

'Brasa Doirada' mantém cante alentejano vivo

Último concerto encheu o Mercado Municipal de Portimão, no sábado, na cidade com a qual têm uma forte ligação. **P8-9**



Portimão Jornal

Quinzenário • Ano 6 • Nº136
Diretor: Rui Pires Santos

ENSINO

Talento jovem foi destaque no Festival Poejo Mendes **P6**

HISTÓRIA

Instituto de Cultura Ibero-Atlântica lança ciclo de palestras **P4**

EVENTO

'InDireita Street Fest' regressa no dia 24 de maio **P16**

EXERCÍCIO

'Ritmo do Coração' dá mote a caminhada em Alvor **P16**

DESPORTO

CIRM promove sarau com ginastas de todo o país **P5**

COMPETIÇÃO

Portimão Box Cup envolve cerca de 1200 atletas **P12**




Cidade recorda Manuel Teixeira Gomes no seu aniversário

Programa de celebração dos 166 anos do nascimento do ilustre portimonense conta com concerto e conferências. **P15**



Junta de Freguesia da Mexilhoeira Grande aposta nos meios digitais

Um novo site e um canal de Youtube são as novas ferramentas da autarquia para estar mais próxima da população. **P3**

Câmara avança com Plano Municipal de Ação Climática

Sessão de apresentação será a 25 de maio no Lugar do Rio. **P5**



Futsal do Portimonense conquista título nacional

Depois de garantida a subida, o fim de semana passado ficou reservado para a festa da vitória. **P10**



VIVER BEM AO MELHOR PREÇO

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





Aceda aqui ao folheto digital

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

RAIO-X

A foto



ANIVERSÁRIO • O Museu celebrou 18 anos de abertura ao público no dia 17 de maio, com uma festa que contou com diversas iniciativas e onde não faltou bolo e o cantar dos 'Parabéns'. Houve ainda tempo para a Corrida Fotográfica e o primeiro encontro 'Desenhar Portimão', bem como para a inauguração da exposição 'Uma Poética Resistente'.

A frase

“ Com este gesto [de adesão à Fatura Eletrónica Solidária da EMARP], os nossos munícipes contribuíram para a preservação dos recursos naturais e apoiaram [a CRACEP], uma instituição de enorme valor para a comunidade [com 9169 euros]. Trata-se de um compromisso que une dois pilares fundamentais da nossa ação: a sustentabilidade ambiental e a solidariedade social”. **Álvaro Bila, presidente do Conselho de Administração da EMARP**



Membro
anir
ASSOCIAÇÃO NACIONAL DE IMPRENSA REGIONAL
UNICA NACIONAL DE IMPRENSA REGIONAL

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
DETECTOR 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/

COOPERATIVA DE CONSTRUÇÃO E HABITAÇÃO ECONÓMICA INSTALADORA DO CONCELHO DE PORTIMÃO, C.R.L.

Bairro Independente, lote 17, c/v - Tel. e Fax. 282 495 690
Vale de Lagar - 8500-781 Portimão - Email: cheinstaladora@hotmail.com
contribuinte Fiscal nº 500638764 - Registada na C.R.C de Portimão sob o nº 3

INFORMAÇÃO

A COOPERATIVA DE CONSTRUÇÃO E HABITAÇÃO ECONÓMICA INSTALADORA DO CONCELHO DE PORTIMÃO, CRL, com sede no Bairro Independente, lote 17-cave-Vale de Lagar- Portimão, uma vez que vendeu os seus bens imóveis, está a devolver os valores entregues pelos associados que em devida altura entregaram verbas para aquisição de habitação e não a obtiveram.

Sendo assim, solicita-se que os associados que se encontrem nesta situação se dirijam ao escritório da referida Cooperativa, sito na Rua da Cooperativa, lote 3, cave, Vale de Lagar, Portimão, a fim de receberem os devidos valores. O escritório encontra-se aberto das 9 horas às 12h30m e das 14h30m às 17 horas de segunda a sexta-feira.

Portimão, 17 de janeiro de 2024
A Direção

Portimão Jornal | Edição Nº 136 - 21.05.2026

NA OUTRA MARGEM



'As Três Irmãs' de Anton Tchekhov em estreia no Auditório

TEATRO • O Auditório Carlos do Carmo recebe esta sexta-feira, 22 de maio, às 19h00, a estreia da peça 'As Três Irmãs' de Anton Tchekhov, numa produção da companhia de teatro 'Momento Artistas Independentes'. Esta é uma nova visão da obra, com texto de Filipe Gouveia e encenação de Diogo Freitas, em que são explorados diversos sentimentos como o aborrecimento, mas também os sonhos frustrados e a busca por um sentido de vida. O espetáculo, indicado para maiores de 12 anos, tem a duração de 85 minutos e conta com interpretação em língua gestual portuguesa e áudio-descrição. Os bilhetes custam oito euros e estão já à venda online (bol.pt), nas bilheteiras da Fnac, Worten e Auditório Carlos do Carmo.

'Lagoa Wine Show' abre programação de junho em Lagoa

EVENTO • O Lagoa Wine Show está de regresso ao centro da cidade entre 5 e 9 de junho, e apresenta, este ano, um cartaz de luxo. Nesses dias, sobem ao palco principal do certame os artistas Aurea, no dia 5, Ana Bacalhau, 6 de junho, Raquel Tavares, dia 7, Descendentes, a 8. As atuações encerram com Tito Paris, a 9 de junho. Este é um evento que conta com alguns dos melhores vinhos nacionais para degustação, a que se aliam diferentes propostas gastronómicas, música e até fado à janela. Das 19h00 às 24h00, não faltará animação na Rua Coronel Figueiredo, com diferentes palcos e música para vários gostos, numa organização da Câmara Municipal, com entrada gratuita, sendo apenas necessário pagar quatro euros pelo copo para prova dos vinhos.

Escola de Artes acolhe oficina de pintura em madeira

FORMAÇÃO • A Escola de Artes de Lagoa promove aos sábados, entre 23 de maio e 13 de junho, das 15h00 às 17h00, uma oficina de pintura em madeira com a artista Ana Dickinson. A ação conta com quatro sessões, num total de oito horas, e todos os materiais necessários estão incluídos. A aprendizagem será feita ao ritmo de cada participante, com possibilidade de continuidade em oficinas futuras. Os interessados devem inscrever-se por email (escola.artes@cm-lagoa.pt), sendo que esta atividade tem custos de participação. Ana Dickinson conta com formação internacional (EUA e Suíça), é autora de livros, colaboradora em revistas especializadas e formadora certificada.

Danni Gato, Kappa Jota, Bateu Matou e Sina atuam na Festa da Juventude

CONCERTOS • O Parque Municipal de Feiras e Exposições de Lagoa será animado, entre 29 de maio e 1 de junho, por mais uma edição da Festa da Juventude. Kappa Jota, Danni Gato, Bateu Matou e Sina são os cabeças de cartaz, num evento que conta ainda com DJ Likotta, DJ Wilson Mausão, Macacos do Chinês, Caju e Bambu e Iris Maravilha. Ao longo de quatro dias, além dos concertos, estão agendadas várias iniciativas como performances, atividades culturais e desportivas ou workshops. O evento, organizado pela Câmara Municipal, pretende promover a participação, o talento jovem e a ligação à comunidade. A festa, de entrada gratuita, tem uma vertente solidária, pelo que cada visitante pode contribuir com bens alimentares ou de higiene. O recinto abre sempre às 18h00 e encerra à 1h00, nos dois primeiros dias, e às 24h00, no dia 31 de maio e 1 de junho. No dia da criança o recinto estará aberto para a comunidade escolar entre as 9h00 e as 13h00.

Aposta reforça proximidade à população

Freguesia da Mexilhoeira Grande lança novo site e canal de Youtube

Junta pretende informar e promover diversos conteúdos, incluindo os ligados à identidade do território e património, nas suas plataformas digitais.

ANA SOFIA VARELA



Ricardo Sobral reforçou a estratégia de comunicação da autarquia

Ana Sofia Varela

Um novo site e um canal de Youtube são as novas apostas da Junta de Freguesia da Mexilhoeira Grande que reforçam uma estratégia de comunicação que pretende aproximar a autarquia da população e perpetuar a memória coletiva.

A apresentação destas duas novas plataformas digitais decorreu no sábado, 16 de maio, com a participação de diversos representantes de associações locais, elementos do executivo da Junta e da Assembleia de Freguesia, e também de Sandra Pereira, vice-presidente da Câmara Municipal, a vereadora Ester Coelho, Luís Mestre, comandante dos Bombeiros de Portimão e do Serviço Municipal de Proteção Civil, Francisco Santana, presidente da Junta de Freguesia de Alvor, a deputada

Sofia de Landerset (IL), o padre Domingos, em representação da Paróquia da Nossa Senhora da Assunção, ou Marcial Felgueiras, da associação 'A Rocha'.

Numa sessão animada também pelas participações do grupo humorístico 'Giletes D'Aço' que apresentaram as funcionalidades do site, Ricardo Sobral, presidente da Junta de Freguesia, subiu ao palco para mostrar 'in loco' que a navegação neste meio digital se revela intuitiva e disponibiliza diferentes conteúdos, produzidos pela sua equipa de comunicação, considerados relevantes.

Informações úteis como os serviços disponíveis na Junta de Freguesia, a disponibilização das sessões da Assembleia de Freguesia, os eleitos locais, as atas e informação escrita do presidente para essas reuniões da AF são apenas algumas das novidades,

que se juntam a uma vertente que enaltece o património existente e a vários conteúdos que revelam a identidade da população.

Outra das inovações é o facto de, a partir de agora, como explicou Ricardo Sobral, a população poder relatar qualquer ocorrência na freguesia e acompanhar de perto a evolução da situação até à sua conclusão.

