



Código de conduta do banhista

1. Mantenha a praia limpa: coloque o lixo nos recipientes adequados.
2. Reduza o consumo de embalagens de plástico. Reutilize e Recicle sempre que possível.
3. Não deite cigarros para o chão.
4. Colabore na proteção e conservação das dunas e da sua vegetação. Utilize unicamente os caminhos de acesso, devidamente assinalados.
5. Preserve os sons naturais. Evite o ruído.
6. Mantenha livre os acessos à praia: estacionamento apenas em locais autorizados.
7. Proteja-se. Não leve animais para a praia.
8. Pratique desporto apenas nas áreas determinadas para o efeito. Não incomode, nem ponha em perigo a sua vida e a de outros.
9. Cuide da sua pele. Evite a exposição demorada ou excessiva aos raios solares.
10. Defenda a sua saúde. Não tome banho durante o período de digestão.
11. Respeite a sinalética de segurança existente nas praias.

Bathers Code of Conduct

1. Keep the beach clean: put your rubbish in the appropriate containers.
2. Reduce your plastic consumption. Reuse and recycle whenever possible.
3. Do not throw your cigarettes on the floor.
4. Cooperate in the protection and conservation of the sand dunes and their vegetation. Only use the access paths that are marked.
5. Preserve natural sounds. Avoid making noise.
6. Keep the beach accesses free: only park in permitted areas.
7. Protect yourself. Don't take your pets to the beach.
8. Practice sports in the appropriate areas. Do not bother or endanger your life and others.
9. Take care of your skin. Avoid long or excessive periods of sun exposure.
10. Protect your health. Do not swim during your digestion period.
11. Respect the safety signs.