

# DESCENDÊNCIAS

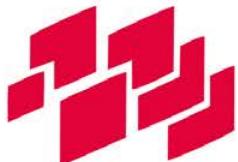
M A G A Z I N E



# CONSULTORIA FISCAL E DE GESTÃO



Ao seu Lado  
acompanhando  
o seu negócio  
quer seja desenvolvido  
em nome pessoal ou  
através de uma  
sociedade de forma  
personalizada



**cisterdata**  
consulting

Business Adviser, Gabinete de Contabilidade  
Processamento de Salários, apoio fiscal e ao estatuto RNH

Apoiamos a nossa atividade há já duas décadas  
a partir das cidades de Lisboa, Paris, Marraquexe.



Lisboa, Paris, Marraquexe



+351 211 978 542



info@cisterdata.pt



www.cisterdata.pt

As áreas de suporte  
e apoio à gestão  
são ajustadas às suas  
necessidades  
potenciando o seu  
negócio tendo  
em conta a nossa  
experiência  
internacional.

## **p/ 06 e 07.**

Remessas. Por José Governo  
Boas Festas. Por Philippe Fernandes, Presidente da AILD

## **p/ 12.**

Grande Entrevista  
José Governo, Fundador e Diretor Executivo da AILD

## **p/ 30.**

Um aperto de mão.  
Por Sara Martins, Embaixadora de Portugal em Estocolmo

N E S T A E D I C Ã O

## **p/ 34.**

História Social de Angola  
Depoimento de Vítor Ramalho

## **p/ 38.**

Artes e Artistas Lusos, Bianca Mendes  
Por Terry Costa, Presidente do Conselho Cultural da AILD

## **p/ 46.**

Líderes & Empresárias, Olga Amorim  
Por Sylvie Bayart

# Obra de capa

Artista Plástico: João Timane

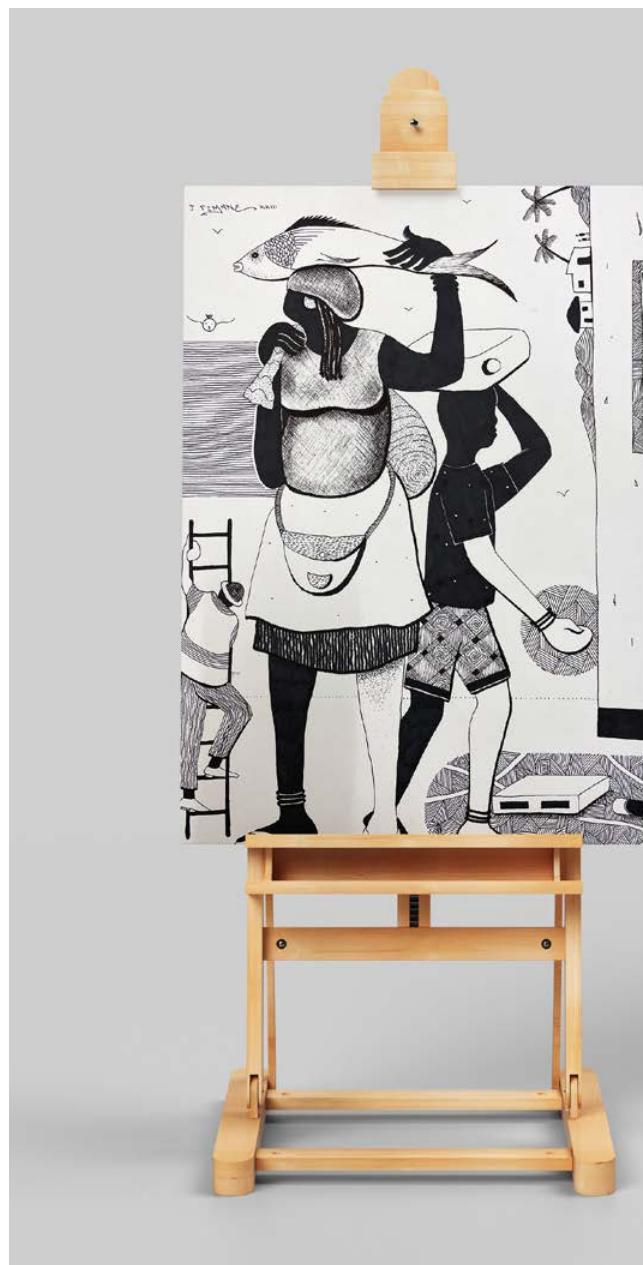
Dimensões: 27 x 35

Técnica: Tinta da China sobre cartolina

## Os empresários da sobrevivência

A vida é demasiada séria para termos a coragem de permanecer de mãos cruzadas. Ela nos incita a sair cedo de casa, a percorrer ruas, a sentar nas bermas das estradas, a enfrentar o sol, a chuva, o vento, porque cada dia que nasce é preciso vender para sobreviver. Por isso, logo cedo, as vozes dos vendedores se cruzam no ar: “Tem peixe aqui. Pão quente senhora. Não quer chamussas, patrão? Olha as castanhas assadas de Catembe”. Há sempre a certeza que muitos serão sensíveis ao convite. Como diria o poeta Armando Artur, “há sempre uma esperança, sobrevivente aos vendavais, que tudo levaram”. Por isso, todos sonham se livrar das suas mercadorias e ganhar o pão de cada dia. Por essa suprema razão, nesta moçambicana comunidade, todos vendem, todos compram, todos se tornam empresários da sobrevivência.

Marcelo Panguana, escritor  
obrasdecapa@obrasdecapa.pt



## F T

**Diretora** Fátima Magalhães | **Diretora Adjunta** Gilda Pereira | **Editores** Ana Sofia Oliveira, António Manuel Monteiro, Carolina Cunha, Cristina Passas, Diana Correia, Fatinha Pinheiro, Flávio Alves Martins, Gabriela Ruivo, João Vieira, José Governo, Luciana Zettel, Mafalda Lourenço, Marco Neves, Maria do Carmo Mendes, Marta Costa, Melissa da Silva, Nuno da Lima Luz, Paula Cristina Veiga, Philippe Fernandes, Sílvia Faria de Bastos, Sylvie das Dores Bayart, Vitor Afonso | **Revisão** JG Consulting | **Design Gráfico** Amostra de Letras | **Estatuto editorial** <https://descendencias.pt/estatuto-editorial/> | **Editor e Proprietário** Amostra de Letras Lda, NIF 515975591 | **Administração** Fátima Magalhães - 100% capital | **Periodicidade** Mensal | **Contactos** E: [info@descendencias.pt](mailto:info@descendencias.pt) W: [descendencias.pt](http://descendencias.pt) T: 309 921 350 | **Publicidade** E: [publicidade@descendencias.pt](mailto:publicidade@descendencias.pt) | **Anúncios** A Amostra de Letras Lda, não é responsável pelo conteúdo dos

anúncios nem pela exatidão das características e propriedades dos produtos e/ ou bens anunciados. A respetiva veracidade e conformidade com a realidade são da integral e exclusiva responsabilidade dos anunciantes e agências ou empresas publicitárias | **Direitos** Em virtude do disposto no artigo 68º nº2, i) e ii), artigo 75º nº2, m) do Código do Direito de Autor e dos Direitos Conexos artigos 10º e 10º Bis da Conv. de Berna, são expressamente proibidas a reprodução, a distribuição, a comunicação pública ou colocação à disposição, da totalidade ou parte dos conteúdos desta publicação, com fins comerciais diretos ou indiretos, em qualquer suporte e por qualquer meio técnico, sem a autorização da Amostra de Letras Lda | **Sede Editor/Redação** Rua dos Almocreves, 44 4455-029 Lavra - Matosinhos | **Registo ERC** 127522 | **Edição** 35, dezembro 2023 - GRATUITA.

# Editorial

## Caros Leitores

*Chegamos ao final de mais um ano. 12 revistas, 12 obras de capa.*

*Durante 1 ano pusemos com muito orgulho Moçambique nas nossas capas, com o talento do jovem artista João Timane e a escrita do recém premiado Marcelo Panguana – Prémio Literário Craveirinha 2023 (o maior galardão da literatura e da cultura em Moçambique) – aproveitamos para o congratular publicamente, parabéns Marcelo! Inicia-se agora uma nova etapa para a divulgação das artes moçambicanas com a exposição "Obras de Capa", que no próximo ano comemora 5 anos.*

*A AILD está em destaque nesta edição: das remessas dos emigrantes, aos votos de boas festas do seu presidente, à empresa do mês, a Jomafe, era altura de fazer um balanço da atividade desta associação que está quase a completar o seu quarto aniversário, e por isso conduzimos a grande entrevista com o seu Diretor de Comunicação, José Governo analisando o impacto da Associação Internacional dos Lusodescendentes na promoção da união e cooperação entre as comunidades de língua portuguesa de todo o mundo.*

*A embaixadora Sara Martins, descreve-nos como foi assumir a chefia de uma Embaixada pela primeira vez e num contexto muito particular. A não perder!*

*Fazemos uma viagem no tempo até 1954 com a história de uma família (e uma menina em particular) que emigra para a Venezuela, com todas as agruras e dificuldades de uma época em que só os*