Por sua vez, o canal de Youtube permite disponibilizar vídeos que a Junta de Freguesia tem vindo a produzir, entre os quais os que estão incluídos na rubrica 'Gente da Nossa Terra', que todas as semanas disponibilizará uma entrevista completa a uma personalidade local. Nesta primeira fase foram já publicadas três episódios, sendo que a partir de agora, todas as semanas, poderá ser visto um novo.

"Estas entrevistas deixam um

legado para as gerações futuras, que têm oportunidade de ficar a conhecer aspetos importantes da vida do entrevistado, mas também do nosso passado e presente", resumiu Ricardo Sobral, para quem esta aposta numa comunicação mais próxima com a população é de extrema importância. E esta, na sua perspetiva, deve ser clara e transparente, estreitando a relação entre o executivo e a comunidade.

A mesma opinião foi partilhada por Sandra Pereira, vice-presidente da Câmara Municipal. É importante "aproximar as pessoas que estão um pouco mais isoladas, e eu, que já morei nesta freguesia, sei perfeitamente que até havia zonas em que não havia rede. É bom vermos que hoje há uma maior aproximação das próprias pessoas à freguesia, perante tudo aquilo que se passa, e que mantém também a identidade. Fico contente e gostei de ouvir as

pessoas na rubrica 'Gente da Nossa Terra', que me fascina, porque muitas das histórias que ali ouvi não as conhecia. Isto demonstra esta aproximação que temos com as associações e com o tecido empresarial, mas também de todos aqueles que se envolveram neste projeto. É graças aos esforços que o presidente da Junta fez e à sua equipa de comunicação", sublinhou ainda.

As duas plataformas digitais têm como objetivo valorizar o património cultural, natural e humano, permitindo, ao mesmo tempo, que a comunidade acompanhe as principais notícias, a agenda de eventos, os negócios locais e ofertas de emprego, entre muitas outras funcionalidades. O novo site já está disponível (freguesiamexgrande.pt) e o canal de Youtube (youtube.com/@freguesiadamexilhoeiragrande) também.

PUB

PROMOÇÃO!
A SUA ROUPA LIMPA, SECA E MAIS BARATA COM 20% OFF!
CUPÃO: JORNAL20

Lavateria Fast Praia da Rocha
Edifício Rocha Prime, R. Eng. Francisco Bivar, s/n, Loja 9 - Portimão

Lavateria Fast Barranco do Rodrigo
Rua da Providência, 59 - Portimão

Lavateria Fast Alvor
Rua Dr. António José de Almeida, 43 - Alvor

Lavateria Fast Praça da República
Rua Vasco da Gama, 41 - Portimão

Venha conhecer a **Lavateria Fast**, a melhor e mais económica lavandaria self service de Algarve!

Promoção para consumidores do Portimão Jornal até 30/06

Chef Miguel Lima é o convidado

MSD promovem showcooking 'Sushi com ELAS'

As Mulheres Social Democratas (MSD) de Portimão organizam, no dia 30 de maio, às 11h30, o showcooking 'Sushi com ELAS', com a participação do chef Miguel Lima. O evento terá lugar na Rua do Colégio, nº 10, 1º andar, e está aberta a todas as interessadas.

A iniciativa permitirá às par-

ticipantes assistir à preparação de diferentes variedades de sushi, aprender técnicas básicas desta arte culinária e conhecer melhor os elementos culturais associados à tradição japonesa.

O evento insere-se na estratégia das MSD de Portimão, de diversificar as suas atividades, apostando em experiências inova-

doras que promovam o convívio, a aprendizagem e o enriquecimento cultural, refere Filipa Mimoso, coordenadora da estrutura.

A participação necessita de inscrição prévia (914177903), contacto através do qual é possível obter mais informações, e custa 20 'laranjas' (MBWay 920498867 - chef Miguel Lima).

SOCIEDADE

Iniciativa tem curadoria de Maria da Graça A. Mateus Ventura

ICIA recorda ‘Percurso de Memória, Identidade e Poder’

Primeira ação do ciclo de conferências será alusiva à ‘A Natureza Brasília vista pelo jesuíta Fernão Cardim’ e terá lugar no dia 30 de maio.



ANA SOFIA VARELA

Um conjunto diverso de palestras recordará vários episódios históricos

O Instituto de Cultura Ibero-Atlântica vai promover um ciclo de palestras este ano, sob o mote ‘Percurso de Memória, Identidade e Poder’, com curadoria de Maria da Graça A. Mateus Ventura.

A primeira conferência será no dia 30 de maio, às 18h00, na

Biblioteca Manuel Teixeira Gomes, e contará com Ana Maria de Azevedo que abordará ‘A Natureza Brasília vista pelo jesuíta Fernão Cardim (séculos XVI – XVII)’.

“O achamento ou descobrimento da Terra de Vera Cruz trouxe uma nova natureza brasí-

lica. Novas paisagens com bons ares, feliz temperança do clima, variedade de alimentos, muitos estranhos e exóticos, como a mandioca, o caju, o maracujá, a ‘erva santa’, ou seja, o tabaco. E, a diversidade da fauna que permitia ‘comer carne aos dias santos sem cometer pecado...’, como o peixe-

-boi, que mais parecia vaca que peixe”, descreve o ICIA. O tatu e o tamanduá, além da variedade e beleza das aves, eram outros dos animais presentes.

“A atração pelas novas paisagens, odores, sabores e cores, conjuga-se com o olhar pelos novos povos, com estrutura física, costumes, cerimónias e hábitos muito diferentes. Eram as Sociedades Ameríndias! Bons caçadores, pescadores, guerreiros, que tanto adoravam as suas crianças, como eram antropófagos”, acrescenta. Foi desse contacto que nasceram textos de diferentes origens que deixaram para a memória futura testemunhos importantes. Entre esses depoimentos destacam-se os do Pe. Fernão Cardim S.J. (1548-1625).

Ana Maria de Azevedo, professora durante cerca de 50 anos no ensino secundário, onde lecionou as disciplinas de história, história da cultura e das artes, e no ensino superior, onde lecionou história do Brasil, na Faculdade de Letras da Universidade de Lisboa, versará sobre estes factos.

Esta será, porém, apenas a primeira conferência de um ciclo que se estende ao longo do

ano em diversos pontos da cidade. Isto porque, a programação aponta para mais palestras, sendo a seguinte alusiva à ‘Fortaleza de Santa Catarina de Ribamar’, por Bruna Galamba, CHAM, Universidade Nova de Lisboa, no dia 27 de junho, às 18h00, na sala de formação do Museu. A 19 de setembro, às 17h00, no mesmo local, o tema será ‘A Ilíada e a Odisseia’, por Adriana Nogueira, da Universidade do Algarve, ICIA, e no dia 24 de outubro, às 17h00, António Jorge Afonso, da Universidade de Lisboa, ICIA, estará na sala do descabeço, no Museu, para falar sobre ‘O Compromisso Marítimo de Lagos. O assistencialismo no último resgate de cativos portugueses em Argel (1810)’.

O ciclo conta ainda com ‘Episódios da história dos judeus do Algarve medieval: as comunidades de Loulé, Tavira, Silves e Portimão’, por José Alberto Tavim, da Universidade de Lisboa, ICIA, no dia 28 de novembro, às 17h00, na sala de formação do Museu, e encerra com ‘As guerras da Restauração no Algarve’, por Pedro Pires, do CMCM, no dia 18 de dezembro, às 18h00, no auditório do Museu.

Lei foi aprovada pelo governo

Publicitação das deliberações autárquicas na imprensa local aprovada no Parlamento

A alteração da lei aprovada pelo governo para a obrigatoriedade das autarquias locais publicitarem as deliberações com eficácia externa na imprensa local, impressa e digital, foi aprovada pelo Parlamento sem votos contra, com a abstenção do PS e da IL e baixou à Comissão Parlamentar.

O reconhecimento do papel determinante da comunicação social concelhia e supraconcelhia para a transparência do poder local foi enfatizada por todas as bancadas, que relevaram também o benefício financeiro para a necessária robustez da imprensa de proximidade. Nesta alteração à lei foi também aprovado o tempo de

antena nas rádios locais dos atos eleitorais das legislativas e presidenciais.

Como votaram os partidos

O PSD votou favoravelmente e, pela voz do deputado António Rodrigues, considerou que “tornar obrigatória a publicitação das deliberações autárquicas com eficácia externa nos órgãos de comunicação social, regional e local nos locais onde as pessoas vivem é uma medida prometida há anos e nunca realizada”.

O Chega, que também votou a favor, afirmou pela voz dos deputados Patrícia Carvalho e Jorge Galveias, que é “com agrado sin-

tero que vemos o governo trazer esta proposta aqui ao Parlamento, uma proposta que visa, sobretudo, acabar com a injustiça que já vigorava há demasiados anos”.

Por seu lado o PS, que se absteve, considerou, pelo deputado David Amado, que se trata “de uma opção certa e progressista que o PS acompanha sem ambiguidade, entendendo que este é um instrumento de pluralismo e de proximidade democrática essencial”.

O PCP votou favoravelmente, e a deputada Paula Santos concordou “com a medida proposta e entende que o governo faz bem em decidir a atribuição de apoios

à imprensa regional e local”. A IL absteve-se e o Livre votou favoravelmente, com o deputado Paulo Muacho a enfatizar que “é muito preocupante a existência de desertos noticiosos no nosso país”. JPP, PAN e o Bloco de Esquerda votaram a favor.

Leitão Amaro afirma apoio do governo

O ministro da Presidência Leitão Amaro afirmou na apresentação da alteração legislativa que “nunca se fez tanto para apoiar esta comunicação social de proximidade (...). É uma medida importantíssima que este governo propõe e executa, também por essa

via a democracia local será mais vibrante e ajudará a combater os desertos noticiosos (...). Já passaram muitos anos, provavelmente décadas, sem que ninguém, ninguém tenha feito nada de decisivo pela comunicação social regional e local”.

