



A ROTA DA ÁGUA



ENTREVISTA
Neste número
entrevistamos
Marisa Viriato, Responsável
pela Área de Gestão
das Origens Água

PAG 3

ETAR DE SÃO MARCOS DA SERRA JÁ
ENTROU EM FUNCIONAMENTO!



PAG 6

O ALGARVE ESTÁ DE PARABÉNS
85 praias galardoadas com bandeira Azul



PAG 13



CHEGOU O VERÃO!!
Beba água.

PAG 16

OS NOSSOS VALORES

A sustentabilidade na utilização dos recursos naturais e a preservação da água enquanto recurso estratégico essencial à vida, o equilíbrio e melhoria da qualidade ambiental, a equidade no acesso aos serviços básicos e a promoção do bem-estar através da melhoria da qualidade de vida das pessoas são os valores fundamentais do Grupo Águas de Portugal.

Resultante do processo de agregação das empresas do Grupo Águas de Portugal, a Águas do Algarve SA (AdA) passou a ser representada por um novo logótipo.

Esta nova imagem representa o equilíbrio entre os três principais elementos naturais que são o AR, a ÁGUA e a TERRA, e afirma o esforço ecológico sustentado a que o Grupo Águas de Portugal se dedica.

Assim, é com muita satisfação que vos apresentamos a nossa nova imagem baseada num novo logótipo, e aprimoramento do conceito.



editorial

Teresa Fernandes

Caros leitores

Parece que apenas alguns dias passaram desde a nossa anterior edição. Na verdade foram cerca de dois meses. Dois meses apenas, pleno de atividade, quer na Águas do Algarve, S.A. (AdA), como veremos nas páginas seguintes, quer através da reorganização territorial ao nível do grupo Águas de Portugal (AdP) que passa pela redução dos 19 sistemas de abastecimento de água e saneamento de águas residuais para 5 sistemas regionais.

Nas páginas seguintes, muitos são os assuntos abordados, os quais não poderiam deixar de refletir os nossos investimentos na região, as nossas atividades de educação ambiental, os nossos projetos de investigação, parcerias com entidades locais – nacionais e estrangeiras no âmbito de estudos e investigação...entre vários outros.

Como habitualmente, teremos também a nossa vertente interna, apresentando um cariz mais pessoal, expondo de forma saudável aquele que é o nosso capital humano. A AdA é a nossa e a sua empresa, onde os recursos humanos são um ativo fundamental para a “saúde” da mesma, pelo que conhecer a “matéria humana” desta casa é uma mais-valia para todos nós.

Entretanto, o Verão já chegou, e com ele as nossas serras, as nossas praias, jardins e demais espaços de lazer enchem-se de veraneantes que pretendem usufruir de um clima inigualável como é o do Algarve, e da arte de bem receber da nossa terra. Não podemos deixar de referir o record de bandeiras azuis recebidas este ano nas praias da nossa Região, as quais apenas vêm atestar a elevada qualidade que temos nas nossas águas balneares, e para as quais a AdA tem um papel de elevada responsabilidade.



Sem paralelo, é também a necessidade que o nosso corpo apresenta nesta altura do ano para uma maior hidratação, e conseqüentemente um maior consumo de água. Espreite alguns dos benefícios que o nosso corpo ganhará com a correta quantidade de água a ingerir.

Pela importância do mesmo, iremos dar especial destaque ao Plano de Segurança do Sistema de Saneamento.

Não deixe de folhear esta edição, e ficar a conhecer-nos um pouco melhor.

Bem vindo Verão, e boas férias se for o caso. Nós voltaremos em Setembro!

Teresa Fernandes

ENTREVISTA



Marisa Viriato

Teresa Fernandes (TF): A Marisa entrou para a empresa em Setembro de 1999, ainda eramos Águas do Barlavento e Águas do Sotavento Algarvio. Acha que muita coisa mudou na empresa desde então?

Marisa Viriato (MV): Sim claro, com a constituição da AdA a empresa ganhou novos desafios e nova dinâmica. Na Águas do Barlavento tive a oportunidade de participar na construção e arranque de todo um sistema novo, complexo e integrado, para o abastecimento público de água ao Barlavento Algarvio, à data foi uma verdadeira alteração da realidade da região, e com um impacto muito significativo, quer em termos de fiabilidade e garantia das necessidades de água, quer sobretudo ao nível da qualidade. Fazer parte da equipa da fase de arranque foi muito estimulante e marcou a minha forma de abordar as dificuldades e os desafios que foram surgindo. A criação da AdA trazia a expectativa de novos projetos, novas missões e áreas de atuação, e considero que essa expectativa tem vindo a ser cumprida.

Julgo que a AdA tem tido um papel determinante no Algarve, e tem dado um contributo muito importante para o seu desenvolvimento. Temos implementado muitos projetos relevantes e, dentro do sector, abarcando um vasto leque de intervenções e temáticas

Mas há mais para fazer, e isso é o que torna esta empresa interessante.

TF: Começou a trabalhar na Direção de Operações Água, como técnica, sendo neste momento Responsável pela Área Gestão Origens Água. Trata-se de um cargo de elevada responsabilidade?

MV: Trabalhar na AdA, uma empresa que tem que assegurar a produção de água para o consumo humano e garantir o saneamento público de todo o

Algarve, é para cada colaborador, e em qualquer das funções que se desempenhe, uma grande responsabilidade. Acho que na AdA há essa consciência por parte das pessoas, e esse é um "ativo" precioso que se deve valorizar e fomentar.

TF: Quais são as principais prioridades da Área que gere?

MV: A GOA tem como principal responsabilidade assegurar, em articulação com as outras áreas da empresa, a gestão e exploração das infraestruturas das origens de água do SMAAA, de 3 grandes barragens e cerca de 20 captações subterrâneas, numa abordagem integrada e eficiente em termos de recursos e custos. A equipa da GOA faz a operação destas infraestruturas e assegura os processos de captação de água e adução às ETA, com o objetivo de contribuir para a garantia do abastecimento público água, na quantidade e qualidade necessária.

Temos também como prioridade assegurar o cumprimento das obrigações legais da AdA nos títulos de utilização destas origens de água, e gerir a articulação com as várias entidades com competências na Gestão de Recursos Hídricos, para a gestão das disponibilidades de água no território e proteção da qualidade destas massas de água. É um trabalho desenvolvido com diversos atores, negociando estratégias minimizadoras de conflito e que depende muito das linhas de orientação e apoio da Administração da AdA.

Tenho que salientar também o trabalho realizado na resposta à emergência/contingência, no âmbito da Segurança de Barragens (RSB) e a operação para gestão de cheias; para o controlo de segurança destas infraestruturas hidráulicas e monitorização dos vales de jusante e suas populações. É certamente uma componente crítica na atividade da GOA, e que acarreta uma forte gestão de riscos, na qual a equipa investe bastante.

E sem esquecer a componente ambiental e de conservação da natureza que, numa fase inicial pelas condicionantes ambientais associadas a Odolouca e atualmente pela sua relevância e coerência no âmbito da atividade da AdA, tem um papel importante e digamos que especial, no trabalho da GOA.

TF: Conte-nos, de forma resumida, como são os seus dias, na gestão das Origens de água.

MV: O trabalho da GOA resulta muito da boa articulação entre a equipa, que apesar de pequena, somos 5 colaboradores, tem vindo sempre, e com alguma versatilidade, a responder aos desafios que vão surgindo. Os nossos dias passam muito pela gestão da equipa e pela necessária articulação da operação com os diversos sectores da empresa, DOA, DM, DIN, DAF etc., dos quais as nossas atividades dependem fortemente.

