



BLACK Friday

A SUA MARCA ESTÁ PREPARADA?

A Black Friday de 2022 será no dia 26 de Novembro. Este será o dia em que o consumo atingirá os níveis máximos, mas a pesquisa e preparação dos consumidores começa em muitos casos, meses antes. Ter uma presença forte e constante online faz toda a diferença na hora da escolha, porque, além de preços apetecíveis, os consumidores precisam de se sentir confiantes e seguros no ato da compra. E a sua marca está preparada para enfrentar a Black Friday? A Marketing Insider Review aponta 6 estratégias de marketing para a Black Friday 2022. [Confira aqui.](#)

Confiança nos benefícios para a saúde, é o aspeto mais valorizado pelos consumidores na hora de escolher um suplemento alimentar de ómega como o Ómega Gold.

A hora de inverno chega no próximo fim de semana e a MSC Cruzeiros tem os mais variados itinerários espalhados pelos 4 cantos do mundo, com destaque para a grande viagem inaugural do Funchal a Nova Iorque do MSC Seascape, um emblemático novo navio. Será com certeza uma viagem cinco estrelas.

o que mais valorizem OS CONSUMIDORES

Conheça quais os 3 aspetos que os consumidores mais valorizam quando escolhem um suplemento alimentar de ómega.

Os ómeegas-3 têm uma forte ação anti-inflamatória, tendo já demonstrado em diversos estudos uma associação com a redução de risco de doença coronária e enfarte agudo do miocárdio, através da redução de fatores de risco. Os ómeegas 6 complementam a ação dos ómeegas-3. Sendo o corpo humano incapaz de produzir ómega-3 e ómega-6 por si mesmo, é necessário obter estes elementos de fontes externas.

- 19% apontam os benefícios para a saúde
- 18% referem a redução do colesterol
- 14% valorizaram a recomendação



Saiba Mais

s5€ sugestões cinco estrelas

A photograph of a smiling couple on a cruise ship deck, with the man pointing towards the horizon. The background shows the ocean and a clear sky.

**CRUZEIROS DE INVERNO
COM BEBIDAS
TUDO-INCLUÍDO 24H**

7 Noites com Bebidas Incluídas | Desde
€ 509 p.p.*

*Taxa de Serviço de Hotelaria Obrigatória €70 p.p

PREÇO TOTAL **€ 579** p.p.*

INVERNO 2022/2023

MARCA ADERENTE
Club **CINCO ESTRELAS**

Conheça as viagens da MSC Cruzeiros do próximo inverno!

Escolha de entre os mais variados itinerários e desfrute do Pacote de Bebidas TUDO-INCLUÍDO 24H.

Sinta a inconfundível beleza do Mediterrâneo explorando Itália, França, Espanha, Malta, Marrocos, Grécia e Israel.

Descubra o Norte da Europa, em busca de cidades fascinantes, celebrando o solstício de Inverno.

Nade nas águas turquesa da Arábia Saudita e Mar Vermelho ou mergulhe nas dunas dos desertos do Dubai, Abu Dhabi e Qatar.

Faça a viagem de uma vida entre continentes com as MSC Grand Voyages.

Ou... seja o primeiro a navegar a bordo do **MSC SEASCAPE** na sua Grand Voyage inaugural com tudo incluído!

Saiba mais [aqui](#).



*Preços baseados em ocupação dupla e sujeitos à disponibilidade no momento da reserva. Incluem o Pacote de Bebidas TUDO-INCLUÍDO 24H e as Taxas Portuárias. Não incluem Taxa de Hotelaria Obrigatória.

novidades cinco estrelas



É fã de Harry Potter? Para comemorar os 25 anos da publicação do 1º livro, o Reino Unido decidiu lançar uma coleção de moedas alusivas à narrativa mágica.

Já passaram 25 anos desde que se iniciou a magia de Harry Potter com o livro "Harry Potter e a Pedra Filisofal". Desde então a saga do jovem feiticeiro estudante em Hogwarts fez sonhar várias gerações no mundo inteiro. Para comemorar o 25º aniversário desde o primeiro livro publicado por J.K. Rowling, o Reino Unido decidiu lançar uma coleção de 4 moedas temáticas inspiradas no universo fantástico de Harry Potter: com o retrato de Harry Potter, com o comboio Hogwarts Express, com o professor Albus Dumbledore e com Hogwarts, a escola de feitiçaria. Como não podia deixar de ser, as peças incluem um efeito ótico "mágico" que imita o impacto de um "raio" quando são rodadas em frente à luz.