Esta alteração ao Regime Jurídico das Autarquias Locais (RJAL) surgiu para acomodar a imprensa digital e os jornais impressos de periodicidade mensal, nesta obrigatoriedade da publicitação pelas autarquias. A lei n.º 75/2013 previa a publicitação, tendo a sua aplicação ficado dependente de portaria com a tabela de preços, que nunca foi publicada.

Sessão pública terá lugar no dia 25 de maio

Portimão ganha Plano Municipal de Ação Climática

Documentos relacionados com o PMAC estão disponíveis para consulta.

A Câmara apresenta, no dia 25 de maio, às 10h30, o Plano Municipal de Ação Climática, no Lugar do Rio – Espaço Jovem de Portimão. A proposta do documento foi aprovada por maioria na reunião camarária realizada a 15 de abril, tendo depois sido submetida a um período de consulta pública de 30 dias consecutivos, que ainda está a decorrer até dia 30 deste mês.

Na sessão, as principais linhas deste documento serão apresentadas por Sérgio Barroso, do Centro de Estudos e Desenvolvimento Regional e Urbano (CEDRU), entidade responsável pela sua elaboração, em articulação com o município.

“O Plano Municipal de Ação Climática de Portimão é um instrumento estratégico fundamental para preparar o concelho face aos desafios das alterações climáticas. Enquadrado pela Lei de Bases do Clima (Lei n.º 98/2021), define orientações e medidas para a descarbonização, adaptação climática e redução das emissões de gases com efeito de estufa, em alinhamento com as metas nacionais e europeias”, justifica a autarquia em nota de imprensa.

A elaboração do Plano, segundo descreve ainda a Câmara Municipal, foi dividida em seis fases distintas, que passaram por um ‘Guia Metodológico’, o ‘Cenário Base de Adaptação Climática’, ‘Diagnóstico para a Neutralidade



Descarbonização e adaptação climática são alguns dos temas

Carbónica’, ‘Avaliação de Impactes e Vulnerabilidades Sectoriais’, ‘Estratégia de Ação Climática’ e ‘Definição de Modelos e Instrumentos de Gestão, Acompanhamento e Monitorização’.

A apresentação, na próxima semana, contará com representantes de entidades e individualidades, com intervenção em matéria de ação climática, evidenciando o caráter participativo que marcou a elaboração deste Plano Municipal, acrescenta a autarquia.

Por sua vez, o documento está também alinhado com o Plano Intermunicipal de Adaptação às Alterações Climáticas da Região do Algarve (PIAC-AMAL), reforçando a coerência territorial das respostas aos impactos climáticos.

Com a consulta pública ainda a decorrer até dia 30, os interessados podem consultar os documentos que compõem esta

proposta no Balcão Virtual da Câmara Municipal de Portimão (cm-portimao.pt) ou dirigindo-se ao Departamento de Gestão Urbanística e Mobilidade, no Parque de Feiras e Exposições, mediante marcação prévia.

É ainda possível, os cidadãos contribuírem com sugestões e observações por escrito até à data limite da consulta pública através de email (geral@cm-portimao.pt), correio ou entrega no Balcão Único da Câmara, mencionando no assunto ‘PMAC-PTM’. Devem ainda constar o nome completo, número de identificação fiscal, morada ou endereço eletrónico.

A autarquia refere que, quando o período de consulta pública encerrar, “caso sejam apresentados contributos a integrar, o Plano será novamente apreciado” em reunião de camarária e, mais tarde, submetido à Assembleia Municipal para deliberação final.



Procedimento refere-se ao direito de exploração

Mercado abre hasta pública para espaço comercial

A Câmara Municipal de Portimão abriu um procedimento de hasta pública relativo à atribuição do direito de exploração de um espaço comercial no Mercado de Portimão, situado na Avenida São João Deus, destinado à comercialização de produtos alimentares. O processo poderá ser consultado até 5 de junho, quer nas instalações do equipamento durante os dias úteis, das 9h30 às 12h30 e entre as 14h00 e as 16h30, quer online (cm-portimao.pt). Os pedidos de esclarecimento devem ser submetidos por escrito ao Mercado Municipal, por email (mercadosdeportimao@cm-portimao.pt). As respetivas inscrições podem ser efetuadas nos escritórios do equipamento, através da apresentação de requerimento até dia 5 de junho, estando a realização da hasta pública agendada para 29 do referido mês, a partir das 10h00, na sala de reuniões localizada no primeiro andar do Mercado.

Projeto poderá ser implementado no concelho

Banco Alimentar do Algarve quer expandir ‘Horta Solidária’

A ‘Horta Solidária’ é um projeto com dez anos de existência que poderá agora chegar a mais concelhos, como é o caso de Portimão, onde o Banco Alimentar (BA) do Algarve conta com um espaço. Com esta intenção, a entidade está a promover uma campanha de angariação de fundos no GoFundMe, para a qual todos os interessados podem contribuir. A expansão está prevista para Tavira e Portimão, sendo que o BA estima atingir os 50 mil metros quadrados de área em três a cinco anos. O projeto promove o acesso a alimentos frescos e saudáveis para famílias em situação de vulnerabilidade e está assente em práticas agrícolas sustentáveis, que envolvem a comunidade. Nuno Cabrita Alves, presidente do BA Algarve, explica que “o valor angariado será utilizado para implementar e manter todas as hortas, garantindo preparação e manutenção dos terrenos, sementes e plantas, sistemas de rega e materiais agrícolas, acompanhamento técnico e coordenação e integração de pessoas em programas de inserção social e profissional”.

Estabelecimento junto ao Largo Gil Eanes

‘Sabores da Serra’ já tem caracóis para venda

A mercearia ‘Sabores da Serra’, no Largo Gil Eanes, já tem caracóis disponíveis para compra. “O nosso fornecedor não vende a mais ninguém, em Portimão, porque não os distribui aqui. Temos de ir buscá-los. E não vendemos só ao público, mas também a alguns estabelecimentos de restauração famosos por esse petisco. São de Marrocos, mas não são de viveiro. São criados ao ar livre e escolhidos, antes de serem metidos nos sacos. Logo, são limpinhos, grados e saborosos. Em Portimão, não encontra melhores, segundo o que ouvimos da clientela, que regressa ano após ano. E, por encomenda, também os vendemos cozidos”, afirma Maria da Glória, proprietário do espaço.

Espectáculo reúne atletas de todo o país

CIRM organiza sarau gímnico no sábado

O Pavilhão Desportivo da Escola Básica José Sobral, na Mexilhoeira Grande, é palco, no dia 23 de maio, a partir das 18h00, de mais uma edição do Sarau Gímnico do Clube de Instrução e Recreio Me-

xilhoeirense.

Este é um dos eventos mais emblemáticos da ginástica e um momento muito aguardado pela comunidade desportiva, reunindo centenas de atletas de todo o país.

Ao longo do evento, o público poderá assistir a demonstrações de várias disciplinas gímnicas, incluindo ginástica rítmica, artística, acrobática e aeróbica, numa verdadeira festa da modalidade.

SOCIEDADE

Evento enalteceu nova geração de bartenders

Festival Poejo Mendes promoveu talento jovem

Escola de Hotelaria e Turismo de Portimão acolheu certame dedicado à área de bar.

A Escola de Hotelaria e Turismo (EHT) de Portimão voltou a acolher no dia 6 de maio, o Festival Poejo Mendes, uma iniciativa aberta ao público e dedicada à criatividade e excelência na área de bar, que reuniu estudantes de diferentes escolas da região numa competição de cocktails originais.

Este é um evento que se tem vindo a afirmar, ao longo dos anos, como uma plataforma de valorização do talento emergente, desafiando os participantes a demonstrarem as suas competências técnicas e capacidade de inovação.

Para Pedro Moreira, diretor da Escola de Hotelaria e Turismo de Portimão, “o Festival Poejo Men-

des representa uma oportunidade única para os alunos demonstrarem o seu talento, criatividade e capacidade técnica, num ambiente que promove a partilha de conhecimento e a valorização da formação especializada. Ao mesmo tempo, esta iniciativa presta também uma justa homenagem a uma figura incontornável da área de bar, cujo contributo marcou várias gerações de profissionais”.

Na edição deste ano, participaram alunos da EHT de Portimão, dos Agrupamentos de Escolas Júlio Dantas, em Lagos, Nuno Mergulhão, em Portimão, Rio Arade, em Lagoa, e Silves Sul.

Outro objetivo foi o de reforçar a importância da formação



Originalidade deu mote aos cocktails a concurso

especializada e estimular o desenvolvimento de competências fundamentais para o mercado de trabalho, promovendo, em simultâneo, o convívio e a partilha de

experiências entre estudantes, docentes e profissionais.

Os cocktails apresentados a concurso foram avaliados por um painel de jurados composto

por representantes da Associação Barmen do Algarve (ABA) e parceiros do Festival, dando destaque a critérios como originalidade, sabor e apresentação.

Peças são apresentadas no TEMPO

Mostra Escolar de Artes do Espetáculo decorre até final do mês

Os próximos dois espetáculos integrados na Mostra Escolar de Artes do Espetáculo sobem ao palco nas próximas sextas-feiras, dias 22 e 29 de maio, às 19h00, no Teatro Municipal de Portimão (TEMPO).

Esta sexta-feira, dia 22, é apresentada a peça ‘Ensaio’, com

interpretação do Teatro da Caverna, do Agrupamento de Escolas Manuel Teixeira Gomes, com encenação dos professores Alfredo Gomes e Nídia dos Santos. A peça acompanha um grupo de teatro na tentativa de escolher um texto para levar à cena.

Na próxima semana, dia 29,

será a vez de ‘Uma só língua, mil corações’, uma produção que envolve alunos do pré-escolar, 1º, 2º e 3º ciclos do Agrupamento Nuno Mergulhão, com texto de Ana Balancho e direção musical e encenação de Francisco Balancho.

A produção percorre os caminhos da língua portuguesa através

das vozes e ritmos de diferentes países e territórios que a têm como herança comum. Mais do que um idioma, as canções celebram a diversidade e a união entre nações ligadas pela história, mas que souberam transformar a língua portuguesa em expressão viva das suas culturas.

