

notícias de

# albufira

jornal regional do algarve

WWW.NOTICIASDEALBUFEIRA.ONLINE

**16º ANIVERSÁRIO DO VERDE  
MINHO III ALBUFEIRA — Pág.12**

**CARRASQUINHO  
SEGUROS**  
GRUPO CARRASQUINHO

289 591 207  
966 870 496

[www.pedrocarrasquinho.com](http://www.pedrocarrasquinho.com)

clientes@carrasquinhoseguros.com

Vale de Parra, 8200-427 Guia, Albufeira

**MANDATO TERMINA  
COM RECORDE  
EM OBRAS  
PÚBLICAS EM  
ALBUFEIRA — Pág.3**

**1º FESTIVAL  
BALTUM COM  
BALANÇO  
“FRANCAMENTE  
POSITIVO” — Pág.10**

**CRISTIANO CABRITA  
APRESENTOU  
NOVO LIVRO,  
“PORTUGAL E O  
ATLÂNTICO” — Pág.8**

Extintores  
Deteção de Incêndios  
Projectos de INCêndio  
Medidas de Autoproteção  
R.I.A.  
Alarme Anti-Roubo  
Câmara de Vigilância  
Assistência Técnica

**CONTACTOS**

 +351 289 515 827  
 geral@mcseguranca.pt  
 www.mcseguranca.pt  
 Rua Gil Vicente, 2 Loja  
8200-135 Albufeira



**O SEU LUGAR DESDE 1981!**  
**Martinique Vella**  
BOLOS DE ANIVERSARIO PERSONALIZADOS

**CUPÃO DE DESCONTO - NOVO RESTAURANTE TAILANDÊS  
ESTRADA DA SANTA EULALIA** **10% OFF**  
  
  


**O COSTA CASA DAS BIFANAS****ALBUFEIRA**

## Editorial

Nuno Machado Director



## Entre a crítica externa e o orgulho interno...

Há quem fale mal de Albufeira. E muitos desses que mais criticam, curiosamente, não são de cá.

Não cresceram aqui, não vivem o dia-a-dia do concelho, não conhecem as suas gentes, os seus desafios ou a sua história. Julgam à distância, com um olhar superficial, como quem vê apenas a fachada de uma casa sem saber o que se passa dentro. E é precisamente por isso que é importante distinguir: uma coisa é a crítica construtiva; outra bem diferente é o hábito corrosivo de denegrir gratuitamente.

Quem verdadeiramente é de Albufeira, não apenas por naturalidade, mas por sentimento e compromisso, sabe que esta cidade não é perfeita, mas é real. Tem as suas virtudes e os seus defeitos, como qualquer outra cidade. Mas acima de tudo, tem alma. E tem luz. Porque, como se diz, não há casa onde a luz não entre. E em Albufeira, apesar de tudo, há muita luz.

Essa luz vê-se na hospitalidade das pessoas, na força de quem trabalha no turismo, no comércio, nas associações, na cultura e no desporto. Vê-se na capacidade de reinvenção de uma cidade que cresce, que recebe, que acolhe, e que procura fazer sempre melhor, mesmo enfrentando limitações estruturais e pressões sazonais. Vê-se também na coragem de assumir que há problemas, e na vontade de os enfrentar. Exemplo disso é o Código de Comportamento promovido pela Câmara Municipal, uma medida concreta que visa reforçar valores como o respeito, o civismo e o cuidado pelo espaço público e pela convivência social. É um documento que não muda tudo de um dia para o outro, mas simboliza algo maior: uma viragem de mentalidade. Um compromisso público de que queremos uma Albufeira mais consciente, mais sustentável, mais justa para quem cá vive e para quem nos visita.

Mas para compreendermos verdadeiramente o que é Albufeira, é preciso falar de números. Albufeira tem cerca de 45 mil habitantes registados. Mas só em 2024, registou 7 milhões e 717 mil dormidas apenas no concelho de Albufeira, tendo o Algarve todo 12 milhões 250 mil dormidas. Seja Albufeira tem 65% de todo o Algarve. Isto representa um crescimento na ordem dos 600% durante os meses de maior afluência turística. Traduzindo: a população de Albufeira pode expandir-se significativamente durante os meses de verão e em épocas festivas, chegando a cerca de 300.000 pessoas. Uma verdadeira maratona logística e humana, que poucos concelhos em Portugal conseguem gerir com esta escala e pressão.

É fácil apontar o dedo. É mais difícil arregaçar as mangas e participar. O que muitos de fora não compreendem é que Albufeira não é apenas um destino turístico: é uma casa para milhares de pessoas. E quem aqui vive, sente na pele as alegrias e as frustrações da cidade. Mas é com sentido de pertença, não com desdém, que se constroem soluções.

Albufeira está longe de ser um caso perdido. Muito pelo contrário. Está num caminho de transformação social, urbana, económica e cultural. E esse caminho faz-se com todos: com crítica sim, mas sobretudo com responsabilidade, com envolvimento, e com amor por esta terra.

A Albufeira que queremos construir depende de cada um de nós. É talvez seja tempo de falarmos menos do que está mal por hábito, e mais do que pode ser feito com sentido. Porque Albufeira merece. Porque a luz, aqui, ainda entra. E continuará a entrar, desde que haja quem aponte caminhos em vez de apenas contar sombras. A Reportagem da SIC foi um mau exercício jornalístico.

Agosto 2025

## Ficha Técnica

NOTÍCIAS DE ALBUFEIRA  
Jornal Regional do Algarve- Mensário

## REGISTADO NA ERC

Entidade Reguladora da Comunicação social n.º de registo ERC da publicação n.º 128014

Sede da Redacção: Rua Bartolomeu Dias, n.º 1 8200-096 Albufeira  
Telf 289585858 Fax 289587777 Telm 917373733

noticiasdealbufeira@gmail.com

DIRETOR E EDITOR: Nuno Machado C. P. 6703 Praceta Bartolomeu Dias, Lote 7 d.º n.º 4, 8200-077 Albufeira  
nuno\_007\_albufeira@hotmail.com

PAGINADOR: Jorge Matos Dias; Nuno Machado

COLUNISTAS: José Bulha; Inácio Abreu; Nelson Melo; Ricardo Clemente; Vitor Coutinho

COLABORADOR: Helder Vale

FOTOGRAFIA: Nuno Machado, Pedro Lóres, Helder Vale

ESTATUTO EDITORIAL:

<https://noticiasdealbufeira.online/estatuto-editorial/>  
Declaração nos termos do art.º 15º do Decreto Lei n.º 2/99 (Lei de Imprensa) "Notícias de Albufeira jornal regional do Algarve" é propriedade da empresa "Albufeira Magazine, Lda.", sociedade comercial por quotas sediada na Rua Bartolomeu Dias, n.º 1, 8200-096 Albufeira, nif n.º 503261343

Capital social: 140.000 euros, distribuído do seguinte modo:  
Nuno Machado (gerente); Pedro Machado

IMPRESSÃO: LUSOIBERIA, AV. DA REPÚBLICA, N.º 6

1050-191 LISBOA Telf 914605117 comercial@lusoberia.eu

Tiragem desta edição: 6.000 exemplares

CONTACTOS ÚTEIS  
USEFUL CONTACTS

**SOCORRO “HELP”:** 112

**INCÊNDIOS:** 117

Município de Albufeira: 289599500

Bombeiros: 289586333/343

Proteção Civil: 808202274

GNR Albufeira: 289590790/289583310

GNR (Paderne): 289367115

GNR (Olhos de Água): 289501478

Polícia Judiciária (Faro): 289884500

Delegação Marítima: 289514255

Polícia Marítima (piquete): 916613540

Brigada de Trânsito: 289598730

GIPS: 289246253/254

Centro Saúde: 289598400

-Extensão Ferreiras: 289571732

- Extensão Guia: 289561662

-Extensão Olhos de Água: 289501946

-Extensão Paderne: 289368853

Hospital de Faro: 289891100

Hospital de Portimão: 282450300

Hospital de Lagos: 282770100

Cruz Vermelha (Faro): 289899900

APAV -As. Port. Apoio à Vítima: 289585770

SNS - Saúde 24 (nacional): 808242424

Emergência Intoxicações (nacional): 808250123

SUB – Serviços Urgência Básica: 289588770

Farmácia Albufeira: 289512254

Farmácia Alves de Sousa: 289512258

Farmácia Santos Pinto: 289512901

Farmácia Godinho Belo: 289542926

Farmácia Marques da Silva: 289571130

Farmácia Neves Silva: 289561443

Farmácia do Barrocal: 289367139

Farmácia Olhos de Água: 289502401

Farmácia do Shopping: 289561776

Taxis central de Albufeira: 289583230

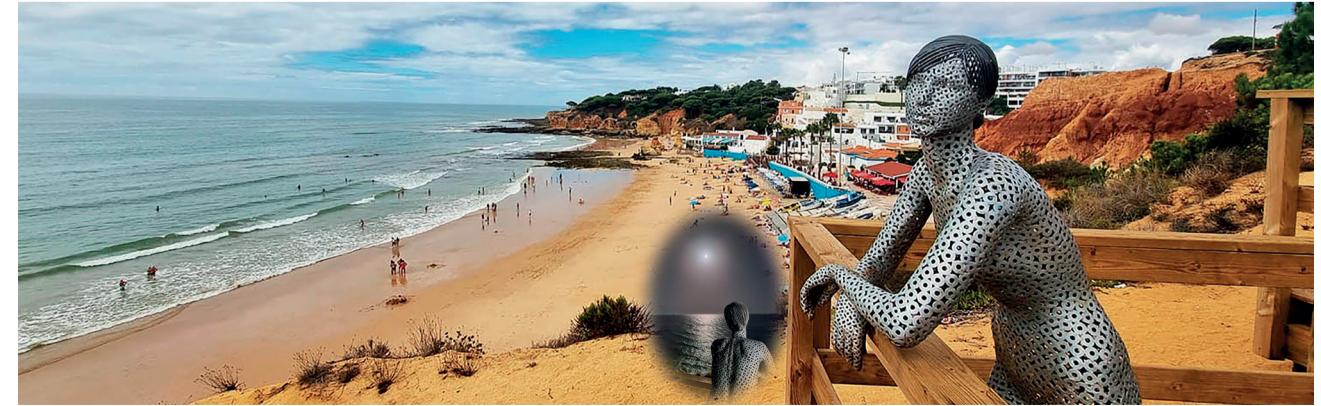
Polícia Municipal de Albufeira: 289599504

OLHOS DE ÁGUA  
FESTA DA SARDINHA

## Festa da Sardinha está a caminho dos Olhos d'Água!

Já arrancaram os preparativos para um dos eventos mais aguardados do verão! O Grupo Desportivo Recreativo dos Olhos d'Água está a organizar, com toda a dedicação, mais uma edição da tradicional Festa da Sardinha, que terá lugar no primeiro fim de semana de agosto. Este evento promete trazer muita animação, sardinha assada na brasa, convívio, música ao vivo e aquele ambiente típico que só os Olhos de Água sabem proporcionar. Prepare-se para noites memoráveis junto à comunidade, onde a tradição e a boa disposição estarão em destaque. Fique atento às novidades... em breve será divulgado o cartaz oficial!

Não falte, vai ser uma sardinada em grande!



# MANDATO TERMINA COM INVESTIMENTO RECORDE EM OBRAS PÚBLICAS EM ALBUFEIRA

Entre 2021 e 2025, contabilizam-se 144 milhões de euros investidos pelo Município de Albufeira, em obras no concelho. O volume financeiro investido não encontra paralelo na história, e corresponde a 277 empreitadas distribuídas por diversas áreas. Na conferência de imprensa de balanço dos últimos 4 anos, o presidente da Câmara Municipal, José Carlos Rolo, destacou a “importância dos investimentos realizados para o desenvolvimento sustentável de Albufeira”.

