

'Mata Porcos': de taberna a restaurante

Fernando ajuda a mãe
Maria Santos, com 88 anos,
a manter viva a tradição. **P8-9**



Portimão Jornal

Quinzenário • Ano 6 • Nº130
Diretor: Rui Pires Santos

CENTENÁRIO

Bombeiros lançam
concurso de
fotografia **P3**

POLÍTICA

IL justifica voto
contra Orçamento
Municipal **P4**

CAMPANHA

EMARP quer mais
'embaixadores da
sustentabilidade' **P5**

PINTURA

'Symposia' expõe
cinco anos de
criação artística **P15**

PROVA

Taça de Portugal BMX
Race abre no Parque
da Juventude **P16**

Ginástica P'lo Ar aposta na formação mais de uma centena de atletas



Primeiros passos da associação foram dados pela professora Armandina Fortes. Hoje, Pedro Lobato dinamiza o grupo sediado na Escola Secundária Poeta António Aleixo e até há lista de espera em todas as classes. **P10**

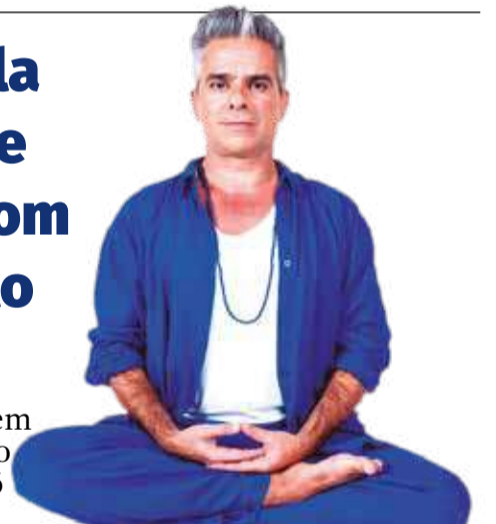
Portimão recebe festa do Ano Novo Chinês



Dança, espetáculos, exposições e demonstrações
diversas de cultura milenar são apresentadas
entre 20 e 28 de fevereiro. **P3**

Jel assinala 30 anos de carreira com espetáculo no Museu

'Quem te viu e quem
te vê' sobe ao palco
a 13 de março. **P16**



Rafael Couto estreia-se no Festival Entrelaçados

Evento da Dancenema é rampa de lançamento
para jovem portimonense como coreógrafo. **P12**



PUB

Intermarché
VIVER BEM AO MELHOR PREÇO

AS GRANDES PROMOÇÕES
CONTINUAM, O FOLHETO
EM PAPEL APENAS NA LOJA.
CONSULTE-O EM WWW.INTERMARCHE.PT



PORTIMÃO - Cabeço do Mocho • 8h30-21h | PRAIA DA ROCHA - Ed. Varandas da Rocha • 8h30-20h

RAIO-X

A foto



MOSTRA • A 'Start Work' voltou a dar a conhecer uma verdadeira dinâmica a nível da educação e da formação no concelho, entre 4 e 6 de fevereiro, envolvendo diversos agentes da comunidade e mobilizando muitos jovens no Portimão Arena que tiveram oportunidade de tomar contacto com profissões e percursos de futuro.

A frase

“ Foi dado um passo importante. O Orçamento Municipal para 2026 foi aprovado num contexto político novo, plural e exigente como a democracia deve ser. Foi construído com diálogo, projetos de vários partidos, cedências reais do partido mais votado colocando Portimão e as suas freguesias acima dos jogos políticos” **Álvaro Bila, presidente da Câmara Municipal de Portimão**

PORTIMONENSE EM AÇÃO

Juvenis do futsal apurados para a final

A equipa de juvenis de futsal do Portimonense Sporting Clube está apurada para a final da Liga Algarve, depois de ter ultrapassado o Farense, com duas vitórias em outros tantos jogos. A superioridade dos jovens alvinegros ficou logo patente no primeiro jogo, em Faro, face a uns expressivos 12-3. Depois, a atuar em casa, a qualificação ficou devidamente carimbada, com nova goleada, por 11-0. Resultados dos diferentes jogos nas diversas modalidades: **FUTEBOL** – Sub-14: EF Faro-Portimonense, 2-0, e Mexilhoeira-Portimonense B, 2-3; Sub-15: Portimonense-Ançã, 2-2; Sub-16: Portimonense-Louletano, 2-1; Sub-17: Portimonense-Guia, 7-0;

Sub-18: Portimonense-Guia, 2-2; Sub-19 f: Portimonense-Lusitano Évora, 2-1; Seniores: Portimonense-Oriental, 0-2. **FUTSAL** – Benjamins: Portimonense-Farense, 3-2; Infantis: Portimonense-António Aleixo, 10-0; Iniciados: Portimonense-Pedra Mourinha, 6-3; Juvenis: Farense-Portimonense, 3-12, e Portimonense-Farense, 11-0; Juniores: Portimonense-Castromarinense, 6-7; Seniores: ACR Lordelo-Portimonense, 1-5 (Taça de Portugal). **BASQUETEBOL** – Sub-23: Paço de Arcos-Portimonense, 83-65; Seniores: Imortal-Portimonense, 78-86. Os outros escalões participaram nos torneios de Carnaval. – HN



NA OUTRA MARGEM



Carla Pontes apresenta 'O Mar em Mim' no Convento de São José

MÚSICA • O Centro Cultural Convento de São José recebe a sexta edição do 'ConVento Levante', no dia 8 de março, às 17h00. O destaque será o concerto 'O Mar em Mim', protagonizado pela soprano Carla Pontes, que se apresenta, desta vez, num formato acústico e intimista, acompanhada pelo guitarrista Tiago Valentim. O projeto revisita o álbum homónimo lançado em 2022, onde Carla Pontes, artista de formação clássica, explora a sua versatilidade no universo neo-fadista e da 'world music'. Com o mar como fio condutor poético, o espetáculo oferece uma viagem sensível por emoções e memórias lusas, despidendo as canções da sua roupagem original para revelar a sua essência mais pura através da voz e da guitarra clássica, descreve a associação Ideias do Levante. A entrada é gratuita, mas sujeita à lotação do espaço.

Lagoa acolhe nova edição do circuito Ibn Ammar

XADREZ • Uma nova edição do circuito de xadrez Ibn Ammar decorre, ao longo do ano, no Pavilhão Desportivo Jacinto Correia, promovido pelo Núcleo de Lagoa desta modalidade. A competição tem o apoio da Câmara Municipal e da Associação dos Clubes de Xadrez do Algarve e destina-se a jogadores federados, sendo os resultados homologados para efeito de 'ranking' internacional. A próxima sessão será no dia 28 de março, seguindo-se provas a 13 de junho, 4 de julho, 25 de julho e 27 de setembro. Os torneios jogam-se em sistema suíço, no ritmo de dez minutos por jogador com cinco segundos de incremento por lance, sendo composto por sete jornadas, com início às 14h30 e decorrendo até às 17h30. A entrega de prémios será às 18h00. As inscrições são sempre limitadas a 60 participantes e devem ser efetuadas por email (nxlagoa@gmail.com) até 48 horas antes do início de cada torneio.

'Quantos Sopros tem o Vento?' será divulgado na Biblioteca Municipal

LITERATURA • A apresentação pública do livro 'Quantos Sopros tem o Vento?' está agendada para dia 27 de fevereiro, às 18h00, na Biblioteca Municipal de Lagoa. A obra é da autoria do Clube de Escrita Criativa e será apresentado por José Águas da Cruz. Com entrada livre, a publicação é a segunda nascida no âmbito deste grupo, reunido no âmbito de um projeto de continuidade iniciado neste equipamento cultural em 2015. Com sessões todas as semanas, tem coordenação e condução do professor e escritor lagoense David Roque e parte da parceria com a Associação Cultural e Desportiva de Ferragudo. O livro reúne 14 contos de tema livre, numa antologia que reflete a diversidade de autores.

'Une Histoire Vraie' sobe ao palco do Auditório Carlos do Carmo

TEATRO • Pauline regressa à casa de infância movida por uma dúvida inquietante que a acompanha há muito tempo. Ao visitar os espaços que guarda na memória, reencontra sinais perturbantes e reveladores sobre as suas origens. Esta é a história principal da peça de teatro 'Une Histoire Vraie' que será apresentada este sábado, dia 21 de fevereiro, às 19h00, no Auditório Carlos do Carmo. Nesta peça, as memórias de infância da protagonista fundem-se agora com constatações factuais. Pauline reconstitui a história da sua vida e descobre que, por detrás da imagem arrepiante do casal Tenardier, que a criou como filha, se esconde também uma manifestação de amor comovente. Os bilhetes custam seis euros e podem ser adquiridos online (bol.pt).

Mostra cultural compõe programa

Portimão foi escolhida para receber festa do Ano Novo Chinês

Dança, espetáculos, exposições, caligrafia e tradições serão atrativo da entrada no ano do Cavalo, que terá lugar na antiga lota.

A antiga lota de Portimão e a zona ribeirinha recebem, entre os dias 20 e 28 de fevereiro, as celebrações oficiais do Ano Novo Chinês, que este ano assinalam a entrada no Ano do Cavalo. Espetáculos, exposições e demonstrações culturais integram o programa da comemoração 'Feliz Ano Novo Chinês'.

As tradições e a identidade da China serão, por isso, o centro deste evento, que pretende dar a conhecer à comunidade esta cultura milenar, mas também festejar esta importante data. O convite é para a participação de todos, residentes e turistas, sendo que todas as atividades são de entrada livre e gratuita.

