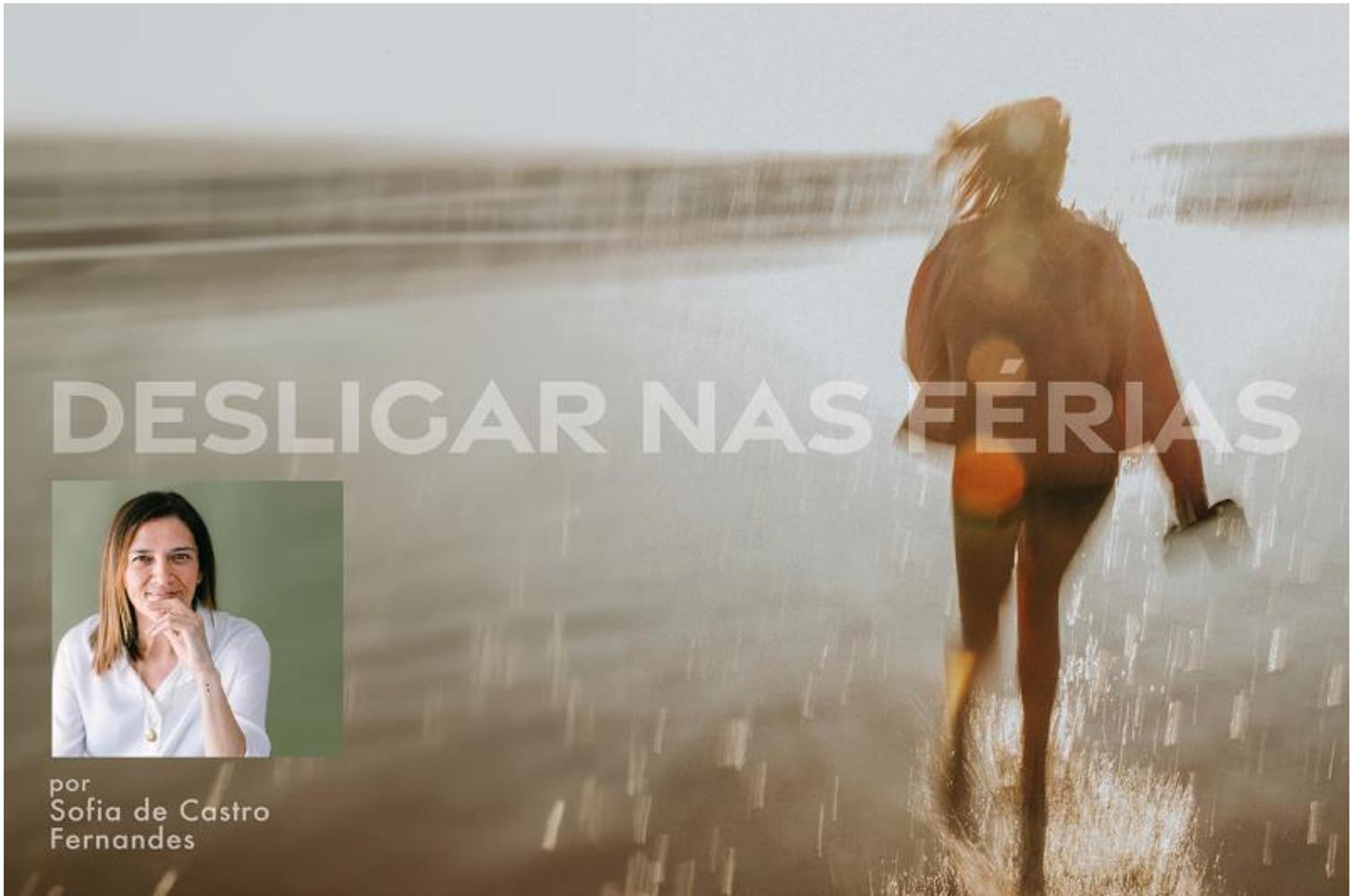


NOTÍCIAS CINCO ESTRELAS



2024 | 22 > 26 julho

10 ANOS
a premiar estrelas



por
Sofia de Castro
Fernandes

Tirar férias é fundamental para manter o equilíbrio entre a vida pessoal e profissional, garantindo o bem-estar e a produtividade no trabalho no resto do ano. Desligar é essencial para um período de descanso sem preocupações. Desconectar e garantir um verdadeiro descanso torna-se essencial para o bem-estar físico e mental. No entanto, conseguir desligar completamente é difícil, especialmente numa era em que para muitas atividades profissionais estar online é essencial.