Passam também pelos contactos regulares com as entidades externas, preparação, análise e disponibilização de informação sobre as temáticas da

Gestão de Recursos Hídricos e Ambientais. Nestas áreas a equipa da GOA tem executado várias Candidaturas a Programas Operacionais de acesso a fundos de financiamento comunitários, para apoio e redução dos encargos associados à implementação de projetos ambientais e de Investigação & Desenvolvimento Tecnológico.

E claro, como é qualquer atividade de operação, e por bom planeamento que se faça, há que dar resposta à resolução de anomalias e atividades não planeadas, e disponibilização de equipas de trabalho e meios para realização de intervenções no terreno.

Não é certamente um trabalho monótono e desinteressante, e sei que gosto do que faço.

TF: Para além da sua carreira, na AdA, é ainda mãe de duas crianças ainda muito jovens. É fácil de conciliar os papéis de mãe com o cargo que tem na empresa?

MV: Os meus filhotes são a melhor surpresa da minha vida. Claro que faço os desabafos de que os meus piratinhas me roubam o tempo todo... mas é o melhor furto que pode haver. É claro que é necessário algum planeamento, empenho e partilha de responsabilidades e tarefas entre os pais e, a seu tempo, pelos filhos também. Na realidade, com o recente aumento da família, ainda estamos a precisar de efetuar alguns ajustes...

Acho que organizar a família é um processo que tem similaridades com o trabalho, requer planeamento, empenho e compromisso de todos para cumprir os objetivos e também alguma criatividade. A família e o trabalho ainda são matéria na qual temos alguns passos importantes para dar em Portugal, e espero que haja um compromisso real do país e de todos nós nesse sentido.

E em tom de desafio, gostava de saber se esta pergunta já foi colocada nas entrevistas aos homens da AdA...

TF: Se tiver que descrever a AdA numa frase, o que dirá?

MV: Ui, numa frase!?... Essa é uma pergunta para a área de comunicação...

Houve uma frase que já foi utilizada para promover a AdA que achei bem conseguida, "um mundo líquido, uma empresa sólida". Mas é muito mais do que o trocadilho de estado físico, é rigor, responsabilidade, qualidade, empenho e dedicação das pessoas que nela trabalham.

Obrigada pela colaboração!

Projeto HYMEMB

O Projeto HYMEMB, é um projeto cofinanciado pelo Programa LIFE, e resulta de uma parceria estabelecida entre a AdA e o LNEC, com o objetivo de identificar e demonstrar que a utilização de um sistema de tratamento por membranas cerâmicas com adição de carvão ativado em pó é uma solução resiliente e sustentável para controlo de contaminantes emergentes (EC) na produção de água para consumo humano. O projeto reconhece como contaminantes-alvo alguns fármacos, pesticidas, ciano toxinas, vírus e protozoários, pretendendo igualmente testar e validar a remoção de matéria orgânica natural (NOM).

Para o efeito, foi construído e instalado na ETA de Alcantarilha um protótipo para ensaios de campo, com vista a assegurar uma comparação significativa entre os processos de tratamento convencional C/F/D (coagulação, floculação e decantação) e um processo de tratamento híbrido avançado PAC/MF (carvão ativado em pó/microfiltração cerâmica, i.e., PAC/MF) e avançado por membranas (PAC/CFS vs. PAC/MF) avaliando assim as respetivas eficácia, fiabilidade e eficiência (reagentes, lamas e energia).

O Projeto tem tido um forte acompanhamento institucional, sendo de assinalar a 3ª reunião da Comissão Executiva do projeto, realizada no passado dia 25 de Maio, na ETA de Alcantarilha, e que contou com a presença do LNEC (coordenador do projeto), de um representante do Programa LIFE em Portugal, (Dra. Isabel Lico - APA) e da EU através da empresa Neemo (Dra. Filipa Ferrão). A AdA, para além do corpo técnico afeto ao Projeto, fez-se igualmente representar pela Administração, através da Drª Isabel Soares.

No âmbito da referida reunião foi também realizada uma visita ao Laboratório e à ETA de Alcantarilha para observação do protótipo já instalado, com a tecnologia inovadora para o tratamento de água para consumo humano PAC/MF (carvão ativado em pó e microfiltração cerâmica), bem como do piloto que opera com tecnologia convencional C/F/D (coagulação, floculação e decantação).

A reunião teve como objetivo efetuar o balanço do progresso dos trabalhos do projeto HYMEMB, como sejam as adaptações efetuadas na ETA para receber e instalar o protótipo e o piloto, a engenharia necessária para o desenho e conceção do protótipo, os testes preliminares efetuados em laboratório para selecionar o melhor carvão ativado para as duas tecnologias, visando a remoção dos contaminantes alvo e o plano de controlo e de análises, já a decorrer e a desenvolver ao longo do Projeto, e no âmbito do qual o Laboratório da AdA adquiriu um Espectrofotómetro leitor de microplacas – ELISA, para determinação de contaminantes alvo.

A par destas questões mais técnicas o Projeto tem igualmente uma vertente de carácter mais sociológico, que visa analisar o posicionamento da sociedade civil acerca dos valores, crenças e atitudes relativamente à tecnologia de membranas. Neste sentido, foi apresentado o relatório do 1.º Workshop de stakeholders que decorreu em dezembro de 2014, no LNEC, e que envolveu 31 participantes, de diferentes entidades públicas e privadas do sector, representantes, que numa sessão bastante dinâmica e participada contribuíram de forma decisiva para ajudar a projetar o possível posicionamento dos vários quadrantes da sociedade ali representados, perante esta tecnologia.

Volvido que está cerca de ano e meio sobre o início do Projeto, podemos fazer um balanço muito positivo do que está a ser a sua implementação face ao inicialmente projetado. Os próximos meses serão determinantes para a avaliação da eficácia da tecnologia adotada, pelo que requererão muito trabalho e um acompanhamento diário por parte das equipas técnicas da AdA e do LNEC.



Protótipo de ensaio em campo



Comissão Executiva do projeto

2015 é considerado um ano de seca meteorológica, mas no Algarve o Sistema Multimunicipal de Abastecimento, garante a disponibilidade de água para consumo humano a toda a região

Mais de 90% de Portugal continental encontra-se em situação de seca meteorológica fraca a moderada e 7% do território regista uma seca severa, segundo o boletim climatológico mensal de março do Instituto Português do Mar e da Atmosfera. Todavia, e efetuada a avaliação das disponibilidades hídricas das diversas origens de água do Sistema Multimunicipal de Abastecimento de Água à Região e face à estraté-

gia de gestão plurianual e integrada de origens superficiais e subterrâneas adotadas pela AdA, os algarvios e turistas que nos visitam podem "dormir descansados". No Algarve, apesar do carácter seco do presente ano hidrológico, as disponibilidades de água existentes permitirão à AdA assegurar sem restrições as necessidades do abastecimento público de água no biénio 2015-2016.



Barragem de Odelouca

Se tiver curiosidade, confirme no quadro abaixo, os atuais níveis das barragens da região:

Disponibilidades		Cota	Volume Total	
Albufeira	Beliche	44,16	27,724 hm ³	57,76%
	Bravura	82,75	31,182 hm ³	89,60%
	Odeleite	44,19	85,326 hm ³	65,64%
	Odelouca	94,98	109,307 hm ³	69,56%
Dados a 15 de junho de 2015				

Jornadas da Licenciatura em Marketing – Estivemos presentes

Foi com orgulho que a AdA recebeu o convite por parte da Universidade do Algarve (UALG), e dirigido à Dr^a Teresa Fernandes Evangelista, a qual vem desempenhando as suas funções nesta empresa desde a sua criação, para estar presente nas III Jornadas de Reflexão da Licenciatura em Marketing. Tratou-se de um importante reconhecimento dado a esta Ex aluna da Universidade do Algarve, pela sua dedicação pessoal e desempenho profissional.



