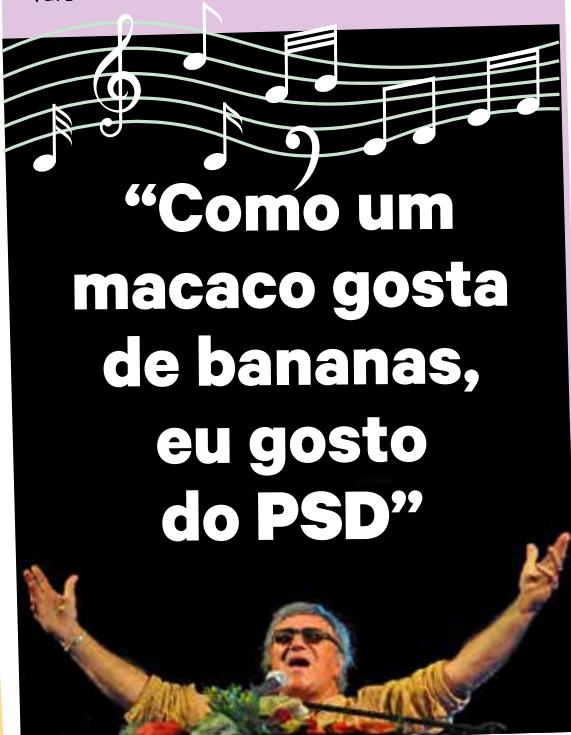
O PSD já anunciou o programa do seu principal evento de Verão. Trata-se da Festa do Pontal que vai ter lugar no dia 14 de agosto, no Calçadão de Quarteira.

Tudo indica que será um comício vibrante, nostálgico e grandes memórias para todos os que por lá passarem. Não por causa dos discursos de Cristóvão Norte e Luís Montenegro, que, seguramente, apresentarão a mesma música política de sempre.

Mas, depois, ao mesmo palco vai subir José Cid, para um concerto recheado de outro tipo de músicas, que marcaram a juventude de muitos dos presentes.

E consta que o refrão de um dos temas mais marcantes do popular cantor e compositor vai ter uma ligeira alteração para deleite ainda maior da assistência, que vai poder cantar: "como um macaco gosta de bananas, eu gosto do PSD".

Vai ser um comício ótimo.



CRISTIANO CABRITA, VICE-PRESIDENTE DA CÂMARA MUNICIPAL

“O meu compromisso é com Albufeira”

FOTOS: ALGARVE VIVO



••• RUI PIRES SANTOS

Aos 47 anos, Cristiano Cabrita é um dos nomes fortes do Partido Social Democrata de Albufeira.

Além de vice-presidente da Câmara, é membro da Comissão Política Nacional do PSD e um fervoroso apoiante do atual primeiro-ministro, Luís Montenegro. Nesta entrevista, revela as razões porque não ficou no Parlamento e regressou à autarquia, depois de ter sido eleito nas Legislativas de 10 de março, na sequência da ida de Miguel Pinto Luz para ministro das Infraestruturas.

Tem um percurso algo atípico na política. Saiu desta atividade em 2005 e só regressou em 2019. O que aconteceu?

Acho que devemos estar na política de uma forma independente. Entendi na altura que devia apostar primeiro na minha carreira académica e profissional e só depois, quando estivesse seguro e com a vida organizada, é que devia voltar à política. E foi isso que aconteceu. Saí em 2005 da Assembleia Municipal, fiz o meu percurso, embora tenha sempre apoiado o PSD, e voltei de forma natural, num regresso que aconteceu quando tinha de acontecer.

Quais foram as circunstâncias

que ditaram o seu regresso?

Foi interessante. Endereçaram-me o convite para ser diretor de campanha de Rui Rio no Algarve e comecei aí. Essa foi a rampa de lançamento, até chegar à Comissão Política Nacional do partido.

E em Albufeira?

Começou na mesma altura. Depois de ter sido diretor de campanha, fui indicado pelo PSD Algarve para ser cabeça de lista às Europeias de 2019. Depois fui eleito presidente da Comissão Política Concelhia de Albufeira. E esta foi a primeira vez que fiz parte de uma comissão política.

E como chegou à estrutura nacional do PSD?

Acho que foi pelo reconhecimento do trabalho que realizei a nível local e regional. Fiz as duas campanhas internas de Luís Montenegro e isso levou a que, há dois anos, fosse convidado para fazer parte deste órgão.

Neste período entre 2005 e 2019, em que esteve afastado da política, qual foi o seu percurso?

Faço parte dos quadros da Câmara Municipal de Albufeira. Há muitas pessoas que desconhecem esse facto. Neste período, trabalhei sempre na autarquia e fiz o meu percurso académico em paralelo. Nunca deixei de trabalhar para estudar. Comecei como técnico superior estagiário.

rio, passei a técnico superior de relações internacionais, chefe de gabinete da Divisão de Comunicação, Relações Públicas e Relações Internacionais e depois Chefe de Divisão. Paralelamente fui desenvolvendo o meu percurso académico. Licenciei-me, fiz mestrado e depois doutoramento. Pelo meio, ainda estive na Universidade de Oxford, no Reino Unido, a completar o doutoramento, que terminei em 2015. Fui professor universitário durante cinco anos na Universidade Lusíada, em Lisboa, entre 2018 e 2023, e atualmente estou a colaborar com a Universidade

UM MÊS NO PARLAMENTO

Foi eleito deputado no Parlamento pelo PSD nas últimas legislativas. Tomou posse e suspendeu depois, regressando a Albufeira. Porquê?

O partido pediu-me num momento difícil para 'dar a cara' no âmbito das eleições legislativas e aceitei. Sabia que iam ser umas eleições complicadas e, por isso, mostrei a minha disponibilidade. Fui em quarto lugar e não era expectável que o quarto entrasse. Não fui eleito diretamente, só fui porque o Miguel Pinto Luz, o primeiro da lista, foi para ministro e assim o quarto

“Quando tinha cinco ou seis anos, o único poster que tinha no meu quarto, era do General Ramalho Eanes”

Católica, no Instituto dos Estudos Políticos. Fiz comentário televisivo para a SIC, TVI, CNN, Jornal I, Sol, entre outros. Tive sempre várias atividades em simultâneo.

Com tanta atividade, como é que a política venceu e passou a ser a sua vida?

Os meus pais recordam-me que quando eu tinha cinco ou seis anos, o único poster que tinha no meu quarto, era do General Ramalho Eanes. Não era de futebolistas, artistas de música ou de desenhos animados. Desde muito cedo que tive uma certa sensibilidade para a política, sobretudo para resolver os problemas das pessoas, do espaço público e tudo o que está relacionado com a vivência em comunidade. Foi sempre algo que me fascinou.

elemento entrou nos eleitos. Transmiti sempre às pessoas do partido que a minha responsabilidade, enquanto autarca eleito em 2021 em Albufeira, era cumprir o meu mandato até

“Acho que ser deputado da República é um cargo de grande responsabilidade e um prestígio. Mas entendo que não há maior prestígio do que servir as pessoas a nível local”

ao fim e, sobretudo, sentia que havia muito trabalho para fazer. Tinha um conjunto de compromissos com pessoas da cidade que não podia deixar para trás. Essa é uma das razões porque não fiquei na Assembleia da República, mas há outra. A minha vontade, que era voltar para Albufeira, porque amo a minha cidade. Acho que ser deputado da República é um cargo de grande responsabilidade e um prestígio. Mas entendo que não há maior prestígio do que servir as pessoas a nível local. E eu, nascido e criado em Albufeira, quero servir a minha cidade, o meu concelho.

O seu regresso esteve sempre previsto?

Deixei muito clara essa vontade

e os meus colegas de executivo sabiam que ia regressar. Aliás, podia ler-se nas entrelinhas, pois eu suspendi o mandato na Câmara apenas por um mês.

E porquê?

Para tomar posse num momento complicado, de discussão do programa do Governo, de discussão nas comissões parlamentares e no início da nova legislatura. Outra razão pela qual entendi tomar posse foi porque pensei na vida do Dinis Fáscia, o elemento seguinte da lista, que tinha, de um momento para o outro, resolver uma série de questões, antes de ir para Lisboa. Tomei posse, estive presente num momento importante e depois cedi o lugar. Estava tudo coordenado e tudo foi sempre muito



Em 2023, a Câmara de Albufeira concluiu a entrega de 35 habitações

claro na minha cabeça.

Houve quem comentasse que estava a abandonar Albufeira?

Alguns, nomeadamente pessoas que não me conhecem, mas isso é natural na política. Quem disse isso, é quem não sabe o que foi o meu empenho nestes últimos três anos na autarquia e a minha disponibilidade total para estas

A cem por cento.

O FUTURO

Sente que será o sucessor natural de José Carlos Rolo na Câmara de Albufeira?

Não coloco as coisas nesse patamar. O presidente José Carlos Rolo tem feito um excelente mandato. Acho que as pessoas têm de compreender os tempos

consideração. Quando deixar de ser o tempo dele, aí logo veremos. Ainda tem muito caminho para percorrer, este é o seu primeiro mandato como eleito e tem mais dois pela frente. Foi alguém que deu muito à Câmara durante mais de 20 anos.

do PSD à Câmara?

Enquanto presidente do PSD Albufeira digo já que será José Carlos Rolo. Este é um apoio claro que já lhe manifestei em privado e que lhe manifesto agora publicamente.

O CONCELHO

Que análise faz ao trabalho realizado nestes três anos de mandato?

