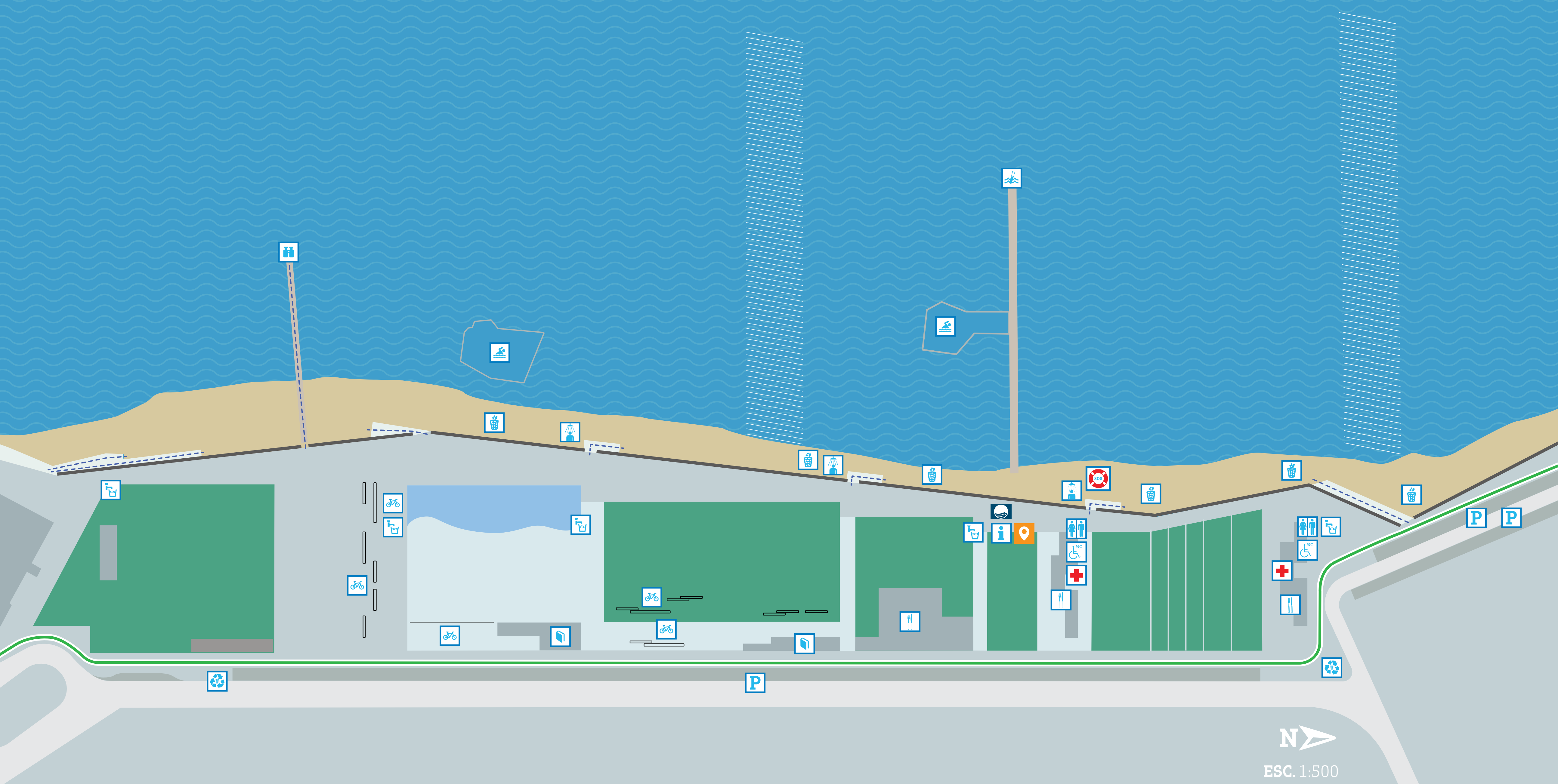




# PRAIA NORTE - AREOSA

BEACH NORTH - AREOSA



## 8 PRAIAS BANDEIRA AZUL 8 BLUE FLAG BEACHES

### INFORMAÇÃO

INFORMATION

**Informação e Bandeira Azul**  
Information and Blue Flag

**Você está aqui**  
You are here

**Áreas Sensíveis**  
Protected areas

**Recolha de Resíduos**  
Recycling facilities

**Sanitários Públicos**  
Sanitary Public

**Sanitários Mobilidade Reduzida**  
Sanitary facilities

**Primeiros socorros**  
First aid point

**Posto nadador-salvador**  
Lifesaving equipment

**Miradouro**  
Belvedere

**Restaurante/Café**  
Restaurant/Coffe

**Biblioteca Praia**  
Beach Library

**Parque Automóvel**  
Carpark

**Parque Bicicletas**  
Bicycles Park

**Chuveiros**  
Showers

**Piscina Maré**  
Tide pool

**Água potável**  
Drinking water

**Ponto recolha amostra água balnear**  
Water sampling point

**Ecovia**  
Pedestrian/bicycle route

**Acessibilidade**  
Accessibility

