

## O Algarve vai votar. Presidenciais 2011 Janeiro 23

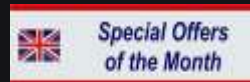
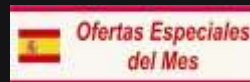
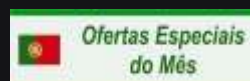
Free Magazine



Contém Informação útil:  
Agenda de eventos culturais.  
Mapa de estradas do Algarve,  
Campos de Golfe e Praias.  
Plantas de cidades.  
Fotografia. Passatempos.

Revista Grátis

Algarve Sempre! Algarve Siempre! Algarve Always!



Visite o nosso site para ver a edição do mês. Veja também as diferentes secções para nos conhecer melhor, pensar e decidir trabalhar connosco!

Contacte-nos por email: [inalves@mail.telepac.pt](mailto:inalves@mail.telepac.pt) • tlm. 968 639 468 • tel. 289 72 10 50 • OLHÃO



# Editorial

E agora como é que vai ser? Como é que os portugueses vão fazer para sobreviverem aos tempos muito difíceis que têm pela frente? Acabaram-se as ilusões, e de tanto repetidas, os ilusionistas já não têm mais truques para iludir a realidade. Agora até o mais analfabeto dos portugueses sabe que quando arrancou a última folha do calendário de 2010, começa o primeiro dia de Janeiro de 2011, em que, apesar de ser feriado, já vai começar a suportar mais impostos, subida de preços, cortes nos salários, e mais desemprego. Infelizmente o OE para 2011 também vai obrigar a generalidade dos portugueses a pagar mais pelos serviços de saúde e, os que têm filhos na escola também vão ter que pagar mais pela educação dos seus filhos. Podem os políticos dizer que tudo isto acontece com Portugal por causa da economia global, por causa dos mercados financeiros e da especulação. Mas se reflectir bem sobre a nossa história recente vai certamente encontrar respostas para explicar a situação do país e a sua pobreza.

Passaram 36 anos de vida em democracia e liberdade, e temos que reconhecer que o país e os portugueses evoluíram muito. Estamos hoje entre os povos mais cultos da Europa, 867 anos de existência, experiência de vida e as novas oportunidades dão-nos esse estatuto e, devemos ter hoje mais doutores e engenheiros por mil habitantes que os outros parceiros da comunidade. Temos mais políticos. Temos mais deputados. Temos mais gestores públicos ganhando, mais que o presidente da república, muitos deles ganham mais 30% que os seus colegas europeus. Temos a melhor selecção da Europa que tem o melhor jogador do mundo e não ganha nada. Temos mais pilha galinhas na cadeia, e mais ladrões de colarinho branco na rua. Temos um país que é um jardim à beira mar plantado, com um mar imenso e um clima fenomenal, só nos falta as bananeiras. Temos tudo isto, mas porque será que somos dos povos mais pobres da Europa? Parafraseando Mário Soares na resposta que deu a um jornalista, durante uma visita que fez a Moçambique há já alguns anos, quando lhe perguntaram sobre o resultado da independência e a miséria em Moçambique? Respondeu mais ou menos assim: "Estão mais pobres é verdade!...Mas têm a liberdade de escolher o que querem ser!". Esta resposta foi a constatação de um facto, e fez-me recordar a semelhança dos moçambicanos com os portugueses, também nós estamos mais pobres, quase na miséria, mas também temos a liberdade de escolher o que nos é dado escolher.

Bem podem agora os políticos portugueses clamar ou desculparem-se com a economia global e a crise financeira mundial que afecta a Europa e o mundo ocidental, para justificarem o desastre a que conduziram o país. Estes políticos não entregaram Portugal à Espanha ou à França, países que os portugueses seriam capazes de combater outra vez, como em 1385, 1640 ou em 1810, entregaram-no como hipoteca às praças financeiras que emprestaram dinheiro a rodos para alimentar

" vaidades" de um país governado por mentecaptos, que quase parece não ter futuro. 867 anos para fundar uma nação que deu novos mundos ao mundo e bastam apenas 50 anos, para reduzir a nação portuguesa ao insignificante estatuto de região da Europa, província de Espanha ou colónia da China.

Poder-se-ia dizer que a triste e vergonhosa situação a que o país chegou é da exclusiva responsabilidade dos políticos. Assim fosse, porque qualquer revolução eliminaria fisicamente tais políticos. A verdade é que a responsabilidade do descalabro a que chegámos se deve exclusivamente a cada um dos portugueses que ao exercer o seu direito de votar decidiram o seu modelo de sociedade e o seu futuro. E também aqueles que não votaram têm iguais responsabilidades, porque deixaram que outros lhes decidissem o futuro dos últimos 15 anos rumo ao socialismo, com um breve intervalo de 3 anos de social democracia. Estes 15 anos conduziram a maioria do povo português à apagada e vil tristeza que Camões cantava, e em que se pode ver agora os maus "muitos mais" a banquetear-se e a viverem à grande e à francesa à custa da desventura e desgraça dos bons que continuam a trabalhar para honrar as suas famílias e os seus antepassados, para que o país não afunde de vez.

Para terminar este editorial cito Adrian Rogers 1931 para que você reflecta:

*"É impossível levar o pobre à prosperidade através de legislações que punem os ricos pela prosperidade. Por cada pessoa que recebe sem trabalhar, outra pessoa deve trabalhar sem receber.*

*O governo não pode dar para alguém aquilo que não tira de outro alguém.*

*Quando metade da população entende a ideia de que não precisa trabalhar, pois a outra metade da população irá sustentá-la, e quando esta outra metade entende que não vale mais a pena trabalhar para sustentar a primeira metade, então chegamos ao começo do fim de uma nação".*

O Editor



## Carta de Janeiro ao meu amigo José.

Como onde estás não posso comunicar contigo, mesmo assim, decidi escrever-te uma carta aberta todos os meses para desabafar o que vai acontecendo no teu país em vias de extinção.

Amigo Zé, este mês vai haver eleições para eleger, o mesmo, ou um novo presidente desta República que completou em Outubro de 2010, a proveta idade de cem anos. Vê só quem se candidata e recandidata. Candidata-se um defensor de Moura, que era presidente da Câmara de Viana do Castelo. Candidata-se um senhor Dr. Nobre que é presidente da AMI, aquela associação de médicos internacionais. Candidata-se um Sr. Lopes do PCP, que não é presidente de coisa alguma. Candidata-se o poeta Manel Alegre, que não é presidente de nada mas foi pivot na rádio Argel, e depois do 25 de Abril veio para a Emissora Nacional e logo arranhou lugar para deputar na AR, donde se reformou há pouco tempo porque com a idade que tem já não deputava muito bem com os seus pares. Temos o austero, magro e seco, Prof. Dr. Aníbal Cavaco Silva, cansado e triste, que por dever patriota, qual Egas Moniz com a corda ao pescoço é obrigado a recandidatar-se para mais um mandato que não queria, mas há falta de candidatos com melhor currículo e mais credibilidade, tem que fazer outra comissão para que esta República não acabe de vez. E por fim apareceu o J. M. Coelho da Madeira. Do resultado das eleições para presidente já ninguém dúvida quem vai ser eleito, isto porque ao fim de três décadas de ensino gratuito, e agora obrigatório até ao 12º ano, mais as novas oportunidades que abre as portas a mais doutores, já há menos portugueses burros.

Falando ainda das eleições presidenciais sabias que é o Zé Povinho, aquela figura pacóvia criada por Rafael Bordalo Pinheiro, que continua a pagar a festa dos políticos, os cartazes, os tempos de antena, os boletins de voto, e também paga o dia aos cidadãos designados para as mesas de voto? É verdade meu bom amigo! É ao povo que os políticos vão tirar o dinheiro para gastarem nas suas campanhas eleitorais e o Zé Povinho vai no pagode e paga sempre. Claro que o Zé Povinho do século XXI já não usa barbas hirsutas nem suíças, nem faz manguitos. Agora veste à europeia, usa brincos nas orelhas, sabe falar inglês e tem pelo menos dois telemóveis, mais um carro com muitos cavalos HP. Na carta que, se Deus quiser, te vou escrever em Fevereiro, logo te digo que o Sr. Prof. Dr. Aníbal Cavaco Silva ganhou as eleições. Isto porque é um homem honesto, sério e amante da sua pátria, ou não fosse ele um algarvio da mesma fibra de Bartolomeu Dias que morreu tentando descobrir o caminho marítimo para a Índia.

Olha Zé! Se o Sr. Dr. Oliveira Salazar de tanto amar o seu país, preferia que Portugal estivesse orgulhosamente só, na defesa da honra e da secular história da nação portuguesa, nos dias que correm bem podemos dar-nos por felizes por estarmos bem

acompanhados na UE e particularmente por fazermos parte do selectivo grupo dos PIGS. À Grécia os mercados financeiros já não querem emprestar dinheiro, à Irlanda idem idem, aspas aspas, e lá teve que ir o FMI dizer como se deveriam administrar financeiramente esses países. Depois do I e G, a seguir vai o P ou o S. Como tu sabes, nós portugueses somos peritos em desenrascarmo-nos vai daí já fomos vender a dívida “soberana?” à China. Sim desta vez o eng.º mandou o T. dos Santos à China fazer venda de títulos portugueses ao Hu Jintao, que entretanto tinha vindo ver, in loco, o que este país, a que chamam Puta-íá, valia. É claro que ficaram encantados com todo o conjunto de Puta-íá, o continente, os arquipélagos dos Açores e Madeira, mais as ilhas adjacentes Armona, Farol e Berlengas. Como são os chineses que têm a maior reserva de papel moeda impresso, desde dólares americanos e euros, parece que se prontificaram a emprestar desde logo 5 biliões de euros ao Puta-íá. A esta hora estão os dirigentes chineses a esfregar as mãos de contentes, porque depois de nos levarem Macau de borla, adquiriram agora por uma insignificância de 5 biliões de euros direitos sobre todo o território Puta-íá, onde, diga-se em abono da verdade já há uma apreciável colónia comercial chinesa a explorar os e as putaienses.

Amigo Zé, por não quererem estar “Orgulhosamente Sós”, os portugueses fizeram a revolução em 25 de Abril de 1974. Agora estão tão estupidamente acompanhados que, para qualquer lado que se voltem só têm credores! Claro que, tendo os portugueses a fama de desenrascados, com certeza se vão desenrascar da alhada em que meteram o país. E se não conseguirem desenrascar-se para pagar as dívidas à China, os chineses virão cá ensinar e ajudar os portugueses a trabalhar e produzir mais comendo menos, para pagar aquilo que antes comeram sem trabalhar. Chama-se a isto “ironia do destino” os portugueses levaram a civilização cristã à China para os chineses, 400 anos depois, trazerem-nos a revolução maoísta, ou seja, trabalho todos os dias, um tecto, uma tigela de arroz por dia, escolarização quanto baste e assistência médica garantida a quem produz.

Amigo Zé, por estas palavras podes imaginar como vai o teu país. E se, no que te escrevo, te parece que estou ali ao lado na vizinha Espanha e que não faço parte deste país, é verdade meu amigo! Já tive como tu, esta nação e a sua história impregnada na minha carne e na alma. Por ela, nos tempos de juventude, até a vida teria dado, hoje já nada dou por este Portugal porque não me revejo nele. Resta-me como consolação este meu Algarve onde nasci e vivo, e daqui te escrevo dando notícias do país que se vai perdendo dia a dia, e que já não é mais o mesmo Portugal em que nasceste.

António





# Conselhos e Dicas da Isilda

Este mês, e porque estamos no início de 2011, trago-lhe alguns conselhos para o ajudar a poupar...Tempo.



• Numa boa organização entra o conhecimento dos produtos de limpeza que costumam utilizar-se numa casa e saber de quais se pode ou não prescindir. Encher-se de frascos é uma perda de tempo e de dinheiro. Por exemplo, o que nunca lhe deve faltar é um bom tira-nódoas de gordura, cera para os móveis e soalho, limpavidros, lixívia e um produto para limpar os sanitários.



• Mantenha sempre limpos e num sítio determinado os esfregões, esponjas, escovas e trapos, pois isso vai facilitar-lhe a tarefa e não a fará perder tempo à procura, por exemplo, do pano para aplicar a cera ou o de limpar os vidros.



• Na maioria dos dias, quando chega a casa está cansada e com vontade de se deitar...mas, o mais simples é deixar os cinzeiros limpos e arrumar o resto da casa antes de se deitar o que irá facilitar-lhe imenso a limpeza no dia seguinte.



• Gostaria que limpar o pó dos seus móveis fosse uma tarefa mais fácil e duradoura? A grande maioria dos produtos que se encontram á venda, em spray, além de limparem protegem a madeira. Não os ignore. Pode aproveitar os panos húmidos com os quais limpou os vidros para também limpar as marcas das portas, os interruptores da luz ou os espelhos que vá vendo ao passar. A limpeza de toda a sua casa será muito mais rápida e não perderá tempo à procura e a mudar de



produto constantemente. Experimente.