Com o final de mais um ciclo autárquico, chegou o momento de fazer o balanço do mandato que entra agora na reta final. Foi isso mesmo que aconteceu na tarde de 2 de julho, no Salão Nobre dos Paços do Concelho de Albufeira, que se encheu para ouvir o presidente do Município defender o “maior volume de investimento registado no concelho desde que há memória”.

José Carlos Rolo começou por destacar as “dificuldades excepcionais que enfrentámos nos últimos anos, fruto dos efeitos da pandemia, das consequências do aumento significativo da inflação, e da escassez de mão de obra especializada”. Embora reconheça que “persistem vários desafios a que é necessário dar resposta”, o autarca salientou “o enorme esforço levado a cabo pelo executivo para resolver carências em áreas críticas como a segurança, a ação social, a educação e a habitação”. Naquela sessão, foi apresentado o livro “Obras 2021-2025”. O documento contempla informação detalhada sobre todas as empreitadas realizadas ao longo dos últimos 4 anos, e está dividido em várias áreas setoriais. Com um investimento total de mais de 41 milhões de euros, o setor “Escolas e Equipamentos Escolares” ocupa o topo da lista, seguido do montante canalizado para “Ação Social e Saúde” (25 milhões de euros) e Habitação (24 milhões de euros). No total, foram investidos pelo Município perto de 144 milhões de euros nos últimos 4 anos.

Da lista de 277 empreitadas constam diversos trabalhos de manutenção com caráter regular, em infraestruturas ligadas à rede viária, ao abastecimento de água ou aos espaços desportivos do concelho. Neste âmbito, importa destacar obras como a requalificação do Polidesportivo de Ferreiras, bem como o conjunto amplo de intervenções em diversos espaços públicos do concelho, onde se insere, por exemplo, a construção do Cemitério de Ferreiras (em fase de concurso público, com uma dotação orçamental superior a 1,5 milhões de euros). Além disso, o catálogo de empreitadas inclui também obras de caráter estrutural que vão permitir colmatar lacunas em setores fundamentais.

Na Saúde, o destaque vai para a criação da nova Unidade de Cuidados Continuados da Guia. Com um



investimento superior a 4 milhões de euros, a obra vai contribuir para duplicar a capacidade de prestação de cuidados de saúde a pessoas em situação de dependência. Os trabalhos já se encontram em curso e espera-se que a conclusão da obra ocorra até ao final de 2025, ano em que será também lançado um novo concurso para a reabilitação do atual edifício do Centro de Saúde de Albufeira, bem como para a edificação de um novo bloco. A obra já está aprovada e conta com um volume de financiamento a rondar os 7 milhões de euros.

Já no que diz respeito à Ação Social, a aposta passou pela construção do Lar, Creche e Centro de Dia de Olhos de Água, concluída em 2023. O investimento aproximou-se dos 6 milhões de euros, ao qual se junta uma nova empreitada para construção do Lar e Centro de Dia das Fontainhas, por um valor próximo dos 8 milhões de euros. Espera-se que, também neste caso, o equipamento esteja concluído até ao final do ano.

Na Educação, o período entre 2021 e 2025 coincidiu com a requalificação de vários espaços, com o objetivo de melhorar os equipamentos escolares e as condições proporcionadas aos alunos do concelho. O setor da Educação foi mesmo o que maior volume de investimento recebeu, fruto dos trabalhos realizados em diversos estabelecimentos de ensino do concelho. O destaque vai para as intervenções na Escola EB 2,3 Prof.ª Diamantina Negrão (com um investimento na ordem dos 2,3 milhões de euros) e para a ampliação da Escola Básica de Ferreiras (com a alocação de 5,6 milhões de euros). Prestes a entrar em fase de concurso, está também a empreitada de ampliação e remodelação da Escola Secundária de Albufeira, com uma dotação de 15 milhões de euros.

Num momento marcado pelo aumento dos custos de acesso à habitação, o Município procurou também reforçar o investimento canalizado para esta área. Como consequência, encontram-se já habitados os 40 fogos construídos na Ladeira da Fonte, em Paderne. A empreitada custou quase 5 milhões de euros ao Município, que tem já em marcha concursos públicos para projetos de construção nas Fontainhas (com um investimento de mais de 13 milhões de euros) e na Quinta dos Barros (com quase 6 milhões de euros previstos em orçamento).

Para o presidente do executivo municipal, “o livro que hoje apresentamos é mais do que um exercício de balanço, é mesmo um ato de transparência que devemos aos municípios”.

José Carlos Rolo admitiu que “há ainda muito trabalho por fazer e este livro é também um ponto de partida para a discussão sobre o futuro do concelho, onde queremos incluir todos aqueles que se preocupam com os destinos da comunidade”.

FEEL THE DIFFERENCE



QKASAS.PT GERAL@QKASAS.PT +351 289 103 139 +351 963 838 006

# Qkasas

GESTÃO DE CONDOMÍNIOS

NOVA GERÊNCIA!  
New Management!  
Gestão de Condomínio  
MEILLEURE  
Gestão de Condomínio  
Gestão de Condomínio  
Gestão de Condomínio

Gestão simples e eficiente

Simple and efficient management

Equipa dinâmica e prestável

Dynamic and helpful team

Soluções à medida

Tailor-made solutions

Condomínio on-line 24H

24H online condominium

Simple Management, Simplified Living.

# FESTIVAL PIRI-PIRI II

## Albufeira Celebra o Sabor com o Segundo Festival do Piri-Piri

A cidade de Albufeira, juntamente com a freguesia da Guia, voltaram a aquecer os paladares com a segunda edição do Festival do Piri-Piri, um evento que se revelou uma vibrante celebração da gastronomia, cultura e música local, tendo como protagonista um dos ingredientes mais icónicos da região: o piri-piri.

Durante três dias, o evento reuniu centenas de visitantes nacionais e internacionais que tiveram a oportunidade de explorar a diversidade de sabores da culinária algarvia, com o piri-piri como elemento principal. Expositores gastronómicos locais apresentaram desde os tradicionais petiscos até propostas inovadoras, atraindo os amantes de comida picante e os curiosos em busca de novas experiências gastronómicas.

O presidente da Câmara Municipal de Albufeira, José Carlos Rolo, destacou a importância do festival:

“Este evento não só promove a nossa gastronomia e cultura, como também impulsiona o turismo local, criando uma ligação única entre residentes e visitantes à volta de um ingrediente que é parte da nossa identidade”.



### Momentos de Destaque

- Desafio das Malaguetas Atómicas: Um verdadeiro teste de resistência e coragem, este desafio reuniu competidores dispostos a enfrentar as malaguetas mais picantes, proporcionando momentos de muita diversão e suspense para o público presente.
- Concurso de Comedores de Piri-Piri: Um clássico que continua a encantar, onde os participantes competiram para ver quem suporta a maior quantidade de piri-piri, gerando uma atmosfera animada e cheia de adrenalina.
- Workshops e Showcookings: Chefs renomados proporcionaram sessões interativas, ensinando técnicas culinárias e o segredo para preparar molhos de piri-piri artesanais, incentivando o público a levar um pedaço da tradição para casa.
- Música e Entretenimento: Bandas locais e DJs animaram o festival com uma seleção de músicas que fizeram o público dançar e celebrar a cultura algarvia em grande estilo.

### Uma Festa para Toda a Família

Pensando nas famílias, o festival contou ainda com uma área infantil, equipada com insufláveis, pinturas faciais e jogos tradicionais, garantindo que os mais novos também desfrutassem de momentos de alegria e descontração.

### Benefícios para a Saúde e Cultura

Além do sabor e diversão, o festival serviu para divulgar os benefícios do consumo moderado de alimentos picantes, que podem contribuir para o bem-estar físico e mental. A capsaicina, componente ativo do piri-piri, é reconhecida por acelerar o metabolismo, melhorar a circulação sanguínea e aliviar dores musculares.

O evento foi organizado pela Câmara Municipal de Albufeira em parceria com associações locais e produtores de piri-piri, reafirmando o compromisso da cidade em valorizar os produtos endógenos e promover a economia local. A entrada no festival foi gratuita, sendo que algumas atividades e workshops tiveram inscrição prévia e taxas simbólicas para garantir a qualidade e segurança dos participantes.



## FULL MOON

Há noites que não se explicam. Sentem-se.

A Full Moon da Galé é uma dessas noites. Um daqueles raros momentos em que o tempo parece parar e tudo se alinha para criar algo verdadeiramente único: a luz da lua cheia, o som das ondas, o branco da esperança e a vibração de milhares de corações em sintonia.

É uma celebração da vida, da liberdade e da beleza natural de Albufeira. É um regresso às origens, mas também uma projeção para o futuro, onde tradição e inovação andam de mãos dadas. Onde a festa é ao ar livre, os pés estão na areia, o céu é o teto e o mar, o pano de fundo.

Caminhar pela Full Moon é entrar num mundo à parte. Cada recanto guarda um sorriso, cada banca de artesanato conta uma história, cada nota de música desperta uma emoção. A Galé transforma-se num cenário vivo de cor, luz, dança e partilha. Aqui, a arte está na rua. O talento é local, mas a experiência é universal.

E há algo mais: a forma como a comunidade se envolve. Não é apenas um evento promovido pela Câmara Municipal de Albufeira na pessoa do Vice-presidente Cristiano Cabrita: é um evento abraçado pelas pessoas, por quem nele participa, trabalha, atua e regressa. É um reflexo do orgulho de ser algarvio, de receber bem, de saber fazer e saber celebrar.

As crianças correm entre bolas de sabão e as selfies. Os jovens vibram com os DJs e as raparigas novas. Os mais velhos recordam tempos em que a festa era mais simples, mas não menos intensa. É uma noite para todos. E é isso que a torna tão especial.

Quem viveu esta última edição não esquecerá facilmente o momento em que a lua surgiu em pleno, iluminando a praia e os rostos felizes de quem ali estava. Um silêncio breve antecedeu os aplausos, como se todos tivessem percebido, ao mesmo tempo, que estavam a viver algo raro. Uma memória que fica. Um postal vivo de Albufeira. A Full Moon não é só uma festa.

É um símbolo.

É uma assinatura cultural do concelho.

É a prova de que quando se junta mar, lua, arte e coração... tudo acontece.



Ao lado do *Intermarché*  
Montechoro

**PADEL BLU**  
ALBUFEIRA

Telm. 931 489 926



**ROBERTO'S**  
CHICKEN PIRI-PIRI

Albufeira

Telf. 289 508 154

# FESTA DE VERÃO DE OLHOS DE ÁGUA

## Festa de Verão em Olhos de Água enche freguesia de alegria, música e novos espaços públicos

A freguesia de Albufeira e Olhos de Água viveu recentemente um dos momentos altos do seu verão com a realização de mais uma Festa de Verão, um evento que voltou a encher de cor, música, cheiros e sorrisos as ruas desta localidade piscatória, com forte identidade e tradição. Com uma afluência massiva de residentes e visitantes, o evento ficou marcado não só pela qualidade do cartaz musical e do ambiente de festa, mas também por importantes momentos institucionais e comunitários.

### Tradição, ritmo e sabor algarvio em destaque

Ao longo de dois dias, o recinto da festa tornou-se palco de atuações musicais vibrantes, sons típicos do verão algarvio, danças populares e, claro, o irresistível aroma da sardinha assada na brasa, acompanhada de pão caseiro e vinho da região. As noites quentes foram o cenário perfeito para celebrar a cultura local, num ambiente de confraternização, onde se destacou o envolvimento da comunidade e das famílias.