Desde o início do mês, já foram colocados em cena também ‘Estúdios Nuvem Branca’, pelo Agrupamento de Escolas da Bemposta, e ‘Grainha’, pelo Agrupamento de Escolas Júdice Fialho. As entradas custam 3,5 euros, e podem ser adquiridas online (tempo.bol.pt) ou no TEMPO.

Receitas de bolso

Meia Vida Algarve Spritz

Patrick Henrique
Curso: Aluno do 3º ano do curso de Técnico de Restaurante Bar



INGREDIENTES DO COCKTAIL MEIA VIDA ALGARVE SPRITZ

- 4 Cl Gin Meia Vida Cabeço da Eira
- 2 Cl Xarope batata-doce Aljezur
- 3 Cl Sumo de toranja fresco
- 1 Cl Sumo de limão fresco
- 6-8 folhas Hortelã
- Água com gás

INGREDIENTES DO XAROPE DE BATATA-DOCE

Para um litro de xarope:

- 4 batatas-doces (roxas) de Aljezur
- 500 gr. de açúcar
- 500 ml. de água

PARA A DECORAÇÃO

Hortelã + Zest de Toranja

PREPARAÇÃO DO XAROPE

Assar as batatas no forno; Triturar com a casca; Adicionar o preparado numa pa-

nela, adicionar o açúcar, a água e levar a lume brando até dissolver o açúcar. Por fim, filtrar/coar e engarrafar.

PREPARAÇÃO DO COCKTAIL

Macerar levemente a hortelã com o xarope.

Adicionar o gin, sumo de citrinos e gelo.

Agitar vigorosamente.

Double-strain para copo coupett com gelo e completar com água com gás.

Mexer suavemente.





1 A 7 JUNHO



PORTUGAL BEACH TENNIS OPEN '26

- PRAIA DA ROCHA -



SAND SERIES PORTIMÃO \$115.000

Sand Series Women's \$50.000 Men's \$50.000 Mix \$15.000

ITF BT50 \$4.000 ITF BTJ100 U18 Prova A Nacional 3.000€

+40 Taça Beach Tennis Portimão Juniores U16



24. MAIO DOMINGO 10h - 22h
RUA DIREITA
PORTIMÃO

INDIREITA STREET * FEST



CENTRAIS

Música sempre fez parte das vidas dos elementos da banda

‘Brasa Doirada’ levam a voz do Alentejo a cada canto do Algarve

São concertos em vários pontos do país, há mais de uma década e o último foi num local inusitado. O Mercado Municipal de Portimão abriu portas à noite para receber a banda que mantém ligação à cidade.



Nuno Higinio, Nelson Law, Pedro Dias e Daniel Cordeiro mantêm viva as raízes alentejanas

Ana Sofia Varela

Pedro Dias, Nelson Law, Nuno Higinio e Daniel Cordeiro emprestam a voz aos ‘Brasa Doirada’, grupo criado durante momentos de convívio, já lá vão mais de dez anos. Em entrevista ao Portimão Jornal partilham um percurso que não é ocupação profissional a tempo inteiro, mas que bem podia ser. Preenche as escassas horas livres, que cruzam com as profissões nas áreas da enfermagem e da engenharia do ambiente.

Como se conheceram?

Três de nós conhecemo-nos na Escola Superior de Saúde de Beja, onde estudámos enfermagem. Mais tarde, viemos trabalhar para os hospitais do Algarve. O quarto elemento, natural de Aljustrel, é engenheiro do ambiente e estava já em Portimão onde se tinha estabelecido como empresário. A amizade e a paixão comum pela música tradicional acabaram por nos juntar, tal como a saudade do Alentejo. Existia ainda um quinto elemento na génese do grupo

— também ele de Aljustrel, cozinheiro e residente nesta cidade — que acabou por sair do projeto por motivos profissionais. Foi entre cantorias em convívios, risos e desafios lançados por amigos que decidimos levar isto mais a sério

O cante tem uma força agregadora e uma alma que nos representa — e quando cantamos, sentimos que estamos a honrar quem somos e de onde viemos

e formar o grupo. O que começou como uma simples partilha entre amigos transformou-se num projeto com alma e raízes bem fundadas.

Então foi assim que surgiu a ideia de criar um grupo musical? A música sempre fez parte das nossas vidas. O Nelson e o Pedro, por exemplo, passaram pelas tunas académicas na universidade e

essa experiência deixou uma marca profunda. Já o Daniel cresceu com o cante alentejano no sangue — o avô dele fez parte, durante muitos anos, de grupos corais, e isso foi uma grande influência. No fundo, todos nós sempre es-

sicamos ligados à música de forma natural, quer no seio familiar, quer entre amigos. A ideia de formar um grupo surgiu de forma espontânea. Começámos por cantar em convívios, entre amigos e, rapidamente, começaram a surgir convites por parte de quem nos ouvia. Alguns proprietários de restaurantes que nos conheciam incentivaram-nos a dar um passo em frente e a criar noites de mú-

sica alentejana nos seus espaços. Esses momentos deram-nos confiança e vontade de levar o projeto mais a sério — e assim nasceu o grupo.

Três de vós são do Alentejo, enquanto um dos elementos é de Lisboa. Foi pela vossa origem que optaram pelo cante como género musical?

Sim, é verdade que todos temos ligações fortes ao Alentejo — três de nós são alentejanos de raiz e um é de Lisboa, mas com o coração bem virado a sul. Neste momento, estamos todos a viver no Algarve, mas a verdade é que nunca deixámos de sentir o Alentejo como casa. Foi essa ligação às nossas origens, às memórias de infância, às vozes dos nossos avós, que nos levou naturalmente até ao cante. Mais do que uma escolha consciente de estilo musical, o cante alentejano faz parte da nossa identidade. É algo que nos emociona e que nos liga à terra, à família e à cultura popular. Era inevitável que fosse esse o caminho. O cante tem uma força agregadora e uma alma que nos representa — e quando cantamos, sentimos que estamos a honrar quem somos e de onde viemos.

E os algarvios têm aceitado bem as vossas atuações?

Temos tido a sorte de tocar imenso por todo o Algarve, e a verdade é que a aceitação tem sido muito positiva. Notamos um grande carinho por parte do público, mesmo daqueles que não cresceram a ouvir cante alentejano. Sentimos que há curiosidade, respeito e, acima de tudo, emoção. Parte disso talvez se deva ao facto de procurarmos dar ao nosso trabalho uma identidade própria. Apesar de termos como base o cancio-

Uma década de desafios

No ano passado, os ‘Brasa Doirada’ celebraram dez anos, meta que encaram como motivo de orgulho e muita gratidão à mistura. No início, quando eram apenas um grupo de amigos a cantar por gosto, nunca imaginaram que esse caminho os levaria tão longe. Que se transformaria num projeto consistente, com identidade própria e ligação muito forte ao público. Com uma “aceitação extraordinária”, têm “sentido um carinho imenso, tanto por parte da comunidade alentejana espalhada pelo país, como também de públicos que, inicialmente, pouco conheciam o cante”. E é em cada atuação que sentem a resposta sincera do público. Os sorrisos, os silêncios atentos, as palmas sentidas. No sábado passado, dia 16 de maio, o público portimonense não foi exceção. Encheu o Mercado Municipal para assistir ao concerto destes elementos que se desdobram nas suas profissões para conciliar a carreira com a preservação da identidade que lhes está nas veias.

neiro tradicional do Alentejo, gostamos de explorar novos caminhos — criamos arranjos musicais mais arrojados, introduzimos novas sonoridades e trabalhamos composições com um toque mais pessoal. Procuramos inovar, sim, mas sempre com muito respeito pela essência do cante. O nosso objetivo nunca foi afastar-nos da tradição, mas dialogar com ela, torná-la viva e próxima das pessoas, mesmo fora do Alentejo.

O que tem de diferente o cante alentejano, que vos fascina?

O cante é muito mais do que uma estrutura musical: é um estado de alma. É o eco das paisagens planas, dos silêncios cheios de significado, da alma coletiva das gentes que sabem esperar, sentir e partilhar. O que nos fascina é a autenticidade das letras, a verdade das vozes em uníssono, o poder emocional de uma música que fala de amor, saudade, terra e memória — tudo aquilo que também nos move como pessoas e músicos.

Quais as regiões onde atuam com maior frequência?

Atuamos sobretudo no Algarve e no Alentejo, regiões que nos são próximas e onde o nosso trabalho tem maior expressão. Mas te-

mos sido convidados para outras zonas do país, o que nos honra profundamente, pois mostra que a nossa mensagem e sonoridade conseguem atravessar fronteiras geográficas.

Como conciliam as vossas profissões com os concertos? Pelo menos três de vós são enfermeiros...

A conjugação entre o hospital e o palco é, de facto, um verdadeiro exercício de logística emocional e física. É uma profissão que exige muito de nós física, mental e emocionalmente. E a música, quando é levada a sério e feita com alma, também exige. Há dias em que saímos de um turno difícil e vamos diretos para uma atuação, e vice-versa. Não é fácil, mas vale a pena. Tudo isto só é possível graças ao apoio incondicional das nossas famílias, à compreensão dos nossos chefes de serviço e dos colegas de trabalho. As nossas esposas são verdadeiras heroínas — seguram a casa, os filhos e tantas ausências com uma força e uma generosidade indescritíveis. Sem elas, este projeto simplesmente não existia. São o nosso pilar silencioso. E aos nossos filhos, que tantas vezes adormecem sem um beijo de boa noite porque o pai está no hospital ou num palco... deixamos este mimo escrito:



Banda celebrou dez anos de carreira em 2025

cada nota que cantamos tem um bocadinho de saudade vossa.

Nas vossas profissões são reconhecidos como os 'Brasa Doirada'?