Há um pressuposto que é fundamental para quem está na política. É a convicção de estar a fazer tudo o que é possível para melhorar a vida das pessoas. Ele tem essa convicção e essa energia. Quem está na política deve estar de uma forma desprendida e focar-se na resolução dos problemas, traçar estratégias para a cidade e ele tem isso. Alguém que está num espaço como este há mais de 20 anos, que percorreu o caminho que teve de percorrer, teve o seu tempo, foi vice-presidente e depois presidente. Quando Desidério Silva saiu da Câmara, José Carlos Rolo assumiu a presidência e teve um papel muito importante nessa altura. Mais tarde, com o falecimento de Carlos Silva e Sousa, assumiu novamente

Tem sido muito positivo, especialmente na questão da educação, dos apoios sociais e na promoção da marca Albufeira. E só nos primeiros seis meses de 2024, investimos cerca de 25 milhões de euros em obra pública. Requalificámos todos os nossos parques desportivos. Temos em curso o projeto de construção de um lar nas Fontainhas e a ampliação da Unidade de Cuidados Continuados na Guia. Construímos o lar dos Olhos de Água, que foi um equipamento que resolveu um conjunto de problemas importantes. Temos hoje uma rede de transportes municipais, o Giro, que percorre quase todo o concelho, facilitando a mobilidade das pessoas. Há cerca de

“Este é o tempo de José Carlos Rolo. É meu amigo pessoal e alguém por quem tenho muita consideração. Quando deixar de ser o tempo dele, aí logo veremos”

funções. Mas comprehendo isso e não levo a mal.

O seu compromisso é então com Albufeira?

na política. Por vezes, tentam antecipá-los e isso é um erro. Este é o tempo de José Carlos Rolo. É meu amigo pessoal e alguém por quem tenho muita



O vice-presidente da Câmara reitera o desejo de servir a sua cidade e o concelho

“José Carlos Rolo foi alguém que deu muito à Câmara durante mais de 20 anos e teve, em 2021, um justo reconhecimento da população”

o cargo. Não é fácil alguém ter esta capacidade. A população reconheceu o seu trabalho e dedicação ao dar-lhe a vitória nas autárquicas de 2021.

A pouco mais de um ano das próximas eleições autárquicas, previstas para outubro de 2025, quem será o candidato

um ano, concluímos um investimento de habitação social em Paderne, de quase seis milhões de euros, com cerca de 50 habitações. Destas, faltam apenas entregar 15 e vamos continuar a fazer mais casas. Prevemos nos próximos anos construir mais uns 200 fogos. Um dos projetos é no Mercado dos Caliços.

Já é alguma obra visível...

Sim, temos tanta coisa que já fizemos, mas ainda temos outras para concretizar neste último ano do mandato, o que reforça a minha convicção de que não há satisfação maior do que definir uma meta inicial e chegar ao fim dos quatro anos do mandato e cumprir com as nossas ambições. Recordo ainda que temos previsto o alargamento de serviços de infância, a ampliação da Escola Secundária de Albufeira, a expansão do Centro de Saúde e uma candidatura a Cidade Europeia do Desporto em andamento. E hoje somos uma cidade mais cultural.

Até final deste mandato, o que estará concluído?

Temos duas obras importantes que irão estar finalizadas, num investimento de cerca de 15 milhões de euros. Uma é a Unidade de Cuidados Continuados da Guia e a outra é o lar das Fontainhas, que terá também apoio domiciliário e centro de dia.

SEGURANÇA

A segurança é um dos problemas de Albufeira, nomeadamente no Verão. O que está e o que pode fazer a autarquia nesta área?

É um problema porque Albufeira não tem tido a consideração necessária por parte dos sucessivos governos. Nos últimos oito anos, houve uma delapidação clara dos efetivos da GNR. Acho que quem está em Lisboa coloca o rácio da população de Albufeira pelos números dos Censos, que rondam os 43 ou 44 mil habitantes e o divide pelo número de militares. O problema é que Albufeira nunca tem o número oficial de habitantes. Diariamente, mesmo no pico do Inverno, temos cerca de 65 mil pessoas em permanência, em

julho chegam às 400 mil e em agosto às 500 mil. Por isso, devia ter havido uma sensibilidade maior por parte do Governo para reforçar os efetivos. Não podemos estar com o mesmo número de agentes com 60 mil pessoas e com 500 mil.

Como se resolve este problema?

Só se resolve com mais efetivos da GNR. Essa é a primeira responsabilidade do Governo. Da nossa competência, fizemos um protocolo com o Ministério da Administração Interna para a construção do novo quartel dos Olhos de Água, temos previsto este ano a inauguração do novo sistema de videovigilância e estamos a trabalhar com a GNR para articular situações de patrulhamento com a Polícia Municipal e com a Proteção Civil. Temos desenvolvido estes esforços, mas a competência principal está no Estado central.

Sente que o cenário vai mudar com o novo executivo do PSD?

O novo Governo está ainda em fase de consolidação das políticas públicas. Não se espere que consiga fazer em 100 dias o que não foi feito em oito anos. Vou dar o benefício da dúvida, mas tenho a expectativa e a esperança de que tenha uma nova visão sobre o que são os problemas concretos. Se eu tivesse em Albufeira 40 mil ou 50 mil pessoas durante todo o ano, não reivindicava um maior número de efetivos da GNR. Sei que este problema ocorre noutras concelhos do Algarve, mas a questão é que Albufeira tem quase 50 por cento da capacidade hoteleira da região. Se houver mais GNR e mais forças de segurança, metade dos problemas que existem em Albufeira em termos de segurança não existiriam.

AUTARCA ELOGIA PRIMEIRO-MINISTRO

UM OLHAR SOBRE LUIS MONTENEGRO

Chegou a ser apoianto de Rui Rio. Mais tarde escolheu Montenegro. Como foi este processo?

Em 2019 havia dois candidatos à liderança do PSD: Rui Rio e Santana Lopes. Achei que o melhor líder seria Rui Rio e fui seu diretor de campanha no Algarve. Ganhámos as eleições. Depois disso, só voltei a apoiar uma pessoa: Luís Montenegro. Apoiei-o na primeira vez que foi a eleições e não ganhou. Mais tarde não apoiei ninguém nas diretas entre Rui Rio e Paulo Rangel. Na eleição seguinte, voltei a apoiar Montenegro. Os meus apoios são sempre por convicção e acho que vai ser um excelente primeiro ministro.

Porque acha isso?

Tem o que Portugal precisa. Só necessita de ter espaço para que as pessoas conheçam a sua capacidade de fazer. Está muito bem preparado em vários 'dossiers', tem experiência política, sensibilidade, percurso autárquico, esteve na Assembleia da República e conhece o país. É preciso deixá-lo trabalhar para implementar as suas ideias. Acredito que o país será diferente para melhor nos próximos anos.

Quais considera ser as maiores virtudes do atual primeiro-ministro?

É uma pessoa de muitas convicções e bastante assertivo. É difícil fazê-lo mudar de ideias. É alguém que tem visão, segurança e vontade de fazer. Hoje em dia, na política, os caminhos são difíceis de trilhar, porque por vezes as pessoas desviam-se daquilo que são as convicções e o objetivo final.

Ele olha para o Algarve?

Essa é uma das razões porque estou na Comissão Política Nacional. Luís Montenegro teve esse respeito pelo Algarve. A seguir às eleições diretas fui transmitindo-lhe os principais problemas da região e ele foi sempre acompanhando de perto. Está a desenvolver esforços na questão da saúde e da água. Quando esteve cá em campanha afirmou que o problema não era a falta de água, mas a forma como se gere. É evidente que temos pouca capacidade de retenção da água que cai no Algarve. Ele falou com os agricultores, com Macário Correia e ficou a conhecer os problemas no terreno. Está ciente dos nossos problemas e vai procurar ajudar a resolvê-los.



VIRGEM SUTA E ENEIDA MARTA SÃO ALGUNS DOS ARTISTAS PRESENTES

Lagoa recebe Mostra do Doce Conventual

••• RUI PIRES SANTOS

Entre 29 de agosto e 1 de setembro, o Convento de São José, em Lagoa, e as ruas circundantes são palco de mais uma edição da Mostra do Doce Conventual.

A partir das 19h00 e até à meia-noite não vão faltar as melhores propostas da doçaria regional e nacional, gastronomia, demonstrações culinárias, exposições e diferentes propostas musicais.

Virgem Suta, Eneida Marta, Grupo de Cantares Fonte Nova, Filipa Sousa e La Plante Mutan-

te são as principais atuações do evento, que conta este ano com dois palcos.

O principal estará situado na zona habitual, junto ao convento, enquanto o segundo, será colocado na rua Joaquim Eugénio Júdice e será destinado a atuações de artistas locais.

O evento conta com a participação de 24 doceiras de diferentes regiões do país, numa amostra fiel do melhor que se faz a nível nacional. Além de bolos tradicionais e conventuais, haverá ainda compotas, mel, frutos secos, caramelizados, medronhos, vinhos do Algarve e ginjinha.

Estará ainda patente uma



31 DE AGOSTO
Filipa Sousa



30 DE AGOSTO
Eneida Marta



1 DE SETEMBRO
La Plante Mutante

exposição da 'cake designer' lagoense Ana Remígio. A entrada é livre.

