

Telma Brazona e Isa de Brito são rostos da revista

Em conjunto com Carlos Pacheco, artistas contam como é fazer teatro no Boa Esperança. **P8-9**



Portimão Jornal

Quinzenário • Ano 7 • Nº141
Diretor: Rui Pires Santos

COMÉDIA

Humor.ptm promete animar TEMPO este mês **P16**

KARATÉ

Rui Caipira lançou livro sobre história da modalidade **P6**

FESTA

Alvor homenageia Nossa Senhora da Boa Viagem **P6**

EVENTO

Mexilhoeira Grande mostra artes e sabores locais **P3**

TALENTO

Festival na Alameda honra acordeonista João César **P16**

Dezenas de voluntários dão alma à recriação da descarga da sardinha

Iniciativa abriu o Festival da Sardinha, no dia 4, sendo já uma tradição para muitos. Nos bastidores, foram três semanas de ensaios para que fosse apresentado um retrato fiel. **P10-11**

World Press Photo inaugura a 10 de agosto

Melhores imagens de 2025 estarão em exposição na antiga loja da cidade. **P5**

Investimento superior a um milhão de euros leva água aos Montes de Cima

EMARP abriu concurso público para construção de conduta com mais de seis quilómetros de extensão. No final, 110 casas estarão ligadas à rede de abastecimento. **P3**



Família Segurado mantém paixão pela música

Esta arte sempre fez parte das vidas de todos, com o filho Paulo a seguir as pisadas do pai João. Agora, André aventurou-se também no mundo da escrita. **P7**

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



EVENTO • A ‘Noitada’ voltou a atrair largos milhares de pessoas a Portimão nos dias 24 e 25 de julho, com a cidade a viver um festival de luz, cor e arte. Com novos elementos, muitos foram aqueles que passaram pela zona ribeirinha e baixa, mas também pelo centro urbano para assistir a espetáculos e conhecer as instalações criadas para esta edição.

A frase

“É completamente falso que doentes e sinistrados transportados em ambulâncias permaneçam longos períodos de espera no exterior expostos a temperaturas extremamente elevadas”. **Tiago Botelho, presidente da Unidade Local de Saúde do Algarve**

anir
ASSOCIAÇÃO NACIONAL DE IMPRENSA REGIONAL
Membro

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/

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

António José Santos Aguiar
Fábio Luis Santos
João Francisco Soares Vicente

Portimão Jornal | Edição Nº 141 - 06.08.2026

NA OUTRA MARGEM



Florelie Escano e Orquestra de Jazz atuam no Largo em Carvoeiro

MÚSICA • O Largo da Praia do Carvoeiro foi o espaço escolhido para um concerto com Florelie Escano e a Orquestra de Jazz do Algarve, que terá lugar no dia 15 de agosto, às 22h00. O espetáculo ‘Soul Powerhouse’ coloca em palco a cantora australiana residente em Londres. Com a sua voz, o público fará uma viagem pela soul, motown, num percurso que se inicia nos anos 60 e termina na atualidade. Nomes como Aretha Franklin, ‘Martha & The Vandellas’, Marvin Gaye, Stevie Wonder, ‘The Supremes’, ‘Earth Wind and Fire’ ou Louis Cole serão o destaque neste concerto. A entrada é livre.

‘Caminhadas ao Luar’ terminam no dia 12 em Porches

EXERCÍCIO • A última sessão das ‘Caminhadas ao Luar’, projeto que pretende sensibilizar e incentivar o exercício físico, terá lugar no dia 12 de agosto, com ponto de partida no Largo da Igreja da Senhora da Rocha. Estão disponíveis dois percursos, um de cinco e outro de dez quilómetros e haverá animação musical garantida pelo DJ Likotta. A inscrição é gratuita e pode ser efetuada online (cm-lagoa.pt), nas secretarias dos serviços municipais, nas juntas e uniões de freguesias do concelho ou no dia da caminhada.

‘Mar de Fora’ encerra ‘A Cultura Sai à Rua’ de agosto

CONCERTOS • A Câmara Municipal de Lagoa continua a promover o festival ‘A Cultura Sai à Rua’ com espetáculos este mês, em diferentes pontos do concelho. O próximo será já este sábado, às 20h30, no Largo 5 de Outubro, em Lagoa, com Teresa Agostinho e o Grupo de Cantares do Parchal. No dia 10, também às 20h30, será a vez de ‘The Search’ e ‘Rui Sax’ atuarem no Largo Rainha Dona Leonor, em Ferragudo. De regresso a Lagoa, no dia 12, às 21h00, terá lugar o espetáculo ‘Sons do Brasil’. A programação de agosto encerra no dia 18, às 21h00, em Ferragudo com o concerto dos ‘Mar de Fora’ e só retomará em setembro.

Teatro Dom Roberto vai à Praia da Senhora da Rocha

AMBIENTE • Será já no dia 10 de agosto, entre as 10h00 e as 11h30, que o teatro se apresenta na Praia da Senhora da Rocha com o espetáculo ‘D. Roberto e a Cápsula do Ambiente’. Nesta aventura, o protagonista principal viverá muitas peripécias com o dragão e o robalo para sensibilizar acerca de temas como a reciclagem, a poluição marinha e o uso de plástico. A iniciativa estará ainda na Praia de Vale Ovilal, no dia 25 de setembro, depois de ter percorrido muitos espaços balneares no concelho.

‘Calvário em Festa’ celebra folclore

TRADIÇÃO • O Recinto de Festas recebe, no dia 8 de agosto, às 21h00, o 43º Festival de Folclore Calvário em Festa, evento com entrada gratuita. Considerado um dos mais importantes eventos de cultura popular tradicional do concelho de Lagoa e uma referência no panorama nacional, a iniciativa realiza-se há 43 anos nesta localidade e promove o encontro de grupos provenientes de várias regiões de Portugal, preservando e divulgando as tradições, os costumes, a música, a dança e os trajes típicos. Além do Rancho Folclórico do Calvário, anfitriões do evento, atuam ainda o Rancho Folclórico de Torres Novas, o Rancho Tradicional de Cinfães e o Rancho Folclórico Pioneiros de Vendas Novas.

EMARP lançou concurso no final de julho

Água vai chegar aos Montes de Cima

Obra ultrapassa a fasquia de um milhão de euros e alarga a rede pública a mais uma centena de casas.



População reinvidica há muito tempo esta intervenção

Ana Sofia Varela

É uma ambição muito antiga dos moradores dos Montes de Cima, que se tornará realidade em breve, após o anúncio de abertura de um concurso público por parte da Empresa Municipal de Água e Resíduos de Portimão (EMARP).

Isto porque, no final do mês de julho, foi publicada em Diário

da República a abertura do procedimento para o investimento que prevê alargar a rede pública de abastecimento de água a esta localidade da freguesia da Mexilhoeira Grande.

A construção da conduta, segundo o documento, custará 1,2 milhões de euros, com recurso a fundos comunitários na sua totalidade. Serão 6,5 quilómetros de extensão para levar a água canali-

zada a 110 habitações, numa obra que deverá ser executada em 240 dias após a adjudicação.

A empreitada vai colmatar uma falta naquele que é um dos poucos locais do concelho em que a população ainda se via obrigada a recorrer a furos e poços para ter água em casa.

Segundo a Câmara Municipal de Portimão, depois da intervenção terminar, o concelho atinge os 98 por cento de acesso a este recurso através das infraestruturas públicas, reforçando a percentagem de imóveis com acesso à água da rede.

A autarquia considera que esta é uma obra fundamental para a coesão territorial, permitindo que moradores em zonas diferentes tenham acesso ao mesmo recurso de forma igual.

Por sua vez, a Junta de Freguesia da Mexilhoeira Grande congratulou-se com o anúncio da obra. Até porque, este é “um dos projetos estruturais que motivou a candidatura do atual executivo da freguesia e que revela o honrar dos compromissos assumidos por parte do executivo municipal”, justifica.

“Esta é uma intervenção há muito aguardada pela população e que representa um passo importante na melhoria da qualidade de vida dos residentes”, conclui a Junta de Freguesia.

Agrupamento da Bemposta promoveu Estágio de Cordas Dedilhadas

Participaram alunos de guitarra clássica e portuguesa

O Agrupamento de Escolas da Bemposta promoveu, entre 6 e 9 de julho, a primeira edição do Estágio de Cordas Dedilhadas, destinado aos alunos de Guitarra Clássica e Guitarra Portuguesa que frequentam os seus estabelecimentos escolares.

Durante quatro dias, os jovens músicos participaram num vasto conjunto de atividades, que incluíram workshops, concertos, ensaios de naipe e de orquestra, bem como momentos lúdicos e

de convívio. A iniciativa revelou-se, segundo o professor Gonçalo Duarte, “uma oportunidade única para aprofundar conhecimentos musicais e desenvolver competências técnicas e artísticas, num ambiente de aprendizagem colaborativa”.

Além de aperfeiçoarem a técnica instrumental e a interpretação, os jovens foram estimulados ao nível do gosto pela música de conjunto e prática orquestral, da criatividade e da expressividade

musical, fortalecendo laços de cooperação e amizade.

O ponto alto foi o concerto de encerramento, no dia 9 de julho, realizado no Centro Comunitário de Alvor. “Perante uma plateia de familiares, professores e amigos, os alunos evidenciaram a dedicação, o empenho e a evolução alcançados, proporcionando um espetáculo de grande qualidade artística que refletiu o sucesso desta iniciativa pedagógica”, afirma ainda o professor.



Adro da Igreja acolhe recinto do evento

Mexilhoeira Grande volta a mostrar artes e sabores

A XXIII Mostra de Artes e Sabores da Nossa Terra terá lugar, no fim de semana de 15 e 16 de agosto, a partir das 18h00, no adro da Igreja da Mexilhoeira Grande. No recinto haverá comes e bebes, mel e derivados, bolos e doces regionais, artes decorativas e trabalhos manuais, petiscos tradicionais, música ao vivo e animação para todas as idades. No que toca à animação musical, estão previstas, no sábado, as atuações do Grupo de Cantares do Clube de Instrução e Recreio Mexilhoeirense (CIRM) às 19h00, o baile com João Paulo Cavaco, às 20h00, que contempla uma interrupção para o desfile das Marchas Populares do CIRM, às 21h30, retomando de seguida. No domingo, há música com Tomás Faísca, às 19h00, seguida do espetáculo com Jorge Guerreiro às 22h00.