### SEGURANÇA BALNEAR

BATCH SECURITY



**NADAR**  
SWIMMING ALLOWED

Tomar banho à vontade respeitando as regras de segurança  
You are allowed to swim but always respect safety rules

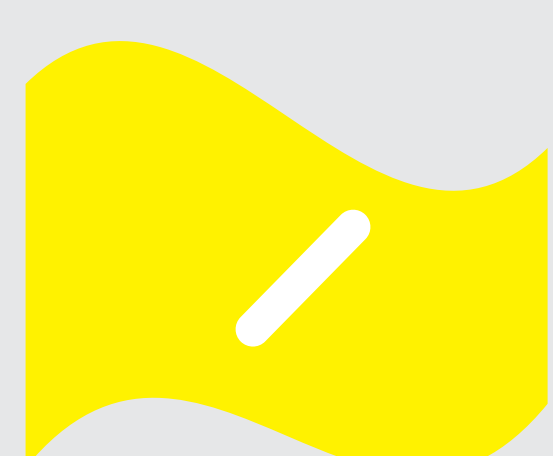
VERDE / GREEN



**PERIGO**  
DANGER

Proibição de tomar banho  
Water closed to public use

VERMELHO / RED



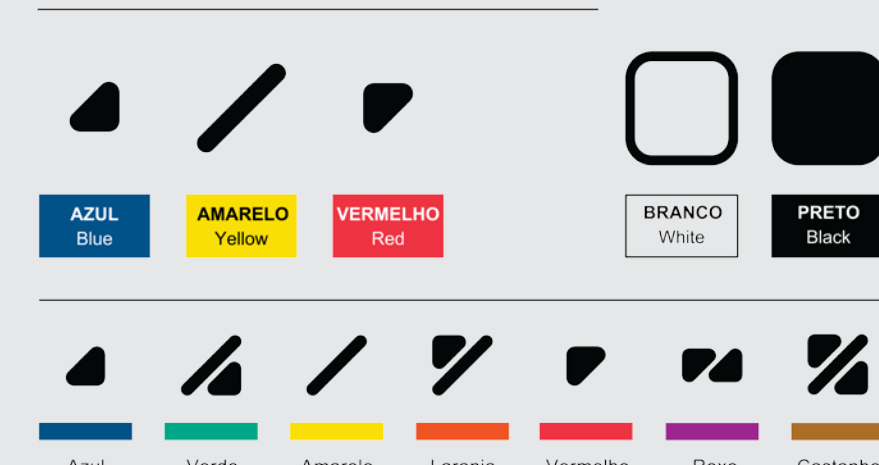
**CUIDADO**  
MEDIUM HAZARD

Proibição de nadar  
Do not swim

AMARELO / YELLOW

**ATENÇÃO:** Os banhistas que não respeitarem a sinalização podem ser multados  
ATTENTION: Swimmers who do not respect the safety signals may be fined

CORES PRIMÁRIAS | BRANCO E PRETO  
PRIMARY COLORS | WHITE AND BLACK



**Programa | ColorADD Praia Inclusiva**

A integração do código ColorADD nas bandeiras de praia, nos contentores de recolha seletiva e outros suportes de comunicação balnear pela cor, pretende tornar as praias em locais mais seguros e inclusivos para os daltónicos.

