

“Sociedade tem de deixar de ver suicídio como tema tabu”

Flávia Polido, psiquiatra responsável pela Unidade de Psicogerontologia da ULS Algarve, explica quais os sinais de alerta e a forma de obter ajuda. **P6-7**



Portimão Jornal

Quinzenário • Ano 7 • Nº144
Diretor: Rui Pires Santos

EVENTO

‘InDireita Street Fest’ regressa em outubro **P16**

EDUCAÇÃO

Seminário debate parentalidade e mundo digital **P4**

FUTEBOL

PSC suspende atletas envolvidos em apostas desportivas **P10**

LITERATURA

João B. Ventura apresenta livro em Paris **P15**

CAMINHADA

Passeio da Memória sensibiliza para Alzheimer **P10**

MÚSICA

Mimicat é próxima convidada do Choque Frontal ao Vivo **P15**



Mexilhoeira Grande recorda artes e ofícios na ‘Nossa Cultura sai à Rua’



Várias atividades compõem o programa da iniciativa que decorre no dia 19. **P12**

Fortaleza de Santa Catarina é palco do ‘Portimão World Beer Groove’

Evento terá lugar entre esta sexta-feira e domingo, dando a conhecer cervejas do mundo. **P16**



ARU do centro histórico provoca troca de acusações entre partidos **P3**



‘Bonezinho’ marca identidade da Praia da Rocha

António, proprietário do restaurante mais antigo instalado no areal, recorda história do estabelecimento, ladeado pelas suas filhas Célia e Cristina, que hoje mantêm vivo espaço de referência. **P8-9**

PUB

Intermarché

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



DESPORTO • Portimão recebeu mais uma edição do evento Alvor Judo Camp, no início do mês, reunindo atletas, treinadores e clubes de vários países num estágio marcado pelo treino, aprendizagem e partilha de experiências. Organizado pelo UFAD, a iniciativa proporcionou diferentes atividades e contou com a participação de Jorge Fonseca, bicampeão mundial e medalha de bronze nos Jogos Olímpicos.

A frase

“Estas duas medidas [suplemento extraordinário e redução do IRS], abrangendo dois milhões de pensionistas e mais de dois milhões de agregados familiares, só são possíveis graças ao desempenho económico de Portugal e à boa gestão financeira e orçamental do Governo” **Luís Montenegro, primeiro-ministro português**



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

Portimão Jornal | Edição Nº 144 - 17.09.2026

NA OUTRA MARGEM



‘A Cultura Sai à Rua’ encerra dia 19

ESPETÁCULOS • O festival ‘A Cultura Sai à Rua – Celebramos a Música Local’, que desde 29 de junho tem levado os artistas locais às diferentes freguesias do concelho de Lagoa, está prestes a chegar ao fim. Esta iniciativa prossegue com os concertos de TVN e do DJ Alexandre Ramos, esta quinta-feira, dia 17, às 21h00, no Largo da Praia do Carvoeiro, e de Nesha’s Band e de Next Combo, esta sexta-feira, 18 de setembro, no mesmo horário, no Largo Rainha Dona Leonor, em Ferragudo. O último espetáculo será no sábado, dia 19, às 20h30, no Jardim Municipal de Estômbar, contando com a atuação de ‘Apocalypse Conspiracy’, Cicatrítz e ‘Cranky Geeks’. Os concertos têm sempre entrada gratuita.

Festival Internacional leva sonoridades da guitarra a vários pontos do concelho

CONCERTOS • O Festival Internacional de Guitarra de Lagoa está de regresso para mais uma edição, numa iniciativa organizada pela Câmara Municipal, em parceria com a Associação de Guitarra do Algarve. Na programação constam os espetáculos de Filippou Manoloudis Carreiro e de Williams Guitar Duo, na Quinta do Sol, esta sexta-feira, dia 18, às 19h00, enquanto no sábado, atuam o Duo Ellipsis e Sebastián Cordero Trio, no Sítio das Fontes, em Estômbar, às 18h00, e, no dia 20, Flute Guitar Duo e Francesco Buzurro, na Olaria de Porches, às 18h00. No dia 25, às 18h00, o Auditório Carlos do Carmo recebe Matteo Falloni & Luca Lucini e Guirimbadu, seguindo-se Seis Cuerdas Dos e Ricardo Sandoval Quartet, no mesmo local, no dia 26, às 17h30. Paolo Devecchi & Salvatore Seminara e o Cuarteto de Guitarras de Andaluzia estarão nos claustros do Convento de São José, no dia 27, às 17h30. O último concerto será no Dia Mundial da Música, com a Orquestra de Bandolins da Madeira, a 1 de outubro, no Auditório, às 19h00. Os bilhetes para os concertos custam oito euros e podem ser adquiridos online (bol.pt), nas bilheteiras dos CTT, Fnac, Worten, Auditório Carlos do Carmo e Centro Cultural Convento de São José.

Biblioteca de Lagoa apresenta ‘Corre, Corre, Cabacinha’

CONTO • O projeto Maria Cachucha, de Clélia Pereira, educadora de infância e professora bibliotecária no Agrupamento ESPAMOL, regressa à Biblioteca Municipal de Lagoa, no dia 26 de setembro, às 10h00 e às 11h30, para duas sessões alusivas ao conto ‘Corre, Corre, Cabacinha’. Integrada na rubrica mensal ‘Biblioteca para as Famílias’, a história, destinada a crianças dos três aos nove anos, acompanhadas pelos seus encarregados de educação, dá o mote a uma atividade, na qual literatura e culinária se encontram. Após ouvirem o conto, crianças e famílias são convidadas a pôr as mãos na massa e a preparar panquecas de abóbora. A participação é gratuita, mas sujeita a inscrição prévia por email (biblioteca@cm-lagoa.pt).

Senhora da Rocha recebe sessão de astronomia

OBSERVAÇÃO • O Promontório da Nossa Senhora da Rocha, na freguesia de Porches, acolhe, no dia 26 de setembro, às 19h30, a atividade ‘Astronomia no Verão: Céus que Guardamos - Olhar para o Futuro’, promovido em parceria com o município de Lagoa e o Centro de Ciência Viva do Algarve. A iniciativa inclui sessões práticas de observação astronómica, quer com telescópio, quer à vista desarmada, permitindo aos participantes identificar constelações e asterismos e os principais objetos celestes. A ação é gratuita, mediante inscrição online (tinyurl.com/d5mk7cp9). Os interessados podem obter mais informações por email (iuri.fernandes@cm-lagoa.pt) ou telefone (930 544 687).

Iniciativa Liberal também tornou pública posição

Vereadores do PSD recusaram votar sobre ARU do centro histórico

Eleitos argumentam que decisão foi tomada devido à ausência de instrução documental. PS acusa oposição social-democrata de criar um alarme que não corresponde à realidade jurídica.

ANA SOFIA VARELA



Caducidade da ARU levantou polémica entre vereadores após a reunião camarária

Carlos Gouveia Martins e Ana Carla Abreu, vereadores eleitos pela Coligação PSD.CDS.IL, indicados pelo Partido Social Democrata (PSD), recusaram votar acerca da Área de Reabilitação Urbana (ARU) e abandonaram a reunião da Câmara Municipal de Portimão, no dia 2 de setembro, argumentando “ausência total de instrução documental e jurídica”.

Segundo explica a Concelhia do PSD, a caducidade da ARU, em março de 2025, “foi gerida em ‘vazio regulatório’, com publicações tardias em Diário da República sobre atos extintos e emissão contínua de certidões”. Acrescenta ainda que “compradores e investidores enfrentam agora o risco real de serem confrontados pela Autoridade Tributária com cobranças retroativas de milhares de euros em IMT, IMI e IVA a 23 por cento”, quando esta taxa era de 6 por cento.

Nessa reunião estava em causa a votação de uma proposta do executivo relativa à ARU do centro histórico da cidade. “O partido é totalmente a favor da reabilitação urbana e da criação de

uma nova ARU eficaz e dinâmica. Contudo, recusa liminarmente validar, com a sua presença ou o seu voto, um processo opaco, mal instruído e juridicamente perigoso que foi trazido à discussão sem o mínimo de rigor administrativo”, argumenta a Concelhia que dá a conhecer a posição dos seus eleitos.

Numa troca de comunicados, também o Partido Socialista (PS) adianta uma posição acerca deste assunto. “Os vereadores do PSD recusaram participar na votação do último ponto da ordem de trabalhos, que consistia numa deliberação para tomarem conhecimento da decisão jurídica do IHRU de extinção da ARU de Portimão e abertura do procedimento da redefinição da nova estratégia de requalificação da área de reabilitação urbana do centro da cidade”, enquadra o PS.

Seria, segundo o PS, essa deliberação que permitiria “iniciar um novo procedimento conjunto e construtivo com a Assembleia Municipal”, explica ainda a Concelhia socialista que, lamenta um “comportamento que não se entende” dos vereadores do

PSD, ao resolverem, “em vez de votar contra e deixar declaração de voto, situação que enquanto eleitos faria sentido, ficar sentados à mesa recusando intervir na discussão e votação”. Para o PS, esta posição “apenas procura criar, junto dos portimonenses, um alarme que não corresponde à realidade jurídica”.

Anterior ARU caducou em 2025

O PSD recorda que a ARU em questão caducou, em março de 2025, após dez anos de vigência. Por isso, essa situação deveria ter sido acautelada com transparência, mas “a autarquia deixou arrastar um vazio regulatório”.

Os social-democratas consideram que esta situação criará constrangimentos a quem comprou habitação a contar com a isenção de IMT, a quem beneficiava de isenções de IMI na reabilitação do edificado, ou aos investidores e famílias que avançaram com empreitadas aplicando a taxa reduzida de IVA de 6 por cento. “Arriscam-se a ser confrontados, a todo o momento, com notas de liquidação para pagar milhares de euros em impostos em atraso,

acrescidos de juros e coimas pesadas, bem como a correção da taxa de IVA de 6 para os 23 por cento”.

Por outro lado, o PSD de Portimão acusa a autarquia de ter apresentado uma proposta sem informação e sem pareceres jurídicos sólidos ou enquadramento prévio vinculativo do IHRU acusando-a de “incapacidade governativa de um executivo liderado sem rumo”, até porque há dois anos que “se encontra sem diretor de Departamento de Urbanismo e sem chefe de Divisão de Planeamento”.

Por esta razão, Carlos Gouveia Martins e Ana Carla Abreu decidiram solicitar a retirada deste ponto da votação, mas não havendo cedência, recusaram votar. Por estas razões, o PS considera que a situação lança o alarmismo e que apenas só é explicável “pela enorme falta de capacidade em compreender, que da declaração de caducidade não resulta qualquer prejuízo para os portimonenses”.

Aproveita ainda para explicar, em comunicado de resposta ao PSD, que “o estatuto dos benefícios fiscais para edifícios com mais de 30 anos é atualmente igual no que concerne a isenções fiscais, redução da taxa de IVA para 6 por cento, IMI e IMT”. Defende que a estratégia planeada há dez anos está esgotada, sendo necessário redefinir objetivos que estejam alinhados com o novo Plano Diretor Municipal (PDM) que, em breve, será sujeito a escrutínio dos órgãos autárquicos.