Dr^a Teresa Fernandes

É desde o ano 2000 funcionária da AdA, enquanto responsável pelo Marketing, Comunicação e Educação Ambiental, desempenhando ainda funções enquanto Porta-Voz da Empresa. Paralelamente, está também ligada à área da formação nas vertentes ligadas ao Marketing, Estratégia, Gestão de Crise, Relações Públicas e Protocolo.

Estas Jornadas previam a partilha de experiências bem como o enquadramento das competências adquiridas na licenciatura de Marketing e a sua aplicabilidade nas empresas. Sendo a AdA uma empresa de dimensão e desempenhos reconhecidos transversalmente, quer no âmbito regional quer num âmbito mais abrangente, a Escola Superior de Gestão e Hotelaria do Algarve – ESGHT, da UALG, ao endereçar este convite quis relevar o trabalho que a AdA tem vindo meritariamente a desenvolver ao longo dos anos na sua atividade, vindo na função da sua área de Marketing um exemplo de suporte à organização, divulgação e comunicação dos inúmeros investimentos com impactos socio-

económicos para a região o que, em seu resultado, se traduz na melhoria da qualidade de vida dos seus residentes e visitantes e na notoriedade da AdA.

Numa orientação estratégica e de proximidade das necessidades de mercado aos cursos que leciona, a ESGHT procura desenvolver estas e outras iniciativas em geral para que, continuamente e de forma dinâmica, as competências a desenvolver junto dos alunos

do curso de Marketing em particular sejam cada vez mais diferenciadoras e com orientação de futuro para que as oportunidades de mercado de trabalho possam ser preenchidas pelos Alunos formados na ESGHT e reconhecidas pelas empresas.

Há também a preocupação de acompanhar a progressão dos ex-Alunos e a manutenção da relação destes para com a ESGHT, este é o espírito que prevalece, dentro deste âmbito, pelo que regularmente, convida os que mais se têm destacado nas suas funções, conforme os temas que pretendem desenvolver.



III Jornadas de Reflexão da Licenciatura em Marketing

29 de maio, sala 47, ESGHT - Faro

14:30 Direção do Curso - Balanço do Funcionamento do Curso

15:15 Teresa Fernandes, Águas do Algarve, SA (Alumni 1999)

15:45 Rita Zambujal, Fórum Algarve (Alumni 2012)

16:15 Reconhecimento do mérito escolar

A AdA tem uma nova equipa de auditores internos da Qualidade, Ambiente e Segurança

Nos passados dias 28 e 29 de maio e 3,4 e 5 de junho decorreu, nas instalações da AdA um Curso de Formação de Auditores internos da Qualidade, Ambiente e Segurança (ISO 9001, ISO 14001 e OHSAS 18001).

O Curso teve a duração de 40h, foi ministrado pela APQ – Associação Portuguesa para a Qualidade, e teve como formador o Dr. Vitor Dias.

A Equipa de formandos, constituída pelos técnicos: D. Adelina Oliveira, Eng. Alfredo Dias, Eng. Ana Pereira, Eng. Claudia Madeira, Dr. Délio Viegas, Dr. Dina Martins, Eng. Fátima Andrade, Eng. Fátima Carapuça, Sr. Jorge Ramos, Eng. José Zica, Eng. Regina Vinhas, Eng. Rui Correia e Eng. Susana Pereira, vieram agora

reforçar a componente de verificação do Sistema de Gestão da AdA (vertentes QAS), anteriormente assegurada apenas pelos elementos da Área de Responsabilidade Empresarial, trazendo um grande complemento não só em termos de número de elementos, mas também em termos de multidisciplinidade da equipa auditora.

Nos 5 dias de formação destaca-se o espírito de equipa, a entereza, a postura e a motivação demonstrada pelos participantes. De salientar ainda o excelente formador e a disponibilidade da Direção de Operações Saneamento ao viabilizar a realização da auditoria de treino na ETAR de Almargem.



Formandos em formação na ETAR de Almargem

Produção de energia fotovoltaica

Dando continuidade à notícia da edição anterior da nossa Newsletter, vimos trazer alguma informação adicional acerca do Projeto Ambiental que a AdA está a levar a cabo, e que consiste na produção de energia fotovoltaica, para utilização nas ETAs de Tavira e Alcantarilha.

Através da implementação deste Projeto, a AdA pretende, não só reduzir significativamente os encargos energéticos da operação destas infraestruturas, como simultaneamente dar o seu contributo para a utilização de uma energia limpa e renovável.

Como forma de otimização do investimento a realizar, a AdA apresentou duas candidaturas ao Programa Operacional Algarve 21, no âmbito do Regulamento Específico de Energia, visando assim a instalação de duas Centrais Fotovoltaicas, uma na ETA de Alcantarilha, outra na ETA de Tavira.

As candidaturas foram aprovadas e os respetivos contratos de financiamento assinados em 17 de Abril de 2014, prevendo uma taxa de Co-Financiamento de 65%.

Entretanto, as candidaturas foram objeto de reprogramações físicas e financeiras, tendo os montantes aprovados sido aumentados, para: Investimento Total: €1.146.903,54 Co-Financiamento (FEDER): €745.487,30.

As empreitadas de execução das centrais fotovoltaicas estão a decorrer a bom ritmo, e dentro dos prazos previstos, pelo que a manter-se o cenário atual, a

AdA espera executar integralmente os projetos, até ao final do próximo mês de julho.



Vista parcial da instalação de painéis fotovoltaicos na ETA de Tavira

ETAR de São Marcos da Serra já entrou em funcionamento! Mais um pequeno grande passo em prol do meio ambiente!

4 de maio é uma data a recordar no calendário de São Marcos da Serra, no município de Silves, pois ficará na memória como o dia em que a ETAR entrou em funcionamento. Um investimento da AdA na ordem de um milhão de euros.

O projeto implementado pela AdA, com a designação de Sistema de Interceção e Tratamento de São Marcos da Serra, abrangeu a execução de todos os trabalhos de construção civil e do fornecimento e montagem dos equipamentos e das instalações elétricas de condutas e câmaras de válvulas. Trata-se de uma infra-estrutura que integrou o SMSA.

Os lugares abrangidos por este sistema eram servidos por rede de drenagem de águas residuais com descargas diretas para a ribeira de Odelouca. A construção do Sistema veio permitir a eliminação desses pontos de descarga, e o encaminhamento da água residual para tratamento adequado na ETAR de São Marcos da Serra e posterior descarga no meio recetor.

Esta ETAR tem como objetivo principal tratar as águas residuais urbanas de três aglomerados de pequena dimensão - São Marcos da Serra, Estação de São Marcos e Cruzamento, que totalizam cerca de um milhão de habitantes. Muito embora a maioria das habitações estivesse já ligada à rede de drenagem, não dispunham de ETAR, sendo as águas

residuais, então, lançadas sem qualquer tratamento em 4 pontos distintos da ribeira de Odelouca.

de Abastecimento de Água do Algarve.” Eng^a Marisa Viriato, Resp. Gestão das Origens da AdA



Presentemente, a entrada em funcionamento deste equipamento representa um benefício social para os habitantes dos três locais servidos pela ETAR, uma vez que permite melhorar de forma significativa as suas condições sanitárias e ambientais, considerando que diminuirá a carga poluente descarregada na Barragem de Odelouca.