Segundo a Presidente da Junta de Freguesia, Indaleta Cabrita, “esta é uma festa de todos e para todos. Fazemos questão de manter vivas as tradições e, ao mesmo tempo, oferecer à população momentos de alegria e de valorização do espaço público”.

### Inauguração de um novo jardim para a infância e desporto

Um dos momentos mais simbólicos da festa foi a inauguração de um novo jardim público, pensado para os mais novos e para todos os que praticam desporto ao ar livre. Com equipamentos modernos, zonas verdes e espaços multifuncionais, o novo espaço vem responder às necessidades crescentes da população e reforça a aposta da Junta e da Câmara em projetos que valorizam o território e promovem a qualidade de vida.

O ato inaugural contou com a presença de diversas personalidades autárquicas, nomeadamente o Presidente da Câmara Municipal de Albufeira, José Carlos Rolo, o Vice-Presidente Cristiano Cabrita e a Vereadora Cláudia Guedelha, responsável por pelouros como ação social e juventude. Também estiveram presentes os membros da Junta de Freguesia de Albufeira e Olhos de Água.

Na ocasião, José Carlos Rolo destacou que “o investimento em espaços públicos como este jardim é essencial para garantir o bem-estar das famílias, a ocupação saudável dos tempos livres e a promoção de uma cidadania ativa”.

O Vice-Presidente Cristiano Cabrita sublinhou ainda o “compromisso da autarquia com todas as freguesias, levando obras e iniciativas concretas que melhoram o quotidiano da população”.

### Um exemplo de boa organização e participação cívica

A Festa de Verão de Olhos de Água demonstrou, uma vez mais, a capacidade da freguesia para organizar grandes eventos, com segurança, conforto e diversidade de oferta. Desde a animação musical ao artesanato, passando pela gastronomia, infraestruturas e envolvimento das forças vivas da freguesia, tudo contribuiu para o sucesso do evento.

A Vereadora Cláudia Guedelha realçou “o papel fundamental da cultura e da animação na dinamização das comunidades, especialmente em locais onde o turismo e a tradição caminham lado a lado”. Com um cartaz que misturou tradição e modernidade, e com a forte presença de figuras institucionais e da população, esta edição da Festa de Verão reforça Olhos de Água como exemplo.



# ANIVERSÁRIO DA JUNTA DE FREGUESIA DAS FERREIRAS



## Ferreiras em festa: dois dias de celebração que marcaram o 28.º aniversário da freguesia

A freguesia das Ferreiras voltou a mostrar porque é considerada uma das comunidades mais ativas e vibrantes do concelho de Albufeira. Nos dias 12 e 13 de julho, as celebrações do 28.º aniversário da criação da freguesia encheram o recinto de festa com música, dança, gastronomia, desporto, alegria e muito orgulho local.

Mais do que assinalar uma data, esta foi uma oportunidade para a população celebrar a história, o crescimento e os valores que fazem de Ferreiras uma terra de gente trabalhadora, dedicada e profundamente enraizada nas suas tradições.

Ferreiras foi oficialmente criada a 12 de julho de 1997, com uma área de 2.227 hectares, reunindo lugares anteriormente pertencentes às freguesias de Albufeira, Guia e Paderne. Desde então, a freguesia conheceu uma evolução impressionante, tornando-se um polo residencial, comercial e associativo de referência no concelho.

Ao longo destes 28 anos, foram sendo lançadas infraestruturas, equipamentos, escolas, coletividades e espaços de convívio que refletem uma visão de desenvolvimento assente na proximidade às pessoas.

### Animação para todos: cultura, desporto e espírito de comunidade

12 de julho: música internacional, dança e pedalada solidária.

A noite de sexta-feira ficou marcada por três grandes momentos:

- O inesquecível Tributo aos Queen, que levou ao palco clássicos como Bohemian Rhapsody, We Will Rock You e Don't Stop Me Now, com uma produção sonora e visual de qualidade notável;
- A participação do artista Filipe Romão, que conquistou o público com o seu carisma e talento musical;
- A atuação cheia de elegância e coordenação das danças de salão do Futebol Clube das Ferreiras, com casais de várias idades a mostrarem o fruto de muitas horas de dedicação e ensaio;
- E o Passeio de BTT Noturno, uma verdadeira aventura comunitária em duas rodas, que reuniu ciclistas locais e visitantes, promovendo o desporto, o convívio e o respeito pela natureza.

13 de julho: sons do Brasil, dança oriental e final apoteótico

O sábado foi ainda mais animado, com momentos altos de música e espetáculo:

- O enérgico Tributo a Ivete Sangalo, com temas contagiantes como Festa, Arerê e Sorte Grande, que levaram o público a dançar e cantar em uníssono;
- A emocionante presença de Vânia Silva, cuja voz potente tocou corações e elevou o nível artístico do evento;



- As deslumbrantes danças orientais do Futebol Clube das Ferreiras, que cativaram pela harmonia, cor e exotismo, num número que surpreendeu pela beleza visual;



• O simbólico corte do bolo de aniversário, acompanhado de votos de prosperidade e união para o futuro da freguesia;

• E o emocionante espetáculo de fogo de artifício, que encerrou dois dias inesquecíveis com um céu iluminado de luz, cor e emoção, arrancando aplausos e sorrisos.

### Presenças que reforçam o compromisso com a freguesia

A celebração contou com a presença das principais figuras do executivo municipal, incluindo o Presidente da Câmara Municipal de Albufeira, José Carlos Rolo, o Presidente da Junta de Freguesia das Ferreiras, Jorge Carmo, a Vereadora Cláudia Guedelha e o Vereador Vítor Ferraz, entre outros membros da autarquia, associações locais, empresários e, claro, os Albufeirenses "ferreirenses".

Todos deixaram palavras de reconhecimento pelo trabalho desenvolvido na freguesia e sublinharam a importância de manter o espírito comunitário vivo, apostando em eventos que promovam a identidade, o convívio intergeracional e o orgulho local.

### Ferreiras segue forte: uma freguesia que cresce com as suas gentes

Com um presente sólido e um futuro promissor, Ferreiras volta a mostrar que é mais do que uma freguesia: é uma comunidade coesa, orgulhosa, participativa e cheia de energia. O 28.º aniversário foi mais uma prova de que, aqui, vive-se com intensidade, trabalha-se com determinação e celebra-se com o coração.



**Rota Limite**  
Comércio e Reparação Automóvel

Assumadas da Guia - Ferreiras  
Cxa Postal 334 Z  
8200-553 Albufeira

Carlos Mendes  
Tim 969 505 299

Tel/Fax: 289 572 393  
E-Mail: geral@rotalimite.pt

João Reis  
Tim 962 085 010

**Janela de Ideias**

 Your idea loading...

289 542 294  
[www.janeladeideias.com](http://www.janeladeideias.com)  
Montechoro . 8200 Albufeira

# CRISTIANO CABRITA APRESENTOU NOVO LIVRO, “PORTUGAL E O ATLÂNTICO”

## NO GRÉMIO LITERÁRIO EM LISBOA

Foi num Grémio Literário cheio de convidados que Cristiano Cabrita, vice-presidente da Câmara Municipal de Albufeira, também Professor da universidade Católica Portuguesa, apresentou oficialmente o seu novo livro, intitulado “Portugal e o Atlântico: o futuro da política externa portuguesa”. A presidir a apresentação da sessão esteve Luís Álvaro Campos Ferreira, antigo deputado à Assembleia da República e ex-Secretário de Estado dos Negócios Estrangeiros e Cooperação e atual Secretário-Geral da UCCLA.

Numa iniciativa que contou com as também apresentações e discussões do prestigiado professor universitário e ex-Ministro, Nuno Severiano Teixeira, da Professora Doutora Mónica Dias, Diretora do Instituto de Estudos Políticos da Universidade Católica Portuguesa e do candidato presidencial, Marques Mendes,

A cerimónia de apresentação contou com a presença de várias dezenas de convidados, entre diplomatas, deputados, autarcas, professores, estudantes e investigadores dos mais diversos quadrantes.

Num contexto de exiguidade atlântica, o autor defende a urgência de recuperar a centralidade de Portugal no espaço transatlântico, reforçando os compromissos com a NATO, os EUA e a valorização estratégica dos Açores. Editada pela Lisbon Press, esta obra reflete uma análise aprofundada da evolução do vetor atlântico na política externa portuguesa, com especial incidência no período posterior à Segunda Guerra Mundial até à atualidade. Através de uma abordagem simultaneamente estratégica e histórica, Cristiano Cabrita procura compreender de que forma Portugal tem articulado os seus principais eixos de política externa com o Atlântico, a Europa e o espaço lusófono, tendo como objetivo primordial a afirmação da soberania e da independência nacional.

Segundo o autor, a ligação atlântica revelou-se sempre fundamental, desde a época dos Descobrimentos até ao papel estratégico desempenhado pelos Açores no contexto de segurança do pós-guerra. No entanto, as recentes transformações geopolíticas e a redefinição do posicionamento estratégico dos Estados Unidos da América colocam atualmente desafios significativos à centralidade atlântica de Portugal.

“Acredito que Portugal não pode continuar a perder relevância no espaço atlântico. Temos de recuperar a centralidade dos Açores, reforçar o nosso compromisso com a NATO e apostar numa presença estratégica que une segurança, tecnologia espacial e exploração dos oceanos. Não há plano B: ou nos afirmamos como ponte entre continentes, ou tornamo-nos marginais no xadrez internacional”,



afirma Cristiano Cabrita.

“Portugal e o Atlântico” apresenta-se, assim, como uma reflexão crítica sobre os caminhos futuros da política externa portuguesa, num mundo em reconfiguração, onde o espaço atlântico assume novas dinâmicas e equilíbrios.

Cristiano Cabrita é doutorado em Relações Internacionais pelo Instituto de Estudos Políticos da Universidade Católica Portuguesa e tem-se dedicado à investigação e reflexão sobre política externa, geopolítica e segurança internacional é o Vice-Presidente da Câmara Municipal de Albufeira.

A sessão em Albufeira está agendada para Setembro.

**DANÉVI**  
PAPELARIA

LIVRARIA • PAPELARIA • TABACARIA

danevi.papelaria@gmail.com

+351 289 588 521  
+351 964 062 719

Téle Florista

Comércio de Flores, Plantas ornamentais, ramos de noiva e muito mais...

Mercado dos Caliços

teteflordecor@gmail.com

tm.917372087  
tm.938459004  
tel.289589019

**Auto J Clemente**

Gerência: José M. Clemente  
NIF. 505692031

Telef. 289 571 629  
Telm. 964 119 631  
Chamada para rede fixa e móvel nacional  
auto.j.clemente@sapo.pt

Av. 12 de Julho  
Cx. 170 T.  
Ferreiras  
8200 - 559  
Albufeira

**COMÉRCIO, REPARAÇÃO E ASSISTÊNCIA AUTOMÓVEL, Lda**

# PORTUGAL ACOLHE ETAPA DO PGA TOUR CHAMPIONS

## COM NOVO TORNEIO NO THE ELS CLUB VILAMOURA

**Portugal Invitational decorre de 31 de julho a 2 de agosto de 2026, com prémio de 3 milhões de dólares**

A PGA TOUR Champions, em parceria com a Arrow Global Group, o Turismo de Portugal e o Turismo do Algarve, anunciou a realização de um novo torneio de golfe profissional em Portugal. O Portugal Invitational, que marca a estreia de uma competição individual de stroke play do PGA TOUR no país, decorrerá entre 31 de julho e 2 de agosto de 2026 no prestigiado The Els Club Vilamoura, desenhado pela lenda do golfe Ernie Els.

