Quinta-feira • 1 outubro 2026 • 1.00€

Portimão Jornal

Quinzenário • Ano 7 • Nº145
Diretor: Rui Pires Santos

Companhia de Guias continua a promover espírito de união



Patrícia Seromenho é a chefe do grupo, fundado em 1972, que, cada vez mais, ganha lugar de relevo no concelho. **P8-9**

HUMOR

Ricardo Araújo Pereira atua a solo no Arena P16

ALVOR

Antiga lota da vila recebe Wine Tasting P3

DESPORTO

Fórmula 1 confirmada no Autódromo de 18 a 20 de junho P10

MÚSICA

Concertos homenageiam Manuel Teixeira Gomes P7

CULTURA

Festival de Cinema leva sétima arte ao TEMPO P6



Ministro da Educação conheceu novo projeto do campus universitário

Edifício será construído no Barranco do Rodrigo e deverá estar concluído em 2029. Cerimónia contemplou ainda a assinatura de um protocolo entre a Universidade do Algarve e a Câmara Municipal, que cede o terreno. **P3**

EMARP incentiva separação de resíduos com 'A Escola Valoriza' P15





Orçamento Participativo Jovem tem 120 mil euros para projetos

Terceira edição dará também mais tempo aos proponentes para elaborar as candidaturas. **P4**



Pedro Palma dá cartas no parasurfing

Atleta integra núcleo da modalidade adaptada do Portimão Surf Clube, que tem vindo a dinamizar esta vertente desportiva. Filipe Costa, fisioterapeuta e campeão de bodyboard, acompanha de perto os praticantes e é um grande apoio. **P11**

PUB

Intermarché
VIVER BEM AO MELHOR PREÇO

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



O PLANETA AGRADECE

Aceda aqui ao folheto digital

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

RAIO-X

A foto

D.R.



INTERVENÇÃO • A Câmara Municipal e o Ministério do Ambiente assinaram um contrato-programa que destina cerca de 100 mil euros para realizar uma obra nas arribas entre as Praias do Vau e do Amado. Será construída uma nova vedação, ajustada ao recuo real da falésia, e um percurso pedonal mais seguro, porque a atual delimitação está degradada e a abertura de trilhos informais agravou o risco. É uma extensão de 750 metros, com arribas instáveis a nível geológico, monitorizadas há décadas pela ARH/APA do Algarve. A empreitada começa logo que as condições estejam reunidas, pois o projeto municipal está concluído.

A frase

“A renovação deste contrato [da MotoGP por três anos] é uma demonstração de confiança de todos no trabalho realizado pelo Autódromo Internacional do Algarve e por todas as pessoas e organizações que contribuem para a realização do Grande Prémio de Portugal

Jaime Costa, CEO do Autódromo Internacional do Algarve

Membro anir ASSOCIAÇÃO NACIONAL DE IMPRENSA REGIONAL

FICHA TÉCNICA **DIRETOR** Rui Pires Santos • **REDAÇÃO** Ana Sofia Varela, Hélio Nascimento e José Garrancho • **DESIGN E PAGINAÇÃO** Vanessa Correia • **FOTOGRAFIA** Eduardo Jacinto • **DEPART. COMERCIAL** Hélder Marques, 914 935 351 (Chamada para a rede móvel nacional) • **PROPRIEDADE E EDITOR** PressRoma, Edição de Publicações Periódicas, Unip. Lda., Rua Dr. João António Silva Vieira, Lote 3, 3º Dto, 8400-417 Lagoa • **CONSELHO DE ADMINISTRAÇÃO** Rui Pires Santos **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/

NA OUTRA MARGEM

Galeria Municipal Manuela Vale exibe ‘A Minha Terra Linda’

EXPOSIÇÃO • O Grupo Pique Alunos apresenta, a partir desta quinta-feira, 1 de outubro, às 18h00, a mostra ‘A Minha Terra Linda’, na Galeria Municipal Manuela Vale, instalada na Escola de Artes Mestre Fernando Rodrigues. A exposição convida a viajar pelas origens, memórias e sonhos de cada participante, estando patente até 30 de outubro. Tem entrada livre.

Em outubro há nova oficina de ‘Roda de Oleiro’

FORMAÇÃO • O município de Lagoa promove, de 5 a 8 de outubro, das 9h30 às 13h30, a formação intensiva ‘Roda de Oleiro’ na Escola de Artes. A ação, ministrada pelo formador Ricardo Lopes, destina-se a maiores de 16 anos que queiram iniciar a sua aprendizagem nesta arte, proporcionando uma base sólida de conhecimentos técnicos e práticos. Ao longo da oficina, os participantes terão oportunidade de explorar os princípios fundamentais da conformação do barro na roda, desenvolvendo competências essenciais para a criação de peças únicas e trabalhos de autor. A inscrição tem custos associados e pode ser feita por email (escola.artes@cm-lagoa.pt).

Nero lança ‘Akbar: Lunário Poético duma Alma ainda Árabe’

LITERATURA • A sala polivalente da Biblioteca Municipal de Lagoa é palco, no dia 8 de outubro, às 18h00, da apresentação do livro ‘Akbar: Lunário Poético duma Alma ainda Árabe’, da autoria de Nero, pseudónimo de Roberto Simões. O poeta, escritor e professor, nasceu no sul de Portugal, em 1987, e é licenciado em línguas, literaturas e culturas pela Faculdade de Letras da Universidade de Lisboa. Profissionalizou-se no ensino de português pela Faculdade de Ciências Sociais e Humanas da Universidade Nova de Lisboa, onde recebeu a distinção de ‘Melhor Mestre’.

‘Elsa e o Reino do Gelo’ sobe ao palco do Centro de Congressos de Lagoa

MUSICAL • O Centro de Congressos de Lagoa, no Parchal, recebe no próximo dia 11 de outubro, às 15h00, o espetáculo musical ‘Elsa e o Reino do Gelo’, um espetáculo destinado às famílias. Será uma aventura recheada de magia, música e sonhos, apresentando aos mais novos uma história que mostra que o amor e a amizade podem transformar a vida de uma criança. Os bilhetes custam 15 euros e estão à venda na Ticketline (ticketline.pt).

Polly Gibbons atua com Orquestra de Jazz do Algarve

CONCERTO • A Orquestra de Jazz do Algarve atua no dia 17 de outubro, às 19h00, no Centro de Congressos de Lagoa, tendo como convidada Polly Gibbons. Com uma carreira sólida de mais de duas décadas, a artista arrecadou duas nomeações para a categoria de ‘Best Jazz Vocalist’, pela BBC e pela Jazz FM, sendo apontada com frequência pela revista ‘DownBeat’ como a versão feminina do icónico Gregory Porter. Em Lagoa, atua acompanhada pela Orquestra, num concerto integrado no Algarve All Jazz’26. Os bilhetes custam 15 euros para a primeira plateia e 12 euros para a segunda, podendo ser adquiridos na bilheteira online (bol.pt), nos CTT, Fnac, Worten, Auditório Carlos do Carmo, Centro Cultural Convento de São José e Balcão Único da Câmara Municipal de Lagoa.

Novo edifício terá perto de 6900 metros quadrados

Acordo viabiliza construção do novo Campus Universitário

Está ainda previsto no espaço uma piscina olímpica, creche e centro social com lar, além de um parque urbano na envolvente.

Ana Sofia Varela

É uma ambição que tem vindo a ultrapassar diversas etapas e que se reveste de especial importância para reduzir assimetrias no Algarve, no que diz respeito ao acesso ao ensino superior.

O projeto do Campus Universitário do Barlavento, a construir no Barranco do Rodrigo, em Portimão, avançou mais uma fase para a sua concretização, no dia 22 de setembro, após a assinatura do acordo entre Universidade do Algarve e município, sob o olhar atento de Fernando Alexandre, ministro da Educação, Ciência e Inovação, e de José Apolinário, presidente da Comissão de Coordenação e Desenvolvimento Regional do Algarve.

CM PORTIMÃO



Ministro da Educação assistiu à assinatura do acordo

Durante a cerimónia, que contou também com a participação de Alexandra Teodósio, reitora da Universidade, que traçou o perfil do acesso ao ensino superior na região e explicou a importância desta aposta, foi apresentada a base do projeto que, numa primeira fase, contempla a construção de um edifício com quase 6900 metros quadrados. Terá auditório, salas, laboratórios, biblioteca e refeitório, distribuídos por mais do que um piso.

Será neste edifício que decorrerão as atividades letivas, e estas deverão incidir, sobretudo, nos cursos técnicos superiores profissionais, nas licenciaturas e mestrados profissionais e na investigação aplicada, em áreas que representam necessidades na zona do Barlavento.

Num caminho que tem vindo a ser trilhado há algum tempo, está definido que a Universidade construirá o edifício, recorrendo a financiamento europeu, ficando também sob a sua responsabilidade a definição da oferta formativa. Para a concretização da obra, o município cede o terreno, assegura o projeto de execução e as infraestruturas, um contributo que está estimado em cerca de 15,7 milhões de euros.

"É um grande esforço. Acreditamos neste projeto. Esta não é uma obra da Câmara Municipal, mas vamos fazer tudo o que estiver ao nosso alcance para que aconteça", assegurou Álvaro Bila, presidente da Câmara Municipal de Portimão.

Também não é só "um projeto para Portimão ou só da Universidade. É um projeto para todo o Barlavento e para o Algarve. Somos uma cidade de turismo, mas pode e deve ser também uma cidade de inovação, talento e futuro. Precisamos de uma economia que funcione 12 meses por ano e de emprego qualificado. Este campus é a pedra de toque desse caminho", defendeu ainda o autarca durante a cerimónia.