PROGRAMA

29 AGOSTO

- 19h00:** Abertura do recinto
- 19h30:** Atelier Doçura ou Travessura
- 20h00:** Ally Garrido e J.Andrés 1º parte ([Palco O Coreto](#))
- 20h30:** Atelier Doçura ou Travessura
- 21h00:** Showcooking
- 22h00:** Atelier Doçura ou Travessura
- 22h00:** Virgem Suta ([Palco Florados](#))
- 22h00:** Ally Garrido e J.Andrés - 2ª parte ([Palco O Coreto](#))
- 22h30:** Atelier Doçura ou Travessura

30 AGOSTO

- 19h00:** Abertura do recinto
- 19h30:** Atelier Doçura ou Travessura
- 20h00:** Duo US2 - 1º parte ([Palco O Coreto](#))
- 20h30:** Atelier Doçura ou Travessura
- 21h00:** Showcooking
- 22h00:** Atelier Doçura ou Travessura
- 22h00:** Eneida Marta ([Palco Florados](#))
- 22h00:** Duo US2 - 2ª parte ([Palco O Coreto](#))
- 22h30:** Atelier Doçura ou Travessura

31 AGOSTO

- 19h00:** Abertura do recinto
- 19h30:** Atelier Doçura ou Travessura
- 20h00:** Bruno Sax - 1º parte ([Palco O Coreto](#))
- 20h30:** Atelier Doçura ou Travessura
- 21h00:** Showcooking
- 22h00:** Atelier Doçura ou Travessura
- 21h00:** Grupo de Cantares Fonte Nova ([Palco Florados](#))
- 22h30:** Filipa Sousa ([Palco Florados](#))
- 22h00:** Bruno Sax - 2ª parte ([Palco O Coreto](#))
- 22h30:** Atelier Doçura ou Travessura

1 SETEMBRO

- 19h00:** Abertura do recinto
- 19h30:** Atelier Doçura ou Travessura
- 20h00:** FOOTPRINT Duo - 1º parte ([Palco O Coreto](#))
- 20h30:** Atelier Doçura ou Travessura
- 21h00:** Showcooking
- 22h00:** Atelier Doçura ou Travessura
- 22h00:** La Plante Mutante ([Palco Florados](#))
- 22h00:** FOOTPRINT Duo - 2ª parte ([Palco O Coreto](#))
- 22h30:** Atelier Doçura ou Travessura



Por si, viver bem ao melhor preço

**Olá Verão!
Boas Férias!**



Lagoa-Carvoeiro
Estrada de Carvoeiro

Porches-Alporchinhos
Estrada Armação de Pêra

Armação de Pêra
Av. General Humberto Delgado

Portimão
Antiga Estrada de Lagos

Monchique
Largo do Pé da Cruz, Ceiceira

Praia da Rocha
Edifício Varandas da Rocha

A 14 DE SETEMBRO

Companhia Agon apresenta 'Livrai-nos da Guerra'

OAuditório Carlos do Carmo, em Lagoa, é palco da peça de teatro 'Livrai-nos da Guerra', pela Companhia de Teatro Agon, a 14 de setembro, às 21h00.

A peça apresenta uma narrativa que se prolonga há mais de 80 anos, encetando na Segunda Guerra Mundial e que acompanha Marilu, uma jovem gibraltina no meio de refugiados na região.

Do outro lado do espectro, a jovem madeirense Teresa enfrenta as mudanças sociais e económicas que estes gibraltinos trazem, resultando numa peculiar e forte amizade. 'Livrai-nos da Guerra' é o segundo espetáculo da 'Trilogia da Mor-



Os bilhetes para o espetáculo custam oito euros

te', inspirada nos quatro cavaleiros do Apocalipse.

Os bilhetes custam oito euros e está disponível um desconto de 20 por cento a

quem possuir Passaporte Cultural, Cartão Lagoa Social ou Passaporte Rota do Petisco 2023.

As entradas podem ser ad-

quiridas na Bol, CTT, Fnac, Worten, Auditório Carlos do Carmo, Centro Cultural Convento de São José e Balcão Único da Câmara Municipal de Lagoa.

NO AUDITÓRIO CARLOS DO CARMO

'Voar com a Música' para pais e filhos

A associação cultural 'O Corvo e a Raposa' apresenta, a 14 de setembro, o evento 'Voar com a Música', um projeto de ação de educação não formal para pais e filhos, que decorrerá no Auditório Carlos do Carmo em três sessões de 45 minutos, agendadas para as 10h00, 11h00 e 12h00.

Esta iniciativa tem um caráter dinâmico com vivências musicais participativas, com muita diversão e variedade de atividades. Canções, cantos rítmicos, rimas, lengalengas, inte-

rações vocais e corporais, com e sem recurso a objetos sonoros e adereços escolhidos em função das características de cada atividade e também da faixa etária.

O objetivo é ajudar as crianças a desenvolver a audição tonal e rítmica de forma a aumentar a compreensão sobre a música sob várias formas (ouvir, interpretar, ver e criar).

'Voar com a Música' tem uma vertente cultural, artística e educativa, pois vai proporcionar vivências lúdicas, mas que em simultâneo estão a educar musi-



calmente os bebés e ao mesmo tempo os seus cuidadores.

As sessões têm a duração máxima de 45 minutos e lotação de 10 crianças, que têm de estar acompanhadas por um adulto. Os bilhetes para este

espetáculo custam seis euros (gratuito para as crianças) e estão à venda na Bol, CTT, Fnac, Worten, Auditório Carlos do Carmo, Centro Cultural Convento de São José e Balcão Único da Câmara de Lagoa.



CARTAZ MUSICAL

16 DE AGOSTO
Os Quatro e Meia

17 DE AGOSTO
Ivandro

18 DE AGOSTO
D.A.M.A

19 DE AGOSTO
João Pedro Pais

20 DE AGOSTO
Carolina Deslandes

21 DE AGOSTO
David Carreira

22 DE AGOSTO
Julinho KSD

23 DE AGOSTO
Amália Hoje

24 DE AGOSTO
Calema

25 DE AGOSTO
Xutos & Pontapés

FEIRA DECORRE ENTRE 16 E 25 DE AGOSTO

FATACIL espera 200 mil visitantes

••• RUI PIRES SANTOS

AFeira de Artesanato, Turismo, Agricultura, Comércio e Indústria de Lagoa (FATACIL) realiza-se entre 16 e 25 de agosto, entre as 18h00 e a 1h00, e prepara-se para mais uma edição em grande.

O cartaz musical é composto por Os Quatro e Meia, Ivandro, D.A.M.A, João Pedro Pais, Carolina Deslandes, David Carreira, Julinho KSD, Amália Hoje, Calema e Xutos & Pontapés, e é garantia de noites animadas e com muito público no recinto.

O certame terá cerca de 700 expositores, três palcos (FATACIL, Lagoa e Algarve), de-

zenas de espetáculos musicais, centenas de pontos de interesse, além da maior 'Fun Zone' de sempre. A organização, a cargo da Câmara Municipal de Lagoa, espera, em média, 20 mil visitantes por dia, num total de 200 mil.

Mais estacionamento

O certame vai ter este ano mais dois parques de estacionamento, aumentando assim o número de lugares em cerca de 400. A organização, a cargo da Câmara Municipal de Lagoa, chegou a acordo com os proprietários de dois espaços que permitirão melhor conforto aos visitantes no acesso ao recinto da feira. Um dos parques será na zona lateral do hipermercado chinês, na EN 125, à entrada de Lagoa.

O outro é num terreno a sul do recinto, perto do Aldi, onde antes estava localizada a empresa Unibetão.

Mais um palco

Uma das novidades que a FATACIL irá apresentar este ano, é a colocação de um terceiro palco, quando até ao ano passado apenas existiam dois. O principal continuará a receber os concertos com os músicos de renome e os dois restantes irão contar com a atuação de artistas e grupos locais e regionais, assegurando mais animação no período da feira, antes do espetáculo principal, às 22h30.

O bilhete diário custa cinco euros, o diário familiar 16 e o passe para os dez dias tem um valor de 30 euros. As crianças

até aos 12 anos (inclusive) não pagam entrada, mediante apresentação do Cartão de Cidadão.

Os ingressos podem ser adquiridos através da BOL (fatacil.bol.pt), nos CTT, na Fnac, na Worten, no Balcão Único e nas bilheteiras na feira.

ABERTOS AO PÚBLICO

Ferragudo com dois campos de petanca

A vila Ferragudo abriu em agosto dois espaços para a prática de petanca, que estão à disposição da população.

"Face ao aumento de jogadores de petanca na freguesia, decidimos criar dois campos, com as medidas regulamenta-

res (15mx4m) para a prática da modalidade", justifica Luís Alberto, presidente da Junta.

A petanca é um jogo que

está em crescimento na região e tem a Federação Portuguesa da modalidade sediada em São Brás de Alportel.

EVENTO SUPEROU TODAS AS EXPETATIVAS E TEM LUGAR ASSEGURADO EM 2025

Sucesso garante regresso da 'Noitada' a Portimão

FOTOS: ALGARVE VIVO



••• RUI PIRES SANTOS

Ninguém ficou indiferente à 'Noitada' em Portimão. Há muito que não se via o centro e a baixa da cidade com a animação, a vida e o entusiasmo que foi possível ver e sentir a 26 e 27 de julho.

Ruas cheias de pessoas, com muita cor, luzes e música na estreia deste evento que face ao sucesso registado tem regresso marcado para 25 e 26 de julho de 2025.

Num verdadeiro 'recinto ao ar livre' houve concertos em quatro palcos, espetáculos de 'vídeo mapping' e laser e as decorações das ruas contribuíram ainda mais para a beleza da 'Noitada'. As reações foram muito positivas, o ambiente indescritível, que superou as expectativas,

e os populares sentiram que este era um evento para eles, não apenas para turistas.

Nestes dois dias, a economia local 'mexeu', com lojas e restaurantes abertos e cheios, beneficiando de milhares de pessoas que se deslocaram àquela zona de Portimão para ver algo diferente. Não só turistas, mas também muitos residentes no concelho. Álvaro Bila, presidente da Câmara Municipal, confessou sentir orgulho na cidade, que soube preparar-se para este festival.

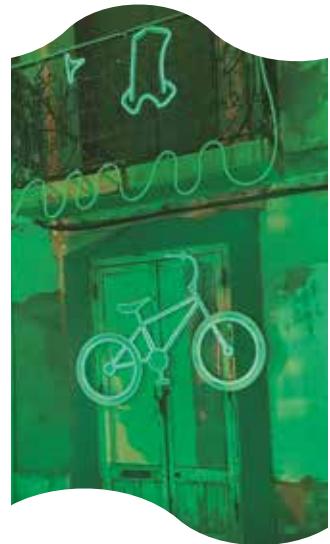
"Foi um evento para os portimonenses. Para os visitantes também, mas sobretudo para os residentes. Mostrou que se trabalharmos em conjunto conseguimos valorizar o centro da cidade, que bem merece", sublinhou.

