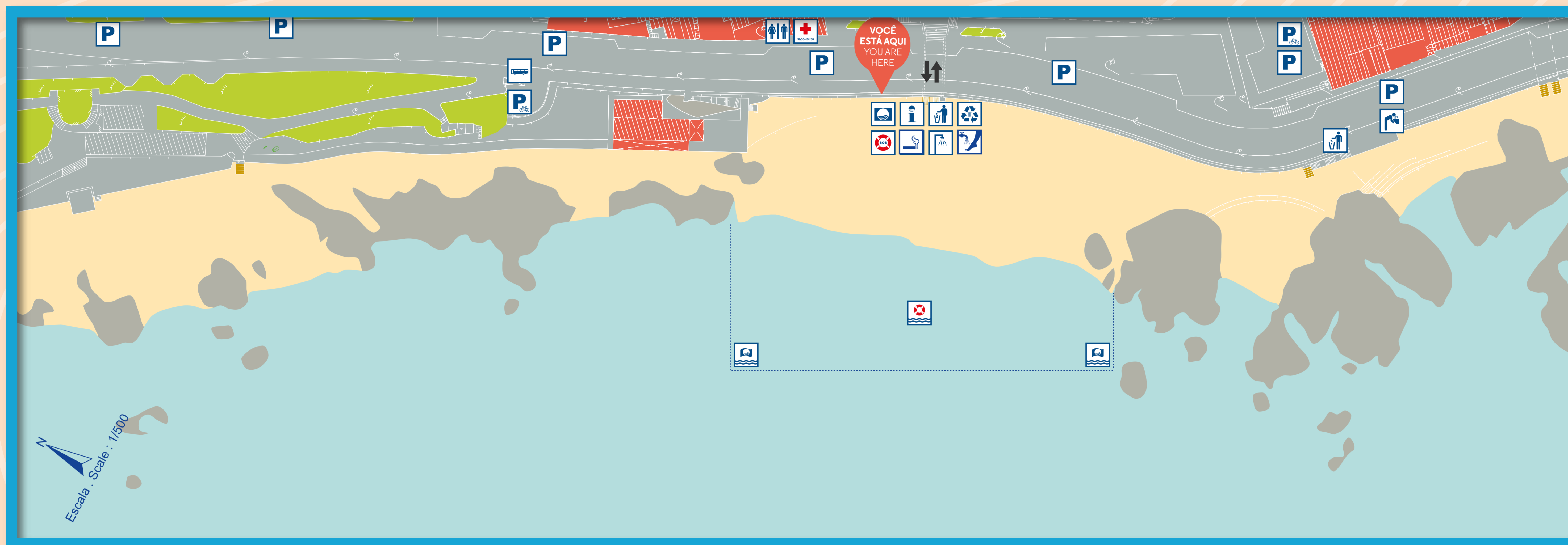


# PRAIA INGLESES

Época Balnear 2023 : 17 jun → 10 set  
2023 Bathing Season : 17 jun → 10 sep

- PASTORAS
- CARNEIRO
- OURIGO
- INGLESES**
- LUZ
- GONDARÉM
- MOLHE
- HOMEM DO LEME
- AQUÁRIO
- CASTELO DO QUEIJO

## PRAIAS DO PORTO



### Código de conduta Conduct code

#### Bandeiras Flags

- Permitted to take a bath and swim provided all signs and recommendations are followed. Beach safe for general swimming. Respect lifeguard's indications.
- Cuidado, é proibido nadar. Watch out, swimming is prohibited.
- Perigo, é proibido entrar na água. Danger is forbidden to enter the water.
- Praia temporariamente sem vigilância. Beach temporarily unattended.
- Zona de Banhos. Bathing Area.