“Resumindo, não querer participar, ficar sentado numa sala, numa reunião de Câmara para a qual se foi eleito para defender os interesses dos portimonenses e nada se declarar em ata ou votar e vir depois fazer comunicados, só pode ser entendido como um comportamento pouco capaz, configurando uma ausência, não só física, mas também de capacidade técnica”, acusa a concelhia socialista.

“Se os vereadores do PSD Portimão entendiam que estamos perante uma situação de gravidade jurídica e prejuízo para os portimonenses, tinham o dever de

participar na votação e votar contra. Na política como na vida, não vale tudo e ser eleito para a defesa séria dos interesses dos portimonenses não se coaduna com falta de rigor e uma política assente no alarmismo e na ausência de decisão sobre matérias fundamentais para o desenvolvimento do município”, refere o PS de Portimão.

Garante ainda que os eleitos socialistas “continuarão a trabalhar para promover a reabilitação e regeneração urbana, promovendo o investimento e a segurança jurídica dos portimonenses, famílias e empresas”.

IL Portimão também questiona “falta de transparência”

Entretanto, também em comunicado, o Núcleo Territorial da IL considera preocupante a condução deste processo desde a caducidade da ARU e, por consequência, a respetiva Operação de Reabilitação Urbana (ORU). Recorda a tentativa de correção deste processo já consumado, quando a autarquia “procurou aprovar uma prorrogação por cinco anos com efeitos retroativos”.

Quando a proposta chegou à Assembleia Municipal, Sofia de Landerset, deputada municipal da IL optou pela abstenção e alertou para a forma deficiente como o processo tinha sido acompanhado, bem como para a fragilidade de uma solução retroativa para um prazo que já tinha expirado, relembra o Núcleo.

Tendo em conta a realidade, e se os objetivos da ORU estão esgotados, a IL questiona onde está a devida avaliação que o demonstra, levantando também dúvidas em relação à “falta de transparência documental do processo”, pois não foi apresentado nenhum ofício, parecer ou comunicação do IHRU.

“Defende, por isso, a disponibilização integral dos elementos relevantes do processo, incluindo as comunicações do IHRU e a fundamentação que sustenta a conclusão de que os objetivos da ORU se encontram esgotados”, conclui o Núcleo Territorial da Iniciativa Liberal.

SOCIEDADE

Iniciativa decorrerá no Portimão Arena

CPCJ promove seminário sobre parentalidade

O mundo digital é outro dos assuntos que também será abordado no evento.

Os desafios da parentalidade na atualidade e a crescente presença do mundo digital na vida das famílias estarão em reflexão no seminário 'Entre o Cuidar e o Falhar: Desafios da Parentalidade e o Mundo Digital', promovido pela Comissão de Proteção de Crianças e Jovens (CPCJ) de Portimão, esta sexta-feira, 18 de setembro, entre as 9h30 e as 13h00, no auditório do Portimão Arena.

Dirigida a pais, cuidadores e profissionais, a iniciativa propõe uma manhã de reflexão e partilha a partir de perspetivas complementares, que colocam em debate realidades que fazem, cada vez mais, parte do quotidiano das famílias, crianças e jovens.

A sessão de abertura contará com a participação de Álvaro Bila, presidente da Câmara Municipal de Portimão, Ana Valente, presidente da Comissão Nacional de Promoção dos Direitos e Proteção das Crianças e Jovens (CNPDP-CJ), e Carla Barão, presidente da CPCJ local.

O primeiro painel, 'Desafiar a Parentalidade VS Parentalidade que nos desafia', estará a cargo



Partilha de perspetivas coloca realidades do quotidiano em foco

de Fátima Nunes, diretora-geral e psicóloga clínica e da saúde do Instituto do Desenvolvimento, enquanto o painel 'Mundo Digital: vantagens e desvantagens para uma parentalidade positiva', com Magda Lopes, psicóloga da Justiça do Instituto do Desenvolvimento, refletirá sobre a relação entre o mundo digital e o exercício de uma parentalidade positiva.

A moderação dos painéis ficará a cargo de Maria João Freitas, coordenadora da equipa técnica regional da CNPDPCJ, e de Nuno

Encarnação, membro representante das instituições de carácter residencial na CPCJ local.

O seminário enquadra-se na atuação desta estrutura no âmbito da promoção dos direitos e da proteção das crianças e jovens, sobretudo através da sensibilização da comunidade para temáticas relevantes para o seu bem-estar e desenvolvimento.

A participação no seminário é gratuita, mediante inscrição prévia e limitada à lotação do espaço (tinyurl.com/55maxh24).

História do género musical e concertos são grande destaque

Fado regressa à antiga lota de Portimão

A antiga lota volta a receber um evento dedicado ao fado, no qual uma exposição partilha o espaço com concertos musicais. 'O que é o Fado...' é a mostra que está patente neste equipamento cultural e convida os visitantes a descobrir a história, as sonoridades e os protagonistas desta expressão maior da cultura portuguesa.

A exposição, patente até dia 16 de outubro, propõe, assim, uma viagem pela história do fado, dando particular destaque às memórias, aos espaços e aos intér-

pretos que fazem parte do passado de Portimão.

Por sua vez, o 'Há Fado na Lota' anima as noites de sábado, a partir das 21h00, sendo os próximos convidados, no dia 19, Teresa e Pedro Viola, que serão acompanhados por Vítor do Carmo, na guitarra portuguesa, António Correia, na viola de fado, e José Santana, na viola baixo.

No dia 26, sobem ao palco Ana Marques e João Leote, acompanhados por Vítor do Carmo, na guitarra portuguesa,

Nuno Martins, na viola de fado, e José Santana, na viola baixo, enquanto a 3 de outubro, atuam Adriana Marques e Hélder Coelho, com Vítor do Carmo, na guitarra portuguesa, José Santana, na viola de fado, e Nuno Martins, na viola baixo.

A edição encerra no dia 10 com Luana Velasques e Cecílio Santos, acompanhados por Vítor do Carmo, na guitarra portuguesa, Nuno Martins, na viola de fado, e José Santana, na viola baixo.



Exposição está patente na Casa Teixeira Gomes

Mostra apresenta trabalhos finalistas do Prémio de Arquitetura Luiz Conceição

A exposição que reúne os dez trabalhos finalistas da quinta edição do Prémio Internacional de Arquitetura Luiz Conceição, que contou com a participação de estudantes de instituições de ensino superior nacionais e internacionais, está patente na Casa Manuel Teixeira Gomes até dia 8 de outubro. O conjunto expositivo dá a conhecer a qualidade gráfica, conceptual e técnica das propostas distinguidas, evidenciando o talento, a criatividade e o rigor académico dos seus autores. Instituído com o objetivo de reconhecer o mérito de estudantes de arquitetura, o Prémio promove a divulgação pública do trabalho desenvolvido em diferentes contextos pedagógicos e culturais. Esta exposição pode ser visitada de terça a sexta-feira, das 10h00 às 12h30 e das 14h00 às 17h00, bem como aos sábados no mesmo período da tarde.

Ação será no Lugar do Rio

Literacia financeira marca

regresso de formação para jovens

As ações de formação gratuitas dirigidas à comunidade jovem e associativa do concelho regressam no próximo dia 26 de setembro, entre as 9h00 e as 18h00, ao Lugar do Rio – Espaço Jovem, no âmbito da aposta da Câmara Municipal na capacitação e valorização dos mais novos. O tema será a literacia financeira, sendo abordados conteúdos e ferramentas úteis para uma melhor gestão do dinheiro e para a tomada de decisões financeiras mais conscientes. A ação dirige-se a jovens, membros do Conselho Municipal da Juventude, técnicos de juventude e agentes do movimento associativo. As inscrições podem ser efetuadas por email (juventude@cm-portimao.pt).

Sociedade Vencedora divulga mais atividades

Caminhada de Outono reabre programação

Com o fim do verão à vista, a Sociedade Vencedora Portimonense retoma a sua programação, merecendo destaque a 'Caminhada de Outono', marcada já para o próximo domingo (dia 20), com concentração junto ao coreto da zona ribeirinha (9h30) e viagem garantida – sempre com boa disposição – até à Marina, seguindo-se, depois, o regresso ao centro da cidade. Já em outubro, no dia 10, há a 'Festa dos Anos 80', às 22h00, com o DJ Vasco Dantas, e, no dia 17, uma Noite de Fados (21h30), com Helena Candeias, Solange Silva, Tatiana Pinto, Vítor do Carmo e Nuno Martins. Entretanto, continuam abertas as inscrições para as aulas de dança (bachata, kizomba, salsa), de yoga e de costura, que durante todos os dias da semana animam a sede da coletividade. - HN

é
verão.
é
Portimão.

VIVAPORTIMAO.PT

setembro
2026



**ATÉ 10 OUTUBRO
HÁ FADO
NA LOTA**
ANTIGA LOTA
DE PORTIMÃO



**19 SETEMBRO
A NOSSA
CULTURA
SAI À RUA**
MEXILHOEIRA GRANDE



**23 A 30 SETEMBRO
SEMANA
EUROPEIA
DO DESPORTO**
PORTIMÃO



**26 E 27 SETEMBRO
IX CORRIDA
DE CARRINHOS
DE ROLAMENTOS**
MEXILHOEIRA GRANDE

**ATÉ 16 OUTUBRO
EXPOSIÇÃO
"O QUE É O FADO"**
ANTIGA LOTA DE PORTIMÃO

**18 E 19 SETEMBRO
CRM 24 HORAS**
AUTÓDROMO INTERNACIONAL DO ALGARVE

**18 A 20 SETEMBRO
PORTIMÃO WORLD BEER
GROOVE**
FORTALEZA SANA CATARINA

**19 SETEMBRO
VORTEX HIBRID GAMES**
PORTIMÃO ARENA

**20 SETEMBRO
SLALOM DE PORTIMÃO**
ZONA RIBEIRINHA DE PORTIMÃO

**20 SETEMBRO
CAMINHADA DE OUTONO**
ZONA RIBEIRINHA DE PORTIMÃO

**20 SETEMBRO
FEIRA DE VELHARIAS**
PARQUE DE FEIRAS E EXPOSIÇÕES

**22 SETEMBRO
FADO NA VILA**
ALVOR

**25 SETEMBRO
FADO NO ADRO**
MEXILHOEIRA GRANDE

**24 SETEMBRO
FILME FRANCÊS DO MÊS**
MUSEU DE PORTIMÃO

**26 SETEMBRO
ALAMEDA DAS ARTES**
JARDIM 1.º DE DEZEMBRO

**26 SETEMBRO
"HISTÓRIAS COM (A)BRAÇOS"**
BIBLIOTECA MUNICIPAL DE PORTIMÃO

**26 SETEMBRO
BOM DIA, MERCADO**
MERCADO MUNICIPAL DE PORTIMÃO

**27 SETEMBRO
DESPERTA EM MOVIMENTO**
PORTIMÃO ARENA

**SUBSCREVA
A NEWSLETTER
DE PORTIMÃO!**



SIGA-NOS



Portimão
Câmara Municipal

ENTREVISTA

Algarve é a segunda região com taxa mais elevada

“Prevenção de suicídio não pode ser visto como tema tabu”

Em entrevista, Flávia Polido, responsável pela Unidade de Psicogerontologia, do Serviço de Psiquiatria de Portimão, da ULS do Algarve, desmistifica e aborda comportamentos típicos e sinais de alerta.

