



DUAS DAS DEZ MULHERES PORTUGUESAS MAIS INFLUENTES NO LINKEDIN FAZEM PARTE DO UNIVERSO CINCO ESTRELAS.



O top 10 das mulheres portuguesas com o maior número de seguidores no LinkedIn, reconhece a ação e influência que estas exercem no mundo profissional. Dele, fazem parte duas mulheres que colaboram assiduamente com o Prémio Cinco Estrelas contribuindo para o seu crescimento e reconhecimento no mercado, são elas Helena Lencastre, Partner & CEO da [multidados.com](https://www.multidados.com) e Sofia de Castro Fernandes, fundadora da Academia àsnove. Descubra as outras 8 [aqui](#).

O "À Descoberta das Cinco Estrelas" desta semana, é sobre o balanço saudável entre o trabalho e a vida pessoal. Ainda haverá espaço para longas horas de trabalho que colocam o bem-estar em segundo plano? Este, entre outros temas, foram abordados no 14º Episódio do podcast do Prémio Cinco Estrelas.

Para o nosso bem-estar contribui com certeza, um ambiente limpo e livre de contaminações. É neste contexto que surgem os produtos que nos ajudam a manter seguros no que toca à higiene. Assim, fomos saber o que mais valorizam os consumidores na hora de fazer a sua escolha em produtos de higiene e desinfeção.

A EDP associa-se pela segunda vez à Associação Oceanum Liberandum para mais uma ação alargada de limpeza submarina ao largo de Sesimbra. O objetivo é alcançar o título de maior limpeza subaquática do mundo em 24 horas. É já no final do mês, vai envolver mergulhadores de todo o mundo numa ação verdadeiramente cinco estrelas.

Vídeos novos todas as quintas-feiras às 14h

À **DESCOBERTA DAS CINCO ESTRELAS**



Subscriva

No 14º episódio do podcast do Prémio Cinco Estrelas conversámos com Leonor Carvalho, Diretora Geral da AGA Portugal e Mónica Brito, CEO da Crioestaminal.

"Work-life Balance: Dizer não à sobrecarga de trabalho e sim à produtividade" é o tema desta semana do podcast "À Descoberta das Cinco Estrelas". Como avaliar a produtividade sem aliar isso à sobrecarga de funções? Como evitar que o colaborador seja mantido em stress permanente? Estas são algumas das questões debatidas pelas convidadas do 14º episódio.

Subscriva [aqui](#) o canal.



o que mais valorizam os consumidores



Na hora de escolher produtos de desinfeção e higiene pessoal, o que valorizam os consumidores?

A higiene e desinfeção são requisitos cada vez mais fundamentais no nosso quotidiano. Seja em tempos de pandemia ou em situações normais do nosso dia a dia, é importante estarmos conscientes da importância do cumprimento das boas práticas de higiene e desinfeção, isto porque, muitos dos microrganismos patogénicos estão presentes em partes do nosso corpo, tais como as mãos, o nariz, a pele ou o cabelo.

O vencedor do Prémio Cinco Estrelas 2023 na categoria "Higiene e desinfeção" é a AGA. A atividade da marca foca-se no armazenamento, preparação, enchimento, comercialização e distribuição de álcool, bem como no desenvolvimento, produção, comercialização e distribuição de produtos para farmácia, cosmética, desinfetantes, higiene corporal e produtos para o lar.

em 1º lugar
o preço

em 2º lugar
a embalagem fácil
de utilizar

em 3º lugar
a variedade de oferta

Saiba Mais

novidades
cinco estrelas

Sesimbra volta a reunir mergulhadores de todo o mundo para limpeza subaquática recorde.



Promovida pela organização sem fins lucrativos Oceanum Liberandum, a [EDP](#) volta a apoiar a iniciativa que pretende mobilizar centenas de mergulhadores de todo o mundo para mais uma ação alargada de limpeza submarina, à semelhança do que aconteceu em 2022 - nessa intervenção, foi possível retirar do mar mais de 3,5 toneladas de lixo, entre centenas de garrafas de plástico e de vidro, armadilhas de pesca, pneus, latas de alumínio, entre muitos outros resíduos que colocam em risco o ecossistema marinho.

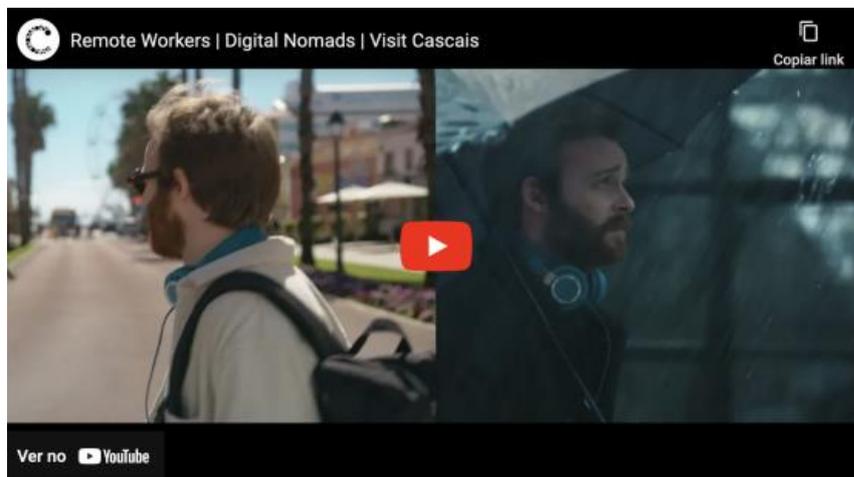
Depois de bater o recorde do Guinness em setembro do ano passado, com 597 mergulhadores em 12 horas, a organização pretende agora alcançar o título de maior limpeza subaquática do mundo em 24 horas, ou menos. Qualquer mergulhador certificado poderá participar nesta ação de limpeza subaquática tendo apenas de efetuar a inscrição gratuita num dos centros de mergulho parceiros, cujos contactos se encontram no site da [Oceanum Liberandum](#).