• Um bom truque para poupar tempo e dinheiro consiste em colocar com cuidado todos os bibelots de vidro ou porcelana na máquina de lavar loiça, usando um programa suave e assegurando-se de que não está a meter objectos que podem perder a cor. Muna-se de um bom cesto ou caixote a percorra toda a casa enquanto vai metendo dentro dele os objectos, evitando assim as sucessivas e desnecessárias caminhadas até à cozinha.



• Para limpar as pratas, use o algodão mágico das latinhas com relativa frequência...evitará perder tempo para realizar uma limpeza a fundo desses objectos.



• Se, à noite, sempre que despe a roupa, a dobrar e deixar preparada para passar a ferro rapidamente no dia seguinte, irá mantê-la sempre impecável para a próxima vez que a queira usar.



• Por fim, se trabalha fora de casa, torna-se muito prático se preparar a refeição do dia seguinte enquanto janta, vê televisão ou, simplesmente, lê um livro antes de se deitar. Depois, apenas terá de aquecer e servir

E por este mês é tudo, volto em Fevereiro com outras dicas e conselhos que, espero, lhe dê alguma ajuda.  
Bom Ano.  
**Isilda Nunes**

## Para levantar o Ego

Publicamos. Com muito gosto, um e-mail que nos mandaram.

Tem que ser um estrangeiro a levantar-nos a moral... Artigo do Embaixador da GB ao deixar Portugal: Expresso 18 Dez 2010

### Coisas que nunca deverão mudar em Portugal

Portugueses: 2010 tem sido um ano difícil para muitos; incerteza, mudanças, ansiedade sobre o futuro. O espírito do momento e de pessimismo, não de alegria. Mas o ânimo certo para entrar na época natalícia deve ser diferente. Por isso permitam-me, em vésperas da minha partida pela segunda vez deste pequeno jardim, eleger dez coisas que espero bem que nunca mudem em Portugal.

1. A ligação intergeracional. Portugal é um país em que os jovens e os velhos conversam - normalmente dentro do contexto familiar. O estatuto de avô é altíssimo na sociedade portuguesa - e ainda bem. Os portugueses respeitam a primeira e a terceira idade, para o benefício de todos.

2. O lugar central da comida na vida diária. O almoço conta - não uma sandes comida com pressa e mal digerida, mas uma sopa, um prato quente etc, tudo comido à mesa e em companhia. Também aqui se reforça uma ligação com a família.

3. A variedade da paisagem. Não conheço outro país onde seja possível ver tanta coisa num dia só, desde a imponência do rio Douro até à beleza das planícies do Alentejo, passando pelos planaltos e pela serra da Beira Interior.

4. A tolerância. Nunca vivi num país que aceita tão bem os estrangeiros. Não é por acaso que Portugal é considerado um dos países mais abertos aos emigrantes pelo estudo internacional MIPEX.

5. O café e os cafés. Os lugares são simples, acolhedores e agradáveis; a bebida é um pequeno prazer diário, especialmente quando acompanhado por um pastel de nata quente.

6. A inocência. É difícil descrever esta ideia em poucas palavras sem parecer paternalista; mas vi no meu primeiro fim de semana em Portugal, numa festa popular em Vila Real, adolescentes a dançar danças tradicionais com uma alegria e abertura que têm, na sua raiz, uma certa inocência.

7. Um profundo espírito de independência. Olhando para o mapa ibérico parece estranho que Portugal continue a ser um país independente. Mas é e não é por acaso. No fundo de cada português há um espírito profundamente autónomo e independentista.

8. As mulheres. O Adido de Defesa na Embaixada há quinze anos deu-me um conselho precioso: "Jovem, se quiser uma coisa para ser mesmo bem feita neste país, dê a tarefa a uma mulher". Concordei tanto que me casei com uma portuguesa.

9. A curiosidade sobre, e o conhecimento, do mundo. A influência de "lá" é evidente cá, na comida, nas artes, nos nomes. Portugal é um país ligado, e que quer continuar ligado, aos outros continentes do mundo.

10. Que o dinheiro não é a coisa mais importante no mundo. As coisas boas de Portugal não são caras. Antes pelo contrário: não há nada melhor do que sair da praia ao fim da tarde e comer um peixe grelhado, acompanhado por um simples copo de vinho.

Então, terminaremos a contemplação do país não com miséria, mas com brindes e abraços. Feliz Ano Novo.

## GUERREIRO'S RESTAURANTE

De: José Manuel S. Guerreiro



**Marisco e peixe sempre fresco... Qualidade Garantida!**

Rua António Pinheiro Lote 40 • Porta Nova  
00351 281 326423 / 914 216 811 • 8800-323 Tavira

**DIA DE REIS CELEBRADO EM OLHÃO.** Este ano, o Dia de Reis, em Olhão, começa a ser celebrado logo no dia 5 de Janeiro, com a montagem do acampamento dos Reis Magos e comitiva, junto aos mercados municipais e à Caravela Boa Esperança. No local, haverá animação a partir das 19h30. No dia 6, os Reis Magos chegam trajados a rigor e em camelos, num percurso que percorrerá as principais ruas de Olhão, a partir das 10h00.

Para o dia 6 de Janeiro, a organização conjunta do Secretariado de Olhão da ACRAL e Associação da Baixa de Olhão, fazem uma fortíssima aposta nesta celebração: os Reis Magos vão fazer todo o desfile montados em camelos, acompanhados por um cortejo que sairá da Rotunda do Cubo às 10h00 do dia 6 de Janeiro. O percurso contempla depois a descida da Avenida Bernardino da Silva, Rua Vasco da Gama, Largo do Mercado, Rua do Comércio e chega junto ao Presépio Vivo instalado no Largo da Restauração (em frente à Igreja Matriz), cerca das 19h30. Entretanto, às 13h00, haverá tempo para um almoço tradicional de Reis, no recinto da Feirinha de Natal, junto à Sociedade Recreativa Olhanense.

Ainda neste Dia de Reis, realiza-se o Jantar dos Reis Magos, que terá lugar na Sociedade Recreativa Olhanense e que contará com a presença dos Reis e respectiva comitiva, num ambiente próprio e recriado para o efeito. Este jantar está aberto também à população que nele queira estar presente, devendo os interessados solicitar informações e ou marcações de reservas, na Sociedade Recreativa Olhanense ou através do telefone 919 195 568. Durante o jantar haverá vários espectáculos musicais e actuações de bailarinas de danças orientais, para além de muitas mais surpresas.



**ANO NOVO COM CARLOS GUILHERME E ANA SÊRRO.** O Concerto de Ano Novo, que o Município organiza todos os anos no dia 1 de Janeiro, contou com a presença do tenor Carlos Guilherme e da soprano Ana Sêrro, acompanhados por uma orquestra de câmara. O espectáculo do primeiro dia do ano teve lugar no Auditório Municipal de Olhão.

**CÂMARA FORNECE ALMOÇOS A ALUNOS CARENCIADOS NAS FÉRIAS DO NATAL.** Nas férias escolares do Natal, as crianças olhanenses filhas de famílias carenciadas beneficiaram de refeições oferecidas pela Câmara Municipal nas cantinas escolares do 1º Ciclo. Os tempos de crise que se vivem levaram o Executivo camarário a tomar esta medida, por saber que algumas das crianças têm uma refeição completa quando a mesma é tomada na escola. Como tal, e porque os estabelecimentos de ensino estão fechados nesta altura, decidiu o Executivo abrir as cantinas de algumas escolas básicas para as crianças mais carenciadas pudessem almoçar.

**CONCERTO DE NATAL PELO CORO DE SANTO AMARO DE OEIRAS** A Igreja Matriz de Olhão acolheu na noite de 18 de Dezembro, pelas 21h00, o habitual Concerto de Natal. Este ano, o grupo convidado para que olhanenses e visitantes do nosso concelho pudessem apreciar música coral de Natal foi o Coro de Santo Amaro de Oeiras. A entrada foi livre.



## OLHÃO COM ORÇAMENTO DE 49 MILHÕES

A Assembleia Municipal de Olhão aprovou em 23 de Dezembro, as Grandes Opções do Plano e o Orçamento para 2011. O Executivo camarário propôs e viu aprovado um orçamento de 48,7 milhões de euros para voltar a apostar na Educação, Acção Social e Regeneração Urbana como os grandes objectivos de 2011.

Apesar da difícil situação que se vive, a Câmara Municipal vai continuar a investir fortemente na Educação.

No Orçamento para 2011 para além do forte investimento nas escolas que permitirá que o concelho passe a dispor de um dos melhores equipamentos do país, destacam-se igualmente as intervenções de regeneração urbana, principalmente os projectos de requalificação dos principais largos da Zona Histórica de Olhão, que serão valorizados com peças de arte urbana, criando-se simultaneamente um novo percurso histórico-cultural, o "Caminho das Lendas". Estas obras serão financiadas por fundos comunitários e iniciam-se em 2011, tal como as intervenções no âmbito do projecto Algarve Central. Também já estão em curso o Plano Director Municipal, o Plano de Pormenor da Zona Histórica, o Plano de Pormenor do Parque Urbano da Cidade e o Plano Estratégico.

Os projectos previstos no âmbito do Programa Polis estão quase concluídos, prevendo-se que se iniciem em 2011 a requalificação das zonas Poente e Nascente de Olhão, a requalificação da zona ribeirinha e da praia da Fuseta e a requalificação da praia dos Cavacos. Está igualmente prevista a conclusão das obras na barra da Fuseta e o início dos trabalhos de reforço do cordão dunar e de desobstrução dos canais e das barras da Ria Formosa.

As obras da Variante Norte à cidade devem iniciar-se em breve, assim como se prevê o início da construção do porto de abrigo da Fuseta, prevista no PIDDAC para 2011.

A Área Social é outra das grandes preocupações do Executivo olhanense, que vai manter e até aumentar, nalguns casos, o auxílio aos mais desfavorecidos, com o apoio às rendas, a distribuição de produtos alimentares, a atribuição de bolsas de estudo e ajuda a instituições e colectividades.

Apesar das dificuldades, o Executivo liderado por Francisco

Leal acredita que 2011 poderá ser o ano do início da recuperação económica em Olhão, não só devido à atribuição do direito de construção de 1170 novas camas na área turística, concessionadas pelo PROTAL, como devido à entrada em funcionamento de duas novas unidades industriais no porto de pesca de Olhão, prevendo-se ainda que a BelaOlhão venha a reabrir, gerando mais dinâmica económica e empregos. A procura turística deverá crescer com a existência do novo hotel de cinco estrelas, e o sector da construção civil, crê-se, começará a reanimar.

Por tudo isto, o Executivo da Câmara de Olhão acredita que o concelho vai continuar a desenvolver-se e a afirmar-se como uma referência na região e no País.

**A CÂMARA DE OLHÃO DEU APOIO ALIMENTAR AOS MAIS DESFAVORECIDOS EM ÉPOCA DE NATAL** Entre os dias 15 e 20 de Dezembro, os técnicos de Acção Social da Autarquia olhanense entregaram 800 cabazes alimentares para outras tantas famílias carenciadas do concelho, indicadas pelas Instituições Particulares de Solidariedade Social. Os alimentos foram distribuídos nas freguesias de Moncarapacho, Fusetas e Olhão.

Estes produtos vão fazer a diferença nesta Ceia de Natal. Tenho três filhos pequenos e muitas dificuldades para lhes dar tudo aquilo de que necessitam". A frase é de 'Maria', uma das 800 pessoas que até 20 de Dezembro, receberam através da Divisão de Acção Social da Câmara de Olhão produtos alimentares de primeira necessidade. Esta foi mais uma das formas encontradas pela Câmara de Olhão, à semelhança de outras acções que decorreram durante o mês de Dezembro, para ajudar as famílias mais carenciadas do concelho, o que já acontece há vários anos. "Trata-se de um pequeno gesto que pode fazer a diferença para aqueles que mais necessitam", referiu o autarca Francisco Leal.

**PLANTAR OLHÃO** Olhão participou em Novembro na iniciativa Plantar Portugal e sensibiliza assim alunos para a preservação ambiental

Em 23 e 26 de Novembro, a Câmara de Olhão participou na campanha de reflorestação nacional, denominada Plantar Portugal. As escolas básicas do concelho receberam árvores para serem plantadas com a ajuda dos alunos, para assim os sensibilizar com acções práticas à preservação ambiental. A imagem documenta a preparação do trabalho dos alunos.