Ainda que o projeto contemple três imóveis, onde constam também uma zona de residências para alunos e um outro edifício para investigação, as entidades competentes querem que, até 2029, este primeiro edifício destinado às aulas esteja pronto a abrir portas.

Uma nova centralidade no Barranco do Rodrigo

Nesta zona da freguesia nascerá também uma piscina olímpica, um centro social com lar e creche e um grande parque urbano, ao abrigo do Plano de Pormenor que o município está a preparar e que inclui toda esta zona para onde a cidade ainda se pode desenvolver.

Além desta importante estrutura universitária, que permitirá a vários alunos a oportunidade de prosseguir estudos, quando até aqui têm de se deslocar para Faro, esta área será também uma mais valia para dotar a cidade com outros equipamentos que respondam às necessidades da população.

D.R.



Ria é cenário da prova de vinhos

Alvor Wine Tasting realiza-se na antiga lota da vila

A antiga lota da vila piscatória volta a ser palco da degustação dos melhores vinhos produzidos no concelho de Portimão, entre 2 e 4 de outubro, das 18h00 às 23h00, com a quarta edição do Alvor Wine Tasting. De acesso livre, os visitantes terão oportunidade de degustar vários vinhos, num ambiente descontraído, com animação musical, tendo como cenário a ria de Alvor. Haverá ainda diversas propostas gastronómicas, da autoria do restaurante Zé Morgadinho, parceiro do evento. Villa Alvor, Quinta da Penina e Arvad/UCA são, uma vez mais, os anfitriões do Alvor Wine Tasting, organizado pelo município, com o apoio da Junta de Freguesia e da Associação Turismo de Portimão.

Marca aposta na expansão para o sul

Mercadona abre no Nova Vila Retail Park a 15 de outubro

A insígnia espanhola Mercadona abre a sua nova loja no dia 15 de outubro, num espaço integrado no Nova Vila Retail Park, em Portimão. Esta inauguração representa, para a empresa, um marco importante, porque assinala a sua chegada ao Algarve, numa aposta que reforça "o compromisso da Mercadona com o mercado português", refere a insígnia. O novo espaço permitirá à marca ficar mais perto dos seus clientes, "disponibilizando um serviço de qualidade assente na proximidade, conveniência e satisfação das necessidades dos consumidores. É ainda mais um passo na "continuidade do seu plano de expansão a nível nacional e na aposta em levar o seu modelo de loja eficiente, com um sortido de qualidade e um serviço de excelência" a mais clientes de várias zonas do país, conclui.

PUB



SOCIEDADE

Novidades foram reveladas no sunset de boas-vindas ao ano letivo

OPJ Portimão 2026-2027 reforça verba para projetos

Jovens passam a dispor também de um prazo mais alargado para preparar propostas.

CM PORTIMÃO



Jovens dos 12 aos 30 anos podem apresentar projetos entre 2 de novembro e 29 de janeiro

A Câmara Municipal reforçou a verba disponível para os projetos do Orçamento Participativo Jovem (OPJ) Portimão 2026-2027 e alargou os prazos para a submissão de propostas. Estas novidades, que marcam a terceira edição deste programa, foram apresentadas durante o sunset de boas-vindas ao ano letivo, que decorreu no dia 23 de setembro no Lugar do Rio – Espaço Jovem Portimão.

A intenção da autarquia é tornar este instrumento de participação mais atrativo, abrangente e flexível, por isso será disponibilizado um total de 120 mil euros para concretizar os quatro projetos mais votados, um acréscimo de 20 mil euros na dotação global face às edições anteriores. Isto significa que cada um dos quatro vencedores terá 30 mil euros para concretizar os seus projetos.

"Se a verba se apresenta como um forte impulso para atrair mais ideias, outra das alterações pretende que os jovens tenham mais tempo para elaborar e preparar as suas candidaturas, tendo o calendário sido ajustado de forma a alargar prazos", afirma ainda a autarquia.

Mais tempo para preparar propostas

Assim, o calendário do OPJ Portimão 2026-2027 arrancou com a divulgação desta edição no sunset, que se prolongará até 30 de outubro com outras ações de difusão junto das camadas mais jovens.

A segunda fase decorrerá de 2 de novembro a 29 de janeiro de 2027 e, nessa etapa, terão lugar sessões de capacitação e de apoio aos jovens para a elaboração das propostas, que a autarquia divulgará em breve, que podem, depois, ser submetidas online (opjportimao.pt).

"Este ajustamento de calendário permitirá apoiar e acompanhar de forma mais uniforme os jovens nesta importante etapa, para que as suas propostas cumpram todas as normas de participação, evitando exclusões relacionadas com a elegibilidade na fase seguinte", justifica a autarquia.

A fase seguinte, entre 1 de fevereiro e 16 de abril de 2027, destina-se à análise técnica das propostas, por uma comissão composta por representantes de vários serviços municipais, seguindo-se o anúncio dos selecionados entre 19 de fevereiro e 30 de abril de 2027. A votação pública pelos jovens decorrerá depois, de 17 de maio a 11 de junho, estando prevista a divulgação dos resultados entre 21 e 30 de junho.

Podem participar jovens dos 12 aos 30 anos

Segundo a Câmara Municipal, o OPJ assenta num modelo de participação de carácter deliberativo e foi pensado como contributo para a implementação do Plano Municipal da Juventude de Portimão, integrado na Estratégia Local para a Juventude 2020-2030.

Abrange dez áreas prioritárias que se inserem nessa estratégia. São os casos da cultura, lazer e desporto, do acesso à habitação, da saúde e comportamentos de risco, da educação, formação e abandono escolar, do emprego, empreendedorismo, inovação e turismo, do associativismo, voluntariado e participação cívica, da interculturalidade e solidariedade intergeracional, da coesão social, da mobilidade, e do ambiente e desenvolvimento rural.

Com ideias ou propostas nestas áreas, podem participar jovens, dos 12 aos 30 anos, quer a nível individual, quer coletivo, que estudem, trabalhem, residam ou sejam naturais do concelho.

O OPJ volta a englobar as três freguesias do concelho e será implementado em parceria com a plataforma digital MyPolis, que tem vindo a colaborar com a autarquia no desenvolvimento de projetos que pretendam incentivar a participação democrática dos jovens nas políticas locais dirigidas à juventude.

Os interessados em participar vão poder consultar as normas de participação online (opjportimao.pt) ou, em alternativa, obter esclarecimentos adicionais junto da Divisão de Desporto e Juventude, através de email (juventude@cm-portimao.pt), telefone (282 248 566/519 ou 282 470 797/893).

Balanço das últimas edições

A apresentação do OPJ Portimão 2026-2027 foi ainda uma oportunidade para fazer um ponto de situação em relação às duas edições anteriores.

Assim, no que diz respeito à primeira edição, segundo a autarquia, "já se realizaram a Suprime Feira Culinária & Cultural, entre 2 e 4 de outubro de 2025, junto à Escola Secundária Manuel Teixeira Gomes e ao Jardim Ribeiro Teles, bem como o projeto Famílias em Movimento, que promoveu sete sessões em diferentes locais do concelho entre novembro de 2025 e junho de 2026".

Os outros dois projetos mais votados estão em fase de implementação. "Para a criação do Portimão Parkour Park, que ficará junto ao Lugar do Rio, estão a decorrer os trabalhos de preparação do local e a colocação do piso, enquanto para a concretização do projeto dos Bebedouros Públicos, estão a ser instalados os equipamentos nos pontos escolhidos pelos proponentes nas três freguesias do concelho", assegura a Câmara Municipal.

No caso da segunda edição, "o evento Minimundo – Educação em Ação já tem data marcada e será nos dias 29 e 30 de janeiro de 2027, no Portimão Arena", enquanto "a criação de um Espaço de e-Sports entrou na fase de aquisição dos equipamentos informáticos e mobiliário de 'gaming' para que seja instalado num local já definido no Lugar do Rio", garantiu ainda.

Com percurso definido, encontra-se em fase de desenvolvimento e preparação para futura empreitada, o projeto Ciclovias Escolares, que terá como objetivo criar rotas para que as crianças e jovens se dirijam para os estabelecimentos onde estudam de forma mais segura, utilizando meios de mobilidade suave.

Por fim, o projeto Criatividade Jovem, que se iniciou no dia 7 de setembro e se prolonga até dia 17 de abril, no Lugar do Rio, promove um conjunto de workshops mensais. O próximo será um atelier de costura e terá lugar no dia 10 de outubro.

Evento está marcado para este fim de semana

Arena recebe 'afpop expo – Bringing People Together'

A 'afpop expo – Bringing People Together', considerada a maior feira de serviços para estrangeiros residentes em Portugal, regressa ao Portimão Arena, este fim de semana, 3 e 4 de outubro.

Há 25 anos que a Associação de Proprietários Estrangeiros em Portugal (afpop) organiza esta feira anual, que, em 2026, muda de nome. No recinto, os visitantes vão poder encontrar espaços dos mais diversificados serviços, empresas e entidades.

Todos os negócios, descontos, promoções e informações que milhares de visitantes têm vindo a desfrutar ao longo das últimas décadas continuam presentes, sendo que, este ano, haverá também novas iniciativas. Nesta edição, participam também representantes de várias Embaixadas e Consulados em Portugal, incluindo os do Reino Unido, Irlanda, Alemanha e Estados Unidos da América.