A Cor é para Todos!  
Existem no Mundo aproximadamente 350 Milhões de Daltónicos!

**Program | ColorADD Inclusive Beach**

Integrating the ColorADD Code in beach warning flags, waste collection containers and other beach communication supports based on color differentiation intends to turn beaches into a more accessible and inclusive place for colorblind people.

Color is for All!  
There are about 350 Million Colorblind people worldwide!

ColorADD® Sistema de Identificação das Cores | Color Identification System | www.coloradd.net



### CONTACTOS DE EMERGÊNCIA

EMERGENCY CONTACTS

**NÚMERO NACIONAL DE EMERGÊNCIA**  
NATIONAL EMERGENCY NUMBER

**112**

**BOMBEIROS MUNICIPAIS DE VIANA DO CASTELO**  
MUNICIPAL FIRE DEPARTMENT OF VIANA DO CASTELO

**+ 00 351 258 840 400**

**POLÍCIA MARÍTIMA**  
MARITIME POLICE

**+ 00 351 258 822 168**

**POLÍCIA DE SEGURANÇA PÚBLICA (PSP)**  
PUBLIC SECURITY POLICE (PSP)

**+ 00 351 258 809 880**

**GUARDA NACIONAL REPUBLICANA (GNR)**  
REPUBLICAN NATIONAL GUARD

**+ 00 351 258 840 470**



### HORÁRIO

SCHEDULE

**VIGILÂNCIA - NADADOR SALVADOR**  
SURVEILLANCE - LIFESAVING

**FUNCIONAMENTO DOS SERVIÇOS**  
FUNCTIONING OF THE SERVICES

**9:30 - 19:30**

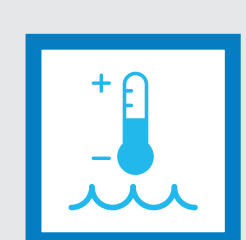


### RECOMENDAÇÕES

RECOMMENDATIONS



Respeite os sinais das bandeiras e as instruções dos Nadadores Salvadores;  
Respect the colours of the flags and the lifeguards' instructions;



Entre lentamente na água do mar porque está fria;  
Go slowly in the water because it's very cold;



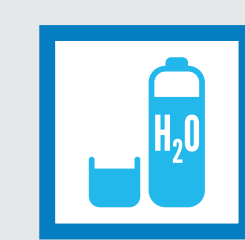
Tome banho com a digestão feita (cerca de 3h após a ingestão de alimentos);  
Do not swim after eating (3 hours after a meal);



Não se afaste do guarda-sol;  
Stay close to your beach umbrella;



Praia vigiada em caso de perigo peça imediatamente ajuda;  
Beach guarded, in case of danger ask for help immediately;



Beba água com frequência, evite bebidas gaseificadas;  
Drink water frequently and avoid carbonated beverages;



Evite a exposição ao sol prolongada;  
Avoid prolonged sun exposure;



Deixe sempre a praia limpa, use os ecopontos.  
Don't leave any litter on the beach.



rede de municípios para a adaptação local às alterações climáticas





Bandeira Azul

# PRAIA NORTE - AREOSA

BEACH NORTH - AREOSA



CÂMARA MUNICIPAL VIANA DO CASTELO



Praia Bandeira Azul  
Blue Flag Beach



Praia Acessível  
Accessibility Beach

Ecovia  
Pedestrian/bicycle route



## + 30 ANOS BANDEIRA AZUL MORE THAN 30 YEARS OF BLUE FLAG

### PROGRAMA BANDEIRA AZUL

BLUE FLAG PROGRAM

- facebook.com/gabinete.deimprensa
- twitter.com/ImprensaViana
- instagram.com/camaramunicipalvianacastelo

O Programa Bandeira Azul é um Programa de Educação para o Desenvolvimento Sustentável promovido em Portugal pela Associação Bandeira Azul da Europa (ABAE), Secção portuguesa da Fundação de Educação Ambiental (FEE).