**Century 21**  
RIA

O mercado Imobiliário  
nunca mais será o mesmo  
em Olhão



919 769 294 • 289 721 508

ria@century21.pt

Cada agência é jurídica e financeira independente  
EdiOlhão - Mediação Imobiliária Ltd AMI - 6715

**Publicidade**  
**américo**  
**ribeiro**

**Serigrafia**  
Brindes  
Publicitários

Visite-nos!  
[www.arpublicidade.com](http://www.arpublicidade.com)



Área Empresarial de Marim, lote 9 - Ap. 262 • Quelfes - 8700 OLHÃO  
Tel 289 701 247 Fax: 289 701 442 • e-mail: arpublicidade@gmail.com

**Óptica Nascente, Lda.**



Vale desconto especial nas armações e nas lentes  
Rua Soledade, 9 • Tel.: 289 705 425 • OLHÃO



## Agenda de Eventos, Município de Olhão



**Até 6** Presépio Vivo. Dia 1: 10h00h às 12h00 e 16h00 às 20h00 / Dia 2: 15h00 às 18h00 / Dias 3, 4 e 5: 16h00 às 18h00 / Dia 6: 10h00 às 20h00. Largo Restauração



**Até 6** Feirinha de Natal. Aqui poderá descobrir tudo o que de tradicional se faz bem como conhecer algumas das muitas instituições e associações do Concelho. Avenida da República. 10h00 às 19h00

**Até 6** Exposição de Pintura "A Vida", Pintor José Henrique Rodrigues Sociedade Recreativa Olhanense. 10h00 às 17h30.

**1** Concerto de Ano Novo com Carlos Guilherme e Ana Sêrro. Auditório Municipal de Olhão. 21h30

**1 e 2** Charolas em Quelfes - Continuando a seguir a tradição as Charolas irão actuar em diversos sítios Da Freguesia.



**2** Feira das Velharias. 1º Domingos de cada Mês.

Freguesia da Fuseta.

**2 X** Encontro de Charolas

Charola do Grupo

Etnográfico de Quelfes /

Charola do Clube

Desportivo Montenegro /

Charola Ossónoba de Estói / Charola do Grupo Desportivo e

Cultural de Machados. Lg da Igreja. Pechão 14h30

**4** Dia de Reis.

**5** Celebrações Dia dos Reis. Montagem do Acampamento dos Reis Magos e comitiva,

junto mercados municipais

E à Caravela Boa Esperança.

Animação variada às 19h30.

**6** Celebrações Dia dos Reis.

Os Reis Magos chegam traja-

dos a rigor e em camelos,

num percurso que percorrerá

as principais ruas de Olhão.

Rotunda do Cubo a partir

das 10h00. O percurso contempla depois a descida da

Avenida Bernardino da Silva, Rua Vasco da Gama, Largo do

Mercado, Rua do Comércio e chega junto ao Presépio Vivo

instalado no Largo da Restauração às 19h30. Entretanto,



sinta.

Passeie pelas origens de uma terra e pela história das suas gentes.

relaxe. viva.



## Agenda de Eventos, Município de Olhão



haverá tempo para um almoço tradicional de Reis, no recinto da Feirinha de Natal, junto à Sociedade Recreativa Olhanense.

**6** Jantar dos Reis Magos. Sociedade Recreativa Olhanense / aberto à população em geral. 20h00.

**5 a 19** “O Olimpismo nas Escolas” - O Olimp. como modo de vida, a mensagem, os valores, o ideal! dirigido às Crianças que frequentam o 1º Ciclo do Ensino Básico na Freguesia de Quelfes. Dia 5 - Eb1 Quelfes; Dia 7 - EB1 Marim; Dia 11 - EB1/JI nrº4; Dia 12 - EB1 José Carlos da Maia 14 de Janeiro EB1 nrº5; Dia 18 - EB1 Brancanes; Dia 19 - EB1/JI nrº6.

Freguesia de quelfes

**6** Cinema Topázio Charolas. Freguesia da Fuseta. 15h00.

**6** Mercado Mensal. Freg. da Fuseta. 1ªs 5ª-feira de cada Mês.

**6 e 27** “Café com Letras”. “Conta-me um conto que nunca tivesses contado a ninguém... Lê-me um poema onde eu caiba lá dentro (...)” Bib. Municipal de Olhão. 17h30

**7 Jan. a 4 Fev.** Exposição de Igor Nunes Silva. Casa da Juventude Corredor das Artes ]

**8** Acção de Sensibilização de Massoterapia Terapeutas: Conceição Tomé e Custódia Gomes. Multiusos da Junta de Freguesia Pechão. 16h00.

**8** Sábados de encantar. Vamos contar histórias para os mais pequenos, onde a família será a protagonista. Para os



pais e para os filhos, a não perder. Público-alvo: até dos 6 aos 9 anos. Biblioteca Municipal de Olhão.

**11, 18 e 25** Clube de leitura Ler, Reler e Tresler “Entre (a)voz e as palavras”. Dia 25 de Janeiro com a presença do Contador de histórias Luís Carmelo. Obra em discussão: Dom Casmurro de Machado de Assis. Biblioteca Municipal. 17h30

**11** Filme “Uma Família Moderna”. Cineclube / sala 2 - cinemas Ria Shopping. 21h30

**14** Apresentação da obra: "O guardião das conchas" de Márcio Alexandre. Biblioteca Municipal de Olhão. 18h00

**15** Apresentação da obra: “Mataram Sidónio Pais” de Francisco Moita Flores. Biblioteca Municipal de Olhão. 15h30

**15** Histórias à “La Carte”. Num ambiente de boa disposição, mas de grande concentração, desafiamos os nossos leitores a mostrarem as suas capacidades de criar histórias de todos os tamanhos, cores e feitios através das nossas cartas mágicas. Público-alvo: dos 7 aos 10 anos. Biblioteca Municipal de Olhão. 16h30



*Informação com o apoio da Câmara Municipal de Olhão*

# Oh Cheff Restaurante

Cozinha Tradicional Portuguesa

Xarém à Chefe • Espetada de Lulas com Camarão

Arroz de Bacalhau com Gambas

Terra e Mar com Lagosta gratinada e Frutos

Naco na Pedra fatiado com Frutos

Espetada de Lombo de Vitela à Monte

Coxa de Pato confitada com molho agridoce

Oferta aos fins de Semana Menú/Criança(até 6 anos)

Encerra Domingo ao Jantar

Reservas: Tlm. 93 6970168 • Tel.: 289 72 16 19  
E.N. 125 Olhão • Rotunda acesso Via Infante

O restaurante “O Monte” na EN 125, Olhão Tavira, junto à rotunda de acesso à Via do Infante mudou de gerência há poucos meses. A mudança que implicou um novo Cheff de cozinha, novo staff, nova imagem e novo nome que agora é Restaurante Oh! Cheff. Com esta mudança ganharam também os clientes habituais, e todos aqueles que optam por conhecer este renovado restaurante que, ao almoço tem uma boa ementa com vários pratos do dia a preço populares, e ao jantar oferece um excelente menu com o melhor da gastronomia nacional, regional, e a cuisine française pela mão experiente do Cheff António.





## Agenda de Eventos, Município de Olhão



**15 e 16** Oficina de Agricultura Biológica. Se tem um quintal, uma pequena horta ou apenas curiosidade, venha participar nesta oficina. Ecoteca de Olhão. Sábado - 10h00 às 13h00 e 14h00 às 18h00. Domingo - 10h00 às 13h00.

**16** Feirinha de Quelfes. Autocarro gratuito de Olhão para Quelfes a partir das 08h30 até às 12h30, com paragens na Igreja Matriz de Olhão, Delegação da Freguesia de Quelfes e Sítio Da Igreja, Quelfes.

**21 e 29** A República: Figuras, Escritas e Perspectivas ciclo de conferências sobre a 1ª República. Dia 21 "Antero de Quental: vida literária e acção política de Janeiro" por Alexandra Mariano - 21h00. Dia 29 - "O pensamento republicano de Basílio Teles" por Miguel Real - 15h30. Biblioteca Municipal de Olhão.

**22** Avô Cantigas. Auditório Municipal de Olhão. 16h00

**22** Hora do Conto (Bebéteca). Público-alvo: dos 6 aos 36



meses. Biblioteca Mun. Olhão. 16h30

**23** VIII Marcha-Corrída de Pechão. Todas as idades. Zona Desportiva De Pechão. 10h00

**23 e 30** Mercado Tradicional de Quelfes e Feira de Velharias. Autocarro gratuito de Olhão para Quelfes.

**25** Filme "Os Miúdos estão bem". Cineclube / sala 2 - cinemas do Ria Shopping. 21h30

### Durante o Mês:

- "Vem conhecer a Tua Biblioteca". Bibl. Munic.
- "Quem quer um Rinoceronte Barato" hora do conto. Biblioteca Municipal de Olhão.
- N@Vegar, N@Vegar nas Ondas deste outro Mar. Biblioteca Municipal de Olhão - 4ªs e 6ªs 14h00 às 15h00.
- Clubes Casa da Juventude: Pintura - Sábados: 9h30/12h00. Desenho e bd - 4ª e 6ª: 15h30/17h30. Teatro. Aqui técnicas teatrais e desenvolver habilidades a nível da linguagem teatral e produção de espectáculos. 6ª: 17h00 às 19h00. Inscreve-te no Instituto da Juventude,.

**Casa do Povo do Concelho de Olhão**  
Moncarapacho  
**Janeiro 2011**  
Mês das Janeiras e das Charolas  
**Chá Dançante**

Diá 2 • Trio Folia  
Diá 9 • Madalena Roque  
Diá 16 • Rubem Filipe  
Diá 23 • Sons do Sul  
Diá 30 • Luís Lopes

Diá 16 • Marcha Passeio • 9H  
Diá 29 • Espetáculo com Grupo Coral • 20.30H •  
Reservas na Casa do Povo

TEL. 289 791 261 E-MAIL: CASADOPOVO@MONCARAPACHO.COM

Informação com o apoio da Câmara Municipal de Olhão

# Mobiliar móveis

Peças que dão conforto à sua casa  
Desde 1968

# Em Janeiro desconto de 20% em Colchões



Móveis: Entrega e Montagem Grátis! • Facilidades de Pagamento: 3, 6, 9 ou 12 meses sem juros!

Tel. 289 702 505 / 289 706 186 Fax. 289 703 627 EN 125 OLHÃO www.mobiliar.pt

# OLHÃO

Nesta edição e, provavelmente, nas próximas cinco vamos ter o patrocínio da IBÉRICAFRIO nesta página, para divulgar os estabelecimentos dos seus clientes de distribuição alimentar, restauração e similares em que a Ibéricafrío faz o projecto e a instalação de novos equipamentos para abertura de novas lojas, ou faz o projecto de remodelação e renovação de máquinas e equipamentos.

Em Janeiro mostramos imagens da significativa remodelação de equipamentos feita no Supermercado Algartalhos no Montenegro em Faro.



Algartalhos - Montenegro - Faro



Passámos também em S. Brás de Alportel no mini-mercado-talho Horta para fotografar as novas vitrines, a do talho e da charcutaria.



Mini-mercado, Talho Horta • S. Brás do Alportel

Aos empresários de distribuição alimentar, restauração e similares, clientes da Ibéricafrío, lembramos que sempre que tenhamos espaço, vamos mostrar aqui os estabelecimentos novos ou que são remodelados pela Ibéricafrío.



Desde  
1978

33 Anos ao seu lado.



Equipamentos para Hotelaria, Supermercados, Talhos e outros...

Vendas, montagem e reparações de frio.