PUB

20 SEGUNDOS
SÃO SUFICIENTES
PARA TERMINAR
UM CAPÍTULO
E PARA UMA CRIANÇA
SE AFOGAR

A MORTE POR AFOGAMENTO
É RÁPIDA E SILENCIOSA.
PROTEJA AS SUAS CRIANÇAS.

apsi
associação
para a promoção
da segurança infantil

GNR
GUARDA NACIONAL REPUBLICANA

é
verão.
é
Portimão.

VIVAPORTIMAO.PT

agosto
2026



**4 A 9 AGOSTO
FESTIVAL
DA SARDINHA**
4 - MATIAS DAMÁSIO
5 - NEMANUS
6 - ÁTOA
7 - CUCA ROSETA
8 - FERNANDO DANIEL
9 - XUTOS & PONTAPÉS



**10 A 30 AGOSTO
WORLD
PRESS
PHOTO**
ANTIGA LOTA DE PORTIMÃO



**12 A 14 AGOSTO
MAR ME QUER**
12 - MAIARA & MARAISA
+ CHICO DA TINA
+ SERTABEJO
13 - VEIGH + KEVINHO
+ KIKO IS HOT
14 - OROCHI + LON3R JOHNY
+ CRIPTA



**HUMOR.PTM - FESTIVAL
DE COMÉDIA DE PORTIMÃO**

14 E 15 - BOA ESPERANÇA EM REVISTA
21 - "O PACOTÉ" (C/ EDUARDO MADEIRA E JEL)
22 - VITOR SÁ + CHIMPAS BRITO
28 - DAGU + MÓNICA VALE DE GATO
29 - LUÍS FRANCO-BASTOS E JOÃO PEDRO PEREIRA
HOST: MÁRIO FALCÃO

**ATÉ 9 AGOSTO
PORTIMÃO PADEL OPEN 10000
E FIP BRONZE**
COMPLEXO MUNICIPAL DE TÊNIS E PADEL DE PORTIMÃO

**6 A 9 AGOSTO
CIRCUITO NACIONAL
DE VOLEIBOL DE PRAIA**
ÁREA DESPORTIVA DA PRAIA DA ROCHA

**8 AGOSTO
PROVA DE MAR DE ALVOR**
PRAIA DA RESTINGA

**9 AGOSTO
ALAMEDA DAS ARTES**
PRAÇA DA REPÚBLICA

**11 E 12 AGOSTO
HELISAND LEAGUE
DE VOLEIBOL DE PRAIA**
ÁREA DESPORTIVA DA PRAIA DA ROCHA

**14 A 16 AGOSTO
FESTAS EM HONRA
DE N. SRA. BOA VIAGEM**
ALVOR

**15 E 16 AGOSTO
MOSTRA DE ARTES E SABORES
DA NOSSA TERRA**
MEXILHOEIRA GRANDE

**15 E 16 AGOSTO
CIRCUITO NACIONAL
DE FUTEVÓLEI**
ÁREA DESPORTIVA DA PRAIA DA ROCHA

**ATÉ 21 AGOSTO
NOITES DE VERÃO
EM COMUNIDADE**
MEXILHOEIRA GRANDE

**20 A 23 AGOSTO
PORTIMÃO FOOD TRUCK**
ZONA RIBEIRINHA DE PORTIMÃO

**22 AGOSTO
12ª FESTIVAL DE ACÓRDEÃO
"JOÃO CÉSAR"**
PRAÇA DA REPÚBLICA

**22 E 23 AGOSTO
FESTA EM HONRA
DE N. SRA. DAS DORES**
MEXILHOEIRA GRANDE

**27 A 30 AGOSTO
INTERNATIONAL MASTERS
FUTSAL**
PORTIMÃO ARENA

**28 AGOSTO A 5 SETEMBRO
FESTIVAL DA JUVENTUDE**
POLIDESPORTIVO DA FIGUEIRA

**ATÉ 12 SETEMBRO
ANIMAÇÃO DESPORTIVA
DE VERÃO**
ÁREA DESPORTIVA DA PRAIA DA ROCHA

**SUBSCREVA
A NEWSLETTER
DE PORTIMÃO!**



SIGA-NOS



Portimão
Câmara Municipal

Exposição é composta por 42 imagens

World Press Photo volta à antiga luta

Entre 10 e 30 de agosto, a mostra conta as histórias que marcaram o mundo em 2025.

CHANTAL PINZI



Mais de quatro dezenas de imagens apresentam uma realidade atual

A maior e mais prestigiante exposição de fotojornalismo do mundo regressa à antiga luta para mostrar uma restrita seleção de imagens premiadas. Com inauguração marcada para segunda-feira, 10 de agosto, às 18h00, Portimão é, mais uma vez, a primeira cidade portuguesa a receber a World Press Photo (WPPH) composta por quatro dezenas de fotografias que retratam acontecimentos com impacto decorridos em 2025.

Resultante do concurso promovido, todos os anos, pela World Press Photo Foundation, o conjunto de imagens vencedoras pode ser apreciado, até 30 de agosto, das 18h00 às 24h00, no edifício à beira-rio.

Será neste local que serão dadas a conhecer, pela primeira vez em Portugal, as 42 fotografias vencedoras da 69ª edição, selecionadas de entre um total de 57 376 imagens apresentadas a concurso por 3747 fotógrafos de 141 países.

“A seleção que estará patente convida os visitantes a conhecer histórias que se desenrolam no mundo muito para além do tradicional ciclo noticioso e que se destacam num cenário político e mediático em rápida transformação, como foi o de 2025. Muitas delas representam a luta e o desa-

fio, mas também o calor humano e a coragem”, descreve a Câmara Municipal.

Um exemplo é a fotografia vencedora, que foi captada pela norte-americana Carol Guzy no dia 26 de agosto de 2025, no edifício federal Jacob K. Javits, em Nova Iorque, um dos poucos espaços onde foi permitida a presença de fotógrafos.

Um ano depois de ter sido registada, estará em exposição em Portimão, mostrando o momento em que Luis, um migrante equatoriano, foi detido por agentes do Immigration and Customs Enforcement (ICE), após uma audiência no Tribunal de Imigração.

Segundo revelaram os que lhe são mais próximos, não tinha sustento do agregado familiar. A mulher, Cocha, e os três filhos do casal, de 7, 13 e 15 anos, ficaram mergulhados num profundo sofrimento, confrontados com dificuldades financeiras imediatas e um forte impacto emocional.

E passado um ano, esta é ainda uma das histórias que marca a realidade da imigração nos Estados Unidos da América e sobre a qual chegam relatos quase diários. Aliás, este tem sido um dos objetivos principais da Fundação. Ao longo dos anos, a World Press

Photo consolidou-se como uma das mais prestigiadas exposições internacionais de fotojornalismo, dando a conhecer histórias que importam (‘Stories that Matter’) com vista a promover a reflexão sobre os acontecimentos que marcam o mundo.

Fundada em 1955 na Holanda, a WPP é uma organização não governamental sem fins lucrativos que promove o fotojornalismo e a liberdade de informação e de expressão, através de diversos eventos, dos quais se destaca este concurso de fotojornalismo e fotografia documental.

A World Press Photo continua a ser uma iniciativa que dá visibilidade aos profissionais que, em diversas áreas e, arriscando muitas vezes a sua vida, mostram uma visão, perspetivas e narrativas com relevo, aproximando-as da população. E Portimão é apenas uma das muitas cidades por onde passará ainda a exposição, seguindo-se Nieuwe Kerk, em Amesterdão, Berlim, Roma, Barcelona, Viena, Sydney, Cidade do México e São Paulo.

A mostra, que disponibiliza mais informações online (worldpressphoto.org), conta com organização da Câmara Municipal e produção da Associação Cultural Música XXI.



Competição reúne vários praticantes de voleibol

Helisand League terá lugar na Praia da Rocha

O areal da Praia da Rocha recebe dois dias de voleibol, competição e convívio com a HeliSands League, nos dias 11 e 12 de agosto. O torneio amador destina-se a participantes a partir dos 16 anos e conta com competição masculina, feminina e mista na área desportiva. A iniciativa é organizada pela HeliSands Academy, em parceria com o município de Portimão.

Trabalhos patentes na Casa Manuel Teixeira Gomes

‘Sementes da Boca’ apresenta perspetiva de Lúcia Fernandes Rodrigues

Lúcia Fernandes Rodrigues inaugurou no dia 1 de agosto a exposição de fotografia ‘Sementes da Boca’, na Casa Manuel Teixeira Gomes. Com entrada livre, a mostra pode ser visitada até 29 de agosto, de terça a sexta-feira, das 10h00 às 12h30 e das 14h00 às 17h00, ou aos sábados no mesmo horário da tarde. Nascida em Moçambique e a residir em Lagoa há mais de 50 anos, a autora escreve há três décadas, e há três anos decidiu que os seus textos merecem ser ilustrados, o que despertou em si o gosto pela fotografia, partilhando agora a sua visão nesta exposição.

Evento terá lugar entre 12 e 14 de agosto

‘Mar Me Quer’ regressa com muita música

A zona ribeirinha de Portimão volta a ser palco de mais uma edição do Festival ‘Mar Me Quer’, entre 12 e 14 de agosto, com animação, concertos e um ambiente descontraído. O recinto, que abre portas às 18h00, estará instalado junto à sede do Clube Naval e decorre na semana seguinte ao Festival da Sardinha. Sob o mote da ‘Onda do Ambiente’, o Festival tem confirmadas as atuações de Sertanejo, Chico da Tina e Maiara & Maraísa no primeiro dia. A 13 de agosto o cartaz fica a cargo de ‘Kiko Is Hot’, Kevinho e Veigh, encerrando, no dia 14, com Cripta, ‘Lon3r Johny’ e Orochi. Nos três dias, o sunset será da responsabilidade de Noisetribe. As entradas custam entre 20 e 50 euros e podem ser adquiridas online (marmequer.pt).

Fotos foram captadas por alunos

Mercado expõe ‘Semana da Laranja’

A exposição ‘Semana da Laranja’ parte de um desafio lançado aos alunos do curso de técnico de fotografia da Escola Profissional Gil Eanes para participarem num concurso interno, com a cobertura das iniciativas integradas neste evento, promovido no Mercado Municipal, em fevereiro. Este convite permitiu que os jovens experimentassem trabalho no terreno, estimulando a criatividade, numa ação que serviu também para selecionar as interpretações mais marcantes, dinâmicas e melhor conseguidas a nível estético. A exposição final, agora patente ao público até dia 30 de setembro, reúne o conjunto das melhores imagens selecionadas. A mostra pode ser visitada de segunda-feira a sábado, das 7h00 às 14h00, e das 17h00 às 20h00, aos dias úteis.