*mais aventureiros ousavam enfrentar. Confesso que revivi parte do meu passado também. O Projeto História Social de Angola, conta este mês com o importante depoimento de Vítor Ramalho – Secretário Geral da UCCLA. Conheça a multifacetada arte de Bianca Mendes e o seu mundo encantado de personagens e cenários e descubra os "Mitos e factos nas migrações internacionais". A escritora Gabriela Ruivo traz-nos o "conto de natal" e conhecemos uma notável empreendedora que aos 45 anos decidiu abandonar o topo da carreira que tinha conquistado, para se lançar no empreendedorismo: Olga Amorim.*

*Conheça um pouco da história das hortas comunitárias e os seus benefícios não só para o ambiente como para o bem estar social. Trago um hino à "Mulher" em forma de poesia e com o Jorge Carrreira ficamos a saber o que é a Terapia Neuromuscular. Olhamos deslumbrados pela lente de Março Seiça, e aproveitamos as férias para dar um salto a Óbidos ou se não tiver medo do frio propomos uma viagem pelas Highlands. Ainda temos tempo para aprender a falar melhor português e a saber mais sobre criptoativos. Fechamos com a aprovação do O.E. 2024. Deixamos o habitual agradecimento a todos os colaboradores, entrevistados, equipa interna e leitores. Todos dão o seu contributo para que este projeto editorial cresça e faça a cada edição um melhor trabalho.*

*Da minha parte, desejo-vos boas leituras e umas boas festas. Até 2024!*



Gilda Pereira  
Diretora Adjunta

AILD

# Remessas

## O que são e qual a sua importância para Portugal?

As remessas de um país são rendimentos transferidos pelos trabalhadores que nele residem para as suas famílias residentes noutro país. Para muitos países as remessas representam uma importante fonte de rendimento para as famílias, potenciando o crescimento e o desenvolvimento, contribuindo ainda positivamente para as contas externas do país.

Tratando-se de transações entre residentes e não residentes, as remessas são registadas na balança de pagamentos. Cada país regista tanto o recebimento como o pagamento de remessas. No caso da balança de pagamentos portuguesa, Portugal recebe remessas quando um emigrante português, a trabalhar no estrangeiro, envia remessas para a família que reside em Portugal, correspondendo a um crédito da balança de rendimento secundário; por outro lado, Portugal envia remessas quando um imigrante envia remessas para a família que reside no estrangeiro, correspondendo a um débito da balança de rendimento secundário. No caso concreto de Portugal, as remessas de emigrantes têm uma forte influência na economia portuguesa, sendo superiores às remessas de imigrantes, apesar destas terem vindo a registar uma subida.

Os dados do Banco de Portugal

mostram que os emigrantes portugueses enviam regularmente remessas para as suas famílias, que além do impacto na economia, permite ainda manter uma forte ligação com o país.

Em 2021, Portugal foi o segundo país da União Europeia que apresentou o valor mais elevado de remessas recebidas. Os emigrantes portugueses residentes em França, na Suíça e no Reino Unido são os que mais remessas enviam para Portugal, tendo significado em 2022 mais de metade das remessas recebidas pelas famílias portuguesas.

De acordo com os dados do Banco de Portugal, as remessas dos emigrantes caíram 1,6% em julho face ao período homólogo de 2022, descendo de 381,22 milhões de euros, em julho de 2022, para 375,13 milhões de euros, em julho deste ano. No entanto, o valor acumulado desde janeiro de 2023 é maior do que nos primeiros sete meses do ano passado, significando um aumento de cerca de 4% segundo dados oficiais.

De acordo com informação do Observatório da Emigração, as maiores remessas das comunidades portuguesas são de países onde há mais tempo existem mais emigrantes e não dos novos fluxos, protagonizados por jovens para quem o projeto emigratório

não passa por estas transações. Uma das principais motivações do envio de remessas é sobretudo o investimento ou empreendimento empresarial, incluindo também, o consumo pessoal. Esta realidade deve merecer por parte do governo português, mas também, das autarquias locais, uma preocupação, orientação e apoio ao investimento, pois, uma grande maioria procura investir nas suas terras de origem.

O governo português tem apresentado algumas medidas avulsas, como é o caso do programa “REGRESSAR”, o Programa Nacional de Apoio ao Investimento da Diáspora - PNAID, desenvolvido pelo Ministério dos Negócios Estrangeiros e pouco mais, existindo uma enorme desarticulação com os municípios e as autarquias locais, os principais interessados, em muitos casos uma excelente oportunidade para combater a desertificação e o desinvestimento no interior e territórios de baixa densidade.

A AILD lança o desafio aos municípios e autarquias locais para que conheçam e estabeleçam contacto com os seus emigrantes, aqueles que um dia partiram além-fronteiras, deixando para trás as suas origens à procura de uma vida melhor e que hoje conseguem enviar remessas para Portugal, com capacidade de investimento.

No mês de dezembro, a família torna-se o centro das festividades com muitas reuniões familiares, e por isso uns viajam para Portugal e outros para os países de acolhimento. Num ou outro lugar, à mesa encontramos também Portugal, bem como a presença do país de acolhimento para os pais e avós dos lusodescendentes, porque para estes últimos, na mesa encontramos a presença dos dois países de pertença. Nas festividades de Natal as crianças dão

sempre uma nota de alegria a estes dias, os adultos regozijam-se da reunião familiar, não esquecendo dos ausentes ou que já partiram, mas que continuam presentes nos seus corações. Neste período de paz em que celebramos o amor, a paz, a família, existem muitos lusodescendentes que são perseguidos em algumas partes do mundo, como em Myanmar e mais recentemente em Israel e em Gaza, tendo alguns sido mortos e/ou raptados. Esperamos que os

AILD

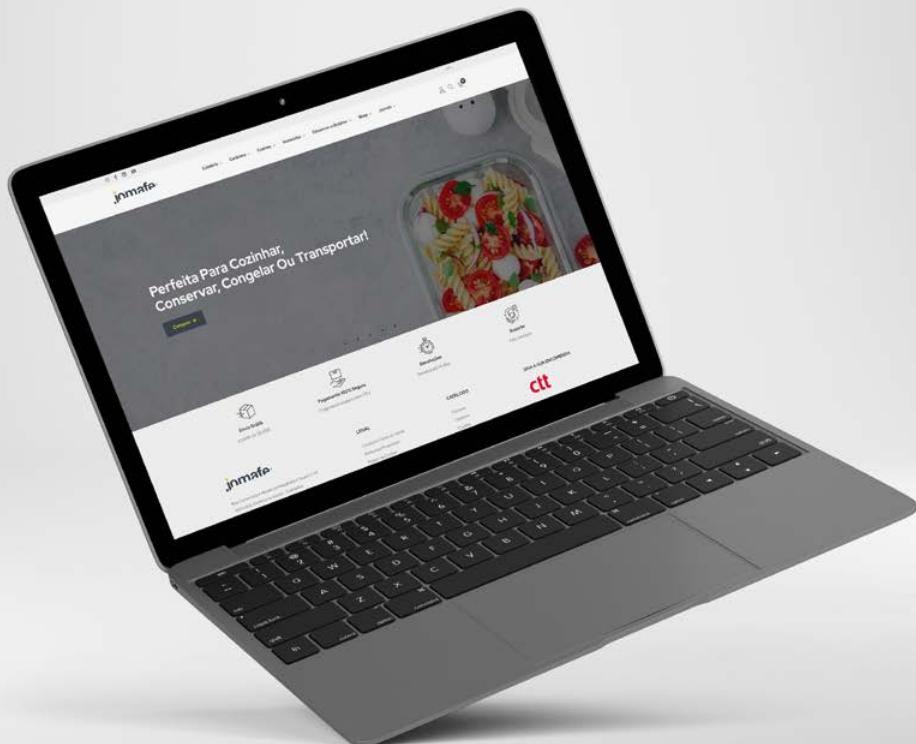
# Natal, reunião de famílias

terroristas não assassinem mais portugueses e que libertem os últimos portugueses que ainda estão em cativeiro para que se possam reunir com as suas famílias. Seria reconfortante que nas manifestações em Portugal sobre este conflito no médio Oriente, que todos, tanto os que estão a favor de uma parte ou de outra, gritassem a uma só voz a favor da libertação dos reféns portugueses, para que a situação

não durasse nem mais um minuto, no entanto, infelizmente, não temos sido testemunhas disso. Este ano, o número de associados da AILD tem mantido o crescimento, a nossa família torna-se cada vez mais numerosa. Uma boa sugestão para este Ano Novo, inscrever os seus amigos como associados na AILD. Estamos de portas abertas. Feliz Natal e um bom Ano Novo para todos os Aildenses!



Philippe Fernandes  
Presidente da AILD



| E M P R E S A A S S O C I A D A

# Jomafe

Como surgiu a Jomafe? Qual foi a motivação por trás da criação da empresa?

A Empresa foi fundada em 1976 pelo meu pai, José Maria Ferreira, aliás, são as iniciais do seu nome que dão origem à marca "Jomafe", surgindo da vontade de criar o seu próprio negócio, curiosamente, numa área completamente diferente da experiência que tinha até então. Anteriormente, trabalhava como comercial numa empresa de produtos alimentares, representando as principais marcas de mercearias finas e vinhos do porto. Contudo, a sua consciência ética o impediu, neste novo projeto, de atuar na mesma área da empresa anterior, uma vez que não achava correto fazer concorrência ao seu anterior patrão.