Ar condicionado, Industrial e Doméstico.

geral@ibericafrío.com



Escrit./Stand de Vendas: E.N. 125, nº 190 • 8700 OLHÃO / Oficinas: Zona Empresarial de Olhão - Lote 8 - 2ª Fase • MARIM / Tel.: 289 702 314 • Fax: 289 707 121



CHURRASQUEIRA  
O  
Franguinho

Célebre Franguinho no Churrasco  
Espetadas Variadas  
Outros Pratos Regionais

Duas Salas C/capacidade P/ 500 Pessoas  
Ar Condicionado • 2 Parques Estacionamento Privativos

Estrada Nacional 125 (Junto à Mobilar) 8700 OLHÃO • Tel.: 289 704 961



gelvi

A FRESCURA NATURAL DO ALGARVE

gelvi.1@sapo.pt • www.gelvi.pt





## Agenda de Eventos, Município de Faro



**Até 5** Art Top - Exp. Baixa de Faro

**Até 31** Exposição "Algarve – Política de Cidades", uma mostra de textos, fotografias, maquetas e vídeos de projetos aprovados por fundos europeus no Algarve como o Cineteatro de Loulé, que reabre em 2011. CCDR/Algarve

**3 a 31** Cinema - "Ciclo do Amor". Cineclube de Faro. Auditório IPJ. 21h30

**6** Concerto de Reis - Orquestra do Algarve e Banda Omiri. Teatro das Figuras. 21h30

**7 a 9** Stock Out Faro. Praça da Pontinha

**8** 2ª Audição - Álgora Companhia de Dança Regional Do Algarve. Auditório Pedro Ruivo. 10h00

**9** 30.º Encontro de Charolas da Cidade de Faro. Teatro das Figuras. 14h30



**12** Atrás do PanoIII - Cantos Confidenciais. Teatro Figuras.

**14 a 16** Algarve Noivos. Junto ao Fórum Algarve

**15** "Para que Servem os Presidentes?" Por António Costa Pinto. Pátio de Letras. 16h30

**16** Concerto de Ano Novo. Sé Catedral. 17h00

**21** 5ª Gala Maria Campina, cujos fundos revertem para a Delegação Distrital de Faro da Sociedade Portuguesa de Esclerose Múltipla. Auditório Pedro Ruivo. 21h30

**22** Dança "Nortada" Olga Roriz. Teatro das Figuras. 21h30

**23** Procissão em Honra de S. Sebastião. Igreja de S. Pedro - Capela de S. Sebastião. 16h00

**29** Vamos Contar Mentiras. Teatro Comédia em tributo a Raúl Solando e Armando Cortez. Auditório Pedro Ruivo. 21h30

**Até 20 Fev.** Algarve Visionário, Excêntrico E Utópico - Tombo II. Museu Municipal de Faro / Galeria Municipal



**NMP PNEUS** **BRIDGESTONE**

Tel / Fax 289 816 122 • Email: nmpneus@hotmail.com  
E.N. 125 - nº 511 - Patacão • 8005-511 FARO

**125dec**  
**Mobiliário Comercial®**

Orçamentos Grátis  
Obras chave na mão

**CRÉDITO FÁCIL.**  
Financie a sua loja até 60 meses.  
Peça-nos uma simulação...

**Credibom**

EN 125 Vale da Venda - Almancil • Tel. 289 816 989 Fax: 289 815 383  
email: 125.dec@mail.telepac.pt • www.125dec.pt

**VIRGÍLIO REIS**  
**TRANSPORTES MERCADORIAS, LDA.**

Transporte Nacional e Internacional

Besouro • Conceição de Faro • 8000 Faro  
Tel. 289997289 Tel./Fax 289997296 Tlm. 966 012 864

**LouléDoce, Lda**  
**FÁBRICA DE PASTELARIA, LDA.**

Distribuição de Bolos do dia em Loulé. Quarteira, Vilamoura e Albufeira

**Produzimos Especialidades de Longa Duração**

R. Assis Esperança \* 8100 - 543 LOULÉ • Tel.: 289 420 380 Fax: 289 420 389  
E-mail: louledoce@mail.telepac.pt

“Uma das questões a nível pessoal que mais problemas nos causa é o fenómeno das crises cíclicas e como gerir as crises.

Está estudado que quer a nível pessoal quer a nível profissional, de x em x tempo, surge uma crise. É um fenómeno que está mais do que estudado e confirmado. Se recordar a sua vida, vai ver que esta situação também já ocorreu consigo. Daí a expressão popular que “a vida é como os interruptores, umas vezes para cima, outras vezes para baixo”. Se a memória não me falha, foi o Herman José que teve esta expressão aqui há uns anos.

Ora se este fenómeno é algo que acontece ciclicamente, como pais, mães, maridos, mulheres, profissionais, directores, gestores, ou qualquer que seja o seu papel na vida, saber gerir eficazmente as suas crises é algo fundamental para o seu sucesso.



Gerir as crises que nos surgem assenta essencialmente em 3 factores principais:

1. Gerir o seu estado emocional
2. Focar-se naquilo que pode fazer para resolver a situação
3. Sempre que possível antecipar e planear as crises futuras

Se não for capaz de parar para respirar fundo e agarrar o seu estado emocional imediatamente quando a crise surge, o mais provável é que entre numa situação de “bloqueio emocional” e não consiga andar nem para a frente nem para trás.

Uma das técnicas que pode ajudar-nos nesta situação é a compreensão de como o cérebro funciona em termos de pensamentos. Dado que a maioria das vezes apenas conseguimos focar-nos conscientemente num pensamento de cada vez e dado que os nossos pensamentos estão directamente ligados ao estado de espírito que temos no momento, o truque aqui é focarmo-nos naquilo que podemos resolver.

Pare, dê dois berros, deixe sair o vapor e depois ponha a si mesmo a seguinte questão: Quais são as acções que posso tomar já para começar a caminhar em direcção à saída desta crise? Culpar os outros, ou as situações, ou o que quer que seja não irá trazer valor acrescentado à saída da crise.

Focar-se nas coisas que são um dado adquirido e que não podemos resolver também não ajuda nada. Já lá diz o povo “o que lá vai, lá vai” ou “não adianta chorar sobre leite derramado”. Por isso, a única coisa que faz sentido é, de facto, focar-se imediatamente naquilo que poderá fazer para resolver a situação.

Muitas pessoas, quando confrontadas com situações de crise, passam a vida a lamentar-se e a chorar sobre as questões que não podem resolver. Este é, de facto, um dos maiores problemas destas situações.

Um dos factores que separa um líder do resto das pessoas é a capacidade de manter a sua cabeça fria no momento e imediatamente tomar acções decisivas para tirar a sua empresa, a sua vida ou a sua família da crise.

Finalmente, se as crises são algo cíclico nas nossas vidas e cada vez mais à nossa volta estamos cientes disso, antecipar e planear é fundamental para o nosso bem-estar.

Pare um pouco e pense:

- Que situações é que podem correr mal na minha vida?
- Se perder o meu emprego, o que é que vou fazer?
- Se adoecer, como vou lidar com a situação?

Enfim, pense na maioria das coisas que possam correr mal e depois procure antecipadamente soluções para as resolver. Se fizer este pequeno exercício, não conseguirá antecipar nem prever tudo. Mas se conseguir prever 20 a 30 por cento que seja, isto já representa um grande alívio em termos futuros.

Quando a crise aparecer, poderá dizer para si próprio: “Ó crise, “Já te tinha visto e já sei como lidar contigo!” Será que irá ser mais fácil? Provavelmente não.

Mas pelo menos já está no caminho certo para apontar soluções para resolver a situação.

Esta semana pare um pouco e pense em todas as coisas que podem correr mal e no que pode, de facto, fazer para solucionar ou prevenir as crises cíclicas com as quais tem de saber viver e gerir. E vai ver que estas regras o vão ajudar a gerir melhor as crises que vão aparecendo ciclicamente.”

Fonte: [www.pascoa.org/](http://www.pascoa.org/)

## Cataplana de Bacalhau

receitas com tradição

### Ingredientes

- 4 Postas Bacalhau da Noruega • 8 Camarões • 500g Amêijoas • 3 Tomates maduros
- 2 Cebolas • 2 Dentes de alho • 1 Pimento vermelho • 4 Fatias Presunto • 0.5dl Vinho Porto • 1dl Azeite • 1 Ramo Salsa • 1 Folha Louro • q.b. Sal e Pimenta

### Preparação

Coloque as amêijoas de molho em água e sal para retirar a areia. Escalde e pele os tomates, retire as sementes e corte em rodelas finas. Tire também as sementes ao pimento e corte-o em tiras. Corte as cebolas em rodelas finas e pique os alhos. Num tacho, coloque o azeite, a cebola e os alhos e deixe refogar sem alourar. Junte o tomate, o pimento e tempere com sal e

picante a gosto. Deixe cozinhar um pouco e apague o lume. Deite metade da cebolada na cataplana, coloque o bacalhau cortado em cubos por cima e cubra com o resto da cebola. Coloque as fatias de presunto, os camarões, as amêijoas, o louro e o ramo de salsa. Regue com o vinho do Porto, tape e leve ao lume por mais 10 minutos.



## ALGARVE NOIVOS 2011/Faro

A nossa revista também vai estar na Algarve Noivos 2011 de 14 a 16 de Janeiro. Desde já o convidamos a passar pelo nosso stand e antecipadamente agradecemos a sua visita.

Estamos na Algarve Noivos 2011, para levar até si a informação sobre a revista que editamos, imprimimos no Algarve, e distribuímos gratuitamente um pouco por toda a região. E também para mostrar os serviços de comunicação empresarial, marketing e publicidade que Inácio Alves presta aos seus clientes desde 1995. Mas sobretudo, estamos nesta VII FEIRA DE ARTIGOS E PREPARATIVOS PARA O CASAMENTO, para divulgar e promover as empresas que nos apoiam e patrocinaram nesta primeira edição de 2011.

A **Loulédôce, Fábrica de pastelaria em Loulé**, que vem adoçando a vida dos algarvios há mais de vinte anos, é outro dos nossos parceiros na edição de Janeiro para dizer às jovens candidatas ao casamento que a Loulédôce pode confeccionar a doçaria e o bolo que sonhou para o seu casamento.

Também a **125 Dec**, empresa sediada em Faro na EN 125 Vale da Venda, especialista em projectos, montagem de mobiliário, equipamentos e decoração de lojas, também nos patrocinou nesta edição e apoiou com material de exposição no Stand.

**ZéZé Confecções** na rua do comércio em Olhão também participa na edição de "A Melhor Opção" em Janeiro para divulgar e promover no nosso Stand na VII FEIRA DE ARTIGOS E PREPARATIVOS PARA O CASAMENTO, os artigos de lingerie para noivas que comercializa na sua loja.

O **Restaurante Oh! Cheff** também patrocinou esta edição para oferecer aos visitantes da ALGARVE NOIVOS 2011, os seus serviços de Festas Despedida de Solteiro, em que, para além de ementa especial para a ocasião também propõe um brinde surpresa para fechar a festa de despedida. Visite e conheça o Restaurante "Oh Cheff", na EN 125 à saída de Olhão para Tavira na rotunda de acesso à Via do Infante.



A **Garrafeira Jafers**, abriu recentemente em Faro na Rua Baptista Lopes com o Largo do Sol Posto. Vamos ter no nosso Stand algum material promocional desta Garrafeira, para divulgar junto dos nubentes uma informação útil para ajudar à festa do "Copo de Água", e eventualmente, poupar dinheiro nas bebidas espirituosas e licores que normalmente não estão incluídas no menu. Para a festa do seu casamento pode sempre escolher na Garrafeira Jafers um sortido de bebidas, faz o pagamento e a entrega é feita no domicílio que indicar, depois da festa, pode devolver as garrafas (intactas e em bom estado) que não forem usadas e a Garrafeira Jafers reembolsa-o da diferença. Embora este serviço de fornecimento de bebidas para casamentos seja proporcionado pela Garrafeira em Faro, se realizar o seu casamento no concelho de Loulé, Silves, Albufeira, ou Olhão contacte um dos supermercado Jafers que esteja perto de si porque qualquer das lojas tem ótimas garrafeiras e podem substituir a Garrafeira de Faro na entrega da sua encomenda no município onde faz a festa.

A **Mobilar** também apoiou a edição de Janeiro e por isso vamos ter alguns brindes e surpresas deste patrocinador para oferecer na Algarve Noivos Faro 2011. A Mobilar no mês de Janeiro para além dos baixos preços que pratica em mobiliário, peças de decoração e outros utensílios para a casa, em Janeiro tem uma grande promoção de 20% em todos os colchões Molaflex. Visite a Mobilar em Olhão na EN 125 este mês e veja todas as promoções. Claro que esperamos também a sua visita ao nosso Stand na Algarve Noivos 2011.

Do nosso amigo **Renato**, mostramos a máquina que ele próprio recuperou ou restaurou, um FORD 1930, para transportar noivos, e também outras pessoas, em viagens muito especiais.



Para terminar este apontamento sobre a nossa presença na VII FEIRA DE ARTIGOS E PREPARATIVOS PARA O CASAMENTO, renovamos o convite aos nossos leitores para que nos visitem o nosso stand nesta Feira que decorre em Faro junto ao Forum dias 14, 15 e 16. Se não tiver ainda um convite, contacte-nos por e-mail e teremos muito gosto em enviar-lho um por correio electrónico. Entretanto visite o site da revista [www.amelhoropcao.com](http://www.amelhoropcao.com) porque poderá ter lá mais informações úteis. Ou ouça-nos na Algarvefm e Solarfm onde haverá informações actualizadas.