SOCIEDADE

Durante a cerimónia, foi também lançado o livro do Mestre Rui Caipira sobre a história do karaté

IJKA Portugal premeia campeões e distingue pioneiros de Portimão

Manter vivos os valores de respeito, disciplina, inclusão e superação que caracterizam a modalidade, formando atletas e cidadãos, são bandeiras que a associação promete continuar a honrar.

Hélio Nascimento

Dedicado a todos os que, através do Karaté-Do, fizeram de Portimão um exemplo de inclusão e superação. Aos mestres que guiaram o caminho e aos alunos que, com o seu esforço, garantem que esta chama nunca se apague. Para que a história honre quem serviu a arte e a comunidade”. É esta a abertura do livro do Mestre Rui Caipira, intitulado ‘História do Karaté em Portimão e a génese do estilo Shotokan’, que foi lançado no passado mês de julho, durante o 67º Seminário da Internacional Japan Karate Associação (IJKA) Portugal.

O evento decorreu no Pavilhão Gimnodesportivo de Portimão, com as bancadas a abarrotar, reunindo atletas, mestres, dirigentes, familiares e convidados, numa cerimónia dedicada ao reconhecimento do mérito desportivo, à valorização da inclusão e à preservação da memória histórica do karaté. Um dos momentos marcantes foi mesmo o lançamento oficial do livro da autoria do Mestre Rui Caipira, 7.º dan e Diretor Técnico da IJKA Portugal.

O seminário prestou também homenagem aos atletas que mais se destacaram na época desportiva 2025/2026, nomeadamente os do CRACEP – Centro de Reabili-



A foto de família que ilustra o final de época do IJKA

tação e Apoio à Criança Excecional de Portimão, casos de Carlos da Silva, Custódia Costa, Sandro Sousa, Patrícia Sequeira, Vasco Bernardo e António Mateus. Esta distinção evidencia na plenitude “o trabalho desenvolvido em parceria entre a CRACEP e a IJKA Portugal na promoção do Karaté Adaptado, da inclusão e da igualdade de oportunidades através do desporto”.

Entre outros inúmeros destaques, incluindo o do projeto Portimão Karate 100 Idade, os

campeões nacionais de parakaraté Gary Cláudio e Tânia Nunes (cadeira de rodas) foram dos mais aplaudidos. Depois, a IJKA Portugal prestou homenagem à memória de duas figuras incontornáveis da sua história: Jorge Nascimento Leote e Humberto Coelho. Foram ainda reconhecidos antigos atletas que marcaram o percurso da associação e enaltecido o percurso de João Simões, futebolista profissional do Sporting, cuja formação desportiva teve início na IJKA Portugal.

Outro momento de simbolismo verificou-se com a homenagem aos pioneiros do karaté de Portimão, casos de António Costa (o mestre mais antigo da associação) e de José Maria, Edmundo Reis, José Porfírio (homenagem póstuma), David Vicente e Fernando Pereira. A IJKA prestou ainda um reconhecimento especial ao seu presidente, António Silvestre, cuja “liderança, dedicação e visão têm sido determinantes para o crescimento da organização e para a afirmação da

modalidade em Portugal”.

As Juntas de Freguesia do concelho, a Câmara e o Portimão Jornal foram algumas das entidades presentes e contempladas com uma placa alusiva da cerimónia e o livro de Rui Caipira. A última edição do nosso jornal, aliás, foi distribuída pelos homenageados, num “momento de celebração da excelência desportiva, da inclusão, da gratidão e da preservação da memória histórica”, com o karaté, na circunstância, a assumir papel de relevo.

Alvor mantém viva tradição

Festas honram Nossa Senhora da Boa Viagem

Uma das mais emblemáticas tradições de Alvor está de regresso entre 14 e 16 de agosto, com as Festas em Honra de Nossa Senhora da Boa Viagem, padroeira dos marítimos. A festa volta a reunir a comunidade em torno da fé, das tradições e do espírito comunitário que continua a marcar a identidade da histórica vila piscatória de Alvor.

Segundo a organização, as festividades abrem todos os dias às 19h30 e incluem animação musical, bailes, quermesse, artesanato e gastronomia. Por sua vez, o programa religioso culmina, no dia 16

de agosto, com a missa, às 15h30, a procissão pelas principais ruas da vila, às 17h00, e a tradicional bênção das embarcações dos pescadores, um dos momentos mais marcantes destas festividades, com a imagem de Nossa Senhora da Boa Viagem a percorrer o rio.

No que toca à animação musical, no dia 14 de agosto, atua o DJ BetoSil, às 21h00, e terá lugar o concerto ‘Remember Old Time’, às 23h00.

Entretanto, no sábado, haverá baile animado por Roberto Bernardino, com início às 21h00, e sobe ao palco a cantora Micaela,

enquanto o domingo fica reservado ao baile com Emanuel Martins e Tânia, seguindo-se Cláudia Nayara, às 23h00.

Também na freguesia, este fim de semana, há ainda as Festas em Honra de Santo André, com entrada gratuita, sendo o recinto instalado no Largo da Igreja da Penina.

A animação neste fim de semana ficará a cargo de Fernando Pereira, no sábado, e de Humberto Silva, no domingo, dia 9, começando os arraiais às 20h00. Há ainda a celebração da eucaristia, no domingo, às 12h00.

Patente na Casa Manuel Teixeira Gomes

Exposição mostra que ‘Criatividade não tem Idade’

A exposição ‘Criatividade não tem Idade’ reúne trabalhos que refletem um percurso de aprendizagem, experimentação e redescoberta da capacidade criativa e estará patente até 30 de agosto na Casa Manuel Teixeira Gomes.

Muitos dos participantes nesta mostra coletiva tiveram o primeiro contacto com o desenho e a pintura nesta fase da vida, enquanto outros retomaram uma prática artística interrompida há décadas. Cada obra representa não apenas um resultado esté-

tico, mas um processo de descoberta, persistência, confiança e superação destes artistas seniores dos Centros de Convívio Sénior da Aldeia das Sobreiras e de Portimão que usufruem de diferentes ateliês.

Neste caso, a atividade de pintura foi orientada por Márcia Guilardi. Com entrada livre, o conjunto de obras selecionado pode ser visitado de terça a sexta-feira, das 10h00 às 12h30 e das 14h00 às 17h00. Aos sábados o espaço só abre à tarde.

André publicou 'Ecos da Escuridão – Sombra Cadente'

Família Segurado: da música às palavras

Acordes e melodias sempre reinaram naquela casa. Agora, também a escrita assume protagonismo, pois o irmão mais novo lançou o seu primeiro livro, enquanto o mais velho segue as pegadas do pai.

JOSÉ GARRANCHO



André contou com o apoio de João Segurado e do seu irmão Paulo no lançamento do livro

José Garrancho

André Segurado, 40 anos, decidiu publicar um livro que foi aperfeiçoado ao longo de vários anos, numa procura constante de perfeição. É uma obra de ficção científica, intitulada 'Ecos da Escuridão – Sombra Cadente', publicado pela editora Oficina da Escrita, que foi apresentado ao público no dia 12 de julho, no Clube União Portimonense. Será o primeiro de uma trilogia.

A obra, a que o Portimão Jornal teve acesso, revela uma história com um mistério permanente que obriga a continuar a ler. Em conversa com o autor, estivemos também com outros elementos desta família talentosa, sempre pronta para servir a comunidade

portimonense.

Quem é André Segurado?

Tenho 40 anos, sou licenciado em Tradução pela Faculdade de Letras da Universidade de Lisboa e trabalho para a Organização Mundial da Saúde, embora a inteligência artificial tenha reduzido consideravelmente, nos últimos anos, o volume de trabalho. Por essa razão, iniciei, recentemente, atividade no setor imobiliário. Desde criança que sou apaixonado pelo imaginário e fui inspirado por Dostoiévski, Tolkien, Brandon Sanderson e George Orwell. Graças ao trabalho de tradução, acabei por ganhar o gosto pela escrita. O livro foi escrito, originalmente, em inglês e depois traduzi-o para português. Isto, porque o inglês é a língua em que penso,

quando escrevo. Depois, pensei que gostaria que os meus pais e restante família o lessem e, sendo tradutor, passei-o para português. E também por considerar mais fácil trabalhar com as editoras nacionais. Mas está editado nos dois idiomas.

Sendo assim, foi prejudicado pela inteligência artificial. Como a classifica em termos criativos?

Considero-a um bom utilitário, mas nunca uma entidade criadora. Por exemplo, quando estou a escrever, tenho duas ou três ideias e uso-a para analisá-las ou desenvolvê-las, mas a decisão final será sempre minha. Mas há que saber o que queremos e saber colocar as questões. Por exemplo, tenho quatro ideias e dúvidas em como abordá-las. Digo-lhe que, nesta ideia, o problema é este; naquela ideia, a dúvida é aquela... e ela diz-me que cada problema pode ser resolvido desta ou daquela maneira, sendo a decisão final minha. O problema com muitos jovens é que se limitam a pedir-lhe que faça determinada tarefa e aceitam cegamente o que lhes fornece e que, muitas vezes, está errado. É necessário saber fazer a pergunta certa, o que quer dizer que temos de conhecer o assunto. E, depois, saber contradizê-la, questioná-la, dizer-lhe para nos fornecer as fontes, etc. É um ex-

O irmão Paulo lidera Clube União

A música era presença constante em casa e, por isso, Paulo Segurado, aprendeu a viver com ela, desde que nasceu, há 45 anos. "Aquela casa nunca não teve música" é a sua frase preferida. Foi absorvendo, de forma natural, a formação básica. Aos oito anos, começou a ter aulas de piano, que, na época, era o instrumento de eleição no ensino musical. Fez a formação no Conservatório Joly Braga Santos, mas de forma intermitente, pois o piano e a música clássica diziam-lhe pouco e a sua ambição era ser arquiteto. Entretanto, encontrou outros colegas no liceu interessados na música e começou a usar o piano para outros tipos de música que o motivavam mais, começando a mudança da música erudita para o rock, os blues, os Beatles... Ainda se matriculou em arquitetura, mas percebeu que não tinha muito jeito e acabou por licenciar-se em história e teoria da música, na Universidade de Évora. A vertente prática foi adquirida nas bandas, tendo tocado com o pai, o seu sonho de criança. É o diretor pedagógico da Academia de Música de Portimão, desde a sua fundação, continuando a tocar em bandas. Seguindo, de novo, os passos do pai, tornou-se presidente do Clube União Portimonense, em 2022, a fim de manter a tradição, quando mais ninguém se candidatou. Dinamizou o espaço tanto, que já há pedidos para atuações até meados do próximo ano.