“O arranque da exploração da ETAR de São Marcos da Serra, vai contribuir para a redução das pressões sobre a bacia da ribeira de Odelouca e sua albufeira, que constitui atualmente a principal origem de água do Sistema Multimunicipal



Planos gerais de ETAR de São Marcos da Serra

Loulé tem mais um ponto de entrega de água – Pedra de Água



A AdA, continua a efetuar investimentos na região algarvia, entre os quais se verificam o alargamento da rede de distribuição de água em alta, aos 16 municípios algarvios.

Neste pressuposto, no passado dia 1 de junho 2015, foi colocado em serviço o novo Ponto de Entrega de Pedra de Água do Sistema Multimunicipal de Abastecimento de Água do Algarve no concelho de Loulé.

Para marcar esta importante data no concelho, estiveram presentes no local representantes quer da AdA quer do Município.

O novo Ponto de Entrega (reservatório do município) é abastecido através da Estação Elevatória da Estibeira e tem associado um posto de Recloração para assegurar a qualidade da água fornecida.

Este novo Ponto de Entrega faz parte do Reforço de Adução ao Concelho de Loulé – Fase 1, que permitirá noutras fases posteriores de investimento e se necessário, possibilitar o abastecimento de água às Serras de Loulé (Alte, Benafim, Tor, Querença e Salir).

O valor de investimento efetuado pela AdA neste projeto foi da ordem dos 2,2 M€ (2,2 milhões de euros).

Plano de Segurança do Saneamento

Pela importância que este Plano tem não apenas para a AdA, como também para toda a região, queremos nos próximos parágrafos deixar-vos uma apresentação resumida, acerca do que é, do que trata e quais são os objetivos do mesmo.

O Plano de Segurança do Saneamento (PSS) da AdA assenta nos princípios do HACCP (Hazard Assessment Critical Control Points) - Avaliação de Perigos e Controlo de Pontos Críticos.

Trata-se de uma valiosa ferramenta de trabalho em que:

- Onde estão identificados e avaliados os Riscos associados à atividade do Saneamento, ao longo das várias fases (Recolha/Interceção/Elevação/Tratamento/ Rejeição/Reutilização)
- São identificadas as medidas preventivas a garantir para controlar a ocorrência de um risco, bem como as medidas corretivas a realizar aquando da ocorrência do mesmo
- Que constitui um documento para dar resposta às recomendações da OMS ("Guia para o Uso Seguro de Águas Residuais, Dejetos/Lamas e Águas Cinzentas na Agricultura e Aquacultura"), em que se:
 - Identificam os riscos associados a cada etapa do Processo de Negócio Saneamento
 - Estabelecem planos de minimização e/ou eliminação dos riscos
 - Providencia-se uma ferramenta de apoio na prevenção da ocorrência de um determinado risco e na tomada de decisão aquando da sua ocorrência
 - Valida a metodologia proposta pela OMS
 - Salvaguarda a Saúde Humana
 - Promove a segurança dos trabalhadores e dos utilizadores dos sistemas de saneamento;
 - Aumenta a proteção do meio ambiente;
 - Identificam oportunidades de melhoria do serviço e
 - Fomenta a prática de reutilização/valorização de águas residuais e aplicação de lamas.

Face ao histórico de ocorrências que se tem verificado no Saneamento, foi considerado como prioritário, que numa 1ª fase, o PSS da AdA fosse implementado, ao nível das Intervenções nas Infraestruturas do Saneamento, a montante do tratamento.

As restantes fases do Processo de Negócio do Saneamento, nomeadamente:

- Tratamento e destino final de águas residuais;
- Reutilização de água residual;
- Utilização agrícola de lamas de depuração.

Irão ser desenvolvidas numa fase posterior, a definir.

O PSS irá ser implementado e desenvolvido ao nível do Plano de Prevenção e do Plano de Emergência.

Relativamente às ações a efetuar para a elaboração do Plano de Prevenção, identificam-se as seguintes:

- Elaboração de listagem das infra-estruturas que integram o SMSA:
Por zona/subsistema/troço-EE
- Avaliação das infra-estruturas, com base em critérios de criticidade:
 - o Definição e validação da metodologia de avaliação
 - o Elaboração das matrizes de avaliação das infra-estruturas
- Definição de medidas de minimização dos riscos decorrentes da avaliação realizada
- Definição de Planos de Ação com responsabilidades/meios /orçamento

Ações a efetuar para a elaboração do Plano de Emergência Interno

1. Definição da forma de atuação em situações de emergência

Atendendo à criticidade do assunto e à sua urgência deverá ser organizada, de forma expedita, a atuação em situação de emergência, essencialmente em roturas e colapsos de coletores e condutas elevatórias, muito embora seja desenvolvida em fase posterior.

- Definição de meios e materiais a garantir (internos e externos);
- Definição dos intervenientes e respetivas responsabilidades e formas de atuação (internos e externos).

2. Elaboração do Plano de Emergência Interno para os diversos cenários (roturas/incêndios/colapsos/sismos, etc)

Elaboração do documento enquadrador, e implementação do Plano de emergência interno propriamente dito:

- Desenvolvimento da forma de atuação definida, contemplando os diversos cenários possíveis e todas as instalações do SMSA.

Ações pós emergência (ex: reposição das normais condições de funcionamento, reposição de pavimento, limpeza dos locais de intervenção, etc)

A Rota da Água

Rota da Água, foi o nome da 2ª Edição do Passeio de BTT e Caminhada que teve lugar no dia 10 de Maio, no concelho de Silves, organizada pela AdA e com o apoio do Clube Xelb.

Tratou-se de uma atividade que juntou centenas de participantes em prol do mesmo tema: A Água! A maioria dos participantes optou por participar na "pedalada" pelas maravilhosas paisagens serranas e espelhos de água das barragens de Arade, Bravura e de Odelouca daquele concelho algarvio, e outros que optaram pela caminhada, também estes com um percurso efetuado entre vales e montes de Silves.

Congratulamo-nos pelo sucesso desta iniciativa, na expectativa de repetir novamente no próximo ano, por que... o ambiente está primeiro.



1



2



3



4



5



6

1 Partida inicial para BTT e caminhada

2 Troféu

3 4 Administradora da AdA, Dra. Isabel Soares

5 Chegada à meta

6 Participante no BTT



7 Participante caminhada



8 Grupo BTT

9 Grupo caminhada

10 Equipa AdA

11 12 13 Participante no BTT



12

13

5ª Edição da Água Jovem celebrou o ambiente

A AdA, conjuntamente com a Agência Portuguesa do Ambiente, do Algarve e com o Zoomarine, promoveu no Dia Mundial do Ambiente, dia 5 de Junho, em Quarteira, concelho de Loulé, o encerramento da 5ª edição do Fórum Água Jovem dirigido aos jovens do Algarve que frequentam o 1º, 2º e 3º ciclos do ensino básico. Esta iniciativa, realizada com o apoio da Câmara Municipal de Loulé, Grupo Hubel, Aquashow e Companhia da União Fabril – CUF, veio contribuir para a sensibilização e reflexão crítica dos jovens no Algarve quanto ao seu papel na preservação dos recursos naturais e do património água, essencial à vida.

O Fórum que contou com a representação da AdA pela Drª Teresa Fernandes, teve lugar no edifício do Centro Autárquico de Quarteira, onde esteve patente ao público, uma exposição com os trabalhos realizados no âmbito do concurso Água Jovem 2015, este ano sobre os temas "Luz e Água" e "Solo e Água".

