

# NOTÍCIAS CINCO ESTRELAS

2024 | 2 > 6 setembro



## REGRESSO AO TRABALHO

A melhor cidade do mundo para marketeers trabalharem e sugestões de viagens para intercalar com o trabalho, marcam a nossa volta.

No regresso ao trabalho após as férias ponderamos muitas vezes mudanças de carreira e de vida. Um período de férias mais prolongado permite-nos ter tempo para refletir e ponderar decisões que, a intensidade dos dias de trabalho, vai camuflando. Um regresso ao trabalho pode significar novas oportunidades e desafios, por isso, a pensar em mudanças, na rentrée, partilhamos um estudo que identifica as melhores cidades do mundo para os marketeers trabalharem.

A Loopex Digital analisou 100 grandes cidades em todo o mundo para identificar as melhores para os profissionais de marketing. Priorizando aquelas com maior número de oportunidades de emprego, salários, custo de vida e classificações de segurança, o estudo identificou Bangkok, na Tailândia, como a melhor cidade para marketeers. Ocupando o quarto lugar e destacando-se com o maior salário médio da lista (60.000€ anuais), Munique é a primeira cidade europeia do top 10 com cerca de 2.400 postos de trabalho disponíveis. O equilíbrio de oportunidades, segurança e ofertas culturais de Munique fazem dela uma escolha privilegiada para profissionais de marketing. Conheça [aqui](#) as restantes cidades da lista.

Começar já a programar uns dias de férias a curto prazo pode ser uma excelente dica para um regresso ao trabalho e um recomeço mais leves. Os cruzeiros são uma excelente opção para viajar com tudo incluído e conhecer muito em pouco tempo. E se forem com a MSC Cruzeiros, serão Cinco Estrelas!

Os fins de semana de setembro são ideais para usufruir do Enoturismo. Em época de vindimas, intercalar as semanas de trabalho com fins de semana em terras vinícolas é nossa sugestão para um final de Verão Cinco Estrelas!

# TENDÊNCIAS DO MERCADO



**Perfeitos para "quem quer viver muito em pouco tempo", os Cruzeiros já não são para velhos. Millenials e geração Z são já um terço dos viajantes.**

Segundo a Associação Internacional de Companhias de Cruzeiros (CLIA, na sigla inglesa), após uma estagnação da idade desde, pelo menos 2016, as companhias de cruzeiros têm registado uma diminuição da idade média dos passageiros com, as viagens de cruzeiros, a serem cada vez mais populares entre os viajantes mais jovens. Os millennials (nascidos entre 1982 e 1994) e geração Z (nascidos entre 1995 e 2004) representam já 36% dos passageiros em cruzeiros, de acordo com um relatório da mesma associação.

Custos da viagem muitas vezes inferiores a uma viagem por terra ou ar, juntamente com a possibilidade de visitar vários países a bordo de um "hotel de cinco estrelas" com tudo incluído, são alguns dos aspetos que cativam os mais jovens para um turismo até aqui mais direcionado aos seniores. [> saiba mais](#)

Na MSC Cruzeiros, vencedora do Prémio Cinco Estrelas na Categoria Cruzeiros, os passageiros criam memórias inesquecíveis, visitam destinos incríveis e desfrutam da melhor hospitalidade... A MSC é a terceira maior companhia de cruzeiros do mundo e líder na Europa, América do Sul, região do Golfo e Sul de África, com mais quota de mercado e navios em funcionamento que qualquer outra empresa na indústria.

Conheça [aqui](#) todas as possibilidades de viagens cinco estrelas!

# O QUE DE CINCO ESTRELAS EXISTE NO MERCADO

Artrozen é um suplemento alimentar que contém uma fórmula única de 7 constituintes bioativos, com ação sinérgica - glucosamina, condroitina, msm, colagénio marinho, ácido hialurónico, quercetina e silício.

Artrozen é recomendado para quem tenha uma vida ativa, desportistas, e todos os que pretendem manter a sua condição física que se vai debilitando com a idade.

É adequado a pessoas que praticam atividade física regularmente, não só para quem vai ao ginásio ou opta por desportos ao ar livre, mas também para quem faz caminhadas ou corridas, ou joga ténis ou padel.

[> saiba mais](#)

The advertisement features a male athlete in a blue athletic shirt and black pants, captured in a dynamic running pose against a blue background with light trails. To the right, the 'artrozen' product box is shown, which is white with blue accents and a green starburst award seal. The text on the box includes 'artrozen', 'suplemento alimentar', and '60 comprimidos'. A large green starburst seal in the top right corner of the ad reads 'PRÉMIO CINCO ESTRELAS 2024'. The main text in the ad reads 'artrozen articule-se com a vida' and '7 FÓRMULA ÚNICA com Ação Sinérgica AGENTES BIOATIVOS'. Below this, the ingredients are listed: 'Complexo de Glucosamina', 'Condroitina', 'MSM Metilsulfonilmetano', 'Colagénio', 'Ácido Hialurónico', 'Quercetina', and 'Silício'. At the bottom right, there are social media icons for Facebook and Instagram, along with the handles '@artrozen.pt' and 'Artrozen.com'.