O evento contará com 78 jogadores, incluindo estrelas do PGA TOUR Champions, membros do World Golf Hall of Fame e do Legends Tour, e distribuirá 3 milhões de dólares em prémios. Será transmitido globalmente através do GOLF Channel e parceiros internacionais, alcançando mais de 170 países.

O Portugal Invitational integrará uma sequência europeia de três semanas de golfe sénior, que inclui o ISPS Handa Senior Open e o Staysure Senior PGA Championship, reforçando o calendário competitivo na Europa.

“Trazer o PGA TOUR Champions para Portugal é um momento histórico. Este circuito reúne verdadeiras lendas da modalidade e sabemos que os adeptos europeus vão vibrar com esta oportunidade única”, sublinhou Miller Brady, Presidente do PGA TOUR Champions.

O campo anfitrião, The Els Club Vilamoura, anteriormente conhecido como Dom Pedro Victoria, foi totalmente renovado sob a visão de Ernie Els e recebeu o Portugal Masters do DP World Tour entre 2007 e 2022. “Desde o início, concebemos este campo com a ambição de acolher torneios de alto nível. É fantástico ver essa visão concretizada”, afirmou Ernie Els.

Vilamoura será o epicentro do torneio, numa localização privilegiada com praias de excelência, marina premiada, gastronomia de topo e uma oferta turística cada vez mais sofisticada. Nos últimos anos, a Arrow Global tem vindo a investir fortemente no reposicionamento da região, com destaque para projetos de hotelaria, imobiliário, golfe e lifestyle.

“O Portugal Invitational é o reflexo da nossa visão: posicionar Portugal como um dos melhores destinos de golfe e estilo de vida da Europa”, declarou John Calvão, Principal da Arrow Global Group.

O evento surge também como uma mostra estratégica para o país e para o Algarve, que recebe anualmente cerca de 1,5 milhões de voltas de golfe e continua a apostar numa oferta turística diversificada, sustentável e de qualidade.

“Este torneio eleva a notoriedade internacional do Algarve e reafirma o seu estatuto como destino líder de golfe na Europa”, destacou André Gomes, Presidente do Turismo do Algarve.



“Portugal é hoje palco de grandes eventos desportivos internacionais. Receber o PGA TOUR Champions reforça o nosso compromisso com a excelência e com a promoção do país a nível global”, acrescentou Carlos



Abade, Presidente do Turismo de Portugal. A organização do evento ficará a cargo de Todd Rhinehart, experiente dirigente do PGA TOUR, agora nomeado Diretor do Torneio.

**E TU? GOSTAS DE PICANTE?**

[WWW.PIRIPIRI.PT](http://WWW.PIRIPIRI.PT)





A 1.ª edição do Festival Baltum aconteceu entre os dias 24 e 27 de julho, e trouxe milhares de pessoas até à zona antiga de Albufeira. A nova aposta do Município contou com um cartaz composto por vários artistas de referência, com atuações e atividades espalhadas por 19 locais da zona antiga. No final de 4 dias de programação, o presidente da Câmara Municipal, José Carlos Rolo, fez um balanço “francamente positivo” do evento, e apontou já baterias para a próxima edição.

A 1.ª edição do Festival Baltum veio para “Celebrar e (Re)Descobrir Albufeira”. Foi este o mote para 4 dias de programação intensa, com atividades espalhadas por 19 espaços da zona antiga. Na primeira noite (24), o destaque foi para a atuação da fadista Gisela João, que tocou para uma plateia cheia na Praça dos Pescadores. Antes disso, a dupla galega Caamaño&Ameixeiras atuou em frente à Igreja de São Sebastião, no Palco Electrofolk.

O ponto alto da noite seguinte (25) foi a atuação da Orquestra Ligeira do Exército, que se fez acompanhar por Katia Guerreiro. O espetáculo inédito aconteceu na Praça dos Pescadores e incluiu passagens por temas marcantes da carreira da fadista. Ao cair da noite, o palco Electrofolk recebeu o concerto da compositora ucraniana Ganna.

No sábado (26), foi a vez de Tito Paris subir ao palco. O artista cabo-verdiano tocou uma seleção dos seus temas mais conhecidos, num concerto que sucedeu à atuação dos DJs e produtores portugueses Beatbombers, no Palco Electrofolk. A fechar o festival, no dia 27, os franceses Les Fo'Plafonds tocaram para uma plateia repleta na Praça dos Pescadores. O grupo atuou pela primeira vez em solo nacional e animou o público com os seus instrumentos musicais improvisados a partir de objetos do quotidiano. O encerramento



## BALANÇO “FRANCAMENTE POSITIVO” DA 1.ª EDIÇÃO DO FESTIVAL BALTUM



Richard Lockyer  
Manuel Neves

+351 962587730  
+351 966225288  
impactfree lda@gmail.com  
www.impactfree.pt

Consultores Sistemas de Informação  
Equipamentos de Gestão de Caixa  
Ponto de Venda Certificado.

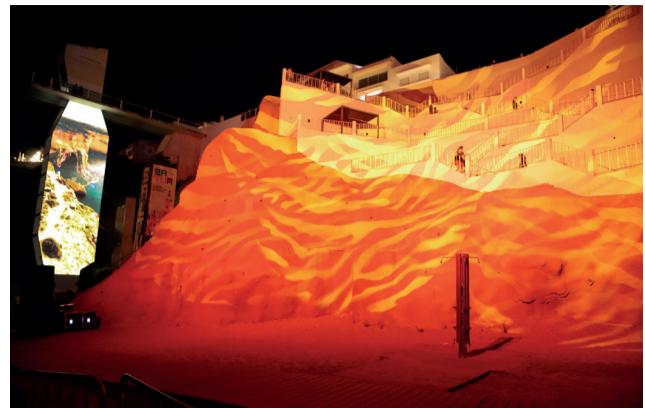


# MEIA LARANJA

## Um livro que respira Albufeira

O livro Meia Laranja, de Gabriela Pacheco e ilustrações de Sofiya Domanchenko, é uma obra que mergulha na essência da cidade de Albufeira, com especial destaque para o seu centro histórico. O cenário principal é o Jardim Meia Laranja, um espaço simbólico e intimista no coração da cidade, que dá não só o nome à obra como também uma atmosfera muito própria à narrativa.

Este livro entrelaça elementos do quotidiano local com traços de poesia e identidade, refletindo as emoções, vivências e pequenas histórias que se desenrolam nesse cantinho tão característico de Albufeira. Através das palavras de Gabriela e das ilustrações (ou colaboração visual) de Sofiya Domanchenko, Meia Laranja convida o leitor a observar o Jardim não só como um espaço físico, mas como um lugar de memórias, encontros e descobertas, um reflexo da alma urbana e afetiva de Albufeira.



da programação do Palco Electrofolk ficou a cargo da transmontana Emmy Curl.

A abertura oficial do evento aconteceu na Antiga Igreja Matriz, logo no começo do primeiro dia do Festival. Foi lá que o presidente do Município, José Carlos Rolo, explicou que o evento teve como objetivo “celebrar a identidade de Albufeira e relembrar uma parte importante da história do concelho”. O autarca salientou ainda a importância do Festival para a cidade e deu como exemplo o local onde falava, que foi “propositadamente recuperado para acolher várias atividades”.

No final de 4 dias de programação intensa, o presidente do executivo mostrou-se satisfeito pela forma como a 1.ª edição do evento decorreu. José Carlos Rolo fez um balanço “francamente positivo” e apontou já baterias para a próxima edição.

O programa da 1.ª edição do Festival Baltum contou ainda com a participação de vários artistas locais. Pelas ruas da cidade, passaram também coletivos de artes de rua, com atuações em vários espaços.



Monte  
da  
Perna Seca



**RCM**  
**& FILHOS**  
CONSTRUÇÕES

Investimentos | Construção | Compra e venda | Gestão de imóveis

[www.rcm-construcoes.pt](http://www.rcm-construcoes.pt)



# 16º ANIVERSÁRIO DO VERDE MINHO III

## A INICIATIVA TEVE LUGAR NUM DOS MAIORES E MAIS CONHECIDOS RESTAURANTES DE ALBUFEIRA, CONHECIDO PELA SUA QUALIDADE NA COZINHA E NO SERVIÇO



**Verde Minho III (Vale Paraíso): 16 anos a alimentar almas em terras algarvias — um legado de saudade, afeto e tradição. O 16.º aniversário do Verde Minho III (Vale Paraíso) não foi apenas uma festa, foi um testemunho vivo da história de Albufeira e da ligação profunda entre um conceito de restaurante e a sua comunidade. O ambiente que se viveu ali foi quase indescritível: sorrisos, abraços sentidos, histórias partilhadas ao som do acordeão, numa noite em que a emoção falou mais alto que as palavras.**

Numa noite repleta de emoção e significado, o restaurante Verde Minho III, localizado em Vale Paraíso, em Albufeira, celebrou 16 anos de vida. A data, longe de ser apenas um aniversário comercial, foi um verdadeiro ritual de homenagem, onde se reuniram afetos, memórias, sabores e símbolos de uma cultura enraizada em gerações e atravessada por geografias.

Mais do que uma festa, o momento foi um testemunho vivo da força da tradição minhota em terras do sul. Num espaço transformado com requinte e simbolismo, uniram-se os sons do acordeão, o cheiro do bacalhau, os abraços de reencontro e as palavras de gratidão. A noite também assinalou os 26 anos do Verde Minho I (Albufeira), num tributo profundo aos seus fundadores, Manuel e Amadeu Pereira, dois irmãos oriundos de Vila Verde, Braga que, com trabalho, visão e alma, construíram um projeto que já conta com 3 restaurantes e 26 anos de história, sendo muito mais do que um local onde se

pode comer, uma instituição afetiva em Albufeira.

**Do norte ao sul: uma viagem feita de coragem e saudade**

A história do Verde Minho começa no coração do Minho, onde Manuel e Amadeu, movidos por sonhos e saudade, decidiram levar a sua terra do coração para terras algarvias. Sem nunca esquecer de onde vieram, criaram uma ponte invisível entre o norte e o sul do país, onde o sabor da comida, a música popular e o espírito de família se tornaram os pilares do projeto.

A noite de aniversário do Verde Minho III serviu para relembrar essa caminhada. A emoção foi palpável desde os primeiros momentos, com a casa cheia e uma energia calorosa a percorrer cada mesa, cada sorriso, cada palavra dita. O restaurante foi decorado com detalhes que remetiam ao Minho rural, às festas populares, aos tons verdes da serra e ao vermelho do coração.

**O som do acordeão: um símbolo da alma minhota**

O ponto alto da noite foi, sem dúvida, a atuação de Manuel Pereira ao acordeão. Não foi apenas uma performance musical, foi uma declaração de pertença, uma oração em notas, uma conversa entre o passado e o presente. A sala silenciou-se, emocionada, ao som dos temas que tantas vezes embalaram romarias e festas populares.

O acordeão, neste caso, foi mais do que um instrumento: foi um guardião de memórias, tocado por mãos que já serviram milhares de refeições e acolheram gerações de clientes. Ao som de cada melodia, revivia-se a história do Verde Minho, feita de sacrifícios, amor à terra e compromisso com a autenticidade.