João Segurado é o patriarca da família

Tem 72 anos, mas apaixonou-se pela música aos seis. Cantava pelas ruas, quando ia passear com a avó e formou a sua primeira banda ainda adolescente, para tocar na récita dos sextanistas do Liceu Nacional de Portimão. A sua estreia em público foi um enorme sucesso. Por isso, nunca mais parou, tocando e cantando em hotéis e bares. Mais tarde, criou uma banda de originais, com Vasco Moura. Não conseguiram gravar, porque eram uma banda da "provincia", desconhecida. Continuou a criar bandas diferentes, para tocar géneros variados. Passou por praticamente todos os estilos, com todos os músicos portimonenses, até que um problema de saúde o impediu de continuar. Continua, porém, a viver intensamente a música e é respeitado por todos. Ao Portimão Jornal, conta como, há 60 anos, aprendeu a tocar. "Comprei um livro com os acordes ao músico Anatólio Falé, de Lagos, e foi através dele que aprendi a tocar guitarra. Eu e o Manuel da Avó ensaiávamos juntos e aquilo era fácil. Com dois acordes, tocávamos tudo", recorda entre risos. "Hoje, vão ao Youtube e encontram os vídeos que ensinam tudo", acrescenta. Sempre preocupado com a cultura e a tradição, fez parte do grupo que decidiu, em 2012, revitalizar o Clube União Portimonense, tornando-se o seu presidente até 2022.

A inteligência artificial na criação

Segundo Paulo Segurado, que considera a arte algo muito humano, em que cada um tem a sua perspectiva própria, dando origem a diferentes formas de expressão artística, a IA é um instrumento auxiliar, pode ser um bom utilitário, mas nunca a entidade criadora. "Não tem alma. Apenas usa os algoritmos introduzidos pelos homens". Durante décadas, a música foi a linguagem da família Segurado. Hoje continua a sê-lo. Mas, pela primeira vez, tem as palavras por companhia. E, se André Segurado cumprir a promessa de concluir a trilogia que agora iniciou, talvez a literatura passe também a fazer parte do património desta família portimonense.

celente auxiliar para rever textos, mas não evita uma revisão final efetuada por um humano.

Tendo nascido numa família onde a música impera, não seguiu a carreira musical. Porquê?

Tal como o meu irmão mais velho, fui para o conservatório e cheguei a fazer o 5º grau de for-

mação musical e coro e o 2º grau de piano. Depois, o máximo que fiz foi aprender a tocar guitarra com o Tuniko Goulart e acabei por realizar o sonho de estar em palco com o meu pai e o meu irmão, cantando e tocando guitarra. Nunca fui grande músico e tenho uma guitarra em casa, na qual não toco, há anos.

CENTRAIS

Boa Esperança continua a ser referência na arte da representação para orgulho de Carlos Pacheco

Telma e Isa dão vida ao palco e fazem da revista um mundo

O ‘cérebro’ dos espetáculos e as atrizes destacam a cumplicidade, alegria e energia inesgotável que pautam as suas exibições, prometendo captar mais público e desmistificar certos conceitos.

Hélio Nascimento

Alegria é contagiante, com momentos de puro entretenimento durante cerca de duas horas. Toda a gente sai com boa disposição, sorrindo e comentando as aventuras e desventuras protagonizadas pelos atores da revista do Boa Esperança. É um ritual que sucede ano após ano, para gáudio de muitos portimonenses e algarvios em geral, ávidos de rir a bom rir com as piadas, a pronúncia e os quadros idealizados e levados a cena por Carlos Pacheco.

Intitulado ‘Boa Esperança... em Revista’, o espetáculo deste ano volta a ter em Telma Brazona e Isa de Brito as parceiras ideais de Pacheco. A primeira é um caso sério de vocação, sempre pronta a ripostar e capaz de meter as ‘bunchas’ que ache necessárias para compor o ‘sketch’. Muitas vezes não aguenta o riso e aumenta o tom da gargalhada em plena plateia. Isa, fadista de créditos firmados, tem uma voz que encanta e cativa. Faz representação desde muito novinha e tem aumentado a sua participação na revista.

O Portimão Jornal dá-lhes hoje o palco, numa conversa deveras agradável, à qual não podia faltar, naturalmente, Carlos Pa-

Carlos Pacheco lhe fez a proposta, entende, por isso, que não ‘pisou chão’ totalmente desconhecido, embora o fosse em termos de bastidores. Tem 44 anos, entrou no Boa Esperança em 2011 e vai na 15ª revista, sempre ao lado do seu mentor.

Isa de Brito, por sua vez, recorda que Carlos andava à procura de uma “fadista com jeito” e o seu nome foi sugerido por uma amiga comum. “Falou comigo, disse que sabia que eu cantava e representava e marcámos um encontro, no qual me fez ler um texto. Gostou da minha dicção e... vamos então experimentar”.

O convite, todavia, “não veio do nada”, porque Isa já fazia teatro, tendo dado os primeiros passos no Teatro Amador de Quarteira, no qual, entrou outros papéis e sob a direção de António Alvarinho, interpretou Amália enquanto jovem no musical dedicado à grande fadista portuguesa. Os fados, de resto, fazem parte do seu percurso. Tem 42 anos e vai na quarta revista no Boa Esperança Atlético Clube Portimonense.

“Não dá para aguentar sem rir”
“Temos momentos hilariantes, sim, é o que mais acontece. Não dá para aguentar sem rir”, justifica Telma, a propósito das gar-



Telma Brazona, Carlos Pacheco e Isa de Brito numa das últimas atuações da revista agora em cena

“O nosso trabalho é de paixão. Se nada sentimos, não partilhamos, e, por isso, representamos também a felicidade de estar em palco”

checo. Ah...e também houve muito boa disposição!

Telma Brazona acompanha a revista desde que se lembra. “Muito antes de ser atriz já era uma espetadora assídua, uma fã. Sempre gostei muito de revista e de teatro”. Em pequena participava nos espetáculos dos escuteiros e imaginava como seria bom “um dia estar ali, no palco”. Quando

galhadas que muitas vezes não consegue evitar em pleno palco, quando contracena com Carlos Pacheco.

“Acontece, são coisas nossas da altura, dos bastidores, é difícil explicar. Temos um código visual que diz tudo e muitas vezes não aguento”, reconhece a atriz, com a colega Isa a confirmar essa alegria contagiante.

“O Carlos surpreende-nos com o boneco dele, tipo ter o cabelo ao contrário, os dentes negros, enfim, ficamos desarmadas e rimos. Mas é também isso que dá uma energia extra para representar com mais alegria e diversão, a peça não fica tão linear e tem um acrescento”, justifica, com Telma a frisar que a revista não é representada sempre de modo igual e até nas sessões do mesmo dia há diferenças.

“A nossa química é grande e basta um olhar para provocar o riso imediato. Fazemos dezenas e

dezenas de sessões do mesmo espetáculo e eu gosto de mexer com as coisas, mudar as frases, para evitar o tédio, inclusive para nós”, argumenta Carlos, que, como se sabe, é também o responsável pelos diálogos.

Entre os inúmeros episódios ‘não programados’, Telma lembra-se de um, do ano passado, que não hesita em contar. “Ia entrar em cena, com um fato completo, fechado ao meio, mas tive de pedir ajuda a um colega, que, por azar, rebentou o fecho...O Carlos estava no palco e só viu quando

lhe surgiu à frente, mas não se atrapalhou e exclamou logo ‘vá lá que ela tem a roupa larga”.

A facilidade de representar chama-se paixão

Carlos Pacheco arrisca mesmo a dizer que ser ator “é genuíno e é fácil”, mas Isa prontifica-se a comentar a expressão. “O nosso trabalho é de paixão. Se nada sentimos, não partilhamos, e, por isso, é que ele diz que é fácil, porque tem essa paixão. Essa facilidade chama-se paixão e representa a felicidade de estar em palco”. Os

companheiros dão-lhe razão. “Por muito cansados que estejamos, encontramos energia em frente ao público”.

A conversa prossegue em tom animado e sem guiões, tal não é a espontaneidade dos atores. Isa de Brito compara então as suas atuações e diz que é diferente existir-se na revista ou numa casa de fado. Se nesta canta de modo mais tradicional, mais sério, no Boa Esperança as músicas são mais populares.

“Sou intérprete acima de tudo e temos de nos adaptar. Também represento enquanto canto e é

afirmar que “hoje em dia a Telma faz tudo bem feito, sei os limites dela e conheço-a por dentro e por fora”. Para todos, contudo, o mais importante é o público, “porque as pessoas levam-nos na memória e saber ler os seus sentimentos é essencial”.

“Estão a falar um com o outro ou a representar...”

“O Carlos é ator, encenador, criador, autor, é tudo, às vezes fala como ator ou espetador e temos de fazer essa leitura. Tem tanta coisa dentro de si que vive o momento”, atira Isa. Depois, vem a

intitulada ‘Nós Somos Revista’. Telma não se lembra do nome da sua primeira, “mas foram tantas e tão boas” que é comum recordar quadros de uma e de outra, elegendo, porém, a levada a cabo depois da pandemia. “Voltámos após aquela fase dramática nas nossas vidas e foi especial nesse sentido”.

Carlos releva um sketch que nunca mais esqueceu, intitulado ‘Quem é que quer ser otário’, e promete continuar. “Vou fazer revista até conseguir, até aguentar. A revista dá-me vida, mantém-me jovem e ajuda mentalmente, pese o cansaço de algumas fases”. As suas pupilas comparam a revista a um vício, durante a qual se abstraem de tudo e soltam um sincero “vamo-nos divertir”.

Mais visibilidade e maior reconhecimento

Isa de Brito, natural de Quarteira, é licenciada em Educação Social, mas agora só canta e representa. Telma Brazona nasceu em Portimão e viveu sempre em Ferragudo, trabalhando na Associação Cultural e Desportiva local há mais de 25 anos, sendo ainda secretária – segundo mandato – na Junta de Freguesia. “Só não faço bolos!”, exclama, com a sua habitual graça.