O evento terá início às 8h00 do dia 27 de maio.

Vídeos do Turismo de Cascais vencem prémios em festivais internacionais.

O Turismo de Cascais foi distinguido pelo Japan International Film Festival, e galardoado pelo Dallas Shorts Film Festival, na categoria Best Under 5 Minute Film.

O Turismo de Cascais está ainda nomeado na categoria Creative Brand dos Prémios Líderes do Turismo, cujos vencedores serão revelados hoje. Veja os dois vídeos [aqui](#).



marcas

cinco estrelas



eurocaixilho **E3**
Conforto para a Vida

Janelas Eficientes com a melhor relação preço-qualidade!

Os sistemas de janelas e portas EUROCAIXILHO permitem valorizar o seu imóvel, aumentar o seu conforto térmico e acústico e economizar na sua fatura energética.

A Caixilharia em perfil PVC, com vidro duplo/triplo com ferragem de qualidade superior, proporciona níveis de eficiência energética de Classe A+ e PassivHouse com elevada estética e qualidade.

Conheça [aqui](#) toda a gama Eurocaixilho.



Revistas de Passatempos
desde 1975

Cada revista JEA é especializada num passatempo específico: cruzadexes, passatempos diversos, sudokus, criptocruzadas, palavras cruzadas ou numéricos, com o objetivo de ir ao gosto de cada leitor.

Os passatempos são inéditos, ilustrados e atualizados com a realidade. São elaborados por pessoas e não por programas informáticos, baseados no uso correto da língua portuguesa, sempre com a preocupação de ocupar os tempos livres mas com um caráter pedagógico.

As revistas JEA privilegiam a qualidade do produto final, com bom papel e sem publicidade.

Saiba mais



TEMPO PARA SORRIR

A City Clinic Group é uma clínica dentária com tecnologia de vanguarda e uma equipa médica excelente a trabalhar nas várias áreas da medicina dentária, nomeadamente Prótese Fixa sobre Implantes, Ortodontia Avançada, Medicina Estética, entre outros, fazendo uso da mais avançada Tecnologia 3D e meios complementares de diagnóstico de Rx e CBCT de última geração, bem como laboratório de próteses dentárias próprio.

A qualidade das consultas de medicina dentária superam as exigências dos pacientes ultrapassando as suas melhores expectativas.

A avaliação e plano de tratamento são feitos por profissionais médicos e uma equipa qualificada, com as melhores soluções financeiras.

Em Setúbal à sua espera. [Saiba mais aqui.](#)



CONSIGA O
SEU **SORRISO**
DE SONHO NAS
NOSSAS CLINICAS



SOUDAL

A Soudal é o maior fabricante independente europeu de selantes e espumas de PU. Especialista no fabrico de adesivos, impermeabilização e sprays técnicos, a SOUDAL direciona a sua estratégia no sentido de adaptar a oferta de produtos e soluções aos segmentos onde atua - Construção, Indústria e Retalho. Conheça [aqui](#) toda a gama Soudal.




CLINIFATIMA
SERVIÇOS MÉDICOS, SA

Especialidades Médicas
Análises Clínicas
Enfermagem
Exames Diagnóstico
Fisioterapia
Próteses Auditivas
Radiologia

A Clinifátima presta os melhores cuidados a cada um dos utentes, transmitindo confiança e bem-estar através de um bom atendimento e prática clínica de qualidade.

Ao longo dos seus 25 anos, tem mantido um crescimento contínuo que se reflete no seu corpo clínico (atualmente com cerca de 87 médicos, alguns dos quais desde o primeiro dia, 8 técnicos e 25 funcionários.) e no aumento dos utentes que procuram a Clinifátima.

A Clinifátima foi pioneira em diversos serviços e de concentração de todas as especialidades, resultando num grande conforto para os clientes, beneficiando de ter celebrado acordo com todas as Seguradoras (Saúde e Sinistros AT).

[Saiba mais](#)



Contactos | Candidaturas

Tel: 21 759 03 54 (chamadas para rede fixa nacional) | 93 812 36 63 - 91 722 92 19 (chamadas para rede móvel nacional)

Message sent by: FIVE STARS CONSULTING PORTUGAL, LDA | Rua Manuel da Silva Nº 5-D Quinta do Lambert 1750-927 Lisboa Portugal

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