A cerimónia de abertura do evento 'Feliz Ano Novo Chinês' está prevista para esta sexta-feira, 20 de fevereiro, às 15h00, no Largo da antiga lota. Este momento inaugural será pautado pelas embleáticas 'Danças do Dragão' e do Leão, bem como por atuações musicais e danças folclóricas.

Outro dos pontos altos será a abertura de uma exposição documental sobre os costumes do 'Festival da Primavera', esta que é uma festividade tradicional que marca a reunião das famílias.



Danças serão um dos atrativos desta festa

No fim de semana, a 21 e 22 de fevereiro, às 11h00 e às 15h00, o mesmo recinto acolhe diversos espetáculos e atividades culturais. É o caso de demonstrações de 'Kung Fu' ou de música tradicional e dança. No edifício da antiga lota, o convite será para participar nas sessões de caligrafia chinesa ou para visitar, entre as 10h00 e as 17h00, a exposição de fotografia dedicada às tradições folclóricas.

Em 2026, o ciclo do Cavalo inicia-se a 17 de fevereiro, sen-

do a data celebrada em Portimão através do evento que promove o intercâmbio cultural e a aproximação entre os povos.

A celebração é organizada pela Embaixada da República Popular da China em Portugal e coorganizada pela Câmara Municipal de Portimão, com o apoio institucional da Delegação Económica e Comercial de Macau em Lisboa, da Direção dos Serviços de Turismo de Macau e da Comissão Organizadora do Feliz Ano Novo Chinês no Sul de Portugal.

Ação cruza teatro, narração e estímulo à leitura

Biblioteca Municipal recebe 'Luas Mágicos'

Ana Carolina F. M. apresenta, no dia 7 de março, às 16h00, na Biblioteca Municipal Manuel Teixeira Gomes, 'Luas Mágicos', uma criação original que alia teatro e narração ao estímulo da leitura.

A história é contada por Olívia e João, duas das crianças que

pertencem ao grupo de teatro infantojuvenil do Clube de Instrução e Recreio Mexilhoeirense, ao qual a autora dá aulas de expressão dramática.

"Olívia é uma menina que vive numa lua prateada. Os habitantes dessa lua têm poderes, assim como os habitantes das sete

luas coloridas que giram em torno do planeta branco. Certo dia, a Olívia fica doente e a sua mãe rouba todos os poderes para a salvar. Sem cor, as luas começam a cair e as pessoas têm de ir viver para o planeta branco e recomeçar uma nova vida", descreve a autora. O evento tem entrada livre.



Atleta portimonense foi o melhor português

Miguel Gago alcança sétima posição no Grand Slam de Paris

O judoca Miguel Gago (-66kg) foi o melhor português, de entre os três que participaram no primeiro dia da competição Grand Slam de Paris, no dia 7 de fevereiro. A competição marca o arranque do circuito mundial em 2026 e o judoca portimonense, em representação da Associação Académica de Coimbra, terminou no sétimo lugar da categoria, uma vez que falhou o acesso às meias finais. Não teve também, portanto, a possibilidade de conquistar uma medalha de ouro ou de prata, pois perdeu por 'ippon' com o francês Daiki Bouba. Ainda assim, nesta prestigiada prova, eliminou o quinguz Erbo Abasbekovl, o azeri Nazir Talibov e o brasileiro Ronaldo Lima. Nas 'repescagens' que lhe poderiam ter dado acesso à disputa da medalha de bronze, o portimonense cedeu frente ao italiano Valerio Accogli. Este resultado elevou o judoca Miguel Gago em 16 lugares no 'ranking' mundial, ocupando agora a 56ª posição.

População é desafiada a partilhar imagens

Concurso de fotografia quer mostrar história dos Bombeiros

A população é desafiada a partilhar as melhores imagens que retratem a história, a dedicação e a coragem dos Bombeiros de Portimão ao longo dos seus 100 anos. Este Concurso de Fotografia é uma das iniciativas que marcam o Centenário dos Bombeiros de Portimão. Por isso, o convite é para que, sejam partilhadas as melhores imagens que retratem a história, a dedicação e a coragem destes bombeiros, estando a participação aberta a todos. Os interessados podem enviar até três fotografias, antigas ou recentes, a cores ou a preto e branco. A data limite para participação é 12 de julho e as participações podem ser enviadas por email (marca@ahbvp.pt). O regulamento pode ser consultado nas redes sociais da instituição. As 50 melhores fotos serão integradas numa exposição comemorativa alusiva à efeméride.

Ação dirige-se a crianças entre os 5 e os 12 anos

Teia D'Impulsos abre inscrições para férias 'Entre Brincar e Aprender'

O programa das férias da Páscoa 'Entre Brincar e Aprender', da associação Teia D'Impulsos, tem as inscrições abertas. A iniciativa dirige-se a crianças e jovens dos 5 aos 12 anos, aliando diversão, aprendizagem e bem-estar durante a próxima interrupção letiva. "Pensado para apoiar as famílias nesta altura do ano, o programa oferece uma alternativa educativa e dinâmica, onde as crianças são convidadas a experimentar, vivenciar e explorar um conjunto diversificado de atividades", descreve a associação. Entre as propostas estão sessões de cinema, atividades na horta, experiências 'Snoezelen', culinária, entre outras dinâmicas lúdico-pedagógicas, promovendo o desenvolvimento pessoal, social e emocional dos participantes. As atividades decorrem nos dias úteis, das 9h00 às 17h00, durante o período das férias, com exceção do feriado de 3 de abril. Os interessados podem consultar as condições online (teiadimpulsos.pt).

SOCIEDADE

Estrutura votou contra na última reunião

IL diz que "Orçamento gere presente, mas compromete futuro"

Defendem que “sob uma aparência de normalidade e equilíbrio imediato, consolida um rumo que vai contra tudo aquilo que Portimão precisa para se desenvolver de forma sustentável”.

A Iniciativa Liberal votou contra o Orçamento Municipal de Portimão para 2026 e as Grandes Opções do Plano para 2026–2030, em Assembleia Municipal, na reunião de 2 de fevereiro.

A estrutura refere que este “não é um Orçamento caótico nem tecnicamente descontrolado. Mas é precisamente por isso que se torna politicamente mais grave. Porque, sob uma aparência de normalidade e equilíbrio imediato, consolida um rumo que vai contra tudo aquilo que Portimão precisa para se desenvolver de forma sustentável”, refere a estrutura, justificando o voto contra.

“O documento apresentado para 2026 ascende a cerca de 98,3 milhões de euros, cumpre formalmente a regra do equilíbrio orçamental, não prevê novo endividamento estrutural e assenta fortemente na utilização de saldos de

execução acumulados”, acrescenta.

“À primeira vista, poderia parecer um Orçamento prudente. Mas essa leitura é enganadora, porque ignora o essencial: o caminho que está a ser traçado para os próximos anos”, refere ainda a IL. No ponto de vista dos eleitos, o documento prevê a gestão do presente, consolidando um modelo económico que deixa a autarquia “dependente do mercado imobiliário, da construção e do turismo, sem ambição reformista, sem estratégia de diversificação económica e sem vontade política de modernizar o funcionamento do município”, afirma ainda a IL.

“Contas certas são um ponto de partida, não um ponto de chegada. Portimão precisa de visão, de clareza e de coragem política para mudar de rumo. Este Orçamento não o faz e a Iniciativa Liberal não pode legitimá-lo”, conclui.



ANA SOFIA VARELA

Iniciativa Liberal considera que Portimão necessita de visão e coragem política

Receitas de bolso

Mocktail Cítrico Refrescante

Gonçalo Correia
Curso: Aluno do 3º ano do curso de Técnico de Restaurante Bar

TURISMO DE PORTUGAL escola de Portimão

INGREDIENTES

- 120 ml sumo de laranja
- 20 ml sumo de limão
- 15 ml xarope de açúcar ou grenadine
- Água com gás (a gosto)
- Gelo
- Rodela de laranja ou hortelã (opcional)

PARA A DECORAÇÃO:

Rodela de laranja e hortelã

PREPARAÇÃO DO COCKTAIL:

Encha um copo alto com gelo. Junte o sumo de laranja, limão e o xarope de açúcar ou grenadine. Complete com água com gás. Mexa, suavemente. Decore e sirva.



DR.

Empreendedores sublinham mais valia do projeto

AuroraMed apresenta soluções de Inteligência Artificial ao Governo

A tecnológica portuguesa líder no desenvolvimento de soluções de Inteligência Artificial (IA) para o setor da saúde, a AuroraMed, reuniu-se com o gabinete do secretário de Estado da Digitalização para apresentar contributos técnicos para a Agenda Nacional de Inteligência Artificial. O encontro serviu para demonstrar a forma como a tecnologia desenvolvida pela empresa já está a transformar a realidade operacional do Serviço Nacional de Saúde (SNS). A audiência contou com a participação de Sérgio Menezes Pina, Miguel Coquet e Carlos Gouveia Martins, os três fundadores da AuroraMed, que partilharam a experiência prática da empresa na implementação de algoritmos de apoio à decisão clínica e otimização de processos hospitalares.

Iniciativa decorre no auditório do Museu

GRATO organiza III Colóquio sobre Adições – Saúde Mental

O Grupo de Apoio aos Toxicodependentes (GRATO) promove, na próxima terça-feira, dia 24 de fevereiro, entre as 9h00 e as 17h00, o III Colóquio sobre Adições – Saúde Mental. A iniciativa dirige-se a alunos, professores, profissionais de serviço social, saúde, serviços prisionais e todos os interessados neste tema. As inscrições estão abertas e podem ser realizadas online (forms.gle/LWYEsQ6vEpav-QWp1A), sendo obrigatórias, mas gratuitas.