“Tenho pena que a revista não tenha mais visibilidade e reconhecimento no nosso Algarve. Em Quarteira, na minha terra, não existe um espaço físico para atuarmos com dignidade e fazem excursões para nos ver em Portimão. Cresci em cima do palco, por lá passaram artistas como o Camilo de Oliveira e o Fernando Mendes, por exemplo, lembro-

Encantado desde a primeira hora

“Não conhecia a Telma de lado nenhum”, conta Carlos Pacheco, de certo modo embevecido por falar nas suas atrizes e amigas. Um dia, em Ferragudo, assistia por acaso ao enterro do Entrudo e ficou deliciado com quem fazia o papel de viúva. “Dizia tudo com piada e vi logo que ia além do texto original. Era muito boa, excecional na comunicação e no à-vontade em palco. Passados uns meses, vim à ACD de Ferragudo fazer um espetáculo e reconheci-lhe a voz, andava ela a arrumar umas cadeiras”. Telma até ficou envergonhada quando Carlos lhe disse “vamos trabalhar juntos”, mas, obviamente, aceitou o convite para uma reunião. “Apareceu no Boa Esperança com o marido, por sinal bem alto, e, a partir daí, tornou-se a minha primeira parceira em todas as revistas”. Sobre Isa, o ator e encenador ouviu “maravilhas dela” e confirmou depois que “respira a revista à portuguesa, com uma voz possante, algo rouca, uma verdadeira fadista que desde logo me encantou”. Carlos reconhece que Isa já tinha alguma tarimba na representação e foi fácil a adaptação. “O Boa Esperança sempre foi um viveiro de artistas, de lançamento – comigo sucedeu o mesmo quando o Ilídio Poucochinho me chamou – e hoje tanto a Telma como a Isa já dão ideias e ajudam na criação”.

-me dessa alegria e acho que isso perdeu-se um bocado, a nível até nacional”, lamenta Isa, agora num ‘papel’ mais sério.

A revista do Boa Esperança, prosseguem, tem uma característica deliciosa, que “é falar com o calão, uma coisa tão bonita que nunca devia acabar”. Além disso, serve de inspiração para outras pessoas, incluindo os “jovens que perguntam, com alguma frequência, se o Carlos dá cursos, pelo que temos mesmo de perpetuar esta arte”.

O também diretor da coletividade portimonense evoca a “muita gente que já formei” e expressa a vontade de atrair mais e novo público, inclusive das escolas, “desmistificando a ideia de que a revista é má e para velhos”

e aproveitando a ocasião para lançar novo repto aos professores. “Ter noção de canto, de coreografia, drama, farsa, comédia...enfim, não é fácil, mas o Boa Esperança tem sido uma grande escola”. À baila vêm nomes como os de João Leote, Joana Rato, Adriana Marques, Edmundo Inácio...

Já em tempo de despedida, surgem as últimas emoções. “Nós apresentamos a essência da revista e temos aqui todas as condições. Os textos, os cenários, o guarda-roupa, levamos tudo atrás quando saímos de Portimão e passamos quase um dia a montar o palco. É difícil de criar, mas depois de estar feito parece simples. E até ficamos com um sentimento de vazio quando o espetáculo vai terminar”.

Carlos Pacheco lembra-se de um tique de Telma, ao início, que em palco colocava mal as pernas.

“Enrolei-as com fita adesiva e não é que resultou!”

essa a magia que tem a música. Interpreto o que me é dado, partilhando emoções no fado e procurando chegar aos outros com a minha mensagem”.

Desafiadas, depois, a comentar as facetas de Carlos Pacheco, as duas atrizes não perdem tempo. “É exigente no trabalho, sim, até porque é a cara de todos nós, pode ser chato ou bruto, mas faz parte. Fora do teatro está sempre pronto a ajudar”, aponta Telma, pronta para mais um episódio.

“Ao início pensava que só me repreendia a mim. Um dia levei nas orelhas e confrontei-o. Sabe o que ele disse? Sei que fazes melhor, que és capaz disso”. Carlos sorri e lembra-se de um tique de Telma, que em palco colocava mal as pernas. “Enrolei-as com fita adesiva e não é que resultou!”.

A capacidade de “saberem que conseguem fazer melhor” é fundamental nos ensinamentos de Carlos, que não hesita em

confiança que ele próprio tem nas suas atrizes, de tal modo que, como lembra Telma, o improviso pode ditar leis. “Tivemos um trabalho de responsabilidade, a seguir à pandemia, e não sabíamos o que fazer. O Carlos chamou-me, ensaiámos às sete da tarde o esquema pensado e às nove e tal estávamos a atuar. Foi um êxito”.

A cumplicidade entre Carlos e Telma já não admira Isa, que, a propósito, confessa que no seu primeiro ano no Boa Esperança perguntava a si própria “se eles estão a falar um com o outro ou a representar”, já que “fazem conversa de tudo e criam cenários por tudo e por nada”. O mentor interrompe, afirmando que “a Isa já vai fazendo isso connosco, respira, entra e brinca cada vez mais com as situações, por mais imprevisíveis que sejam”.

Entre as revistas em que foi protagonista, a fadista diz que “não há nada como a primeira”,

Atuações dias 14 e 15 no TEMPO

A revista do Boa Esperança tem exhibições marcadas para dias 14 e 15 deste mês no TEMPO, algo especial pela solenidade do palco e por dar oportunidade às pessoas que ainda não viram o espetáculo. A este propósito, Carlos Pacheco confessa que gostaria de ter mais gente de Portimão a assistir, mas reconhece que a cidade está um pouco descaracterizada. “Em proporção, vem mais gente de fora. Não percebemos o porquê, até porque, depois de findar a época, é que nos perguntam se já acabou...”. Sobre as atuações da próxima semana, sublinha que “é sempre um prazer ir ao Teatro Municipal”, de novo para dar o pontapé de saída no festival ‘Humor.pt’. A revista vai ainda passar por Monchique, Albufeira e Moncarapacho, pelo menos, depois de já ter ido a Lagos, Lagoa, Estoi, Ferreiras, Silves, Loulé, além, claro, de Portimão.



PORTIMÃO JORNAL

PESSOAS

Portimão voltou a reviver azáfama da lota

Voluntários mantêm viva a tradição da faina

80 figurantes deram corpo a esta iniciativa que marcou o arranque do Festival da Sardinha.

ANA SOFIA VARELA



Grupo depende de muito do seu tempo livre para ensaiar a recriação da descarga no Museu

Ana Sofia Varela

Quase três semanas antes da data, prepararam-se as vozes, os corpos, as vestimentas e treinou-se todos os dias para apresentar uma recriação da descarga da sardinha o mais fiel possível. A esta hora, já os voluntários têm o merecido descanso, depois de no dia 4 de agosto se terem empenhado em mostrar a todos um dos episódios que marcavam o dia a dia da faina em Portimão.

São voluntários, já se sentem família, daquelas que se reúnem no verão para passar momentos agradáveis e é, em grande parte, por culpa deles a que se deve o sucesso da recriação da descarga da sardinha, promovida pela Câmara Municipal de Portimão, através do seu Museu, há seis anos, sempre no arranque do Festival da Sardinha.

O cenário é o Cais Gil Eanes, onde antes se realizava toda esta

operação, até à data em que a mesma passou para o outro lado do Rio Arade. Perdeu-se a mística, com todos os avanços tecnológicos, mas ficaram as memórias que este grupo alargado de voluntários faz questão de manter viva.

Ainda que não seja um retrato histórico real, é uma visão, uma interpretação dos segredos que aquele Cais guarda. A chegada da traineira, o roubo do peixe, a venda da sardinha, os turistas que se chegavam à beira para assistir, com curiosidade, a toda esta azáfama.

Foi isso que fizeram no dia 4 de agosto, mas já estavam a ensaiar desde dia 15 de julho, às tardes, no Auditório do Museu. Num desses dias, o Portimão Jornal foi visitá-los. O grupo seguia a batuta de Vítor Correia, que, qual maestro, vai dando indicações. É o encenador e dirige esta recriação que caracteriza como comunitária, desde o início.

“Sou ator e encenador, de Ta-

vira, mas trabalho a nível nacional. Faço cinema, teatro e integro a associação cultural ‘Armação do Artista’, sediada nesse concelho, explica.

Antes de passar a palavra aos atores voluntários, deixa bem patente que “sem eles não era possível” levar esta iniciativa adiante, pois são “aliás o grande trunfo desta recriação comunitária”. “Sem estes diamantes humanos, se calhar, dificilmente conseguíamos levar isto a bom porto”, resume.

Histórias de ficção que são histórias de vida

E desde logo, no grupo se destacam duas personagens: José Pina e João Águas. Um era lançador e o outro apanhador. Tal e qual como no tempo em que trabalharam nesta atividade, no mesmo local, onde agora decorre a recriação.

José Pina afirma que gosta de participar, porque “recorda o trabalho de antigamente” e que

algumas pessoas nem têm ideia do que era. O seu parceiro, João Águas, sublinha que era isto que faziam e estas apresentações deixam muitas saudades. “O jogador sofria a atirar o peixe cá para cima, mas o apanhador também. Estamos a fazer o mesmo que fazíamos naquela época e agora, se calhar, já não haveria muita malta que fizesse isto”, começa por explicar. “Estávamos sempre ali quatro, cinco ou seis horas, sempre a jogar, e enquanto não havia ordem não saímos de lá”, descreve com emoção.

Daí as saudades de outros tempos que já não voltam e, mesmo que assim fosse, a idade já não permitia, acrescenta José Pina. Mas o que lhes dá alegria é “dar ao público aquilo que eles nunca viram e nem imaginam o que era”, garante.

Teatro foi um acaso

José Brito está perto a ouvir os seus colegas. Trabalhou muitos

anos com os ‘números’ na EMARP e chegou a assistir à descarga, mas não lidou com esta profissão. Nesta aventura do teatro, que abraçou depois de se reformar, encontrou a personagem do ‘Zé Peixeiro’, de Lagos, que passou a comprar peixe em Portimão, porque o mercado na sua terra estava fraco. “Sou peixeiro, mas daqueles pobres, porque também há alguns ricos que compram tudo e nem dão hipótese a mais ninguém”, começa por descrever com boa disposição. “O que encontrei aqui foi um grande cambalacho, porque há três anos que aqui estou e nunca me deixaram comprar peixe. Tenho de recorrer à malta das chatas e só depois consigo arranjar. Acho que é porque sou de Lagos”, conta entre risos.

Uma história que, apesar de longínqua, acontecia naquela época. E foi esta história, o grupo e toda a envolvente que o levou a achar piada e a aceitar o desafio. Desde aí ficou o ‘bichinho’.

Havia naquele tempo também, uns miúdos novos que roubavam à socapa umas sardinhinhas. Dinis Brás tem 12 anos e há cinco que se especializou nesta personagem. “Vou tentar roubar sardinhinhas”, conta ao Portimão Jornal o jovem, cujo avó e bisavó estiveram ligados à pesca. Descobriram-lhe o jeito para o teatro numa das edições das Férias Desportivas, o João Bota, que o incentivou a participar. E assim foi e continua a ser uma das presenças assíduas nesta recriação.