Com entrada livre, a 'afpop expo' abre às 10h00, encerrando no sábado às 18h00 e no domingo às 16h00.



Famílias+ DIA 1



15%

EM TODA A LOJA

numa compra mínima de 50€



* A acumular no seu Cartão Poupança. Ação válida para clientes inscritos no Programa Famílias+. Consulte regulamento na loja ou no site.

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

5àsec
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





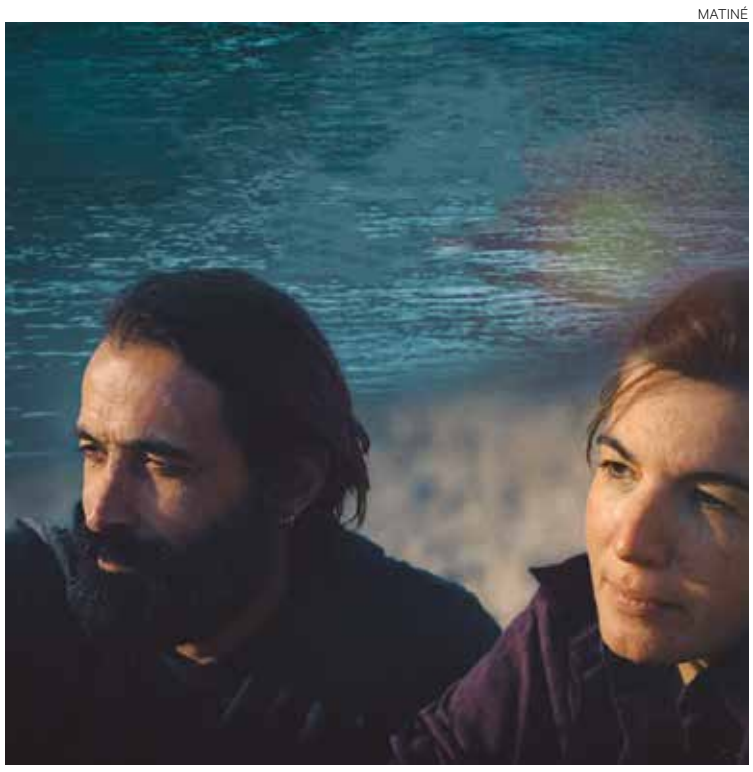
SOCIEDADE

Evento decorre em três dias

Festival de Cinema exibe filmes no Teatro Municipal

Segunda edição será entre 9 e 11 de outubro e tem entrada gratuita, mediante levantamento prévio de bilhete.

MATINÉ



Ser, resistir e pertencer são os temas centrais do programa

A segunda edição do Festival de Cinema de Portimão apresenta três dias de filmes no Teatro Municipal (TEMPO), num percurso por diferentes formas de ser, resistir e pertencer. Entre 9 e 11 de outubro, há várias exibições neste equipamento cultural da cidade, sempre a partir das 19h30, com entrada gratuita mediante levantamento prévio de bilhete.

O programa, sob o mote 'o que acontece quando deixamos de caber no lugar que nos foi destinado?', abre no dia 9, com a temática 'Ser'. Às 20h00, será exibida curta 'Faisão', de Beatriz Silvestre, uma metáfora que relaciona a figura feminina com a vida predestinada a esta ave cobiçada por caçadores pela sua aparência exótica.

Segue-se 'Os Amigos', de GRUPO, que conta a história de dois amigos unidos numa cumplicidade sem tempo definido. Ainda no primeiro dia, há 'Ponto Final', de Miguel López Beraza, no qual o realizador regressa a casa dos pais e convida-os a jogar um jogo onde eles se tornam estrelas de cinema.

Por fim, é apresentado o terceiro episódio de 'Lugar 54', da autoria de Bernardo Lopes e Francisco Mira Godinho, que integra uma série de ficção antológica que decorre num parque de estacionamento.

No final, está previsto um momento de conversa com Beatriz Silvestre, Nicole Ribeiro e atores do GRUPO. Serão ainda exibidos 'Marina', de: Paoli de Luca, 'Trick (EN) ou Migué (PT-BR)', de: Rodrigo Ribeyro, e 'Revolver', de: Paoli de Luca.

O dia 10 é reservado a 'Resistir', com as apresentações 'Alisveris', de Vasile Todinca, 'Numb', de Nuno Borges e Márcia Estima, a que se segue um momento de conversa com a produtora NuMar e psicóloga Susana Godinho. No final, é colocado em cena 'Last Seven Days', de Rickey Jewkes.

Sob o tema 'Pertencer', no dia 11 de outubro, há um workshop com Luís Campos, às 14h30, intitulado 'A Narrativa Visual'. A partir das 20h00, é exibido 'À Medida Que Fomos Recuperando a Mãe', de Gonçalo Waddington, o primeiro episódio de 'Lugar 54', de: Bernardo Lopes e Francisco Mira Godinho, e uma performance de poesia com Ana Simon inspirada no mote do Festival. A programação encerra com 'Terra Vil' de Luís Campos.

Campanha 'Ser ativo 2026'

Portimão e IJKA Portugal celebram inclusão no desporto

A campanha 'Ser ativo 2026' reforça o papel do bem-estar, da inclusão e da pertença, lembrando que a atividade física deve ser acessível, inclusiva e agradável para todos, celebrada ao ritmo e às possibilidades de cada um.

Assim, enquanto o IPDJ promoveu atividades gratuitas para as famílias por todo o país, a comunidade portimonense também deu o exemplo em campo, com Portimão e a IJKA Portugal a participarem com os seus atletas na 12ª edição da Semana Europeia do Desporto, cujo tema central foi a Inclusão.

A IJKA Portugal fez-se representar em todas as suas valências, nomeadamente o Portimão Karate 100 Idade e o Parakarate (apoio a pessoas com necessidades especiais e cadeirantes), num sucesso que se deve ao empenho dos atletas e à liderança do Diretor Técnico Rui Caipira, acompanhado pelos instrutores. - **HN**

TEIA D'IMPULSOS



Ação de limpeza decorreu na Mata de João d'Arens

Bombeiros juntaram-se a 'Arade Azul'

37 participantes associaram-se à Teia D'Impulsos e aos Bombeiros de Portimão para a ação de limpeza 'Arade Azul' na Mata de João d'Arens, no dia 19 de setembro, numa ação integrada nas celebrações dos 100 anos dos 'soldados da paz' locais. A iniciativa conjunta assinalou também o Dia Internacional da Limpeza Costeira, promovido pela Fundação Oceano Azul, e resultou na recolha de cerca de 250 quilos de lixo. "Ao longo da manhã, adultos e crianças, com uma forte participação dos Bombeiros, percorreram a zona para recolher diferentes tipos de resíduos. Entre o que foi encontrado estavam plásticos, papel, vidro, latas e beatas, tendo sido também recolhida uma cadeira de ferro", descreveu a Teia D'Impulsos. Com 21 ações realizadas e mais de oito toneladas de lixo recolhido, o projeto continua a desenvolver iniciativas de limpeza e sensibilização ambiental. A ação contou ainda com o apoio do município, da Fundação Oceano Azul e da EMARP.

Nos dias 3 e 4 de outubro

'InDireita Street Fest' contempla stock out

A grande novidade da próxima edição do 'InDireita Street Fest', que decorre no domingo, 4 de outubro, é um 'stock out' de diversas lojas, associando-se assim o festival urbano ao projeto Comércio do Centro Portimão. Segundo a organização, os estabelecimentos comerciais aderentes apresentarão artigos de fim de coleção a preços especiais, com vista à promoção do comércio local e à dinamização do centro da cidade durante todo o fim de semana, dias 3 e 4. Já no domingo, a festa sai à rua com a Rua Direita a transformar-se num espaço dedicado à música, arte, encontro e participação comunitária. A programação inclui concertos, atuações de rua, workshops e espetáculos de circo, jogos para crianças, atividades comunitárias, arte ao vivo, zona de alimentação e mercado de artesãos. Nesta edição destacam-se também os workshops e espetáculos de circo, pensados para diferentes idades, bem como uma ação coletiva de plantação de espécies vegetais na Rua Direita. A programação musical inclui as atuações de Bruna Marino e Tabea e, no palco principal, os projetos MUD, Naomi Falcon and the Dub Collective, assim como Tiago Saga and The Band Rehearsal, e ainda The Backpockets e MB2, grupo que virá diretamente do Brasil para este festival.

Autoridades detetaram trasfega de combustível

Guarda Nacional Republicana deteve 14 cidadãos

A Guarda Nacional Republicana (GNR) esclareceu, em comunicado, que, na madrugada de dia 24 de setembro, às 3h51, no âmbito da vigilância da orla costeira, foi detetada, por um posto de observação, uma embarcação de alta velocidade (EAV) ao largo da zona de Alvor, tendo sido de imediato desencadeadas diligências policiais para acompanhar a situação. "No decorrer dessas diligências, foi possível confirmar a realização de uma operação de trasfega de combustível destinada à referida embarcação, tendo a GNR montado um dispositivo policial no terreno", referia a GNR em nota. Foram apreendidas duas embarcações e um veículo ligeiro de mercadorias, que no interior tinha 137 jerricãs com combustível, bem como 14 cidadãos estrangeiros que estavam envolvidos nesta operação.

SOCIEDADE

É a segunda edição do evento promovido pela Barlavento Ensemble

Festival de Música Manuel Teixeira Gomes prossegue até dezembro

D.R.



Festival homenageia Manuel Teixeira Gomes

No total, o novo ciclo de recitais contempla nove atuações.