#### Atividades Interditas Prohibited Activities

- Veículos não autorizados. Unauthorized Vehicles
- Atriar lixo. Littering
- Campismo e Autocaravanas. Camping
- Fogo. Fires
- Atividades Desportivas. Sports Activities
- Pesca Desportiva. Fishing
- Animais domésticos. Pets
- Alimentar animais. Feed the birds
- Poluição Sonora. Sound Pollution
- Descarga de entulhos. Waste discharges

### Regras Segurança Safety Precautions

- Prefira praias vigiadas. Prefer beaches patrolled by lifeguarded.
- Respeite os sinais das bandeiras e as indicações do nadador salvador. Respect the signs of the flags and indications of the lifeguard.
- Não hesite em pedir socorro quando em dificuldade. Do not hesitate to ask for help when in trouble.
- Mantenha as crianças sob supervisão. Keep children under supervision.
- Procure tomar banho ou nadar acompanhado. Try taking a bath or swim together.
- Nade sempre paralelamente à costa sem se afastar demasiado. Swim along the shore, do not swim out to fairway or swim together.
- Respeite um intervalo de três horas, após uma refeição, antes de tomar banho. After eating, wait at least 3 hours to swim.
- Use sempre protector solar, chapéu e óculos de sol. Always wear sunscreen, hat and sunglasses.
- Cuidado, rochas escorregadias. Watch out, slippery rocks.
- Uso de calçado obrigatório na utilização de chuveiros. Mandatory footwear when using showers.
- Após longos períodos de exposição solar, não entre de repente na água. After prolonged Sun exposure, don't enter suddenly in water.
- Nunca tome banho sob influência de álcool ou droga. Never bathe under the influence of alcohol or drugs.
- Nunca nade contra a corrente. Never swim against the current.
- Nunca efetue saltos para a água. Do not dive.



#### Programa Bandeira Azul

O Programa Bandeira Azul é um Programa de Educação para o Desenvolvimento Sustentável promovido em Portugal pela Associação Bandeira Azul da Europa (ABAE), Seção Portuguesa da Fundação de Educação Ambiental (FEE). Tem como objetivo educar para o desenvolvimento sustentável em praias costeiras, fluviais e lacustres, portos de recreio ou marítimas que se candidatam e que cumprem um conjunto de critérios que envolvem a educação ambiental, informação e sensibilização do público, a qualidade da água balnear, a gestão da praia/marina, e a segurança e serviços.

A Bandeira Azul é um símbolo de qualidade atribuído anualmente às praias e marítimas que distingue o desenvolvimento local a par do respeito pelo ambiente, elevando o grau de consciencialização dos cidadãos em geral, e dos decisores em particular, para a necessidade de se proteger o ambiente marinho, costeiro e lacustre e incentivar a realização de ações concordes à resolução dos problemas aí existentes. Para mais informações consulte a página: [www.abae.pt](http://www.abae.pt)

Aplicações para:

#### Blue Flag Program

The Blue Flag is an International award given to beaches/marinas that meet a specific set of criteria concerning the sustainable development in the areas: Environmental information and education-coastal zone information an environmental, educational activities; Water quality - Compliance with standards for excellent bathing water quality; Environmental management - Cleanliness and recycle; Safety and services - Lifesaving and emergency plans. The Blue Flag will only be flying during the official bathing season and when all blue flag criteria are upheld. The Blue Flag Program in Portugal is held by Associação Bandeira Azul da Europa. For more information and a full set of criteria please log on to: [www.blueflag.org](http://www.blueflag.org)

Available apps:

- Localização da BA. BF localization
- Limites da Praia Bandeira Azul. Blue Flag Boundaries
- Equipamentos de recolha seletiva de resíduos. Recycling bin
- Recipiente lixo. Trashbin
- Primeiros socorros. First aid
- Casas de banho. Toilets
- Equipamento de socorro. Lifesaving equipment
- Telefone de emergência. Emergency phone
- Lavapés. Wash feet
- Painel de informação Bandeira Azul. Blue Flag Information
- Bebedouro. Drinking fountain
- Cinzeiro. Ashtray
- Parque Bicicletas. Bike Park
- Bar. Bar
- Autocarros. Bus
- Zona Viglada. Patrolled Area
- Chuveiro. Shower
- Parque estacionamento. Car Park