Um ‘plantel’ de figurantes que diz sempre presente

Há muitas mais personagens que dão corpo a esta iniciativa do Museu de Portimão já premiada com uma menção honrosa na categoria de ‘Inovação e Criatividade’ pela Associação Portuguesa de Museologia.

Alvarinho dos Santos integra o ‘plantel’ pela segunda vez e conta que há dois anos inventou a sua própria história. “Ia pedir sardinhinhas às salgadeiras. Dizia que era viúva e tinha filhos. E pedia. Fazia um choradinho e, quando precisava, também roubava à socapa”, descreve a atriz que reencontrou

no teatro uma forma de escape. O marco foi a inauguração do Salva-vidas de Alvor, na qual participou pela primeira vez e que mudou a sua vida.

Ao lado, Fernando Guerreiro, encarna o comprador de peixe na lota. Já é um 'habitué' nestas andanças que concilia com o ensino de aulas de dança no Instituto de Cultura de Portimão (ICP). "Desde que tenha disponibilidade, gosto de ter o tempo ocupado e se me dá prazer, melhor. Na verdade, ainda sou do tempo de ir

de sardinha. "Fui convidada pela dona Maria Augusta Rodrigues. Estou no grupo de Cantares" do Glória ou Morte, mas nunca tinha assistido a esta 'lufa lufa' da faina, até porque é natural do Alentejo e está em Portimão há 16 anos.

Há ainda neste grupo Maria Helena Rosa, que participa, porque já está reformada, tem tempo livre e considera deveras importante manter estas memórias vivas. "Moro em Portimão há 50 anos e tenho uma vaga ideia do que acontecia", tal como muitas

dinte... pedi ao Vítor para o fazer, porque sou de Silves e quando vinha a Portimão em pequena, lembro-me de ver uma velhota a pedir, que cheirava mal, estava sempre toda rota. Ao conversar com alguém daqui, disse-me que também se lembrava dela", afirma. Por isso, resolveu encarnar esta figura que ainda tem na memória e, quando na recriação lhe dão moedas, invés de notas, roga pragas, ao estilo daquelas de Alvor.

É que este grupo leva mesmo a sério a recriação e tenta sempre encontrar formas de bem retratar estes episódios.

Neste dia, estavam ainda nos ensaios Maria Augusta Rodrigues, que encena uma turista. "Faço isto há muitos anos, quando estava no ICP e fazíamos o Arribalé junto à entrada de Portimão", conta. Lidera grupos de teatro e dança no Glória ou Morte, sendo ela que dinamiza as 'Vozes do Glória'.

"O Glória ou Morte dá-me a chance de continuar. Ali tenho 70 pessoas distribuídas por vários grupos", contabiliza, afirmando que a recriação é algo que gosta bastante de fazer.

Há ainda Maria Isabel Oliveira, figura bem conhecida em Por-

Memória e identidade

A recriação da descarga da sardinha celebra um dos episódios mais marcantes da história da pesca em Portimão, preservando a memória coletiva da antiga lota, que funcionou na zona ribeirinha até 1987. A iniciativa envolve as traineiras 'Arrifana', 'Portugal Jovem', 'Travesso' e a enviada 'Moirá', reforçando a autenticidade desta reconstituição. Pedro Branco, do Museu de Portimão, responsável por acompanhar este grupo e a recriação, recorda que tudo começou em 2019, quando alguém lançou a ideia. O Museu agarrou e desenvolveu o projeto. "Demos corpo a esta missão e, desde a primeira hora que, em conjunto com o Vítor, vamos falando em 'família' e acertando pormenores. Uns foram contemporâneos, outros não, e, no decurso de todo o trabalho científico e de recolha, tentamos fazer a melhor recriação possível", avança ao Portimão Jornal Pedro Branco. Admite que não gostam de utilizar o termo 'histórica', porque não conseguem especificar nesta recriação uma década em concreto. "Tentamos é recriar o espírito o melhor possível com este corpo de voluntários", defende. E conseguem. Pelo menos, quem assiste, consegue sentir esse espírito e o ambiente característico.

"Sem eles não era possível. São aliás o grande trunfo desta recriação comunitária"

buscar peixe e assistir à descarga, porque o meu pai tinha lá conhecidos", recorda. Diziam-lhe para levar um balde e ir buscar peixe e este é um dos episódios que está gravado na sua memória, dos seus tempos de juventude.

Fátima Pires, por sua vez, é quase uma estreante, pois só participou na recriação no ano passado e neste como compradora

outras pessoas que não tiveram um contacto tão direto com esta realidade. Aqui, é a salgadeira de serviço. "Temos um cesto com sal e vamos salpicando as sardinhas até que sigam o seu destino", conta.

Neste rol de personagens há ainda Fernanda Mourinho, que sempre teve o gosto pelo teatro desde pequena. "A velhinha pe-

timão, pelo seu percurso na cidade. Para si, viver esta recriação é sempre uma grande emoção. "Sou filha de pescador. Sou de Carvoeiro e Benagil, mas estou cá há mais de 70 anos. A minha família era quase toda de pescadores e esta é uma forma de recordar. Cheguei a alar rede, ia com eles para as traineiras... Está ali o Portugal I, onde o meu pai ainda trabalhou",

confidencia.

E como Maria Isabel Oliveira, muitas mais pessoas há, a quem esta recriação muito diz. Não porque está perfeita ou porque é fidedigna, mas porque desperta memórias, desvenda emoções e, porque, no fundo mantém viva a identidade das gentes, antepassados que fizeram da pesca a sua vida.

WORLD PRESS PHOTO

EXPOSIÇÃO
2026

10 - 30 Agosto
Antiga Lota, Portimão
18h00 - 00h00

www.worldpressphoto.org



STRATEGIC PARTNERS



FUJIFILM

TYRONE SUIJ REUTERS

PUB

OPINIÃO



Virgílio Machado
Professor e autor do
livro 'Portugal- História
de uma Identidade'

Pinga no pão, Amor! Delícia-me, Portimão, com Sabor! Sei ser generosa para ti! Sabes que fazem de mim troça e escárnio em festas? Queimam-me em trajes figurados? Desenham-me em latas de conserva com cores que não me pertencem? Fazem de mim fraca e ignorante?

Eles não sabem, nem sentem! Mas tenho o olho vivo. E o sonho também comandou minha vida! E foste, Portimão, quem atingiu em cheio meu coração. Sou teu alimento saudável em proteína e gordura

Um mar sem sardinha retiraria a nossa essência de ser essencial, a portimonense! Sardinha com coração, serás sempre a força e melhor tradição de Portimão!

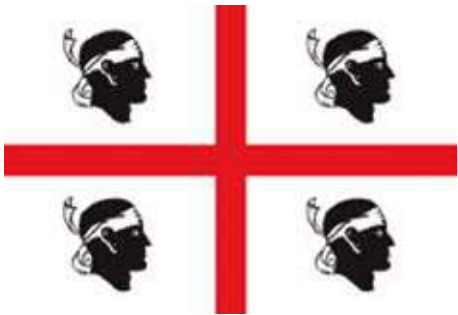
inigualáveis. Quero ser bondosa, formosa e saborosa. Porque o mereces, muito, muito!

Conhecem eles, amiga, que bandeiei em grandes cardumes pela Sardenha? Que aí quiseram elogiar-me e dar-me nome, berço com que me quiseram capturar eternamente? Nesse Mar Mediterrâneo verde e de cor esmeralda podia ter sido facilmente seduzida e aí ficar sem me dar a conhecer por outros cantos do mundo!

Os bandos, essas primeiras organizações humanas, móveis, predadoras e recoletoras, criaram a arte para me pescar! Fui fonte de alimento para os mais pobres hoje e sempre. Também pão e salvação para os povos do mar, para todos aqueles que não tinham terra para lavrar, cereal para colher e tanta família para sustentar!

Sim. Mas não quis ali ficar. Assustei-me com tanta guerra entre os bandos. De sardos! As 4 cabeças com que minha proteína era partilhada ficaram bandeira em cor vermelha, registando sangue. E cabeças decepadas! Não, não, tinha outra missão a

cumprir, outra causa ou missão mais nobre a empreender!



Bandeira da Sardenha
(Créditos: Wikipédia, Xander 89, 2026)

Fui também vaidosa. Quis ser mais esguia, elegante! Viajar para outros mares. Mais frios e azuis. Mais atlética fiquei. Sabes que tinhas a Esperança como desígnio? Acom-

panhando a civilização europeia, naveguei axialmente para Oeste, o Atlântico na procura de outros horizontes mais enérgicos e fortes para me exercitar e aptos para desovar! Ajudei a construir o Mediterrâneo Atlântico, afinal! Cruzamento fértil para mim e para ti e todas as margens humanas que me acolheram!



Sardinha
Créditos(Confraria da Sardinha de Portimão, 2026)

Na procura da Paz, ganhei a cor branca da prata nessas viagens! Uma barbatana dorsal longitudinal! Com pele escamosa sem ser ardilosa. Para me conservar na tina sem ser traquina. A minha viagem acabou por coincidir com a tua, Portimão! Acompanhei o trajeto daqueles que ansiavam, choravam e sofriam! Sensoriei o sal, sim, aquele que o

poeta detetou em lágrimas deixadas pelos pescadores de uma terra chamada Portugal. O sal seria meu sobescrito com que me uniria a Ti!

Em Portimão senti esse Portugal Primeiro! Com o sal. E a traineira ideal! Rochedos à esquerda e direita para me abrigar. Torre altaneira para me avistar. Mas acima de tudo, senti o carinho de um Porto que tinha uma Mão, um coração feito de sofredor Pão na biológica Diversidade de uma Humanidade sentida!



Traineira Portugal Primeiro
Créditos: Postal do Algarve, DR, 2026

Dignificaste-me. Na tua heráldica. Prateada, barbatanada. Em homenagem a mim, às minhas raízes, foste generosa! Registaste o mar verde e de esmeralda do Mediterrâneo onde nasci. Mas também o do mar branco da Paz e do Atlântico que acolhi! A coroa mural das 5 torres em prata é a glória ao meu triunfo. Associa-me à realização da minha viagem, do 4 axial que rejeitei ao 5 mural que abracei. Num país, num mar, numa região que é aresta, canto, quina da Europa.