Tem como objectivo educar para o desenvolvimento sustentável em praias costeiras, fluviais e lacustres, portos de recreio ou marinas e embarcações ecoturísticas que se candidatam e que cumprem um conjunto de critérios que envolvem a **educação ambiental, informação e de sensibilização do público, a qualidade da água balnear, a gestão ambiental da praia/marina/embarcação, segurança e serviços e responsabilidade social.**

A Bandeira Azul é um símbolo de qualidade atribuído anualmente às praias e marinas embarcações que distingue o esforço de diversas entidades em tornar possível a coexistência do desenvolvimento local a par do respeito pelo ambiente, elevando o grau de consciencialização dos cidadãos em geral, e dos decisores em particular, para a necessidade de se proteger o ambiente marinho, costeiro e lacustre e incentivar a realização de ações condicentes à resolução dos problemas aí existentes.

A ABAE implementa outros Programas da FEE que colaboram entre si com o objectivo de educar para a sustentabilidade como é o caso do Programa **Green Key** que promove o Turismo Sustentável através do reconhecimento de estabelecimentos turísticos, alojamento local, parques de campismo e restaurantes que implementam boas práticas ambientais e sociais, que valorizam a gestão ambiental nos seus estabelecimentos e que promovem a Educação Ambiental para a Sustentabilidade. Para mais informações consulte a página: [www.abae.pt](http://www.abae.pt).

The Blue Flag an international award given to beaches, marinas and sustainable boat tourism operator that meet a specific set of criteria concerning the sustainable development in the areas: **Environmental information and education** – coastal zone information an environmental education activities; **Water quality** – Compliance with standards for excelente bathing water quality; **Environmental management** – Cleanliness and recycle; **Safety and services** – lifesaving and emergency plans; **Social responsibility and nature protection.**

The Blue Flag will only be flying during the official bathing season and when all blue flag criteria are upheld. The Blue Flag Program in Portugal is held by Associação Bandeira Azul da Europa.

With members in 76 countries around the world, FEE programs represent the absolute cutting edge in Education for Sustainable Development and Environmental Education. Eco-Schools, LEAF and Yong Reporters for the Environment programs educate young people to cultivate a more environmentally conscious approach in their lives, Green Key and Blue Flag initiatives are known across the world for their promotion of sustainable business practices and the protection of our valuable natural resources. It is the vision of the Foundation for Environmental Education that his programs empower people everywhere to live sustainably and in an environmentally conscious manner.

For more information and a full set of criteria please log on to: [fee.global](http://fee.global)

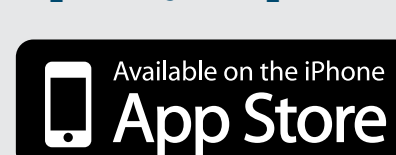


WWW.CM-VIANA-CASTELO.PT



WWW.ABAE.PT

Aplicações para | Available apps



FEE



Bandeira Azul



Green Key



Eco-Escolas



Jovens Reporters para o Ambiente



eco2020

### NUMA PRAIA ROCHOSA...

ON A ROCK SHORE...

As variações do nível da água (alternância das marés), a ondulação (intensidade e direção), a disponibilidade de luz e a natureza do substrato (rochoso ou sedimentar) são os factores físicos mais relevantes na definição do espaço rochoso, reforçados ou complementados pela competição, predação e disponibilidade de alimento.

The changes in the water level (effect of the tides) waves (intensity and directory) the availability of light and the nature of the substratum (rocky or sedimentary) are the most relevant environmental factors that define a rocky shore, along with the diversity of species, threats and available nutrients.