[Leia o artigo](#) da Sofia de Castro Fernandes sobre este verdadeiro desafio dos nossos dias e saiba que, com algum planeamento e disciplina, é possível e recomendável... desligar.

Esta newsletter está cheia de sugestões Cinco Estrelas mais do que recomendáveis para aproveitar as férias. Um serviço para utilizar em encontros com amigos e fugir da cozinha, um parque biológico para se conectar com a natureza, dois locais para se ligar a vários sabores nacionais e ainda sugestões de compras e entretenimento.

E se, quando voltar de férias, ganhar um ano de renda/prestação da sua casa paga pela Renova? Vá às compras no site da Renova ou nas suas lojas de eleição e habilite-se a este prémio fantástico.

SUGESTÕES

CINCO ESTRELAS



A NOSSA
COZINHA
NO CONFORTO
DA SUA CASA

O serviço de Private Chef
que cria momentos memoráveis ao redor
da mesa através de
experiências culinárias exclusivas!



O que distingue o Chez Sónia não é apenas a dedicação à qualidade e frescura, mas também a paixão inabalável pela inovação culinária. A equipa dinâmica de jovens talentos, inspirada pelos Açores e as maravilhas do Oceano Atlântico, combina sabores tradicionais portugueses com influências internacionais, criando pratos que são tão ousados e imaginativos como deliciosos.

O Chez Sónia, valoriza o poder dos ingredientes frescos, locais e sazonais para elevar cada experiência gastronómica.

O compromisso com a excelência reflete-se em cada prato preparado de modo a oferecer aos clientes uma viagem verdadeiramente única e inesquecível através do sabor.

Quer esteja a planear um jantar íntimo para dois ou um evento de maior dimensão, o Chez Sónia Private Chef irá exceder as suas expectativas e deixá-lo a desejar mais.

chezsoniaprivatechef.com/pt/ | chezsoniamelo@gmail.com | (+351) 962 532 568 | São Miguel, Açores - Portugal



O "Boticas Parque - Natureza e Biodiversidade" situa-se no concelho de Boticas, distrito de Vila Real. O Parque, atravessado pelo rio Beça, tem como área de intervenção os antigos Viveiros Florestais da Relva, com cerca de 60 hectares. Da criação do Parque fez parte a construção de infraestruturas e equipamentos de apoio, no sentido de tornar possível a visita, a sensibilização e envolvimento dos cidadãos e a conservação e valorização do património natural, com a consequente manutenção da biodiversidade. As infraestruturas criadas e as atividades permitem ao público o contacto com a natureza num espaço com um vasto património natural, construído de forma a que as componentes pedagógica e científica façam do Boticas Parque um excelente local para visitar.

VISITAS INTERPRETATIVAS | CAMINHADAS | ARVORISMO | PASSEIOS de KAYAK
 PERCURSO AVENTURA KIDS | VIA FERRATA | PASSEIOS DE BICICLETA
 PESCA DESPORTIVA ALOJAMENTO | DEGUSTAÇÃO DE PRODUTOS LOCAIS

Tel: 276 410 206
boticasparque.com



Receitas conventuais
 originais das freiras
 carmelitas do séc. XVI



Fundada em 1953, A Pousadinha situa-se em Tentúgal, Coimbra e é privilegiada com uma herança secular de sabores e saberes da Doçaria Conventual, das receitas das freiras Carmelitas do Convento da Nossa Senhora da Natividade.

Ciente da sua responsabilidade, A Pousadinha alia a excelência das matérias-primas à lealdade e respeito pelas receitas conventuais.

DOÇARIA E DOÇARIA CONVENTUAL

Doces tradicionais Portugueses, feitos com ingredientes selecionados e receitas autênticas.