Ana Sofia Varela

Setembro é o mês da prevenção do suicídio, uma morte evitável que continua, porém, a fazer parte da realidade portuguesa, com especial incidência nos idosos. O Algarve é a segunda região do país a apresentar a taxa mais elevada.

Antes de mais, o que faz a Unidade de Psicogerontologia?

Estamos vocacionados principalmente para as pessoas com deterioração cognitiva, que ainda não estejam em fase de demência, como os déficits cognitivos ligeiros, e oferecemos uma resposta de reabilitação cognitiva, com estimulação sensorial e, até depois, terapia de reminiscência com a nossa neuropsicóloga. A ideia é orientar os idosos, se bem que, no caso das demências, recebemos cada vez mais pessoas com menos de 65 anos. Tentamos melhorar a qualidade de vida das pessoas, atrasar ao máximo a evolução, porque sabemos que ainda não há nenhuma medicação espetacular que a impeça. As que há apenas atenuam ou atrasam. O nosso objetivo é dar uma resposta no sentido de reabilitar e impedir a progressão da doença. Os doentes vêm cá duas vezes por semana e nós aplicamos escalas antes e depois dos programas que têm cerca de seis meses de duração.

Para avaliar a evolução?

Para ver se estamos a fazer alguma coisa de útil ou não. Temos notado melhorias em termos do humor. Estão mais bem-dispostos, menos deprimidos, porque a depressão é muito comum numa pessoa que nota que está a ficar mais esquecida, que já não consegue fazer as tarefas como antes, ou que está mais dependente de outros. Habitualmente deprimem, não têm iniciativa ou vontade e isso vai agravando o estado cognitivo e a evolução da demência.

Como é que esta questão se cruza com a campanha de prevenção do suicídio?

Para além do programa de reabi-



Psiquiatra Flávia Polido esclarece qual o apoio que a equipa da Unidade de Psicogerontologia presta aos idosos

litação, fazemos campanhas de intervenção na comunidade, de psicoeducação, muitas vezes em articulação com centros de convívio ou organizações, sobretudo as que estão sob a alçada das autarquias e são direcionadas para os idosos. Organizamos atividades de promoção de bem-estar, mas também para falar do luto ou prevenção do suicídio. Como a pessoa deve agir, quais os sinais de alerta, para que aprendam a pedir ajuda e chegar até nós.

Quantas pessoas seguem?

No mínimo, agora, entre 300 e 400 pessoas, o que é bastante. Portugal é o segundo país mais envelhecido da Europa, por isso, a quantidade de doentes que nos chega acaba por ser elevada.

É bastante para uma equipa que coordena todo o Balavento, mas se calhar é muito pouco para a realidade atual?

Ainda estamos muito longe de captar todos. Por um lado, há a questão de as pessoas conseguirem chegar até nós, por outro,

conseguir atender todos os que chegam, porque psiquiatra sou só eu, com o apoio de um interno de psiquiatria uma vez por semana. Até vou aos lares e vejo quatro ou cinco utentes para evitar que tenham de vir cá. Também temos ações na rua. No ano passado, por exemplo, fomos com esta campanha da prevenção do suicídio para os mercados de vários concelhos, até os mais afastados.

O suicídio nos mais idosos é preocupante?

Não é a única área em que atuamos, mas, nesta altura do ano, promovemos 'Setembro, mês da Prevenção do Suicídio'. É uma questão que nos preocupa, a mim e à equipa, porque, ao contrário do que as pessoas têm noção, o suicídio é muito mais frequente nos idosos no contexto português, quando comparado com outros países. Em Portugal, a taxa média tem sido, nos últimos anos, 9,6 ou 9,7 por cento por 100 mil habitantes. Se formos aos idosos, com mais de 65 anos, a taxa pode subir para valores entre 14 ou 20

por 100 mil e, no caso específico dos homens com mais de 75 anos, chega a 66. É particularmente dramático nos homens idosos, onde é de longe muito mais alto do que no resto dos grupos.

É uma consequência da dinâmica atual da sociedade?

É isso mesmo. É verdade que a maior parte dos suicídios acontece em contexto de doença mental, mas não todos. No caso dos idosos, acrescentamos vários fatores como o isolamento social, um dos mais frequentes. O afastamento em relação às famílias, porque estão a trabalhar e a dinâmica destas é muito diferente da de antigamente. Há a questão das dores e das doenças crónicas. A dor não tratada é, infelizmente, ainda uma das causas que leva idosos a cometer suicídio, porque pensam: já cumpri os meus objetivos de vida, não estou cá a fazer nada, a família está noutro lado...

Não se sentem úteis para ninguém?

Nem para a sociedade, porque

temos, infelizmente, ainda este preconceito do "idadismo". Ou seja, a pessoa, a partir de uma determinada idade, já não serve. Isto gera uma situação de afastamento social e isolamento, em que a pessoa sente que já não tem utilidade, porque é muito velho. E não há respostas para a maioria destas pessoas que ficam sozinhas. O Algarve é a segunda zona do país com a taxa de suicídio mais alta. Só estamos atrás do Alentejo.

É um problema que se acentua nas zonas mais rurais?

Temos muitas pessoas em aldeias, onde tudo está afastado. Os acessos não são fáceis, não há transportes públicos adequados. Os idosos não conseguem sair de um local para ir para outro sítio. Depois, com a idade, os problemas de saúde aumentam e, também aqui a nossa média é menos boa quando comparada com outros países. A média europeia é viver até aos 60 e poucos anos sem doença. Em Portugal estamos nos 59. Juntámos o sofrimento, que é psicológico, a solidão, o isolamen-

ANA SOFIA VARELA

ENTREVISTA

Uma campanha em vários concelhos

A campanha de prevenção de suicídio no Algarve é promovida pela ULS, através do Departamento de Psiquiatria e Saúde Mental, com atividades a decorrer em setembro. Segundo explica a psiquiatra Flávia Polido, da Unidade de Psicogerontologia, situada junto ao Hospital de São Camilo, na atualidade, os serviços de psiquiatria “estão organizados sob a forma de equipas comunitárias”, com cada uma a desenvolver ações na sua área de atuação. Neste contexto, em Portimão destaca-se ‘chá de afetos’, no dia 18, entre as 10h00 e as 12h00, no Hospital de Dia.

to, o sofrimento físico e a ausência de uma responsabilidade ou utilidade, através da qual a pessoa sinta ter um propósito nesta vida, e acabamos em situações mais dramáticas. E os idosos são os mais vulneráveis nesta situação.

Por vezes, quando há um suicídio, as pessoas comentam: ‘Não fazia ideia que não estava bem’. Há sinais, mas, numa sociedade apressada, não os vemos?

É verdade. E, no caso dos idosos, é particularmente mais difícil, porque nem sempre o sinal é direto. A pessoa não chega ao pé de si e diz: “Olha, quero matar-me”. Começam primeiro a mudar o comportamento, face a um comportamento prévio. Se antes faziam várias atividades, encontravam-se ou telefonavam a alguém, podem deixar de o fazer. Isolam-se ainda mais. Deixam os poucos contactos que tinham, o interesse em falar com a família ou em estar com outras pessoas. É um dos primeiros sinais. Também se nota o deixar de comer, porque acham que não vale a pena, não têm fome ou apetite, ou o deixar de dormir. Também pode acontecer precisamente o contrário, como comer ou dormir demais e passar mais tempo na cama. O desleixo no autocuidado, o não se arranjar como antes ou parecerem menos interessados na roupa que estão a vestir. Também não é incomum usarem expressões como: “Isto não vale a pena”, “não ando para aqui a fazer nada”. Por sua vez, também não é incomum, termos tendência para desvalorizar e dizermos: “Não digas essas coisas”.

Sentem que não estamos a dar importância?

Pior. Pensam: se a pessoa me responde isto, é porque não percebe como me estou a sentir. E então retraem-se.

Ainda há muito estigma em falar sobre o suicídio?

A verdade é que falar sobre suicídio é um tabu, por várias razões. Há a questão religiosa. Somos um país de predomínio católico, não sendo bem visto nesse contexto. Quando sentem ou pensam estas

coisas, têm muita vergonha de dizer e, até sentem que não o deviam dizer, porque é contra a sua religião e fé. Depois, quando há estas conversas os outros dizem: “Não estás a pensar nos teus filhos ou na tua família”. A pessoa não controla estas ideias e não é algo que queira pensar. Mas se as tem e, ao mesmo tempo, sente que são erradas, não vai falar sobre isto. Enquanto ouvintes, temos que ter muito cuidado com o que dizemos. Temos de tentar que sintam que não há essa crítica da nossa parte, que sabemos que está deprimida e isolada.

O que faz falta para reverter esta realidade?

Acho que faz falta uma resposta de ocupação, que não seja somente ocupação de tempo, mas que mostre que estas pessoas têm utilidade, porque elas ainda têm muito para partilhar connosco. E, felizmente, já vai havendo um esforço muito grande de câmaras e de juntas de freguesia em arranjar este tipo de respostas. Há algo que também combatemos muito aqui: a infantilização do idoso. Não são crianças! Já tiveram uma vida ativa, contribuíram para esta sociedade e muito, criando filhos, trabalhando, pagando impostos e, entretanto, estão a perder algumas capacidades. No entanto, ninguém lhes tira a história de vida que têm. E essa é também uma mensagem que, às vezes, é difícil que as pessoas entendam.

Falamos dos idosos, mas também há uma elevada taxa nas pessoas mais jovens. Os sinais de alerta mantêm-se?

No jovem, curiosamente, também há uma mudança de comportamento, mas as depressões têm manifestações diferentes. É mais frequente isolarem-se em casa ou ficarem muito irritados, mais zangados, responderem torto. Sabemos que hoje há toda uma questão associada às redes sociais e aos smartphones. O bullying atingiu uma outra dimensão, potenciada pelas redes. Antes, acontecia durante o dia inteiro na escola, mas ia para casa e estava mais resguardado. Hoje, fica 24

sobre 24 horas. No caso dos jovens, não é onde temos a taxa de suicídio mais alta, mas é um problema particularmente relevante, porque é uma das principais causas de morte em jovens. O que é uma infelicidade enorme, porque há respostas. Essa é outra parte da mensagem que queremos passar: o suicídio é uma morte evitável, se nós, enquanto sociedade, estivermos atentos, se houver respostas para as situações.

Falta uma grande rede que dê importância à saúde mental. É o parente pobre da saúde?

É. Dou sempre um exemplo, um pouco escandaloso que coloca as pessoas a olhar com cara de horror. Imagine, por ano, numa realidade pior, morrem 500 pessoas em acidentes de viação. Quantas campanhas de prevenção de acidentes rodoviários são feitas? Por ano, em Portugal, morrem cerca de 1000 pessoas por suicídio. Quantas campanhas se vê sobre prevenção do suicídio? Temos estas em setembro, mas não pode ser apenas algo mensal. Sempre houve o problema, e todos os jornalistas sabem isto, do efeito Werther. Está estudado. A partir do momento que se divulga um suicídio, alguém com as mesmas ideias pode pensar que é uma solução viável. Mas isto não é uma questão de noticiar um caso. É falar da prevenção, pois é preciso. As pessoas têm que ter ferramentas e saber como identificar.