Para o líder da autarquia, o investimento foi uma apos-

ta ganha. "O que senti nos dois dias foi orgulho. Portimão e os portimonenses precisavam de um evento destes, que mostrasse e valorizasse a zona antiga da cidade. As lojas abriram, os restaurantes estavam cheios e foi bom para a economia local. Se todos trabalharmos, vamos conseguir melhorar", resume.

O evento foi promovido pela Câmara Municipal e produzido pela 'New Sheet', que tem como rosto o portimonense Paulo Silver e que mostrou um novo conceito na sua terra natal. Contou ainda com diversas parcerias quer a nível nacional, quer local, como é o caso da associação Marginália.

A verdade é que da 'ponte velha' com o espetáculo laser, passando pela Rua Direita decorada com 'neons', até ao Largo da Mó, milhares calcorrearam as ruas e conviveram, desejando



que a iniciativa se repita.

Para 2025, a organização, além da data, confirmou as atuações de 'The Black Mamba', Iris, Ritual Tejo, bem como um espetáculo de fogo por Manuel Maes, da Bélgica.

FATACIL

LAGOA

16-25 AGOSTO
2024

16 AGO



OS QUATRO E MEIA

18 AGO



D.A.M.A

17 AGO



IVANDRO

19 AGO



JOÃO PEDRO PAIS

20 AGO



CAROLINA DESLANDES

21 AGO



DAVID CARREIRA

22 AGO



JULINHO KSD

23 AGO



AMÁLIA HOJE

24 AGO



CALEMA

25 AGO



XUTOS & PONTAPÉS

CONCELHO DE ALBUFEIRA ORGULHOSO DAS NOVAS CAMPEÃS

As meninas da patinagem artística deixam Ferreiras de coração cheio

••• HÉLIO NASCIMENTO

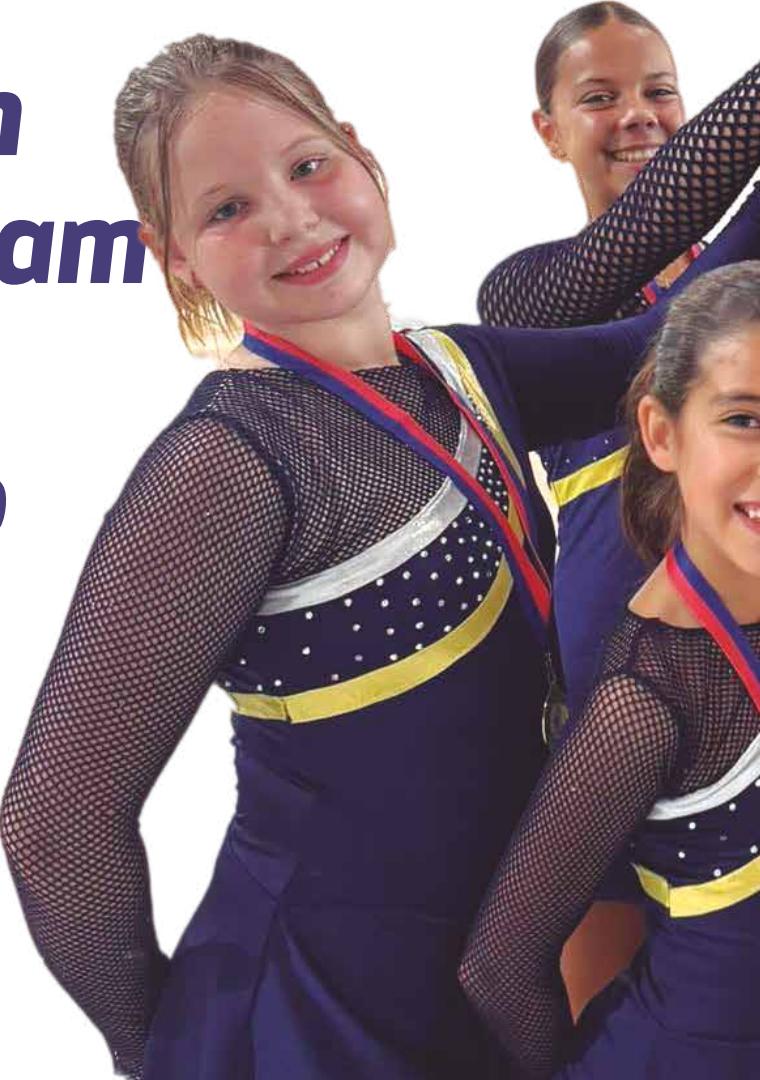
Apatinagem artística proporciona momentos de rara beleza, mas, ao mesmo tempo, é uma modalidade devidamente exigente em termos de trabalho, atitude e, até, paciência. As muitas horas de treino e a constante repetição de exercícios fazem parte do quotidiano das atletas e treinadoras do Futebol Clube Ferreiras, onde as dirigentes também não se pouparam a esforços para ajudar à obtenção dos melhores resultados.

O maior dos sucessos, aliás, é recente: a equipa de formação conquistou a Taça Alentejo Algarve, realizada em 29 e 30 de junho, em Castro Verde. Uma conquista que enche de orgulho as protagonistas e que surge na sequência do desenvolvimento da patinagem no clube e, por tabela, no concelho de Albufeira. A criação da secção data de 2017 e deu corpo à aposta do emblema presidido por António Colaço,

no sentido de aumentar a oferta aos jovens com a introdução de mais modalidades.

A Algarve Vivo resolveu fazer uma 'cimeira' da modalidade no Pavilhão Desportivo dos Olhos de Água, aproveitando uma das escassas pausas nos treinos, juntando Maria João Santos, diretora da secção de patinagem, Rita Cruz, a coordenadora e treinadora principal, e Sónia Demétrio, vice-presidente das modalidades do Ferreiras, para além de três atletas que estiveram sempre atentas ao desenrolar da conversa. Estas meninas, a Carolina Teixeira, a Sofia Magalhães e a Carolina Grelha, ajudaram a levantar a taça recentemente conquistada e integram o grupo que deixa Ferreiras de coração cheio.

"A patinagem arrancou em novembro de 2017 e é um desporto com pouca visibilidade, daí algumas pessoas pensarem que é uma modalidade mais recente no clube. Estamos em perfeito funcionamento, e, embora com os problemas relacionados com a pandemia, durante



a qual houve umas desistências, a verdade é que ressurgimos em força, temos 70 atletas e todos os dias vimos a patinagem a crescer", assegura Maria João Santos.

Os treinos decorrem no Pavilhão Desportivo dos Olhos de Água, no Pavilhão da Escola Francisco Cabrita em Albufeira e no Pavilhão de Paderne, "aproveitando o que a Câmara Municipal de Albufeira nos consegue ceder, e que, mesmo assim, não é suficiente, em número de horas, para atingir novos objetivos

e ir mais além".

"Trouxemos a Taça para casa"

Na circunstância, desengane-se quem pensa que o clube de Ferreiras é só futebol. "Esta aposta surgiu através da abordagem de atletas que praticavam patinagem em Paderne. Demos assim início à atividade, com a Rita Cruz a lançar e a coordenar a modalidade. Tratou-se de uma proposta interessante, inclusive porque, não obstante o futebol ser a modalidade mais visível, o Ferreiras tem natação, danças,



FC FERREIRAS

triatlo, andebol e patinagem, com mais de 700 atletas no total", enfatiza a vice Sónia Demétrio, explicando que o crescimento da patinagem implica "cada vez mais atenção e maior divulgação, até porque os resultados provam que está no bom caminho".

A treinadora e coordenadora Rita Cruz, um dos pilares deste sucesso, é natural de Portimão e começou a praticar patinagem aos seis anos. Até aos 19 foi atleta de alta competição, representando a Seleção

Nacional, e, após um pequeno afastamento, voltou "de alma e coração à modalidade, abraçando este projeto com o firme propósito de ajudar as alunas a evoluir". Rita tem 33 anos e conduziu estas meninas à conquista da taça, cuja associação engloba as províncias do Alentejo e Algarve.

"Participamos em vários torneios, mas esta é a prova mais importante do calendário. Trabalhámos e treinámos muito, em esforço, com dedicação e empenho, às vezes cansadas, mas

trouxemos a Taça para casa". Das 70 patinadoras do Futebol Clube Ferreiras, participaram 20 na prova, as que foram selecionadas, num grupo de trabalho que inclui mais três treinadoras: Ana Rita, Catarina Bicho (grupo iniciação) e Daniela Chapparro (solo dance). A patinagem artística no clube tem três vertentes, a livre, figuras obrigatórias e solo dance.

"A Rita coordena todos os grupos, com a ajuda das outras professoras, porque às vezes até se dá o caso de haver treinos

"Temos 70 atletas e todos os dias vimos a patinagem a crescer"

em dois sítios em simultâneo".

A diretora lamenta que não haja mais treinadoras na modalidade, o que torna complicado o trabalho, face ao tal 'desdobramento' de horas e locais a que já aludimos. "Deviam ser efetuados mais cursos, em especial no Alentejo e Algarve. A nossa associação não os tem feito, o que seria muito importante, inclusive porque algumas atletas vão para a universidade e deixam a patinagem, mas, se houvesse oportunidade de tirar o curso, acho que podiam continuar". A sede da associação, acrescenta-se, é em Beja.

Objetivos pequenos para chegar aos maiores

A vice-presidente Sónia Demétrio corrobora a ideia da falta de treinadoras, dificuldade a que se associa a gestão do espaço para os muitos treinos da patinagem, que está "quase estrangulada", já que os pavilhões têm de ser partilhados com outras modalidades. Mas há aspectos muito bons e um deles vai direitinho para o líder do Ferreiras, António Colaço, que "nos dá força e energia para lutarmos no dia a dia".