Sim, acontece com frequência. Seja nos corredores do hospital de Portimão e Faro ou nas ruas das vilas onde atuamos, ouvimos aquele 'Adeus ó Brasa Doirada' com um sorriso que nos aquece. Esse reconhecimento é sinal de que conseguimos levar algo de bom à vida das pessoas — dentro e fora dos cuidados de saúde.

Têm algumas situações caricatas que possam partilhar?

Temos várias. Muitas vezes no dia seguinte aos espetáculos, estamos nós no hospital a trabalhar, e alguém nos diz: "Ontem vi-vos e chorei de tanto rir. Emocionei-me". Já nos aconteceu também estarmos a arrumar material de palco e ouvirmos alguém perguntar: "então onde está o chinês?", numa alusão ao Nelson, o nosso diretor musical, de ascendência asiática, que se tornou quase uma marca do grupo. Já nos perguntaram no aeroporto em Sevilha onde seria o próximo concerto dos 'Brasa Doirada' e se levávamos o chinês escondido na mala de viagem.

Começaram há pouco mais de uma década. Imaginavam chegar até aqui com este projeto?

Nem nos nossos sonhos mais ousados. Sempre acreditámos no que fazíamos, mas nunca imaginamos que um dia seríamos reconhecidos, acarinhados e chamados a subir a tantos palcos. O caminho foi feito com alma, humildade e muito trabalho, talvez por isso tenha dado frutos. O que temos vivido ultrapassa qualquer expectativa. É verdade que este percurso não foi obra do acaso. Investimos muito na banda, quer em termos musicais, quer em termos de estrutura

e organização. Ao longo dos anos, tornamo-nos praticamente autossuficientes, porque cada um de nós abraçou um papel essencial para que tudo funcione, dentro e fora do palco.

Todos sobem ao palco, mas cada um tem a sua tarefa?

Cada um tem o seu papel, e todos respeitamos profundamente as funções que desempenhamos. A música pode ser o que o público vê e ouve... porém, por trás de cada espetáculo, há horas de planeamento, dedicação e trabalho. Talvez seja isso que faz com que os 'Brasa Doirada' não sejam apenas uma banda, mas uma família, um projeto sério e, ao mesmo tempo, uma celebração daquilo que somos.

E já pensaram em investir na vossa carreira na música a tempo inteiro?

Pensar, pensámos. Mas há em nós uma paixão profunda pela enfermagem, por cuidar do outro, que nos realiza de forma única. Além disso, a nossa vida pessoal e familiar, os horários exigentes e a logística que envolve a música tornam esse passo muito complexo. Não sabemos se conseguiríamos ser "apenas" músicos ou enfer-

meiros. Por enquanto queremos continuar a viver as nossas duas paixões: cuidar e cantar.

Que mensagem deixam aos leitores e vossos fãs?

Os 'Brasa Doirada' são muito mais do que um grupo musical. Somos amigos, cuidadores, apaixonados pela vida e pelas pessoas. Em cada concerto, entregamos o coração com música, humor e autenticidade. Queremos continuar a ser geradores de emoções boas, para todos os que se cruzam connosco, no palco ou na vida. A todos os que nos ajudam a conciliar esta paixão com as exigências do dia a dia — chefes, colegas, famílias — o nosso mais sincero obrigado. Sem vocês, a nossa música não faria sentido. Ao longo destes anos, tem sido um abraço entre amigos, uma homenagem ao Alentejo, uma ponte entre o passado e o presente. Somos enfermeiros, somos músicos, somos pais, maridos, filhos. Somos, acima de tudo, pessoas apaixonadas pela vida e por aquilo que ela nos permite partilhar com os outros. Em cada concerto, procuramos deixar boas emoções, sorrisos largos e corações mais leves. E enquanto assim for, cá estaremos, a cantar, a cuidar... e a sentir.

QUEM É QUEM?

⇒ Nelson, com o seu ouvido apurado e enorme sensibilidade musical, é o diretor musical — cria arranjos, instrumentais, solos e assegura a identidade sonora dos 'Brasa Doirada'.



⇒ Daniel é o guardião do cancionero. Faz a seleção das modas que mais se enquadram na fase em que a banda se encontra, e é o elo de ligação com os outros músicos com quem partilham palcos, por vezes em contextos complexos, com

horários cruzados e logísticas exigentes.

⇒ Nuno assume o papel de manager — gere toda a agenda, negociações, cachets, deslocações e condições contratuais.



⇒ Pedro é o rosto do humor nos concertos — aquele que transforma uma moda em gargalhada, que cria empatia imediata com o público. É também o road manager, assegurando toda a organização em dias da atuação, e o gestor da marca

'Brasa Doirada', sendo o responsável pelas redes sociais e pelos conteúdos que ligam a banda ao público fora dos concertos.

De onde vem o 'Brasa Doirada'?

O grupo escolheu um nome que vem de uma moda alentejana chamada 'O Verão, o Alentejo e os Homens'. Inicia-se com a frase 'O verão, a brasa doirada e Celeste...'. "Cantámo-la tantas vezes nos nossos convívios que passou a ser quase uma identidade nossa. Devido a essa música o nome 'Brasa Doirada' ficou, pegou, e hoje é reconhecido com um carinho especial". Neste percurso que já conta com mais de uma década destacam-se ainda dois temas originais já editados — 'Tradição', no álbum Reserva 2015, e 'Linda Moça Alentejana', lançado no ano passado — com letras de Daniel e melodias em parceria com Nelson. "As nossas músicas abordam o amor à terra, às pessoas, às tradições e à vida. Mais do que cantar modas, cantamos o que nos faz ser quem somos", conclui a banda que continuará a entoar este cante.

DESPORTO

Portimonense regressa à elite do futsal português e conquista título nacional, com época fantástica

Travar euforia e blindar grupo foram essenciais para o sucesso

Paulo Rocha, coordenador, e José Santos, treinador, falam ainda do trabalho desenvolvido e do forte compromisso com o clube, papel em que Rochato e Filipinho são duas das principais figuras.

Hélio Nascimento

Primeiro a subida, depois o título. O Portimonense garantiu o regresso à elite do futsal português e sagrou-se campeão nacional da II Divisão a quatro e três jornadas do final da prova, respetivamente, livrando-se assim de qualquer ansiedade típica destas fases decisivas da época. O treinador José Santos, aliás, resume de forma linear este sentimento, ao dizer que “concretizámos todos os nossos objetivos à primeira, sem passar por mais semanas de ansiedade”.

Tratou-se, de facto, de uma caminhada fantástica, numa altura em que falta ainda uma jornada para o termo do campeonato, e, embora o planeamento tivesse sido “feito a pensar no sucesso”, não deixa de constituir um marco na vida de todos os envolvidos, como no caso particular de Paulo Rocha, o coordenador de toda a modalidade. “Estar à espera estamos sempre, porque as coisas são feitas a pensar no futuro e no sucesso. O plantel foi construído de há três anos para cá, sempre com equilíbrio, mas esta época, reconheço, houve maior equilíbrio que nos anos anteriores”.

Paulo Rocha, ou Paulinho, como era mais conhecido quando jogava, vinca que o objetivo era “ter uma equipa competente, a nível de jogo, em termos de concentração, intensidade, rigor e compromisso acima de tudo”. Tudo funcionou, ao pormenor, “mas ao que está por trás tem de se dar muito valor, nomeadamente o trabalho diário e a dedicação da equipa técnica, staff, estrutura e jogadores, principalmente estes, que são os maiores obreiros da conquista”.

O coordenador releva também o que se passou no seio do grupo, que contribuiu para este estado de graça. “Nunca passámos nada para fora, tudo foi sempre discutido e analisado dentro de portas, inclusive quando tínhamos de elogiar ou criticar. Mesmo com a boa consequência de resultados houve um claro travão à euforia. No pós-jogo todos davam opinião



A festa merecida da equipa alvinegra no palco de todos os sonhos

e depois de ganharmos um jogo já se estava a pensar no outro”.

Passos seguros na Liga Placard

Paulo Rocha, que assumiu o futsal há três anos, recorda que, nessa altura, quando o clube desceu de divisão, prontificou-se a ajudar a recolocar os alvinegros no escalão principal. “Foi o coração a falar, sem saber que seria nas condições depois propostas pelo clube. Bateu certo e é uma alegria imensa. Estou cá há oito anos e é bom partilhar com todos, da direção aos adeptos”, deixando uma palavra ao presidente Fernando Rocha, que “ajuda muito”, e à estrutura, incluindo a que “já cá não está, caso da Ana, que dava um suporte acima da média”, sem esquecer que a filha, em certos dias, chegava a passar tardes no carrinho, dentro do pavilhão.

À conversa com o Portimão Jornal, o coordenador, um homem do Norte e profissional de futsal que jogou no Benfica, Braga, na Rússia e na Bélgica, confessa que se sente agora “muito mais da terra”, embora sem renegar, obviamente, as suas raízes. E, aludindo à carreira na modalidade, garante que ser responsável “custa menos no corpo, mas mais na mente”, ao passo que, como jogador, era o contrário.

Com a I Divisão no horizonte,

Paulo Rocha já tem ideias definidas. “Vamos dar passos firmes. Anos atrás era tudo novo, agora temos uma base e as apostas que faremos terão de ser certas. A Liga Placard é cada vez mais difícil e queremos por lá ficar, mas com passos seguros, não maiores do que as pernas. O suporte que vamos levar será muito importante e os que vierem será para ajudar”.

O treinador José Santos corrobora a posição, argumentando que “a transição é complicada, mas vamos manter o núcleo duro do plantel e recrutar alguns elementos com qualidade para garantir a permanência. O futsal está muito mais competitivo, mesmo na II Divisão, notando-se uma enorme evolução a nível geral, de clubes, plantéis e técnicos. Nenhuma vitória é fácil”, resume.

Nado e criado em Ferragudo, o técnico está há sete anos no Portimonense e começou por ser adjunto de Pedro Moreira, na época da primeira subida, passando a principal nos últimos três anos. “O segredo foi o trabalho e a união. Desde a descida que nos mantivemos fiéis à nossa ideia e método de jogo, e, desta feita, com maior conhecimento da prova e dos jogadores e com um plantel homogéneo, conseguimos ter êxito”.