# VERDE MINHO III ALBUFEIRA

## MAIS RECONHECIDOS RESTAURANTES DO CONCELHO CAPACIDADE E QUALIDADE DE SERVIÇO

### Presenças ilustres e reconhecimento institucional

A importância do momento foi igualmente reconhecida pela presença de diversas figuras públicas e institucionais do concelho de Albufeira. Marcaram presença o Presidente da Câmara Municipal, José Carlos Rolo, a Vereadora Cláudia Guedelha, o Vereador Desidério Silva, o advogado Augusto Lopes e o advogado António Marante, entre outros convidados de prestígio. Todos fizeram questão de prestar homenagem aos fundadores, reconhecendo não apenas a excelência da gastronomia servida no Verde Minho, mas também o seu papel social, comunitário e afetivo na região. Em palavras destacou-se “o exemplo de persistência e de identidade” que o Verde Minho representa, sublinhando a sua capacidade de “preservar a alma do Minho em pleno Algarve, com verdade e coração”.

### À mesa, serviu-se muito mais do que comida

A gastronomia do Verde Minho sempre foi o fio condutor da sua reputação e, nesta noite, esteve à altura da história que representa. O bacalhau à moda da casa, cuidadosamente confecionado, foi um dos protagonistas. Acompanhado pelo arroz de pato tradicional, cozinhado lentamente, e pelos grelhados na brasa com tempero especial,

trouxe à mesa sabores que emocionam e que transportam para as cozinhas das avós, para os domingos em família, para a infância de muitos dos presentes.

O momento do bolo de aniversário foi outro símbolo da grandeza da noite: um bolo gigante e imponente, servido com duas garrafas de champanhe Moët & Chandon bruto branco de 6 litros,

representando não apenas celebração, mas a dimensão do que o Verde Minho se tornou: um colosso afetivo, um marco de identidade e sabor em Albufeira.

### Um espaço intergeracional de afetos

Durante toda a noite, via-se um fenômeno raro: três gerações partilhavam mesa e emoção. Pais que trouxeram filhos, avós e bisavós que reencontraram amigos, jovens que cresceram com os sabores da casa. O Verde Minho mostrou, mais uma vez, que é um lugar onde se serve comida, sim, mas sobretudo onde se cultiva pertença.

Há lugares que marcam uma cidade, não por serem os mais vistosos, mas por estarem no coração da sua gente. O Verde Minho é um desses lugares. Tornou-se um farol para a comunidade, onde a comida é ponte, o afeto é linguagem e a tradição é bússola.

### Verde Minho: uma casa onde a alma portuguesa se sente à mesa

Quando se fala do Verde Minho, fala-se de mais do que gastronomia. Fala-se de raízes, de emoções, de uma história viva que continua a ser escrita todos os dias. Os 16 anos do Verde Minho III e os 26 do Verde Minho I não são apenas números, são capítulos de uma epopeia familiar que se tornou património local e referência nacional.

Manuel e Amadeu, com humildade e visão, construíram um espaço que hoje representa o melhor de Portugal: a ligação entre o passado e o presente, entre norte e sul, entre a tradição e a modernidade, entre o afeto e a excelência.

A festa foi um reflexo da alma da casa: acolhedora, genuína, rica de sentimento. E ao fechar-se a noite, com o som do acordeão a ecoar nos corações, ficou uma certeza:

O Verde Minho não é apenas um restaurante. É uma casa portuguesa, com certeza. Uma casa onde se celebra a vida... à mesa. Parabéns, Verde Minho. Que venham muitos mais.



# SOUL GRAND FINALE

## “O Soul – Grand Finale”: Uma Noite Inesquecível de Talento e Emoção em Albufeira

A Escola de Dança de Albufeira, Soul, protagonizou uma noite memorável com o espetáculo “O Soul – Grand Finale”, que encheu por completo o Palácio de Congressos do Marriott, contando com cerca de mil espectadores. O evento foi um verdadeiro tributo ao talento, dedicação e paixão pela dança, deixando o público com a alma cheia e o coração tocado.

Em palco, desfilaram coreografias arrebatadoras, com um equilíbrio perfeito entre cor, música e movimento, num ambiente vibrante e acolhedor, onde o público respondeu com fortes aplausos e assobios de apoio. A atuação das quatro equipas de competição da Soul - Kids, Junior, Verseti e Adultos - revelou o empenho e a qualidade de ensino da escola, numa exibição que combinou street dance, hip-hop, popping, locking, house dance, vogue e waacking.



Aberto de segunda a sábado das 12:00 às 23h30

Cozinha aberta o dia todo



FUNDADO EM 1985 ESTABLISHED 1985

**Bernardino Martins Alves**

Açoteias - Olhos de Água  
5 Kms. Albufeira - 9 Kms. Vilamoura  
8200-252 Albufeira | Algarve - Portugal

Próximo do Hotel Resort Pine Cliffs  
*A Lagosteira is in Açoteias just past  
the Hotel Resort Pine Cliffs*

00351 289 501 679 (chamada para rede fixa nacional)  
Latitude 37.0975 N / Longitude 8.1737 W  
restaurante.alagosteira@hotmail.com



A noite contou com a presença especial do Presidente da Câmara Municipal de Albufeira, José Carlos Rolo, e do Vereador Vítor Ferraz, que assistiram a um espetáculo de elevado nível artístico e humano.

A Soul é uma associação com mais de 20 anos de experiência no ensino da dança em Albufeira e tem vindo a afirmar-se não só na vertente competitiva, mas também na formação contínua, trazendo ao Algarve coreógrafos e professores conceituados das mais variadas vertentes da dança urbana.

No comando deste projeto está Marina Duarte, responsável pela escola e verdadeira alma da Soul. Ao seu lado, a professora Beatriz, descrita como a “mão direita e o braço esquerdo” de Marina, que se tem destacado pela dedicação, força e sensibilidade com que cuida e forma os seus alunos. Um dos momentos mais emocionantes da noite foi quando Beatriz leu um texto de despedida dedicado a dois dos três



alunos que deixarão a Soul. A emoção foi tanta que, como se costuma dizer, “a lágrima fez questão de gelar”.

Todos os alunos estão de parabéns: dos mais novos aos mais experientes, todos partilharam o palco com entrega, energia e alma, fiel ao nome do espetáculo e da escola: O Soul.



## FESTAS/MISSAS DA NOSSA PARÓQUIA



# NOITE BRANCA OLHOS DE ÁGUA

## Noite Branca estreou-se com brilho nos Olhos de Água

Pela primeira vez, a Praia dos Olhos de Água foi o cenário escolhido para a Noite Branca e a estreia não podia ter corrido melhor: um verdadeiro sucesso, com ruas cheias de vida, esplanadas lotadas e um ambiente vibrante que uniu centenas de pessoas num espírito de festa inesquecível.

O parque de estacionamento esgotou num ápice, sinal claro da enorme adesão ao evento. As ruas estavam vestidas de branco, literalmente, com pessoas animadas, música no ar e uma energia contagiatante a tomar conta de cada recanto.

O evento contou com a presença do Vice-Presidente da Câmara Municipal de Albufeira, Cristiano Cabrita, e da Presidente da Junta de Freguesia dos Olhos de Água, Indaleta Cabrita, que fizeram questão de marcar presença e enaltecer a importância de levar eventos desta natureza às freguesias, dinamizando o território e promovendo a cultura local.

E como não podia deixar de ser, o artesanato também teve o seu espaço. Foi uma aposta certeira e muito bem pensada, permitindo aos nossos artesãos mostrar os seus dotes e produtos a portugueses e estrangeiros, contribuindo para a valorização do trabalho manual e da identidade local.

Um dos momentos altos da noite foi, sem dúvida, a aula de Zumba, que cativou dezenas de participantes. A adesão foi muito forte e encheu a praça de movimento, ritmo e boa disposição. Uma verdadeira explosão de energia que animou ainda mais uma noite já cheia de motivos para celebrar.

A Noite Branca nos Olhos de Água foi, assim, mais do que um evento: foi uma afirmação da vitalidade da freguesia, da criatividade da organização e do entusiasmo de todos os que participaram.

Quem esteve, sabe bem o ambiente fantástico que se viveu. Quem não esteve, que não perca a próxima! Vista-se de branco e venha viver a festa connosco, nos Olhos de Água.



CA SOLUÇÕES DE CRÉDITO HABITAÇÃO

**Ouvi dizer que  
procura casa!**

PUBLICIDADE  
**Por acaso  
já foi ao  
Crédito  
Agrícola?**

**SIMULE JÁ**



O Crédito Agrícola obteve o selo "Escolha Acertada", da DECO PROTeste, na categoria de Crédito Habitação no segmento taxa mista. Prémio atribuído em Novembro de 2024. Válido até Dezembro de 2025. Este prémio é da exclusiva responsabilidade da entidade que o atribuiu.

Sujeito a decisão de risco de crédito



Para mais informações:  
[creditoagricola.pt](http://creditoagricola.pt) | [f](https://www.facebook.com/creditoagricola) [i](https://www.instagram.com/creditoagricola/) [l](https://www.linkedin.com/company/credito-agr%C3%A1cola-m%C3%BCtuo/) [y](https://www.youtube.com/creditoagricola)

Caixa Central - Caixa Central de Crédito Agrícola Mútuo, C.R.L. registada junto do Banco de Portugal sob o nº 9000 | M.C.R.C de Lisboa e Pessoa Colectiva nº 501 464 301  
Capital Social € 321.405.715,00 (variável) | Rua Castilho nº 233, 233 A, Lisboa

  
Crédito Agrícola

# Espetáculo COMEMORATIVO

DIA DO MUNICÍPIO

**20 — AGOSTO 2025**

ALBUFEIRA

**August 20<sup>th</sup>**  
**Fisherman's Square**  
Music & Fireworks  
**10.00pm**

# Seu Jorge

**22h00**  
**Praça dos  
Pescadores**

**24h00**  
**FOGO DE ARTIFÍCIO**



**DJ SET**  
**ZÉ BLACK**

## ECO CIDADE “ALBUFEIRA”

Decorreu em Albufeira o evento Eco Cidade, uma iniciativa de destaque que reuniu diversas personalidades e entidades para debater os desafios e oportunidades na interseção entre reciclagem, turismo e desenvolvimento sustentável.

O encontro contou com a presença de António Costa, diretor da Eco, e de Anisabel Trimigrais, CEO da Sociedade Ponto Verde, que destacaram a importância da reciclagem e a necessidade de conscientizar tanto residentes como visitantes para os impactos ambientais associados ao desperdício.

José Carlos Rolo, Presidente da Câmara Municipal de Albufeira, marcou presença e sublinhou o compromisso do município com políticas ambientais responsáveis e com a promoção de boas práticas junto da população e do setor turístico.

Também participaram André Gomes, Presidente da Região de Turismo do Algarve, Lusário Ribeiro, Diretora de Operações do Grupo Vila



Galé, e Vítor Aleixo, Presidente da Câmara Municipal de Loulé, enriquecendo o debate com perspetivas sobre o impacto ambiental do turismo e a importância de promover uma cultura de reciclagem entre os turistas que visitam o Algarve.