**GARRAFEIRA**



*Diversidade Fantástica • + de 500 Vinhos • + de 50 Champanhes e Espumantes • + de 250 Portos • Grande Oferta de Garrafas c/ 9, 12, 18 e 27 litros • Copos especiais Riedel*




*A Garrafeira que lhe oferece mais escolha, para gostosos momentos de prazer!*

**Rua Batista Lopes, nº 36**  
(Lg. do Sol Posto) Tel.: 289 829 137

**FARO**

Corria o ano de 1968, e os mancebos de todas as partes do país apresentaram-se no Regimento ali para os lados de Tancos para assentarem praça na 2ª recruta de 68. Foram-lhes dados os números e enviados para o barbeiro para o corte único, o tradicional corte à escovinha. Depois deram-lhes o fardamento que iriam usar durante quatro meses como recrutas, vulgarmente chamados de catatuas. Nunca explicaram porque lhes chamavam catatuas? Talvez porque até final do quarto mês o mais alto que voavam era da torre de saltos. A nossa história passa-se com o 15º pelotão que foi constituído com recrutas cujos números eram de 67 e os restantes com número do ano de 68 embora os mancebos fossem todos da colheita que tinha ido a provas em 1967.

No 15º pelotão havia um algarvio de n.º 26, o 27 que era de Nelas. Havia um alemão que tinha vindo da Alemanha para fazer o serviço militar. Havia o Julião 1500 e qualquer coisa que tinha vindo de Angola. E havia o 23 de nome Otelo, de Lisboa, e o 24 que era mais lisboeta por ser do Bairro Alto, se calhar. Havia também o Mendes e o Meireles de Marco de Canavezes e o Régua que chamavam a néspera de magnório. Havia o Brito que não era nem de Lisboa nem da terra onde havia nascido, bem como dois calmeirões o Nascimento de Cascais campeão de natação e judoca, e o outro apelidado de Hoss. Estes são alguns dos nomes dos quais vamos retirar um para a Curta História de Amizade desta edição.



O 15.º pelotão manteve-se com o mesmo número de mancebos até ao fim da dura recruta de três meses. Seguiu-se um duríssimo curso de pára-quedismo, no pino do Verão, que com a prova do voo de adaptação provocou algumas desistências no 15º. Quatro meses de árduos trabalhos, perigos e canseiras forjam um forte espírito de corpo, de irmandade em todos aqueles mancebos, e esse espírito é mais forte ainda no seio de cada pelotão. Aqueles mancebos a que os soldados "prontos e veteranos" chamavam catatuas, depois de ganharem a boina verde, passaram a ser tratados por "nosso pára" e isso reforçou ainda mais os laços de amizade e espírito de entre ajuda do pessoal do 15º pelotão. Se ganhar a boina verde, ainda que à custa de sangue suor e lágrimas, era o mais importante objectivo de quem se alistava voluntariamente nos pára-quedistas, os três meses de treino no curso de combate eram cruciais para aprender a sobreviver em ambientes hostis e sobretudo a garantir a segurança dos camaradas. No final de nove meses de instrução a 2ª recruta de 68, e o 15º pelotão estavam prontos a servir o país e assim, uns foram oferecendo-se voluntários para o Ultramar, outros iam sendo mobilizados naturalmente, outros ainda frequentaram um rápido curso de Cabos como o 26, enquanto o 27, o Julião, o Hoss e mais uns quantos foram frequentar um curso de enfermeiros. Em Abril de 69 já o 26 voava para o norte de Moçambique e perdia-se do 27/68 que, no início do curso de enfermagem, por verificarem que tinha habilitações do magistério primário, obrigaram a ir a um curso de oficiais, no fim do qual foi mobilizado como Alferes para Angola.

O 26 e o 27 durante décadas nunca mais se encontraram nem souberam um do outro. O 26/68 passou à peluda em 1971 e ficou por Moçambique. Em 1973 também o 27/68 ou Alferes Ribeiro regressou ao continente e passou à disponibilidade, para de seguida voar ao encontro da namorada portuguesa que ansiosamente o esperava nos EUA, isto ficou a saber depois. Quase trinta anos mais tarde, o 26 passou em

Nelas, com o Nascimento Rodrigues a caminho do Pinheiro, e perguntou num Café onde pararam, se alguém conhecia o António Ribeiro? Resposta negativa. O 26 que é um algarvio de olho vivo, não fosse ele de Olhão (desde os 3 anos) pediu uma lista telefónica de Nelas e logo encontrou um Lopes Ribeiro. Ligou e do outro lado respondeu a irmã do grande amigo 27 que lhe deu notícias. Ficou então sabendo que ele tinha voltado bem. Que estava a trabalhar na América e tinha um filho. O 26 deixou o número de telefone à irmã do 27 para que ele desse notícias.

Um mês depois o 27 ligava da América, e entre expressões de extrema alegria de parte a parte o 27 foi dizendo; "oh 26, disseram-me que tinhas morrido!" que grande alegria saber que estás bem!...E até onde o tempo de telefone permitiu e entre palavras que se atropelavam na linha lá "matámos" as saudades de uma grande amizade que ainda existia apesar do tempo que já havia passado. O 27 vinha de vez em quando passar férias em casa de uns amigos da América que tinham casa em Faro (mas isso é para outra história) e assim pôde encontrar-se com o 26 e também com o Julião, que por coincidência há mais de uma década também vive no Algarve.


Para terminar esta Curta História de Amizade, conto que o 26 e o 27 voltaram a encontrar-se em Tancos duas vezes. Uma vez no Arripiado, o campo de saltos e outra em Tancos na comemoração dos 50 anos das Tropas Pára-quedistas. Numa e noutra vez estava com eles o saudoso amigo Nascimento que na recruta havia sido o 27/69 ou, como nós dizíamos foi, na tropa o filho do 27/68. O tempo entretanto foi passando e para grande desgosto e tristeza da família e dos seus amigos, o tempo de vida do José Nascimento entre nós, terminou em 3 de Dezembro de 2009. Neste ano de 2010 o filho mais novo do Zé Nascimento precisou de ir aos EUA, New York para estudar durante três meses, e tentar conseguir os vistos para poder permanecer por mais tempo como estudante trabalhador. Por coincidência o 27 está em NY e o 26 mandou-lhe um e-mail pedindo-lhe que desse uma ajuda á chegada, e também nos primeiros dias para que o Tito (o filho do amigo Nascimento) arranjasse uma pousada e se orientasse nesse ambiente. Pois o amigo 27 não só foi à procura do filho do amigo do 26 como o levou para sua casa, e lhe ofereceu hospedagem e comida durante os três meses de estadia do jovem Tito, sem que o deixasse pagar o que quer que fosse. Só falta acrescentar que o 27/68 não é um americano rico. É um cidadão comum que se levanta de madrugada para ir trabalhar, descansa ao fim de semana e, até há bem pouco tempo, saltava em pára-quedas de queda livre apesar dos seus 60 anos.


Esta Curta História de Amizade, é um bom exemplo para mostrar que é melhor amealhar valores como a amizade e a solidariedade, do que amealhar dinheiro, ou investir em bens e propriedades. O dinheiro pode desaparecer de um momento para o outro em qualquer crash financeiro. Os imóveis e propriedades também podem perder o valor económico numa catástrofe natural qualquer. Mas os verdadeiros amigos, esses enquanto estão vivos permanecem como os mais valiosos bens que um ser humano pode desejar possuir. E mesmo depois de deixarem este mundo os seus descendente ainda preservam essas relações de amizade.

Se fosse realizável? E se me perguntassem se trocava os meus amigos vivos e a memória dos amigos que já faleceram pelo 1º prémio do Euromilhões? A minha resposta seria não! Não trocava! O euromilhões pode sair a qualquer um, mas fazer e cultivar boas amizades leva anos.



## Tips on wines

 Começamos estas Dicas com uma informação muito útil para os nossos leitores no concelho de Silves, mais exactamente em Tunes ou que residam próximo. É que os Supermercados Jafers abriram uma nova loja nesta localidade para servir as pessoas de Tunes e arredores. Esta novo supermercado do grupo Jafers é de facto uma excelente loja quer pelo amplo espaço em que está instalada, quer pela modernidade das instalações e equipamentos, mas sobretudo pela oferta que disponibiliza aos seus clientes. Esta nova loja tem tudo o que o consumidor espera e deseja encontrar num supermercado, desde mercearia fina e tradicional, charcutaria, talho, conservas, congelados, padaria, frutas e legumes, produtos de limpeza e higiene, e deixámos para o fim, tem uma excelente garrafeira onde o consumidor mais exigente encontra os vinhos que gosta. Só falta dizer que esta nova loja Jafers tem também uma equipa de pessoal de atendimento que, à semelhança das outras lojas vão sempre atender os clientes com muita simpatia e profissionalismo.

 We started these tips with a very useful information for our readers in Silves, or more precisely for those who live in Tunes or near by. Is that Jafers Supermarkets opened a new store in this location to serve the people of Tunes and its surroundings. This new supermarket of Jafers group is indeed an excellent shop and by the ample space in which it is installed, either by the modernity of plant and equipment, but especially by the provision that makes available to its customers. This new store has everything consumers expect and want to find in a supermarket, from traditional delicatessen, butcher, canned, frozen, bakery, fruit and vegetables, cleaning and hygiene, and we left for the end, has a excellent wine seccion where the most demanding consumer find the wines wanted. Just to finish this note, this Jafers new store also has a team of personnel service, like the other Jafers stores will always serve customers with great sympathy and professionalism



**SUPERMERCADOS** *Fazem mais por si!*  
*Vilamoura, Quarteira, Quinta do Lago, Salir,  
 Benafim, Alte, Vale do Lobo, St.ª Barbara de Nexe,  
 Moncarapacho, Tunes.*

*Loja em Faro*  
 GARRAFEIRA  




*É sempre um prazer fazer compras no Jafers  
 faz mais por si em / does more for you in: Quarteira, Vilamoura, Quinta do Lago, Alte,  
 Benafim, Salir, Stª Bárbara de Nexe, Moncarapacho, Vale do Lobo e/and Tunes.*

## O QUE VAMOS FAZER POR SI EM 2011

Se é apenas um leitor ocasional da nossa revista porque não tem acesso a ela todos os meses, por ser distribuída em mão, aleatoriamente, em casas de comércio e de restauração em cada mês, não desanime! Pode sempre ver e ler a nossa revista na edição que colocamos na internet "on line" gratuitamente. Na internet pode ver a revista do mês assim como pode ver as edições anteriores de 2010, 2009 e 2008. Pode também ver os editoriais publicados desde 2006 e pode até constatar que alguns desses editoriais foram proféticos. Na internet o site da revista "A melhor Opção" oferece-lhe até outros motivos de interesse desde a informação detalhada dos serviços de comunicação que a revista presta às empresas bem como outros assuntos como as galerias de fotografias, e a secção de anúncios dos patrocinadores da edição do mês. Se dispõe de internet de vez em quando veja no google revista a melhor opção e distraia-se com os artigos publicados ou com o sudoku as 7 diferenças, ou as curiosidades na página dos passatempos. É gratuito.

Se é empresário e tem o seu negócio sediado na nossa região? Saiba que pode contar connosco para fazer a comunicação da sua empresa. A nossa revista, 2000 exemplares mensais, são distribuídos gratuitamente um pouco por todo o Algarve (às vezes também em Ayamonte e Lepe) e se publicitar a seu negócio connosco pode estar certo que o seu anúncio chega a cerca de 10.000 pessoas, mais outras tantas, a quem enviamos a edição do mês por correio electrónico, podem ver a sua mensagem.

Em 2010 às empresas que publicitavam na revista, oferecíamos; presença do logo da empresa no mapa das estradas que se publicava com a revista. Mais presença do anúncio na internet e também se ouvia o nome das empresas patrocinadoras da edição do mês num spot diário numa rádio do Algarve.

Em 2011 vamos continuar a oferecer os mesmos benefícios de 2010 para continuar a multiplicar os efeitos da publicidade que faz connosco. Mas em 2011 vamos também propor e oferecer a 20 empresas da nossa região exclusividade da publicidade nas suas áreas de actividade, para contratos de 6 meses (com possibilidade de renovação).

Em 2011 não fique de braços cruzados à espera que venham melhores dias para o seu negócio. Este é o ano do derradeiro desafio. Ou se ganha ou se perde definitivamente o jogo. 2011 não é ano para empatar o tempo á espera que a sorte mude e o negócio recupere do tempo perdido. Em 2011 ou começa o ano a jogar ao ataque do seu mercado para chegar ao fim a ganhar ou é mais um ano a não ganhar nada.

Siga o nosso exemplo. Nós já começámos a jogar ao ataque para conquistar mais mercado, mais clientes e mais parceiros de negócios. Connosco você só paga o anúncio na revista, o resto, mapa, internet, rádio nós oferecemos de graça para que você tenha mais resultados com a publicidade que faz connosco e, por essa razão, continue a trabalhar connosco até ao fim do ano.

Agora que já sabe o que vamos fazer por si e pelo seu negócio em 2011, visite-nos e contacte-nos em [www.amelhoropcao.com](http://www.amelhoropcao.com) e veja os serviços de comunicação empresarial, que pode dispor connosco; imprensa, rádio, artes gráficas, brindes publicitários, publicidade móvel.