A nossa cidade, Guimarães, era e continua a ser, o principal centro produtivo de cutelarias de mesa. As principais empresas de "cookware" e acessórios de cozinha estavam também elas sediadas na região norte do país.

Com as sinergias produtivas da região, uma carrinha Be-

dford, a visão e determinação de um homem deu origem à criação da empresa. Para iniciar a atividade, começou por vender estes produtos em regiões do interior do país e cidades perto da fronteira de Espanha. Na verdade, alguns dos clientes da época continuam ainda hoje a trabalhar com a Jomafe. A estética e qualidade dos produtos e materiais, foram desde sempre uma preocupação, sendo este ADN, que se mantém, que permitiu um crescimento sustentável da marca nos diversos mercados onde atua. Desde há vários anos e como o administrador executivo, eu carrego esse legado sem me esquecer dos valores que estão subjacentes à história e criação da Jomafe.

Atualmente, quais são os principais serviços/produtos disponibilizados pela Jomafe e a quem se destinam?

Hoje, temos um cardex com mais de 3000 itens ativos, concentrados em 4 principais categorias: Cutelarias, loiças metálicas de forno de fogão, cerâmicas e acessórios de



**José Manuel Ferreira, administrador executivo Jomafe**

cozinha. Todos eles são distribuídos pelas principais empresas do segmento casa e decoração em diferentes países.

**Quais são as características distintivas da sua marca em comparação com outras empresas do mesmo ramo?**

Há várias empresas do setor, também elas, a fazer um excelente trabalho. Pode dizer-se distintas na medida em que cada uma tem a sua estratégia e o seu *modus operandi*. Nós temos os nossos próprios ADN, com a Missão, Visão e Valores sempre presentes. Uma atitude de compromissos é, também, imprescindível para o nosso sucesso. Compromisso com as pessoas, com a qualidade, com o ambiente e, acima de tudo, com os clientes. Costumamos dizer que não procuramos clientes para o nosso produto, mas sim produtos para os nossos clientes. Promovemos uma proximidade com os clientes de modo a não sermos apenas um mero fornecedor de artigos, mas um parceiro que colabora no desenvolvimento de soluções integradas. Por outras palavras, trabalhamos para cada cliente um alinhamento de marketing mix assente nos 4 Ps. Todo o trabalho de comunicação, promoção e estratégia de preços é

trabalhada com nossos clientes muito antes de receberem as encomendas. Este serviço integrado já era importante para a promoção de venda off-line, hoje, com e-commerce, diria que é imprescindível.

**Como é que o José Manuel Ferreira identifica e seleciona os fornecedores ou fabricantes dos produtos oferecidos pela Jomafe?**

Os fornecedores são parceiros da empresa que merecem toda a nossa atenção. Embora o processo seleção de fornecedores seja dinâmico, tendo em conta a própria evolução do mercado e o surgimento de novos materiais, prezamos pela previsibilidade e qualidade dos serviços e das matérias. Ainda temos fornecedores desde o início da nossa fundação. Tal como com os clientes, temos de estar alinhados com o propósito que nos une, o que significa disponibilizar ao consumidor a melhor opção para o posicionamento que atuamos.

É um trabalho conjunto entre todos os intervenientes da cadeia, na qual, obviamente, os fornecedores são um elemento importante.



**Quais foram os principais desafios que enfrentou e como os superou?**

Os desafios foram vários ao longo do nosso percurso, continuam e continuarão a surgir. Aliás, são esses desafios e sua superação, assim como os erros que cometemos, que nos fazem evoluir. Costumo dizer que erramos há quase 50 anos e é exatamente por isso que há quase cinco décadas que aprendemos com eles.

Relativamente à questão, diria que o principal desafio foi e continua a ser afirmar e fazer crescer uma marca de uma PME portuguesa no contexto global. É muito mais difícil para uma empresa portuguesa empreender num mercado global do que uma empresa com o mercado doméstico de grande dimensão. É de notar que, salvo raras exceções, todas as grandes empresas do setor surgem em países onde o mercado doméstico tem uma dimensão expressiva, o que acaba por lhes permitir adquirir a “musculatura” suficiente para empreender fora de portas. No nosso caso, e na generalidade das empresas portuguesas, temos de ser muito mais criativos para atingir os mesmos objetivos.

**Trabalha com clientes fora de Portugal? Os produtos Jomafe estão presentes em que países?**

Atualmente vendemos para mais de 25 países. Nalguns com vendas esporádicas, noutras de forma mais regular.

**Quais os principais planos de expansão ou novos produtos que a empresa tem para o futuro?**

Pretendemos crescer de forma orgânica, abordar novos mercados e consolidar onde já estamos presentes. Temos empresas juridicamente constituídas em diferentes países: Portugal, Brasil e Reino Unido. Estamos neste momento a estudar a constituição da Jomafe USA.

Esta diversificação geográfica ocorre por diferentes razões, mas a proximidade local tem-se revelado uma importante valia na nossa operação. Além de procurar crescer onde já estamos, o novo projeto, Jomafe USA, será seguramente um importante desafio.

**Como sente a portugalidade? É um tema presente na sua empresa?**

É curioso que esta pergunta, há uns anos, certamente teria uma resposta diferente. Embora a portugalidade estivesse presente nas empresas, era afirmado de forma mais tímida. Hoje, afirma-se esta portugalidade com orgulho.



Nos últimos anos, diversos setores da atividade empresarial, associativa e governamental tem feito um excelente trabalho na promoção de Portugal. Destaco o papel do turismo e de diversos setores empresariais que muito tem contribuído para uma notoriedade positiva do país.

De facto, temos vindo a sentir uma recetividade muito grande por parte dos consumidores estrangeiros por marcas e artigos portugueses. Muitos dos nossos clientes fazem questão que se coloquem nos nossos produtos o "Made In" ou "Designed In" Portugal.

Hoje, Portugal é considerado um país "sexy", e esta uma onda que faz todo o sentido surfar.

#### A internacionalização é importante para o futuro da Jomafe?

Neste momento, diria que é crucial. As oportunidades de mercado que surgem com a internacionalização criam um círculo virtuoso que melhora a performance das empresas. Diria que a internacionalização é estratégica para a empresa e, por essa razão temos feito um esforço nesse sentido. Permite crescer, mitigar o risco, eficiência além do mercado doméstico e economias de escala. Atualmente, o mercado externo está a contribuir para melhorar a "musculatura" económica e uma melhor percepção de marca Jomafe.

**A AILD está a criar uma rede internacional de pessoas que se vão poder interligar e colaborar entre si. Como vê este projeto e quais as vossas expectativas?**

Parece-me um excelente projeto.

Tive oportunidade de estar presente no lançamento da AILD, em São Paulo, no Brasil. Na altura, referi, e reafirmei, que a associação tem um potencial incrível.

O fato de ser uma associação internacional, presente em vários países, acaba por adquirir essa grande vantagem, promover a interação entre pessoas de diferentes geografias. Não tenho dúvidas que a AILD será muito bem sucedida neste propósito.

**Que palavras deixaria sobre a AILD aos empresários que irão ler esta entrevista relativamente a esta plataforma global?**

Vivemos num mundo cada vez mais globalizado. Quanto maior for a nossa rede, maiores serão as possibilidades de interação com pessoas que partilham os mesmos interesses. Se a AILD, muito meritoriamente, se propõe a criar uma plataforma à escala global, o que teremos a perder? Na minha opinião, todos teremos a ganhar. Parabéns pela iniciativa.



**João Vieira**  
Diretor Geral AILD - Negócios & Empresas



# GRANDE ENTREVISTA

FUNDADOR E DIRETOR EXECUTIVO DA AILD

## JOSÉ GOVERNO

*Professor, gestor, político, fundador e diretor executivo da Associação Internacional dos Lusodescendentes, com uma vida sempre muito agitada, cheia de projetos e desafios, tendo tido uma experiência política no gabinete da presidência da Câmara Municipal de Moimenta da Beira, e mais tarde uma marcante passagem pelo Governo, na Secretaria de Estado das Autarquias Locais e no Ministério dos Negócios Estrangeiros, o que lhe permitiu estreitar relações de proximidade com as Comunidades Portuguesas espalhadas pelo mundo, acompanhando de perto a política externa e internacional, proximidade que continua a manter até à data.*





© Vieiras Foto

**Nasceu em Provins - França no ano de 1975. Hoje é o Diretor Geral da Santa Casa da Misericórdia de Sernancelhe. Deixando os ofícios e posições de lado, quem é José Governo?**

É sempre um exercício difícil de falarmos de nós próprios, mas a idade, a experiência e a maturidade, permite-nos atenuar um pouco a dificuldade de fazer este exercício. Sou uma pessoa compenetrada e de bem com a vida, que gosta de viver, de se sentir útil e sempre com vontade de abraçar novos desafios e projetos. Mas, considero-me ser acima de tudo, uma pessoa que valoriza muito o lado humano e afetivo, colocando os valores da família, o papel de pai, marido, amigo, num patamar de excelência e de prioridades. Com a ainda recente perda do meu pai, estas prioridades passaram

a ter uma dimensão ainda maior na minha vida, passando inclusivamente, a desprezar cada vez mais o lado material. Atraem-me pessoas positivas, de sorriso fácil, bem-dispostas, de bem com a vida, com princípios e valores morais e humanos como orientação de vida. Não é por acaso que aceitei este desafio e a difícil missão de ser o Diretor Geral da Santa Casa da Misericórdia de Sernancelhe, trabalhar na área social, gerir uma instituição com dificuldades financeiras e de tesouraria, mas sentindo todos os dias estar a dar um pouco de mim por quem mais precisa, sentindo as imensas dificuldades do setor, mas sobretudo, o maravilhoso que é podemos contribuir para conquistar e alimentar sorrisos, assegurar o bem-estar, muitas vezes de pessoas abandonadas pela família e pela sociedade.