Iniciativa integra a campanha 'Recicla por mim'

EMARP volta a 'procurar' embaixadores da sustentabilidade

Inscrições estarão abertas até 28 de fevereiro e podem ser realizadas na página oficial da Empresa Municipal.

A Empresa Municipal de Águas e Resíduos de Portimão (EMARP) volta a lançar o desafio às gerações mais novas para assumirem o papel de embaixadores da sustentabilidade, no âmbito da campanha 'Recicla por Mim'.

As inscrições estão abertas até 28 de fevereiro e os interessados podem preencher o formulário disponibilizado online (emarp.pt/documentos/formularios/emarp-insc_reciclapormim.pdf).

Podem participar nesta ação crianças e jovens, entre os 6 e os 18 anos, com o objetivo de incentivar a comunidade a valorizar a correta separação dos resíduos

orgânicos.

O grupo de embaixadores contribuirá para dar voz à missão coletiva e urgente de separar e valorizar os resíduos em prol de um planeta mais sustentável.

Integrada na estratégia 'Zero Desperdício', a campanha 'Recicla por Mim' surge como um apelo à ação, promovendo boas práticas de reciclagem, com especial enfoque nos resíduos orgânicos, sem descuidar a importância da correta separação do papel, vidro, plástico e metal, explica a EMARP.

Os jovens serão, mais tarde, protagonistas de ações de sensibilização e de conteúdos de comunicação, inspirando as famílias e



Promover boas práticas de reciclagem é o principal objetivo desta ação

a comunidade para a adoção de comportamentos mais responsáveis e sustentáveis.

A campanha pode ainda ser acompanhada através da rubrica 'Recicla Por Mim', na Alvor FM,

pautada por conversas breves, mas inspiradoras, com os jovens participantes.

EMARP

PUB

EXPOSIÇÃO

SYMPOSLIA

Pintura em Diálogo

mu ~~eu~~ e ~~ortim~~ o

21 FEV. - 19 ABRIL

www.museudeportimao.pt



POLÍTICA

Eleições decorreram no dia 8 de fevereiro

António José Seguro venceu as presidenciais em Portimão

Nas três freguesias, no segundo sufrágio, os eleitores deram um voto de confiança ao candidato que foi o mais votado também no país e será o novo Presidente da República.

D.R.



António José Seguro tomará posse a 9 de março

Ana Sofia Varela

António José Seguro foi eleito Presidente da República no segundo sufrágio que decorreu no dia 8 de fevereiro, vencendo com 66,83% dos votos, face aos 33,17% de André Ventura, líder do Chega, a nível global, incluindo consulados.

Também em Portimão, os eleitores deram um voto de confiança a António José Seguro, que venceu assim em todo o território. Na freguesia portimonense, venceu por 54,59%, enquanto o adversário obteve 45,41% dos votos. Houve ainda 2,84% em branco e 1,47% nulos.

Em Alvor, a votação foi semelhante sendo vitorioso com 55,66 por cento e André Ventura a conquistar 44,34 por cento do eleitorado votante. Houve ainda 3,05 por cento de votos em branco e 1,61 nulos.

Na freguesia da Mexilhoeira Grande, a votação não fugiu muito à regra, com António José Seguro a conseguir chegar aos 56,07 por cento dos votos, e André Ventura a ficar-se pelos 43,93 por cento. Houve ainda 2,82 por cento de votos nulos e 1,53 nulos.

Também em Portimão, os eleitores deram um voto de confiança a Seguro, que venceu no concelho

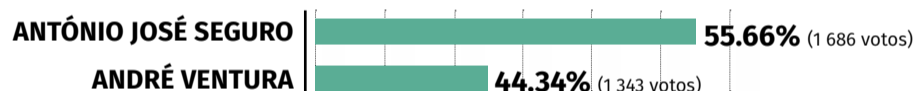
RESULTADOS NO CONCELHO



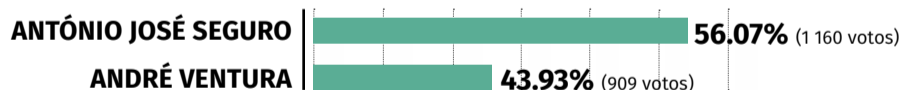
RESULTADOS NA FREGUESIA DE PORTIMÃO



RESULTADOS NA FREGUESIA DE ALVOR



RESULTADOS NA FREGUESIA DA MEXILHOEIRA GRANDE



Fonte: Secretaria Geral do Ministério da Administração Interna

António José Seguro sucede a Marcelo Rebelo de Sousa, para um mandato de cinco anos, depois de uma luta renhida que obrigou a um segundo sufrágio, algo que não acontecia há muitos anos.

Na primeira volta, a 18 de janeiro, apesar de ter sido o mais votado, não conseguiu a maioria necessária, tendo passado à segunda volta com André Ventura, que foi o segundo mais votado e que, inclusive, venceu em alguns dos concelhos algarvios. É, aliás, nesta região do país que o líder do

Chega tem conseguido bons resultados nas últimas eleições, mas apesar desse facto, neste segundo sufrágio, os votos obtidos não foram suficientes para conseguir a vitória, tendo perdido em todos os 16 concelhos, mesmo que nalguns a margem de diferença tenha sido muito escassa.

A nível nacional, os resultados são ficados no dia 15 de fevereiro, devido aos estragos causados pelas últimas tempestades. De qualquer forma, António José Seguro conseguiu uma vitória

expressiva a nível nacional, com 67,12% dos votos, face aos 32,88 do seu adversário. Esta foi a segunda vez que uma eleição presidencial se discutiu com dois sufrágios. A primeira foi em 1986, entre Mário Soares e Diogo Freitas do Amaral.

Em Portugal, o Presidente da República só pode exercer dois mandatos consecutivos, cada um deles com cinco anos, tendo Marcelo Rebelo de Sousa chegado a esse limite após dez anos de presidência.

O melhor PARA O SEU PATUDO

DE 19 DE FEVEREIRO A 4 DE MARÇO DE 2026

Intermarché
PORTIMÃO



**O FOLHETO EM PAPEL
APENAS NA LOJA.**

Poupamos no papel e
protegemos o nosso Planeta!

AS GRANDES PROMOÇÕES
CONTINUAM SEMPRE
DISPONÍVEIS NO SEU
FOLHETO DIGITAL.

Consulte em
www.intermarche.pt

Portimão: **SUPER**

Praia da Rocha: **MINI**



Aceda aqui ao
folheto digital



8h30-21h00 • 282 457 126 • Cabeço do Mocho • Loja Online • Uber Eats • Siga-nos

BAR RESTAURANTE

COMIDA FEITA POR NÓS
TODOS OS DIAS!

- Menu Almoço 8,49€*
- Grill Carne/Peixe 9,49€*
- Pizzas Artesanais 7,69€*
- Baguetes, Tostas...

(* a partir de)

IMAGEM ILUSTRATIVA

Faça a próxima
compra sem
sair de casa



Uber
Eats

Intermarché
PORTIMÃO

5asec
TEXTILE EXPERT

**DIFICULDADES?
A 5ÀSEC RESOLVE!**



Lavandaria • Limpeza a Seco
Serviço de Costura

INTERMARCHÉ PORTIMÃO

CENTRAIS

Aposta no restaurante foi motivada pelo crescimento do turismo

50 anos de 'Mata Porcos', cinco décadas de identidade

Família agarrou uma tradição, desenvolveu-a e mantém a história viva. Conhecido como um local emblemático, foi criado por António José da Conceição e Maria Santos, a que se juntou o filho Fernando ainda muito novo.

FOTOS: JOSÉ GARRANCHO

José Garrancho

O 'Mata Porcos' começou como uma pequena taberna, aberta na década de 50 do século passado, na Rua Alexandre Herculano, junto ao cruzamento com a Rua João de Deus, ali bem perto da Infante Dom Henrique. Deve o nome ao seu proprietário, que era matador de gado suíno, uma profissão que, entretanto, foi desaparecendo. Desde a primeira hora, o estabelecimento ganhou fama pelas suas bifanas saborosas e tornou-se um ponto de paragem obrigatória.

Em abril de 1974, duas semanas antes da Revolução dos Cravos, o casal António José da Conceição e Maria Santos adquiriu o negócio e desenvolveu-o. Arrendou a loja adjacente, que era do mesmo dono e tinha entrada pela Rua João de Deus, partiu a parede que dividia as duas lojas e deu início a uma casa de pasto, que se transformou, mais tarde, num restaurante.

20 anos depois, António José da Conceição e Maria Santos adquiriram outra pequena casa na mesma artéria, na esquina com a Rua Dr. Manuel de Almeida, conhecida na cidade por ser a antiga



Emblemático restaurante começou como casa de pasto, escassos dias antes do 25 de Abril e permanece ainda aberto ao público

'venda' do Joaquim Águas, onde ainda se mantém o velho conceito da taberna.

António José faleceu há dois anos, mas Fernando Conceição, o filho, que vem explorando o

restaurante 'Mata Porcos' há vários anos, contou a história deste negócio ao Portimão Jornal. Também Maria Santos, que substituiu o marido na taberna famosa pelas bifanas, batizada 'Tasca do Estendal' por um dos netos, mas conhecida por 'Mata Porcos' um pouco por toda a cidade, foi falando do espaço, onde logo pela manhã começa a atender por quem lá passa.

Fernando, falemos então do restaurante, o início da aventura. Como era a casa de pasto?