A moderação



**MEDICINA TRADICIONAL CHINESA**  
TRADITIONAL CHINESE MEDICINE

- ACUPUNTURA
- MASSAGEM TUI NA
- FITOTERAPIA
- MOXOBOSTÃO
- PRESSOTERAPIA
- DRENAGEM LINFÁTICA
- DESINTOXICAÇÃO
- HOMEOPATIA
- ESTERILIDADE MASCULINA
- E FEMININA
- DOENÇAS AUTOIMUNES

Dr. Adelino Ribeiro  
Licenciado pela ESMTC de Lisboa e Faculdade de Medicina República Popular da China



ficou a cargo de Alexandre Batista, editor do portal Eco, que conduziu uma conversa fluida e esclarecedora sobre os desafios ambientais da região, com especial enfoque no papel das autarquias, das empresas e da sociedade civil na promoção de um turismo mais sustentável. Entre os tópicos discutidos destacaram-se:

- A importância de reforçar os hábitos de reciclagem durante a época alta turística;
  - A necessidade de comunicação eficaz para os turistas sobre os sistemas de separação de resíduos em Portugal;
  - Os impactos positivos da reciclagem na economia local;
  - A colaboração entre municípios, empresas e entidades ambientais como vetor essencial para alcançar metas sustentáveis.
- O evento reforçou o papel de Albufeira como cidade comprometida com a sustentabilidade e com o futuro ambiental do Algarve.



### Aquele olhar

Ricardo Clemente



### Um Olhar!

Albufeira valoriza espaços públicos com obras que homenageiam a história e a identidade local. Sob a liderança do vereador Ricardo Clemente, responsável pelos Espaços Exteriores, Requalificação e Património Municipal, a Câmara de Albufeira tem vindo a apostar na valorização do espaço público através da integração de elementos artísticos e culturais que evocam a identidade histórica do concelho.

Ao longo do atual mandato, foram desenvolvidas várias intervenções que procuram não apenas embelezar a cidade, mas também contar a sua história aos residentes e visitantes. Um dos exemplos mais visíveis é a escultura “Atum”, criada pelo artista plástico algarvio João Jesus. Concebida a partir de materiais obsoletos reaproveitados de armazéns municipais, a peça foi instalada em frente ao INATEL – um local com forte ligação à antiga atividade conserveira da zona, especialmente de sardinha e outros peixes.

Outra obra de destaque é o conjunto de painéis de azulejos da autoria do artista Ricardo Inácio, que embeleza a parede exterior do Jardim Frutuoso da Silva, na zona histórica da cidade. Através de dois grandes painéis, a obra propõe uma viagem pelos momentos mais marcantes da história de Albufeira e de Portugal: desde os primeiros povos que habitaram a Península Ibérica, passando pelos romanos e árabes, à Reconquista Cristã, os Descobrimentos Marítimos e o impacto do terramoto de 1755.

A narrativa estende-se à vida tradicional da região, com representações do modo de vida do litoral, como as carroças típicas, a pesca artesanal e as embarcações em madeira. Um segundo painel destaca a chegada do turismo, simbolizado por figuras internacionais como Tom Jones e Cliff Richard, que nos anos 60 contribuíram para dar notoriedade a Albufeira. Com o desenvolvimento de hotéis, bares e restaurantes, a cidade ganhou nova vida e firmou-se como destino turístico de renome internacional.

Também foram acrescentados elementos decorativos com inspiração árabe, como jarras em tonalidade azul e uma porta de estilo mourisco, numa clara alusão às raízes históricas do concelho. Estas intervenções estendem-se a outros locais emblemáticos, como os arredores do Museu Municipal de Arqueologia, a Igreja Matriz e a zona do Castelo, onde foram instalados bancos, pequenas fontes e elementos decorativos que incentivam o descanso e a contemplação.

O percurso histórico continua com a implementação dos padrões dos Descobrimentos, instalados no Rossio e na Marina, bem como um percurso temático no miradouro do Pau da Bandeira. Já à entrada do porto de abrigo, uma pintura mural retrata um pescador em plena labuta, prestando homenagem aos homens do mar e à alma marítima da cidade.

Para Ricardo Clemente, estas ações representam um esforço concertado para valorizar o espaço público e torná-lo mais atrativo:

“Queremos que Albufeira seja mais do que sol e praia. Deve ser também cultura, história e património. Procuramos evidenciar a nossa identidade e despertar o interesse dos que nos visitam. As nossas influências e os nossos feitos merecem ser realçados”, afirma o vereador.



## GALA EQUESTRE

### ARTE, TRADIÇÃO E EMOÇÃO NA MARINA DE ALBUFEIRA

A Gala Equestre é um evento de destaque na agenda cultural do Algarve, que se realiza na emblemática Marina de Albufeira. Combinando a elegância do espetáculo equestre com a riqueza da música e dança portuguesa, esta gala oferece uma experiência única, onde a arte e a tradição se entrelaçam sob o céu algarvio.

No centro do espetáculo estão os cavalos lusitanos, símbolo da cultura equestre portuguesa, conhecidos pela sua nobreza, destreza e beleza incomparável. Estes magníficos animais protagonizam coreografias impressionantes, interagindo com o público em momentos de pura emoção e estética.

Entre os destaques da programação, está a participação do fadista César Matoso, cuja voz inconfundível e talento musical conferem uma dimensão cultural ainda mais profunda ao evento. César, amplamente reconhecido no panorama do fado contemporâneo, une a tradição musical à expressão equestre, numa fusão arrebatadora.

A gala conta também com a energia e elegância de Cristiana Jesus, dançarina de excelência e natural de Albufeira, que, com Cláudio Alegre, trazem ao palco a arte do movimento com alma e paixão. Diretores da escola Alma no Passo, em Quarteira, Cristiana e Cláudio são uma referência na dança contemporânea com raízes tradicionais e a sua performance é um verdadeiro espetáculo visual. Realizado num cenário privilegiado, onde o mar encontra a cultura, a Gala Equestre atrai tanto visitantes como residentes, celebrando a herança portuguesa de forma envolvente e inovadora. É um evento imperdível que une gerações e promove o que de melhor o Algarve tem para oferecer: cavalos, música, dança e identidade.



## GIMMO ACRO-ALL-BUHERA

### A GALA DE VERÃO ENCANTA E ENCHE O PAVILHÃO DE OLHOS DE ÁGUA

O Pavilhão Desportivo de Olhos de Água foi palco de uma noite inesquecível com a realização da Gala de Verão da Acro Albuhera, intitulada "Gimmo Acro All-Buhera". O evento reuniu todas as classes do clube anfitrião e contou com a presença especial do Ginástica Clube de Loulé, como clube convidado, reforçando o espírito de cooperação e partilha entre coletividades da região.

O espetáculo teve início com uma belíssima apresentação de abertura, com todos os alunos alinhados, num momento simbólico de união, disciplina e entusiasmo. Ao longo da noite, desfilaram pelo tapete acrobático duas classes de iniciação, duas classes intermédias e duas classes de competição, demonstrando o trabalho desenvolvido ao longo do ano letivo, numa exibição repleta de talento, energia e emoção.

O entusiasmo à volta da gala foi tão grande que o pavilhão rapidamente se encheu até à última cadeira e ainda ficaram muitos em pé. Ficou claro que o espaço

foi pequeno para tanto público que quis assistir e aplaudir os jovens ginastas. Pais, mães, avós, avôs, tios, tias e amigos encheram por completo as bancadas, num verdadeiro ambiente de festa e orgulho familiar. A cerimónia contou com a presença do Vice-Presidente da Câmara Municipal de Albufeira, Cristiano Cabrita, que subiu ao palco para felicitar os dirigentes, treinadores e toda a equipa da Acro Albuhera. No seu discurso, destacou o papel essencial das famílias no apoio à prática desportiva dos mais novos, agradecendo o empenho de todos aqueles que, semana após semana, levam os filhos, netos e sobrinhos aos treinos, mesmo com a azáfama do dia a dia.

“Este espetáculo é prova de que o desporto é muito mais do que competição. É sacrifício, é entrega, é comunidade. E Albufeira, enquanto futura Cidade Europeia do Desporto 2026, está profundamente orgulhosa de clubes como

este, que fazem a diferença na formação dos nossos jovens,” afirmou o Vice-Presidente. A Gala “Gimmo Acro All-Buhera” foi um verdadeiro hino ao desporto, à dedicação e ao amor pela ginástica, deixando no ar a certeza de que o futuro da modalidade em Albufeira está em boas mãos e com o apoio de uma comunidade que não falha.

A Acro Albuhera reforça, assim, o seu papel enquanto referência na formação desportiva local e promete continuar a elevar o nome de Albufeira em cada salto, em cada pirâmide, em cada apresentação.



**H. V. MOTOS**

ASSISTÊNCIA  
TÉCNICA DE MOTOS

HVMOTOS@LIVE.COM.PT

TLM: 961 610 929

PADERNE - ALBUFEIRA

**Pneu Reconstruído, Lda**

**PNEUS  
NOVOS E USADOS  
TODAS AS MARCAS**

GUIA - Vale Verde, EN 125 • 8200-429 Albufeira  
Tel. 289 561 210 - albufeirapneu@sapo.pt

**f**

- Serviço de Serralharia em Ferro ou Inox
- Montagem de Vedações, Portas, Portões, Gradeamentos...

960 201 239

geral.hmserralharia@gmail.com

## FESTAS DO FRANGO, DA SARDINHA E DA TERRA E DO PETISCO ANIMAM O PALADAR DE AGOSTO EM ALBUFEIRA

Agosto volta a ser um mês de grande animação em Albufeira. O calendário gastronómico traz até ao concelho três propostas irrecusáveis que celebram o melhor da cultura e dos sabores típicos da região. De 30 de julho a 3 de agosto, a freguesia da Guia recebe a 36.ª Festa do Frango da Guia; de 7 a 9 de agosto, realiza-se a 26.ª Festa da Sardinha, na Praia de Olhos de Água e nos dias 23 e 24 de agosto, a festa rumo a Ferreiras para a Feira da Terra e do Petisco. Música, gastronomia, artesanato e muito mais, para verdadeiros encontros de famílias e amigos.

A Festa do Frango da Guia arrancou na quarta-feira, dia 30 de julho. Durante cinco noites (até ao dia 3 de agosto), o Polidesportivo local transforma-se num verdadeiro palco de festa e tradição. O evento decorre entre as 19h00 e as 02h00, numa organização conjunta do Guia Futebol Clube e da Junta de Freguesia da Guia, com o apoio do Município de Albufeira e do comércio local.

A 36.ª edição do certame, para além de dar a conhecer uma das mais emblemáticas iguarias da região, conta com um cartaz musical diversificado e pensado para todas as idades. A festa estreia-se ao som de Emanuel e Tânia, seguidos pelo artista brasileiro Iran Costa. No dia 31, sobem ao palco Ruben Filipe e David Antunes & The Midnight Band e a 1 de agosto atuam Rui & Miguel e MTRock the 80's. No dia seguinte, Valter Cabrita Band e José Francisco, participante do programa de televisão "The Voice", garantem a festa. No último dia da iniciativa apresentam-se Band Dalila e David Brito.

Paralelamente, no exterior do recinto, acontece a XVII Mostra de Artesanato que promove o talento e os produtos dos artesãos locais.

Na semana seguinte, de 7 a 9 de agosto, é a vez da 26.ª Festa da Sardinha tomar lugar no recinto junto à rampa dos barcos, na Praia de Olhos de Água. A partir das 20h00, e com entrada livre, o evento alia o sabor autêntico da sardinha assada a momentos de confraternização e tradição, com música popular e bailes ao ar livre. Do alinhamento fazem parte o Duo 64 (7 de agosto), Ritmos do Sul (8 de agosto) e Mário Neves e o Rancho Folclórico de Olhos de Água (9 de agosto).

A encerrar o mês, nos dias 23 e 24 de agosto, realiza-se, em Ferreiras, a Feira da Terra e do Petisco, no parque de estacionamento do

Polidesportivo do Futebol Clube de Ferreiras. O evento, dedicado aos sabores, saberes e tradições locais, é organizado pela Junta de Freguesia de Ferreiras, com o apoio da Câmara Municipal de Albufeira, do comércio local e de várias associações da freguesia.