Tem um percurso de vida muito ligado às Comunidades portuguesas. De onde surgiu esse apelo e quais os momentos mais marcantes no seu percurso junto dos portugueses expatriados?

O facto de ser lusodescendente terá com certeza contribuído para esta minha maior sensibilidade e ligação às Comunidades Portuguesas, conhecendo a história da emigração portuguesa, as dificuldades, mas também, as virtualidades. No entanto, tive a sorte e o privilégio de ter sido convidado pelo Secretário de Estado das Comunidades Portuguesas da altura, Dr. José Cesário, uma pessoa que conhece como ninguém esta área, para com ele exercer funções no governo, e com quem aprendi imenso, permitindo-me ainda conhecer, aprofundar e contactar de perto com as várias realidades das Comunidades Portuguesas espalhadas pelo mundo. Esta experiência foi sem dúvida um dos momentos mais marcantes no meu percurso político e das Comunidades Portuguesas, onde vivi momentos de enorme intensidade e emoções junto dos portugueses além fronteiras, estabelecendo contactos com associações, com empresas, luso-eleitos, professores da rede do ensino de português no estrangeiro, diplomatas, e com pessoas extraordinárias que tive oportunidade de conhecer, permitindo-me hoje ter uma visão muito próxima da realidade das Comunidades Portuguesas. No final de 2019, um outro momento marcante, continuou a manter-me ligado às Comunidades Portuguesas espalhadas pelo mundo, a criação da Associação Internacional dos Lusodescendentes, da qual sou orgulhosamente um dos fundadores e diretor executivo.

No período em que esteve no Governo, esteve envolvido em várias iniciativas com o objetivo claro de aproximar os portugueses que vivem fora de Portugal daqueles que residem no país. Pedíamos que nos fizesse o destaque de alguns desses projetos.

Existem muitos momentos que me marcaram em tantos projetos e iniciativas políticas que fizemos em prol das comunidades portuguesas, mas destacava o projeto dos Encontros Mundiais de Formação de Dirigentes Associativos da Diáspora, ao qual o Secretário de Estado das Comunidades Portuguesas depositou em mim a confiança e a responsabilidade

de coordenar o projeto, tendo-se realizado 4 edições, trazendo dirigentes associativos dos 4 cantos do mundo a Portugal, para durante 3 dias terem formação associativa, conhecer Portugal e aproximar estes dirigentes associativos de Portugal. Este projeto teve como parceiro a Confraria dos Saberes e Sabores da Beira – Grão Vasco, da qual destaco o meu amigo, prof. José Ernesto, que lidera a Confraria mais internacional de Portugal. Outro projeto que me marcou imenso, foi a necessária reestruturação da rede do ensino de português no estrangeiro, onde se impunha a necessidade de reduzir o número de professores da rede, ajustando-a à realidade, mas também, introduzir outros fatores de qualidade, como foi o caso da certificação.

Em finais de 2019 nasce a AILD – Associação Internacional dos Lusodescendentes, da qual é um dos fundadores. Como surgiu a ideia de criar uma associação de lusodescendentes e quais os principais objetivos?

Esta associação surgiu através de um grupo de lusodescendentes que foi falando desta realidade e condição de ser-se lusodescendente, e a existência de um vazio e um espaço/oportunidade de ação e intervenção junto dos lusodescendentes de cá e de lá e emigração em geral. No final de 2019, passamos das ideias e intenções aos atos, criando e fazendo nascer a Associação Internacional dos Lusodescendentes – AILD, destacando a existência de um núcleo que foi determinante para esse momento e para tudo o que tem vindo a acontecer, que é o Phillip Fernandes, presidente da direção, o Jorge Vilela, a Cristina Passas, a Gilda Pereira e eu próprio.

A AILD pretende trabalhar para a divulgação da vivência da lusofonia e cultura portuguesa, identificação, união e representação de todos os lusodescendentes, representação e defesa dos legítimos interesses e direitos dos mesmos, desenvolvimento de um espírito de solidariedade e apoio recíproco entre os seus membros e associados, realização de ações, estudos e publicações que visem promover soluções coletivas em questões de interesse geral ou de interesse setorial, estruturação de serviços executivos e serviços de apoio, com capacidade de assessoria e de dinamização de assuntos de natureza de integração económica, tecnológica, social, for-



© Vieiras Foto

mativa e informativa, qualificativa, associativa e de aconselhamento aos associados e instituições públicas. Acrescenta-se, ainda, o objetivo de envolver os portugueses de cá e de lá, aproximando-os, criando empatia, laços e redes de contacto. Torna-se cada vez mais importante promover ações e planos estratégicos, políticas, práticas e iniciativas, potenciadoras da proximidade às nossas comunidades portuguesas, permitindo e estimulando a construção de uma cadeia de valor. A AILD quer ser um veículo aglutinador, promotor de parcerias e aberto a todos os que se queiram associar, e estamos a dar frutos nesse sentido, já com muitas ações e objetivos alcançados.

**Que balanço faz destes quase 4 anos de atividade da associação?**

Como referi anteriormente, estamos a dar frutos naqueles que eram e são os nossos propósitos, já com muitas ações, metas e objetivos alcançados, o que nos motiva naturalmente, a continuar. É portanto, um balanço de 4 anos muito po-

sitivo, que está efetivamente a valer a pena, num caminho difícil, com muitas adversidades e dificuldades, mas que é compensado com todos os ganhos coletivos que temos conseguido. O objetivo da aproximação das Comunidades Portuguesas a Portugal está claramente alcançado quando temos uma associação constituída maioritariamente por membros de associações e por lusodescendentes residentes nas Comunidades Portuguesas espalhadas pelo mundo, reunindo religiosamente online todos os meses. Temos trazido para a AILD o melhor de cada um de nós e colocado ao dispor do coletivo, criando um conjunto de ações, iniciativas e projetos de enorme interesse e sucesso. A AILD não nasceu para ser apenas mais uma associação, pois, ambicionamos que seja uma referência no movimento associativo das comunidades portuguesas, pelo seu carácter e objetivos de se abrir aos outros, mas, também, porque este núcleo de pessoas, os fundadores, são todos pessoas jovens, com a sua vida, o seu percurso, em áreas diferenciadas, com conhecimentos práticos e teóricos dos lusodescendentes e das nossas comunidades portuguesas, gente que respeita a pluralidade das ideias e opiniões,



© Vieiras Foto

pessoas com coração, com humildade, com enorme sentido de solidariedade, amizade, cooperação e respeito. E, portanto, tem sido um grupo que tem estado a funcionar de uma forma incrível, onde todos os dias nos surpreendemos uns com os outros pelos bons motivos. Temos desenvolvido importantes ações, projetos e iniciativas de que destaco alguns: As “Obras de Capa”, que fazem a capa de cada edição da Descendências Magazine, feitas por artistas plásticos das comunidades portuguesas e que a cada ano, a cada 12 edições dá origem a uma nova exposição de “Obras de Capa”, que inicia sempre na sala de exposições do Instituto Camões, enquanto exposição residente, através de uma parceria estabelecida com este organismo público, circulando depois fisicamente pelo mundo, pelas comunidades portuguesas; “Obrigado e Boa Viagem”, já vai na segunda edição, que pretende no final do Verão e das férias marcar simbolicamente presença na fronteira de Vilar Formoso, desejando “Boa Viagem” aos portugueses que regressam ao seu quotidiano além-fronteiras, e ao mesmo tempo “agradecer” a sua vinda a Portugal, por toda a importân-

cia e simbolismo que representa, sendo esta ação realizada em parceria com a autarquia de Almeida, com a GNR local, as Infraestruturas de Portugal, e com empresas privadas que partilham os seus produtos de marca portuguesa para distribuir aos nossos concidadãos, como é o caso da marca “Saborosa”; “Literanto”, um projeto de promoção da língua portuguesa dinamizado pela Sara Nogueira em França, e que tem sido um enorme sucesso; “Colóquios temáticos” sobre a emigração, a lusodescendência e outros temas de interesse nesta área. Destacar ainda que alguns dos dirigentes das delegações da AILD, são escritores e investigadores que têm lançado vários livros e criadas várias obras de arte, como é o caso da Gabriela Trindade do Reino Unido (também ela com um projeto muito importante para a língua portuguesa - Portuguese in Translation Book Club); do Nuno Gomes Garcia de França; do Joaquim Magalhães de Castro, da Ásia; do Ismaël Sequeira de São Tomé, da EriKa Jâmece, de Angola, entre outros, e que têm sido promotores diretos da língua, da arte e da cultura portuguesa, e que muito orgulha a AILD.