Os premiados foram apresentados publicamente neste dia, onde para além da cerimónia de entrega dos prémios, decorreram várias atividades lúdicas e de sensibilização às várias escolas que estiveram presentes.

Este ano, para além dos alunos premiados, tivemos também várias menções honrosas em trabalhos que foram produzidos por entidades e

instituições que através de trabalhos elaborados com elevado rigor, fize-

ram parte desta grande iniciativa regional, cujo objetivo principal se cen-

tra no apelo à proteção do ambiente e dos recursos naturais do planeta.



Cerimónia pública de encerramento do concurso



Drª Teresa Fernandes, aquando da reunião de Júri do concurso, com as menções honrosas, a Gotinha e a Mão da Vida



Grupo vencedor

Chegou o Verão – beba água



Sabemos que nem sempre ingerimos a quantidade diária de água que o nosso corpo necessita para se manter saudável.

As temperaturas mais elevadas no verão, fazem com que o nosso corpo perca mais líquido por via da transpiração, e a não reposição adequada pode causar problemas de digestão, respiratórios, câimbras, dores de cabeça, prejudicar o funcionamento de órgãos vitais como os rins, entre várias outras situações.

Faça um esforço e beba deste precioso líquido que está tão perto de nós, em cada torneira das nossas casas. Vale a pena recordar que a água abastecida pela AdA na região, é uma água de elevadíssima qualidade, obedecendo a rigorosos padrões de controlo da qualidade, sendo uma água segura e equilibrada.

Confirma alguns dos benefícios, em ingerir cerca de 2 litros de água, para a nossa saúde, e porque não... beleza:

- Resolvem problemas como a pele seca, cabelos fracos, inchaços indesejados, previnem hipertensão e os cálculos renais;

- Promove a saciedade, ou seja, beber mais água fará com que nos sintamos saciados muito mais rapidamente e, conseqüentemente iremos comer menos, e perder peso;
- A hidratação do corpo efetua-se principalmente através da ingestão de água, combate infeções e ajuda no transporte de minerais para o sangue;
- Diminui a retenção de líquidos.
- A água tem o poder de desintoxicar o corpo, uma vez que transporta as toxinas acumuladas no organismo, expelindo-as através da urina e do suor;
- Amolece as fezes, fazendo com que o processo de evacuação seja mais fácil e rápido.
- Quanto à nossa pele, ajuda na renovação celular e diminui a descamação na mesma, retardando os efeitos que podem aparecer com a idade;
- Os nutrientes e a glicose necessitam da água pra serem absorvidos da maneira correta pelo nosso organismo, sendo esta que irá distribuí-los pelo organismo através do transporte pela corrente sanguínea;
- Previne a celulite e pode diminuir as já presentes no corpo, uma vez que melhora a circulação!

Após estas breves dicas... já foi buscar o seu copo de água???? Eu já!

Concurso de fotografia “A Água pelos Meus Olhos”

Trata-se de uma iniciativa que tem como principais objetivos “a estimulação dos valores ambientais e de proteção dos recursos naturais, de todos os indivíduos, através da exploração das suas habilidades artísticas ligadas à imagem, explorando o seu potencial criativo por meio do mundo audiovisual; Através da imagem serão exteriorizados pensamentos, ações e comportamentos para a preservação e proteção ambiental. Pre-

tendemos ainda, que este Concurso tenha significativa contribuição para a construção de uma sociedade mais sustentável e ambientalmente responsável.” In Regulamento do Concurso – www.aguasdoalgarve.pt”.

Os prémios são também de grande interesse para os primeiros 3 classificados, somando mais de 1500,00 euros em material fotográfico.

O prazo de entrega das propostas termina no dia 20 de Julho!

CONCURSO FOTOGRAFICO
“a água pelos meus olhos”

mais de **1500€** em prémios

a água, a gastronomia e a cultura

DATA LIMITE ENTREGA DAS PROPOSTAS **20 JULHO**

Regulamento disponível em: www.aguasdoalgarve.pt

Os nossos visitantes

Continuamos a receber grupos de natureza e interesses diferenciados nas nossas instalações, pelo que não iremos referir todos os que, com muita satisfação recebemos em nossa casa. Iremos apenas efetuar pequenas referências por forma a evidenciar a importância e atenção que a empresa presta aos nossos visitantes.

Curso de Operadores de Sistemas de Tratamento de Resíduos Sólidos

No passado dia 19 de junho, teve lugar uma visita à ETA de Tavira, pelo grupo de formandos do Curso de Operadores de Sistemas de Tratamento de Resíduos Sólidos ministrado na

Escola Secundária 3EB Dr. Jorge Correia de Tavira em parceria com o IEFP, visando uma abordagem à Manutenção de equipamento e à Higiene e segurança no trabalho específicos neste ramo de atividade.



Visita a decorrer no armazém de materiais da ETA de Tavira

O grupo foi constituído por 3 formandos e 1 formador, e a visita contou com a colaboração da Direção de Operação Água e Departamento de Manutenção.

Educação Ambiental

Recebemos no dia 22 de Abril, na ETA de Tavira uma visita muito especial, com cerca de 16 participantes – a ACASO – Associação Cultural e de

Apoio Social de Olhão, a qual se dedica a desenvolver atividades na área social para os mais carenciados. Uma das maiores IPSS's do Concelho de Olhão, bem como no Algarve.

A visita começou por uma breve explicação em sala, acerca do tratamento que é efetuado à água naquela instalação, tendo posteriormente avançado para a visita aos órgãos da ETA.



Visita dos participantes do ACASO



Ainda no dia 11 de Junho, recebemos na ETA de Alcantarilha, cerca de 16 alunos e 4 professores, oriundos do Agrupamento de escolas EB 2/3 de S. B. Messines. Todos os participantes se mostraram com muito interesse nesta ação, sendo que aquando da visita efetuada pela nossa técnica – Eng^a Susana Pereira, efetuaram várias questões, durante todo o percurso por onde passaram.



Agrupamento de escolas EB 2/3 de S. B. Messines

Visitas técnicas

No dia 11 de Maio a ETA de Alcantarilha recebeu o Curso de Engenharia Eletrotécnica do Instituto Superior de Engenharia da Universidade do Algarve. No dia 22 de Maio, a ETA do

Beliche e a micro hídrica aqui instalada, receberam um pequeno grupo de elementos do Doutoramento realizado em parceria entre o IST e a EPFL, intitulado "Reverse-pumps for energy

recovery in water supply systems"; Instituto Superior Técnico (IST) / École Polytechnique Fédérale de Lausanne (EPFL).

Os nossos Espaços Verdes



Manter os nossos espaços verdes, organizados e em boas condições é uma forma de proteger o nosso ambiente, e de bem receber os nossos colaboradores no seu local de trabalho, e todas as centenas de visitantes que todos os anos recebemos nas nossas instalações. Estas são algumas das razões pelas quais a AdA, deu recentemente início ao Contrato de Manutenção dos Espaços Verdes, o qual foi adjudicado à empresa "Landscape – construção e manutenção de jardins, lda".

Trata-se de uma prestação de serviços que se irá estender pelo período de 2 anos, com a opção de mais um 3º ano. O valor do presente contrato é de €535.000,02.

Pretende-se com o presente contrato efetuar a manutenção dos espaços verdes das instalações da AdA, integrantes do Sistema Multimunicipal de Abastecimento de Água ao Algarve e do Sistema Multimunicipal de Saneamento do Algarve (zonas 2 e 3).