Cumplicidade e grande ambiente

No plantel do Portimonense há dois jogadores com uma carreira peculiar, ou não estivessem a atuar juntos há 13 épocas, mesmo representando mais do que um clube. Para onde vai um, vai o outro. Falamos de André Rochato e Filipe Soares, conhecido por Filipinho, também especialistas em subidas: pelos alvinegros somaram a terceira, às quais se juntam as alcançadas no Albufeira Futsal e na Pedra Mourinha.

“Este grupo é espetacular! Já estive em vários e aqui destaco a amizade, desde o primeiro dia, dentro e fora do campo. Jogamos com garra e dedicação, e, com a ajuda da equipa técnica, tudo correu de forma perfeita”, realça André Rochato, 35 anos e enfermeiro de profissão, com uma forte ligação ao emblema portimonense. “É a 13ª época juntos, é verdade, em que ajudo o Filipinho a brilhar”, atira, brincando com o amigo e colega de tantos anos.

Filipe, por sua vez, destaca a cumplicidade, que se estende ao lado familiar e aos “dois filhos pequenos” de cada um. “Sempre criámos bons ambientes, com apoio mútuo, levando o que está fora para dentro do campo. Sendo assim, é meio caminho andado”, adverte, antes de uma análise sucinta à temporada. “O momento-

-chave talvez tenha sido o registo de quatro vitórias consecutivas, ainda na fase inicial. Vencíamos bem e na segunda feira seguinte estávamos já focados no próximo jogo”, deixando também uma palavra de apreço aos adeptos.

Por fim, num rápido olhar sobre a Liga Placard, reconhecem a maior competitividade e qualidade de todas as equipas, com expressão lógica no recente título europeu ganho pelo Sporting, mas acreditam que o Portimonense reúne condições para se preparar a preceito. “O clube e a cidade merecem estar no escalão máximo”.

QUADRO DE HONRA

JOGADORES: Juan Pinheiro, Cláudio Conceição, Pedro Senra, Filipe Soares, André Rochato, Tomás Reis, Afonso Serra, Pedro Bartolomeu, Santi, João Mikus, Tomás Ferreira, João Silva, Gui Marques, Montanha, Marco Gomes, Vitinho, Tiago Amorim e Varela

EQUIPA TÉCNICA/STAFF:

José Santos, Nelson Ferreira, Abdul Catar, Marco Ramos e Mário Barroso

COORDENADOR: Paulo Rocha

a melhor. BELEZA É CUIDAR DE SI

ATÉ 3 DE JUNHO 2026

Intermarchê
PORTIMÃO



De segunda a quarta
de 25 a 27 de maio de 2026

GANHE 15% em cartão!

NO TALHO, PEIXARIA E FRUTAS E LEGUMES
(EXCETO AZEITONAS, FRUTAS E LEGUMES SECOS E BACALHAU SECO)

1. Regulamento disponível na loja e no site.

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

5asec
TEXTILE EXPERT

**ARRANJOS DE COSTURA?
A 5ÀSEC RESOLVE!**

Lavandaria • Limpeza a Seco
Serviço de Costura

INTERMARCHÊ PORTIMÃO

Faça a próxima compra sem sair de casa

Uber Eats | **Intermarchê**
PORTIMÃO

BAR RESTAURANTE

COMIDA FEITA POR NÓS
TODOS OS DIAS!

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

(* o partir de)

IMAGEM ILUSTRATIVA

DESPORTO

Com mais atletas e mais áreas de combate

Portimão Box Cup volta a bater recordes

Prova desenrola-se de 29 a 31 deste mês, no Arena, com cerca de 1200 atletas em representação de 26 países.

PORTIMÃO BOX CUP



Durante três dias, o espetáculo do boxe está garantido

Hélio Nascimento

As inscrições fecharam um mês antes do previsto, sinal do interesse de todo o mundo do boxe olímpico nesta prova – já em sétima edição – que a Escola de Boxe de Portimão continua a organizar, cada vez com mais atletas e também com mais áreas de combate, prevenindo-se desde já que o Arena, entre os dias 29 e 31 deste mês, registre ‘casa cheia’.

O número de pugilistas subiu dos mil para os 1200 e os ‘ringues’, que eram cinco, passam a seis, possibilitando mais despiques em simultâneo.

“O grande objetivo, agora, é a

qualidade, e, nesse sentido, vamos contar com alguns dos melhores praticantes do mundo”, frisa André Reis, figura da modalidade e organizador do evento.

Neste contexto, percebendo a importância do Portimão Box Cup, 33 equipas nacionais aceitaram o repto e participam (com um total de 166 atletas), mas o grande contingente vem de fora, sobretudo de Inglaterra, que traz até ao Algarve 255 pugilistas. Ao todo, são 26 países a espreitar as emoções da vitória, incluindo Paquistão e Jordânia, as novidades desde ano.

As comitivas, incluindo dirigentes e treinadores, devem totalizar cerca de 2000 pessoas, pelo

que se espera um fim de semana repleto de movimento no conceito, com muitas unidades hoteleiras quase no limite da capacidade. Muitas das equipas de arbitragem são estrangeiras e o horário dos combates estende-se das 10.30 horas até ao fim do dia. O preço de um bilhete para os três dias de competição é de 15 euros.

A prova, de resto, é uma das melhores e maiores do panorama europeu, o que, aliado às condições da região e também às excelentes condições do Arena, justifica a procura e eleva o nível. A Câmara Municipal, através de uma parceria, e a Junta de Freguesia, estruturalmente, prestam a habitual colaboração.

Taça do Mundo de ginástica rítmica foi um êxito

Rita Araújo brilha entre as melhores

A ginasta portuguesa Rita Araújo obteve o 17º lugar entre 55 atletas, na Taça do Mundo de rítmica, que decorreu no Portimão Arena e levou ao rubro as bancadas, em virtude da alta qualidade dos exercícios, alguns a cargo das melhores intérpretes do mundo.

Na geral individual a primei-

ra foi a italiana Sofia Raffaelli, enquanto em equipas triunfou Espanha. Nesta prova de conjuntos, a equipa nacional, constituída por Anamar Couto, Beatriz Nascimento, Bruna Tavares, Maria Osório, Sara Costa e Beatriz Sousa terminou num 10º lugar.

Individualmente, para além

de Rita Araújo, que esteve igualmente em destaque nos exercícios de Arco e Bola, tendo terminado, respetivamente, nos 13º e 14º lugares, e foi ainda 17ª em Maças e Fita, também Joana Pinheiro se exibiu em bom plano, sendo 34ª em All-Around, 26ª em Fita, 31ª em Arco e 35ª em Bola.

CLUBE BICROSS DE PORTIMÃO



Com Íris Moraru em plano de enorme evidência

Clube Bicross coleciona triunfos na Taça de Portugal

Íris Moraru, do Clube Bicross de Portimão, esteve em particular evidência na sexta ronda da Taça de Portugal de BMX, que se realizou na pista olímpica de BMX do CAR - Centro de Alto Rendimento de Anadia, em Sangalhos, com a presença da elite do BMX nacional. A atleta portimonense venceu em Femininas +15, repetindo o triunfo da quinta ronda e reforçando a sua consistência e excelente momento de forma, numa prova onde a sua colega de clube Filipa Gonçalves foi terceira. Nas categorias jovens, mais três vitórias do Bicross de Portimão, através de Gustavo Pereira, em sub-15, Francisco Gil, em sub-11, e Kyle Schubach, em sub-9. Por fim, em cruiser 40+, Carlos Rosado voltou a dominar, confirmando, na circunstância, a liderança na Taça de Portugal. Estes resultados contribuíram para que o Clube Bicross de Portimão alcançasse, por equipas, a vitória na 5ª ronda e o 2º lugar na 6ª, sinal de muito trabalho e qualidade. – H.N.

PORTIMONENSE EM AÇÃO

Basquetebol e SAD

com sortes diferentes



O basquetebol sénior masculino do Portimonense Sporting Clube falhou o acesso à grande final e à subida de divisão por uma margem estreita, depois de três prolongamentos consecutivos na casa do CD Póvoa. Mas foi uma brilhante caminhada. No terceiro e decisivo jogo da meia-final do play-off, os alvinegros voltaram a levar a decisão para prolongamento, acabando por ceder diante dos poveiros por 90-86. Ao invés, a formação feminina, que como se sabe subiu ao Campeonato Nacional 1, continua em maré de vitórias. Por último, referência para o futebol da SAD, que ao vencer o vizinho Farense, por 1-0 (golo de Samy), livrou-se da descida (desce o Paços de Ferreira) e evitou também a ida ao play off (vai o Farense). Resultados dos diferentes jogos nas diversas modalidades: **FUTEBOL** – Sub-13 m: Portimonense-Olhaneense, 14-0; Sub-13 f: Ferreiras-Portimonense, 6-3; Sub-14: Ginásio Tavira-Portimonense, 2-0, e Portimonense B-Esp. Lagos, 3-6; Sub-15: Portimonense-Benfica B, 3-2; Sub-16: EF Faro-Portimonense, 3-0; Sub-17: Cova da Piedade-Portimonense, 0-1; Sub-18: Quarteira SC-Portimonense, 4-0; Sub-19: Portimonense-Louletano, 2-0. **FUTSAL** – Benjamins: Portimonense-Castromarinense, 5-3; Infantis: Portimonense-CF Boavista, 3-0; Iniciados: Portimonense-Arsenal Canelas, 2-6; Juvenis: Portimonense-Macedense, 9-2; Seniores: Portimonense-Belenenses, 2-3. **BASQUETEBOL** – Sub-14 f: Portimonense-Caldas, 114-24; Sub-14 m: Imortal-Portimonense, 45-37, e Portimonense B-Tavira, 58-36; Sub-16 f: Portimonense-Benfica, 59-68; Sub-16 m: CB Albufeira-Portimonense B, 74-65, e Portimonense-CB Albufeira, 102-40; Sub-18 m: Ginásio CO B-Portimonense B, 68-67; Seniores f: Carnide-Portimonense, 67-98; Seniores m: Póvoa-Portimonense, 68-71, e Póvoa-Portimonense, 90-86. – HN



Carina Leal
Gastroenterologista
e vogal do Núcleo de
Neurogastroenterologia
e Motilidade Digestiva
da SPG

Esofagite eosinofílica: uma doença crónica inflamatória do esófago

A esofagite eosinofílica é uma doença inflamatória crónica do esófago que se caracteriza pela infiltração de eosinófilos (glóbulos brancos) nas camadas do esófago. Este processo crónico, mediado pelo sistema imunitário, quando não for tratado, pode levar à formação de fibrose, condicionando o principal sintoma da esofagite eosinofílica – a disfagia ou dificuldade em engolir.