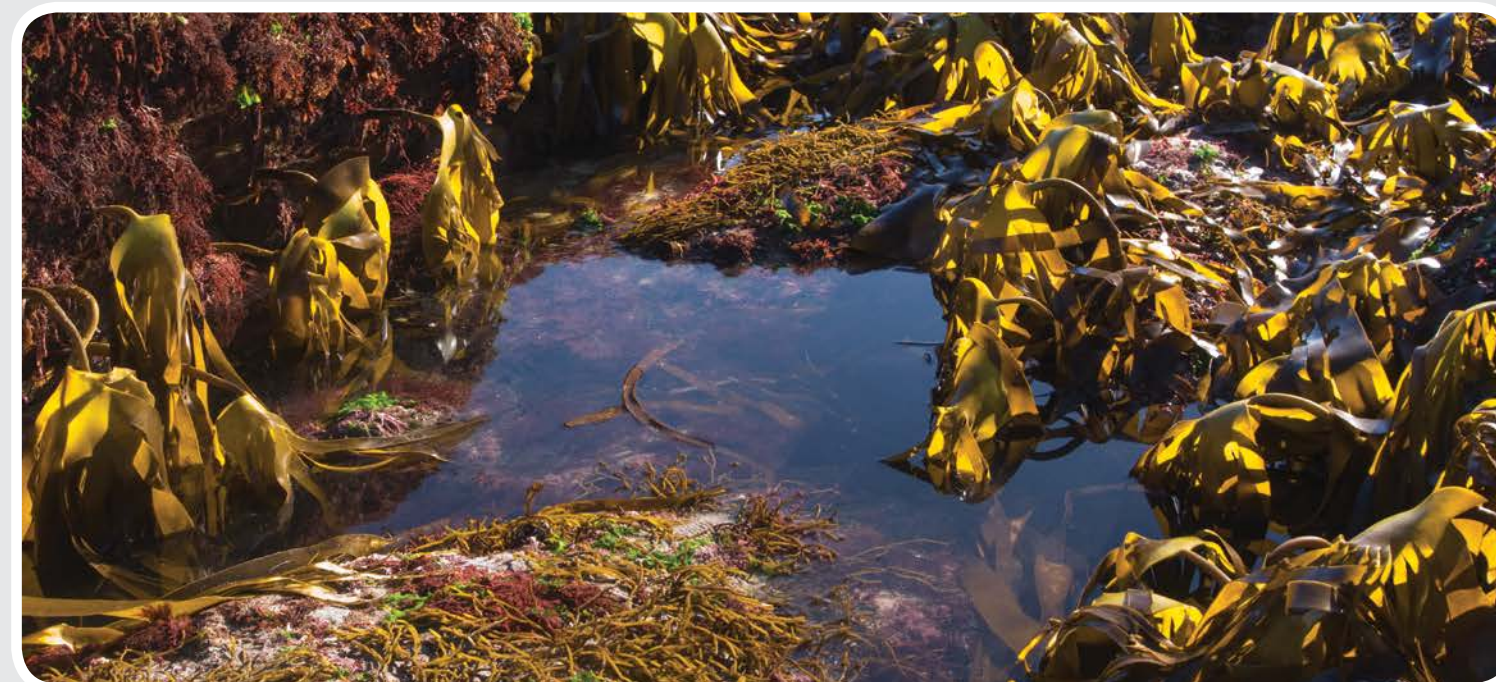


#### Concha para que te quero...

Possuir concha é uma grande vantagem quando a água se vai embora; ter duas ainda é melhor, como acontece com os bivalves.

#### Come out of one's shell

Having a shell is a great advantage especially at low tide, having two is even better, as is the case of bivalves.



#### Fletir para não partir...

Não oferecer demasiada resistência à força das ondas e das correntes e possuir uma forte base de sustentação constitui uma boa estratégia para viver num local tão agitado como a zona entre marés.

#### Bend and not break...

Not offering any resistance to the force of the waves and sea currents and having a structure with a strong anchor is a good strategy to use if you live in such an agitated place like the intertidal zone, in other words, the area between the tide marks.



#### Dar nas vistas para não ser refeição...

Colorações vivas chamam a atenção, o que pode ser um problema quando se é vulnerável e saboroso. Quando se é mal saboroso, tóxico ou se consegue incorporar as armas das presas de que se alimenta, dar nas vistas constitui uma estratégia que funciona pela advertência.

#### Be in the limelight not to be eaten...

Bright colours attract attention which can be a problem if you are vulnerable and tasty. When you are unappetizing, inedible or able to incorporate the weapon of the prey you feed on, being in the limelight may be a great strategy.