Contacte: 968 639 468 • [inalves@mail.telepac.pt](mailto:inalves@mail.telepac.pt)

### Tabela das Marés

### Porto de Faro/Olhão

JANEIRO  
2011

| Dia | Lua | Preia-Mar/Altura (metros) |        | Baixa-Mar/Altura (metros) |        |
|-----|-----|---------------------------|--------|---------------------------|--------|
| 1   | S   | 12:11                     | - 2.90 | 06:19                     | - 1.12 |
| 2   | S   | 13:01                     | - 2.96 | 07:15                     | - 1.00 |
| 3   | D   | 13:47                     | - 3.02 | 08:03                     | - 0.90 |
| 4   | S   | 14:28                     | - 3.06 | 08:45                     | - 0.83 |
| 5   | T   | 15:06                     | - 3.07 | 09:23                     | - 0.81 |
| 6   | Q   | 15:44                     | - 3.05 | 09:59                     | - 0.83 |
| 7   | Q   | 16:20                     | - 3.01 | 10:35                     | - 0.88 |
| 8   | S   | 16:56                     | - 2.93 | 11:09                     | - 0.96 |
| 9   | S   | 17:33                     | - 2.84 | 11:43                     | - 1.07 |
| 10  | D   | 18:14                     | - 2.75 | 12:18                     | - 1.18 |
| 11  | S   | 19:00                     | - 2.65 | 12:56                     | - 1.30 |
| 12  | T   | 19:56                     | - 2.58 | 13:42                     | - 1.41 |
| 13  | Q   | 21:03                     | - 2.56 | 14:39                     | - 1.49 |
| 14  | Q   | 22:14                     | - 2.62 | 15:50                     | - 1.50 |
| 15  | S   | 23:17                     | - 2.76 | 17:04                     | - 1.44 |
| 16  | S   |                           |        | 18:06                     | - 1.31 |
| 17  | D   | 00:11                     | - 2.94 | 18:58                     | - 1.14 |
| 18  | S   | 00:59                     | - 3.15 | 19:43                     | - 0.96 |
| 19  | T   | 01:44                     | - 3.34 | 20:26                     | - 0.81 |
| 20  | Q   | 02:27                     | - 3.49 | 21:08                     | - 0.70 |
| 21  | Q   | 03:10                     | - 3.59 | 21:50                     | - 0.65 |
| 22  | S   | 03:53                     | - 3.62 | 22:33                     | - 0.67 |
| 23  | S   | 04:37                     | - 3.56 | 23:18                     | - 0.75 |
| 24  | D   | 05:23                     | - 3.43 |                           |        |
| 25  | S   | 06:12                     | - 3.23 | 00:06                     | - 0.89 |
| 26  | T   | 07:08                     | - 3.00 | 01:01                     | - 1.07 |
| 27  | Q   | 08:16                     | - 2.79 | 02:06                     | - 1.24 |
| 28  | Q   | 09:35                     | - 2.66 | 03:28                     | - 1.35 |
| 29  | S   | 10:55                     | - 2.65 | 04:59                     | - 1.33 |
| 30  | S   | 12:02                     | - 2.72 | 06:14                     | - 1.22 |
| 31  | D   | 12:55                     | - 2.82 | 07:10                     | - 1.08 |

A sua empresa pode patrocinar a Tabela das Marés por apenas 0,05 € ou 0,025 € por cópia



**Carneiro Carta/Mês** 7 de Espadas: Novos Planos, Interferências. **Amor** deverá adoptar uma nova atitude para superar as provas com que se pode ter de deparar a este nível. **Saúde** Tendência para dores de cabeça. **Dinheiro** procure dar um novo impulso à sua vida profissional, diversifique as suas fontes de rendimentos. **Nºs/Sorte** 1,18,22,40,44,49 **Pensamento +** Eu valorizo os meus amigos.

**Touro Carta/Mês** 10 de Paus: Sucessos Temporários, Ilusão. **Amor** Evite ter qualquer tipo de atitude egoísta ou egocêntrica, pense duas vezes para não magoar o seu par. **Saúde** Cultive a sua boa forma através de gestos simples: estacione o carro um pouco mais longe e ande a pé, troque o elevador pelas escadas, etc. **Dinheiro**: Tente conter-se um pouco mais nos seus gastos. **Nºs Sorte** 3,11,19,25,29,30 **Pensamento +** Estou atento a tudo o que se passa à minha volta.

**Gêmeos Carta/Mês** O Mágico: Habilidade. **Amor**: O seu charme e simpatia possibilitam-lhe alcançar a harmonia afectiva à sua volta. **Saúde** Não tenha medo de aceitar aquilo que lhe parece novo ou diferente. É essa mudança que lhe vai permitir evoluir. **Dinheiro** Deixe os seus investimentos darem frutos. **Nºs Sorte** 19,26,30,32,36,39 **Pensamento +** Eu tenho Fé para ultrapassar todos os momentos.

**Caranguejo Carta/Mês** O Louco: Excentricidade. **Amor** Ao enfrentar algum problema lembre-se que este só poderá ser resolvido se for abertamente discutido pelos dois elementos do casal. **Saúde** Cuidado com a alimentação hiper-calórica, não abuse. **Dinheiro** Lembre-se que um bom líder deve ser capaz de cultivar o bom-humor, pois num ambiente agradável as pessoas procuram dar o seu melhor. **Nºs/Sorte** 5,9,17,33,42,47 **Pensamento +** Tenho cuidado com o que digo e com o que faço para não magoar as pessoas que amo.

**Leão Carta/Mês** Rei de Ouros: Inteligente, Prático. **Amor** Reconheça que ninguém consegue dominar as suas emoções em todos os momentos e não se recrimine quando não reage como gostaria. Admitir que não é perfeito é o primeiro passo para se sentir em paz. **Saúde** Cuidado com as quedas, anda muito distraído. **Dinheiro**: Tudo irá correr pelo lado mais favorável neste sector. **Nºs/Sorte** 8,9,22,31,44,49 **Pensamento +** Eu sei que mereço ser feliz.

**Virgem Carta/Mês** Rainha de Copas: Amiga Sincera. **Amor** lembre-se que quando não arriscamos, por medo de perder a estabilidade que conseguimos, estamos a deixar de viver. **Saúde** Com disciplina e auto-controlo melhorará certamente de qualquer situação difícil. **Dinheiro** Uma pessoa amiga vai precisar da sua ajuda, não lhe falhe. **Nºs/Sorte** 2,8,11,28,40,42 **Pensamento +**: Dedico-me às pessoas que amo.

**Balança Carta/Mês** 4 de Paus: Ocasão Inesperada, Amizade. **Amor** É importante agir no momento certo, enfrentar os problemas sem lhes dar demasiado valor. **Saúde** Procure com mais regularidade o seu médico assistente. **Dinheiro** Não é o momento ideal para contrair nenhum empréstimo. **Nºs/Sorte** 7,19,23,42,43,48 **Pensamento +** Eu valorizo os meus amigos.

**Escorpião Carta/Mês** Rainha de Paus: Poder Material e que pode ser Amorosa ou Fria. **Amor** Seja mais carinhoso com o seu par. **Saúde** Procure mais vezes o seu dentista. **Dinheiro** Não se deixe abater por uma maré menos positiva nesta área da sua vida, pois nem tudo está perdido. **Nºs/Sorte** 2,4,22,36,47,48 **Pensamento +** Vivo cada momento com felicidade.

**Sagitário Carta/Mês** A Lua: Falsas Ilusões. **Amor** Este é um momento favorável para a conquista. **Saúde** Vigie o seu estômago. **Dinheiro** Observe e oiça o que o rodeia, procure conhecer e experimentar sempre mais, tome uma atitude perante as situações! **Nºs**: 3,24,29,33,38,40 **Pensamento +** A alma não tem idade, jamais envelhece!

**Capricórnio Carta/Mês** 4 de Ouros: Projectos. **Amor** Dê mais atenção aos seus amigos, dedique-se mais àqueles que ama e que o amam, não tenha medo nem preguiça de começar coisas novas! **Saúde** Lute contra a rotina. Não seja hipocondríaco, consulte o médico mas sem dramatismos. **Dinheiro** Cuidado com os gastos supérfluos, corte com as despesas que não são realmente necessárias. **Nºs/Sorte** 4,11,17,19,25,29 **Pensamento +** Procuo manter-me sereno e ouvir a voz de Deus!

**Aquário Carta/Mês** Cavaleiro de Espadas: Guerreiro, Cuidado. **Amor** lembre-se que estamos sempre a tempo de começar de novo, de fazer mudanças, vencer o mau humor, as frustrações e a impaciência. **Saúde** está mais sujeito a dores de garganta. **Dinheiro** tenha força para agarrar a vida com coragem! **Nºs/Sorte** 5,17,22,33,45,49 **Pensamento +** O meu coração está disponível para o Amor.

**Peixes Carta/Mês** Ás de Copas: Princípio do Amor, Grande Alegria. **Amor**: Em vez de culpar os outros por aquilo que nos acontece, lembre-se que podemos escolher ultrapassar os obstáculos com que nos deparamos, utilizando-os para amadurecer e evoluir. **Saúde**: Valorize mais as suas qualidades. **Dinheiro**: Cuidado com as intrigas no local de trabalho, afaste-se de boatos. Em cada circunstância faça sempre o que lhe parece mais certo. **Nºs/Sorte** 2, 8, 11, 25, 29, 33 **Pensamento +** Eu venço os meus medos!

*Veja as previsões para 2011 no nosso site*



**SINOPSE** Em 1973 o autor prestava serviço no Batalhão de Caçadores Pára-quedistas 12, de Bissa lanca (Guiné).

Em 23 de Maio desse ano, numa operação por si comandada e tendo como missão atingir e reforçar a guarnição de Guidage, cercada pelo PAIGC, a Companhia de Pára-quedistas 121 sofreu quatro mortos, dos quais três tiveram que ser inumados num cemitério localizado na cerca do aquartelamento daquela localidade.

Trinta e cinco anos depois, em Março de 2008, o autor regressa à Guiné integrado numa Missão da Liga dos Combatentes destinada a exumar, em Guidage, os cadáveres daqueles três militares pára-quedistas e de outros sete do Exército. O autor conta-nos toda a problemática relacionada com a expedição: os antecedentes, a preparação e o seu desenrolar, Simultaneamente descreve o ambiente da Guiné de hoje comparando-o com o do tempo da guerra; os usos, costumes e religiões da região de Farim e Guidage; o sentimento da população em relação ao antigo colonizador; as mágoas dos guineenses antigos militares portugueses por Portugal os ter enganado e abandonado; conversas com velhos guerrilheiros do PAIGC.

A crise nas fronteiras da Guiné (Maio-Junho de 1973), os dias mais críticos de toda a guerra! A Norte, o prolongado cerco de Guidage e as sangrentas batalhas travadas em seu redor.

A Sul, o terrível assédio a Gadamael, um inferno, ocorrido após a retirada de Guileje. Os sentimentos dos combatentes nas diversas fases dos combates e nas pausas da guerra. A ÚLTIMA

*MISSÃO é um livro de sentimentos, os dos soldados e os dos Comandantes, estes nas suas angústias, dúvidas e responsabilidades, enquanto chefes e homens.*

*Toda esta história real é contada a par da descrição da juventude e da preparação militar dos três Páras inumados em Guidage e da sua actividade na Companhia de Pára-quedistas 121, a que pertenciam.*

*O livro dá-nos uma noção muito real da forma como os Pára-quedistas actuavam em operações, dos seus sentimentos em cada circunstância e de como era a vida numa Unidade de Intervenção de excelência – o Batalhão de Pára-quedistas 12. E, também, da idiossincrasia dos Páras portugueses, dos seus valores, ideais e princípios.*



O Autor - José Alberto de Moura Calheiros, nasceu em 1936 no Peso, Covilhã. Frequentou o Curso de Infantaria da Escola do Exército (1954-1957). Admitido nas Tropas Pára-quedistas em 1959, aí passou toda a sua vida militar. Cumpriu três comissões de serviço no Ultramar – Angola (1963-1965) e Moçambique (1967-1969) como comandante de Companhia de Pára-quedistas e Guiné (1971-1973) como 2º Comandante e Oficial de Operações do BCP12, COP4 e COP5 e Comandante do COP3. Em Tancos, foi Comandante do Batalhão de Instrução, Comandante do Regimento de Caçadores Pára-quedistas e Comandante da Escola de Tropas Pára-quedistas. Nos seus três últimos anos de actividade como militar (1977-1981) desempenhou funções de Chefe do Estado Maior do Corpo de Tropas Pára-quedistas. Passou à situação de Reserva em Fevereiro de 1981. Licenciado em Finanças pelo ISCEF – Instituto Superior de Ciências Económicas e Financeiras, passou então a desempenhar funções de técnico economista no Ministério da Indústria, IPE – Instituto de Participações do Estado e na Direcção Financeira de empresas. Mais tarde dedicou-se à gestão de empresas. Hoje está reformado e afastado de qualquer actividade profissional.