Havia uma montra de caça e o tacho das bifanas por detrás do balcão. E as cartolas de vinho do Cartaxo, tinto e branco, para venda a copo. Havia muita carne de porco, que o meu pai matava ou mandava matar. A confeção era aqui, havia uma salgadeira e faziam-se as chouriças e morcelas. Eram mais os petiscos do que as refeições formais, porque ainda não havia o hábito de almoçar e jantar fora.

Como decorreu a evolução da casa?

Nos anos 80, o turismo começou

a descobrir Portimão, a Rua das Lojas começou a ser uma zona turística. Abrimos a esplanada e, a partir daí, alterámos o conceito do negócio. Passou de casa de pasto a restaurante. Imagine se os turistas entrassem e vissem um porco morto em cima do balcão? Ou a minha mãe a encher chouri-

ções de vida eram melhores em Portimão e decidiram arriscar. E aqui se mantiveram ambos, durante 20 anos, até à abertura da taberna.

E depois, ficou um em cada loja?

Não exatamente. Delegaram em mim a gestão do restaurante e o

“Imagine se os turistas entrassem e vissem um porco morto em cima do balcão? Ou a minha mãe a encher chouriços? Iam embora e não voltavam mais”

meu pai tomou conta da taberna. Depois, a minha mãe agarrou na 'Nossa Tasca', que andava por baixo, reativou-a e esteve lá 11 anos. Quando foi arrendada, veio para a taberna. A minha mãe tem uma grande mão para a cozinha. Nasce com as pessoas. Hoje, com 88 anos, continua a fazer as melhores bifanas da cidade.

Os seus pais já tinham experiência no ramo?

Já. Tinham uma taberna e uma mercearia, onde está hoje 'A Nossa Tasca', no Malheiro, que era a casa dos meus avós e onde nós vivíamos. No entanto, as condi-

meu pai tomou conta da taberna. Depois, a minha mãe agarrou na 'Nossa Tasca', que andava por baixo, reativou-a e esteve lá 11 anos. Quando foi arrendada, veio para a taberna. A minha mãe tem uma grande mão para a cozinha. Nasce com as pessoas. Hoje, com 88 anos, continua a fazer as melhores bifanas da cidade.



Fernando é o rosto do espaço

“A minha mãe tem uma grande mão para a cozinha. Nasce com as pessoas. Hoje, com 88 anos, continua a fazer as melhores bifanas da cidade”

Há quantos anos é que o Fernando trabalha aqui?

Desde os 12 anos e já tenho 64. Faça as contas. Estou cá desde o início.

Em determinada altura, inscreveu-se num curso de gestão hoteleira. Terminou?

Inscrevi-me, no primeiro curso que houve no polo de Portimão da Universidade do Algarve, em

1992. Não terminei, porque se extinguiu aqui, por falta de alunos, e não me dava jeito ir para Faro, pois já estava a gerir o restaurante. Mas foi muito bom, a nível de experiência e de contactos. O ‘Mata Porcos’ era uma extensão da universidade, pois as festas e os encontros eram aqui. No outro dia, houve uma reunião a comemorar os 30 anos da inauguração do polo universitário,

alguns ex-alunos deram testemunho e apresentaram algumas fotografias do restaurante, que foi referido indiretamente pelo reitor no seu discurso, dizendo que havia sempre grandes festas no fim da Rua das Lojas.

A sua mãe, embora contando já 88 primaveras, ainda pensa ficar uns anos a tomar conta da taberna. E quando ela não puder? Pensa substituí-la, para manter a tradição?

Quem sabe? Essa talvez seja a hipótese mais inteligente, porque o restaurante desgasta muito. Só que também não se pode largar do pé para a mão. Há que ter sempre contacto. Não digo estar aqui o dia inteiro, como agora, mas saber o que se está a passar. Porque isto foi criado por nós. O meu pai

começou e eu continuei, mal ou bem, porque isto nunca foi a minha vocação. Mas nós temos de viver todos os dias.

E ‘A Nossa Tasca’, no Malheiro? Está arrendada. Aquilo foi tudo restaurado pelo meu pai, que fez

frequentada pelos médicos do hospital, mas é muito desgastante, as pessoas envolvem-se e acabam por perder muitas coisas a nível familiar, por falta de tempo. Foi por isso que largou, mas teve o cuidado de não fechar a casa e arrendou-a. Continua aberta,

“Eram mais os petiscos do que as refeições formais, porque ainda não havia o hábito de almoçar e jantar fora”

lá uma coisa bonita, mas era mais para a minha irmã desenvolver lá um conceito de restauração familiar. Estava a correr bem, era

mas não temos qualquer ligação. Contudo, foi a minha mãe que a tornou famosa, com os seus bons cozinhados.

Dona Maria Santos tem 88 anos e ainda atende os clientes

Afinal, é ‘Tasca do Estendal’ ou ‘Taberna Mata Porcos’?



Com 88 anos, Dona Maria ainda confeciona vários petiscos

Na esquina da Rua Alexandre Herculano com a Rua Dr. Manuel de Almeida, lá está ainda hoje, de pedra e cal, a antiga ‘venda’ do Joaquim Águas, hoje a Taberna do ‘Mata Porcos’, gerida por Maria Monteiro Santos Conceição, com 88 primaveras bem conservadas e famosa pelas suas deliciosas bifanas. Ao entrar, chama a atenção um letreiro sobre o balcão, preso por uma corda, dizendo ‘Tasca do Estendal’. Ninguém melhor do que a proprietária para falar dos dois nomes e sobre este espaço tradicional, que resiste aos tempos, ali no centro antigo da cidade.

D. Maria Santos, porquê ‘Tasca

do Estendal’?

Um dos meus netos anda no mundo do cinema e, de vez em quando, gosta de fazer estas brincadeiras. Mas toda a gente conhece por ‘Mata Porcos’, embora não seja. O restaurante é que é.

A decoração é bonita e as mesas são uma maravilha. Onde as adquiriu?

Tudo quanto está aqui, no interior, foi o meu falecido marido que fez. Trespassámos a casa, há 32 anos, e ele modificou tudo, até a posição do balcão. E foi ele quem fez estas mesas, a decoração com os barris, consertou o teto, tudo. Foi sempre tasquinha e ele é que estava aqui, porque

eu tomava conta do restaurante. Aquele é que é o ‘Mata Porcos’, onde já estamos há 52 anos. Quando fomos para ali, ainda era uma tasquinha; depois é que fizemos o restaurante, deitando abaixo uma parede falsa que lá existia. Quando tomámos conta desta tasquinha, ele mudou-se para aqui.

Mas a senhora também esteve uns anos na ‘A Nossa Tasca’, no Malheiro?

Fui fazer ‘A Nossa Tasca’, que é mesmo meu, porque era a casa dos meus pais. Estive lá 11 anos e, depois, voltei para o restaurante. E o meu marido aqui, a fazer estas coisinhas. Entretanto,



Mobília foi feita pelo marido

to, eu já não podia e vim para aqui, deixando o filho no ‘Mata Porcos’.

Esta casa é simples, mas bonita, e parece trabalhar bem, com uma clientela certa?

Vai-se trabalhando. E, no verão, há muitos estrangeiros, que gostam da casa, porque é diferente,

é tradicional. E eu aqui vou cozinhando uns petiscos e servindo umas bebidas. Mas, agora, vou fazendo pouca coisa para comer, porque já não posso fazer muito.

E, quando não puder, vem o filho para aqui?

Ele gostava, mas não sei. O futuro é uma incógnita.

“Um dos meus netos anda no mundo do cinema e, de vez em quando, gosta de fazer estas brincadeiras. Mas toda a gente conhece por ‘Mata Porcos’, embora não seja. O restaurante é que é”

DESPORTO

Associação sediada na Escola Secundária Poeta António Aleixo tem mais de uma centena de atletas

Ginástica P'lo Ar ganhou raízes e continua a apostar na formação

Pedro Lobato, fundador e presidente, destaca o trabalho iniciado por Armandina Fortes e vinca a adesão que esta vertente gímnica, que mistura a rítmica e a acrobática, tem junto da população.



O professor Pedro Lobato e um grupo de alunas sempre entusiasmadas com a prática da modalidade

Hélio Nascimento

A formação gímnica é o primeiro grande objetivo da Ginástica P'lo Ar Associação ESPAA, constituída em novembro de 2010 e que, hoje em dia, continua a ser uma referência no panorama desportivo do concelho de Portimão e de todo o Algarve. Surgiu na sequência de um trabalho iniciado pela professora

Lobato, profundo conhecedor do esforço e dedicação da precursora. “Quando se reformou havia sérios riscos de desaparecer este trabalho e ainda esteve dois anos a apoiar um colega que aceitou ficar responsável pelo cargo, mas era ela que dava as aulas”.

Pedro Lobato, que nasceu em Moçambique, viveu em Vila Real de Santo António e rumou depois a Portimão, não podia ficar

Universidade de Trás-os-Montes e Alto Douro (UTAD).

“Acima de tudo, queremos contribuir para formar atletas no mundo da ginástica”, no caso numa vertente que mistura a rítmica e a acrobática e cuja denominação assenta nas iniciais dos nomes dos fundadores: ‘P’lo’ de Pedro Lobato e ‘Ar’ de Armandina, a que se juntam os termos Associação e ESPAA (Escola Secundária Poeta António Aleixo). “Só funcionamos na António Aleixo, com treinos diários entre as 18h30 e as 20h30”, um horário que, como adiante se verá, é já diminuto para tanta procura.