De facto, não é só o futebol. "Ele tem amor pelas modalidades e praticou algumas. É um apaixonado e não há fim de semana que não me ligue para saber resultados e pormenores. Está sempre presente", adianta,

referindo de seguida outro tipo de apoio, o do contrato-programa com a Câmara Municipal de Albufeira, essencial e significativo. "Temos outros patrocinadores, mas pequenos, quiçá devido à tal pouca visibilidade da patinagem".

As atletas são sócias e pagam quotas suplementares, num contexto em que o papel dos pais é fundamental, como por exemplo nas deslocações. "Sem este apoio dos familiares tornava-se quase impossível e não conseguíamos fazer tanto. Temos muitas provas no Alentejo, em Cuba e Évora, e as de nível nacional, para as atletas de competição, realizam-se de Lisboa para cima".

As patinadoras estão divididas por níveis, desde os grupos de iniciação 1 e 2 e a formação até à pré-competição e competição. "Temos atletas que já vão a provas nacionais e em novembro serão duas num tor-



A vice-presidente Sónia Demétrio, a treinadora e coordenadora Rita Cruz e a diretora Maria João Santos

neio internacional. De resto, há torneios quase todos os fins de semana, pelo que termos de optar e gerir o nosso calendário", salienta Rita Cruz, explicando que "as meninas vão passando de nível até ao de competição", desde que, naturalmente, mostrem argumentos. O Ferreiras tem praticantes dos 3,4 anos aos 18, mas não há limites de idade. "Quando vão para as universidades afastam-se um pou-

co, porque os horários são difíceis de conciliar, um problema que se arrasta a nível nacional sempre que se fala de escolas e desporto".

Rita Cruz garante que o segredo do sucesso na modalidade que sempre abraçou "passa em primeiro lugar pelo gostar muito, mais paciência, resiliência, trabalho e empenho", vincando que "o importante é as atletas terem objetivos, pequenos que sejam, para chegar aos maiores". Rita representou Portugal a nível europeu, tinha então 14 anos, num percurso

na Taça Alentejo Algarve, entre as 15 equipas participantes, fez disparar a satisfação, mas sem desviar o rumo. "Não se pode querer tudo muito rápido, porque este é um trabalho com crianças e os resultados não surgem logo. Vamos apoiar e criar objetivos sem pressão. A médio prazo queremos trabalhar muito com as mais novas, para dispormos de mais atletas na competição".

As responsáveis insistem em apontar o crescimento que se tem verificado, recordando, contudo, a limitação do espaço.

A FELICIDADE ESTAMPADA NOS ROSTOS

Três das muitas patinadoras do Ferreiras falam com a nossa reportagem, num curioso registo, em que foram ultrapassando uma natural vergonha até se 'exibirem' como se estivessem em atuação, graciosas e a rir a perfeição. Carolina Teixeira tem 12 anos e é uma das mais 'velhas' do grupo, já que se iniciou na modalidade há sete. "Foi o desporto que mais me motivou e do qual mais gostei. Também fiz natação e ballet, mas optei, sem dúvidas, pela patinagem", garante, cheia de convicção e com um sorriso constante. A felicidade estampada nos rostos das três, aliás, é por demais elucidativa. Sofia Magalhães, por sua vez, tem 11 anos e patina há quatro, o tempo mais do que suficiente para dar a receita do êxito. "É preciso imensa motivação e nunca podemos pensar sequer em desistir. E depois, acho que sem as nossas treinadoras nada disto era possível, elas são incríveis". Por fim, Carolina Grelha, de 10 anos e praticante há três, exprimiu-se com desenvoltura e mesmo algum encanto. "Não achei difícil começar a patinar, tive mais dificuldade em sentir a música e coordenar os movimentos. Se a música for agitada uma pessoa não pode ficar parada. E tens de mostrar um ar de felicidade". As três meninas, acrescente-se, querem fazer "patinagem toda a vida".

"Não obstante o futebol ser a modalidade mais visível, o Ferreiras tem natação, danças, triatlo e andebol, para além da patinagem, movimentando mais de 700 atletas no total"

ascendente, desde os 10/11, que a guindou sistematicamente ao top cinco ou dez no panorama nacional. Vestiu as cores do Benfica, sempre treinada por Judite Gomes.

Um pavilhão nas Ferreiras é o sonho

O primeiro lugar conquistado

A propósito, falam do exemplo da natação, que dispõe de horários às sete da manhã, "fruto do esforço e de objetivos ambiciosos", pois só assim os resultados aparecem, ou seja, com outro tipo de estrutura a evolução pode ser ainda maior.

"O importante é conseguir manter as atletas que temos e

trabalhar com mais, com motivação e objetivos. Um dos que gostaríamos, a curto prazo, é aumentar a equipa de competição, trabalhando as mais novas para fortalecer a equipa e elevar o nome do clube a nível nacional". De momento, o Ferreiras

mo tempo que a partilha entre as crianças também é constante. Acresce que "para manter a qualidade de treino não podemos ter grupos muito grandes, pelo que o nosso objetivo passa igualmente por criar condições de treino para termos mais

"A patinagem é muito exigente, dos desportos mais complexos, porque envolve outros, como a ginástica e a dança" numa mescla de "agilidade, força e imensas horas de treino"

tem cinco patinadoras na competição e "é esse número que queremos aumentar".

A captação é feita pela divulgação de cartazes e pela deslocação às escolas, principalmente às primárias, ao mes-

praticantes". Um pavilhão nas Ferreiras é o sonho, o que possibilitaria "mais horas de treino e o crescimento de outras modalidades para, então sim, dispormos de mais atletas".

A terminar, Rita Cruz lem-

AS PATINADORAS QUE CONTRIBUÍRAM PARA O PÓDIO

Flávia Pires; Carolina Teixeira; Sofia Dias; Maria Guerreiro
Laura Guerreiro; Polina Revina; Margarida Godinho
Carolina Quelhas; Sara Sales; Maria Lintvariova
Carolina Grelha; Sophia Magalhães; Larissa Nita
Isabel Cabrita; Inês Soares

Treinadora principal e coordenadora:
Rita Cruz

Treinadoras adjuntas:
Ana Rita Silva e Catarina Bicho

Treinadora de solo dance:
Daniela Chaparro

bra que "a patinagem é muito exigente, dos desportos mais complexos, porque envolve outros, como a ginástica e a dança" numa mescla de "agilidade, força, coordenação e imensas horas de treino". Daí que seja primordial a figura da professora de ballet, do treino físico e da fisioterapia, a par

da nutrição e psicologia, que em breve serão uma realidade na seção.

"O futuro e a política de educação não podem estar de costas viradas, para salvaguardar que uma atleta vá competir, chegue a casa de madrugada e tenha aulas nesse dia. É a mentalidade que é preciso mudar".



Abeleza dos fatos e a imensa graciosidade das patinadoras



Carolina Teixeira, Carolina Grelha e Sofia Magalhães sempre contentes



19 CRIANÇAS FORAM SILENCIADAS PELA ÁGUA*

A morte por afogamento é rápida e silenciosa.
Proteja as suas crianças.



NO PARQUE DA ALFARROBEIRA

Inaugurado parque canino em Albufeira

CM ALBUFEIRA

O Parque Canino de Albufeira, localizado no Parque da Alfarrobeira, foi inaugurado a 20 de julho, perante a presença da população e de vários donos com os respetivos animais, à espera da oportunidade de estrear as diversões do novo espaço, da responsabilidade da Junta de Freguesia da Albufeira e Olhos de Água.

A cerimónia de inauguração contou com a presença da líder da Junta de Freguesia Indaleta Cabrita, bem como pelo presidente da Câmara Municipal de Albufeira, José Carlos Rolo, e do vice-presidente, Cristiano Cabrita.

A autarca defendeu que o novo parque "criará ligações ainda mais fortes entre os cães e os seus donos, ao proporcionar aos animais momentos alegres



O novo parque é um espaço de eleição para os cães

de brincadeira e de exploração", convidando a população "a trazer os companheiros de quatro patas para conhecer o novo espaço no Parque da Alfarrobeira, local que proporciona também ótimos momentos de caminha-

da e descanso". Além do parque canino, a zona passou a contar com um Hotel de Insetos, que será um importante apoio para estes elementos essenciais no ecossistema.

A Junta de Freguesia refere

que esta intervenção "integra a sua estratégia, que se pauta pelo forte apoio à causa animal e também pela conscientização ambiental da população, numa época em que a poupança dos recursos naturais é tão importante".

ESTÁDIO MUNICIPAL ARSÉNIO CATUNA

Nova iluminação em recinto desportivo poupa dez mil euros

Foi concluída a empreitada de instalação da iluminação LED e outras remodelações no Estádio Municipal Arsénio Catuna, na Guia, num investimento de cerca de 100 mil euros.

A intervenção, além de constituir uma melhoria nas condições de utilização do espaço, vai permitir uma poupança anual de

energia de cerca de 10 mil euros.

"O caminho é o da sustentabilidade energética, por um lado e, por outro, dar mais e melhores condições para a prática de desporto aos nossos munícipes", referiu José Carlos Rolo, presidente da Câmara de Albufeira. O recinto é frequentado regularmente por cerca de 300 atletas.

SESSÕES ÀS 21H30

Cinema ao ar livre em agosto

A Câmara Municipal de Albufeira está a promover a 4.ª edição do 'Albufeira 35 mm - Ciclo de Cinema ao Ar Livre', que passa durante o Verão por todas as freguesias do concelho.

Depois de Paderne e Guia terem recebido duas noites de cinema, no dia 4 de agosto 'Vidas Passadas', de Celine Song, foi exibido na Escola Básica de

Ferreiras.

No dia 11, o Parque Lúdico, em Albufeira, apresenta 'Folhas Caídas', de Aki Kaurismäki, e a última exibição desta iniciativa terá lugar a 18 de agosto com 'Vincent Tem de Morrer', de Stéphan Castang, na Praia de Olhos de Água.