Quem vos chega sabe da existência dessas ferramentas?

Não, a maior parte das pessoas não sabe. Temos tido o cuidado de divulgar a linha da prevenção do suicídio (1411), mas ainda não chega à população. Por isso é que digo, que é preciso campanhas e falar sobre estes temas. E a verdade é que continua a ser um problema, portanto, estarmos calados não está a funcionar.

A sociedade evoluiu muito depressa sem preparar terreno para estas realidades?

É difícil dizer se foi depressa ou devagar. Não houve um acompanhamento na mudança de políticas. Claro que só sabemos as consequências depois de acontecer e só agora estamos a lidar com o impacto das redes sociais. Por exemplo, nas raparigas adolescentes é mais incidente a questão depressiva e os comportamentos auto-lesivos, com existência de auto-mutilação. Nos rapazes são mais as questões relacionadas com o vício em vídeos pornográficos e no jogo patológico. E aqui, voltamos ao mesmo, protegemo-los não deixando ir a pé para a

escola ou proibindo de sair, mas depois têm um telemóvel sem qualquer controlo. E é bastante perigoso tudo o que se passa ali.

O que se devia mudar?

Felizmente há mudanças que têm vindo a começar devagarinho, como a questão da proibição dos telemóveis na escola. Parece-me óbvio e do bom senso mais prático, mas suportado por tudo o que é evidência científica, porque os jovens não convivem, não falam, não sabem conversar uns com os outros, não sabem resolver conflitos ou interagir e, depois, uma percentagem destes jovens vão acabar, e nós notamos muito isso, na psiquiatria de adultos.

É um problema. Mas os pais também estão sobrecarregados?

Consigo ver os dois lados da moeda. A sociedade, como um todo, está uma grande confusão, porque há pais que, para conseguirem manter comida na mesa e pagar a renda da casa, têm dois trabalhos. Não estão em casa. Também, os miúdos quando estão agarrados a um telemóvel habitualmente estão quietinhos, portanto, compreendo os pais que cedem a isto. É óbvio que é muito fácil criticar e dizer “não devia”. Também apanhamos pais de uma transição de geração que não têm grande conhecimento de informática e, portanto, nem percebem exatamente o alcance. É difícil gerir. Parece-me óbvio

que, havendo estas dificuldades, algumas das orientações têm que ser de fora. Foi como os cintos de segurança nas crianças. É uma regra e isso diminuiu a mortalidade rodoviária de crianças.

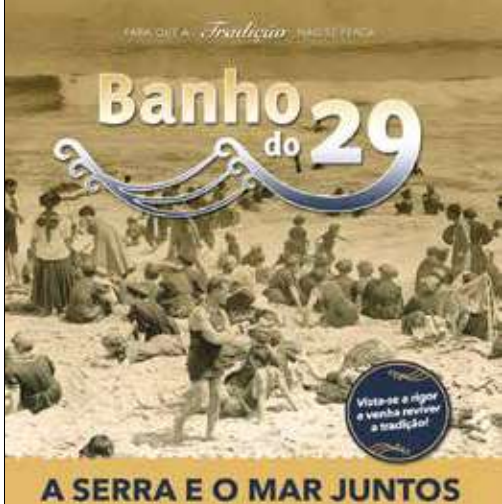
Há outra questão recorrente de: ‘cão que ladra, não morde’. Aquelas pessoas que dizem frequentemente vou matar-me estão só a chamar à atenção?

Outro mito. Não posso dizer todas, porque não há nada na medicina e na saúde que seja sempre ou que seja nunca, mas a verdade é que a maior parte das pessoas que cometem suicídio avisou, disse qualquer coisa antes. Ou procurou ajuda. Nós é que não soubemos ler os sinais ou ajudar. Dizemos: “Está a chamar a atenção” ou “isto é só para fazer fita”. Quando uma pessoa diz algo assim, está a querer dizer-nos, a chamar a atenção, é verdade, mas para um problema que tem.

É um pedido de ajuda?

Com certeza. Está a pedir ajuda e não sabe pedir de outra maneira. Não é incomum os idosos fazerem isso. Claro que há situações em que as pessoas manipulam, mas não é a maioria. E não devemos desvalorizar, mas sim procurar ajuda, um psiquiatra, um psicólogo, um médico de família que oriente e analise se há risco ou não. Não é suposto ser o cidadão comum a conseguir avaliar ao certo.

PUB



Banho do 29

A SERRA E O MAR JUNTOS

28 SETEMBRO

PRAIA DO VAU

Ponto de encontro:
Av. João Paulo II, junto ao hotel Alcaide a partir das 20h30m.



Desfolhada

19 Setembro | 18h00

Sede do Rancho Folclórico da Ladeira do Vau



Freguesia de Portimão

CENTRAIS

Proprietário do restaurante mais antigo no areal tem 91 anos e é uma referência na cidade

A história de António Bonezinho cruza-se com a da Praia da Rocha

Alugou toldos, teve concessões, foi nadador-salvador, deixou obra também no Vau e as filhas Cristina e Célia são as fiéis seguidoras de um percurso reconhecido e já alvo de algumas distinções.

FOTOS: D.R.



Célia e Cristina ladeiam o pai António, um homem feliz com todos os passos que deu na vida

Hélio Nascimento

António Bonezinho alugou toldos, guardou roupa, teve concessões, foi nadador-salvador e em 1963 abriu o primeiro restaurante no areal da Praia da Rocha. A história da sua vida, aliás, cruza-se com a da mais famosa praia de Portimão, tantas são as alusões ao local que o viu nascer e com o qual continua a manter, hoje, aos 91 anos, uma profunda ligação. “Fui o primeiro a abrir um restaurante junto ao areal. Antes havia a casa do Socorro a Náfragos, que até tinha um livro de 1922, onde se dava conta dos tratamentos que faziam na praia, ou seja, já existia qualquer coisa”, conta o nonagenário, que recebe o Portimão Jornal na esplanada do seu estabelecimento.

“Andei também no aluguer dos toldos, desde 1948, num negócio do meu pai. Eu e o meu irmão, mas ele, que era mais velho, esteve só um ano, disse que trabalhar só no verão não era para ele. Foi fazer vida do mar, primeiro como ajudante num barco e depois como piloto de navio na Alemanha”,

prosegue António Bonezinho, falando calmamente e olhando algumas vezes o infinito, quiçá para se concentrar em todas estas recordações. Tinha 12 anos quando começou a ajudar o pai no aluguer de toldos e passou a banheiro aos 16.

“Eu fiquei sempre por aqui. Depois dos toldos e das concessões abri o restaurante em 1963, mantendo a ligação à praia. Sou nascido e criado aqui, mesmo na Rocha. É bom ter 91 anos? Para as outras pessoas, sim, mas quem os tem...”, atira, com graça, o cidadão António Gonçalves Duarte, que interrompeu momentaneamente a sua ‘sopa de letras’, algo com que se distrai amiúde, para falar com o Portimão Jornal.

Bonezinho, já dá para perceber, é alcunha. Vem do pai, que nasceu na zona do atual edifício da Câmara. “Quando era garoto a mãe, minha avó, comprou-lhe um boné, que teimava em nunca tirar. Os vizinhos diziam sempre ‘vem aí o bonezinho’ e toda a família ficou desde então assim conhecida. Muita gente não sabe que é alcunha e já houve quem me pedisse desculpa, mas nada disso, o

termo ‘Bonezinho’ é nosso e veio para ficar”. E é uma referência, acrescente-se, de tal modo que, excetuando documentos oficiais, tanto António como as suas filhas assinam Bonezinho.

“Ouço casais a gabarem o nosso espaço”

O restaurante chama-se naturalmente ‘O Bonezinho’ e data de 1963, mas em 2005/06 mudou de

da Fortaleza. “Foi este o espaço que me foi atribuído, mas não tenho razões de queixa. Continuamos a trabalhar muito bem”.

António Bonezinho garante que “sempre funcionámos às mil maravilhas, sem um problema que fosse”. O restaurante serve de tudo um pouco e a comida é apreciada, muito por obra e talento da sua falecida esposa. “A minha mulher cozinhava na perfeição,

alimentação, desde a qualidade à apresentação e limpeza do local, António Bonezinho destaca a atenção dedicada aos clientes, que é fundamental. “Às vezes estou aqui sentado e ouço casais a gabarem o nosso espaço e o aspeto sempre limpo. É bom ouvir este mimo! É um prestígio”, assinala.

A clientela é maior ao almoço e no mês de agosto, mais uma vez, não houve mãos a medir, mas a satisfação é total porque “nunca tivemos problemas, nem um que fosse, e até a fiscalização, quando cá vem, nos dá os parabéns no fim da visita”. O proprietário fala então das filhas, a Célia, que está mais na retaguarda e dá assistência, e a Cristina, diariamente no restaurante e “em cima da jogada”. São as atuais responsáveis pelo estabelecimento (ao todo tem entre dez a 12 empregados, dependendo da altura do ano) e acompanham de perto a conversa do progenitor.

“Cheguei a dormir na praia...”

António Bonezinho fala ainda das concessões que teve e de mais um marco importante na sua ligação com o mar: “Fui o primeiro a montar um restaurante e a ter toldos na Praia do Vau, mais ou menos na mesma altura deste, também chamado ‘Bonezinho’, que vendi uns aninhos depois”. A praia, repita-se, é uma constante na sua vida. “Sim, é verdade. Cheguei a dormir na praia para tomar conta do restaurante e da concessão, às vezes com as meninas e com o mar a bater na falésia. Ainda passei por um susto ou outro”.

O empresário continua a deslocar-se todos os dias ao restaurante, “às vezes com algum sacrifício, mas as filhas dizem que me distraio e faz bem”. Às cinco da tarde a Célia vai buscá-lo e regressa a casa, no bairro da Aldeia das Sobreiras, depois de ter preenchido mais umas ‘sopas de letras’, um caça-palavras ideal para exercitar a mente. Tem dois netos (e duas bisnetas), um contabilista e o outro enfermeiro, que, segundo assegura, “não se vão meter nisto”.

As filhas juntam-se então à conversa, de todo satisfeitas com

António nasceu, estudou e fez toda a vida na Praia da Rocha, conhecendo pelo meio “uma jeitosa de Monchique com a qual casou”

local, na sequência da reestruturação do areal da Rocha e inauguração do passadiço. A localização, todavia, pouco mudou: o primeiro situava-se no fim das escadas e rampa que vêm do Hotel Júpiter - para muitos a entrada principal da Praia da Rocha - e o atual está uns metros mais à frente, na direção

tinha tudo impecável e a clientela dizia que a comida ‘era de trás da orelha’. Ensinou muita gente, que, entretanto, já desapareceu, e foi o meu braço direito. Tivemos empregados a trabalhar para nós durante mais de 24 anos, com ela todos os dias na cozinha”.