Os saraus e o ponto alto da época

“Nunca entrámos em competição e muita gente até se admira por isso, mas não temos espaço nem horários para treinar mais”. As atletas, todavia, recebem um “docinho a partir de maio, participando em cerca de uma dúzia de saraus espalhados pelo Algarve”. Há dois anos, note-se, a Associação deu mais um passo na sua atividade, federando-se na Ginástica Para Todos, que

“Nunca entrámos em competição e muita gente até se admira por isso, mas não temos espaço nem horários para treinar mais”

Armandina Fortes, a nível do desporto escolar, que teve em Pedro Lobato um fiel seguidor.

“A professora Armandina trabalhava no antigo liceu, depois passou para a Escola António Aleixo, tendo sido das primeiras a fazer formação gímnica, sobretudo de rítmica”, conta Pedro

indiferente e resolveu prosseguir a iniciativa, fundando com Armandina a Associação sediada na Escola António Aleixo. “Ela aguentou uns anos connosco, era a técnica, mas depois achou por bem parar e nós continuámos”, refere o professor, licenciado em Educação Física e Desporto pela

Responsabilidade e respeito

Pedro Lobato é também o presidente da Associação, defensor intrínseco do propósito de consolidar a ginástica e o desporto escolar, “aproveitando as atletas que faziam e queriam continuar a fazer” este desporto, o que, aliás, está consagrado nos estatutos. “O futuro? O objetivo é formar e trabalhar outros valores, como a responsabilidade, o respeito pelos outros, pelo material e até pelas horas. Depois queremos também dar visibilidade ao nosso trabalho e que as atletas tenham o seu momento”.

em Portugal é organizada e promovida pela Federação e que, de resto, é celebrada mundialmente.

“Participamos num evento regional, da Associação do Algarve, e num nacional, o ‘Gym For Life’, que valoriza a participação e espírito de equipa e no qual os grupos recebem menções de ouro, prata e bronze”, explica Pedro Lobato ao Portimão Jornal, repetindo “não dispor de horas de treino para poder entrar em competição”. Paralelamente, há toda a participação nos saraus, como já se disse, bem como nas aberturas de época e fases finais do desporto escolar. E o intercâmbio com os clubes da zona é uma mais-valia – “somos uma família e participamos nas festas uns dos outros”.

A Ginástica P'lo Ar tem dois espetáculos com cunho próprio, um em dezembro, “para comemorar o momento natalício, em que já mostramos algumas coisas”, e depois o sarau anual, “o ponto alto da época”, com os ginastas a exibirem-se a um nível elevado, que faz as delícias de todos, com performances criativas, ritmo contagiante e muito empenho, num momento de alguma solemnidade. “Temos feito esta festa no Pavilhão da Boavista, mas às vezes existem dificuldades para reservar o espaço. Já fomos ao Arade, pavilhão que dá um carácter mais de espetáculo e do qual gostámos, e, para este ano, reservámos o da Boavista, para 13 de junho, mas vamos ver”.

Lista de espera em todas as classes

Mais de 100 alunos evoluem na Associação, “um número que tem vindo sempre a aumentar e que

implica que haja lista de espera em todas as classes, inclusive porque a taxa de abandono é muito baixa”, vinca Pedro Lobato. As classes são seis: a dos minis, dos 3 aos 6 anos, palmo e meio a seguir, formação A e B e mais duas de representação, uma de grupo e outra mais virada para a rítmica. “Tentamos corresponder o nível etário com o nível de prestação da atleta, mas trata-se uma gestão que não é fácil”, reconhece o professor.

A idade das ginastas varia entre os 3 anos e mais de 30, sendo que as ‘menos novas’ estão na classe de rítmica e numa outra que “mistura figuras de acrobática e espaço coreográfico”, tudo graças ao legado de Armandina Fortes, que deixou marcas por todo o lado e tem ‘seguidoras’ em diversas coletividades, como Joana Dias, a diretora técnica da Ginástica P'lo Ar. Além dela e de Pedro Lobato, o corpo técnico integra Débora Duarte, Catarina Falcão (ambas já licenciadas) e Daniela Garcia, todas ex-atletas que quiseram ficar.

“Por classe temos 28/30 atletas, sempre sob a direção de duas pessoas”, sublinha o único homem da Associação. “Ainda existe o mito que esta ginástica é para raparigas. Já tivemos alguns rapazes, agora não, mas a verdade é que nos falta um elemento com força para certos exercícios na acrobática”.

E não se pense que, aludindo à sigla ‘P’lo Ar’, os atletas andem em constantes voos. “De vez em quando andam”, graceja o professor, de 60 anos, com uma vida sempre dedicada ao desporto e que teve no hóquei em patins a sua modalidade de formação. Depois de tirar o curso ficou o bichinho pela ginástica...

30 março a 10 abril

Crianças dos 6 aos 12 anos

Manhã | 9h00-13h00

DESPORTIVAS

Complexo Desportivo de Alvor
Complexo Desportivo da Mexilhoeira Grande
Pavilhão Desportivo da Boavista

CULTURAIS

Biblioteca Municipal Manuel Teixeira Gomes
Museu de Portimão

TURNOS

1º semana: 30 mar a 2 abril
2º semana: 6 a 10 abril

INSCREVA A SUA CRIANÇA

Inscrições por semana | Vagas limitadas

1ª semana: 23 fevereiro

2ª semana: 2 março

Custo: 10€/semana | Sem almoço



Mais informações
www.cm-portimao.pt



27, 28 FEV
01 março

10h - 19h

PORTIMÃO
ARENA
ENTRADA LIVRE

VIDEOJOGOS
ESPORTS
REALIDADE VIRTUAL
INFLUENCERS
e muito mais



CULTURA

Festival de Dança Contemporânea Entrelaçados arranca dia 22 na Fortaleza da Praia da Rocha

Rafael estreia-se na coreografia e dança em palco com Tiffanie

Jovem portimonense tem andado num carrossel de emoções, mas acredita que os espetáculos vão ser um sucesso, para o que muito contribuem a experiência e organização da Associação Dancenema.

Hélio Nascimento

O Festival Entrelaçados começa já este sábado (dia 22) e marca a estreia de Rafael Couto como coreógrafo, um dos muitos aspetos relevantes de um evento que continua a marcar a diferença, e que, neste caso, serve de rampa de lançamento a um jovem portimonense de 22 anos que se licenciou há seis meses e que, como confessa, tem andado num carrossel de emoções nos últimos tempos.

“Tem havido muito stress, mas acredito que do ‘caos’ surja bom material, passando pelo público e com o empenho dos alunos, o que tem sido muito agradável”, atira Rafael, aludindo à peça ‘Como sardinhas enlatadas’, uma composição coreográfica de sua autoria que é, também, um teatro de criação. “Vimos obras no Museu e a partir dessa análise os alunos fizeram pequenos guiões. Tem a ver com lendas e memórias de Portimão e é um puzzle que vamos montando em conjunto”.

Rafael estudou na Escola da Bemposta, formou-se na Escola Superior de Dança de Lisboa e esteve em Espanha. “A Dancenema confiou no meu trabalho e é a minha primeira peça a sério. Acredito que vai correr bem”, adianta, satisfeito com as propostas de tra-

instalações do Clube União Portimonense, local em que o Portimão Jornal assistiu a um ensaio e esteve à conversa com os artistas. “Fala da importância das pistas de dança ao longo dos tempos, um olhar, uma partilha com movimento artístico e espontâneo. Tem, igualmente, uma influência cultural, visando pessoas de diferentes extratos sociais e grupos marginalizados, que têm assim a oportunidade de se expressarem”, explica Tiffanie, bailarina e coreógrafa, que, não obstante os seus 44 anos, diz estar “cada vez com mais energia”.

Convidar o público a dançar

Sócia do Clube União Portimonense, Tiffanie quis aproveitar um espaço do seu agrado para avançar com esta performance. “Gosto do trabalho do Rafael, da parte teatral, e, já que estamos no clube, vamos usar linguagem contemporânea, liberdade e convívio social”. A peça terá a duração de 45/50 minutos e a ideia passa por interagir com o público, levando-o até a dançar, com mistura de partes irreverentes, cómicas e poéticas.

Ao piano estará Paulo Segurado, o presidente da coletividade, homem de artes que, embora rotule de “inesperado” o convite, prontificou-se logo a colaborar. “O foco vai estar nos bailarinos,



Tiffanie e Rafael durante um dos ensaios da peça que vão levar a cena

que o Entrelaçados “tem vindo a crescer muito” e lamentar que “este ano não tenha apoios governamentais”. Mesmo só em duas cidades, “vai ser uma semana intensa, com inúmeras ofertas e uma tertúlia cultural, que é novidade nesta edição”. Aos 70 anos, continua bem ativa por “amor à arte” e considera “estimulante ver esta rapaziada jovem com força e garra para apoiar o nosso projeto”.

Relevância pública e cultural

Esta 7ª edição do Festival de Dança Contemporânea Entrelaçados reforça a ideia de estarmos perante um espetáculo de criação, encontro e reflexão artística, cuja programação, rica e diversificada, reúne artistas profissionais e propostas multidisciplinares ao longo de uma semana. É um “projeto de relevância pública e cultural, comprometido com a democratização do acesso às artes, a valorização da criação contemporânea e o fortalecimento da identidade cultural do Algarve”.

Iniciativa da Associação Cultural Dancenema, o Entrelaçados surgiu em 2016, em Portimão, e desde aí vem crescendo, com

‘ramificações’ nos concelhos vizinhos de Lagos, Lagoa e Silves. Este ano decorre em Portimão e Lagos, com o apoio dos respetivos municípios, abrindo com o tal espetáculo de rua ‘Como Sardinhas Enlatadas’, que ocupará o espaço público da Fortaleza de Santa Catarina, na Praia da Rocha.