A segunda edição do Festival de Música Manuel Teixeira Gomes, promovido pela Associação Barlavento Ensemble, iniciou-se a 3 de outubro, mas até 11 de dezembro, contempla ainda muitos recitais de música de câmara em vários equipamentos do concelho.

Com entrada livre são várias as atuações integradas na programação desta iniciativa organizada pela associação, presidida pelo maestro Cristóvão Silva.

Para o responsável este festival é "o reconhecimento e gratidão por esta figura maior e ímpar da política e cultura portuguesa, o conterrâneo mais ilustre que a cidade de Portimão viu nascer".

Segundo a programação divulgada, o próximo espetáculo será no dia 16 de outubro, às 15h00, na Galeria de Artes do Centro de Dia e Lar Diogo Gonçalves, em Portimão, e será protagonizado por Isabel Carvalhaes, ao violino, e Mariana Martins, na guitarra portuguesa. No mesmo dia, às 18h00, há o recital pelo Quarteto de Clarinetes D'improviso, no lar 'O Bom Samaritano'.

A 17 de outubro, às 18h30, o Festival de Música prossegue para a Igreja Matriz de Alvor, com um recital de guitarra clássica protagonizado por Josué Nunes, e ainda em outubro, no dia 31, às 18h30, a Casa Manuel Teixeira Gomes recebe Bruno Sousa, ao clarinete, e Elisabel Acetosi, ao piano.

Em novembro, o Festival integra diversas atuações, a começar pelo dia 7 de novembro, às 18h30, na Casa Manuel Teixeira Gomes ou auditório do Museu de Portimão, com Dinis Inácio, ao violino, Maria Varrecoso, ao violoncelo, e Rita Coelho, ao piano. No dia 20, às 15h00, regressa ao Festival de Música o Quarteto de Clarinetes D'improviso para atuar no Lar da Raminha, encerrando o mês com um recital de piano, no dia 28, às 18h30, na Casa Manuel teixeira Gomes ou no auditório do Museu de Portimão, com David Nunes.

A última atuação foi guardada para o Quarteto do Barlavento e terá lugar no Feriado Municipal de Portimão, 11 de dezembro, às 18h30, na Igreja Matriz da Mexilhoeira Grande, com as participações de Bernard Schlünder e Petra Axt-Adam, no violino, Christel Schlünder, na violeta, e Daniela Zlatkin, no violoncelo.

PUB



CENTRAIS

Patrícia Seromenho é a chefe de um grupo que cada vez mais ganha lugar de relevo em Portimão

Objetivo da Companhia de Guias é formar raparigas para a vida

O movimento nasceu em resposta à criação da associação de escuteiros, com a particularidade de ser destinado, exclusivamente, a meninas, numa ação assente no voluntariado e que promove o Guidismo.

Hélio Nascimento

PORTIMÃO JORNAL



Patrícia Seromenho nas instalações da sede, onde as diferentes salas 'transpiram' harmonia e são um local de convívio e estímulo

A 1ª Companhia de Guias de Portimão iniciou a sua atividade em 1972, e, desde então, tem sido local de formação para muitas jovens portimonenses. Em 2004 encerrou temporariamente e reabriu em 2013/2014. Faz parte da Associação de Guias de Portugal (AGP), um movimento para raparigas que promove o desenvolvimento pessoal, o convívio comunitário e atividades tradicionais, partilhando com o escutismo os mesmos ideais de educação não formal. Para dar a conhecer os curiosos contornos deste grupo, Portimão Jornal falou com Patrícia Seromenho, a chefe de companhia, de 48 anos, com formação em Desporto e rececionista de profissão.

Como é que surge na 1ª Companhia de Guias?

Entrei nas Guias com 11 anos. Na altura, era uma criança e não fazia ideia de que aquela experiência iria marcar tanto a minha vida. Comecei a descobrir o que era ser guia, a viver em patrulha, a assumir responsabilidades e, sobretudo, a aprender através das experiências e dos desafios que eram propostos. Aos 16/17 anos saí, por motivos relacionados com o desporto. Naquele momento, achei que seria definitivo, mas, no entanto, apesar de ter seguido outro caminho durante alguns anos, aquilo que tinha vivido nas Guias ficou sempre comigo. Anos mais tarde, senti vontade de voltar. Voltei com outra idade, outra maturidade e uma perspetiva diferente, mas com a mesma vontade de pertencer e de continuar a aprender. Foi aí que percebi que, de alguma forma, as Guias nunca tinham realmente saído de mim.

> O Guidismo, movimento de educação não formal, tem como missão proporcionar às jovens mulheres a oportunidade de se tornarem cidadãs universais responsáveis

Como chega a chefe da companhia?

Chegar a chefe de companhia foi um percurso feito passo a passo, em que fui assumindo responsabilidades, aprendendo com outras dirigentes, enfrentando desafios e descobrindo, em cada etapa, aquilo que podia fazer melhor. Uma das coisas que mais valorizo no Guidismo é precisamente o facto de trabalhar a progressão individual. Cada guia tem o seu próprio ritmo, as suas capacidades, desafios e objetivos. Não se trata apenas de chegar a determinado lugar, mas de crescer enquanto pessoa ao longo de todo o percurso, ganhando confiança e aprendendo a liderar, mas também a ouvir, a delegar, a trabalhar em patrulha e a estar disponível para todos.

Ou seja, muita responsabilidade...

Ser chefe de companhia é, para mim, muito mais do que ocupar uma função. É assumir uma responsabilidade perante as guias, perante a patrulha de dirigentes e perante a própria Associação. É estar presente, acompanhar, orientar e criar condições para que cada guia possa fazer o seu próprio caminho. Quando olho para trás, vejo que o caminho que fiz acabou por me preparar para chegar onde estou hoje. Talvez essa seja uma das maiores riquezas do Guidismo: não existe um único caminho certo. Existe o caminho de cada pessoa, feito de aprendizagens, escolhas, desafios, conquistas e crescimento.

Quantas meninas tem a companhia?

A Companhia tem um efetivo de cerca de 40 elementos, distribuídos pelos vários ramos: Avezinhas dos 6 aos 10 anos; Aventuras dos 10 aos 14 anos; Caravelas dos 14 aos 17 anos; Moinhos dos 17 aos 19 anos; e Dirigentes a partir dos 19 anos.

Só raparigas, porquê?

O Movimento Guidista nasceu na Inglaterra no ano de 1910, dois anos após Robert Baden-Powell (BP) ter formado a Associação de Escuteiros, para rapazes. A sua origem deveu-se à iniciativa de um grupo de raparigas que, em 1909, mostrando vontade em participar nas atividades escutistas, se fardou como os rapazes e apareceu de surpresa no Rally do Palácio de Cristal de Londres, organizado pelos escuteiros, proclamando-se raparigas escuteiras. Baden-Powell, admirado com a sua presença, mas animado com a ideia, decidiu criar, com a ajuda da irmã Agnes, um movimento destinado a raparigas, ao qual deu o nome de Guias, inspirado no famoso corpo de soldados das montanhas da Índia, conhecido por essa designação e reconhecido pela sua coragem, determinação e capacidade de superar obstáculos. Mais tarde, foi sua mulher, Olave Baden-Powell, que desenvolveu o espírito do movimento e o promoveu por todo o mundo. Ser só para raparigas continua a fazer sentido, pois na AGP encontramos um 'porto seguro' onde cada rapariga faz a progressão ao seu ritmo...

A Companhia promove o Guidismo. De que se trata?

A abordagem pedagógica do Guidismo combina a utilização de diversas ferramentas educativas, no sentido de alcançar o grande objetivo formativo, que é o de contribuir para o desenvolvimento do pleno potencial e harmonia da identidade pessoal de cada rapariga. O método Guidista tem oito ferramentas, a saber: compromisso, sistema de patrulhas, aprender fazendo, autodesenvolvimento progressivo, simbolismo, cooperação ativa entre jovens e adultos, atividades ao ar livre e vida comunitária. O Guidismo procura contribuir para

a formação de carácter, através de uma pedagogia ativa, desenvolvendo capacidades e atitudes e promovendo uma vivência de valores fundamentais.

Que tipo de atividade desenvolve a Companhia de Portimão?
A Companhia de Portimão desenvolve atividades muito diversificadas, procurando proporcionar experiências que contribuam para o crescimento pessoal e para o desenvolvimento de diferentes capacidades. Realizamos muitas atividades ao ar livre, aproveitando o contacto com a natureza e o trabalho em patrulha. Organizamos também jogos de pista pela cidade ou no campo, que permitem desenvolver a capacidade de orientação, a liderança, a autonomia e a tomada de decisões. Estas atividades contribuem ainda para o desenvolvimento das capacidades físicas e motoras, uma vez que envolvem movimento, coordenação, resistência e superação de desafios. Ao mesmo tempo, permitem que as Avezinhas e Guias (neste contexto, o termo 'guias' engloba os outros ramos, Aventuras, Caravelas e Moinhos) aprendam de forma prática, divertida e adequada ao seu ritmo de progressão individual.

Quais os pontos mais altos dessas atividades?
Os pontos altos são, sem dúvida, os acampamentos e os acantonamentos, porque são momentos de grande aprendizagem, convívio e união. Permitem sair da rotina, viver em patrulha durante vários dias e colocar em prática muitos dos conhecimentos adquiridos ao longo do ano. Também são muito importantes os jogos realizados na cidade, as visitas a parques e a quintas pedagógicas. Cada uma destas experiências proporciona aprendizagens diferentes, desde o contacto com a natureza e com os animais até à superação de desafios, ao desenvolvimento da confiança e à descoberta de novas capacidades.