© Vieiras Foto

Estabeleceram várias parcerias, no entanto na sua maioria as entidades protocoladas estão sediadas em Portugal. Ainda existe alguma resistência por parte dos movimentos associativos fora do território nacional em juntarem sinergias?

Essa é sem dúvida uma particularidade que nos diferencia das demais associações, pois, somos uma associação sempre com a porta aberta para todos, para estabelecer relações de parceria e cooperação, pois, o nosso lema, citando *Clarisso Lispector*, em algo que é determinante para o nosso sucesso: “Sozinhos vamos mais rápido. Juntos vamos mais longe.”. E tem sido esse o nosso lema, que por ser diferente cria des-

confiança e resistência. Temos estabelecido parcerias com associações, com autarquias, com empresas, com entidades, como por exemplo o Instituto Camões, ou o Observatório da Emigração, o único observatório que tem realmente desenvolvido trabalho de investigação sobre os lusodescendentes e sobre a emigração em geral, com dados concretos e extremamente importantes para a definição da estratégia política em matéria de emigração. Temos, também, uma parceria e relação estreita com a própria “Descendências Magazine”, que tem sido de enorme importância no nosso percurso. Esta nossa diferença, tem efetivamente ajudado a quebrar muros e resistências que ainda vão existindo por parte dos movi-



© Vieiras Foto

mentos associativos fora do território nacional em juntarem sinergias, onde não percebendo os ganhos que existem em trabalhar estas mesmas sinergias. Mas dava um exemplo concreto dessas resistências que ainda existem, a Descendências Magazine, em articulação com a AILD, lançamos o desafio e o convite aos órgãos de comunicação social das Comunidades Portuguesas para colaborarem connosco, nomeadamente, para divulgar esses mesmos órgãos na revista Descendências Magazine, que seria no fundo promover o trabalho que desenvolvem nos países de acolhimento e também como forma de promoção da língua e cultura portuguesa, mas muito poucos responderam afirmativamente, exceção por exemplo do Lusojornal, pois, a maioria nem sequer respondeu. Esta dimensão da cooperação e pluralidade, não só enriquece a estrutura, como tem sido responsável pelos resultados e dinâmicas que temos conseguido conquistar em tão pouco tempo e temos procurado passar esta mensagem.

**Tiveram algum apoio ao longo destes anos do Governo, nomeadamente da Secretaria de Estado das Comunidades ou da DGACCP?**

Desde o início que procuramos estabelecer contactos, relações de parcerias, de cooperação e colaboração institucional, em prol de objetivos comuns, ou seja, as comunidades portuguesas. Mas, tenho que ser franco e dizer que numa primeira fase, quer por parte da Secretaria de Estado das Comunidades Portuguesas, quer por parte da DGACCP, essa ligação e esse apoio não foram muito fáceis. No entanto, com a mudança da anterior Secretaria de Estado, com a existência de uma maior proximidade e um conhecimento mais efetivo do trabalho que temos vindo a realizar, as circunstâncias inverteram-se e passou a haver abertura, diálogo, parcerias, tal como ainda agora fomos convidados para participar ativamente no programa do próximo “ENCONTROS PNAID 2023”, que irá decorrer de 14 a 16 de dezembro, no Centro Cultural de Viana do Castelo, uma iniciativa que aplaudimos e que constitui “um farol para as centenas de empresários portugueses e lusodescendentes residentes no estrangeiro que queiram investir em Portugal. A AILD irá marcar presença com um stand próprio, onde teremos a apresentação da associação, mas também, a apresentação pública de livros de autores portugueses oriundos das Comunidades Portuguesas e dirigentes da AILD, pro-



© Vieiras Foto

movendo assim a língua e a cultura portuguesa. O exemplo ainda, do Instituto Camões, I.P. , uma estrutura que tem a superintendência do Ministério dos Negócios Estrangeiros e que tem por missão propor e executar a política de ensino e divulgação da língua e cultura portuguesas no estrangeiro, com quem temos tido uma excelente relação de parceria no que se refere ao nosso projeto das “Obras de Capa”.

Considero que a área e o tema das Comunidades Portuguesas é de todos e não é de ninguém, onde todos somos chamados a contribuir, e é um espaço de grandes oportunidades onde cabem todos, e o Governo tem o dever e a obrigação política de ser o primeiro a unir e a promover as sinergias vindas da sociedade civil, sejam elas organizadas ou individualmente, quando se trata de acrescentar valor em prol desta causa, e portanto, esta relação de apoio existe e a tendência será mes-

mo de evoluir, cumprindo-se este entendimento que tenho sobre esta questão e que nos deixa satisfeitos.

**A AILD e a Fundação AEP, vão lançar o primeiro encontro mundial dos Lusodescendentes. O que é o “Lusodescendências” e para quando está prevista a sua realização (sabendo que o local ainda não pode ser anunciado)?**

O “Lusodescendências” é um ambicioso projeto organizado pela AILD, com a co-organização da Fundação AEP, um parceiro com quem nos identificamos pela comunhão da mesma visão estratégica, e a criação de valor através do melhor das duas entidades, aquilo que chamamos de cooperação estratégica.O projeto tem dois objetivos concretos, em primeiro mostrar as potencialidades de Portugal enquanto País de



© Vieiras Foto

acolhimento ao nível económico, social e com destaque para a vertente turística, e em segundo lugar, identificar, premiar e reconhecer pessoas, projetos e iniciativas de sucesso desenvolvidas pelos lusodescendentes nas comunidades em que se inserem ou para o nosso País. Serão convidados os lusodescendentes de diferentes áreas profissionais, da arte à ciência e ao empreendedorismo, mas também Luso eleitos, destacando todos e cada um deles. Serão ainda desafiados, a poderem também, dar o seu contributo em soluções coletivas para as comunidades e para Portugal. No fundo, será despertar os lusodescendentes, o seu talento, as suas capacidades, a sua disponibilidade e o seu amor a Portugal, dando o seu contributo, apresentando ideias e soluções que possam ser potenciadas e apoiadas.

O Lusodescendências – Encontro Mundial dos Lusodescendentes, sublinha o compromisso da AILD e da Fundação AEP na importância de se estabelecerem relações de proximidade entre os lusodescendentes e Portugal. O Lusodescendências, terá um programa amplo onde haverá um espaço de encontros de negócios promocionais, espaços culturais e ani-

mação, atribuição de prémios de mérito e reconhecimento, realização de uma noite de gala, e a promoção dos espaços e território onde ocorrerá o evento.

Já não foi possível implementar para este ano de 2023, porque estava inicialmente previsto avançar através de um programa financiado pelo Turismo de Portugal, mas depois, acabou por rumar noutro sentido, mas irá acontecer no segundo semestre de 2024.

*Um dos grandes projetos da associação é a sua internacionalização. Fale-nos um pouco desta ação e das delegações que já foram abertas.*

Esta nossa atitude, oriunda do nosso código genético de trabalhar em parceria, em cooperação, trouxe-nos um “problema bom” – a necessidade de crescer, a necessidade de encontrar uma solução que permitisse envolver mais pessoas, envolver mais lusodescendentes, que permitisse envolver de forma mais ativa Portugal e as comunidades portuguesas pelo mundo, que permitisse mais facilmente alcançar os nossos



© Vieiras Foto

objetivos enquanto Associação Internacional dos Lusodescendentes. Não só encontramos a solução para o problema, como já a estamos a implementar, e que veio revolucionar o conceito e a dimensão associativa. A partir da AILD-mãe, sediada em Portugal, estamos a criar delegações da AILD em diversos países do mundo, da Europa e Fora da Europa, algumas já constituídas e outras em fase de constituição, cujas estruturas são dirigidas pelos próprios residentes dos diversos países, em articulação com a estrutura mãe em Portugal. Temos neste momento já criadas as delegações da AILD de França, tendo como Diretora geral a Leocádia Dias; o escritor e investigador Joaquim Magalhães, o coordenador geral para a Ásia/Pacífico, já promoveu a criação da AILD de Hong Kong, sendo o Diretor geral o Patrick Rozario; do Brasil, tendo como Diretora geral a Gislaine Carrijo; do Reino Unido, tendo como Diretora geral a Gabriela Trindade, estando outras delega-

ções a constituir-se e organizar-se, criando-se assim uma nova dinâmica espalhada pelo mundo, potenciando e dinamizando uma rede viva das Comunidades Portuguesas, em contacto direto e permanente com Portugal.