A programação, de resto, é muito rica, com vídeo-dança, circo, dança aérea, tertúlia cultural, café-performance, workshop de teatro e, a terminar, um espetácu-

lo no Auditório do Museu de Portimão em que são apresentadas curtas peças em formato de solos e duetos.

Os principais obreiros desta mostra, que é já uma referência nas artes portimonenses, são Thora Nadeshka, responsável pela produção executiva; Nilsen Jorge, diretora artística; os bailarinos e coreógrafos residentes Rafael Couto e Tiffanie Millenka; e os técnicos Beatriz Bernardo e Jorge Fonseca.

O café-performance de dia 27 vai “falar da importância das pistas de dança ao longo dos tempos, um olhar, uma partilha com movimento artístico e espontâneo”

balho que vai recebendo e pronto a “trazer cultura e novas visões, numa linguagem com cunho pessoal”. Entre a coreografia e a dança, escolhe “o melhor dos dois mundos”.

Além do espetáculo de abertura, Rafael contracena com Tiffanie Millenka num café-performance marcado para dia 27, nas

mas é a minha área. É bom ter um leque de sócios assim”, atira, referindo-se a Tiffanie. “O Clube União vai continuar a investir e a explorar outras vertentes e atividades”, fiel ao seu compromisso com a cultura.

Nilsen Jorge, diretora artística e figura maior da Dancenema, junta-se à conversa para sublinhar

Um programa diversificado

A sétima edição do Entrelaçados realiza-se de 22 a 28 de fevereiro, em Portimão e Lagos, com a seguinte programação: dia 22 de fevereiro, às 18h00, abertura do festival com o espetáculo de rua ‘Sardinhas Enlatadas’, na Fortaleza da Praia da Rocha; dia 24, às 20h30, Mostra de Vídeo-Dança na Biblioteca Municipal de Portimão; dia 25, às 14h30, La Trotola (público escolar), e, às 20h00 (público em geral), Arakê, no Centro Cultural de Lagos; dia 26, às 10h30, Oficina Aéreos, no Teatro Experimental de Lagos, e, às 20h30, Tertúlia Cultural (‘O papel da arte na sociedade’), na Casa Manuel Teixeira Gomes; dia 27, às 20h30, Café-Performance, no Clube União Portimonense; dia 28, das 14h00 às 16h00, Workshop Dança-Teatro na Casa das Artes Portimão, e, às 21h00, Solos e Duetos no Auditório do Museu de Portimão.



Jack Soifer
Consultor

O futuro de Portugal

A vantagem de ter consultado 298 empresas em 12 países, a maioria com bons resultados, é que os empresários falam com outros, tornam-se amigos, visitam Portugal, analisam investimentos e sugerem-nos melhores condições. Exportadores de peças para a NASA, de agro-indústria, inovadores na construção em Brasil, Suécia, China, Rússia e América atuam em condições muito distintas e, para concorrer a nível mundial, estudam potenciais clientes, distribuição, leis e investimentos noutros países. Dizem que Portugal tem bom potencial, mas há setores a melhorar.

As agências de controlo nada controlam. As telecoms têm o maior índice de reclamações de toda a UE e a Anacom apenas as re-entrega às operadoras, que respondem ao reclamante como já antes o fizeram. Nada mudam e a Anacom nada faz. No norte da UE, o cidadão tem razão e se a operadora não corrige, é obrigada a pagar uma coima ao cliente e

ao governo. E após várias reclamações similares é obrigada a mudar o aplicativo para não perder a licença, que é pública e pode ser suspensa a qualquer hora. Um empresário reclamou-me da DIGI, que cobrou aos dois adultos da mesma família pelo mesmo serviço. Com o débito automático, as telecoms fazem o que querem. Outros mudam de operadora a cada dois anos, pois, após a fidelização, usurpam preços, taxas e usam truques incríveis.

O mesmo relativo à eletricidade. Após quase um ano de bons serviços, a Galp

nada mudaram. O cliente escreveu que o contrato não poderia ser alterado sem a sua leitura. Mas foi. A fatura que recebera antes era de uns €45-50 por mês e meio, subiu para €154. Ele reclamou, solicitou dia e valor da leitura do contador de eletricidade, não respondido. Reclamou, com dados duplicados da fatura, com uma estimativa muito acima do normal, que poderia chegar aos €60. Enviou a reclamação à ERSE, nada mudou.

Há bancos que fazem o mesmo. Um investidor enviou uma reclamação ao Banco de

seguinte. Mas nada mudou.

Os investidores tecnológicos e potenciais importadores dizem-se inseguros com negócios em Portugal. Aqui reina o “quero, posso e mando”, não mais sob um único político, ou banqueiro até agora sem a sentença final. Agora os cartéis mandam e as agências falam, mas nada fazem.

Isto espantou dezenas de investidores de alta tecnologia que nos visitaram. Ficaram os que usam fundos que o governo lhes oferece, dizem contratar milhares de técnicos. Mas quem conhece essas empresas afirmam que não chegará a metade. Muitos trarão para cá equipamentos semi-novos, para poderem investir no topo de gama lá. O grande lucro irá para lá. E os nossos esforçados empresários e os que mais nos interessam, ao analisar como o cartel manda em setores básicos, as concessões, têm medo de cá investir.

A crise que se avizinha fez centenas de corporações aumentarem os seus fundos de reserva, em vez de distribuir os lucros. Se o governo não copiar o modelo onde o cidadão tem maioria de votos nas agências, para realmente controlar as concessões, teremos uma crise pior do que a de 2010.

"A crise que se avizinha fez centenas de corporações aumentarem os seus fundos de reserva, em vez de distribuir os lucros. Se o governo não copiar o modelo (...) teremos uma crise pior do que a de 2010"

enviou um link a um cliente a dizer que o contrato seria alterado em 01/01/26. O link não abriu, aparentemente um 'crash' entre aplicativos. O cliente reclamou,

Portugal, que a reenviou ao banco, que respondeu ao investidor com o mesmo texto anterior. A reclamação ao banco levou 10 dias a ser respondida, e ao BdP veio no dia



Rita Barosa
Serviço de
Gastroenterologia, ULS
Lisboa Ocidental -
Hospital de Egas Moniz

Anemia: Um problema de saúde pública que não podemos ignorar

A anemia afeta cerca de dois bilhões de pessoas em todo o mundo, sendo mais frequente em crianças, mulheres e idosos. Trata-se de um importante problema de saúde pública, com impacto significativo na qualidade de vida e na saúde geral.

A anemia é uma condição em que o sangue tem uma quantidade insuficiente de hemoglobina, o que reduz a capacidade de transportar oxigénio para os tecidos do corpo. O 'World Anemia Awareness Day', celebrado a 13 de fevereiro, chama a atenção para esta condição. A data simboliza o valor de referência ideal de 13 g/dL de hemoglobina, fundamental para o

transporte adequado de oxigénio no organismo.

Doentes com anemia podem apresentar cansaço excessivo, dificuldade de concentração, palidez da pele, fraqueza muscular e, em alguns casos, alterações cardíacas, como palpitações ou falta de ar.

Existem várias causas de anemia, nomeadamente doenças crónicas e inflamatórias, doenças da medula óssea e doenças genéticas. No entanto, em cerca de metade dos casos a anemia ocorre por deficiência de ferro (anemia ferropénica). Esta pode resultar de ingestão insuficiente de alimentos ricos em ferro, diminuição da absorção do ferro ingerido ou perdas de sangue, nomeadamente pelo tubo digestivo, que podem ou não ser visíveis.

Na investigação das causas de anemia ferropénica, os exames endoscópicos têm um papel central. A endoscopia digestiva alta permite observar o esófago, estômago e duodeno, podendo identificar lesões como úlceras, tumores ou lesões vasculares. A colonoscopia avalia o cólon, reto, e pode avaliar o segmento mais distal do intestino delgado, sendo essencial para detetar pólipos, tumores, lesões vasculares ou doenças inflamatórias.

Em cerca de 5-10% dos casos, a origem da anemia ferropénica encontra-se no intestino delgado, uma região não acessível pelos exames endoscópicos convencionais. Este segmento do tubo digestivo pode ser avaliado endoscopicamente com recurso a endoscopia por cápsula, um exame não invasivo em que o doente engole uma

cápsula com uma câmara, que percorre o tubo digestivo e capta milhares de imagens do intestino delgado. Este exame permite identificar lesões vasculares, doenças inflamatórias ou tumores.

O tratamento da anemia ferropénica baseia-se na correção da causa subjacente e na reposição de ferro, que pode ser feita por via oral ou endovenosa. Em situações mais graves, pode ser necessária transfusão de sangue. Quando a causa é tratável por endoscopia, os exames endoscópicos como a endoscopia digestiva alta e a colonoscopia podem ter um papel terapêutico, sendo ainda possível aceder ao intestino delgado por enteroscopia assistida por balão, habitualmente quando a causa da anemia foi identificada na cápsula endoscópica.

Mário Cabrita
Gerente

Peixe Fresco Grelhado
Grelhados no Carvão
Pratos do Dia

📍 Rua da Misericórdia nº3, 8400 Estômbar
☎ 968 034 516


RESTAURANTE
PARAÍSO
— GIRASSOL —

PUB

a Cozinha

Alvaro Gomes Faustino & Filhas, Lda.