Os eventos são a nível regional, nacional...
Os eventos são realizados localmente em Companhia, com mais Companhias a nível regional e também a nível nacional. Tivemos o IX Acampamento Nacional em Alcácer do Sal em 2024 e este ano, em agosto, o IV Acampamento Regional em Tavira.

Como 'respondem' as raparigas?
Respondem de forma muito positiva às atividades, sobretudo quando sentem que têm um papel ativo na sua preparação e realização. De acordo com a idade e nível de desenvolvimento, são incentivadas a propor atividades, a partilhar ideias e a participar nas decisões da Companhia. Ao longo do tempo, vão adquirindo ferramentas que lhes permitem ser cada vez mais autónomas e responsáveis. Com o acompanhamento e a orientação das Dirigentes, aprendem a transformar uma ideia num projeto concreto, a planear, a distribuir tarefas, a resolver dificuldades e a avaliar o resultado.

> "De acordo com a idade e nível de desenvolvimento, são incentivadas a propor atividades, partilhar ideias e participar nas decisões da Companhia"

Como classifica o envolvimento delas?
O envolvimento acontece em todas as fases do processo, desde o surgimento da ideia até à realização da atividade. As Dirigentes estão presentes para apoiar, orientar e garantir a segurança, mas procuram não fazer pelas Guias aquilo que elas próprias já são capazes de fazer. Este método permite que cada uma desenvolva competências de acordo com a sua idade e com o seu ritmo de progressão individual. Ao participarem ativamente, tornam-se mais confiantes, autónomas e capazes de assumir responsabilidades.

A curto prazo, o que têm previsto?
Até ao final do ano vamos continuar a desenvolver atividades diversificadas, de acordo com o planeamento da Companhia e com os objetivos definidos para cada ramo. Em 2027, está previsto um Acampamento Nacional do Ramo Avezinha, para crianças dos 6 aos 10 anos. O restante programa será definido no início do ano, tendo em conta as ideias, os interesses e os sonhos.

Onde têm a sede?
A sede está localizada na Rua Eng. Duarte Pacheco, nº 43, em Portimão. É um espaço importante para a realização das nossas reuniões, atividades e momentos de convívio. É também um ponto de encontro para as Guias e para as Dirigentes, onde planeamos e preparamos as atividades da Companhia.

Como são as relações com as forças vivas da cidade?
São muito boas. Tanto a Câmara Municipal como a Junta de Freguesia estão sempre disponíveis para nos apoiar quando necessitamos. Existe uma relação de proximidade e colaboração que consideramos muito importante para o desenvolvimento das nossas atividades e para a presença da Companhia na comunidade. Esse apoio permite-nos concretizar alguns projetos e reforça a ligação com a cidade.

Como é que a comunidade vê o vosso movimento?
Sentimos que a comunidade portimonense reconhece cada vez mais o trabalho desenvolvido pelo nosso movimento. As pessoas já começam a distinguir os vários movimentos existentes em Portimão e a compreender as suas características e objetivos. Temos também sentido um reconhecimento crescente pelo trabalho realizado pelas Avezinhas e pelas Guias, tanto nas atividades que desenvolvemos como na forma como participamos na vida da comunidade. Através das nossas iniciativas, procuramos dar a conhecer os valores do Guidismo, nomeadamente a responsabilidade, a autonomia, a entreajuda, o respeito pela natureza e o compromisso com os outros.

E as relações com os agrupamentos de escuteiros?
As relações com os agrupamentos do concelho são também boas. Apesar de pertencermos a movimentos diferentes, partilhamos os mesmos fundamentos e valores, uma vez que ambos foram fundados por Baden-Powell. Ao longo do tempo, temos realizado atividades conjuntas e participado em iniciativas para as quais somos convidadas pelos agrupamentos de escuteiros. Estes momentos são importantes porque permitem criar laços, partilhar experiências e aprender uns com os outros. Existe uma relação de proximidade, respeito e colaboração entre os movimentos, e, embora cada um tenha a sua identidade e a sua forma própria de trabalhar, temos objetivos comuns.

A maior associação de jovens raparigas do mundo

A Companhia de Portimão, como já se viu na peça principal, faz parte da Associação Guias de Portugal (AGP), uma associação de utilidade pública, sem fins lucrativos. A sua ação é assente no voluntariado e promove o Guidismo, movimento de educação não formal, baseado no método criado por Robert Baden-Powell e que tem como missão proporcionar às raparigas e jovens mulheres a oportunidade de desenvolverem o seu potencial como cidadãs universais responsáveis. Em Portugal, a AGP é a maior associação juvenil feminina e tem como principais objetivos proporcionar às raparigas atividades que lhes permitem desenvolver capacidades e competências para que se tornem cidadãs responsáveis, atentas e ativas. O Guidismo teve início em 1910, em Inglaterra, e hoje existem mais de 10 milhões de Guias espalhadas por 150 países, naquela que é a maior associação de jovens raparigas do mundo. Em 2024, no X Acampamento Nacional, o então Presidente da República, Marcelo Rebelo de Sousa condecorou a AGP como Membro-Honorário da Ordem da Instrução Pública. Este ano, comemoram-se os 95 anos da AGP em Portugal.

FOTOS: D.R.



As mais pequenas em tempo de atividades, lançando mãos à obra



Um grupo de Guias com as suas dirigentes... e com vista para a cidade

Em termos pessoais, qual o seu maior desejo?
O meu maior desejo é ver a Companhia de Portimão crescer, não apenas em número, mas sobretudo em união, dinamismo e espírito de equipa. Gostaria de continuar a criar condições para que mais crianças e jovens possam conhecer as Guias, viver esta experiência e crescer através dela, desenvolvendo competências, valores e amizades que possam levar consigo para a vida. Ao mesmo tempo, desejo que a Companhia continue a crescer de forma saudável e sustentada, mantendo a sua identidade e os valores que nos orientam. Para mim, ver a Companhia crescer significa também ver cada Guia crescer individualmente, alcançar os seus objetivos e descobrir o seu próprio potencial.

DESPORTO

Autódromo garantiu competição até 2028

Prova de Fórmula 1 realiza-se de 18 a 20 de junho de 2027

D.R.



Fórmula 1 regressa ao Autódromo no próximo ano após seis anos sobre a última passagem

Etapa portuguesa abre temporada de corridas na Europa.

O Autódromo Internacional do Algarve (AIA), na Mexilhoeira Grande, recebe, entre 18 e 20 de junho, o Grande Prémio de Portugal de Fórmula 1, tendo a data sido confirmada através da publicação oficial do calendário da temporada de 2027, pela Federação Internacional do Automobilismo (FIA).

A corrida marca o regresso da principal competição do automobilismo mundial ao país e resulta do acordo celebrado entre a Fórmula 1 e o AIA em dezembro de 2025. Ficou, então, nessa altura, garantida a realização da prova em 2027 e em 2028.

A etapa portuguesa ocupará uma posição estratégica no início da temporada europeia. Para Jaime Costa, CEO do AIA, este é um marco muito aguardado. "Temos finalmente uma data para a qual trabalhámos durante muito tempo. A última temporada ocorrida aqui, em 2021, deixou os pilotos, equipas e público impressionados com a nossa estrutura, mas sobretudo com a emoção que o nosso circuito proporciona", assegurou.

Ao longo dos três dias de competição haverá atividade contínua em pista, complementada por iniciativas paralelas que decorrerão durante a semana anterior ao Grande Prémio. Também já foi anunciada a campanha oficial de venda de bilhetes que decorrerá em quatro fases, tendo a primeira iniciando-se a 21 de setembro. As entradas podem ser adquiridas online (portugalf1gp.com).

European Le Mans Series será este mês

Já na próxima semana, entre 9 e 11 de outubro, o Autódromo Internacional do Algarve recebe também a ronda final do European Le Mans Series. O momento alto do programa, a corrida de quatro horas, na qual equipas e pilotos disputarão as últimas decisões da temporada, está agendado para sábado, 10 de outubro, enquanto a sessão de qualificação acontece na sexta-feira, proporcionando aos fãs dois dias repletos de ação, dentro e fora da pista.

O fim de semana inclui também provas da Michelin Le Mans Cup e da Ligier European Series, completando um programa dedicado às corridas de resistência.

Os bilhetes estão disponíveis a partir dos oito euros e podem ser comprados online (webook.com/pt/page/european-le-mans-series-2026), sendo a entrada gratuita para menores de 16 anos, acompanhados por um adulto.

Fun Cup de 2 a 4 de outubro

Com diversas competições e provas agendadas até ao final da temporada, a partir desta sexta-feira, dia 2, e até domingo, 4 de outubro, há ainda a Fun Cup no AIA. Disputada com viaturas inspiradas no clássico Volkswagen Beetle, a prova proporciona mais um fim de semana competitivo.

Os bilhetes estão à venda a partir desta sexta-feira no Kartódromo Internacional do Algarve, com o acesso ao paddock a custar dez euros.

Participam atletas dos escalões de formação

Encontro Regional de Escolas Tic-Tac junta jovens ciclistas

O Encontro Regional de Escolas de Estrada realiza-se este sábado, 3 de outubro, a partir das 14h30, no Autódromo Internacional do Algarve.

O evento reúne jovens ciclistas dos escalões de formação nas provas em circuito para sub-11 e sub-13, além de gincanas destinadas aos escalões sub-7, sub-9 e sub-11. Haverá ainda provas de sprint para atletas sub-7 e sub-9.