A entrada é gratuita e todas as sessões têm início às 21h30.



CM ALBUFEIRA

PRÓXIMA 'FULL MOON' É A 19 DE AGOSTO

Noite de magia com lua cheia na Praia da Galé

A Praia da Galé foi palco, a 21 de julho, da primeira das três festas 'Full Moon' deste Verão, num evento organizado pelo município de Albufeira.

Centenas de pessoas vestidas de branco reuniram-se para celebrar um novo ciclo lunar ao som de nomes de artistas locais como DJ China, Zé Black e Gonzalez. Um conjunto de pequenos stands gastronómicos de associações albufeirenses e

o novo espaço dedicado à arte, à cultura e ao artesanato enriqueceram a experiência dos presentes.

O mar como pano de fundo, o areal iluminado por velas, música ao vivo das 23h00 à 1h00, dos Dj China, Zé Black e Gonzalez e os espetáculos de manipulação de fogo de Sofia Brito e do saxofonista Gil Abrantes foram as atrações da noite. O programa começou às 20h30 na área do parque de estacionamento, com gastronomia que transformaram a sessão inaugural deste

ano, num verdadeiro sucesso, até porque contou ainda com um o espetáculo de acrobacia aérea com Jéssica Barreto. Satisfeito com o que viu, José Carlos Rolo, presidente da autarquia, afirmou que "a 'Full Moon' representa o espírito vibrante e acolhedor do concelho". "É um evento que atrai centenas de pessoas, turistas e residentes, dinamiza o comércio e a economia local e fortalece a comunidade e a cultura albufeirenses", salientou. Também Cristiano Cabrita, vice-

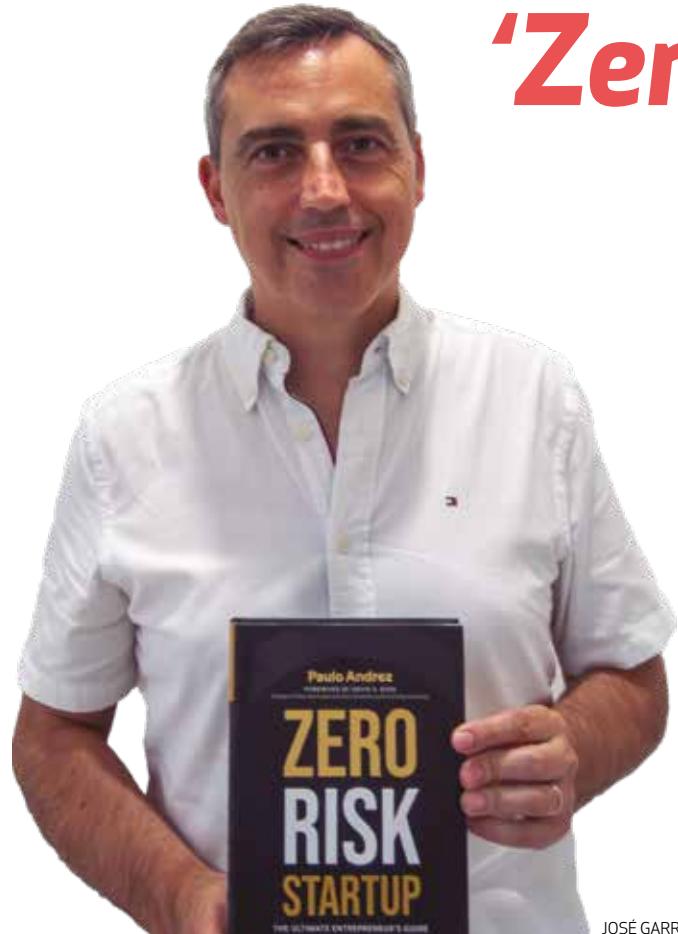
-presidente do município, destacou "a animação num ambiente pacífico e muito prazeroso".

"Valorizamos os nossos artistas e artesãos locais. A 'Full Moon' celebra-se há muitos anos na Praia da Galé, e vamos manter esta tradição, pelo que decidimos apelar a algumas associações que se juntassem a nós, bem como os agentes culturais do concelho", referiu.

As próximas noites de lua cheia que recebem esta festa terão lugar a 19 de agosto e 17 de setembro.

EXEMPLAR CHEGOU AO TOP DOS LIVROS MAIS VENDIDOS PELA AMAZON

'Zero Risk Startup' apresentado no Algarve



JOSE GARRANCHO

••• JOSÉ GARRANCHO

Paulo Andrez, 54 anos, é filho de um algarvio de Monchique e, embora tenha residência em Inglaterra e viaje por todo o mundo, desloca-se com frequência à região para visitar os pais, que vivem em Alvor. E foi no Algarve que, a 3 de julho, fez o lançamento do seu livro em Portugal. Tirou uma licenciatura em tecnologias de informação, mas depois obteve um MBA em gestão financeira e uma pós-graduação em turismo e em gestão imobiliária.

Como começou tão cedo a sua vertente empreendedora?

Aos 18 anos, antes de entrar na

universidade, decidi vender materiais de construção e de jardinagem para Inglaterra, a partir do meu quarto, e tive sucesso. No segundo ano, com um sócio, iniciei um negócio de formação, em que empregávamos os nossos colegas. De seguida, criei mais uma empresa de cedência de pessoas na área de tecnologias de informação e, depois, fui um dos membros do núcleo duro da 'Novabase', fazendo a sua entrada em bolsa, em Portugal. Tornei-me investidor em 'start-ups' e fui presidente europeu dos 'Business Angels', dos quais sou, atualmente, presidente emérito.

O que é um 'Business Angel'?

É alguém que investe em negócios emergentes, com os

empreendedores, fornecendo-lhes, ao mesmo tempo, garantias, conhecimentos e contactos que são mais vantajosos do que os subsídios a fundo perdido. Fui o organizador do primeiro congresso mundial do 'Business Angels', em Pequim, e tenho apoiado muitos governos a lançar políticas de apoio aos mesmos. Tive um papel importante na criação da Federação Nacional de 'Business Angels' em Portugal. E também no lançamento de um instrumento que revolucionou o mercado português, o Fundo de Coinvestimento com 'Business Angels' lançado pelo Governo, em 2011.

Como consegue chegar ao topo com um livro deste tipo?

Faço 'workshops' a nível mundial há muitos anos e tenho seguidores espalhados pelo mundo, incluindo os Estados Unidos. Num 'workshop' que lá fiz, recentemente, fui abordado por um editor, que me disse que tinha de publicar um livro com a matéria que acabara de apresentar e fez-me uma proposta. Falei com um amigo norte-americano que me aconselhou a escolher outra editora. Fiz-o e, de repente, tinha duas propostas. Então, vi que o livro teria grandes hipóteses de ser um sucesso e decidi abordar a melhor editora nesse campo, a Forbes, que me fez uma propos-

ta, que aceitei, porque é o topo de gama, neste campo. Com o seu poder de marketing e o nome que eu já tinha no mercado, graças aos 'workshops', foi fácil.

O livro 'Zero Risk Startup' é um guia para quem deseja iniciar um negócio?

É e vai para além das start-ups. Há um grande problema de empreendedorismo, a nível mundial. Tentar criar o seu próprio negócio é a ponta do iceberg. A grande maioria das pessoas gostaria de criar um negócio, mas não avança por receio, de que vai de perder dinheiro, a reação da família, a perda de prestígio. O livro aborda todos esses receios e esses riscos e ajuda as pessoas a mitigá-los. Não desmistifico. Digo: esse é um risco real. Vamos ver como o vamos ultrapassar. E estão lá mais de cem dicas importantes, que ajudam a eliminar todos esses riscos, tanto os tangíveis (dinheiro e ativos que colocamos numa empresa), como os intangíveis (prestígio, problemas familiares que podem surgir). Depois, há os cinco riscos do negócio em si: mercado, equipa, risco legal, risco financeiro e risco operacional. Trato de todos estes tipos no livro, e ensino as pessoas a avançar no negócio, sem estar à espera dos famigerados subsídios.



FOTOS: JOSÉ COELHO

CORPORAÇÃO CENTENÁRIA GANHOU NOVAS VALÊNCIAS E RESPONDE A CADA VEZ MAIS OCORRÊNCIAS

Bombeiros de Lagos comemoraram 138 anos

••• JOSÉ COELHO

Asso ciaç ão Humanitária dos Bombeiros Voluntários de Lagos (BVL) nasceu no dia 24 de julho de 1886, fruto da vontade e determinação de um pequeno grupo de pessoas daquele concelho.

Passados 138 anos desde a data da sua fundação, esta é hoje uma das mais capacitadas corporações de bombeiros do Algarve. Responde a milhares de solicitações por ano e tem vindo a dotar-se dos meios humanos e materiais necessários

para fazer face, de forma cada vez mais eficaz, aos diversos tipos de ocorrências.

A centenária corporação algarvia recebeu no seu aniversário duas 'prendas': um novo Veículo Ligeiro de Combate a Incêndios (VLCI) e uma nova Ambulância de Socorro (ABSC), viaturas que permitem reforçar os meios já disponíveis.

Para além da realização da habitual cerimónia comemorativa, que foi seguida pela atribuição de condecorações e promoções na carreira, decorreu ainda, no passado dia 27 julho (sábado), a iniciativa Quartel Aberto. A população teve oportunidade de visitar as

instalações, conhecer a atividade operacional e interagir com os bombeiros, participando em algumas atividades.

A iniciativa registou uma forte adesão popular, sendo de destacar a presença de muitas crianças, acompanhadas pelos respetivos pais, bem como a participação de alguns turistas, que também quiseram visitar o quartel e conhecer a atividade desenvolvida pelos 'soldados da paz'.