Para além do cuidado com a

a desenvoltura do pai na abordagem aos temas. Célia é a primeira a evocar mais dados, começando pela homenagem prestada recentemente pelo Museu de Portimão,

tica, com número, que trocava pela respetiva roupa depois do passeio ou de um bom mergulho. António Bonezinho acena com a cabeça, em sinal de aprovação, situando estas

A exposição ‘Sol, Sardinhas e Sombrios’, que esteve patente na antiga Lota e retrata a evolução do turismo em Portimão no século XX, evoca a importância de ‘O Bonezinho’

na exposição ‘Sol, Sardinhas e Sombrios’, que esteve patente na antiga Lota, entre 7 de junho e 31 de julho, propondo uma viagem pela história do turismo no concelho de Portimão ao longo do século XX. A mostra conduz os visitantes desde as primeiras estruturas de acolhimento turístico e do nascimento da Praia da Rocha como estância balnear de referência e o nome de António Bonezinho lá estava em ‘letras gordas’ (ver caixa).

“Lembro-me de muitas histórias do meu pai, por exemplo de contar das pessoas que vinham de Monchique, ao banho do 29, quando as meninas ficavam em combinação na praia. Lembro-me que ele alugava fatos de banho, nos balneários, que tinham divisões para duche e vestuário, umas masculinas e outras femininas”. Estes balneários situavam-se junto à casa do Socorro a Náufragos, em que as pessoas se despiam e vestiam os fatos de banho, que ficavam guardados, bem como os objetos pessoais.

Peixe de posta grossa

Cada pessoa recebia uma ficha plás-

instalações junto à rampa e perto da ‘barraca do peixe aranha’, nome pelo qual era conhecida a casa do Socorro a Náufragos, que à noite era quarto dos marinheiros que faziam serviço e durante o dia dispunha de enfermeiro.

“As pessoas mordidas pelo peixe aranha apanhavam uma injeção e aquilo doía”, realça Célia. “A praia era mais pequena, as passeadeiras eram de cimento ao longo do areal, não de madeira, e podíamos passar para as outras praias pelos túneis. Os balneários também eram nossos e o pai fazia e arranjava cadeiras. E foi nadador-salvador”. Um enorme sorriso invade o rosto do homem, que se apressa a exclamar ser “o nº 20 do país”, após um primeiro curso em Algés e o outro em Portimão. “Nesses tempos nadava imenso. Até acho que nasci dentro de água”, graceja.

Célia sublinha que o pai “nasceu, estudou e fez toda a vida na Praia da Rocha”, conhecendo pelo meio “uma jeitosa de Monchique com a qual casou”. É a filha mais nova (58 anos) e diz que o segredo de ‘O Bonezinho’ reside no



O restaurante, em pleno passadiço, é local obrigatório para muitos veraneantes

facto de “estarmos sempre juntos e unidos”, o que ajudou a superar as jornadas de mais de 16 horas

ainda hoje somos amigos”, releva Célia, alertando ainda para a necessidade de Portimão se manter

do turismo rural.

“Sempre gostámos disto”, dizem as manas, que têm cursos de hotelaria e turismo e de cozinha. Cristina está prestes a ir colocar “o dedo na cozinha”, como sempre com uma receita simples e eficaz: “fazer todos os pratos com amor, que era já uma frase da minha mãe, uma grande mulher em todos os aspetos”. O progenitor, feliz com estes momentos de partilha de memórias, triplica o orgulho ao indicar que tem o nome associado a Portimão, ou não tivesse recebido, há uns anos, a Medalha da Cidade.

“Começámos a ajudar desde novinhas e a trabalhar aí com uns 14 anos. A minha mãe fazia tudo natural, com um tempero incrível”

diárias de labuta. “Começámos a ajudar desde novinhas e a trabalhar aí com uns 14 anos. A minha mãe fazia tudo natural, com um tempero incrível. Agora, a Cristina (62 anos) passa mais tempo aqui, é o coração da casa. O pai, pese as dificuldades próprias da idade, é autónomo, independente e ainda me alerta para não esquecer algumas coisas”, argumenta, com enlevo.

O restaurante, que fecha em janeiro e fevereiro, serve mais peixe para os turistas portugueses, desde grelhados às cataplanas, marisco, arroz de lingueirão e de tamboril, ao passo que os estrangeiros, em especial os ingleses, preferem a carne. “O meu pai sempre nos ensinou a dar primazia aos portugueses, que vêm todo o ano, e temos ementas características, com petingas, joaquinzinhos e outros petiscos”. Atento à conversa, António faz então uma revelação curiosa: “Gosto mais de carne. O peixe tem de ser de posta grossa, ou, quanto muito, umas sardinhas de vez em quando”.

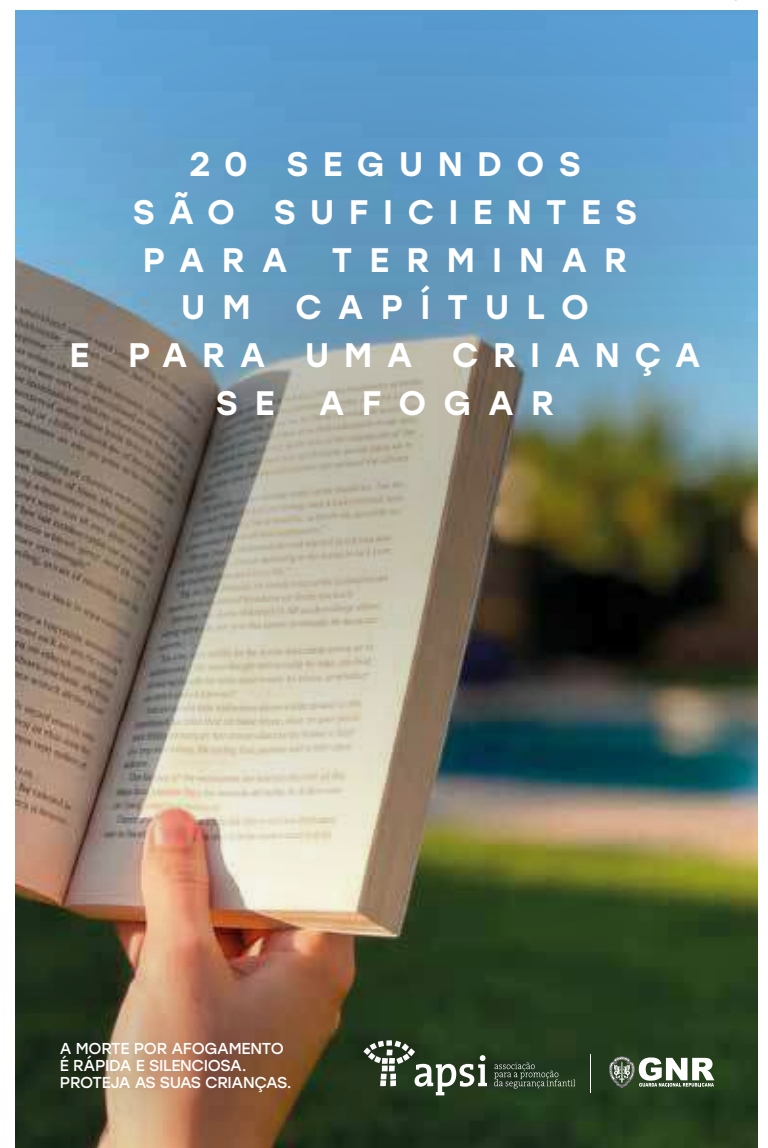
Com o verão a aproximar-se do fim, os responsáveis por ‘O Bonezinho’ lamentam que o conceito de ‘família de férias’ esteja a desaparecer. “Antes, as famílias alugavam toldos de um ano para o outro e tínhamos clientes que vinham dois meses. Agora, é uma semana. Criámos amizade com muitas pessoas, do Alentejo ou outros pontos do país, de quem

na crista da onda do turismo – “não basta ter sol e mar” – face ao crescimento das praias fluviais e

PUB

Os primeiros equipamentos de praia

Com a devida vénia, transcrevemos a citação e o inerente destaque dado a António Bonezinho na ‘Sol, Sardinhas e Sombrios’, a exposição que esteve na Antiga Lota e nos fez viajar pela história do turismo portimonense. “A partir dos anos 40, surgiram na praia as primeiras concessões de toldos e barracas. Até aí, apenas as famílias mais abastadas tinham o seu toldo privado, montado por um serviçal. António Joaquim Fialho e Fabiana, Joaquim Bacharel e António Duarte Bonezinho terão sido os primeiros a explorar as concessões e Manuel Mimoso as gaivotas de praia. Alugar um toldo custava 10 tostões por dia. Seguiram-se os balneários e, aos vendedores ambulantes de águas e refrescos, pirolitos, sandes, etc., juntaram-se, no início da década de 60, os primeiros restaurantes de praia em estruturas desmontadas no final da época balnear. O restaurante Bonezinho foi o primeiro, em 1963, e outros se juntaram, como o ‘Oh Zé’, os Três Castelos ou o Viegas. No areal, para além do ‘cabo do mar’, surgiram os banheiros como vigias e tutores de natação, evoluindo para os nadadores-salvadores a partir de 1956.”



DESPORTO

Clube afirma que “atuará de forma implacável”

PSC repudia envolvimento de jogadores em apostas desportivas

Direção decidiu suspender preventivamente os atletas em causa de qualquer atividade desportiva ligada à instituição.

O Portimonense Sporting Clube (PSC) expressou, no dia 4 de setembro, “profundo desagrado, tristeza e total repúdio face à recente confirmação de factos que dão conta da violação grave dos regulamentos desportivos por parte de atletas do plantel de futebol sénior da época 2025/2026”.

O comunicado da direção do PSC surge na sequência de um processo do Conselho de Disciplina da Federação Portuguesa de Futebol que envolve jogadores do clube acusados de apostas desportivas relacionadas com o Campeonato de Portugal, no qual estavam inseridos.

O documento aponta indícios de diversas apostas, incluindo as de derrota da própria equipa. Foi uma denúncia anónima que motivou o processo de inquérito, agora encerrado, e do qual resulta um processo de acusação de 26 jogadores do plantel de futebol sénior da época passada do clube alvinegro, que terão violado o Regulamento de disciplina da FPF.

Em reação a esta decisão da FPF, a direção do Portimonense refere que é “com enorme consternação” que encara “o envolvimento de jogadores da instituição em apostas desportivas”.

“Os valores que regem esta casa secular, a ética, a integridade, o fair-play e o respeito incondicional pelos nossos adeptos, são



Portimonense afirma que valores que regem o clube são inegociáveis

absolutamente inegociáveis. Atitudes que coloquem em causa a verdade desportiva não têm, nem nunca terão, qualquer espaço ou tolerância na nossa estrutura”.

Por estas razões, foi determinada pelo clube, como medida cautelar, a suspensão preventiva dos envolvidos de qualquer atividade desportiva ligada à instituição, com efeitos imediatos e até à clarificação total do processo.

Ao mesmo tempo, “foram iniciadas todas as diligências internas e disciplinares adequadas para apurar, ao detalhe, a totalidade dos factos e as respetivas responsabilidades individuais de cada interveniente”, esclarece ainda o

PSC, que garante que atuará de “forma implacável e com o máximo rigor”, acionando todos os mecanismos legais e desportivos para proteger “o bom nome, a honra e o património do clube” alvinegro.

Assegura ainda a direção que está a cooperar com as entidades, prestando todo o auxílio necessário, pois o objetivo é que, com a maior celeridade e transparência possível, se apurem as conclusões definitivas da investigação.

A direção remeteu mais esclarecimentos para o final da tarde de terça-feira, 15 de setembro, já após o fecho desta edição impressa.