Doces conventuais de receitas centenárias e sabores únicos, originários do Convento da Nossa Senhora da Natividade, em Tentúgal.

apousadinha.pt | +351 239 951 158

R. da Doçaria Conventual 776, 3140-563 Tentúgal



O
 melhor
 do mar
 no
 centro
 de
 Tentúgal

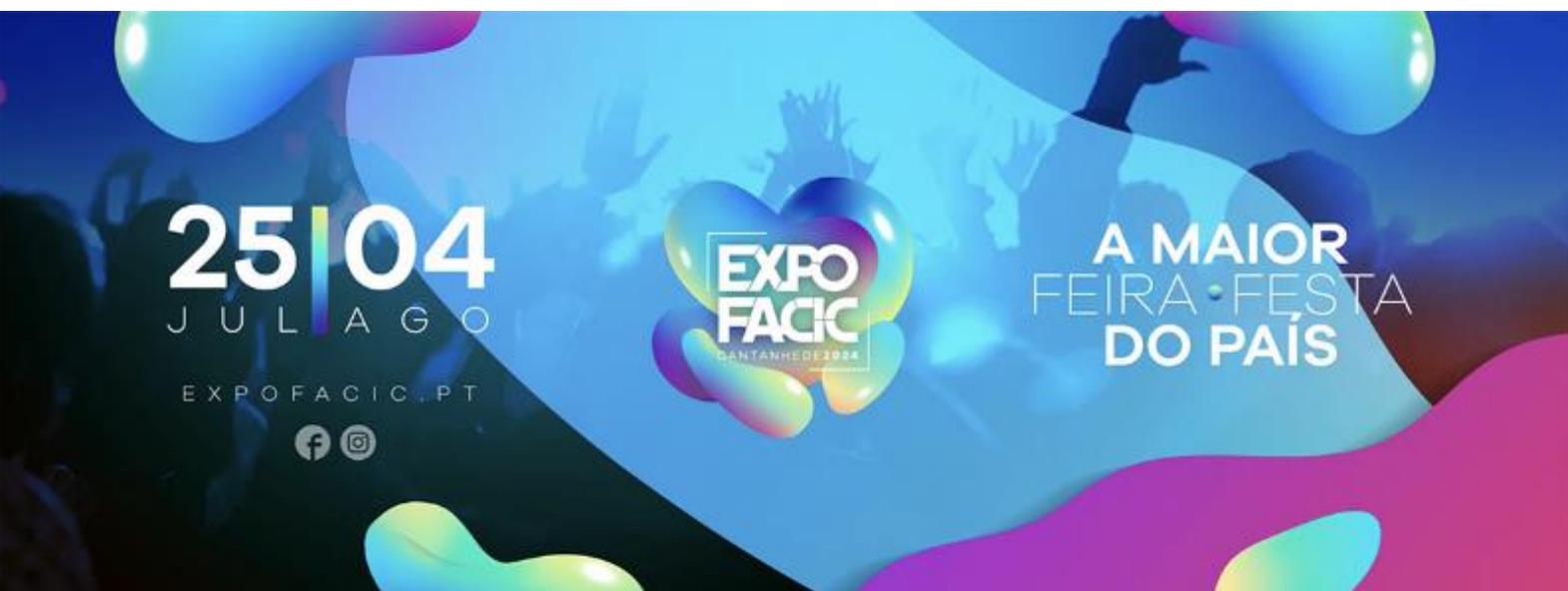
O melhor do mar no centro de Tentúgal. Um espaço acolhedor e moderno, ideal para uma refeição familiar ou de negócios. O cardápio é vasto e variado, com destaque para os frutos do mar frescos. Reserve o seu lugar hoje mesmo!

Para mais informações, visite o nosso website ou contacte-nos pelo telefone. Estamos sempre à disposição para ajudar na sua escolha. Obrigado!

Reserve o seu lugar hoje mesmo. O melhor do mar no centro de Tentúgal. Não deixe escapar esta oportunidade!

Av. Condes Vilarva (Estação de A11/102) | 7000-744 Évora
 +351 266 703 428 | +351 266 348
facebook.com/melhorodomar

O QUE DE CINCO ESTRELAS EXISTE NO MERCADO



Começa hoje a Expofacil!

A Expofacil é um evento que decorre na cidade de Cantanhede, no centro de Portugal, dedicado aos Negócios, à Música, ao Entretenimento, à Gastronomia e às Exposições.

O recinto, no Parque de São Mateus, conta com 600 espaços reservados a expositores, uma envolvente de 120.000m2 de área de estacionamento e uma linha de autocarros, reservada ao evento, que percorre a região centro, o EXPOFACIL BUS.