**A associação tem marcado a sua agenda em diversos projetos culturais, mas também em iniciativas de carácter científico e outras de ação social. Recentemente tiveram uma intervenção pública, relacionada com a comunidade lusodescendente do Myanmar, os bayingyis. Do que se trata?**

Foi com profunda consternação que a Associação Internacional dos Lusodescendentes veio tomado conhecimento das atrocidades cometidas pela Junta Militar de Myanmar (desde o Golpe de Estado de 01 de fevereiro de 2021) contra a minoria católica lusodescendente, os Bayingyis, que totaliza



© Vieiras Foto

várias dezenas de milhares de pessoas. A Associação Internacional dos Lusodescendentes está a acompanhar os desenvolvimentos desta barbárie através do Joaquim Magalhães de Castro, Director-Geral da AILD para a Ásia/Pacífico, que conhece bem esta comunidade e há décadas tem vindo a divulgar a sua existência, seja com artigos publicados nos media, livros, documentários ou exposições fotográficas. Urge agora alertar as nossas entidades públicas e a comunidade internacional para as atrocidades cometidas e tomar as medidas necessárias para tentar travar o processo genocida em curso. Além das posições públicas já tomadas, já alertamos o Governo português, já fizemos chegar o assunto à Assembleia da República, por forma a que estes lusodescendentes possam ter igual tratamento enquanto descendentes portugueses. Mas estamos também sensíveis e solidários com as vítimas da guerra da invasão Russa à Ucrânia, e mais recentemente do bárbaro ataque do Hamas a inocentes Israelitas, dando

origem ao conflito armado entre Israel e o Hamas, ao qual temos vindo a tomar posições públicas em defesa das vítimas inocentes e de repúdio a estes ataques.

*Lançaram em 2022 um concurso literário que este ano passou as fronteiras da portugalidade para se abrir ao mundo da lusofonia. Quais os objetivos deste concurso que já está na II edição, e quando vão ser anunciados os vencedores?*

Sendo as crianças e os jovens lusófonos a viverem fora dos países onde se fala português um dos principais pilares do nosso idioma comum e os principais embaixadores da(s) nossa(s) cultura(s) no estrangeiro, a AILD, e a LEYA, nosso parceiro deste projeto, sempre preocupadas com a promoção da língua e da cultura lusófona, lançamos já a 2ª edição do Concurso Literário “As minhas Férias...” que este ano visa homenagear o BRASIL, o quinto maior país do mundo. Um

evento que visa fomentar a criatividade literária e a escrita em português dos jovens a viverem fora do país de origem familiar. Nesta iniciativa destacava também, a “Maison du Portugal”, em Paris – França, que foi o palco para receber a entrega do prémio da primeira edição, e a “Casa das Rosas”, em S. Paulo – Brasil, que recebeu também, a entrega do prémio de uma das vencedoras do concurso, uma lusodescendente brasileira. Em data oportuna será agendada a entrega dos prémios 2023 que será presencial, tal como aconteceu na primeira edição.

**Continuamos a assistir ao descontentamento por parte das comunidades portuguesas dos constrangimentos existentes nos postos consulares. Que soluções acha que têm faltado para resolver este problema?**

Penso que deve existir uma preocupação permanente na melhoria destes serviços públicos, e na própria organização de toda a rede consular, que precisa de ser reestruturada, indo de encontro aos novos fluxos migratórios e à evolução demográfica das próprias Comunidades, tal como defende o próprio Conselho das Comunidades Portuguesas. É preciso dotar os postos consulares de meios humanos, financeiros e tecnológicos necessários e adequados às necessidades das Comunidades Portuguesas, alargando a novas e diversificadas soluções, nomeadamente, soluções digitais e de atendimento à distância, procurando trazer celeridade, eficiência, eficácia e satisfação para os utentes.

**Depois da experiência tida nas políticas desenvolvidas ao nível do ensino do português no estrangeiro, como olha hoje para esta política de promoção da língua portuguesa?**

Em primeiro lugar é preciso continuar a trabalhar para, não só aumentar o número de alunos, como também para nego-

ciar a presença do ensino da nossa língua nos vários sistemas de ensino no estrangeiro, nos respetivos currículos de estudos. Tem sido uma batalha difícil, mas que progressivamente tem havido alguns resultados positivos, de que dependem as boas relações bilaterais entre Portugal e o país de acolhimento. À semelhança das soluções apontadas para a melhoria do funcionamento consular, também, no ensino de português no estrangeiro é importante diversificar e modernizar a oferta, também, com novas soluções digitais, modelos presenciais mas também, online, por forma a consolidar o ensino de português no estrangeiro.

**O Conselho das Comunidades Portuguesas – CCP, no passado dia 26 de novembro elegeu os seus novos conselheiros nos diferentes círculos eleitorais no mundo. Considera este órgão e esta estrutura importante e relevante para Portugal e para a estratégia da política externa e das Comunidades Portuguesas?**

Sim, sem dúvida, é um importante órgão de consulta do Governo para as políticas relativas à emigração e às comunidades portuguesas no estrangeiro, com a virtualidade de ser constituído por diferentes conselheiros locais residentes em diferentes círculos eleitorais nos diferentes países do mundo onde as Comunidades Portuguesas têm presença. E é por nós considerado de tal forma importante, que desde o nascimento da “Descendências Magazine”, foi criado um espaço de intervenção do CCP em cada edição da revista, promovendo a liberdade de pensamento deste órgão através dos artigos que vão escrevendo, dando a conhecer a sua ação e pensamento estratégico em cada momento. No entanto, considero que o CCP deveria ser dotado de mais meios e com uma maior proximidade ao governo, por forma a poder exercer com mais eficácia o seu papel de emitir pareceres, apresentar propostas, recomendações e respostas concretas ao governo,





© Vieiras Foto

em prol das Comunidades Portuguesas, que localmente, conhecem e vivem a realidade. Mas acrescentar ainda, que os conselheiros têm e devem ter um papel e responsabilidade de enorme importância, pois, são conselheiros eleitos nos seus círculos de residência, e portanto, conhecem a realidade local, que deve fazer eco junto do governo, além do papel interventivo que podem ter junto da comunidade portuguesa ali residente.

**Sabemos da sua paixão pela política. Pensa em regressar a um papel mais ativo e interventivo junto das Comunidades Portuguesas, área que reconhecidamente domina?**

Efetivamente, desde muito cedo, nutro paixão pela política. Tenho nos últimos anos feito uma paragem na política ativa, fruto de algum desencanto com alguns políticos que apenas gravitam na política apenas para a sua sobrevivência política, sem nunca terem o objetivo de exercer a verdadeira essência da política, que é a resolução dos problemas das pessoas, dos territórios, do bem comum e coletivo. Conheço gente na

política, que outrora apelidei de “amigo”, que continuam até hoje na política sem nenhuma ideia, sem conteúdo, sem projetos, mas apenas agarrados à sobrevivência política, sempre com truques e esquemas, onde vale tudo, mesmo pisar ou trair o amigo. No momento que me afastei da política ativa, senti o que outrora outros já sentiram e partilharam comigo, que não somos nós que somos importantes, mas sim o lugar que ocupamos em determinado momento, e no que podemos eventualmente ser úteis a alguém. Quando penso no exercício de funções políticas há duas frases inspiradoras de Francisco Sá Carneiro nas quais me revejo plenamente e espelham a minha forma de estar na política e na vida: “A política sem risco é uma chatice, mas sem ética é uma vergonha”, “...a honra é a bússula dos homens de bem...”. Considero que o meu afastamento foi de enorme importância, pois, permitiu-me fazer uma reflexão profunda, olhar outras perspetivas, compreender melhor o mundo, a sociedade, as pessoas e sobretudo, compreender que a nossa participação na política deve ser uma missão e não uma profissão. Esta paragem ou interregno, teve ainda outras importantes virtualidades,



© Vieiras Foto

pois, permitiu-me, de novo, maior proximidade e disponibilidade à família, aos amigos e a projetos que tinham ficado para trás.

Mas respondendo à pergunta, de facto a área das Comunidades Portuguesas é uma área política que me fascina e à qual não me consigo desligar, por tudo aquilo que ela representa e de tantos amigos que tive o privilégio de conhecer e manter ao longo destes anos. Não quero fazer futurologia, nem dizer que não regressarei à política ativa, mas para já no imediato não está nos meus planos, mas vou acompanhando de perto enquanto cidadão ativo e intervintivo, com direitos e deveres. As Comunidades Portuguesas têm hoje um alcance extraordinário no mundo, um ativo que pode e deve ser cada vez mais aproveitado em Portugal, a vários níveis, destacando o investimento e o desenvolvimento dos territórios do interior e de baixa densidade, onde é urgente um envolvimento estratégico entre o poder central e o poder local, criando sinergias e plataformas estratégicas de ação em prol de uma maior coesão territorial. Não acho hoje aceitável, que os municípios não tenham um mapeamento do seus emigrantes e lusodescendentes, não tenham contacto, ações e políticas concretas com estes municípios que um dia deixaram o território e partiram além-fronteiras. Até a este nível é preciso pôr os poderes executivos, sejam centrais ou locais, a trabalharem em sintonia, a conseguirem conversar e alcançarem entendimentos por forma a conquistar novos resultados, sobrepon-

do o interesse coletivo e das pessoas, ao interesse partidário. É isso que os cidadãos esperam dos políticos, e neste quadro de campanha eleitoral que se avizinha vamos continuar a assistir às promessas eleitoralistas, aos populismos, às soluções milagrosas, que costumam surgir nestas alturas. Cada vez mais precisamos de líderes e políticos no ativo que sejam uma referência de confiança, honestidade, seriedade, empenho e serviço de missão para os cargos que lhes são confiados, com o claro espírito de governar para as gerações, para a resolução dos problemas das pessoas e dos territórios, e não para eleições. É deste lado dos políticos que estou, e se um dia regressar será sempre para desafios onde possa colocar este espírito e esta postura, seja nas Comunidades Portuguesas, seja no poder local, seja outros desafios que impliquem a vida dos outros. Tenho hoje a noção que o meu regresso à participação ativa na política, daria um contributo mais efetivo, onde humildemente acrescentaria valor, não só pelos motivos acima enumerados, mas porque transportaria para a política o conhecimento e a experiência da verdadeira realidade da vida dos portugueses, nas mais variadas áreas da sociedade, pois, a política, é disso que se trata, e muitos políticos, desconhecem essa realidade e fazem política a partir dos gabinetes preocupados apenas com os soundbites, com as sondagens, com os likes e a sua popularidade, quando na verdade, o que tem que ser popular são as políticas, as ações, as medidas e o impacto dos resultados, e não os políticos.