Mais de três mil emergências pré-hospitalares
Os Bombeiros Voluntários de Lagos têm vindo a ter, ao longo do tempo, um acréscimo do vo-

lume de serviço, uma situação que está ligada ao próprio crescimento populacional registado no concelho e à sua afirmação como uma das principais zonas turísticas do Algarve, o que se traduz num aumento do número de visitantes, quer nacionais quer estrangeiros.

Márcio Regino, comandante dos BVL, refere que esse aumento de atividade operacional é sobretudo notório "no serviço pré-hospitalar de ambulância, ativado pelo CODU [Centro de Orientação de Doentes Urgentes]" – este ano, até ao dia 29 de julho, a corporação lacobrigense deu resposta a 3038 emergências pré-hospitalares.

Em relação a outro tipo de ocorrências recorrentes, os dados estatísticos revelam que, de 1 de janeiro a 29 de julho deste ano, a corporação foi ativada para 48 incêndios rurais; 45 incêndios urbanos; 107 acidentes rodoviários; 15 ocorrências com matérias perigosas; 59 aberturas de porta com socorro; e 48 quedas de árvores ou estruturas.

Os BVL fazem, aliás, a divulgação mensal dos dados estatísticos, através do seu site e da sua página no Facebook, o que permite à população conhecer e acompanhar o trabalho que é desenvolvido pelos 'soldados da paz'.

Grupo de Salvamentos Especiais

Nos últimos três anos, o Corpo de Bombeiros de Lagos ganhou novas e importantes valências, reforçando a capacidade de resposta às necessidades da população. Os BVL contam agora com o Grupo de Salvamentos Especiais (GSE), com as vertentes de Salvamento em Grande Ângulo, Busca e Resgate em Estruturas Colapsadas/ Escoramentos em Edificado, Salvamento Aquático, Busca e Salvamento em Cheias Urbanas / Águas Bravas e ainda intervenção com Matérias Perigosas.

Cada equipa tem o seu respetivo chefe e atua sob a coordenação do responsável do GSE, o bombeiro de 1º Pedro Almeida. Neste momento, mais de meia centena de operacionais já integram o GSE dos Bombeiros de Lagos, nas suas diversas vertentes, tendo sido adquiridos os equipamentos necessários às novas tarefas e adaptados alguns já existentes.

Anteriormente, Lagos tinha de recorrer a corporações vizinhas para, por exemplo, fazer resgates em arribas ou salvamentos no mar, em apoio à Autoridade Marítima. "Atualmente momento, já temos capacidade

própria de resposta", diz o comandante dos bombeiros, que salienta que "estas novas valências exigem um treino contínuo e específico".

O trabalho realizado e as capacidades adquiridas levaram a que, no ano passado, a corporação lacobrigense passasse a integrar o Grupo de Salvamentos Especiais dos Bombeiros do Algarve – em conjunto com os Bombeiros Voluntários de Portimão e de Albufeira.

Mas as valências dos BVL poderão vir a ser reforçadas dentro de algum tempo: "Estamos a equacionar criar um binómio (homem/cão)", revela o comandante Márcio Regino. Essa unidade canina terá como uma das suas funções importantes a "busca e resgate em escombros".

Os bombeiros lacobrigenses ministram, por outro lado, formação certificada pelo Instituto Nacional de Emergência Médica (INEM), em Suporte Básico de Vida e SBV/DAE Adulto e Pediátrico, e pela Direção-Geral do Emprego e das Relações do Trabalho (DGERT), nas áreas de saúde e proteção de pessoas e bens, combate a incêndios e equipas de primeira intervenção.

A corporação é ainda um polo de formação da Escola Portuguesa de Salvamento, realizando na região diversos cursos de formação, nomeadamente em Salvamento Animal, 'Rapid Intervention Team' (RIT) e Busca e Resgate em Estruturas Colapsadas (BREC).

"Temos aumentado o número de profissionais"

Para dar resposta a todas as solicitações que lhes chegam diariamente, os BVL, classificados de tipologia 1, contam atualmente com "107 bombeiros no quadro ativo e mais 18 estagiários", explica Márcio Regino.

O comandante reconhece

que, tal como acontece na generalidade do País, cada vez é mais difícil captar voluntários, mas diz que "o número de bombeiros tem sido suficiente, até porque temos aumentado o número de profissionais, que se cifra, neste momento, em 48".

"Cada vez estamos a apostar mais num corpo profissional que dê resposta às necessidades, contudo o voluntariado é

sempre uma importante mais valia", sublinha.

Um aspeto em que houve uma evolução grande ao longo das últimas décadas prende-se com a existência de um cada vez maior número de mulheres que fazem parte dos bombeiros. "Nota-se uma evolução no sentido de um maior equilíbrio, embora continue ainda a existir um maior número de homens",



Quartel foi requalificado, tendo sido criado mais espaço para viaturas

explica o comandante.

Os Bombeiros de Lagos estão, por outro lado, apostados em preparar o futuro, tendo sido criada, há menos de um ano, a Escola de Infantes e Cadetes. "Foi mais um projeto que iniciámos. Temos atualmente 30 miúdos e o objetivo é garantir a continuidade e criar uma maior proximidade à comunidade. Sabemos que nem todos ficarão nos bombeiros, mas alguns certamente ganharão 'o bichinho' e continuarão por cá", salienta o responsável pela corporação.

As crianças e jovens, com idades entre os 9 e os 16 anos, recebem formação adequada à sua faixa etária de 15 em 15 dias, aos sábados, aprendendo o que é ser bombeiro.

"Bem servidos em termos de meios"

Os BVL dispõem de "25 veículos", incluindo viaturas pesadas,



Nas instalações dos Bombeiros Voluntários de Lagos existem alguns equipamentos dos primórdios da corporação

ambulâncias, duas embarcações e uma moto de emergência. "Acho que estamos bem servidos, neste momento", considera o comandante.

Outro aspeto importante tem a ver com as obras que foram realizadas no quartel, que deram mais e melhores condições de trabalho aos bombeiros.

"Fizemos obras de ampliação, passámos a dispor de dois parques de viaturas e as instalações foram renovadas de forma a serem mais ergonómicas e confortáveis para os operacionais", esclarece o comandante Márcio Regino, acrescentando que "o quartel tem cerca de 40 anos e ficou rejuvenescido". Entre outras melhorias, os bombeiros passaram a dispor de uma pista de obstáculos para treinos.

"O principal objetivo é manter tudo o que temos, porque acho que estamos bem apetrechados no que diz respeito a recursos humanos, assim como

materiais", diz o responsável operacional dos bombeiros, que destaca o "apoio imprescindível que tem sido dado pela câmara".

Numa cidade como Lagos, um dos motivos de natural atenção prende-se com o centro histórico, que, pelas suas características e antiguidade dos edifícios, acarreta um maior risco, nomeadamente ao nível de incêndio urbano – já houve alguns sustos no passado.

"Existe um plano prévio de intervenção e reagimos de uma forma imediata com vista a minimizar eventuais consequências", explica o comandante.



Márcio Regino tem 42 anos e está na corporação lacobrigense desde 2004

MÁRCIO REGINO É COMANDANTE DOS BOMBEIROS DE LAGOS HÁ QUATRO ANOS

Márcio Regino tem 42 anos e assumiu o comando dos Bombeiros Voluntários de Lagos no dia 16 de maio de 2020. Natural do concelho vizinho de Aljezur, foi nos bombeiros locais que deu os seus primeiros passos. "Entrei como cadete em 1998", adianta. Acabou por mudar-se para Lagos, entrando na corporação deste concelho "em 2004". O seu percurso nos BVL levou-o ao cargo de segundo comandante "em 2012". Depois de quase nove anos nessas funções, é agora o comandante dos BVL. "Sempre fui uma pessoa humilde e lido bem com o cargo. Acho que quem trabalha ao meu lado acredita em mim como eu acredito neles", frisa o comandante, que tem vindo a imprimir uma forte dinâmica no Corpo de Bombeiros de Lagos, com especial destaque para a implementação do Grupo de Salvamentos Especiais. Márcio Regino é também coordenador municipal da Proteção Civil de Lagos.

festa banho

o Lagos e Praia da Luz

2024

29 de agosto

Animação | Espetáculos | Petiscos
Concursos de Trajes de Banho



ACRAL

Associação do Comércio
e Serviços da Região do Algarve



Entrada livre
+ INFO cm-lagos.pt

EVENTO DECORREU ENTRE 24 E 28 DE JULHO

Milhares de pessoas no Arte Doce



FOTOS: CM LAGOS

PREMIADOS CONCURSO ARTE DOCE

TEMA LIVRE:

1º lugar

Eugénia Militão

(Os Docinhos da Gena)

2º lugar

Filipa Militão

3º lugar

Tânia Joaquim

(Atelier dos Sabores)

TEMA OBRIGATÓRIO 'LIBERDADE':

1º lugar

Filipa Militão

2º lugar

Jorge Sequeira

(As Passinhas do Algarve)

3º lugar

Maria Fernanda Lourenço

(Cantinho Doce da Fernanda)

CONCURSO QUALIDADE NA TRADIÇÃO

Melhor Morgado

Andreia Alves

Melhor D. Rodrigo
Graça Carvalho

Melhor Doce Fino
Eugénia Militão

Melhor Doce de Figo
Sónia Santos

CONCURSO 'DOCES DE INOVAÇÃO'

Filipa Canelas (Avonde)

A35ª edição da Feira Concurso Arte Doce atraiu milhares de pessoas a Lagos, entre 24 e 28 de julho, comprovando que este é já um dos eventos de referência no Algarve.

Além dos doces regionais e do concurso, que decorreu em paralelo, houve espetáculos musicais, artesanato, tasquinhas, animação infantil e 'show-cooking'.

Em ano dedicado aos 50

anos do 25 de Abril de 1974, o tema da 'Liberdade' esteve bem patente na feira, na qual o Ribatejo foi a região convidada, apresentando alguns dos seus sabores e artistas.