É responsável pelo Judo Team Matias Luwawa em Alvor

Matias Luwawa conquistou ouro na Croácia

O judoca responsável técnico e treinador do Judo Team Matias Luwawa, dojo de Alvor, conquistou duas medalhas de ouro na Taça da Europa da Croácia, em

Jelsa, na ilha de Hvar, no dia 5 de setembro.

Matias Luwawa subiu, assim, duas vezes ao pódio nesta competição da modalidade.



Bilhetes estarão à venda no Kartódromo

Autódromo Internacional

do Algarve recebe CRM 24 Horas

A prova de resistência CRM 24 Horas terá lugar no Autódromo Internacional do Algarve, esta sexta-feira e sábado, 18 e 19 de setembro. Ao longo de 24 horas, pilotos, equipas e máquinas serão colocados à prova numa competição em que velocidade, estratégia, consistência e fiabilidade são determinantes para cruzar a meta. Será um verdadeiro teste de resistência dentro e fora da pista, que promete muita competição no circuito. Os bilhetes serão colocados à venda, no dia 18, no Kartódromo Internacional do Algarve, com o acesso ao paddock a custar dez euros para o fim de semana.

Iniciativa contempla caminhada de cinco quilómetros

Passeio da Memória assinala Dia Mundial da Pessoa com Doença de Alzheimer

O Núcleo do Algarve da Alzheimer Portugal promove, no próximo dia 26 de setembro, a partir das 9h00, o Passeio da Memória, uma caminhada solidária de cinco quilómetros, na zona ribeirinha da cidade. A iniciativa conta com aquecimento, junto à antiga lota, seguindo depois a caminhada até à Marina e regresso ao ponto de partida. Aberta à comunidade, a ação assinala o Dia Mundial da Pessoa com Doença de Alzheimer, sendo uma oportunidade para divulgar e sensibilizar para esta doença e apoiar o trabalho desenvolvido pelo Núcleo. A participação prevê um donativo mínimo de cinco euros e inclui um kit composto por t-shirt, água e material informativo. As crianças até aos 12 anos não pagam. As inscrições podem ser efetuadas nos gabinetes da Alzheimer Portugal em Portimão ou Lagoa, mediante agendamento prévio, no próprio dia, através do formulário online, validado após envio do comprovativo de transferência com a devida identificação por email, ou telefone (965 276 690).

Participam mais de 200 atletas

Complexo de Ténis e Padel é palco do Portimão Junior Open ITF U18

O Portimão Junior Open ITF U18 está de regresso ao Complexo Municipal de Ténis e Padel de Portimão, entre os dias 28 de setembro e 3 de outubro. A sexta edição desta competição deverá reunir cerca de 200 jovens atletas de vários países para disputar os títulos de singulares e pares masculinos e femininos, estima a organização. A prova é organizada pelo Clube de Ténis e Padel de Portimão com o apoio da Câmara Municipal e em parceria com a Federação Portuguesa de Ténis e da International Padel Federation (ITF). Este é um torneio direcionado para praticantes internacionais sub18 e está inserido no World Tennis Tour Juniors. As partidas, às quais o público pode assistir, têm entrada gratuita.

a melhor SELEÇÃO DE VINHOS

DE 10 A 30 DE SETEMBRO 2026



Intermarché
PORTIMÃO

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

Poupamos no papel e
protegemos o nosso Planeta!

AS GRANDES PROMOÇÕES
CONTINUAM SEMPRE
DISPONÍVEIS NO SEU
FOLHETO DIGITAL.

Consulte em
www.intermarche.pt

Portimão: **SUPER**

Praia da Rocha: **MINI**



Aceda aqui ao
folheto digital



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

5asec
TEXTILE EXPERT

**DIFICULDADES?
A 5ÀSEC RESOLVE!**



Lavandaria • Limpeza a Seco
Serviço de Costura

INTERMARCHÉ PORTIMÃO

**Faça a próxima
compra sem
sair de casa**



**Uber
Eats**

Intermarché
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...

(* a partir de)

IMAGEM ILUSTRATIVA

CULTURA

Evento decorre este sábado

Mexilhoeira mostra a sua cultura

Inserido nas Jornadas Europeias do Património, vila dá a conhecer tradições e identidade.



Artes, sabores e ofícios são grande destaque do evento

A XII edição de 'A Nossa Cultura sai à Rua' volta a trazer à memória as tradições da Mexilhoeira Grande, este sábado, 19 de setembro, num evento que se insere nas Jornadas Europeias do Património, este ano subordinadas ao tema 'Reviver, Resistir, Reinventar'.

Estas questões, segundo a Câmara Municipal de Portimão, estão "subjacentes ao objetivo que norteia o evento, pois na sua génese está a intenção ativa de salvaguarda, valorização e transmissão de um património material e imaterial ligado à vocação rural da freguesia, assente na qual, ao longo das décadas, se têm desenvolvido fortes dinâmicas identitárias ainda hoje presentes na comunidade graças a um permanente esforço para transmitir este legado às gerações mais novas".

O programa arranca, por isso, às 9h30, com um passeio que convida os utentes do Centro de Apoio a Idosos de Portimão a percorrer a zona da Espargueira, junto à Quinta da Rocha, guiado por Filipe Bally Jorge, chefe de Divisão de Ambiente da Câmara Municipal de Portimão.

A partir das 16h00, o adro da Igreja da Mexilhoeira Grande abre uma mostra dos sabores, arte e ofícios locais, através de uma

apresentação alargada de produtos agrícolas, alimentares, gastronomia e doçaria, objetos de índole tradicional.

Mais tarde, às 17h30, terá lugar a rubrica 'Olha a Modinha', pelo Grupo de Cantares Mexilhoeirense, que colocará o público a entoar algumas músicas conhecidas ligadas ao repertório popular, seguindo-se, às 18h00, as oficinas de experimentação 'Vamos fazer empreita' com Ana Carla Cabrita e 'Vamos fazer uma esteira com o Sr. José Luís'.

Às 19h10, o Rancho Folclórico da Figueira atua e convida os visitantes a participar na oficina de danças tradicionais 'Vamos dar um pezinho', enquanto, às 20h00, a Sociedade Recreativa Figueirense promove a oficina gastronómica 'Sabores da Terra', que ensina os visitantes a confeccionar as famosas papas ou xerém de berbigão.

Ao longo de toda a tarde, decorrem outras atividades de experimentação que costumam ser bastante apreciadas pelos mais pequenos. Amassar os 'passarinhos de pão doce', preparar a taipa, pintar cerâmica, um atelier de plantação, moldar o barro e muitos jogos tradicionais, este ano dinamizados pelo 'E.S.T.A.R. Projeto de Literacia em Saúde' são

apenas algumas das ações previstas.

Já a Quinta Pedagógica de Portimão e a Biblioteca Municipal Manuel Teixeira Gomes juntam-se para promover atividades dirigidas aos mais novos, que cruzam literatura, criatividade e consciência ecológica.

O desafio 'Espantalho da Biodiversidade' desafia as crianças a criar poemas, quadras e mensagens sobre a biodiversidade, para afixar num espantalho de tamanho real e haverá ainda lugar à construção de 'Mini-Espantalhos', reutilizando materiais como serapilheira, palha, roupa e cordel, que poderão ser usados como marcadores de livros.

Ainda relacionado com a biodiversidade, a associação 'A Rocha' terá um stand de divulgação e sensibilização para o património natural da freguesia.

A animação musical ficará a cargo dos Brasa Doirada, às 21h00, grupo que tem vindo a preservar o cante alentejano, prosseguindo a noite com um momento de teatro pelos 'Gilletes d'Aço', a introduzir a tradicional desfolhada, a partir das 22h00. 'A Nossa Cultura sai à Rua' encerra com 'Há Baile no Adro', animado pela dupla Paula e José Vicente.



Mostra pode ser vista até 11 de outubro

Museu expõe 'MAR – Criaturas Sonoras'

Os desenhos desenvolvidos por 75 crianças que participaram nas atividades das Férias de Verão no Museu de Portimão compõem a exposição 'MAR – Criaturas Sonoras', que estará patente neste equipamento até 11 de outubro. Peixes improváveis, seres híbridos, monstros simpáticos e espécies que ainda não cabem em nenhuma classificação conhecida surgiram a partir de um universo desenvolvido pelos mais novos. O projeto propôs uma abordagem artística e sensorial ao património local, explorando a relação entre som, matéria e imaginação, explorando as vertentes marítimas e ribeirinhas do concelho. Ao longo do processo, os participantes foram desafiados a experimentar diferentes linguagens artísticas, como a sonoplastia e a cerâmica. A curadoria está a cargo de Filipa Brito e Nelson Guerreiro, pela Bóia Associação Cultural, contando ainda com a ceramista Ana Paula Aleixo e a artista Eunice Artur. A mostra pode ser visitada às terças-feiras, das 14h30 às 18h00, e de quarta-feira a domingo, das 10h00 às 18h00.

Luís Fonseca orienta aulas particulares

'Studio V - Música Livre' abre inscrições

As inscrições para o novo ano escolar de o 'Studio V - Música Livre', dirigido pelo professor Luís Fonseca, já estão abertas. Os horários estão quase fechados, mas ainda há algumas vagas, podendo os interessados inscreverem-se em piano, acordeão, guitarra, saxofone e, ainda, em explicações de formação musical. Para este ano, Luís Fonseca refere que serão promovidas diversas atividades, além das aulas individuais. Aponta como exemplos, os encontros para promover música de conjunto, workshops didáticos de piano, encontros com outros agrupamentos musicais e as já habituais apresentações de outubro, fevereiro e junho, onde os alunos mostrarão ao público o trabalho desenvolvido ao longo do ano.

Nova temporada já começou

Biblioteca Manuel Teixeira Gomes

conta 'Histórias com (A)braços'

O novo ciclo 'Histórias com (A)braços' iniciou-se no dia 12 de setembro, na Biblioteca Municipal Manuel Teixeira Gomes, estando agendadas sessões até final do ano. Com acesso livre, esta iniciativa foi pensada para famílias com bebés e crianças até aos 36 meses, desenvolvendo-se num espaço de afeto, presença e descoberta, onde os livros são o ponto de partida. É ainda promovido o vínculo entre cuidadores e bebés, através da leitura, música, movimento e experiências sensoriais. Ana Dias é a dinamizadora deste projeto que decorrerá nos dias 26 de setembro, 3 e 17 de outubro, 7 e 21 de novembro, 5 e 19 de dezembro. Em cada um destes dias, haverá duas sessões, sendo a primeira das 9h30 às 10h30, para bebés até um ano, acompanhados por até dois adultos, num máximo de dez participantes, e outra das 11h00 às 12h00, para bebés e crianças com locomoção autónoma, dos 12 aos 36 meses, acompanhados também por até dois adultos e com uma lotação máxima de 15 participantes. A atividade é gratuita, mas sujeita a inscrição que pode ser efetuada na Biblioteca ou por telefone (282 480 476).