**TECNIFAR**  
CONSUMER HEALTH

Artrozen® é um SUPLEMENTO ALIMENTAR. Os suplementos alimentares não devem ser utilizados como substitutos de um regime alimentar variado. É importante manter um estilo de vida saudável. Leia atentamente o folheto incluso na embalagem antes da toma. Em caso de dúvida, consulte o seu médico ou farmacêutico. DMK.ART.009.08.2024 08/2024/PUB

## SUGESTÕES | CINCO ESTRELAS



# Na rota das vindimas

**Setembro é sinónimo de vindimas e de últimos dias de verão.**

**As ofertas de Enoturismo Cinco Estrelas são várias. Conheça-as e aproveite da melhor forma os últimos fins de semana do verão.**

De norte a sul de Portugal, a tradição vinícola assume-se como uma das maiores riquezas do país do ponto de vista económico, social e cultural. Dos grandes produtores às adegas familiares, esta é uma atividade em expansão e, conseqüentemente, as experiências de enoturismo são a perder de conta. Mas só algumas são cinco estrelas!

Começamos pelo norte, por Vila Real, onde está localizada a Quinta do Crasto, em pleno Vale do Douro, a mais antiga região vinícola regulamentada do mundo, classificada como Património Mundial pela UNESCO. A [Quinta do Crasto](#) distingue-se pela qualidade excecional dos seus vinhos, pelo atendimento personalizado e pelo seu enquadramento paisagístico único.

Também no norte, no distrito de Viana do Castelo, para lá dos jardins do [Palácio da Brejoeira](#), cultivam-se com esmero, 18 hectares de vinha de casta Alvarinho, o mais emblemático vinho da Sub-Região de Monção e Melgaço.

Na região de Lisboa, a [AdegaMãe](#), em Torres Vedras, é um espaço de criação, no qual se pretende potenciar as melhores uvas e fazer nascer os melhores vinhos.

A AdegaMãe potencia um Terroir influenciado pelas brisas marítimas predominantes, destacando-se pelos seus vinhos de inspiração atlântica, frescos e minerais, premiados a nível nacional e internacional.

Mais para sul, em Évora, na [Adega Monte Branco](#) fica a conhecer todo o processo de vinificação, bem como os tipos de solos e variedades de uvas cultivadas. A Sala de Provas da Adega do Monte Branco, concebida em vidro, estende-se sobre um relvado com vista privilegiada para Estremoz.

No distrito de Beja, um pouco mais a sul, na [Herdade do Rocim](#), para além da visita a toda a área produtiva da adega, o wine bar e a loja são também pontos de passagem obrigatória para os visitantes. Pode também ficar a conhecer algumas das castas, visitando a vinha pedagógica da herdade. A visita não pode terminar, sem uma prova dos vinhos.

No [Portugal guia-Te](#) encontra mais informações sobre estas explorações vinícolas e sobre tudo o que é Cinco Estrelas nas regiões onde estão localizadas.  
Bons fins de semana!

MARCAS  
CINCO ESTRELAS

**NOVA  
FÓRMULA!**

**AGORA MAIS  
RESISTENTE**

**super  
Renova**

O seu **super** de sempre,  
agora ainda mais **super**



agora + **Resistente**  
+ **Espesso**  
+ **Absorvente**



Sabia que...  
a gama **Renova Super** é uma das mais  
históricas da marca, com maior distribuição  
e líder de mercado em Portugal?

**super  
Renova**

O seu **super** de sempre,  
agora ainda mais **super**



**LAMBERT**<sup>®</sup>  
CLÍNICA

Ortopedia, Traumatologia  
e Medicina Desportiva



A Clínica Lambert é uma clínica especialmente dedicada às áreas de Ortopedia, Traumatologia e Medicina Desportiva. É uma clínica vocacionada para a prevenção e tratamento das lesões resultantes da actividade física. Com o objectivo principal de oferecer ao seu paciente um entendimento completo do corpo humano aliado ao bem-estar, desporto/actividade física e saúde.

**SAIBA MAIS**

**O cordão umbilical  
une a mãe ao bebé  
e é rico em células  
estaminais.**

Guardá-las é uma  
oportunidade única de  
tratamentos adicionais  
para a sua família.



Saiba mais

Na Crioestaminal transformamos vidas ao guardar células estaminais e ao desenvolver terapias celulares. A Crioestaminal incorpora o maior grupo europeu da área das células estaminais, o Grupo Famicord, que conta com a confiança de mais de 1 Milhão de famílias e que já contribuiu para mais de 2.124 tratamentos com células estaminais do cordão umbilical, 16 dos quais realizados em crianças que guardaram as células estaminais na Crioestaminal.

**A Crioestaminal é a opção mais segura para guardar as células estaminais.**



Venha desfrutar  
os sabores típicos  
de uma cozinha  
regional tradicional.

O Picadeiro é um restaurante típico, localizado na cidade templária de Tomar com uma vasta ementa regional que aposta numa cozinha tradicional e regional, como o Javali à Alentejana, o Bacalhau à Narcisa, o Bacalhau à Capítulo, o Bife do Secreto de Porco Preto e muitas outras iguarias com produtos sazonais de grande qualidade da região.

Com um ambiente acolhedor e decoração clássica e descontraída, o Picadeiro é o restaurante ideal para refeições em família ou grupos de amigos.

Pode ainda usufruir do serviço de take-away e serviço de catering com criação de ementas para festas.

249 312 489 | 969 652 730 | [restaur\\_picadeiro@sapo.pt](mailto:restaur_picadeiro@sapo.pt) | [www.restauranteopicadeiro.pt](http://www.restauranteopicadeiro.pt)

SIGA-NOS



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)

FIVE STARS CONSULTING PORTUGAL, LDA | Avenida da Igreja N 66 | 7 Dto | 700-240 Lisboa

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