As gincanas marcam o início das atividades às 14h30, seguindo-se o sprint, às 16h15, as provas em circuito de sub-11, às 16h45, e as de sub-13, às 17h00, sendo a entrega dos prémios às 17h30.

D.R.



Até 11 de outubro

Marina é palco do Campeonato do Mundo de Vela Inclusiva

O Campeonato do Mundo de Vela Inclusiva World Sailing 2026, competição internacional dedicada à participação de velejadores com diferentes tipos de deficiência, estará em Portimão entre 1 e 11 de outubro. O evento, que arranca esta quinta-feira, conta com a organização local da Vela Solidária em parceria com a World Sailing e Federação Portuguesa, bem como com o apoio do município. Reunirá na Marina de Portimão 300 atletas em representação de 42 países, distribuídos por diferentes classes e formatos competitivos, afirmando-se como uma das mais relevantes provas internacionais de desporto inclusivo.

PUB



DESPORTO

Três pessoas motivadas desenvolvem modalidade adaptativa

Em Portimão, todos podem praticar surf

Através de muito empenho, o Portimão Surf Clube inclui uma secção especializada a permite que pessoas com limitações físicas sentir a adrenalina de apanhar e 'cavalgar' ondas.

FOTOS: JOSÉ GARRANCHO



Filipe Costa acompanha Pedro Palma nos treinos

José Garrancho

No Portimão Surf Clube, o fisioterapeuta e campeão de bodyboard Filipe Costa presta acompanhamento aos praticantes de parasurfing, quer tenham experiência, quer estejam a experimentar o desporto pela primeira vez. Os atletas recebem apoio de fisioterapia, treino de força e equilíbrio, bem como preparação específica para o surf. O objetivo é melhorar o desempenho, reduzir o risco de lesão e ganhar confiança na água. Cada turma tem, no máximo, cinco alunos, para que todos recebam a atenção de que precisam.

Segundo Filipe Costa, "este projeto aproxima-se dos três anos de existência oficial, embora o trabalho decorra há mais de cinco", quando o profissional conheceu o atleta Pedro Palma. "O conceito é trabalhar na prevenção de lesões e na melhoria do desempenho de quem pratica surf adaptativo, surf ou bodyboard. Em Portugal, o parasurf existe há cerca de dez anos, graças a Elson Pereira e Nuno Vitorino, com o Surf Addict", conta.

Os atletas têm trabalho específico de ginásio às segundas, terças e quintas-feiras, ao fim do dia, para não prejudicar os estudos. A sexta-feira é dedicada à piscina e à adaptação ao meio aquático. Ao sábado, de manhã cedo, estão na Praia da Rocha a divertir-se com as ondas e as pranchas.

Pedro Palma é o atleta de para surf mais destacado do clube. Aos 25 anos, conta já com um percurso internacional que inclui o título de vice-campeão europeu. Começou a surfar há cerca de seis anos e acompanha a secção desde a sua fundação. Em entrevista ao Portimão Jornal, fala um pouco sobre o seu percurso.



Clube portimonense dispõe da modalidade adaptada

Como surgiu a ideia de surfar?
O meu irmão treinava com o Filipe e, uma vez, fui com o meu pai, experimentei e gostei. Depois, disse ao Filipe que queria surfar. Ele impôs-me uma condição para me treinar: que eu andasse. E consegui. Começou como uma brincadeira, mas até tinha jeito e quis começar a entrar em competições. A primeira foi em Pantín, Espanha, onde consegui o segundo lugar. A partir daí, tenho sido chamado à seleção. No ano passado, fui vice-campeão europeu. Este ano, subi três vezes ao pódio: fiquei em terceiro lugar em França, em segundo em Inglaterra e venci em Espanha. Estes resultados são fruto do trabalho conjunto do Filipe, do meu pai e meu. Agora, estou à espera da convocatória para o Mundial. Espero ser selecionado, pelos resultados que tenho obtido.

Porquê o surf e não outra modalidade?
Já estava habituado à água, porque vivi em Setúbal e havia uma piscina na quinta dos meus avós. Como a utilizava muitas vezes, já conhecia bem o meio aquático e foi mais fácil iniciar-me no surf.

Como é ser embaixador do Plano Nacional da Ética no Desporto?
Para mim, ser Embaixador do Plano Nacional da Ética no Desporto (PNED) significa poder usar o desporto e o meu percurso para mostrar que a verdadeira vitória está também no respeito, na inclusão, na superação e na forma como inspiramos quem está à nossa volta. Quero aproveitar essa oportunidade que o Instituto Português do Desporto e Juventude (IPDJ) me concedeu recentemente para divulgar a modalidade e trazer mais pessoas para a praticar.

E acha que vai conseguir?
Vou conseguir, pouco a pouco, porque quero que o desporto cresça.

Quais são os países europeus que levam mais atletas às competições?
A França e a Espanha, onde a modalidade já está muito desenvolvida.

O que é necessário para alguém começar a praticar para surf?
Primeiro, procurar um clube da sua zona e experimentar. Se gostar, pode optar pela competição ou pelo free surf. Depois, se quiser continuar, pode começar a adquirir o seu material. Também é preciso não ter medo da água; às vezes leva uns 'caldos', mas não é nada de especial.

Atleta conta com o apoio do pai

Luís Pedro Palma, pai do atleta, é um apoio constante nesta aventura. No dia desta entrevista ambos tinham começado às 7h30, na Praia da Rocha. Depois, deslocaram-se à Arrifana para apanhar ondas e, à noite, estavam no ginásio para a aula das 19h30. "Temos de acordar cedo e, depois, são muitas horas no carro e na praia. Praia, praia, praia! Mas quem corre por gosto não cansa. E consigo organizar o meu tempo, porque sou trabalhador por conta própria", conta o pai do atleta. Refere ainda as mudanças no comportamento de Pedro Palma desde que começou a praticar a modalidade. Ele "é muito focado e resiliente. Gosta de levar as coisas ao limite. A modalidade deu-lhe objetivos que antes não tinha, o que foi muito positivo. É muito respeitado pela comunidade do surf, ganhou o seu espaço e isso tem sido importante, até para a sua autoestima", descreve.

Levar mais pessoas à praia

O Núcleo apresentou uma candidatura a um projeto promovido pelo Comité Paralímpico, com o objetivo de trazer à praia pessoas do interior do Algarve e do Baixo Alentejo. A candidatura foi aprovada e prevê verbas para dinamizar a modalidade e chegar a quem, até agora, não conseguia deslocar-se à praia. Já foram realizados alguns contactos, mas o passo decisivo, segundo afirma o Núcleo, é a atribuição de uma viatura, das dez disponíveis a nível nacional, uma vez que o transporte é essencial para concretizar o projeto. Entretanto, o Núcleo tem encetado contactos com instituições e está aberto a todos os que desejem entrar no projeto. Neste momento, já recebe jovens utentes do Bom Samaritano e da Associação Portuguesa para as Perturbações de Desenvolvimento e Autismo (APPDA) do Algarve. E algumas instituições do interior já mostraram interesse, se a questão do transporte for resolvida. O Núcleo de Parasurfing pode ser contactado por telefone (913 190 585).

PUB

OUTUBRO'26
A NÃO PERDER

PROGRAMAÇÃO COMPLETA
vivaportimao.pt

VIVA PORTIMÃO



ALVOR WINE TASTING
2 a 4 outubro
Antiga Lota de Alvor



FADO NA LOTA
3 e 10 outubro
Antiga Lota de Portimão

AFPOP EXPO
3 e 4 outubro
Portimão Arena



VERIFICANDO SE VOCÊ É HUMANO
com Ricardo Araújo Pereira
16 outubro
Portimão Arena



EXPOSIÇÃO "O QUE É O FADO..."
Até 16 outubro | Antiga Lota de Portimão

CAMPEONATO DO MUNDO DE VELA INCLUSIVA WORLD SAILLING
1 a 11 outubro | Marina de Portimão

INDIREITA STREET FEST
4 outubro | Rua Direita

CITY STAGE PORTIMÃO RALLY CASINOS DO ALGARVE
3 outubro | Rotunda Salgueiro Maia

FUN CUP
2 a 4 outubro | Autódromo Internacional do Algarve

2.º FESTIVAL DE MÚSICA MANUEL TEIXEIRA GOMES
3 outubro a 11 dezembro
Portimão, Alvor e Mexilhoeira Grande

EUROPEAN LE MANS SERIES
9 e 10 outubro
Autódromo Internacional do Algarve

FESTIVAL DE CINEMA DE PORTIMÃO
9 a 11 outubro | TEMPO

VIII TORNEIO INTERNACIONAL DE ANDEBOL
16 a 18 outubro | Pavilhão Desportivo da Boavista

GT WORLD CHALLENGE
16 a 18 outubro
Autódromo Internacional do Algarve

TORNEIO JOVENS ESPERANÇAS SUB12/16
17 a 18 outubro
Complexo Municipal de Ténis e Padel de Portimão

BOA NOITE, MÃE
Companhia Cepa Torta
17 e 18 outubro | TEMPO

CAMPEONATO DA EUROPA DE VETERANOS JUDO
22 a 25 de outubro | Portimão Arena

MARCHA CORRIDA OUTUBRO ROSA
25 outubro | Zona Ribeirinha de Portimão

SEMINÁRIO INTERNACIONAL COMUNICAÇÃO MUNICIPAL - PRINCIPAIS DESAFIOS EM TEMPOS DE INTELIGÊNCIA ARTIFICIAL
29 e 30 de outubro
TEMPO

ALGARVE CLASSIC FESTIVAL
30 outubro a 1 novembro
Autódromo Internacional do Algarve

ROUXINOL - UM BAILE MANDADO PARA ADIAR O FIM!
AI Juvenil - Companhia de Dança Contemporânea do Algarve
31 outubro | TEMPO

FUN DAY HALLOWEEN
31 outubro e 1 novembro
Portimão Arena

SUBSCREVA A NEWSLETTER DE PORTIMÃO!