Heráldica de Portimão
Créditos: Heráldica Cívica, 2026

Deixa-me agora falar, sardinha! Sou, Portimão, transversal neste Portugal. As cabeças do meu símbolo são agora duas em equilíbrio osmótico. De um lado e de outro. Um seu e o seu contrário. Esse equilíbrio que as tuas guelras proporcionam para eliminar excesso de sal ou falta de água. E sim! É mais uma alusão aos mares e culturas que fazem parte da nossa História. O Atlântico e o Mediterrâneo. Justamente aqueles que percorreste na tua viagem! Com esses mares na nossa génese ficámos também muito mais fortes!

Em cada mão de Portimão que te consome sabes que há um coração! Que te respeita pela fome que aplacaste, pelo sustento que proporcionaste a tantos e tantos pelo teu sacrifício neste mar chão. Que te amam, porque sabem que o teu cerco é eleição e convocação ao coração de melhor peixe do mundo. És a nossa rainha, sardinha!

Ainda porque te celebro em paz e festa com respeito e dignidade. Sem seres zombada, antes, muito, muito apreciada! Um mar sem sardinha retiraria a nossa essência de ser essencial, a portimonense! Sardinha com coração, serás sempre a força e melhor tradição de Portimão!

Mário Cabrita
Gerente

Peixe Fresco Grelhado
Grelhados no Carvão
Pratos do Dia

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

bem hajam pela vossa preferência

Urbanização da Quintinha . 282 423 094



Luciana Águas
Psicanalista
Mentora para Mulheres
e para transição
de Vida e Carreira

Através do ecrã do Consultório Emocional, há algo que tenho observado repetidamente: agosto chega envolto numa promessa quase universal de descanso. Falamos de férias, de praia, de viagens, de dias mais longos e de tempo para a família. Parece que, por alguns dias, a vida abranda. Mas, quando o ritmo diminui, aquilo que foi sendo silenciado ao longo do ano encontra finalmente espaço para se fazer ouvir.

É curioso como a rotina consegue esconder tantas emoções. Enquanto os dias se sucedem entre horários, trabalho e responsabilidades, quase não sobra tempo para escutar o que sentimos. Depois chegam as férias e, com elas, um silêncio que, para muitos, acaba por revelar aquilo que sempre esteve presente.

Da escuta atenta, ética e respeitosa que realizo diariamente, nasce uma reflexão que regressa todos os verões: nem sempre estar de férias significa estar verdadeiramente

Agosto e a Presença

presente.

Há famílias reunidas à mesma mesa onde cada olhar permanece preso ao telemóvel. Casais que descobrem o peso do silêncio quando deixam de ter a rotina como distração. Pais e filhos que partilham o mesmo espaço, mas vivem em universos diferentes, separados por ecrãs que ocupam o lugar das conversas. Há também quem leve o trabalho para a praia, respondendo a mensagens e e-mails como se a mente desconhecesse o significado da palavra descanso.

Talvez o maior desafio do nosso tempo não seja encontrar dias livres, mas aprender a habitá-los.

A presença não se mede pelas horas passadas ao lado de alguém. Mede-se pela qualidade do encontro. Está na capacidade de ouvir sem pressa, de olhar nos olhos, de sorrir sem interrupções, de caminhar sem sentir necessidade de registar cada instante para as redes sociais. Há momentos que só ganham verdadeiro significado quando são vividos por inteiro.

Pergunto-me quantas recordações deixamos de construir porque estamos ocupados a fotografar o momento em vez de o

sentir. Quantas conversas ficam por acontecer porque um deslizar de dedo no telemóvel parece mais fácil do que enfrentar um silêncio.

O descanso emocional merece o mesmo cuidado que damos ao descanso do corpo. Também a mente precisa de respirar, de abrandar, de existir sem exigências constantes. Não se trata de fazer mais, mas de

Às vezes, basta uma refeição sem distrações, uma conversa ao fim da tarde, uma caminhada junto ao mar ou um abraço demorado. São esses pequenos instantes que permanecem na memória muito depois de o verão terminar.

As férias acabam, o quotidiano regressa e os dias voltam a acelerar. Mas a forma como escolhemos estar com quem ama-

“A presença não se mede pelas horas passadas ao lado de alguém. Mede-se pela qualidade do encontro. Está na capacidade de ouvir sem pressa, de olhar nos olhos, de caminhar sem sentir necessidade de registar cada instante para as redes sociais”

estar mais. Mais disponível. Mais consciente. Mais inteiro.

Agosto pode ser um convite precioso para recuperar essa presença. Não exige viagens longas nem grandes acontecimentos.

mos pode transformar qualquer estação do ano. Porque, no fim de contas, o maior presente que podemos oferecer durante as férias — e talvez durante toda a vida — não é um destino, uma fotografia ou um objeto. É a nossa presença inteira.



Nádia Veloso
Empreendedora e CEO
da 3HR Solutions

StartUp
Portimão

O Algarve que o mundo não consegue copiar

Respira na terra: na amendoeira que floresce antes da primavera, na alfarrobeira que resiste onde quase tudo desiste e no sobreiro que se renova sem perder as raízes.

Vive no mar, nas traineiras, nas salinas e nos sabores da sardinha, do polvo, da cata-plana, do medronho e dos vinhos algarvios, onde cada produto transporta muito mais do que sabor: transporta a memória de um povo, o trabalho de gerações e a identidade de um território.

Sobrevive na serra, no pão cozido em forno de lenha, na cortiça, na empreita de palma, na palavra dada, em expressões típicas - alcagoita, condelipa, moíce marafado e abaladiça - e na hospitalidade discreta de quem oferece muito mais do que simpatia. Oferece pertença.

Esta é a Alma do Lugar. Mas nenhum património gera desenvolvimento apenas por existir. Tem de ser transformado numa estratégia de valor, capaz de unir pessoas, empresas e instituições numa proposta impossível de replicar.

Durante demasiado tempo olhámos para o turismo como setores independentes: hotéis, restaurantes, comércio, animação, agricultura, pescas, cultura e artesanato. Mas o valor nasce da ligação entre todos. É aqui que se afirma o Ecossistema da Iden-

tidade Algarvia, um modelo em que cada setor fortalece o outro. Num ecossistema, ninguém cresce sozinho.

Quando o agricultor fornece o hotel, o pescador inspira o restaurante, o artesão preserva a autenticidade, a escola ensina a história local e a universidade gera conhecimento, o território cria mais valor do que qualquer setor conseguiria sozinho.

Imagine um visitante que começa numa herdade de citrinos, almoça produtos locais com história, conhece um artesão, conversa com um pescador e termina numa aldeia serrana. Não leva apenas recordações. Leva consigo o Algarve vivido por dentro.

É esta a experiência que o Algarve deve estruturar e comunicar: uma experiência construída por pessoas, para pessoas. Não basta ensinar procedimentos; é preciso formar para o património vivo do território. Quem compreende o lugar onde trabalha deixa de prestar apenas um serviço e passa a criar experiências com significado.

A excelência nunca nasce por acaso. É fundamental apostar em visão, liderança, cooperação e confiança. O sucesso individual de cada agente depende da força do ecossistema que se constrói em conjunto.

Esta transformação não pertence apenas às autarquias, ao Turismo do Algarve ou às empresas. Pertence a todos nós. A identidade de um território não se preserva por decreto; preserva-se nas escolhas de todos os dias.

Enquanto não soubermos responder à pergunta “Quem somos?”, nenhum modelo de desenvolvimento será verdadeiramente sustentável.

O desenvolvimento do Algarve dependerá da capacidade de transformar a sua identidade numa estratégia coletiva de valor. As gerações futuras dificilmente nos julgarão pelo número de turistas que recebemos. Julgar-nos-ão por uma pergunta maior: tivemos a coragem de preservar aquilo que fazia do Algarve um lugar impossível de copiar ou limitámo-nos a explorá-lo enquanto ainda era único?

* artigo publicado ao abrigo da parceria entre o Portimão Jornal e a StartUp Portimão

O Algarve não precisa apenas de mais visitantes. Precisa de não perder aquilo que o torna impossível de copiar.

Há lugares que visitamos. E há lugares que passam a fazer parte da nossa história. O Algarve é um deles: acolhe-nos através do mar, da hospitalidade e da força do seu carácter.

O desafio já não é apenas crescer em números. É impedir que o património vivo do Algarve se torne invisível. Porque aquilo que verdadeiramente distingue esta região nunca foi apenas o sol, a praia ou o mar. Sempre foi a sua alma.

Talvez o maior risco para o Algarve não seja perder turistas. Seja deixar de ser Algarve. E esse risco não chega de repente. Chega aos poucos, disfarçado de progresso.

O Algarve mudou. Ainda bem. Mas a pergunta permanece: quem somos?

A alma do Algarve não nasceu por acaso. Foi construída ao longo de séculos nas casas brancas, nas chaminés rendilhadas, nas açoteias, nas aldeias e numa porta aberta que ainda significa confiança.

DIVERSOS

AGENDA

⇒ 8 E 22 DE AGOSTO . 8H00

MERCADINHO DA FIGUEIRA

Acesso Livre
LOCAL: Figueira

⇒ 8 DE AGOSTO . 20H30

FADO NA VILA

Acesso Livre
LOCAL: Pátio do Palácio Abreu – Alvor

⇒ 8 E 9 DE AGOSTO . 22H00

FESTAS EM HONRA DE SANTO ANDRÉ

Dia 8: Fernando Pereira
Dia 9: Humberto Silva
LOCAL: Largo da Igreja da Penina

⇒ ATÉ 9 DE AGOSTO . 18H00

FESTIVAL DA SARDINHA

Dia 6: Átoa
Dia 7: Cuca Roseta
Dia 8: Fernando Daniel
Dia 9: Xutos e Pontapés
Entrada Livre
LOCAL: Zona Ribeirinha de Portimão

⇒ 9 E 23 DE AGOSTO . 19H00

ALAMEDA DAS ARTES

Acesso Livre
LOCAL: Praça da República (Alameda)

⇒ 10 A 30 DE AGOSTO

WORLD PRESS PHOTO'26

Entrada gratuita
LOCAL: Zona Ribeirinha de Portimão (antiga lota)

⇒ 12 A 14 DE AGOSTO

CREACTIVITY BUS

Atividade Gratuita
INFO: Workshops das 10h00 às 14h00 e entre as 16h00 e as 20h00
A reserva prévia deve ser efetuada para os números de telefone: 933 258 627 ou email portugal@creactivitybus.com
LOCAL: Praça da República (Alameda)

⇒ 15 E 16 DE AGOSTO . 18H00

XXIII MOSTRA DE ARTES E SABORES DA NOSSA TERRA

Dia 15:

19h00: Grupo de Cantares do CIRM
20h00 e 22h00: Baile com João Paulo Cavaco
21h30: Atuação das Marchas do CIRM