Inclui não só a manutenção dos espaços verdes nos recintos das instalações como também o corte de vegetação em todos os espaços de implantação das infraestruturas da empresa, e respetivos acessos.

Projeto MARSoL -Managed Aquifer Recharge Solutions



O Consórcio consti-
tuiria Nacional de Enge-
Universidade do Al-
presa TARH - Terra,
Hídricos, Lda, cons-
MARSOL, tendo es-
candidatura intitula-
Managed Aquifer Re-

to Water Scarcity and Drought – MARSOL” financiada pelo programa FP7-ENV-2013-WATER-INNO-DEMO. Em poucas palavras podemos resumir este projeto do seguinte modo: “armazenar água em aquíferos, em anos húmidos, pode ajudar a enfrentar os desafios da atual escassez de água em muitas partes da bacia do Mediterrâneo”.

O consórcio MARSOL combina a experiência de consultores, fornecedores de água, instituições de investigação e entidades públicas de seis países, que trabalham em oito casos de estudo na bacia mediterrânica, nomeadamente no Algarve.

O projeto, cuja conceptualização foi desenvolvida no Núcleo de Águas Subterrâneas do LNEC pelo Doutor João Paulo Lobo Ferreira, tem coordenação do Prof. Dr. Christoph Schüth da Technische Universität Darmstadt, da Alemanha. Quer a AdA quer a Agência Portuguesa do Ambiente/ARH Algarve participam no acompanhamento e desenvolvimento do projeto MARSOL. Neste seguimento, houve uma visita local demonstrativa (ALGARVE DEMONSTRATION SITE) a instalações da AdA no âmbito da reunião do projeto MARSOL no dia 24 de Junho, nomeadamente à ETAR de S. Bartolomeu de Messines e à ETA de Alcantarilha e um WORKSHOP sobre Qualidade da Água (Water Quality Workshop) no dia 25 de Junho, em Faro no Patacão nas instalações da DRAP, em que a AdA participou com intervenções da Direção de Operações Água e de Saneamento.

tuído pelo Laborató-
nharia Civil (LNEC), a
garve (UAIG) e a em-
Ambiente e Recursos
tituíram o projeto
tes apresentado uma
da “Demonstrating
charge as a Solution
to Water Scarcity and Drought – MARSOL” financiada pelo programa FP7-ENV-2013-WATER-INNO-DEMO. Em poucas palavras podemos resumir este projeto do seguinte modo: “armazenar água em aquíferos, em anos húmidos, pode ajudar a enfrentar os desafios da atual escassez de água em muitas partes da bacia do Mediterrâneo”.

Agregação dos Sistemas Multimunicipais

A agregação de sistemas multimunicipais de abastecimento de água e saneamento prevista no âmbito da reestruturação do setor das águas foi concretizada durante o mês de junho. Os decretos-lei que criam os três novos sistemas agregados e as respetivas concessionárias – Águas do Norte, Águas do Centro Litoral e Águas de Lisboa e Vale do Tejo – já publicados em Diário da República. Confirme através da publicação dos Dec. Lei que abaixo se identificam.

Decreto-Lei n.º 92/2015 - Diário da República n.º 104/2015, Série I de 2015-05-29	Diário da República	5/28/2015	Ministério do Ambiente, Ordenamento do Território e Energia	Cria o sistema multimunicipal de abastecimento de água e de saneamento do Centro Litoral de Portugal
Decreto-Lei n.º 93/2015 - Diário da República n.º 104/2015, Série I de 2015-05-29		5/29/2015		Cria o sistema multimunicipal de abastecimento de água e de saneamento do Norte de Portugal
Decreto-Lei n.º 94/2015 - Diário da República n.º 104/2015, Série I de 2015-05-29				Cria o sistema multimunicipal de abastecimento de água e de saneamento de Lisboa e Vale do Tejo

A AdA pretende nada mais, nada menos, que a prestação de um Serviço de elevada Qualidade

O Contrato para a Prestação de Serviços de Manutenção do Sistema Multimunicipal de Abastecimento de Água do Algarve que a AdA lançou foi adjudicado à empresa “BE WATER, S.A.”, devendo o mesmo iniciar em Julho de 2015.

Trata-se de uma prestação de serviços que se estenderá pelo período de 3 anos, pelo valor de 4.943.351,85 (quatro milhões, novecentos e quarenta e três mil, trezentos e cinquenta e um euros e oitenta e cinco cêntimos) com a opção de renovação por mais 2 anos.

A prestação de serviços tem por objeto a execução dos trabalhos de manutenção preventiva, corretiva e melhorias no Sistema Multimunicipal de Abastecimento de Água do Algarve e reparação dos Intercetores e Conduções Elevatórias do Sistema Multimunicipal de Saneamento do Algarve, de forma a garantir a conservação das infraestruturas e equipamentos e a continuidade dos serviços de abastecimento e saneamento às populações, cumprindo os requisitos de qualidade definidos pela AdA.



O Algarve está mais uma vez de parabéns com 85 praias galardoadas com bandeira Azul

A Associação Bandeira Azul da Europa (ABAE) anunciou através da lista oficial das praias e marinhas distinguidas com a Bandeira Azul 2015, que o Algarve é, uma vez mais, a região mais galardoadada em Portugal. Este ano são 85 praias com Bandeira Azul para desfrutar no Algarve, mais três do que no ano passado.

Recorde-se que foi num passado recente, que o nível de cumprimento das normas legais pelas instalações de tratamento se situava nos 30%, quando apenas algumas praias conseguiam obter o galardão “bandeira azul” enquanto sinónimo da qualidade das praias para prática balnear. Não era possível fomentar o turismo de praia ambientalmente sustentável com efluentes a serem lançados para o mar sem tratamento ou com tratamento deficiente, como acontecia até antes da existência do sistema multimunicipal de saneamento do Algarve, criado em 2000, com gestão da AdA, em alternativa à solução de continuidade dos

sistemas municipais existentes. É sem dúvida um projeto de parceria e de coesão regional, envolvendo uma empresa de âmbito nacional a Águas de Portugal, e os 16 Municípios do Algarve, do Barlavento e do Sotavento Algarvio, em que a todos é assegurada a mesma qualidade e fiabilidade do serviço de abastecimento de água e de tratamento de águas residuais.

Estamos todos de parabéns!!!

A AdA, congratula os municípios algarvios por este galardão que a todos nos diz respeito. Congratula ainda todos os seus colaboradores que diariamente desempenham as suas funções nesta casa com elevado rigor e responsabilidade, de forma a garantir a existência de um Sistema eficaz, eficiente e sustentável que hoje temos disponível na região algarvia, quer para os residentes, quer para os milhares de turistas que anualmente nos acarinhos com a sua visita!

AdA continua a realizar Investimentos na região algarvia

Continuámos a efectuar o lançamento de Concur- sos Públicos para a nossa Região, sendo que na página www.aguasdoalgarve.pt poderá obter mais informação acerca dos mesmos, e de outros já lançados previamente.

Designação do contrato: Aquisição de Ser- viços para Elaboração de Procedimentos de Contratação Pública de Bens e Serviços.

Descrição sucinta do objeto do contrato: O objeto do presente procedimento compreende a elaboração dos documentos técnicos e técnico-jurídicos necessários à contratação de aquisição de bens e serviços que foram identificados como necessários para os Sistemas Multimunicipais da responsabilidade da Águas do Algarve, S.A., fomentando a economia de escala e gama, através da observância das regras da contratação pública, definidas pelo Código dos Contratos Públicos, aprovado pelo Decreto-Lei n.º 18/2008, de 29 de janeiro e suas posteriores alterações e republicações.