Conhecida desde a década de 80, a incidência desta doença tem aumentado, à semelhança de muitas doenças alérgicas. Os estudos mostram que a esofagite eosinofílica afeta cerca de um em cada mil indivíduos, sendo mais comum no sexo masculino e na adolescência e início da idade adulta. A causa desta doença não está totalmente esclarecida, contribuindo fatores genéticos, imunológicos e ambientais. A esofagite eosinofílica está fortemente associada a antecedentes de atopia, como rinite alérgica, asma, dermite atópica e eczema.

Clinicamente, a esofagite eosinofílica

apresenta-se com disfagia (dificuldade em engolir), impactação alimentar e dor no peito. Nas crianças, sintomas como re-

O diagnóstico atempado é essencial

cura alimentar, vômito e má progressão ponderal são mais frequentes. Além disso, muitos doentes acabam por desenvolver comportamentos de evitação alimentar, como refeições mais longas e com diferentes consistências, com receio de despoletar sintomas, mesmo antes de terem sido diagnosticados.

O diagnóstico atempado da esofagite eosinofílica é essencial, não só para tratar os sintomas, como para reduzir as complicações a longo prazo. Estima-se que o atraso diagnóstico seja superior a dois anos, pelo que é fundamental o encaminhamento precoce para a Gastroenterologia e/ou Imunoalergologia.

Esta patologia diagnostica-se com recurso a endoscopia digestiva alta, na qual devem ser realizadas biópsias esofágicas que permitirão analisar o número de eosinófilos por campo de grande ampliação (>15). Outros exames, como estudos de motilidade e análises, podem ser úteis em casos selecionados, mas, habitualmente, não são necessários para o diagnóstico.

No que diz respeito ao tratamento, a decisão deve ser partilhada entre o médico e o doente, visto estarem disponíveis tratamentos à base da dieta e fármacos. O tratamento é imprescindível, por se tratar de uma doença crónica e progressiva.

As dietas de exclusão de 1,2, 4 ou 6 elementos baseiam-se na remoção de alimentos identificados como potenciais alérgenos: leite, ovo, trigo, soja, peixe/marisco e frutos secos (amendoim). Esta abordagem tem particular interesse na idade pediátrica e exige não só acompanhamento nutricional, como motivação para adesão a longo prazo.

A terapêutica farmacológica disponível em Portugal passa essencialmente por inibido-

res da bomba de prótons e corticóides. Estes medicamentos apresentam eficácia na maioria dos casos.

Mais recentemente, foi aprovado em Portugal um tratamento biológico, dupilumab, que se utiliza em situações graves ou refratárias. Por último, alguns doentes apresentam zonas de redução do calibre do esófago denominadas estenoses. As estenoses podem condicionar dificuldade em engolir e impactação alimentar, necessitando de tratamento – dilatação – através de endoscopia.

Assim, perante a suspeita de esofagite eosinofílica, é essencial procurar o seu médico assistente, para que o diagnóstico possa ser confirmado através de endoscopia digestiva e para que a terapêutica apropriada seja instituída, evitando as complicações a longo prazo de uma doença crónica que pode ter um grande impacto na qualidade de vida.

Para saber mais sobre este e outros temas de saúde digestiva, consulte: www.saude-digestiva.pt

PUB

Exposição

UMA POÉTICA RESISTENTE

Coleção do Museu
do Neo-Realismo

Museu de Portimão
17 Maio

2026
30 Agosto



DIVERSOS

AGENDA



⇒ 22 DE MAIO . 19H

3º ESPETÁCULO DA MOSTRA ESCOLAR DE ARTES DO ESPETÁCULO

PREÇO: 3.5€

BILHETES: tempo.bol.pt

LOCAL: Teatro Municipal de Portimão

⇒ 23 DE MAIO . 14H

CIRCUITO NACIONAL DE BEACH WRESTLING

Entrada Livre

LOCAL: Área Desportiva da Praia da Rocha

⇒ 23 DE MAIO . 15H30

CICLO DE CONVERSAS 'O SUL COMO PALCO'

Entrada Livre

LOCAL: Teatro Municipal de Portimão

⇒ 23 DE MAIO . 18H

SARAU GÍMNICO DO CIRM

Entrada Livre

LOCAL: Pavilhão Desportivo José Sobral

⇒ 24 DE MAIO . 9H

CAMINHADA RITMO DO CORAÇÃO

A participação tem um caráter solidário. Mediante a doação de um bem essencial ou produto de higiene pessoal, que reverterá a favor da instituição local CRACEP Portimão

LOCAL: Complexo Desportivo de Alvor

⇒ 24 DE MAIO . 9H-13H

FAMÍLIAS EM MOVIMENTO

A inscrição é gratuita (idade mínima de participação: 4 anos)

INSCRIÇÕES: opjportimao.pt

LOCAL: Lugar do Rio- Espaço Jovem

⇒ 24 DE MAIO

INDIREITA STREET FEST

Entrada Livre

LOCAL: Rua Direita

⇒ 24 DE MAIO . 9H-13H

'ALAMEDA DAS ARTES'

Entrada Livre

LOCAL: Praça da República – Alameda

⇒ 25, 28 DE MAIO E 3 JUNHO . 19H

PROGRAMA 'PORTIMÃO SENSIBILIZA'

Entrada Livre

LOCALS: Dia 25: Clube Desportivo Cultural e Recreativo do Porto de Lagos

Dia 28: Centro Comunitário de Alvor

Dia 23 de junho: Clube Recreativo de Chão das Donas

⇒ 28 DE MAIO . 21H

CHOQUE FRONTAL AO VIVO COM ANA TEREZA

PREÇO: Entrada gratuita, mediante levantamento prévio de bilhete

LOCAL: Teatro Municipal de Portimão

⇒ 29 DE MAIO

EXPOSIÇÃO DE PINTURA 'ARTE EM MOVIMENTO'

Entrada gratuita

LOCAL: Mercado Municipal de Portimão

⇒ 29 DE MAIO . 21H

PALESTRA 'O GRANDE VÓRTICE DA DESINFORMAÇÃO' com Inês Cardoso

Entrada gratuita

LOCAL: Biblioteca Municipal de Portimão

⇒ ATÉ 30 DE MAIO

EXPOSIÇÃO 'PORTUGAL PROFUNDO', de Marques Valentim e António Marreiros

Entrada gratuita

LOCAL: Casa Manuel Teixeira Gomes

⇒ ATÉ 31 DE MAIO

EXPOSIÇÃO DE PINTURA 'ARTE EM MOVIMENTO'

Entrada gratuita

LOCAL: Mercado Municipal de Portimão

⇒ ATÉ FINAL DE JUNHO

'BOA ESPERANÇA EM... REVISTA'

RESERVAS: 967 188 290

ESPETÁCULOS: Sextas e sábados – 21h00
Domingos – 15h00 e 17h30

LOCAL: Boa Esperança

EMPREGO

Recrutamento – Ajudante

Familiar Domiciliário

A Misericórdia de Portimão está a reforçar a sua equipa e procura um/a Ajudante Familiar Domiciliário.

Funções:

Como Ajudante Familiar Domiciliário será responsável por prestar os cuida-

dos básicos de saúde e apoio ao utente, assegurando o seu bem-estar, higiene, alimentação, acompanhamento e segurança, de acordo com as orientações da instituição e os procedimentos de qualidade estabelecidos.

Perfil pretendido:

Experiência e/ou formação na área de

auxiliar e/ou gerontologia (preferencial, mas não eliminatório); Sentido de responsabilidade e empatia; Capacidade de trabalho em equipa; Disponibilidade para turnos rotativos, incluindo fins de semana e feriados.

Candidatura:

forms.office.com/r/LpLzPtuqB

Cocktail

Há côncavas e arqueadas,
Também tortas e direitas,
Há peludas, musculadas,
Outras lisas e perfeitas.

Umam têm anorexia,
Outras mais alimentadas,
Há as de pele sadia,
Também as há tatuadas.

Umam grossas, outras finas,
Vemos grandes e pequenas,
Há fortes e há franzinas,
Há brancas e há morenas.

Parecem dançar mil sambas,
Se vistas na multidão,
Outras vezes marcham bambas,
Por culpa do carrascão.

Umam se movem a contento,
Outras bem mais devagar,
Umam se mostram com o vento,
Outras tardam em se mostrar.

Mesmo que bem as coloquem,
Umam abrem e outras fecham,
Umam gostam que lhes toquem,
Outras, mexer-lhes não deixam.

Vendo ao longe o perigo vir,
Esperar é que não espero,
Toca mas é a fugir,
Oh pernas, pr'a que vos quero?

J. M. Alves

* Publicado no livro 'Puro Malte', edições Humús



PUB

Mário Cabrita
Gerente

Peixe Fresco Grelhado
Grelhados no Carvão
Pratos do Dia

📍 Rua da Misericórdia nº3, 8400 Estômbar

☎ 968 034 516


**RESTAURANTE
PARAISO**
— GIRASSOL —

PUB

Iniciativas têm entrada livre

Conferência e concerto celebram aniversário de Teixeira Gomes

'Maraus e Parvos' abre programa que assinala 166 anos do nascimento do patrono da cidade.