DE VOLTAR PARA CASA.



**Portugal tem vários apoios para o seu regresso:**

- Redução de 50% no IRS nos primeiros 5 anos;
- Apoio adicional para custos de viagem e transporte de bens;
- Apoio financeiro para emigrantes e familiares que regressem para trabalhar em Portugal Continental;
- Majoração de 25% para quem trabalhe no interior;
- Vagas especiais para acesso ao ensino superior.

ESTÁ NA HORA DE VOAR  
DE REGRESSO A CASA



Linha de Apoio: [+351] 300 088 000 | Whatsapp e Skype: [+351] 965 723 280  
[info@programaregressar.gov.pt](mailto:info@programaregressar.gov.pt)





Audiência com o Rei Carl XVI Gustaf no Palácio de Estocolmo | © Kungl. Hovstaterna, foto Sanna Argus Tirén

| D I P L O M A C I A

# Um aperto de mão

Assumir a chefia de uma Embaixada pela primeira vez foi, em larga medida, o desafio que esperava encontrar quando cheguei a Estocolmo em agosto de 2020.

Mas houve um fator novo, a pandemia, que constituiu sem dúvida um desafio adicional, e cujo impacto me levou a valorizar o elemento do contacto pessoal na diplomacia.

A pandemia trouxe algumas diferenças ao início de funções e aos primeiros vinte meses de atividade. O figurino da minha apresentação de credenciais, assim como de outros 40 colegas Embaixadores que chegaram a Estocolmo entre abril de 2020 e janeiro de 2022, não seguiu a forma tradicional, que, na Suécia, é realmente especial, a começar pela saída em coche do Minis-

tério dos Negócios Estrangeiros até ao Palácio Real. Para todos nós, e com o conhecido pragmatismo escandinavo, bastaram dois breves encontros com a Chefe do Protocolo no Ministério dos Negócios Estrangeiros para ficarmos devidamente habilitados a agir como Embaixadores na Suécia. No meu caso, fui recebida pelo Rei Carlos XVI Gustavo quase três meses depois de chegar, mas

este intervalo de tempo foi variável em função das vagas e variantes da COVID-19.

Na Letónia, onde sou Embaixadora de Portugal não residente, apresentei credenciais ao Presidente da República Egils Levits por videoconferência, meio que se converteu no “novo normal” para a comunicação entre todos nós, e que fez a sua entrada até nas situações mais formais da diplomacia. Mas a principal diferença foi no obstáculo natural que a pandemia criou ao estabelecimento da rede pessoal de contactos em que assenta o trabalho de um diplomata colocado em posto, e que é especialmente relevante na função de Embaixador/a. Não só uma primeira conversa de apresentação não tem grande sentido por videoconferência (ao contrário de contactos subsequentes que, nalguns casos, podem até ser mais produtivos por este meio), como desapareceram, durante quase dois anos, os eventos institucionais, culturais e sociais em que o corpo diplomático participa. E, contrariamente ao mito popular da “diplomacia do croquete” como uma atividade ociosa, estes eventos são excelentes instrumentos de trabalho e têm uma grande utilidade profissional, sobretudo para

um recém-chegado a uma capital.

Apesar da Suécia ter sido um país em que a estratégia de gestão da pandemia foi um caso único, ao ponto de esta se ter convertido num tema absorvente de análise para a Embaixada, o comportamento das instituições públicas foi de cumprimento estrito das recomendações da Agência de Saúde Pública, e, se não fora pelo exercício da Presidência do Conselho da União Europeia que Portugal assumiu no primeiro semestre de 2021, o meu acesso inicial teria sido ainda mais limitado.

E quanto à Letónia, a “bolha” em que os três países bálticos se procuraram isolar levou a que a minha primeira deslocação a Riga apenas fosse possível em setembro de 2021, dificultando naturalmente ainda mais aquela que já é uma relação, por definição, à distância e em que os contactos pessoais são, por isso, intermitentes.

Atualmente, e após um ano de pós-pandemia, a comparação em número de contactos e de eventos para os quais recebemos convite é gritante, mas não deixa de ser curioso que ainda continue a experimentar ritos marcantes da Suécia, como a cerimónia de entrega dos Prémios Nobel no dia 10 de de-

zembro, a que assisti pela primeira vez no ano passado. Sendo que é sempre, de alguma forma, impossível recuperar o tempo perdido.

Desconheço se haverá já algum cientista social que se tenha debruçado sobre o impacto da pandemia no exercício da diplomacia e, indiretamente na evolução das relações internacionais durante este período, mas penso que se trata de uma matéria que valeria a pena estudar. Numa constatação muito empírica – e necessariamente pessoal – não há, para mim, dúvida de que a redução de contactos pessoais ou a sua substituição por meios indiretos prejudica a faculdade de apreender diretamente a realidade de uma sociedade e de criar as pontes que um Embaixador/a tem que estabelecer no país em que se encontra para desempenhar eficazmente a sua missão de promoção de Portugal, de estreitamento de laços bilaterais e de prestação de serviços consulares. Felizmente para mim, essa fase está agora ultrapassada e abriu-se um novo capítulo, muito mais interessante e rico, e em que procuro aplicar uma das lições aprendidas: nunca desperdiçar a oportunidade de um contacto que possa começar com um aperto de mão.



**Sara Martins**  
Embaixadora de Portugal em Estocolmo

CONSELHO DAS COMUNIDADES PORTUGUESAS

# História de Vida



A história que vou contar é a de uma emigrante que como todos os que emigram têm sempre aspetos interessantes e aventureiros no decorrer das suas vidas.

Nasceu no ano de 1953 numa aldeia chamada Pardilhó, pertencente ao Concelho de Estarreja, Distrito de Aveiro. Os seus pais, Álvaro e Nilda, assim se chamam, casaram muito jovens, a sua mãe tinha apenas 15 anos e o seu pai 19. Quando esta menina nasceu, a sua mãe tinha 19 anos e o seu pai 23. Tinham passado 4 anos da data do seu casamento. Quatro anos de luta e as dificuldades económicas continuavam a ser

muitas. As dívidas aumentavam e estes pais, que viviam com a avó materna de nome Cecília, viram a hipótese de emigrar para tentar assim, melhorar a sua condição de vida e poder oferecer à sua filha a vida que eles nunca tiveram em crianças e adolescentes. Destino? Venezuela. No entanto deviam tomar uma decisão difícil, teriam que emigrar sozinhos, sem a bebé, pois não havia condições para viajar com uma criança. E foi assim que tudo começou.

Partiram para a Venezuela no dia 1 de Setembro de 1954 com muitas esperanças e ilusões, mas com o coração destroçado

ao deixarem para trás a bebé com a Avó materna. Passaram quatro anos daquela despedida devastadora pois a vida nessa altura era muito difícil para quem emigrava. A.D. Nilda, lavava e passava a ferro para 13 homens que trabalhavam na construção. O seu ordenado? Davam-lhe a comida e a dormida. O Sr. Álvaro trabalhava primeiro na construção e depois conseguiu trabalho na sua arte, serralharia. Caminhava muitas vezes caminhava quilómetros para não gastar no autocarro. Foi assim que passado quatro anos a D. Nilda voltou a Portugal para pagar todas as dívidas que tinham deixado e abraçar aquela que deixou bebé e agora já tinha cinco aninhos. Lamentavelmente só havia dinheiro para pagar a passagem de um, assim que o pai, que nesse então tinha 28 anos, ficou a trabalhar. Sozinho, com 28 anos, numa cidade capitalista e cosmopolita como Caracas, e na flor da idade e da virilidade, o Sr. Álvaro perdeu o norte. Entretanto houve um golpe de estado e as coisas ainda se complicaram mais. Pouca correspondência, sem notícias, já lá iam oito meses desde que a D. Nilda chegara a Portugal. Foi então que a Avó Cila disse à filha que fosse e levasse a menina, que o pai ao ver a filha ia sentar cabeça. No entanto a Avó Cila teve a promessa que ao fim de um ano a menina voltaria para Portugal para começar a escola. Outra dor, agora a Avó Cila despedia não só a filha como também a netinha que tinha criado. Todas as crianças se adaptam rápido a novos ambientes se estão, naturalmente, rodeadas de amor. Tal foi este o caso, ainda que ao princípio foi difícil para esta menina conviver numa casa com um homem, que apesar de ser o seu pai, era um desconhecido.. No entanto foi um ano muito feliz, pois desfrutava do amor dos seus pais, que permaneceram juntos 68 anos, do seu avô paterno e do seu tio e padrinho . Todos viviam para fazê-la feliz, mas tal como tinha sido prometido, estava na altura da criança voltar para começar a escola. Outro duro golpe para estes pais, mas se para eles foi difícil, para esta menina não foi menos. Foi uma total confusão deixar esta nova família e a Venezuela sem perceber porquê, pois apenas tinha seis anos. Assim que entre confusa e contente, volta a menina para os braços da avó Cila sem imaginar a dor daqueles pais ao se separarem dela novamente. O ser humano é um animal de costumes e assim em pouco tempo, esta menina deixou de perguntar-se porque é que estava de volta. Começou a esco-