SIGA-NOS

Portimão
Câmara Municipal

OPINIÃO



David Sousa
Engenheiro especialista em eficiência hídrica e energética Fundador da Esteva Solutions
StartUp Portimão

O desperdício que ninguém pediu

Ainda é cedo em Alvor quando, no último piso da moradia, o chuveiro volta a correr à espera da água quente. A fria vai pelo ralo. Ninguém pediu aquele consumo. Mas entra na fatura na mesma.

Chama-se desperdício involuntário. Não é conforto. Conforto é o duche à temperatura certa, a sala habitável em agosto, a piscina tratada, o quarto fresco quando o hóspede chega. Desperdício é o consumo à margem do uso: caudal a mais na torneira da cozinha, água quente a circular quando não é necessária, produção fotovoltaica que o edifício exporta ao meio-dia e vai buscar à rede à noite, o escritório que aquece ao sol e depois se combate com o ar condicionado.

No verão, pesa ainda mais. Tanto na moradia onde se vive o ano inteiro, como no alojamento que enche nos meses quentes. O encargo médio familiar com água, saneamento e resíduos subiu de 24 euros em 2017 para cerca de 35 euros em 2026, para um consumo de referência de 10 m³. Por habitante residente, o Algarve tem o maior consumo aparente de água do continente e um consumo de eletricidade também acima da média. Cada metro cúbico e cada quilowatt que não aumentam o conforto ou serviço entram na conta na mesma.

Há uma queixa com fundamento: gasta-se energia e o conforto térmico continua baixo. De dia, a radiação sobreaquece as salas e quartos. O aparelho trabalha em excesso, com sobrecusto e desgaste. A divisão fica quente se o calor não for parado do lado de fora do vidro. Combater o calor depois de ele estar dentro de casa sai sempre mais caro do que o impedir de entrar.

Pedir cuidado não chega. Fechar a torneira, reduzir o tempo de duche, desligar o aparelho: rende um dia. No dia seguinte, a instalação volta a fazer o que foi desenhada para fazer. Não se pede aos clientes, aos funcionários ou à família que façam a gestão do desperdício. O que o reduz são instalações que, devidamente configuradas, não o deixam nascer. Bombas e máquinas a trabalhar de preferência nas horas em que há produção fotovoltaica. Estores no exterior. Ar condicionado ajustado à ocupação real, não ao horário da loja vazia.

O critério é o mesmo em casa e na empresa. Primeiro, mede-se e ajusta-se o que já está em funcionamento: contrato, horas das bombas e das máquinas, caudal, programação do ar condicionado. Esse passo custa pouco e, muitas vezes, chega por si próprio. Só depois, e à medida do que a medição mostrou, se compra equipamento novo. A decisão fica mais simples porque se investe no que falta, não num catálogo.

Numa moradia, até a água quente aparecer no chuveiro do último piso, o volume que corre pelo ralo anda, como ordem de grandeza, pelos 10 a 20 litros. Multiplique pelos banhos do dia. Acresce ainda que uma fração relevante da energia do alojamento vai precisamente para aquecer a água. Os litros que ninguém usou pagam-se em metros cúbicos e em quilowatts.

Na sede do Turismo do Algarve, em Faro, a ADENE identificou em 2026 um potencial da ordem dos 518 mil litros por ano num único edifício de serviços, com medidas de eficiência hídrica que incluem soluções de baixo custo no ponto de utilização. Em auditorias AQUA+ a fogos de habitação, o potencial identificado cai, muitas vezes, na casa dos 30 por cento. Não é poupança prometida. É desperdício que a instalação deixa nascer.

O desperdício que chega à fatura não é falta de cuidado de quem ali vive, trabalha ou se hospeda. É a instalação a gastar o que ninguém usou. O conforto não está em causa. Em causa está um consumo que a fatura não sabe distinguir do serviço.

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



Ricardo Rodrigues Pinto
Ortopedista e cirurgião de coluna, professor universitário, e membro da Direção da SPPCV

1 de outubro – Dia Internacional do Idoso

Com a minha idade, ainda vale a pena?

Chamemos-lhe António. Tem 82 anos. Não existe exatamente — ou, melhor, existe em muitos dos doentes que se sentam à minha frente.

Até há poucos meses, conduzia todos os dias e fazia as compras com a mulher, com quem vive de forma independente. Agora para ao fim de cem metros, inclinado sobre o carrinho do supermercado, à espera de que a dor nas pernas lhe dê tréguas. Começou a perguntar-se não apenas se voltará a andar como antes, mas se os dois conseguirão continuar a viver sozinhos. A ressonância mostra uma estenose lombar. Antes de chegar à minha consulta, já ouviu a frase: "na sua idade, é melhor não mexer".

E então pergunta-me: "Doutor, com a minha idade, ainda vale a pena?" Não sei ainda se António precisa de uma cirurgia. Para decidir isso, preciso de saber muito mais do que mostra a ressonância. Mas há uma coisa que sei antes de o examinar: 82 anos não são um diagnóstico.

A medicina sempre gostou da idade. É objetiva, está disponível e cabe facilmente num algoritmo. Em populações, é útil: à medida que envelhecemos, aumentam a fragilidade, a doença e o risco de complicações. O problema começa quando uma verdade estatística sobre milhares de pessoas se transforma numa conclusão sobre quem temos à nossa frente.

Dois doentes com 82 anos podem ter vivido o mesmo número de anos e estar biologicamente separados por décadas. Um conserva força, equilíbrio, cognição e autonomia. Outro pode ser frágil, sarcopénico e dependente. É por isso que hoje olhamos cada vez mais para aquilo que a idade não mede: reserva fisiológica, mobilidade, massa muscular, saúde óssea, cognição e capacidade de recuperação.

Na cirurgia da coluna, esta diferença importa muito. Aos 80 anos, as ressonâncias estão quase sempre cheias de palavras assustadoras — degeneração, artrose, estenose, deformidade. Mas não operamos palavras. E também não devemos recusar tratamentos por causa de um número.

A idade conta, naturalmente. Um doente de 82 anos não enfrenta uma grande cirurgia como um de 42. Mas considerar a idade é diferente de deixar que ela decida. Há idosos robustos que recuperam bem de tratamentos exigentes; há pessoas vinte anos mais novas cuja fragilidade obriga a muito mais cautela.

Talvez a pergunta mais importante na consulta não seja "quantos anos tem?", mas "o que deixou de conseguir fazer?". Às vezes, não é correr uma maratona. É conduzir. Ir às compras com a mulher. Conseguir permanecer na casa onde sempre viveram sem depender dos filhos. É aí que a doença da coluna deixa de ser uma imagem e passa a ser aquilo que verdadeiramente nos interessa tratar: perda de função, de autonomia e, por vezes, da própria vida que a pessoa reconhece como sua.

Mesmo em idades avançadas, o músculo adapta-se, a força pode melhorar, a mobilidade pode ser recuperada e a saúde óssea pode ser protegida. Envelhecer muda o que é possível; não torna tudo inevitável.

Voltemos ao António. Quando me pergunta "com a minha idade, ainda vale a pena?", percebo o que está realmente a perguntar. Não é se vale a pena tratar uma ressonância. É se ainda vale a pena lutar pela vida que ele e a mulher construíram e que agora receiam perder.

A idade diz-me há quanto tempo António vive. Não me diz como vive, de que é capaz, quanto pode recuperar ou aquilo que ainda espera dos anos que tem pela frente. Talvez a medicina deva responder-lhe com outra pergunta: "O que é que ainda vale a pena para si?" Para mais informações sobre patologia da coluna vertebral, visite https://sppcv.org/.

PUB

Mário Cabrita
Gerente

RESTAURANTE PARAISO
— GIRASSOL —

Peixe Fresco Grelhado
Grelhados no Carvão
Pratos do Dia

Rua da Misericórdia nº3, 8400 Estômbar
968 034 516

PUB



DIVERSOS

AGENDA

⇨ 3 E 4 DE OUTUBRO
INDIREITA
Entrada Livre
LOCAL: Rua Direita

⇨ 3 E 4 DE OUTUBRO
AFPOP EXPO
Entrada Livre
LOCAL: Portimão Arena

⇨ 3 E 17 DE OUTUBRO
MERCADINHO DA FIGUEIRA
Acesso Livre
LOCAL: Junto ao Polidesportivo da Figueira

⇨ 3 E 10 DE OUTUBRO
FADO NA LOTA
FADISTAS CONVIDADOS:
Dia 3: Adriana Marques e Helder Coelho; MÚSICOS: Vitor do Carmo na guitarra portuguesa; José Santana na viola de fado e Nuno Martins na viola de baixo
Dia 10: Luana Velasques e Cecílio Santoso; MÚSICOS: Vitor do Carmo na guitarra portuguesa; Nuno Martins na viola de fado e José Santana na viola de baixo
Entrada Livre
LOCAL: Antiga lota de Portimão

⇨ 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: Bibilioteca Manuel Teixeira Gomes

⇨ 4 E 18 DE OUTUBRO
FEIRA DAS VELHARIAS
LOCAL: Parque de Feiras e Exposições de Portimão

⇨ 10 DE OUTUBRO
ALAMEDA DAS ARTES
Acesso Livre
LOCAL: Frente à Câmara Municipal de Portimão

⇨ 16 DE OUTUBRO
'VERIFICANDO SE VOCÊ É HUMANO'
PREÇO: Plateia 1 (Fila A a F): 65€; Plateia 1 (Fila G a M): 60€; Plateia 2: 55,00€; Bancadas (B, E, J e M): 50€; Bancadas (C, F, K e N): 45€; Bancada H: 30€.
BILHETES: portimaoarena.bol.pt

PUB

Servilusa
AGÊNCIAS FUNERÁRIAS

ANA PAULA VIEIRA GONÇALVES SILVA

AGRADECIMENTO

A família agradece, com profundo reconhecimento, a todos os que nos prestaram apoio e solidariedade neste momento de dor.
A presença, as palavras de conforto e os gestos de carinho recebidos nas cerimónias fúnebres foram um consolo inestimável.