## Vinho do Algarve nos Top 10 Nacional

Apraz-nos registar que a Quinta dos Vales foi distinguida com mais um prémio para o seu vinho Grace Touriga Nacional 2008 que foi eleito o TOP 10 Nacional

Karl Heinz Stock, proprietário e director da quinta de vinho e arte disse: "Já recebemos muitos prémios internacionais, mas esta nomeação é realmente uma grande honra para nós porque tivemos que competir contra os melhores produtores de vinho em Portugal. Trazer um prémio tão respeitável para o Algarve é uma confirmação de que a nossa política de qualidade rigorosa está no bom caminho. Vai ser bom para a região e para todos os produtores de vinho que continuamente dão o seu melhor para colocar o Algarve firmemente no mapa como uma das regiões de bons vinhos de Portugal."



### Agenda de Eventos do Município de Albufeira

**16 Jan.** IV Bênção dos ciclistas do Algarve. 1º passeio de Ciclismo do ano no Concelho. 8h00 - Igreja de São José, em Ferreiras, seguindo-se o habitual passeio de Cicloturismo.  
**Mercados:** Caliços: 1.ª e 3.ª terça-Feira/mês. Guia: 3.ª Sexta-feira/mês. Paderne: perto R.Miguel Bombarda 1º Sábado/mês,

### Agenda de Eventos do Município de Silves

**Até 31 Jan.** Exp. Amália Nossa. Ig. Misericórdia.  
**Mercados:** Alcantarilha: Centro da Vila. 1ª Sexta-feira/mês. Silves: perto de Cemitério, 3ª Segunda-feira/mês. Algoz: Largo da Vázea, 2ª Segunda-feira/mês. Azilheira / S. Marcos de Serra: 1ª Quinta-feira/mês. São Bartolomeu de Messines: 4ª Segunda-feira/mês. São Marcos da Serra: junto ao Cemitério: 1º Sábado/mês. Tunes : Rua 1º de Maio, 4º Sábado/mês

**Solar das Oliveiras**  
RESTAURANTE GRILL  
*Olive* Cocktail & Music Bar

Estr. de Vale Parra • Sesmarias • Albufeira - Tel. 289 591 159

Caro(a) Cliente, encerrámos para férias.  
Reabrimos em 11 de Março

Regional  
**algarve fm** 91.8  
**Rádio Silves** 92.4  
www.algarvefm.pt 93.7



EVENTOS?  
ESPECTÁCULOS?  
ARTISTAS?



RÁDIO ALGARVE FM  
É CONNOSCO!!!

Este ano comece logo no início do ano a apostar para ganhar!...

Aposte em publicidade para conquistar mais clientes e vender mais!

Fale connosco para fazer publicidade em rádio na imprensa e em outros meios!

Conte connosco na Algarvefm para apoiar o seu negócio!

Contacte-nos

**Organizamos Eventos. Consulte-nos!**

Contacte-nos AGORA: João Cardoso - Director Geral  
Telefone: 282 440 100 | Telemóvel: 965 345 519 | 969 746 222  
Email: jcardoso.algarvefm@netvisao.pt

Oh! Pipa.  
Dizem que os portugueses não crescem este ano!  
Nós não crescemos?

LP?! Fazes cada pergunta?  
Claro que as crianças crescem!....  
Os grandes é que não crescem por causa da crise!



## 7 Diferenças / 7 Diferenças / 7 differences



Descubra as 7 diferenças entre as duas imagens.  
Solução na próxima edição

Try to find 7 differences  
Solutions in the next month

Descubre las 7 diferencias entre las dos imágenes.  
Solución en la próxima edición

## Sudoku

|   |   |   |   |   |   |   |   |   |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
|   |   |   | 8 |   |   |   | 2 | 6 |
|   |   |   |   |   |   | 4 |   | 9 |
| 7 | 3 |   |   | 6 | 2 |   |   | 8 |
|   |   |   |   | 2 | 7 |   | 4 |   |
| 9 | 4 |   |   | 1 |   |   | 5 | 7 |
|   | 1 |   | 6 | 4 |   |   |   |   |
| 2 |   |   | 5 | 9 |   |   | 3 | 1 |
| 1 |   | 8 |   |   |   |   |   |   |
| 5 | 6 |   |   |   | 1 | 7 |   |   |

Solução na próxima edição



|   |   |   |   |   |   |   |   |   |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 6 | 4 | 3 | 1 | 2 | 5 | 9 | 8 | 7 |
| 2 | 7 | 9 | 8 | 6 | 4 | 5 | 3 | 1 |
| 1 | 8 | 5 | 9 | 3 | 7 | 4 | 6 | 2 |
| 9 | 2 | 8 | 3 | 1 | 6 | 7 | 5 | 4 |
| 7 | 6 | 1 | 5 | 4 | 2 | 8 | 9 | 3 |
| 5 | 3 | 4 | 7 | 9 | 8 | 2 | 1 | 6 |
| 8 | 5 | 2 | 6 | 7 | 3 | 1 | 4 |   |
| 4 | 9 | 6 | 2 | 5 | 5 | 3 |   | 8 |
| 3 | 1 | 7 | 4 | 8 | 9 | 6 | 2 | 5 |

Solução da edição anterior  
Solución de la edición anterior

## Secas

- O que é um pontinho amarelo no Céu? **É o super-tremoço!**
- Qual é o antónimo de Skate? **Molhei-te!**
- Um homem rouba sinos de igreja e coloca-os num forno. Qual é o nome do filme? **Assa sinos.**
- Sabem porque é que o 666 é o número do Diabo? **Porque o 333 é o do Monoabo e o 999 o do Triabo!**
- Porque é que a manteiga não entrou na discoteca? **Porque foi barrada!**
- Era uma vez um cão que tinha uma pata de borracha. **Um dia coçou-se... e apagou-se!**
- Vão dois grãos de areia no deserto e diz um para o outro: - **Não olhes agora, mas acho que estamos a ser seguidos...**
- Como se chama um cão que conduz um carro? **Cãodutor.**
- Sabem porque é que os mergulhadores se atiram para trás quando mergulham do barco? **Porque se se atirassem para a frente, caíam lá dentro!**
- Sabem o que é um fuinho? **É um buaquinho na paede.**

## Provérbios Populares - Mês de Janeiro

- A Pescada de Janeiro, vale um carneiro.
- Comer laranjas em Janeiro, é dar que fazer ao coveiro.
- Em Janeiro saltinho de carneiro.
- Em Janeiro sobe ao outeiro; se vires verdejar, põe-te a chorar, se vires nevar, põe-te a cantar.
- Em Janeiro uma hora por inteiro e, quem bem olhar, hora e meia há-de achar.
- Em Janeiro, cada Ovelha com seu Cordeiro.
- Em Janeiro, nem Galgo lebreiro, nem Açor perdigueiro.
- Em Janeiro, seca a Ovelha no fumeiro.
- Em Janeiro, sete capelos e um sombrero.
- Em Janeiro, um Porco ao sol e outro ao fumeiro.
- Janeiro fora, cresce uma hora.
- Janeiro geoso e Fevereiro chuvoso fazem o ano formoso.
- Janeiro molhado, se não cria o pão, cria o gado.
- Janeiro molhado, se não é bom para o pão, não é mau para o gado.
- Janeiro quente, traz o Diabo no ventre.
- Janeiro tem uma hora por inteiro.



**"Optimismo é esperar pelo melhor. Confiança é saber lidar com o pior."** (Roberto Simonsen)

**"A esperança se adquire. Chega-se à esperança através da verdade, pagando o preço de repetidos esforços e de uma longa paciência. Para encontrar a esperança é necessário ir além do desespero. Quando chegamos ao fim da noite, encontramos a aurora."** (Georges Bernanos)

**"Me interessa o futuro porque é aonde vou passar o resto da minha vida."** (Woody Allen)

Veja esta edição também em  
[www.amelhoropcao.com](http://www.amelhoropcao.com)  
porque tem mais para ver!



Em 2011 conte connosco  
como um parceiro de trabalho  
para fazer a publicidade da sua empresa!

A melhor opção  
La mejor opción



## Imprensa

A melhor opção  
La mejor opción



Na Revista "A Melhor Opção"  
a sua empresa poderá ter um  
espaço privilegiado  
durante 6 meses ou por todo o ano!

## Brindes Publicitários

Tenha sempre à mão um  
brinde para os bons clientes



Visite o site [www.amelhoropcao.com](http://www.amelhoropcao.com)

## Rádio

Tratamos da sua publicidade em Rádios  
do Algarve, desde a redação dos spots,  
gravação, distribuição e acompanhamento  
de toda(s) a(s) campanha(s)!...

Campanhas desde

**3,33 € por dia!** + iva (spots 15")

Rádios: Gilão/Tavira, AlgarveFM/Silves,  
Solar/Albufeira e/ou outras rádios



Fale connosco 968639468

## Artes Gráficas

Consulte-nos para fazer  
os seus folhetos,  
desdobráveis, encartes,  
catálogos, flyers, etc...



289 72 10 50 • 968 639 468

## Meios Móveis

Faça-se Ver e Ouvir em  
qualquer sítio do Algarve!



Fale connosco! Levamos a sua  
mensagem a qualquer lado. Em  
papel, na rádio ou sobre rodas!

968 639 468

Inácio Alves

Rua António Henrique Cabrita, Lt.2 r/c dt. 8700-247 OLHÃO • Tel.289 72 10 50 / Tlm 968 639 468



ALGARVE

# ALGARVE NOIVOS

VII FEIRA DE ARTIGOS E PREPARATIVOS PARA O CASAMENTO

14.15.16 JANEIRO

FARO 2011

JUNTO AO FÓRUM ALGARVE



SAIBA +

[www.algarvenoivos2011.blogspot.com](http://www.algarvenoivos2011.blogspot.com)

[www.algarvenoivos.efeitoeventos.com](http://www.algarvenoivos.efeitoeventos.com)

Sexta 17h - 23h | Sábado 15h - 23h | Domingo 15h - 21h

T. 289 80 70 75 | [www.efeitoeventos.com](http://www.efeitoeventos.com)

# A melhor opção La mejor opción

Oferece-lhe este mapa com o apoio destas firmas. Dê-lhes preferência.

This map is offered with the support of these firms. Please give them your preferences.

## • VRSA

RSA Rádio St.º António 281 531633

## • Tavira

Restaurante Guerreiro 281 326 423

## • Olhão

Câmara Municipal de Olhão 289 700 100

Restaurante O Franguinho 289 704 961

Century21Ria 919 769 294

Américo Ribeiro 289 701 247

Óptica Nascente 289 702 637

Mobilar Móveis 289 703 627

Gelados Gelvi 289 713 758

Ibéricafrío 289 702 314

Rest. Ó Cheff 289 72 1619 / 936 970 168

## • Faro

NM Pneus • Patacão 289 816 122

Garrafeira Jafers 289 829 137

Virgílio Reis 289 997 289 500

## • Loulé

Supermercados Jafers 289 389 071

Gráfica Comercial 289 420 200

LouléDoce 289 420 380

## • Albufeira

Restaurante Solar das Oliveiras 289 591 159

Olive Bar - Sesmarias 289 591 159

## • Lagoa

Azulejos del Vado 282 341 179

## • Silves

Algarve fm 282 440 100

**Inácio Alves**  
Marketing, Publicidade e Serviços

R. António Henrique Cabrita, Lt 2 r/c Dtº 8700-247 OLHÃO

351 289 721 050 • 351 968 639 468 • 917 292 576

inalves@mail.telepac.pt

A melhor opção  
La mejor opción

www.amelhoropcao.com • www.inalves.com



### Campos de Golfe do Algarve Algarve Golf Courses

|                       |                          |                            |
|-----------------------|--------------------------|----------------------------|
| 1 Parque da Floresta  | 11 Herd. Salgados Golf   | 21 Royal Course            |
| 2 Boavista Golf       | 12 Balaia Golf Village   | 22 Quinta do Lago          |
| 3 Palmares Golf       | 13 Pine Cliffs Resort    | 23 San Lorenzo Golf Course |
| 4 Golfe do Morgado    | 14 Victoria Golf Course  | 24 Pinheiros Altos         |
| 5 Golfe dos Alamos    | 15 Millenium Golf Course | 25 Colina Verde Golfe      |
| 6 Le Meridien Penina  | 16 Laguna Golf Course    | 26 Benamor Golf            |
| 7 Alto Golf           | 17 The Old Course        | 27 Quinta da Ria           |
| 8 Pinta Course        | 18 Ocean Course          | 28 Quinta de Cima          |
| 9 Gramacho Course     | 19 Pinhal Golf Course    | 29 Castro Marim Golfe      |
| 10 Vale do Milho Golf | 20 Vila Sol              |                            |