Os concertos são uma das maiores atrações da Expofacil e este ano não é exceção. Não perca no dia 2 de agosto o concerto da Bárbara Tinoco, Personalidade Cinco Estrelas na categoria música.

Restauração | Street Food e Tasquinhas | Artesanato Nacional e Internacional | Parque de Diversões | Área Agrícola | Área Automóvel | Lounges | Exposições Temáticas | Espaço de Concertos.

Conheça [aqui](#) todo o programa.



O QUE MAIS VALORIZAM OS CONSUMIDORES

Na escolha de produtos de desinfecção e higiene pessoal o que é valorizado pelos consumidores?



A higiene e desinfecção são requisitos cada vez mais fundamentais no cotidiano de cada pessoa. É através de medidas prevenção da contaminação microbiana que conseguimos estar um passo à frente no que toca a evitar diversos tipos de problemas.

É neste contexto que surgem os produtos que nos ajudam a manter a nossa higiene em ordem. Fomos saber o que os consumidores, na hora de fazer a sua escolha em produtos de higiene e desinfecção, têm primeiro em conta.

O vencedor do Prémio Cinco Estrelas 2024 na categoria “Higiene e desinfecção” é a AGA.

A **AGA** focaliza a sua atividade no armazenamento, preparação, enchimento, comercialização e distribuição de álcool, bem como na conceção, desenvolvimento, produção, comercialização e distribuição de produtos de produtos para farmácia, cosmética, desinfetantes, higiene corporal e produtos para o lar e bazar.

Por ordem decrescente:

- o preço;
- a embalagem (diferentes formatos e tamanhos para diferentes utilizações, fácil de usar);
- a disponibilidade dos produtos no mercado.

saiba mais

MARCAS CINCO ESTRELAS



VERÃO NÃO É VERÃO SEM OS EVENTOS DO FORUM ALGARVE!

Não é por acaso que o slogan do Forum Algarve é "Tudo aqui tão perto". Aqui, há uma variedade tão grande de lojas e restaurantes, que facilmente encontrará o produto ou serviço de que precisa ou um local para se deliciar com o seu estilo de comida favorito!

Esteja atento às novidades e eventos deste verão, como o **Forum Family Garden**, que promete trazer novidades para uma experiência agradável em família ou os **Orange Weekends** que celebram os momentos de lazer e compras no Forum Algarve com a oferta de experiências únicas e memoráveis.

[> Saiba mais](#)

25 JUL A 8 SET

FORUM FAMILY GARDEN

Zona Lounge | Kids Area | Entretenimento
15h30 - 18h00 | 19h30 - 23h00



ORANGE WEEKENDS

30€ =
COMPRAS

VOUCHER EXPERIÊNCIA

galp

◆ PERFORMANCE ◆ PROTEÇÃO ◆ POUPANÇA ◆ AMBIENTE

evologic

Abastecer com combustível evologic 2.0 é dar ao seu carro a tecnologia de que este precisa para ir mais longe.

Os combustíveis aditivados evologic melhoram a performance e proteção do motor do seu carro, contribuindo para uma maior poupança. Ao abastecer de forma contínua permite fazer mais kms por depósito. Mais proteção, menos desgaste, mais poupança.

[simule a sua poupança](#)

NOVIDADES

CINCO ESTRELAS



Renova vai pagar a renda de casa dos portugueses durante 1 ano.

“1 Ano de Casa Paga”, é o nome da campanha da marca portuguesa renova que oferece aos cidadãos a oportunidade de ganhar um ano da prestação da casa ou renda paga, até ao valor máximo de 750 euros mensais.

Até 31 de outubro de 2024, quem quiser participar, tem de adquirir pelo menos dois produtos da marca Renova.

A iniciativa está a ser divulgada através de iniciativas de ativação de marca no ponto de venda, redes sociais e nas embalagens de produtos Renova.

Habilite-se a ganhar um ano de prestação de casa ou renda com a Renova. Como participar? É muito simples:

1. Compre 2 produtos Renova na sua loja de referência ou em www.myrenova.com
2. Preencha os seus dados em www.casapagarenova.com
3. Faça upload do comprovativo de compra

Boa Sorte!

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](#).