O programa musical começa no dia 23, com David Brito e o Rancho Folclórico de Albufeira a antecederem o concerto de Quina Barreiros.

A 24 de agosto, o grande destaque é Helena Correia, que atua depois de Emanuel e Tânia.

José Carlos Rolo, presidente da Câmara Municipal de Albufeira, sublinha a importância destes eventos para o concelho, "uma vez que, para além de dinamizarem a economia local e promoverem os produtos e tradições do concelho, são também momentos privilegiados de encontro entre gerações, turistas e residentes, num ambiente onde reina a tranquilidade e a hospitalidade bem características da gente da terra".



## MÚSICA CLASSICA

A Marina de Albufeira foi palco, na noite de 5 de julho, de um espetáculo memorável de música clássica, protagonizado pela orquestra dirigida pelo maestro Armando Mota (Arte do Sul). O programa incluiu a obra CONCERTO IN F e a icónica AN AMERICAN IN PARIS, de George Gershwin, numa fusão entre tradição e modernidade que conquistou o público presente.

Numa noite marcada por temperaturas amenas e um ambiente descontraído, a música preencheu o espaço com harmonia e emoção, reforçando a aposta de Albufeira na valorização cultural e na promoção de eventos de qualidade. A atuação foi amplamente aplaudida e deixou clara a recetividade da comunidade e dos visitantes a iniciativas deste género.

O evento, que decorreu ao ar livre, integrou-se no calendário cultural de verão do concelho, afirmando Albufeira como um destino não apenas turístico, mas também cultural.



# JARDIM DOS DINOSAURIOS ONDE O PASSADO GANHA VIDA!

## PARQUE DO RIBEIRO / ABERTO DE 2 DE JULHO A 24 DE AGOSTO



O Parque do Ribeiro, à entrada de Albufeira, transformou-se no habitat natural de catorze réplicas, à escala real, de dinossauros. À noite, a visita é ainda mais impressionante, mediante o recurso a jogos de luz e som.

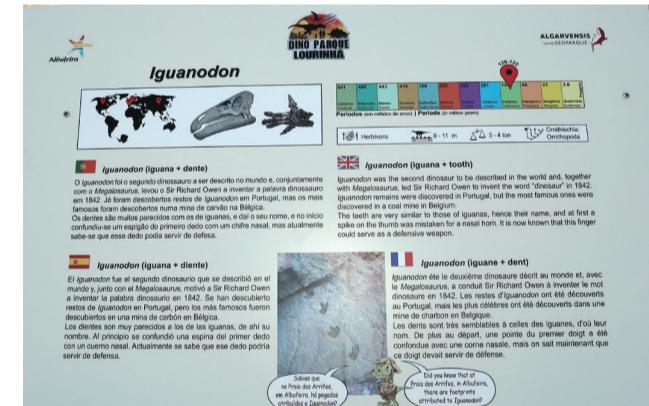
A exposição denomina-se “Jardim dos Dinossauros” e a inauguração contou com a visita do Presidente da Câmara Municipal, José Carlos Rolo, elementos do Executivo e convidados. De entrada livre, é possível apreciar até 24 de agosto.

Catorze dinossauros do período Triássico ao Cretáceo estão instalados no Parque do Ribeiro, um vale verdejante à entrada de Albufeira. O presidente da Câmara Municipal, José Carlos Rolo, fez a visita de abertura a esta nova exposição, acompanhado pelo Executivo e demais convidados e, apesar de já conhecer as réplicas, diz-se sempre “impressionado, talvez pela dimensão ou pelo despertar da imaginação em confronto com aquilo que foram estes seres extraordinários”. O autarca lembra que esta é segunda vez que o Parque do Ribeiro acolhe estas réplicas, tendo sido em 2021 a primeira exposição e relembrar que “na Praia dos Arrifes também foram descobertas pegadas de cinco dinossauros de três espécies distintas, com cerca de 120 milhões de anos” e que, por isso, faz parte do aspirante Geoparque Algarvensis.

Esta exposição reproduz as seguintes espécies: Pterodactylus Flying, Dilophosaurus, Allosaurus Junior, Kentrosauros, Lourinhanossaurus, Iguanodon Laying, Deinonychus, Velociraptor, Troodon, Oviraptor, Centrossaurus, T-Rex e T-Rex Junior, Fotohead, Scelidossauros, Centrosaurus e Tyrannossauros Rex, animais que habitaram a terra durante cerca de 165 milhões de anos. Estas réplicas são originárias do “Dino Parque” da Lourinhã, o “maior museu ao ar livre da Europa” dedicado à temática dos dinossauros e à paleontologia.

Os modelos são à escala real (entre 1,80m e os 13 metros), todos certificados científicamente, e têm deslumbrado miúdos e graúdos. À noite, graças à iluminação dos modelos expostos, o “Jardim dos Dinossauros” transforma-se com novas sombras e cores. Há sempre ambiente sonoro do que se crê ter sido a “voz” dos dinossauros.

Refira-se que os últimos dinossauros desapareceram do Planeta há cerca de 66 milhões de anos. Estes animais habitaram a terra durante os períodos geológicos Triássico, Jurássico e Cretáceo. Porém, nem todas as espécies de dinossauros viveram na mesma época, assim como também não se extinguiram ao mesmo tempo. Viveram no mundo inteiro e os seus fósseis foram encontrados em todos os continentes. Alguns destes dinossauros só viveram no território que hoje conhecemos como Portugal, pelo que são únicos no mundo. Havia dinossauros de todos os tamanhos. Alguns eram



mais pequenos do que uma galinha, enquanto outros chegavam a atingir os 45 metros de comprimento. O “Jardim dos Dinossauros” é de entrada livre e pode ser visitado até ao próximo dia 24 de agosto.

**Caía a noite no Parque do Ribeiro...**

**As estrelas começavam a surgir no céu...**

**E de repente... o silêncio foi quebrado por um som ancestral.**

**Um rugido ecoava entre as árvores, vindo de trás da montanha.**

**As luzes acenderam-se lentamente, revelando sombras... formas....**

**Dinossauros? Talvez.**

**Bem-vindo ao Jardim dos Dinossauros. Onde o mistério vive... e o passado ruge no presente.**

## NECROLOGIA

### Manuel Duarte Afonso

#### Agradecimento

A família agradece, com profundo reconhecimento, a todos os que 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.

**Servilusa** Agência Funerária Albufeira 800 204 222



**Servilusa**  
AGÊNCIAS FUNERÁRIAS

Não decida sem nos consultar

Serviço Funerário  
desde 995\*

servilusa.pt

800 204 222

\* Não inclui despesas de igreja, serviço religioso, taxas de cemitério e documentação.

**JR** José Rosa & Filhos, Lda.

#### Artigos Fúnebres e Religiosos

Funerais • Trasladações e Cremações de todo o tipo  
para o País e Estrangeiro  
Tratamos de toda a documentação

**Agência Funerária**

965 805 506 / 968 033 276

N.º Verde.: 800 222 000

Praça D. Afonso III, 23 • 8100-666 LOULÉ  
Tel. 289 462 271 • Fax 289 416 845 • Tlm. 965 805 506 / 968 033 276  
ALGOZ Tel. 282 575 421 • Tlm. 964 283 736  
FERREIRAS Tel. / Fax. 289 548 039

www.funerariasjrf.pt

funerariasjrf@gmail.com

# ARRAIAL DAS ASSOCIAÇÕES

Comunidade de Paderne viveu dia de união, tradição e cultura

O Arraial das Associações, mais do que um evento, é um verdadeiro símbolo de cooperação entre as forças vivas da freguesia de Paderne. Ao longo do dia 5 de julho, a aldeia encheu-se de sorrisos, reencontros e partilhas intergeracionais, com as associações locais a mostrarem o melhor do seu trabalho em prol da comunidade.

Associações culturais, desportivas, recreativas e sociais juntaram-se, deram as mãos e mostraram



a força do tecido associativo de Paderne, um exemplo de como o trabalho voluntário, quando alinhado com objetivos comuns, pode transformar realidades. O recinto do evento esteve sempre animado com atuações de grupos locais, danças tradicionais e muita música popular portuguesa, onde não faltou o habitual baile à moda antiga, que trouxe todos à pista. Os mais novos também tiveram espaço para se divertir, com atividades pensadas especialmente para as famílias.

## “O associativismo é a alma da freguesia”

Durante a tarde, o Presidente da Junta, João Ruaça, destacou a importância das associações como “verdadeiros motores de cidadania ativa” e agradeceu o empenho de todos os voluntários que, “com dedicação e amor à terra, tornam possível este tipo de iniciativas que reforçam os laços comunitários”.

Já a Vereadora Cláudia Guedelha, em representação do município, elogiou “o dinamismo de Paderne” e reiterou o compromisso da Câmara Municipal de Albufeira em continuar a apoiar eventos que promovam a coesão social e a valorização da cultura local.

## Bonga: uma atuação memorável

O ponto alto do arraial foi, sem dúvida, a atuação do carismático Bonga, que levou o público numa viagem sonora por África e pela lusofonia, com clássicos como “Mona Ki Ngi Xica” ou “Mariquinha”, que arrancaram aplausos e fizeram vibrar miúdos e graúdos. Com a sua voz inconfundível e presença magnética, Bonga proporcionou uma noite inesquecível a todos os que marcaram presença.



Conselhos Médicos  
Dr. Nelson de Melo

## DIARREIA



As altas temperaturas durante o verão aceleram a deterioração dos alimentos, bebidas quando mal armazenadas, favorecendo multiplicações das bactérias provocando diarreia.

Os idosos e as crianças são grupos mais vulneráveis. Diarreia é a inflamação do estômago e dos intestinos grosso e delgado.

A diarreia aguda (gastroenterite) pode ser de origem viral, bacteriana ou parasitária, embora a gastroenterite possa ser também secundária à ingestão de medicamentos (antibióticos), drogas ou toxinas. A aquisição pode ser de origem alimentar, transmitida pela água, transmitida de pessoa para pessoa, ou de animais para pessoas.

Os sinais e sintomas da diarreia são náuseas, vômitos, sons intestinais hiperativos ou cólicas abdominais. Normalmente a diarreia começa 12 a 72 horas após a ingestão de alimentos ou água contaminada.

Achados sugestivos de gastroenterite (diarreia) incluem:  
-Expulsão de fezes aquosa abundante.

- Ingestão de alimentos potencialmente contaminada (sobretudo durante um surto (salmonela), água de superfície não tratada etc.

O tratamento envolve beber muitos líquidos (reposição de líquidos perdidos) e com antidiarreicos, etc.

O seu médico de família deve ser consultado se houver vômitos, cólicas abdominais, febre ou fezes com sangue. Os probióticos podem reduzir levemente a duração da diarreia.

Dicas:

O que comer quando tem diarreia:

1. Iogurte natural, bebida de arroz
2. Canja de carnes brancas frango, peru ou coelho
3. Peixe branco cozido
4. Ovo escalfado ou cozido
5. Batatas, cenouras, arroz, quinoa (cozido)
6. Pão branco torrado, bolacha Maria
7. Banana, maçã, marmelo, limão
8. Água, infusões, caldos sem gordura, água de cozer o arroz, água açucarada (se não tolera bem os alimentos).

Alimentos não recomendados são:

Laticínios (expeto o iogurte natural), carnes vermelhas, peixes gordos, ovos fritos, outros vegetais, massas integrais, pão integral, nozes, chocolate, sobremesas, refrigerantes (coca cola ou ice tea), álcool, café e cacau.

A sua dieta normal deve ser progressiva e lenta. À medida que a frequência das defecações vai diminuindo e a consistência das fezes vai voltando ao normal, podem ser adicionados alimentos em pequenas quantidades.