João Madaleno
Assistente hospitalar
no Serviço de Medicina
Interna e Unidade de
Transplantação
Hepática de Adultos da
ULS de Coimbra
e membro da APEF

Colangite Biliar Primária: a importância do diagnóstico precoce e do tratamento atempado

Assinalado a 13 de setembro, o Dia Internacional da Consciencialização para a Colangite Biliar Primária (CBP) constitui uma oportunidade para sensibilizar a população e os profissionais de saúde para uma doença hepática crónica, rara e ainda frequentemente subdiagnosticada. Apesar dos avanços no conhecimento e no tratamento da doença, muitas pessoas continuam a enfrentar atrasos no diagnóstico, o que pode ter um impacto significativo tanto na qualidade de vida como na evolução da doença.

A colangite biliar primária é uma doença autoimune que afeta sobretudo mulheres de meia-idade e que se caracteriza pela destruição progressiva dos pequenos canais biliares do fígado, responsáveis pelo transporte da biliar. À medida que estes canais são danificados, a biliar deixa de ser adequadamente eliminada e acumula-se no fígado, desencadeando inflamação e lesão hepática. Sem um diagnóstico e tratamento adequados, a doença pode evoluir para fibrose e, em fases mais avançadas, cirrose e insuficiência hepática.

Um dos principais desafios associados à CBP reside na natureza inespecífica dos seus sintomas iniciais. Fadiga persistente, comichão intensa, secura dos olhos e/ou boca, bem como alterações das análises sanguíneas, podem surgir muito antes de ser estabelecido um diagnóstico definitivo.

Fadiga persistente, comichão intensa, secura dos olhos e/ou boca, bem como alterações das análises sanguíneas, podem surgir antes do diagnóstico definitivo

Em alguns casos, a doença é mesmo identificada de forma incidental, na sequência de exames de rotina que revelam alterações nos valores hepáticos.

Neste contexto, a deteção precoce assume um papel fundamental. O reconhecimento atempado dos sinais de alerta e a realização

dos exames adequados permitem identificar a doença numa fase inicial e iniciar o tratamento o mais cedo possível, contribuindo para reduzir o risco de progressão e de complicações. O diagnóstico baseia-se na conjugação de diferentes elementos, nomeadamente análises sanguíneas, incluindo

do a pesquisa de anticorpos específicos, e exames complementares destinados a avaliar a função e a estrutura do fígado.

Atualmente, existem opções terapêuticas capazes de retardar a progressão da doença, melhorar os parâmetros laboratoriais e contribuir para uma maior esperança e qualidade

de vida. No entanto, o sucesso do tratamento depende também de um acompanhamento médico regular, que permita monitorizar a evolução da doença e ajustar a estratégia terapêutica sempre que necessário.

Para além do tratamento farmacológico, a gestão dos sintomas e a adoção de hábitos de vida saudáveis desempenham igualmente um papel importante. O apoio psicológico, a prática de atividade física adequada e a educação do doente sobre a sua condição podem favorecer uma melhor adaptação ao diagnóstico e contribuir para uma maior adesão ao tratamento e ao acompanhamento médico.

O Dia Internacional da Consciencialização para a Colangite Biliar Primária representa, assim, uma oportunidade para reforçar a importância da informação, da sensibilização e, sobretudo, do diagnóstico precoce. Quanto mais cedo a doença for identificada e tratada, maiores serão as possibilidades de preservar a função hepática, prevenir complicações e proporcionar aos doentes uma melhor qualidade de vida.

PUB

A NOSSA CULTURA SAI À RUA! '26



**ARTES, SABERES
E SABORES AO VIVO**

**Adro da Igreja Matriz
MEXILHOEIRA GRANDE**

19 SET
16h00 - 24h00



www.museudeportimao.pt

APOIOS:



A ROCHA



estar

Grupo de Cantares Mexilhoense
Rancho Folclórico da Figueira

PARCERIAS:



Paróquia da
Mexilhoira Grande

ORGANIZAÇÃO:



Portimão
Câmara Municipal

DIVERSOS

AGENDA

⇒ 18 DE SETEMBRO . 8H00

MERCADINHO DA FIGUEIRA

Acesso Livre

LOCAL: Junto ao Polidesportivo da Figueira

⇒ 18 A 20 DE SETEMBRO . 18H00

PORTIMÃO WORLD BEER GROOVE

LOCAL: Fortaleza de Santa Catarina

⇒ 19 DE SETEMBRO . 21H00

HÃ FADO NA LOTA

Teresa Viola e Pedro Viola

LOCAL: Antiga Lota de Portimão

⇒ 20 DE SETEMBRO . 8H00

FEIRA DAS VELHARIAS

LOCAL: Parque de Feiras e Exposições de Portimão

⇒ 20 DE SETEMBRO . 20H30

FADO NO ADRO

FADISTAS CONVIDADOS:

Ana Marques e João Leote

MÚSICOS: Ricardo Martins, guitarra

portuguesa e Bruno David, viola de fado

Entrada Livre

LOCAL: Adro da Igreja da Mexilhoeira Grande

⇒ 26 DE SETEMBRO . 9H00

'ALAMEDA DAS ARTES'

Acesso Livre

LOCAL: Jardim 1º de Dezembro

⇒ 26 DE SETEMBRO . 9H00

PASSEIO DA MEMÓRIA

PREÇO: 5 euros

INSCRIÇÃO: Válida após o envio do comprovativo de transferência e respetiva identificação para (geral.algarve@alzheimerportugal.org) ou através do telefone 965 276 690

LOCAL: Zona Ribeirinha de Portimão (Antiga Lota)

⇒ 26 DE SETEMBRO, 3 E 17 DE OUTUBRO

'HISTÓRIAS COM (A)BRAÇOS'

Dos 0 aos 12 meses: 9h30-10h30

Dos 12 aos 36 meses: 11h00-12h00

INSCRIÇÕES: Atividade gratuita, sujeita a inscrições através do telefone: 282 480 476 ou presencial (balcão)

LOCAL: Biblioteca Municipal Manuel Teixeira Gomes

CLASSIFICADOS

SALA PARA ENSAIOS

Procuo espaço em Alvor, ou arredores, para ensaios semanais de um Grupo Coral de 15 a 20 pessoas. Sala com 20m² a 30m², disponibilidade de manhã, cerca de 2h30 por semana.

Contacto: 911 577 743

HABITAÇÃO

Procuo T2 para alugar ao ano em Portimão.

Contrato 3 anos, com renda acessível.

Contacto: 938 784 876.



Delegação Regional do Algarve

CONSULTÓRIO DO CONSUMIDOR / DECO

“Quais os cuidados que devo ter para aluguer de uma viatura, durante as férias?”

A DECO INFORMA...

Recorra apenas a empresas autorizadas. O portal do IMT indica quais são. É obrigatório fazer contrato, pode fazê-lo ao balcão da empresa de aluguer de automóvel, junto de uma agência de viagens ou de outro operador que tenha acordo com a empresa de aluguer, mas também por telefone ou através da Internet, podendo, neste último caso, ser celebrado em suporte eletrónico.

O contrato deve apresentar toda a informação, nomeadamente, a identificação do carro, do preço total, serviços complementares e informações sobre o aluguer.

Que documentos são entregues com o carro? Deve receber toda a documentação necessária conduzir em segurança e responder às autoridades: o documento único automóvel, o comprovativo da apólice de seguro, a cópia do contrato de aluguer e, se aplicável, a ficha de inspeção do carro.

Cautelas especiais: inspecione o carro nos atos da entrega e da devolução? Verifique-o cuidadosamente e, se for o caso, peça à empresa uma declaração com a identificação dos problemas detetados, tais como riscos, amolgadelas ou outros.

Aquando da entrega do carro, verifique também o nível de combustível, pois caso não o devolva com o mesmo nível, poderá ser-lhe cobrado um montante.

As condições de devolução do carro devem ser combinadas com a empresa de aluguer antes de assinar o contrato e devem constar do mesmo. No entanto, antes de devolver, peça à empresa uma declaração de conformidade. Tenha em conta que algumas cobram um extra quando a entrega e receção são feitas fora das suas instalações.

O que fazer em caso de acidente? A empre-

sa de rent-a-car deve assegurar gratuitamente um serviço de assistência 24 horas com que possa comunicar.

A quem recorrer quando a empresa de rent-a-car não cumpre as obrigações? Use o Livro de Reclamações e, se o problema ocorrer na Europa e quiser resolvê-lo já depois do regresso a casa, dirija-se ao Centro Europeu do Consumidor. Em Portugal, contacte a DECO.

Informe-se connosco (deco.pt).

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

PUB

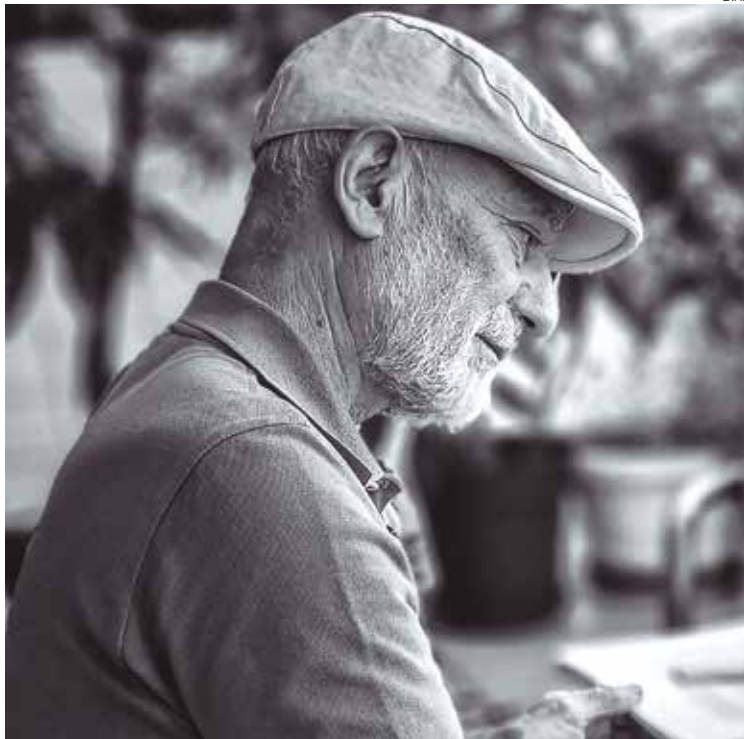
PUB

PUB

Gonçalo Pescada interpretará temas musicais ao acordeão

João B. Ventura apresenta o seu mais recente livro em Paris

Na sua obra, o autor portimonense desenha um mapa pessoal desta cidade que o acolheu em diferentes momentos da sua vida.



D.R.

VIII', do Camões – Instituto da Cooperação e da Língua, recebe, no próximo dia 26 de setembro, a apresentação do livro 'O Flâneur de Paris', da autoria de João B. Ventura, editado pela 'The Poets and Dragons Society'.

A sessão contará com as intervenções de José Manuel Esteves e Gonçalo Cordeiro, docentes e investigadores na 'Université Paris-Nanterre', sendo ainda pontuada por momentos musicais interpretados ao acordeão por Gonçalo Pescada. O músico algarvio recriará o ambiente musical parisiense e lusófono, com reinterpretações de obras emblemáticas de Édith Piaf, Jacques Brel, José Afonso, Carlos Paredes, Ferrer Trindade e Richard Galliano.

A apresentação reveste-se de um forte valor simbólico e afetivo para o autor, que foi residente na instituição e regressa agora à 'Cidade Luz' para celebrar a própria cidade à qual presta tributo no livro, "fechando assim um ciclo perfeito entre a vivência do espa-

ço, a memória e a criação literária", refere.