Portugal eleito o melhor país para comprar uma segunda casa

Seja para passar férias e fins-de-semana ou para colocar em arrendamento, um estudo da plataforma online australiana Compare The Market concluiu que Portugal é o melhor país para investir na compra de uma segunda casa. Foram avaliados critérios como o custo de vida, os restaurantes e até mesmo... o preço da cerveja.

34 países estiveram sob análise da OCDE – Organização para a Cooperação e Desenvolvimento Económico. Com uma avaliação de 7.2 numa escala até 10, Portugal lidera o ranking, seguido da Hungria e Turquia (ambos em segundo lugar, com um rating de 7.06) e da República Checa (6.97).

[Saiba mais.](#)



marcas cinco estrelas m5e

Este é um local onde tratam bem o fiel amigo bacalhau e também a sua melhor companhia, o vinho. Eis o Bacalhau e Afins.



Bacalhau com Broa, Bacalhau à Zé do Pipo, Bacalhau à Lagareiro, Bacalhau à Brás ou, Risotto de Bacalhau e Trilogia de Bacalhau Abafada ... Da cozinha do Bacalhau & Afins saem estas e outras especialidades culinárias deliciosas, com destaque claro, para os pratos de bacalhau: os mais tradicionais reinventados e os de autor, a fazer toda a justiça à iguaria que dá nome à casa.

A inovadora concepção culinária, tem sido distinguida por vários concursos nacionais com diplomas de ouro pela qualidade e apresentação dos pratos de bacalhau.

Venha conhecer o Bacalhau e Afins e delicie-se com os pratos saborosos, a seleção abrangente dos melhores vinhos e o ambiente requintado e familiar.

[Reserve aqui.](#)

Todas as amas e babysitters da My Nanny têm uma vasta experiência e treino em primeiros socorros para recém-nascidos, bebés e crianças. A sua escolha é feita através de um cuidadoso processo de selecção, com avaliação psicológica e de conhecimentos relacionados com puericultura.

Cada nanny é adaptada a cada família na procura da ligação perfeita, de forma a garantir vínculos duradouros com as famílias. Na My Nanny, o atendimento é personalizado e com flexibilidade total, de forma a corresponder às necessidades de cada família: as nannies cuidam da criança de forma personalizada, no sentido de corresponder às preferências dos pais.

[Conheça aqui todos os serviços da My Nanny.](#)



+351 960 187 861

Não há dois olhares iguais.

Na Óptica Havaneza encontra soluções visuais à medida de cada cliente.



Óptica Havaneza

Fundada em 1944, a Óptica Havaneza é sinónimo de competência, credibilidade e rigor.

É com distinção que há mais de 78 anos, coloca ao alcance de todos, toda a experiência em saúde visual, com presença na região do Alentejo com 4 óticas nas cidades de Évora, Montemor-o-Novo e Reguengos de Monsaraz.

Os serviços são focados na prestação de cuidados visuais de excelência, através de profissionais dedicados com mais de 30 anos de experiência e do acompanhamento permanente do progresso tecnológico. Sabendo que não há dois olhares iguais, os laboratórios técnicos executam num curto espaço de tempo soluções visuais à medida de cada cliente.

Nas últimas décadas, a Óptica Havaneza desenvolveu um projeto inovador de ação educativa e social sob o tema "Saúde Visual XXI", com a realização de rastreios visuais na comunidade.

[Saiba mais.](#)

SIGA O PRÉMIO CINCO ESTRELAS



Contactos | Candidaturas

[Prémio Cinco Estrelas](#) | Ana Lourenço 938 123 663 | [Prémio Cinco Estrelas Regiões](#) | Débora Silva 917 229 219

Se não está num dia cinco estrelas e não quer receber informação sobre o melhor que existe no mercado, clique em [unsubscribe](#).