Bem hajam pela vossa preferência

Urbanização da Quintinha • 282 423 094

PUB



DIVERSOS

AGENDA

⇒ 19 DE FEVEREIRO

2ª ETAPA DA VOLTA

AO ALGARVE EM BICICLETA

LOCAL: Zona Ribeirinha de Portimão

⇒ 20 A 28 DE FEVEREIRO

CELEBRAÇÕES 'FELIZ ANO NOVO CHINÊS'

LOCAL: Edifício da Antiga Lota e zona adjacente

⇒ 21 DE FEVEREIRO ATÉ 19 DE ABRIL

EXPOSIÇÃO 'SYMPOSIA - PINTURA EM DIÁLOGO'

Entrada gratuita

LOCAL: Museu de Portimão

⇒ 22 DE FEVEREIRO . 9H30

CAMINHADA S. VALENTIM COM A VENCEDORA

Não é necessário inscrição

LOCAL: Coreto de Portimão

⇒ 26 DE FEVEREIRO . 21H00

CHOQUE FRONTAL AO VIVO - JOSÉ FRANCISCO

Entrada gratuita, mediante levantamento prévio de bilhete

LOCAL: TEMPO - Teatro Municipal de Portimão

⇒ 26 DE FEVEREIRO . 21H00

FILME FRANCÊS DO MÊS 'LE ROYAUME' (Drama, 2024)

Entrada gratuita

LOCAL: Auditório do Museu de Portimão

⇒ 27, 28 DE FEVEREIRO

E 1 DE MARÇO

XL GAMES

Entrada Gratuita

LOCAL: Portimão Arena

⇒ 28 DE FEVEREIRO . 16H00

ATELIÊ GRANDES E PEQUENOS

'HISTÓRIAS COM UM TOQUE DE MAGIA'

LOCAL: Biblioteca Municipal de Portimão

⇒ 8 DE MARÇO . 9H00

ENCONTRO REGIONAL DE ESCOLAS

JOVEM DE XCO DO ALGARVE

LOCAL: Mexilhoeira Grande

⇒ 13 DE MARÇO . 21H30

JEL 'QUEM TE VIU E QUEM TE VÊ'

BILHETES: portimao.bol.pt

LOCAL: Museu de Portimão

⇒ ATÉ 14 DE MARÇO

EXPOSIÇÃO FOTOGRAFIA 'DOIS OLHARES'

de João Carlos Fino Figueiras e de NUMAR

LOCAL: Mercado Municipal

CONTACTOS ÚTEIS

SAÚDE

Centro de Saúde - Portimão	282 426 216
Centro de Saúde - Alvor	282 459 226
Centro de Saúde - Mex. Grande	282 968 133
Hospital de Portimão	282 450 300

URGÊNCIAS

Número Nacional de Socorro	112
Número Nacional de Socorro - Incêndios	117
Brigada Fiscal de Portimão	282 422 440
PSP	282 417 717
Polícia Marítima de Portimão	282 417 714
Guarda Nacional Republicana	282 420 750
Intoxicações	808 250 143
Polícia Judiciária	282 405 400
Linha 'Proteção 24'	808 282 112
Piquete de águas	282 400 265



Francisco Fernandes Santana

AGRADECIMENTO

A família agradece, com profundo reconhecimento, a todos os que nos prestaram apoio e solidariedade neste momento de dor.

A presença, as palavras de conforto e os gestos de carinho recebidos nas cerimónias fúnebres foram um consolo inestimável.

Agência Funerária Coelho - Portimão | 800 204 222 - servilusa.pt



Maria Margarida

AGRADECIMENTO

A família agradece, com profundo reconhecimento, a todos os que nos prestaram apoio e solidariedade neste momento de dor.

A presença, as palavras de conforto e os gestos de carinho recebidos nas cerimónias fúnebres foram um consolo inestimável.

Agência Funerária Coelho - Portimão | 800 204 222 - servilusa.pt



CONSULTÓRIO DO CONSUMIDOR / DECO

“Em que consiste o regime único, criado pelo Governo para os transportes públicos e que veio dar resposta às reivindicações da DECO?”

A DECO INFORMA...

A Associação defende a consagração de novos direitos no âmbito deste regime, nomeadamente o direito à indemnização dos titulares de passe ou assinatura, em caso de atraso ou cancelamento, incluindo nas situações de greve.

A DECO congratula-se com a decisão do Governo de criar um regime único de defesa dos direitos dos passageiros, aplicável a todo o transporte público, respondendo às reivindicações que a DECO apresentara ao Governo nas eleições de 2024. As exigências da Associação para o setor dos transportes remonta já a 2016, quando se divulgou a “Carta dos direitos dos passageiros do transporte público coletivo”, que elencava, de forma integrada, onze direitos que a associação considerava fundamentais para os consumidores.

No setor dos transportes, os direitos dos passageiros encontram-se dispersos em vários diplomas legais relativos aos diferentes tipos de transporte público. Para além de não existir uma harmonização, alguns direitos estão desatualizados face à legislação comunitária, como por exemplo a legislação dos comboios que não foi atualizada face ao último regulamento comunitário.

Todas estas circunstâncias impedem o passageiro de conhecer, de forma adequada e atualizada, os seus direitos. Embora não se conheça ainda qualquer proposta, a Associação manifesta o seu agrado com a decisão anunciada pelo Governo, que responde a esta necessidade de harmonização dos direitos dos passageiros.

Importa salientar que o Governo tem a obrigação de adotar medidas adequadas a assegurar o equilíbrio nas relações entre os

titulares de uma assinatura, passe ou título sazonal, que pagaram antecipadamente por um serviço, não têm acesso ao serviço e/

Para além de não existir uma harmonização, alguns direitos estão desatualizados face à legislação comunitária

consumidores e os prestadores de serviços essenciais, como que é o dos transportes públicos.

ou são confrontados com sucessivos atrasos durante o seu período de validade.

Para a DECO, é precisamente esse equilíbrio que deve ser assegurado quando os passageiros dos transportes públicos, ti-

Para mais informação, contacte a nossa equipa através do número 21 371 02 00, do nosso canal whatsapp 966 449 110, ou do email deco@deco.pt



FICHA TÉCNICA DIRETOR Rui Pires Santos • **REDAÇÃO** Ana Sofia Varela, Hélio Nascimento e José Garrancho • **DESIGN E PAGINAÇÃO** Vanessa Correia • **FOTOGRAFIA** Eduardo Jacinto • **DEPART. COMERCIAL** Hélder Marques, 914 935 351 (Chamada para a rede móvel nacional) • **PROPRIEDADE E EDITOR** PressRoma, Edição de Publicações Periódicas, Unip. Lda., Rua Dr. João António Silva Vieira, Lote 3, 3º Dto, 8400-417 Lagoa • **CONSELHO DE ADMINISTRAÇÃO** Rui Pires Santos • **DETENTOR DO CAPITAL** 100% Rui Pires Santos • **NIF** 508 134 595 • **Nº REGISTO ERC** 127433 • **DEPÓSITO LEGAL** Nº 470747/20 • **SEDE DE REDAÇÃO** Rua Dr. João António Silva Vieira, Lote 3, 3º Dto., 8400-417 Lagoa • **EMAIL** portimaojornal@gmail.com • **TELEFONE** 282 381 546 (Chamada para a rede fixa nacional), 967 823 648 (Chamada para a rede móvel nacional) • **IMPRESSÃO** LUSOIBÉRIA, Av. da República, nº 6. 1050-191 Lisboa contacto: 914 605 117 (Chamada para a rede móvel nacional), comercial@lusoiberia.eu • **TIRAGEM** 3.750 exemplares • **PERIODICIDADE** Quinzenal • **ESTATUTO EDITORIAL** algarvevivo.pt/sobre-nos/

Serão divulgadas obras de 15 artistas

'Symposia – Pintura em Diálogo' expõe cinco anos de criação artística

Mostra decorrerá no Museu no âmbito do Simpósio Internacional de Pintura, evento organizado pela Cuneo-Sularte.

O Museu de Portimão inaugura este sábado, 21 de fevereiro, às 16h00, a exposição 'Symposia – Pintura em Diálogo', mostra que ficará patente até 19 de abril e que resulta de uma curadoria de obras produzidas ao longo dos cinco simpósios internacionais de pintura já realizados na cidade.

A mostra reúne, desta forma, obras produzidas por 15 artistas provenientes de diversos países como a Macedónia do Norte, Eslováquia, Roménia, Espanha, Mongólia, Azerbaijão, Polónia e Portugal, convidados a participar nos eventos dedicados à pintura que a Cuneo-Sularte Associação Cultural promoveu em parceria com o município.

Sendo uma iniciativa que se distingue por privilegiar o processo criativo coletivo, quando as obras são observadas no seu conjunto, transcendem a individualidade para se tornarem testemunhos de uma partilha comum. Essa é uma característica que diferencia estes simpósios, refere a organização.

"Outra marca destes cinco simpósios é a abertura do processo criativo à comunidade, contrariando o isolamento tradicional do artista no seu atelier, pois, nesta iniciativa, os pintores criam as suas obras em espaços públi-



Obras de 15 artistas estarão em destaque nesta iniciativa

cos, permitindo que o trabalho se desenvolva diante de todos e em estreita interação com a comunidade e visitantes", acrescenta.

Há também o incentivo da componente pedagógica através de visitas de estudantes locais, que têm a oportunidade de observar, ao vivo e a cores, a conceção de uma obra de arte.

Com curadoria de Arlindo

Arez, a exposição é produzida pela Cuneo-Sularte Associação Cultural em parceria com o Museu.

Poderá ser visitada às terças-feiras, das 14h30 às 18h00, e de quarta-feira a domingo, entre as 10h00 e as 18h00, contando ainda com os apoios institucionais das Freguesias de Portimão e da Mexilhoeira Grande.