Mais do que um mero relato de uma prolongada estada em Paris, 'O Flâneur de Paris' é descrito como um atlas literário íntimo e uma geografia afetiva. "Na obra, os lugares iluminam-se como memórias e os nomes das ruas evocam escritores, filmes, canções e fantasmas", explica.

João B. Ventura desenha um mapa pessoal da cidade que o acolheu em diferentes momentos da sua vida: do 'Quartier Latin' à 'Goutte d'Or', passando pelos cafés míticos e pelos cemitérios onde repousam as figuras da sua mitologia pessoal.

"A Paris de João B. Ventura transpõe o espaço físico para se tornar um palimpsesto literário — a cidade de Baudelaire, Benjamin, Aragon, Hemingway, Queneau, Péric, Cortázar, Roubaud e Vila-Matas. Nas suas páginas inscrevem-se, em camadas sobrepostas, a experiência vivida, a literatura e o olhar melancólico de quem

regressa sempre à cidade, mesmo quando dela se afasta", acrescenta ainda.

Segundo o editor e escritor Dinis H. Machado, com este livro, "João Ventura atinge um raro equilíbrio entre memória pessoal, crítica literária e cartografia poética. A obra não é apenas o retrato de uma cidade, mas um retrato do próprio ato de ler e escrever, convidando o leitor a perder-se. Exige do leitor a mesma disposição que a própria cidade — tempo, errância, atenção ao detalhe, disponibilidade para o acaso", afirma.

"E o que oferece em troca, na sua exuberância de citações e memórias, é um mapa subjetivo que confirma Paris como a última grande metáfora literária do Ocidente. Com uma escrita densa, envolvente e lírica, eis um convite à deambulação literária: não para descobrir uma Paris desconhecida, mas para aprender a olhar de novo para o que sempre ali esteve", conclui ainda Dinis H. Machado.

'O Flâneur de Paris' é o título da obra

A Maison du Portugal – André de Gouveia, integrada na 'Cité Internationale Universitaire de Paris', em parce-

ria com a Cátedra Lindley Cintra da 'Université Paris Nanterre' e o Leitorado de Língua e Cultura Portuguesa da 'Université Paris

Mimicat



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.

À CONVERSA COM O ARTISTA

CHOQUE
FRONTAL
AO VIVO

A próxima convidada do Choque Frontal ao Vivo, esta quinta-feira, 17 de setembro, às 21h00, será Mimicat.

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 e 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 Mimicat em três palavras?

Artista, mãe e mulher.

Quando percebeu que o palco faria parte da sua vida?

Acho que desde cedo. Para além de ter sido sempre uma paixão ou gostar de cantar a vida toda, acho que só já em idade adulta é que percebi mesmo que ia ser, e tinha de ser, o meu futuro. Não tinha outra hipótese, porque era um lugar que me fazia muito feliz, mais do que a maioria dos outros lugares. Portanto, tinha mesmo de ser.

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

Felizmente, já tive alguns momentos, mas acho que a vitória e todo o processo do Festival da Canção em Portugal foi um momento mesmo muito feliz e muito marcante para mim. Em paralelo, tenho o lançamento do terceiro disco, com o concerto que fiz no Maria Matos e que foi um espetáculo muito bonito e muito pensado, com muitos convidados e muitos amigos. Foi uma partilha muito especial. É difícil escolher entre os dois.

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

Pode esperar uma conversa informal, ouvir algumas histórias, provavelmente. Pode esperar muita honestidade, algumas gargalhadas talvez e, até quem sabe, uma 'lagrimita'. Sou muito emocional, portanto, podemos ter muita coisa. Vai ser uma noite divertida.

Que relação tem com Portimão?

Na verdade com Portimão não tenho grande relação, porque nunca vivi no Algarve, mas o meu marido é metade do Algarve e a outra metade do Alentejo. Por afinidade, acabo por ter muito carinho pela região. Como nunca fui tocar a Portimão, estou mortinha por fazer a minha estreia.

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

O Teatro Municipal, que é lindo e estou muito curiosa para o conhecer.

Pergunta Choque Frontal:

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

Foi uma situação em que me senti mesmo desrespeitada e não foi muito positiva quando aconteceu. No entanto, as consequências disso ter acontecido foram incríveis. Quase que costumo dizer que foi um mal necessário e tornou-se uma coisa boa, porque aquilo que me trouxe foi maravilhoso e está a ser maravilhoso. Acho que foi mesmo preciso passar por esse choque.

‘Nortada’ representa Portugal neste evento

Cervejas ‘premium’ apresentam-se na Fortaleza

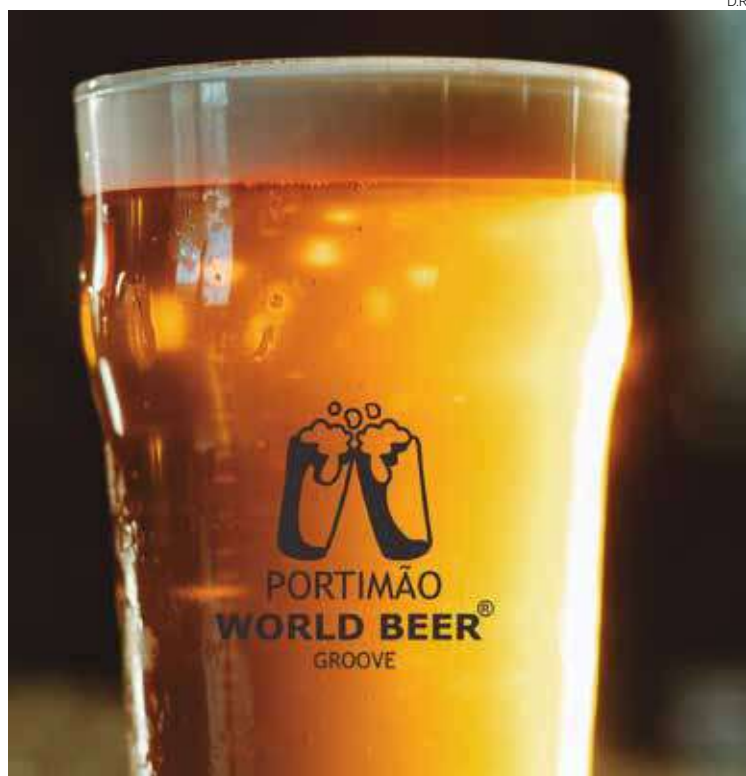
‘Portimão World Beer Groove’ estreia-se a 18 de setembro e propõe três dias de provas de uma grande variedade de sabores do mundo.

A primeira edição do ‘Portimão World Beer Groove’, terá lugar entre esta sexta-feira e domingo, 18 a 20 de setembro, na Fortaleza de Santa Catarina, para dar a conhecer algumas das melhores cervejas do mundo, num conceito que celebra a cultura cervejeira global.

Neste evento, os visitantes podem provar uma seleção ‘premium’ de 13 cervejas, numa viagem de sabores que começará com a refrescante American Lager Coors (EUA), prosseguindo com a International Pale Lager de leveza mediterrânica da Peroni (Itália) e a Rice Lager de final seco da Asahi (Japão).

Segue-se o amargor equilibrado da German Pilsner Estrella Galicia (Espanha) e a tradição checa da Premium Lager Budvar (República Checa), até chegar à alta fermentação que ganha destaque com a Paulaner (Alemanha), com o seu trigo frutado, a Blue Moon (EUA), com o seu toque cítrico de casca de laranja de estilo belga, a Brugse Zot (Bélgica), pela sua complexidade condimentada, e a Kopparberg (Suécia), uma sidra frutada.

No segmento craft, haverá a BrewDog (Escócia), que exibe inovação aromática, a Coalition (Inglaterra), que se mostra um bom exemplo do corte artesanal contemporâneo, e a Nortada (Portugal) que se posiciona como



13 cervejas de topo mundial podem ser degustadas no copo oficial

a referência craft local. O encerramento desta viagem mundial de sabores caberá à Guinness (Irlanda), uma Dry Stout escura cremosa.

Com entrada gratuita, todas as cervejas podem ser degustadas num copo de vidro oficial e personalizado do evento, disponível à entrada do recinto. As provas são acompanhadas por uma oferta gastronómica gourmet de ‘street food’, DJ sets de ‘chillout’ e ‘deep house’, ao final da tarde,

e pela energia dos grandes clássicos da pop e do rock que dominaram as tabelas entre as décadas de 70 e 00, durante a noite.

O recinto estará aberto a partir das 12h00, exceto na sexta-feira, que abre às 18h00, encerrando às 24h00, no dia 18 e 19, e às 22h00, no dia 20.

O ‘Portimão World Beer Groove’ é organizado em parceria pela Câmara Municipal e as promotoras Ibérica Eventos & Espetáculos e Hugo Casado.



Zona ribeirinha é palco do ‘Slalom de Portimão’

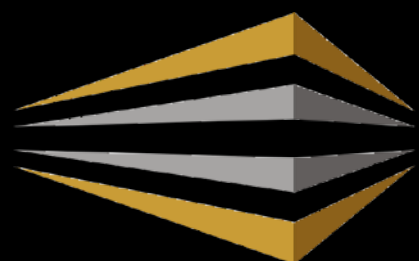
Precisão, rapidez e domínio ao volante são os ingredientes do evento desportivo ‘Slalom de Portimão’, que se realiza este domingo, 20 de setembro, a partir das 14h00, na zona ribeirinha da cidade, no estacionamento junto ao caminho ferroviário. A prova integra o calendário da Federação Portuguesa de Automobilismo e Karting, sendo organizada pelo Clube Automóvel do Sul, representando uma competição de perícia que desafia os pilotos a completar, no menor tempo possível, um percurso curto delimitado por obstáculos. Mudanças rápidas de direção, travagens e acelerações colocam à prova a técnica e o controlo dos participantes. Os interessados podem inscrever-se até este sábado, dia 19, às 18h00, e obter mais informações online (portal.fpak.pt/pub/doc/3054/402198).

‘InDireita Street Fest’ regressa a 4 de outubro

A Rua Direita volta a encerrar ao público, no dia 4 de outubro, entre as 10h00 e as 24h00, para receber mais uma edição do ‘InDireita Street Fest’. Nesse domingo, música, arte, comércio, artesanato e atividades para todas as idades, preenchem um dia inteiro de animação no centro da cidade. Como é habitual há espaços reservados para os produtores locais, uma zona infantil alargada, arte comunitária, lojas abertas, workshops, aulas e demonstrações de skate, espetáculos de acrobacia, comidas e concertos. Com entrada livre, o festival é organizado pela associação Palco das Ondas Invisíveis Studio (P.O.I.S.).

Clube Naval promove Troféu António Moura

O Clube Naval de Portimão começa a nova época desportiva com a realização do XIII Troféu António Moura, competição de vela de âmbito regional que reúne jovens praticantes, este fim de semana, 19 e 20 de setembro. Entre as 9h00 e as 19h00, com participação gratuita, a prova presta homenagem a António Moura, antigo sócio que deu um importante contributo para o crescimento da vela. O torneio mantém viva a sua memória e dá a conhecer às novas gerações o legado que deixou na modalidade. Os interessados podem obter mais informações no Clube ou online (clubenavaldeportimao.com).



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