Com dois palcos e uma zona 'lounge', entre artistas locais e convidados, a música foi um dos pontos fortes, com especial destaque para os cabeças de cartaz Expensive Soul, Fernando Daniel, Hybrid Theory - The Linkin Park Tribute, Plutonio e Luís Trigacheiro.

Ainda assim, a essência do

evento continua a estar na mesaria das doceiras e doceiros que lutam para preservar a doçaria regional algarvia.

Com novo aumento do número de negócios presentes, registaram-se muitas filas nos 'stands', fazendo as delícias dos visitantes. Como contributo e homenagem ao seu trabalho, a Câmara Municipal de Lagos voltou a premiar os participantes através dos concursos - Arte Doce (tema livre e obrigatório), Qualidade na Tradição e Inovação).



Arade Premium Village

Este excepcional projeto conta com uma variedade de lotes para construção de moradias isoladas e geminadas, bem como apartamentos, moradias em banda e vivendas chave-na-mão que prometem satisfazer todas as preferências dos seus compradores.

Mais de 70% das unidades já foram vendidas.

Belavista-Ferragudo

**A PARTIR DE
€235.000**



DE FORMA MAIS SUSTENTÁVEL E ECONÓMICA

Cinco plantas para refrescar a sua casa

Com a chegada das altas temperaturas, a procura por formas eficazes de refrescar a casa torna-se uma prioridade. Uma solução simples e natural é a utilização de plantas

de interior que, além de embelezarem o espaço, ajudam a purificar o ar e a reduzir a sensação térmica, transmitindo uma sensação de maior conforto.

No entanto, o preço das plantas, principalmente de maior porte, pode tornar-se

exorbitante. Uma alternativa mais económica é comprar plantas em plataformas de artigos reutilizados, onde pessoas que propagam as suas plantas as partilham com a comunidade, a preços reduzidos.

Esta prática não só promo-

ve a economia circular, como também incentiva o cultivo de plantas de forma mais acessível e ecológica.

Fique a conhecer as cinco melhores plantas para fazer frente ao calor de forma sustentável e económica.

FOTOS: D.R.

1 Lírio da Paz

Conhecido pela sua capacidade de purificar o ar e remover toxinas, o Lírio da Paz é uma planta que não só melhora a qualidade do ar, mas também contribui para um ambiente mais fresco e agradável.



3 Pothos

Fácil de cuidar e extremamente resistente, o Pothos é uma planta que se adapta bem a diferentes condições de luz. É ideal para quem procura uma solução prática e eficaz para refrescar o ambiente sem ter de dedicar muito tempo aos cuidados destas plantas.



5 Palmeira Areca

Esta planta tropical é excelente para aumentar a humidade do ar, tornando o ambiente mais fresco. A sua presença traz uma sensação de grandeza e bem-estar ao espaço.



2 Feto ou Samambaia

Estas plantas são excelentes para humidificar o ar e criar um microclima mais fresco em casa. A sua folhagem exuberante adiciona um toque de verde que torna qualquer espaço mais acolhedor e refrescante.



4 Sansevieria ou Espada de São Jorge

Conhecida também pela sua durabilidade e baixa manutenção, a Sansevieria é uma ótima escolha para purificar o ar e adicionar um elemento de frescura até nos dias mais quentes.



AGOSTO A NÃO PERDER

CONSULTE A PROGRAMAÇÃO COMPLETA EM
www.vivaportimao.pt

VIVA PORTIMÃO



FESTIVAL DA SARDINHA

Até 4 agosto
Zona Ribeirinha de Portimão



HUMOR.PTM - FESTIVAL DE COMÉDIA DE PORTIMÃO

1 a 24 agosto, 22h00
TEMPO - Teatro Municipal de Portimão



FESTIVAL MAR ME QUER

8 a 10 agosto
Zona Ribeirinha de Portimão



WORLD PRESS PHOTO

Até 18 agosto
Antiga Lota de Portimão



FIM SUPERBIKE WORLD CHAMPIONSHIP

9 e 10 agosto
Autódromo Internacional do Algarve



QUINTAS-FEIRAS AO LUAR

Até 5 setembro, 18h00-22h00
Rua Direita, Rua do Comércio e Largo da Mó

E AINDA

PADEL PORTIMÃO OPEN

1 a 4 agosto
Complexo Municipal de Ténis e Padel de Portimão

FESTAS DE SANTO ANDRÉ

3, 4, 10 e 11 agosto
Largo da Igreja da Penina

ARTES E SABORES DA NOSSA TERRA

10 e 11 agosto
Adro da Igreja da Mexilhoeira Grande

FESTIVAL DE ACÓRDEÃO

24 agosto, 21h30
Praça da República (Alameda)

ANTEVISÃO SETEMBRO

ARREBITA PORTIMÃO

6 e 7 setembro

FESTIVAL DA JUVENTUDE

6 e 7 setembro

FESTIVAL DO BERBIGÃO

13 a 15 setembro

MARIONETAS • BONECOS • FANTOCHESES

6 a 8 setembro

HORIZON + LA SPIRE

20 e 21 setembro



SUBSCREVA
A NEWSLETTER
DE PORTIMÃO!



SIGA-NOS





O que causa as alergias?

Raquel Calisto • Médica - Núcleo de Estudos de Doenças Respiratórias da SPMI

Uma alergia decorre de uma reação anormal do sistema imunológico a uma substância que designamos de alergénio. As substâncias a que chamamos de alergénios não causam nenhuma reação em pessoas não alérgicas, mas causarão reações que podem ser leves ou graves a quem é alérgico a elas.

O que causa as alergias?

Há pessoas cujo sistema imunológico identifica como estranhas determinadas sustâncias – os alergénios. Assim, o sistema imunológico (que é o mesmo que defende o nosso organismo atacando os vírus e as bactérias que nos infetam e poem doentes), quando contacta com alergénios, identifica-os erradamente como elementos estranhos e ativa determinadas proteínas no nosso organismo que ficam em alerta e que assim se manifestam de diferentes formas.

Algumas pessoas têm uma condição que se designa por atopia que faz com que tenham muita facilidade em fazer reações alérgicas diferentes. Há reações alérgicas leves e há reações alérgicas graves que pode pôr em risco a vida da

pessoa como asma alérgica grave e anafilaxia.

As alergias são comuns?

As alergias são cada vez mais comuns nos países desenvolvidos como Portugal. Na Europa a alergia é uma das doenças crónicas mais comuns e estima-se que um em cada cinco europeus com doença alérgica tenham manifestações graves da doença. A asma afeta por exemplo cerca de 5-10% dos adultos na Europa.

Quem desenvolve alergia?

Qualquer pessoa pode desenvolver uma alergia ao longo da vida. Cerca de metade dos doentes com alergia são crianças. A dermatite atópica que é uma manifestação de doença alérgica na pele atinge neste momento cerca de 20% das crianças.

Que tipo de reações alérgicas existem?

Existem diferentes tipos de reações alérgicas, que podem apresentar-se de diferentes formas:

- Rinite alérgica – é muito frequente nesta altura do ano, porque existem polens no ar. Estes doentes apresentam espirros recorrentes e pingos no nariz como manifestação.
- Conjuntivite alérgica – ma-

nifesta-se por comichão nos olhos que ficam vermelhos e com lacrimejo após exposição a um alergénio (pelos de animais por exemplo)

- Urticaria – manifesta-se por manchas vermelhas na pele que dão muita comichão
- Angioedema – manifesta-se por inchaço da pele e do tecido debaixo da pele que surge de forma repentina após contacto com um alergénio. Pode afetar os lábios, a língua, os olhos ou a garganta e pode pôr em risco a vida da pessoa.
- Dificuldade a respirar – no caso de uma reação alérgica grave súbita como a anafilaxia ou no caso de asma grave de causa alérgica a pessoa apresenta dificuldade a respirar, pieira e sensação de opressão no peito.
- Vómito- sobretudo quando o alimento ingerido é um alergénio, um dos mecanismos de defesa imediato do organismo é o vômito.
- Colapso – no caso de uma anafilaxia libertam-se mediadores químicos no organismo que causam colapso cardio-circulatório e que podem levar à morte.

Quais são alguns dos alergénios possíveis de causar estas reações?

Os polens muito presentes no ar nesta altura do ano são causadores frequentes de alergia nomeadamente de rinite, conjuntivite e de asma alérgica. Há pessoas alérgicas aos ácaros do pó da casa que dão como manifestação frequente sintomas respiratórios onde se inclui a asma.

Há alergia ao pelo de gatos e cães, ao veneno de insetos como as vespas e abelhas, a medicamentos como a penicilina e a alimentos diversos como as nozes, o kiwi, o pêssego, os mariscos, o ovo, entre outros. Há também alergias a químicos como o latex. Há uma lista muito vasta de alergénios possíveis, estes são só alguns.

Suspeito que tenho uma alergia, como devo proceder?

Se considera que teve uma reação alérgica deve procurar o seu médico assistente e até lá deve evitar a exposição a esse alergénio. A avaliação do médico é importante para perceber se é um alergénio possível ou não, se precisa de fazer testes adicionais para esclarecer e se há tratamento para a sua alergia (medicamentos ou dessensibilização por exemplo).

Espetáculo COMEMORATIVO

DIA DO MUNICÍPIO

20 — AGOSTO 2024

ALBUFEIRA

August 20th
Fisherman's Square
Music & Fireworks
10.00pm

22h00
Praça dos
Pescadores

MIGUEL ARAÚJO

Com convidados especiais

BARBARA TINOCO &
ANTÓNIO ZAMBUJO



FOGO DE ARTIFÍCIO



DJ SET
DEELIGHT

feat. NICOLE SILVER & LANDU BI

Organização:

Albufeira
MUNICÍPIO
www.cm-albufeira.pt

Organização:



Produção:


TAVOLANO STRA
EVENTOS GLOBAIS



Welcome to **Lagoa** algarve