Dia 16:

19h00: Tomás Faísca
22h00 Jorge Guerreiro
Acesso Livre
LOCAL: Largo da Igreja da Mexilhoeira Grande

⇒ ATÉ 21 DE AGOSTO . 20H30

NOITES DE VERÃO EM COMUNIDADE

Acesso Livre
LOCAL: Mexilhoeira Grande e Figueira

⇒ 14, 15, 21, 22, 28 E 29 DE AGOSTO

HUMOR.PTM

Dia 14 e 15: Boa Esperança em Revista
Dia 21: O Pacote, com Eduardo Madeira e Jel
Dia 22: Vítor Sá + Chimpas Brito
Dia 28: Dagu + Mónica Vale de Gato
Dia 29: Luís Franco-Bastos + João Pedro Pereira
BILHETES: tempo.bol.pt.
LOCAL: TEMPO – Teatro Municipal de Portimão

⇒ ATÉ 30 DE AGOSTO

EXPOSIÇÃO 'UMA POÉTICA RESISTENTE'

Entrada Gratuita
LOCAL: Museu de Portimão

⇒ ATÉ 12 DE SETEMBRO . 8H00

MANTENHA-SE EM FORMA NA PRAIA

Participação Gratuita
Seg. a sexta-feira . 10h00: Fitness
Seg. a sexta-feira . 11h00: Hidroginástica
Seg., quarta e sexta-feira . 18h30: Zumba (by Marina de Portimão)
Seg. e quarta-feira . 8h30: Pilates
Terça. e quinta-feira . 8h30: Yoga
Sábados . 10h00: Sábados by Decathlon
LOCAL: Área Desportiva da Praia da Rocha

⇒ ATÉ 13 DE SETEMBRO

EXPOSIÇÃO 'PASSEAR PELA HISTÓRIA DA PESCA EM PORTIMÃO'

Acesso Livre
LOCAL: Junto à Casa Inglesa

Espaço do Leitor

Agradecimento à Dra. Paula Vasco e aos Serviços Sociais da Câmara Municipal de Portimão

Quero expressar o meu mais profundo agradecimento à Dra. Paula Vasco e a toda a equipa dos Serviços Sociais da Câmara Municipal de Portimão.
Num dos momentos mais difíceis da minha vida, quando a minha filha que é técnica no Hospital de Portimão, me deixou sem casa, sem dinheiro e sem conseguir comprar a medicação de que necessitava, a 2 meses de fazer 70 anos, fui recebida com humanidade, respeito e dedicação, pela Dra. Paula Vasco da Câmara Municipal de Portimão. Não se limitou a tratar da minha situação de alojamento temporário; preocupou-se também em encontrar uma solução para que eu pudesse ter acesso à alimentação diária, demonstrando um profissionalismo e uma sensibilidade que jamais esquecerei.
Agradeço igualmente à equipa da Pousada da Juventude de Portimão, que me acolheu com carinho e dignidade durante a minha estadia.
É importante reconhecer o trabalho das pessoas que, no serviço público, fazem a diferença na vida de quem mais precisa. A todos vós, o meu sincero e sentido obrigada.

Com gratidão,
Maria (leitora devidamente identificada)

CLASSIFICADOS

Procuo trabalho como interna de idosa/o. Ordenado: 1500 euros. **Algarve.**
Susana : 938 784 876.
Entrada imediata.

Procuo quarto para arrendar ao ano, para duas pessoas, zona de **Portimão.**
Susana: 938 784 876.
Urgente.

CONTACTOS ÚTEIS

SAÚDE

CENTRO DE SAÚDE
Portimão
Alvor
Mex. Grande
Hospital de Portimão

282 426 216
282 459 226
282 968 133
282 450 300

URGÊNCIAS

Número Nacional de Socorro 112
PSP 282 417 717
Guarda Nacional Republicana 282 420 750
Polícia Judiciária 282 405 400
Linha 'Proteção 24' 808 282 112



CONSULTÓRIO DO CONSUMIDOR / DECO

“No verão que cuidados devo ter para uma pele saudável, apesar da praia e sol, característicos da época?”

A DECO INFORMA...

A exposição à luz solar duas vezes por semana, durante 5 a 30 minutos, é o suficiente para prevenir a deficiência de vitamina D num consumidor sem problemas de saúde. Preocupe-se com a sua pele!

Usar o protetor solar não diminui significativamente a produção da vitamina D pela nossa pele. Na verdade, o protetor solar é indispensável para defender a pele das radiações dos raios ultravioleta do tipo A (UVA).

É recomendado o uso de protetor solar que impeça, pelo menos, 96,7% da radiação, ou seja um protetor de índice 30 FPS (fac-

tor de proteção solar). No caso das crianças aconselha-se o protetor solar factor 50.

A proteção solar deve ser adequada ao tipo de pele. As peles mais claras exigem mais cuidado e atenção que as peles mais escuras, mas também estes consumidores não podem descurar o uso do protetor solar.

Embora apanhar sol seja fundamental, até para o bem-estar psicológico, não se esqueça que a radiação em excesso é nociva. Os raios UVB podem provocar escaldões, manchas na pele e alguns câncros e a radiação UVA favorece o envelhecimento.

Por isso, use o protetor solar e desloque-se

“Os raios UVB podem provocar escaldões, manchas na pele e alguns câncros e a radiação UVA favorece o envelhecimento”

à praia nas primeiras horas da manhã e res-

guarde-se nas horas de maior calor.

Durante a época balnear, muitas lojas fazem promoções de protetores, que, em geral, valem a pena. Os formatos familiares têm muitas vezes o mesmo custo das embalagens normais, pelo que aconselhamos sempre a que compare o preço por litro.



**OS MELHORES
PREÇOS SÃO AQUI!**

THE BEST PRICES ARE HERE!

Intermarché

PORTIMÃO
Cabeço do Mocho

Sessões são no Teatro Municipal

Revista do Boa Esperança abre Humor.PTM

Atuam ainda nomes como Eduardo Madeira, Jel e Luís Franco-Bastos.

Ana Sofia Varela

A sexta edição do Humor.PTM promete duas semanas de muitas gargalhadas no Teatro Municipal de Portimão, com seis sessões sempre às 22h00.

O Festival de Comédia começa com a prata da casa a subir ao palco nos dias 14 e 15 de agosto. O conhecido grupo de teatro do Boa Esperança Atlético Clube Portimonense apresenta a revista à portuguesa, com diversos quadros humorísticos.

'Boa Esperança em... revista' inicia-se com uma homenagem a este género teatral, seguindo-se vários episódios como os merexicos de duas empregadas de limpeza, a sátira às dificuldades no acesso à saúde, uma paródia ao universo militar, as peripécias em torno de um testamento e momentos caricatos em torno do choque cultural com mexicanos.

Num registo mais sério há ain-



Vários nomes da comédia nacional compõem cartaz

da os quadros sobre a solidão na terceira idade, e uma homenagem à fadista Anita Guerreiro e às tradições populares.

Na semana seguinte, no dia 21 de agosto, o grande destaque será a peça 'O Pacote', num espetáculo protagonizado por Eduardo Madeira e Jel. No dia seguinte, sobem ao palco Vítor Sá e Chimpas Brito.

Na última sexta-feira do mês,

dia 28, a comédia fica a cargo de Dagú e de Mónica Vale de Gato.

A edição deste ano encerra depois, no dia 29, com as atuações de Luís Franco-Bastos e de João Pedro Pereira. O host das sessões será, tal como habitual, Mário Falcão.

As entradas custam 20 euros e já podem ser adquiridas online (bol.pt).

Iniciativa pretende despertar engenho e destreza

'Creativity Bus' regressa a Portimão

O projeto 'Creativity Bus' volta à Alameda, entre os dias 12 e 14, das 10h00 às 14h00 e das 16h00

às 20h00, com um conjunto de workshops para crianças a partir dos seis anos.

A inscrição é gratuita, mas deve ser efetuada por email (portugal@creativitybus.com).



Festival de Acordeão

João César anima Alameda

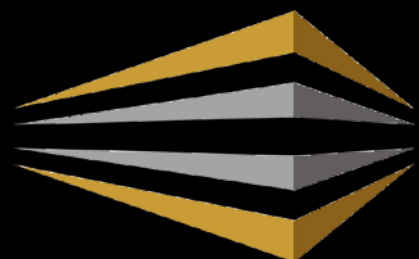
A Junta de Freguesia de Portimão volta a promover o Festival de Acordeão João César no dia 22 de agosto, às 21h30, na Praça da República. Diversos músicos sobem ao palco para encantar o público com as melodias entoadas através deste instrumento. O evento tem vindo a afirmar-se no panorama musical regional e nacional, sendo uma forma de prestar homenagem a João César, figura marcante da cultura portimonense. Mais do que um espetáculo, é um tributo ao legado que o artista deixou e ao modo como, com o seu talento e dedicação, ajudou a projetar o nome de Portimão além-fronteiras.

EMARP expõe 'Impressões e Abstrações' até 11 de setembro

O artista Morcy, pseudónimo artístico de Carlos João Rocha, expõe no átrio da Empresa Municipal de Águas e Resíduos de Portimão (EMARP) 'Impressões e Abstrações', até 11 de setembro. O artista é natural de Angola e reside em Portimão há mais de 20 anos. É autodidata na área da pintura, tendo encontrado nesta arte o seu refúgio de eleição. Já expôs na Casa Manuel Teixeira Gomes e na EMARP, tendo ainda participado em diversas mostras de desenho e pintura em Vila do Conde, cidade onde viveu antes de se fixar no Algarve. Composta por 29 quadros, a mostra pode ser visitada de segunda a sexta-feira, entre as 8h30 e as 17h00, na área de atendimento ao público da EMARP.

O2 promove 16ª Prova de Mar de Alvor

A 16ª Prova de Mar de Alvor, integrada no Campeonato Regional de Águas Abertas, terá lugar este sábado, dia 8 de agosto, a partir das 9h00, na Praia do Restinga. O secretariado estará aberto entre as 9h00 e as 10h30 para a prova kids e de divulgação, e das 9h00 às 11h00, para a prova oficial. A competição começa com os mais novos, às 11h30, que nadarão 200 metros, seguindo-se às 11h45 a natação adaptada na prova de divulgação, com 800 metros, e, às 12h15, a oficial com 1900 metros. A iniciativa encerra às 14h00 com a entrega de prémios. A competição é organizada pela O2.



TECNOCONCEPT

Construção e manutenção

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



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

✉ geral@tecnoconcept.pt

🌐 www.tecnoconcept.pt

☎ +351 282 343 306