#### Descrição Geral

A praia dos Ingleses, localizada na cidade do Porto, é de tipologia urbana. É uma praia de declives bastante suaves, com alguns metros de extensão de areia fina. É aqui possível iniciar um percurso por entre afloramentos de vários tipos de rochas metamórficas (gneisses, metassedimentos e anfíbolitos), de idade pré-câmbrica (mais antigos que 570 milhões de anos), recortados por granitos variscos, com cerca de 290 milhões de anos. O nome desta praia teve origem, no século XIX, pelo facto de ser frequentada por estrangeiros, principalmente pela numerosa comunidade britânica. Os ingleses lançaram a moda de fechar as suas casas na cidade para irem passar uns meses à beira-mar. A estes juntou-se a burguesia portuguesa que tomava o banho muito cedo e depois regressava a casa ou ia para os negócios no centro da cidade. Voltava-se à praia de tarde, sobretudo as senhoras e crianças para passear, conversar, brincar na areia, escrever ou ouvir rimas.

#### General description

The Ingleses beach, located in the city of Porto, is of urban typology. It is a beach with fairly gentle slopes, with a few metres of fine sand. Here, it is possible to start a walk through outcrops of various types of metamorphic rocks (gneisses, metasediments and amphibolites) of pre-Cambrian age (more than 570 million years old), cut by variscous granites about 290 million years old. The name of this beach originated in the 19th century due to the fact that it was frequented by foreigners, mainly by the numerous British community. The English started the fashion of closing their houses in the city to go and spend a few months by the sea. They were joined by the Porto bourgeoisie, who would bathe very early and then return home or go about their business in the city centre. They would return to the beach in the afternoon, especially the ladies and children, to walk, talk, play in the sand, write or listen to rhymes.

### Contactos de Emergência Emergency Contacts

- SOS**  
**112**
- Bombeiros  
Fire Services**  
**22 507 37 00**
- Policia Marítima  
Coast Guard**  
**91 635 29 54**
- Horário de salvamento  
Lifeguarding Schedule**  
**9h30 - 19h30**
- Linha Saúde 24  
Saúde 24 line**  
**808 24 24 24**



#### Inquérito Satisfação

A sua opinião é importante para nós! A Águas e Energia do Porto, EM pretende avaliar o grau de satisfação dos banhistas das praias do Porto de modo a promover a melhoria contínua da sua gestão. Partilhe a sua opinião e as suas sugestões através do site da Águas e Energia do Porto, EM ou através do QRcode.

Obrigado!  
Satisfaction Inquiry

Your feedback is important to us! Águas e Energia do Porto, EM want to assess the Porto beach goers' satisfaction in order to promote the continuous improvement of their management. Please share your opinion and suggestions through Águas e Energia do Porto, EM website or through the QRcode.

Thank you!

#### Responsável Local Local Responsible

Águas e Energia do Porto, EM  
Contacto: 22 519 03 00  
[balcaodigital.aguasdoporto.pt](mailto:balcaodigital.aguasdoporto.pt)  
Se detetar anomalias nas praias, por favor avise-nos através do Whatsapp 967 265 870

#### Coordenador Nacional National Coordinator

Associação Bandeira Azul de Ambiente e Educação - ABAAE  
Contacto: 21 394 27 40  
Email: [bandeira.azul@abae.pt](mailto:bandeira.azul@abae.pt)

#### Coordenação Internacional do Programa International Coordinator

Friufsrädet  
Contacto: +45 70 22 24 27  
Email: [info@ee.global](mailto:info@ee.global)

DCS: [www.dgs.pt](http://www.dgs.pt)  
APA: [www.apambiente.pt](http://www.apambiente.pt)  
Autoridade Marítima Nacional: [www.amn.pt](http://www.amn.pt)  
SEPN: [www.gnr.pt/atrib\\_SPENA.aspx](http://www.gnr.pt/atrib_SPENA.aspx)  
PSP: [www.psp.pt](http://www.psp.pt)