Habitualmente, quando se inicia este processo de recuperação, o organismo dá sinais de apetite!

Se detetar sangue nas fezes, tiver febre, estiver desidratado (sede e boca seca), perder peso, tiver diarreia ou vômitos intensos, não conseguindo ingerir a quantidade necessária de líquidos, ou se persistir mais de 7 dias (diarreia de turista ou visitante) ou mais de 14 dias no caso de diarreia aguda, deve ir ao médico.

Para prevenir as doenças diarreicas agudas é importante: Lavar as mãos com frequência, especialmente antes e depois de ir ao WC, tocar em animais, trocar fraldas, etc; Beber água desde que seja filtrada, tratada ou fervida;

Não utilizar gelo de proveniência desconhecida;

Não consumir alimentos fora do prazo;

Não consumir alimentos com aroma, cor ou sabor alterados; Evitar alimentos crus ou mal cozidos, especialmente carnes, pescados e mariscos;

Não tomar banho em águas de praias impróprias ou proibidas;

Higienizar frutas, legumes e verduras com 10 gotas de lixivia num litro de água durante 30 minutos, lavando em água corrente em seguida para retirar os resíduos;

Lavar e desinfetar superfícies e utensílios usados na preparação dos alimentos.

Portanto, o melhor remédio para umas boas férias é estar prevenido!

Boas férias.

# Apresentação do Concerto da Classe de Violoncelo

## DECORREU NUMA “SINGELA CERIMÓNIA” NO HOTEL ALÍSIOS

O Conservatório de Albufeira, com cerca de 400 utilizadores, entre crianças, jovens e idosos, realizou no Hotel Alisios, em Albufeira, o Concerto da Classe de Conjunto de Violoncelo, da responsabilidade da Professora Ana Correia.

Para além dos alunos da classe de Violoncelo deste Conservatório, o espetáculo contou com a participação dos artistas convidados Sara Silva, bailarina; Ema Fernandes, cantora lírica; Eva de Sousa, na guitarra; Martin Caldeira, no acordeão e a participação do Professor Maxim Nedobezhkin. António Nóbrega, Presidente desta instituição, deu as boas vindas às entidades e público e agradeceu a José Carlos Leandro, como anfitrião, por ter acolhido este evento na excelente sala do prestigiado Hotel Alisios.

### A ASSISTÊNCIA ESGOTOU A SALA E ASSISTIU ENCANTADA AO MUSICAL ESPETÁCULO DE ELEVADO NÍVEL ARTÍSTICO

A performance artística, pela sua qualidade, harmonia e diversidade, encantou os presentes.

A sala repleta, vibrou com a perfeição e beleza das peças apresentadas.

Foi, de facto, um espetáculo encantador que demonstrou o trabalho de equipa realizado pelo Conservatório de Albufeira, envolvendo alunos, pais, professores, colaboradores e entidades que prestam apoio a este importante equipamento educativo e cultural.

O Conservatório de Albufeira conta com o apoio do Ministério da Educação, do Município de Albufeira, da Junta de Freguesia de Albufeira/Olhos de Água e presta apoio cultural e educativo a mais de 400 crianças, jovens e adultos.

### APESAR DAS DIFICULDADES NAS INSTALAÇÕES E NOS RECURSOS, O CONSERVATÓRIO DE ALBUFEIRA CUMPRE COM DIGNIDADE A SUA MISSÃO

O orçamento anual do Conservatório corresponde ao valor que o Conservatório de Barcelona, com muito menos alunos, aplica apenas às despesas correntes de secretaria.

Esta organização cultural e educativa desenvolve as suas atividades com grandes limitações nas suas instalações e recursos, desenvolvendo ações culturais com crianças institucionalizadas da Misericórdia de Albufeira, do Centro Paroquial de Paderne e idosos do Clube Avô.

### COM EVENTOS DE ELEVADA QUALIDADE O CONSERVATORIO TRANSMITE DIGNIDADE E CONFIANÇA À POPULAÇÃO

Apesar de todas as dificuldades, António Nóbrega refere que tais obstáculos implicam o esforço



acrescido de todos... professores, diretores, alunos, pais e colaboradores.

No entanto, está plenamente consciente de cumprir, com êxito e dignidade, a sua missão como equipamento cultural e educativo no Município de Albufeira.

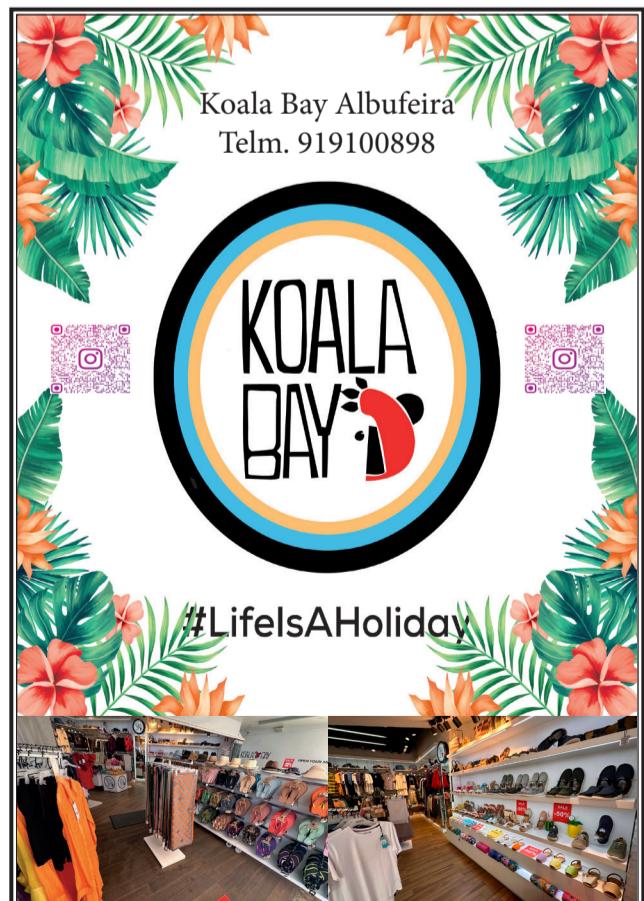
No final do evento, António Nóbrega agradeceu à empresa ALÍSIOS II, bem como a presença dos Presidentes da Câmara de Albufeira e das Juntas de Freguesia que se encontravam na sala em representação destas entidades.



Koala Bay Albufeira  
Telm. 919100898



#LifeIsAHoliday





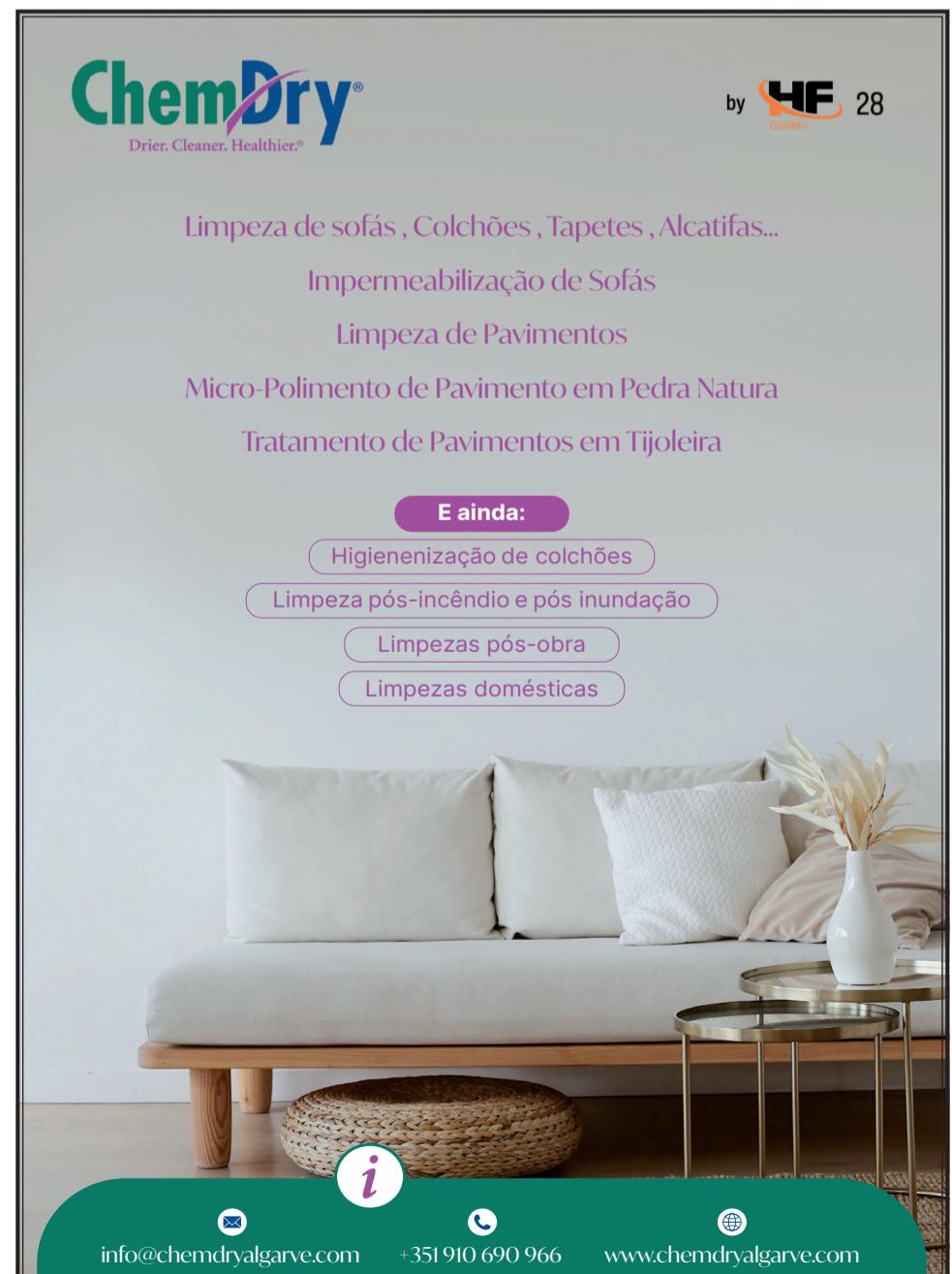
ONDE ESTÁ A MELHOR  
QUALIDADE?  
NO SUPER DAQUI



**VERDE Minho**

ABERTO DIARIAMENTE DAS 11:30 ÀS 22:30  
TEMOS O NOSSO JÁ BEM CONHECIDO SELF-SERVICE AO PESO COM  
VÁRIOS PRATOS DO DIA, VASTA GAMA DE GRELHADOS, PIZZAS,  
SALADAS, FRUTAS TROPICIAS E SOBREMESAS.  
1 ALBUFEIRA TELF. 289 514 801  
2 BRAGA TELF. 253 624 641  
3 VALE PARAISO TELF. 927 516 796 ENCERRA A SEGUNDA -FEIRA  
EMAIL: [restauranteverdeminho@gmail.com](mailto:restauranteverdeminho@gmail.com)





**ChemDry®**  
Drier. Cleaner. Healthier.  
by HF 28

Limpeza de sofás, Colchões, Tapetes, Alcatifas...  
Impermeabilização de Sofás  
Limpeza de Pavimentos  
Micro-Polimento de Pavimento em Pedra Natura  
Tratamento de Pavimentos em Tijoleira

**E ainda:**

- Higienização de colchões
- Limpeza pós-incêndio e pós inundaçāo
- Limpezas pós-obra
- Limpezas domésticas



