

ARRIBAS CLIFFS

CONTACTOS CONTACTS

Albufeira PRAIA SEGURA SAFE BEACH For you, for all of us!



Em caso de acidente In case of an accident

Praias vigiadas - Avise os Nadadores Salvadores e a Autoridade Marítima

Praias não vigiadas - Ligue 112 ou avise a Capitania

Monitored beaches - Tell the Lifeguards and the Maritime Authority

Not Monitored beaches - Call 112 or contact the Port Authorities

LINHA COVID ALBUFEIRA
800 219 289
COVID19ALBUFEIRA.PT

LINHA SAÚDE 24
808 24 24 24

AUTORIDADE MARÍTIMA
POLÍCIA MARÍTIMA
916 613 540

SERVIÇO MUNICIPAL
DE PROTEÇÃO CIVIL
289 599 503
289 599 694

GUARDA NACIONAL
REPUBLICANA
289 590 790

BOMBEIROS VOLUNTÁRIOS
289 586 333

EMERGÊNCIA
112



APP PROCIV
ALBUFEIRA



Antes de ir à praia

Before going to the beach

InfoPraia - Através desta app poderá consultar a afluência, o controlo da qualidade e quais as praias vigiadas.

InfoPraia - With this app you can see the flow, quality control and which beaches are monitored.



download



Ocupação

Occupation



Baixa
Low



Elevada
High



Plena
Very high

Prefira as praias com baixa ocupação.
Informação também disponível em:

Prefer beaches with low occupancy.
Information also available at:

infopraia.apambiente.pt

Bares de Praia/Instalações Sanitárias

Beach Bars and Sanitary Facilities



Use calçado, máscara, desinfete as mãos e mantenha a distância de segurança.

Wear shoes, a mask, disinfect your hands and keep the safety distance.

Na praia

At the beach

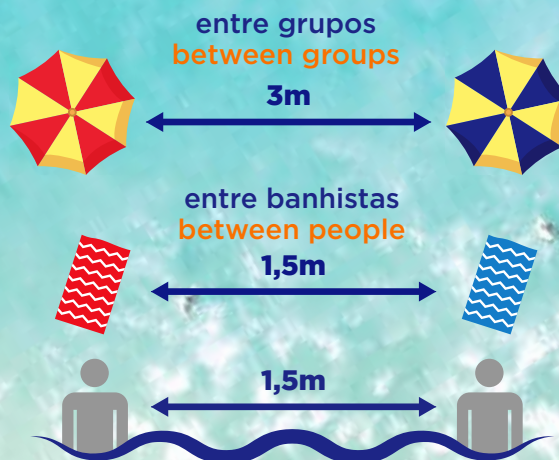
Nos acessos circule sempre pela direita e mantenha a distância de segurança.

When accessing the beach, always walk on the right side and keep the safety distance.



Mantenha sempre a distância de segurança de outros grupos na praia, à beira-mar e no banho.

Always keep the safety distance from other groups on the beach, by the sea and in the water.



Na praia é proibida a prática de desportos de grupo, jogar à bola, raquetes e vólei.

Group sports, playing ball, rackets and volleyball are prohibited on the beach.



Mantenha a praia limpa, coloque os resíduos nos respectivos contentores.

Keep the beach clean, put all the waste in the respective containers.

Outros conselhos

Other advice

Não se exponha ao sol durante as horas de maior calor.

Stay out of the sun during the hottest hours of the day, between 11am and 5pm.



Utilize sempre protector solar com factor igual ou superior a 30.

Always use sunscreen with an SPF of 30 or more.

Vigie sempre as crianças.

Keep the children under vigilance.

Escolha praias vigiadas.

Choose monitored beaches.

Consuma alimentos frescos e aumente a ingestão de líquidos (água ou sumos naturais, sem adição de açúcar).

Consume fresh food and increase your fluid intake (water or natural juices, with no added sugar).



Evite mergulhar de sítios altos.

Avoid diving from high places.

Deverá observar a informação e a sinalética existente nas praias. Seguir sempre as instruções dos Nadadores Salvadores e frequentar os locais com controlo de qualidade da água e observar as regras de proteção pessoal.

You must observe the information and beach signs. Always follow the instructions of the Lifeguards and choose places with water quality control and observe the rules of personal protection.



Albufeira - 25 praias com bandeira azul

Albufeira - 25 beaches with blue flag