Faro para  
Albufeira  
Alcoutim  
Aljezur  
Algarve

Distância km 39 91 110 110

Fale connosco para pôr o seu



de graça

Largo da Atalaia  
**Tavira**



## negócio neste Mapa do Algarve e na Planta do seu



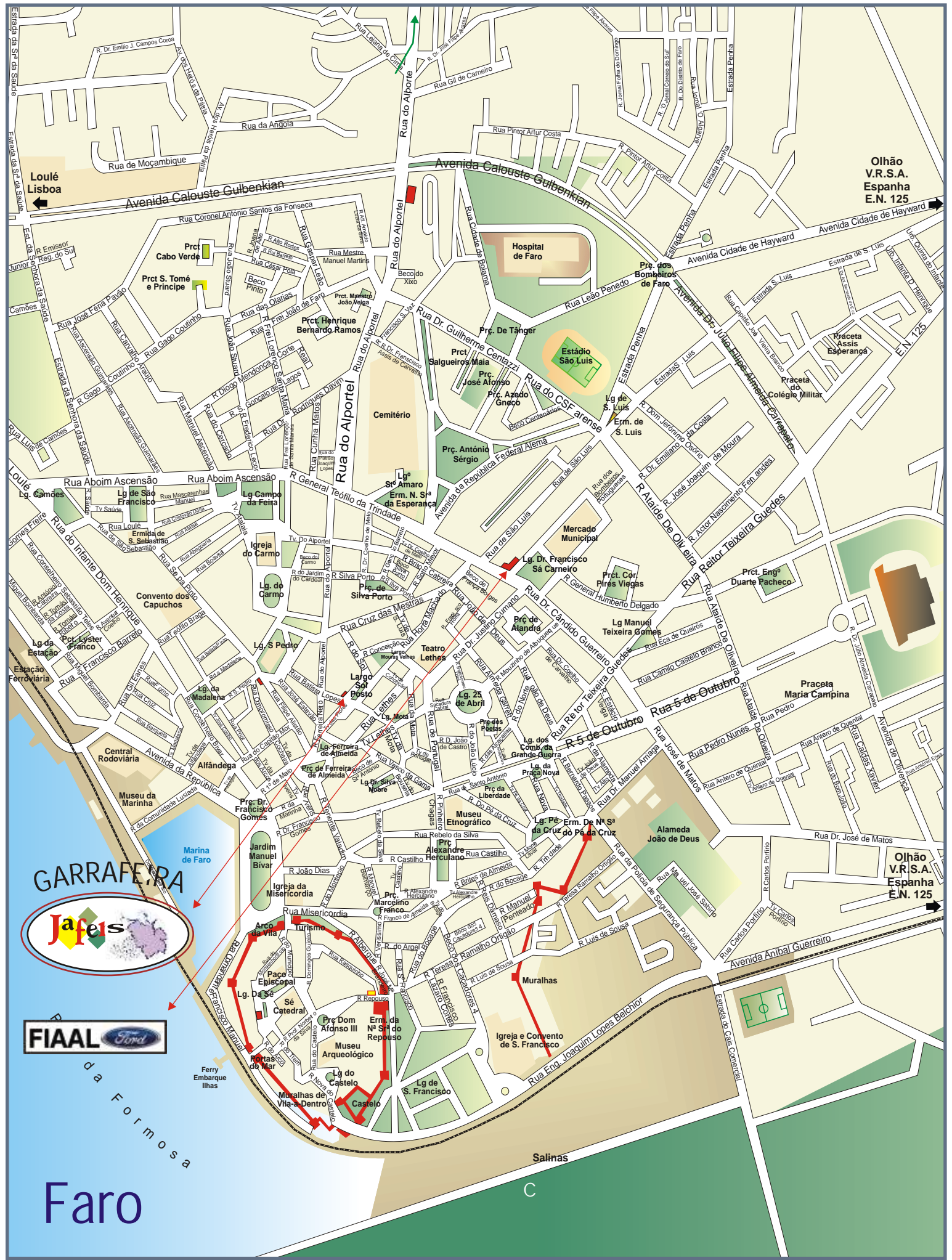
**Edição 51**  
**Janeiro 2011**

**A melhor opção**  
**La mejor opción**

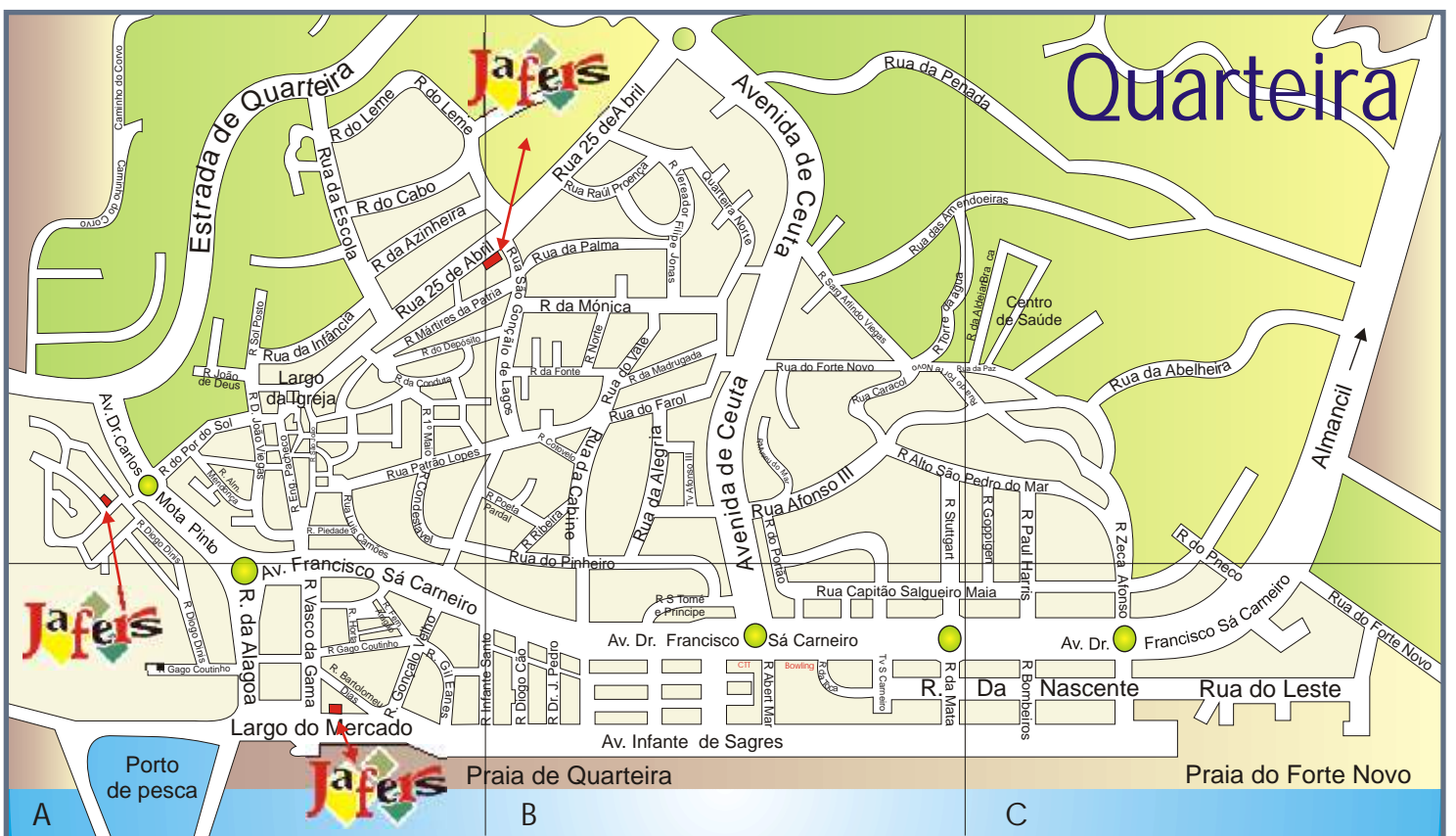
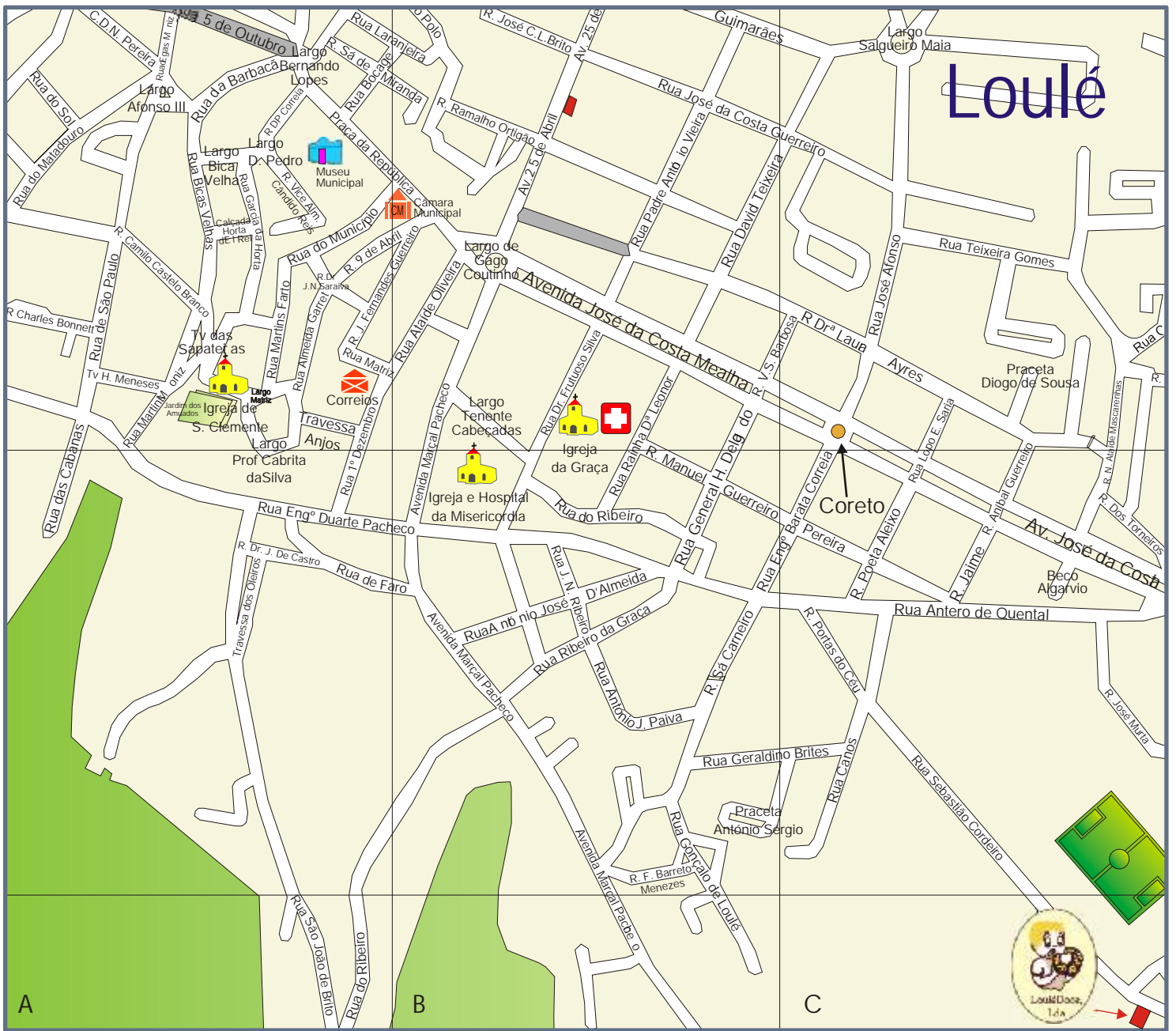
**em Município. Contacte: 289 72 10 50 • 968 639 468**

**Portimão**

**V.R. S.º António**



Faro





**Mobiliar móveis**  
Hotel Armonia

**Biblioteca Municipal de Olhão**

**Parque**

1ª hora grátis  
Parking  
1th hour free



Óptica Nascente, Lda.

Ria Formosa

**Olhão**

**A melhor opção**  
**La mejor opción**

Publicite connosco e  
apareça no mapa!

Tel: 289 72 10 50 Tlm. 968 639 468 • [www.amelhoropcao.com](http://www.amelhoropcao.com)