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

PUB

Servilusa
AGÊNCIAS FUNERÁRIAS



FERNANDO SEMEDO BARBOSA

AGRADECIMENTO

A família agradece, com profundo reconhecimento, a todos os que nos prestaram apoio e solidariedade neste momento de dor.
A presença, as palavras de conforto e os gestos de carinho recebidos nas cerimónias fúnebres foram um consolo inestimável.

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

PUB



Iniciativa pretende sensibilizar os mais novos

EMARP promove projeto 'A Escola Valoriza'

Estabelecimentos receberam equipamentos para reforçar a separação de resíduos.

EMARP



Escolas receberam mais equipamentos para separação de resíduos

A Empresa Municipal de Águas e Resíduos de Portimão (EMARP) marcou o início do ano letivo 2026/2027 com a entrega de equipamentos de deposição seletiva de resíduos a todas as escolas dos cinco agrupamentos do concelho, no âmbito do projeto 'A Escola Valoriza'.

A empresa mantém, assim, a aposta no Programa de Educação e Proteção Ambiental (PEPA), respondendo às necessidades identificadas junto dos estabelecimentos de ensino.

"A disponibilização de papeleiras para os recreios e de baldes para os bares permite dar continuidade aos conteúdos trabalhados nas ações de sensibilização, criando condições para que a separação de resíduos faça parte do quotidiano escolar", explica a EMARP.

Nesta vertente pedagógica estão ainda contemplados a disponibilização de kits de reciclagem para as salas de aula do pré-escolar e do primeiro ciclo, personalizados com as mascotes dos resíduos criados pela EMARP.

'Latas' dá voz ao plástico e metal, a 'Papelina' ao papel e cartão, o 'Rafa' ao vidro e a 'Marafada' aos resíduos orgânicos, ajudando os mais pequenos a reconhecer os diferentes resíduos e os locais adequados para os depositar, ao mesmo tempo que reforçam as aprendizagens da ação de sensibilização 'Separar é Fácil'.

A EMARP disponibilizou também, neste contexto, contentorização seletiva aos complexos desportivos municipais, à Loja Ponto JA e ao Lugar do Rio, incentivando a correta separação de resíduos nos espaços dedicados ao desporto e à juventude, afirma ainda.

"Numa fase posterior, serão dinamizadas ações de sensibilização dirigidas às assistentes operacionais, pelo seu papel fundamental no funcionamento do sistema de separação de resíduos nas escolas", afirma a EMARP.

Cidade voltou a ser escolhida como anfitriã

Confraria dos Gastrónomos do Algarve promove XXII Grande Capítulo

Duas centenas de confrades de diversos países participam no XXII Grande Capítulo da Confraria dos Gastrónomos do Algarve que, se realiza em Portimão, no sábado, 3 de outubro.

O Salão Nobre da Câmara Municipal recebe, ao início da tarde, o arranque oficial do XXII Grande Capítulo, com as boas-vindas do executivo camarário e do Grão Mestre José António Nunes, presidente da confraria anfitriã.

A partir das 16h30, os confrades desfilam pelas ruas acompanhados pela banda da Sociedade Filarmónica de Portimão, até à Igreja do Colégio dos Jesuítas, onde vai decorrer a cerimónia capitular com confrarias de Portugal e de vários países europeus.

No mesmo dia, às 20h00, o Hotel Algarve Casino acolhe o jantar do Capítulo e Gala, estando prevista também a cerimónia de entrega das condecorações da Ordem de Santa Maria de Ossónoba.

D.R.



Portimão recebe 'City Stage' no dia 3

Rallye Casinos do Algarve regressa à estrada

O Rallye Casinos do Algarve volta para mais uma edição, entre 1 e 3 de outubro, marcada pela competição em pisos de terra e pela participação de alguns dos principais pilotos nacionais. Com passagem em vários concelhos, no caso de Portimão, a competição apresenta-se com a 'City Stage', no sábado, 3 de outubro, às 16h30, num percurso urbano junto à rotunda Salgueiro Maia. A prova termina com a cerimónia de entrega de prémios, às 19h00, na Avenida Tomás Cabreira, na Praia da Rocha, em frente ao Hotel Algarve Casino.

PUB



Bilhetes estão à venda

‘Verificando se Você é Humano’ apresenta-se no Portimão Arena

Ricardo Araújo Pereira sobe ao palco com o espetáculo a solo no dia 16 de outubro.

D.R.



Humorista promete momentos de reflexão e muitas gargalhadas

Verificando se Você é Humano’ é o primeiro espetáculo de stand-up comedy a solo de Ricardo Araújo Pereira, que estreou este ano e que, após passar por diversas salas do país, será apresentado no dia 16 de outubro, às 21h30, no Portimão Arena.

Figura central do humor e da sátira política em Portugal, líder de audiências com o programa ‘Isto é Gozar com Quem Trabalha’, transmitido aos domingos à noite na SIC, o humorista apresenta-se em Portimão para uma atuação a solo que promete uma noite de reflexão e muitas gargalhadas.

O apresentador licenciou-se em comunicação social e cultural, na Universidade Católica, e ainda trabalhou como jornalista, mas sempre revelou gosto pela escrita, sobretudo pelo género humorístico.

Por isso, ingressou nas Produções Fictícias, onde esteve ligado a diversos projetos de escrita de guiões para diferentes programas. Mais tarde, após as primeiras aparições em televisão, arrancou, em conjunto com Zé Diogo Quintela, Tiago Dores e Miguel Góis, com o projeto Gato Fedorento. Apresentou ainda ‘Diz que é uma Espécie de Magazine’, na RTP, em 2007, e, na atualidade, além de ser cronista na revista Visão e integrar o painel do ‘Programa Cujo Nome Estamos Legalmente Impedidos de Dizer’, na SIC Notícias, que acumula com outras participações e rubricas, apresenta o programa ‘Isto é Gozar com Quem Trabalha’.

A idade mínima para assistir a este espetáculo, com produção da ‘Show Bees Management’, é de 16 anos e os bilhetes já estão à venda na plataforma bol (portimaoarena.bol.pt).

Os preços variam entre os 30 euros e os 50 euros para as bancadas, e entre os 55 e 65 euros para as plateias.

A FECHAR

D.R.



‘Alameda das Artes’ regressa às manhãs de sábado

Após a alteração de horário durante os meses de verão, o evento ‘Alameda das Artes’ regressa ao horário original, das 9h00 às 13h00, decorrendo a cada 15 dias em diferentes pontos. A iniciativa reúne diversos artistas e pretende promover a criação e criatividade na cidade, realizando-se, no dia 10 de outubro, no Largo 1º de Maio, em frente à Câmara Municipal, e no dia 24, junto à antiga lota. Este conceito de espaço de artes a céu aberto, oferece apresentações artísticas, que vão da pintura e da fotografia à escultura e à música, aproximando artistas, comunidade local e visitantes. Os interessados em participar podem inscrever-se de segunda a sexta-feira, entre as 9h00 e as 13h00 e das 14h00 às 16h30, no primeiro piso do Mercado Municipal de Portimão, na Avenida São João de Deus, através de email (mercadosdeportimao@cm-portimao.pt) ou telefone (282 470 800).

‘Algarve Terroir’ mostra-se na Casa Manuel Teixeira Gomes

Vários artistas contemporâneos integram a exposição de arte ‘Algarve Terroir’, que estará patente na Casa Manuel Teixeira Gomes, entre 7 de outubro e 7 de novembro. Com entrada livre, a mostra parte do território algarvio como lugar de inspiração, memória e identidade. “Mais do que uma referência geográfica, o terroir estende-se à criação artística: diferentes olhares, linguagens, matérias e sensibilidades, onde o território se transforma através do olhar de cada um”, refere a Câmara Municipal de Portimão. A exposição pode ser visitada de terça a sexta-feira, das 10h00 às 12h30 e das 14h00 às 17h00, e ao sábado apenas no mesmo horário do período da tarde.

Unidade de Saúde vai à lota de Alvor

A Unidade de Saúde Móvel de Portimão estará, esta quinta-feira, 1 de outubro, entre as 9h30 e as 12h00, na lota de Alvor para uma consulta de enfermagem, rastreio da diabetes e da hipertensão arterial e educação para a saúde. Todos os meses, a Unidade, que resulta de uma parceria entre a Câmara Municipal e Juntas de Freguesia com a Unidade Local de Saúde do Algarve e a Unidade de Cuidados na Comunidade Dunas do ACES Barlavento II, percorre as três freguesias do concelho.

PUB

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