Valor do preço base do procedimento €54.000,00 (cinquenta e quatro mil euros)

Designação do contrato: Elaboração de Pro- cedimentos de Contratação Pública para Re- abilitação de Instalações de Elevação e Trata- mento.

Descrição sucinta do objeto do contrato: O objeto do presente procedimento compreende a elaboração dos documentos técnicos e técnico-jurídicos necessários à contratação de empreitadas para pequenas intervenções a realizar em instalações de elevação e tratamento, dos Sistemas Multimunicipais geridos pela Águas do Algarve, SA, as quais padecem de algumas patologias ou necessitam de melhorias hidráulicas e de construção civil, de forma a cumprir adequadamente a sua função, através da observância das regras da contratação pública, definidas pelo Código dos Contratos Públicos, aprovado pelo Decreto-Lei n.º 18/2008, de 29 de janeiro e suas posteriores alterações e republicações.

Valor do preço base do procedimento €134.000,00 (Cento e trinta e quatro mil euros).

O procedimento Aquisição de Serviços para a Elaboração de Procedimentos de Contratação Pública para Substituição/Reabilitação de Coletores e Condu- tas compreende a elaboração dos documentos técnicos e técnico-jurídicos necessários à contratação de empreitadas para a substituição e/ou re- abilitação de troços de coletores e condutas, que apresentam problemas de desempenho, podendo comprometer o normal funcionamento dos Siste- mas Multimunicipais geridos pela AdA.

Neste procedimento está contemplado interven- ções no Túnel de Portimão, in- tegrado em regime de aluguer, no SMSA, sendo uma infraes- trutura construída na década de 70, com uma extensão de cerca de 10 km, constituído por troços circulares e troços em galeria, tendo havido re- gisto de poucas intervenções de natureza estrutural ou rea- bilitação, ao longo do seu ciclo de vida

Esta infraestrutura é de vital importância, estando instalada sob vias rodoviárias e constru- ções, constituindo-se o eixo principal da recolha e transpor- te das águas residuais, oriundas de todo o concelho de Portimão e parte Este de Lagoa, até à ETAR de Companheira. Desta forma, tornou-se importante realizar um diagnóstico do estado atual de conserva- ção, tendo em 2013/10/23 sido adjudicado um Procedimento de Limpeza, análise e diagnóstico ao estado de conservação do túnel, à empresa Manvia Condutas, o qual serviu de base para a priorização das intervenções a efetuar, nesta infraestrutura, face à criticidade e risco de colapso, através do estado funcional e estrutural, efetuando-se um plano de intervenção repartido em 3 fases, que será obje- to de procedimento de contratação pública incluído na presente aquisição de serviços.

Designação do contrato: Elaboração de Proce- dimentos de Contratação Pública para Sub- stituição/Reabilitação de Coletores e Condu- tas

Descrição sucinta do objeto do contrato: O objeto do presente procedimento compreende a elaboração dos documentos técnicos e técnico-jurídicos

necessários à contratação de empreitadas para a substituição e/ou reabilitação de troços de coleto- res e condutas, que apresentam problemas de de- sempenho, podendo comprometer o normal fun- cionamento dos Sistemas Multimunicipais geridos pela Águas do Algarve, S.A., através da observância das regras da contratação pública, definidas pelo Código dos Contratos Públicos, aprovado pelo Decreto-Lei n.º 18/2008, de 29 de janeiro e suas posteriores alterações e republicações.

Valor do preço base do procedimento €114.000,00 (Cento e catorze mil euros)



Túnel de Portimão

Designação do contrato: Intervenções no In- terceptor de Figueira/Salema - Troços: 8598 A 8603A, 8588 A 8603A E 8598 A 8589

Descrição sucinta do objeto do contrato: Pretende- se com esta intervenção reabilitar o Intercetor de Figueira/Salema, ao longo de aproximadamente 1650 metros de comprimento e constituído por tu- bagem em grés, com diâmetro nominal de 400 mm, objetivando a restituição da fiabilidade da conduta e mitigar os riscos associados à progressiva degra- dação do mesmo.

A empreitada inclui ainda o desenvolvimento prá- tico do Plano de Segurança e Saúde para a fase de execução da obra, nos termos do Decreto-Lei n.º 273/2003 de 29 de Outubro, assim como o Plano de Prevenção e Gestão (PPGRCD) de Resíduos de Construção e Demolição (RCD), nos termos do Decreto-Lei N.º 46/2008, de 12 de Março.

Valor do preço base do procedimento €390.000,00 (trezentos e noventa mil euros)



Visão parcial do estado atual do túnel de Portimão sujeita a intervenção prioritária

Sandra Viegas FALA-NOS DE TI:



1. **Nome:** Sandra Viegas
2. **O melhor e o pior da sua profissão?** O melhor é sem dúvida o espírito de interajuda entre os colegas. O menos bom talvez seja a rotina, o mundo do trabalho tem um dinamismo próprio.
3. **Um ponto positivo e um ponto negativo da sua personalidade?** O facto de ser muito emocional, toda eu sou coração, quando gosto das pessoas e me sinto motivada dou tudo! O ponto menos bom é acreditar demasiado nas pessoas... ainda acreditam no Pai Natal hehe.
4. **Um perfume inesquecível?** Hypnotic da Poison
5. **O que a diverte?** Correr, pedalar, dançar, uma boa conversa, um bom jantar, uma noite de verão, uma boa música.
6. **O que a faz chorar?** As injustiças...
7. **Uma pessoa?** A minha mãe
8. **Um livro?** "O Alquimista" de Paulo Coelho
9. **Prefere a praia, a cidade ou campo?** Um dia de praia bem quente!
10. **Romance ou erotismo?** Para uma romântica incurável... romance claro!
11. **Um motivo de orgulho:** Os meus pais
12. **A viagem que mais o marcou?** Tailândia. O misto da cultura asiática e da beleza natural das praias... é sem dúvida uma viagem de sonho!
13. **Uma música?** "Fade into you" – Mazzy Star
14. **Lema de vida?** A única coisa que importa são as energias positivas que transmitimos uns aos outros, são aquelas que levamos connosco, com a nossa alma para todo o sempre!
15. **A aventura mais inesquecível:** Qualquer viagem acaba por ser uma aventura única e inesquecível.
16. **A Amizade é?** Acima de tudo respeitar as diferenças e as opções de vida de cada qual, é ficar feliz com a felicidade do outro, é manter vivo o carinho e a cumplicidade, mesmo que a vida nos leve para destinos distintos.
17. **Quem convidaria para um jantar a dois?** O meu namorado
18. **Qual foi o último presente que ofereceu a alguém?** Uma massagem...
19. **O que ainda não fez e gostaria de fazer?** Gostaria de fazer uma caminhada espiritual... os caminhos de Santiago de Compostela quem sabe.
20. **Um pequeno prazer que para si é muito grande:** Sonhar e manter alguma magia na vida.

Sabia que...

O Eng. Bota Barreiros é um apaixonado pelo Golfe

A verdade é que o golfe é um desporto que exige um aperfeiçoamento constante, é um desafio permanente em que a evolução de qualidade de jogo, está sempre presente e é isso que nos apaixona neste desporto. Há quem diga que o golfe vicia, porque se trata de um jogo de sensações extremamente fortes e opostas, que são o cúmulo da satisfação e o cúmulo da frustração num curto espaço de tempo.