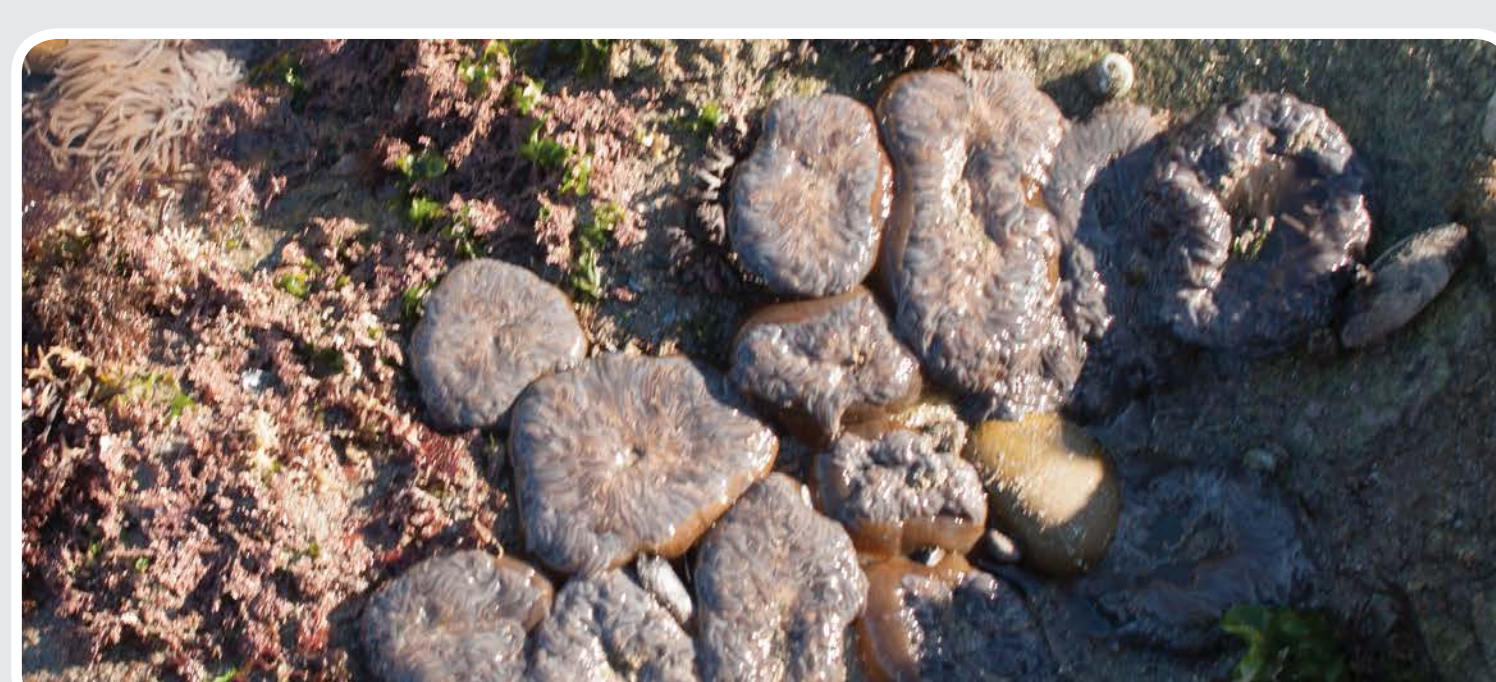


#### Sempre a bola...

A forma esférica permite minimizar a superfície de contacto com o exterior e manter alguma humidade no interior do corpo.

#### Go round in circles...

The globular shape permits these creatures to minimize their contact surface with the exterior and maintain humidity inside their bodies.



#### Ser viscoso é bom...

A mucilagem que cobre alguns organismos tem uma grande afinidade para a água e ajuda a manter os seus corpo húmidos, mesmo quando exposto durante algum tempo.

#### If viscosity is good...

The mucilage that covers certain organisms has a high affinity for water and helps to keep the body of these organisms humid even when they are exposed for several hours.



rede de municípios para a adaptação local às alterações climáticas