O dia 27 de maio é uma data significativa para a cidade de Portimão, por ser o aniversário de Manuel Teixeira Gomes. No ano em que se assinalam os 166 anos do nascimento deste ilustre portimonense, estão previstas três iniciativas com entrada livre que celebram esta efeméride.

O programa abre com a conferência 'Maraus e Parvos', por José Alberto Quaresma, no dia 27 de maio, às 18h30, na Biblioteca Municipal, que se baseia em textos inéditos sobre a vida e obra do antigo Presidente da República, a partir da investigação que está a ser desenvolvida para a edição

dos volumes IV e V das 'Obras Completas de M. Teixeira Gomes'. Serão revelados alguns episódios desconhecidos das relações que o ilustre portimonense mantinha com personalidades com quem se cruzou ao longo da sua vida. "Mesmo após a sua morte, alguns nunca lhe perdoaram o talento, a ação e a liberdade de pensamento", refere a organização.

Já no dia 29 de maio, às 18h30, a Casa Manuel Teixeira Gomes recebe o concerto 'Arte que arrebate e perturbe', com Laura Quaresma, ao piano, e Inês Nunes, ao clarinete.

Inspirado na sensibilidade literária e artística de M. Teixeira

Gomes, esta será uma revisitação de alguns dos compositores e obras musicais de música clássica que mais admirava.

O programa encerra no dia 5 de junho, às 18h30, no mesmo local, com a conferência 'Nas Guerras, só a morte é comum. Dos Arquiducos aos Drones', cujo orador será Francisco Seixas da Costa.

"Nestes dias estranhos, em que a diplomacia global parece votada ao insucesso, começa a instalar-se, um pouco por todo o lado, o sentimento de que podemos não estar longe de um confronto de larga dimensão. Em 1914, Manuel Teixeira Gomes es-



Portimão recorda nascimento do seu mais ilustre cidadão

tava em Londres. Portugal havia-o colocado na capital do império que tentava segurar os fios de uma ordem europeia em acelera-

da desagregação", lê-se na sinopse do evento. Os sentimentos despertados nessa época serão temas em debate.

Jornalista estará na Biblioteca Municipal

Inês Cardoso debate desinformação

A Biblioteca Municipal Manuel Teixeira Gomes é o local escolhido para a palestra 'O grande vórtice da desinformação', com a participação de Inês Cardoso, que será no dia 29 de maio, às 21h00.

A jornalista e atual diretora-geral do Jornal de Notícias, TSF e 'O Jogo' incidirá a sua apresen-

tação na desinformação existente nas redes sociais e na dificuldade atual em encontrar fontes credíveis.

Abordará ainda os riscos das 'fake news' e o modo como estas influenciam a forma como a sociedade vê o mundo e a democracia.



Há ainda Festa dos Anos 80 no início de junho

Sociedade Vencedora festeja Santos nos arraiais

A Sociedade Vencedora Portimonense participa nos vários arraiais em junho, na Praça da República, nos dias 6, 13, 20 e 26, sempre a partir das 19h00, num ambiente que celebra os Santos Populares e que tem entrada livre.

Há ainda nesse mês a habitual Festa Anos 80, no dia 9, com as participações dos DJ João Sousa e Nuno Silva (RUA 80), iniciativa promete levar quem gosta dos sons daquela década a viajar para uma noite de animação.

Ana Tereza

À CONVERSA COM O ARTISTA

CHOQUE
FRONTAL
AO VIVO



A próxima convidada do Choque Frontal ao Vivo, no dia 28 de maio, às 21h00, será Ana Tereza.

Os convites, gratuitos, para assistir à gravação do programa com Ana Tereza estarão disponíveis na bilheteira do TEMPO a partir desta quinta-feira, 21 de maio.

A apresentação do programa está a cargo de Ricardo Coelho e Júlio Ferreira, da Alvor FM, e o programa conta com o apoio do município de Portimão, da pastelaria Delícias 3 da Comissão Vitivinícola do Algarve. Neste espaço, o Choque Frontal ao Vivo deixa o convite aos leitores do Portimão Jornal para conhecerem melhor a próxima convidada:

Quem é Ana Tereza em três palavras?

Alegria, ironia e desespero.

Quando percebeu que o palco faria parte da sua vida?

Sempre soube que tinha de fazer.

Qual foi o momento mais marcante da sua carreira até hoje?

Quando fui ao festival da canção em 2021.

O que pode o público esperar da sua presença no programa Choque Frontal ao Vivo?

Um concerto que tenta fugir para um show de stand up comedy.

Que relação tem com Portimão?

Gosto muito quando tenho a oportunidade de atuar em Portimão, é uma cidade que me acolhe sempre maravilhosamente.

Quando pensa em Portimão, que imagem ou palavra lhe vem primeiro à cabeça?

Pedregulhos gigantes no mar.

Pergunta Choque Frontal:

Na sua carreira, qual foi o maior choque ou surpresa que já viveu?

Acho que ainda não o vivi, estou ansiosamente à espera.

Todos os meses, o palco do TEMPO recebe um convidado especial no programa Choque Frontal. Mas antes de subir ao palco, o artista enfrenta um pequeno 'impacto': perguntas diretas, sem guião, para que o público conheça melhor quem entra em cena.

É a sétima edição do festival

'InDireita Street Fest' volta a sair à rua

Uma das principais ruas da cidade encerra ao trânsito para dar lugar a um grande encontro de cultura urbana.

Uma nova edição do 'InDireita Street Fest' chega à Rua Direita este domingo, dia 24 de maio, entre as 10h00 e as 22h00. O evento levará muita música, arte, comércio, artesanato e atividades para todas as idades a este espaço público, durante um dia inteiro, promovendo um ambiente de animação no centro da cidade.

A programação inclui muitas sugestões, desde um espaço onde haverá produtores locais a uma zona infantil alargada, mas também arte comunitária, workshops, aulas e demonstrações de skate, espetáculos de acrobacia, comidas e concertos. E, neste dia, as lojas estarão abertas.

Outro dos pontos fortes será o cartaz musical que, nesta sétima edição do InDireita, contará com as atuações de 'Kumpania Algararra', 'Flangelus', que foi a banda vencedora deste ano do 'Battle of the Bands', promovido pela associação cultural Marginália, 'Zé Gordo' e 'Los Cantigas'.

Com entrada livre, o 'InDireita Street Fest' volta a dinamizar



DR. Animação para todas as idades é ponto forte do festival

a Rua Direita e envolve a comunidade num encontro de cultura urbana, num evento organizado pela associação Palco das Ondas Invisíveis Studio (P.O.I.S.). Tal como nas edições anteriores, o festival, que se estreou em 2024,

transforma esta rua icónica de Portimão num verdadeiro palco a céu aberto, com boa energia e muita animação, sendo marcante na transformação da cidade num palco de cultura comunitária e de fruição do espaço público.

Interessados podem contactar instituição

ACRA procura mais voluntários

Teatro, música e pintura em tecido são algumas das áreas, nas quais a Associação Cultural e Recreativa Alvorense 1º de Dezembro (ACRA) procura novos voluntários.

Aberta a todas as vertentes,

sendo aceite todo o tipo de contributo, neste momento há também o apelo para as pessoas que queiram contribuir nestas valências culturais e artísticas.

“Se tem outras competências, ideias ou simplesmente vontades

de de ajudar, o seu contributo é igualmente valorizado. Aqui, mais do que atividades, criamos ligações, sorrisos e histórias que ficam para sempre”, refere a ACRA neste apelo publicado nas suas redes sociais.



Rali Cidade Portimão

'acelera' no fim de semana

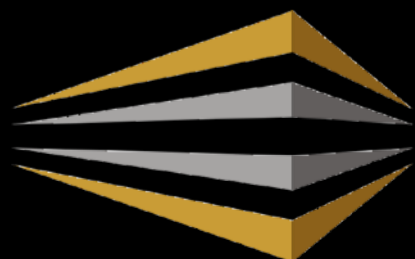
O Rali Cidade de Portimão realiza-se este fim de semana, dias 23 e 24, e integra o calendário regional da modalidade. Organizada pelo Clube Automóvel do Sul, a prova apresenta no concelho as emoções fortes dos ralis, com várias classificativas e forte adesão do público. A entrada é livre e do programa consta uma super especial, no sábado, às 21h00, que passa nas rotundas da Rua Jaime Palhinha, Escola Básica D. Martinho e Salgueiro Maia. No domingo, as etapas são no Rasmalho e Montes de Cima.

Alvor é ponto de partida para caminhada 'Ritmo do Coração'

A quinta edição da caminhada 'Ritmo do Coração' está agendada para este domingo, 24 de maio, com ponto de encontro no Complexo Desportivo de Alvor. A comunidade é convidada a participar numa atividade de promoção do exercício físico, bem-estar e solidariedade, pois a inscrição contempla a doação de um bem essencial ou produto de higiene pessoal que reverterá para a Cooperativa de Reeducação e Apoio ao Cidadão Excepcional (CRACEP). A iniciativa inclui dois percursos pedestres, um de cinco quilómetros e outro de dez, acessíveis a diferentes níveis de condição física. Os inscritos até esta quinta-feira, dia 21, têm direito a um kit de participante. As inscrições podem ser realizadas online (desporto.decathlon.pt/pt-PT/atividades-desportivas/detalhes/10834371).

'Arte em Movimento' está exposta no Mercado Municipal

A mostra de pintura com obras criadas pelos utentes dos Centros Comunitários dos Bairros Municipais foi inaugurada no dia 19 de maio no espaço multiusos do Mercado Municipal de Portimão, junto à Avenida São João de Deus. A exposição 'Arte em Movimento' pode ser vista até 31 de maio, no horário de funcionamento do equipamento.



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