Temos uma forte sensação de frustração quando falhamos uma pancada e a nossa bola vai para o meio do mato ou para dentro de um lago, mas logo de seguida uma pancada boa faz-nos sentir uma satisfação imensa, que nos faz esquecer todas as frustrações anteriores. É difícil explicar por palavras o que se sente, só quem experimenta é que sabe avaliar, mas depois corre o risco de ficar também agarrado.

O ideal para ser um bom jogador, é começar nesta modalidade muito cedo, entre os 8 e 10 anos, para poder progredir, se for acompanhado por escola de golfe ou por um bom professor de golfe. Desta forma facilmente consegue-se atingir níveis bastante elevados no golfe e alguns acabam por seguir carreiras profissionais e até atingir níveis internacionais de jogo. Mas eu comecei a jogar golfe após os 30 anos, depois de me ter dedicado a outros desportos, como o andebol, o futebol e o ténis, etc. Considero-me um jogador de golfe mediano, pois não posso praticar o suficiente ao longo da semana para evoluir muito. Sou aquilo que se chama, jogador de fim de semana. Mas isso já é o suficiente para me manter agarrado a esta modalidade, que é um dos desportos mais praticados em todo o mundo.

É claro que, não tendo a pretensão de ser campeão em Golfe, a principal motivação é a componente social do golfe, que considero extraordinária. Também a qualidade de vida é uma mais-valia a considerar em todos os campos de golfe onde a natureza e a paisagem são elementos dominantes.

Neste momento, estou a dirigir o ADCQR Clube de Golfe, que teve origem nos campos de golfe da Quinta da Ria, em Tavira, organizando entre 10 a 12 torneios por ano. Em Portugal há a ideia que o golfe é só para algumas elites e que é um desporto muito caro. Mas isso não é bem assim. Hoje, em Portugal o golfe é praticado por pessoas dos mais diversos extratos sociais.

Há uns anos largos, joguei golfe com um companheiro de torneio que foi talvez dos companheiros mais divertidos com quem tive oportu-



nidade de jogar. Apetece-me contar aqui a sua história, porque realmente ficou marcada na minha memória. Este jogador mora numa localidade no norte do país, que para sua sorte tem um campo de golfe nas proximidades. Na altura ele era empregado de limpeza da junta de freguesia, (varredor de rua) e para conseguir ter dinheiro suficiente para comprar o equipamento e pagar as suas despesas com o golfe, ele exercia a atividade de coeiro, como atividade complementar.

Eu pessoalmente já passei por várias fases no nível do meu jogo de golfe, até porque próximo dos 45 anos tive problemas de visão, as cataratas precoces bateram-me à porta e não conseguia ver as bolas de golfe. Nessa altura, que considero a fase menos boa da minha atividade desportiva, deixei de participar em competições e praticamente deixei de jogar golfe. Apenas conseguia jogar com alguns dos meus amigos, que não se importavam de estar atentos às minhas pancadas e me dizer qual a direção para onde tinha ido a minha bola. As frustrações ultrapassaram largamente os momentos de felicidade. Alguns anos depois, com cerca de 48 anos, fui operado e recuperei totalmente a capacidade visual, o que me motivou a recomeçar a minha atividade no golfe. Recuperei rapidamente o meu nível de jogo, e atualmente ainda procuro sempre melhorar cada vez mais.

Outro dos aspetos que considero fundamentais para a apreciação do golfe é a possibilidade de execução de exercício que, sem ser muito ativo e exigente, permite-nos melhorar a nossa condição física. Praticamente todos os fins de semana, eu e um grupo de amigos, juntamo-nos para jogar golfe, o que nos obriga a andar cerca de 8 Km, a fazer exercício, terminando normalmente num convívio de um almoço ou simplesmente numa amena conversa no final do jogo.

É esta uma das minhas paixões.

Com a chegada do Verão, aumentam as temperaturas nos termómetros e no nosso corpo. Se falarmos na elevada exposição solar a que a nossa pele fica sujeita, é fácil compreender que o nosso corpo precisará de muitos líquidos para se manter hidratado e saudável, pelo que, ingerir água, sumos, chás e outras bebidas é essencial.

Neste número deixamos-lhe a sugestão de uma bebida leve e bem fresquinha, de forma a mandar embora o calor embora e deixar o seu corpo saudável.

Refresco de café com limão e hortelã



Ingredientes:

- 2 colheres (sopa) de café solúvel Nescafé
- 3 colheres (sopa) de açúcar
- 1 litro de água fresca
- 1 limão e Hortelã q.b.

Preparação:

Num jarro, junte o Nescafé com o açúcar, adicione um pouco de água fria e mexa até dissolver o Nescafé. Corte o limão às rodelas e adicione. Encha o jarro com o resto da água, acrescente o gelo e a hortelã. Sirva em copos enfeitados com uma rodela de limão e hortelã.

Informação: duração- 10 minutos; confeção- fácil: não aconselhável a crianças.

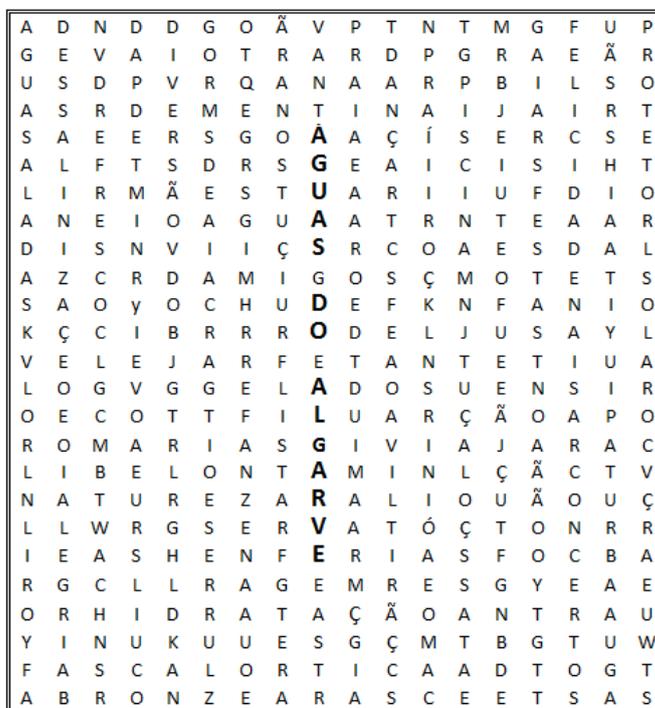
Receita retirada de: <http://saboresdaminhacozinha.blogs.sapo.pt/7793.html>

In "<http://metamorfosehistoricas.blogspot.pt/>"



TEMA VERÃO

- ÁGUA
- ALEGRIA
- AMIGOS
- BRONZEAR
- CALOR
- CONCERTOS
- DANÇA
- DIVERSÃO
- FELICIDADE
- FÉRIAS
- FESTAS
- GELADOS
- HIDRATAÇÃO
- LUAR
- NATUREZA
- PISCINA
- PRAIA
- PROTETOR SOLAR
- REFRESCO
- ROMARIAS
- SALADAS
- VELEJAR
- VIAJAR



Caixa de Correio Mudança de email

Resultante do processo de agregação das empresas do Grupo AdP, a AdA passa a ser representada por um novo logótipo. Também os nossos emails, mudaram, pelo que deverão ficar atentos a esta alteração para que continuemos a manter a nossa comunicação com a maior fluidez.

O seu feedback e opinião são importantes para nós. Não deixe de nos contactar.

Águas do Algarve, SA – Rua do Repouso, 10 | 8000-310 Faro
Email: t.fernandes@adp.pt

Descubra Quem sou?

Na edição anterior:
Délio Viegas,
técnico de contabilidade