Exibição será no Museu

'Le Royaume' é o próximo filme francês do mês

'Le Royaume', de Julien Colonna, é a longa metragem que será exibida no dia 26, às 21h00, no Museu de Portimão, no âmbito do ciclo 'O Filme Francês do Mês'.

A iniciativa, que resulta de

uma parceria entre a Alliance Française do Algarve e o Grupo dos Amigos do Museu de Portimão (GAMP), tem como objetivo estreitar os laços culturais com o associativismo local e divulgar grandes êxitos na 'língua de Mo-

lière' junto do público algarvio, refere a organização.

Assim, na última quinta-feira de cada mês, até setembro, há uma sessão, com entrada livre, com a exibição de filmes franceses legendados em português.



Prova começa esta sexta-feira, dia 20

F4 Spain Winter Championship disputa-se no Autódromo

O Autódromo Internacional do Algarve recebe o F4 Spain Winter Championship, uma competição dedicada aos futuros talentos da Fórmula 4, entre esta sexta-feira, dia 20, e domingo, dia 22 de fevereiro. Segundo o AIA, este campeonato de inverno funciona como uma plataforma essencial de preparação, combinando treinos intensivos e corridas competitivas, onde os jovens pilotos têm a oportunidade de evoluir a nível técnico, adaptar-se às exigências da pista e ganhar experiência em condições reais de competição. Com um traçado reconhecido na dimensão internacional pela sua exigência técnica, Portimão oferece o cenário ideal para o desenvolvimento das novas gerações do automobilismo. Os bilhetes para esta competição e informações adicionais estão disponíveis online (autodromodoalgarve.com).



Interessados podem concorrer a direito de exploração

Mercado abre hasta pública para espaço de venda de pescado

A Câmara Municipal de Portimão tem aberto o procedimento de hasta pública relativo à atribuição do direito de exploração de um espaço comercial no Mercado Municipal de Portimão, situado na Avenida São João Deus, destinado à comercialização de pescado. O processo poderá ser consultado até dia 27 de fevereiro, quer nas instalações do Mercado Municipal durante os dias úteis, das 9h30 às 12h30 e entre as 14h00 e as 16h30, quer online (cm.portimao.pt). Os interessados podem ainda solicitar esclarecimentos adicionais, por escrito, através de email dirigido ao Mercado Municipal (mercadosdeportimao@cm-portimao.pt). As inscrições devem ser efetuadas nos escritórios deste equipamento, com entrega do respetivo requerimento, até dez úteis antes da realização da hasta pública, agendada para dia 16 de março, a partir das 10h00, na sala de reuniões, no primeiro andar do edifício.

Marginália decidiu homenagear Rolando Rebelo

'Battle Off The Bands' abre inscrições

As inscrições para a 'Battle of The Bands' já estão abertas online (marginalia.pt). Serão atribuídos 2500 euros ao vencedor, 750 ao segundo classificado e 250 ao terceiro. Este ano, a edição ganha o nome de Rolando Rebelo numa homenagem póstuma que a Marginália decidiu realizar.

É o seu segundo solo de 'stand up comedy'

Jel apresenta 'Quem te viu e quem te vê' no Museu

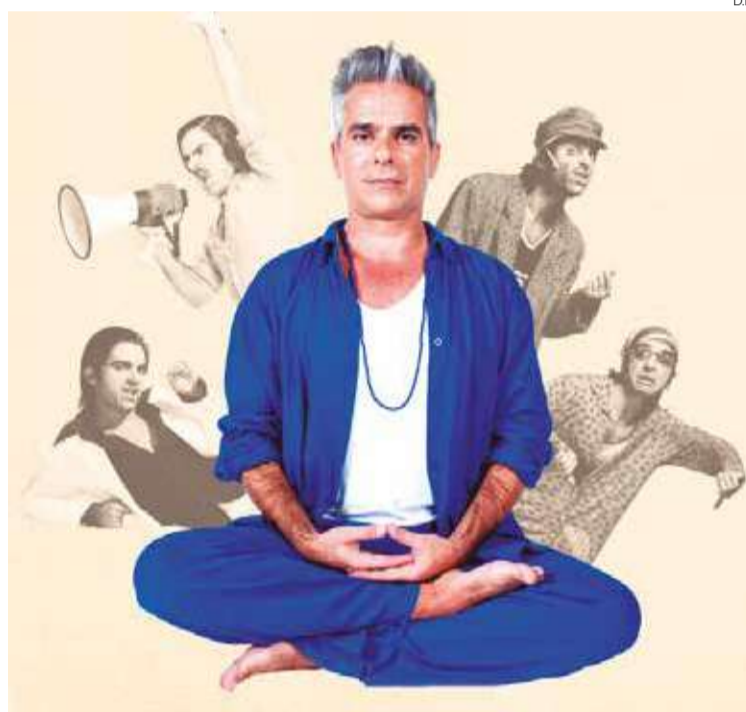
Espetáculo assinala os 30 anos de carreira do humorista e as duas décadas do programa 'Vai Tudo Abaixo'.

Ana Sofia Varela

O auditório do Museu de Portimão é o palco escolhido para Jel apresentar o seu espetáculo 'Quem te viu e quem te vê', no dia 13 de março, às 21h30. Será o seu segundo solo de 'stand up comedy' e celebrará dois aniversários especiais para o humorista.

Um deles é a comemoração dos 30 anos de carreira e o segundo é a dos 20 anos do programa 'Vai Tudo Abaixo', que ficou marcado por personagens como 'Carlinhos', o 'Machista Gay', 'Ruce', o toxicod dependente empreendedor, os 'Homens da Luta os Revolucionários Burgueses', a banda de 'War Heavy Metal Kalashnikov', o 'Wanderley', o brasileiro que odeia Portugal, entre outros e que ainda hoje são muitas vezes recordados pelos seus fãs.

'Quem te viu e quem te vê' coloca também no palco principal a mudança que se deu no mundo, em Portugal e, ainda, no humorista, hoje um homem diferente daquele que começou no palco e a fazer a sua comédia sempre irreverente há 30 anos.



Humorista regressa a Portimão para espetáculo a solo

O espetáculo dará voz a histórias inéditas sobre os bastidores do 'Vai Tudo Abaixo' e sobre o início da carreira de Jel, mas também às opiniões e observações do artista sobre o que mudou no mundo nos últimos 30 anos e, sobretudo, nos

seus 50 anos de vida.

Produzido pela Kilt Talent Agency, os bilhetes podem ser adquiridos online (bol.pt), estando ainda disponível a compra de ingressos para lugares de mobilidade reduzida na bilheteira do Museu.

Reforço dos suportes foi uma das intervenções

Câmara Municipal reparou Pontão de Alvor

A autarquia portimonense levou a cabo a reparação do pontão de Alvor, concluída na semana pas-

sada. Esta foi uma intervenção que garante a circulação pedonal nos passadiços em segurança. Os

trabalhos consistiram na substituição das estruturas de circulação e no reforço dos suportes.



Parque da Juventude recebe Taça de Portugal BMX Race

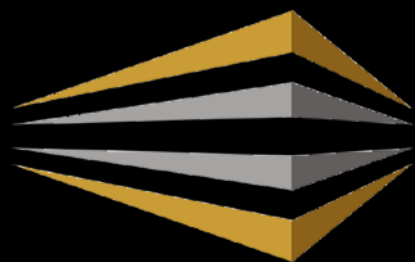
A primeira e segunda ronda da Taça de Portugal de BMX Race terá lugar no Parque da Juventude, entre 28 de fevereiro e 1 de março. A competição marca o arranque oficial do calendário nacional da modalidade e é considerada uma das provas mais espetaculares da Federação Portuguesa de Ciclismo. Será composta por várias etapas ao longo do ano, onde os atletas acumulam pontos para se sagrarem campeões nas diversas categorias. Em Portimão, estão garantidas corridas intensas, velocidade e emoção, num circuito que desafia a técnica e a resistência dos praticantes. A Taça é organizada pela Federação em colaboração com o Clube Bicross de Portimão e o apoio da Câmara Municipal.

'Epic Fitness Day' promove atividade física

O 'Epic Fitness Day' está agendado para 28 de fevereiro, entre as 9h00 e as 18h00, no Pavilhão Desportivo da Boavista, e é um evento dedicado à promoção da atividade física e do bem-estar junto da comunidade. Dirigido sobretudo a praticantes de fitness, está previsto um programa diversificado que inclui mega-aulas de grupo, workshops de nutrição e formação destinados a profissionais da área. Os interessados em obter mais informações online (www.facebook.com/epicfitness.portimao?locale=pt_PT) junto da organização. A participação é gratuita mediante inscrição prévia.

São Valentim dá mote a caminhada da Sociedade Vencedora

A Sociedade Vencedora organiza a Caminhada São Valentim, este domingo, 22 de fevereiro, numa iniciativa que pretende celebrar o amor pela atividade física. A ação tem como ponto de encontro a zona ribeirinha, junto ao coreto, com concentração às 9h30. O percurso será até à Marina e regresso à baixa da cidade. A participação é gratuita.



TECNOCONCEPT

Construção e manutenção

Construção | Construction
Remodelação | Remodeling
Projecto | Project
Manutenção | Maintenance
Reabilitação | Rehabilitation
Assessoria | Advisory

✉ geral@tecnoconcept.pt

🌐 www.tecnoconcept.pt

☎ +351 282 343 306

📍 Rua dos Conserveiros Lote 5, Zona Industrial do Pateiro | 8400-651 Parchal