la primária e aceitou a mudança com naturalidade. Mas lamentavelmente outros problemas ainda mais graves viriam. A saúde desta criança começou a deteriorar rapidamente. Foi-lhe diagnosticado uma anomalia cardíaca severa desde o nascimento e somente agora era descoberta. Graças à ajuda da sua professora de primária, D. Celina, não perdeu nenhum ano. Depois de muitos exames o pronóstico foi devastador, a sua vida seria uma cadeira e uma cama. Esteve mesmo às portas da morte e os seus pais longe choravam lágrimas de sangue por saberem a gravidade e não poderem estar presentes. Passaram-se seis anos, uns melhores e outros piores, mas estava tudo bem até que os pais reclamaram a presença da menina junto deles porque as condições económicas melhoraram e queriam agora estar com ela e desfrutar da sua companhia. Esta decisão trouxe graves problemas, a avó não queria abdicar da neta e a neta não queria abdicar da avó, mas os progenitores tiveram a última palavra. Assim veio novamente para a Venezuela. Foram anos muito difíceis, anos de adaptação, anos de aprender a querer uns pais que lhe pediam a gritos somente que se deixasse querer, anos em que de ser a menina linda da escola, passou a ser uma mais num colégio gigante duma cidade capital donde foi vítima de bullying durante os primeiros anos e devido a isto tomou a decisão de rejeitar tudo o que tivesse a ver com Portugal. Assim passou a ter duas vidas diferentes : dentro de casa era portuguesa mas fora de casa ninguém iria dizer que essa era a sua nacionalidade, até a língua iria procurar esquecer. Ninguém mais se ia rir dela, do seu acento ao pronunciar as palavras em castelhano, nem professores nem as meninas do colégio. Assim foi como esta menina adotou o país de acolhimento como seu até aos dias de hoje. Com o tempo a Avó compreendeu que os pais tinham todo o direito de estar com a sua filha, pois não tinham abdicado dela por querer, mas sim porque a vida assim lhes exigiu. A doença? Tal como tinha dito o querido Dr. Duarte, médico da família, quando a menina se fez mulher melhorou em 100% a sua saúde. Aquela menina a quem todos disseram que a sua vida seria uma cadeira e uma cama, que nunca seria esposa nem mãe, é uma profissional do ensino superior e com uma linda família, filho, nora e duas netas. Estão a perguntarem-se que como sei tanto desta menina? Pois é muito fácil. Essa menina sou Eu!



Maria de Lurdes de Almeida  
Conselheira das Comunidades Portuguesas



© História Social de Angola

HISTÓRIA SOCIAL DE ANGOLA  
**Vítor Ramalho**

*Memórias da Conceção Universalista dos Líderes dos PALOP's*

*É possível coletar e adicionar à base de dados da plataforma História Social de Angola memórias de angolanos e de nascidos em Angola que se tornaram líderes e políticos, pois ninguém nasce político?*

No caso de Vítor Ramalho as memórias marcantes da terra onde nasceu, Caála, Angola e dos seus tempos de estudante universitário em Lisboa envolvem a amizade com dois amigos de todos os dias , Justino Pinto de Andrade e Alexandre do Nascimento.

Neste depoimento retrata o envolvimento de ecuménicos na luta de libertação nacional e de se ter apercebido aos dezas-sete anos o que viria acontecer, Angola seria libertada pelos seus filhos. A religião desempenha um papel importante na sociedade civil e junto às comunidades, por isso é parte integrante da história social dos países, porém este depoimento é realizado durante um cenário pantanoso onde as novas gerações serão as maiores vítimas do maior foco atual de guerra ou genocídio do século XXI e por isso alerta às novas gerações de angolanos a afastarem-se de tomadas de posições pró potenciais e alerta a todos africanos a ponderação em contenciosos religiosos e a penetração de religiões fundamentalistas em alguns dos PALOP.

Em memórias marcantes, Vítor Ramalho recorda a presença da media em Luanda devido ao fundamento do Paquete Santa Maria e o aproveitamento dos revoltosos em realizar a revolta do 4 de Fevereiro nesta data, será um dado particular? Do período pós independência recorda a importância social do 1º Congresso de Quadros Angolanos, realizado em Lisboa,

cujo maior resultado foi o regresso de quadros nacionais para o desenvolvimento económico de Angola em contexto de Paz.

Os laços com a terra onde nasceu contaram para a publicação dos 22 livros e de antologias poéticas de três países dos PALOP pela Organização que lidera a União das Cidades Capitais de Língua Portuguesa. Estas e outras iniciativas contribuem para a divulgação de memórias angolanas publicadas no âmbito da UCCLA em Lisboa e este colega de carteira de Estudantes da Casa do Império avisa as novas gerações “sem memória não há futuro!”

### Introdução

O meu nome é Vítor Ramalho, eu sou presentemente Secretário Geral da UCCLA que é a mais antiga instituição que foi criada em 1985 pelo presidente da Câmara de Lisboa, Cruz Abecassis, já falecido e que esta associação é intermunicipal internacional e que tem neste momento sessenta cidades de todos os nossos países

### Infância e Juventude

Eu nasci na Caála, no planalto central, na altura não havia universidades em nenhuma colónia africana, o único território colonizado por Portugal que tinha ensino superior era Goa



© História Social de Angola



© História Social de Angola

e um ensino superior com bastante mérito sobretudo na medicina e houve inúmeros médicos que estiveram em Angola.

Como não havia universidade eu tive de vir estudar para Lisboa para a faculdade de direito em 1965, neste momento tenho setenta e cinco anos, na terra onde nasci na Caála fiz o ensino primário numa escola pública e depois como não havia liceu, tive de o fazer no liceu de Nova Lisboa, Huambo, no liceu Sarmento Rodrigues que tem um nome de um almirante que foi sogro de uma personalidade de referência em Portugal depois do 25 de Abril, Gomes Mota que também era militar da Marinha.

Vim para cá estudar em 1965, acompanhei enquanto criança, pois a guerra colonial como é sabido começou nessa época, a guerra começou por volta de 1962, o MPLA foi criado nessa altura em Conacry. Sei disso porque privei muito de perto e foi meu amigo, o primeiro presidente do MPLA o Mário Pinto de Andrade com outras personalidades da luta de libertação nacional que abraçaram a luta, um de São Tomé e Príncipe mas que abraçou a luta de libertação de Angola Hugo de Meneses cujo pai aliás era também de São Tomé e um anticolonialista, o Lúcio Lara e o Viriato da Cruz pelo menos estas personalidades fizeram parte do núcleo central que acabou por dinamizar a criação do MPLA.

### A Conceção Universalistas dos Líderes dos PALOP

Antes disso, em 1956 houve um manifesto em Angola que foi de alguma maneira digamos prenunciador da criação deste movimento em que também assinou Amílcar Cabral, em 1956, mais conhecido pelo Manifesto do MPLA, por quê? Porque o Amílcar Cabral na altura estava em Angola a exercer a actividade de engenheiro agrónomo, ele formou-se no Instituto superior de agronomia, depois trabalhou em Portugal, em Santarém, esteve também na Guiné e em Cabo Verde a trabalhar e em um determinado período foi colocado em Angola e dado as atitudes que ele tinha entendido também dever participar na criação naquilo que viria a ser mais tarde o MPLA.

É significativo que na altura houve várias personalidades que não sendo propriamente angolanas, tiveram um concurso muito relevante para a criação dos partidos angolanos. Já falei de Hugo de Meneses, mas também de uma outra personalidade de São Tomé e Príncipe, Tomás de Medeiros, também já falecido. Portanto, a conceção universalista da luta das personalidades que embora originários de outro território abraçaram a luta são uma constante, não apenas em Angola, eu tenho presente que quando o Mário Pinto de Andrade teve de sair de Angola mercê da ação que passou a desenvolver com outros companheiros da Revolta Ativa ele foi para Guiné Bissau e acabou por ser Ministro da Cultura da Guiné Bissau no governo de Luís Cabral porque já tinha morrido o Amílcar Cabral.

A luta de libertação já se tinha iniciado eu era bastante jovem tinha dezassete anos na altura, mas tive a oportunidade de perceber o que se ia desenvolver em Angola, o

MPLA como é sabido tinha origem no 4 de Fevereiro de 1961 que foi “uma ação de patriotas angolanos que fizeram o assalto a cadeia de São Paulo e a outras instituições policiais”.

Isto coincidiu com o assalto ao Paquete Santa Maria, paquete português, esse assalto foi dirigido por um Capitão português Henrique Galvão que tendo sido do regime depois revoltou-se contra o regime e dirigiu o assalto ao Santa Maria, com outras personalidades espanholas que é interessante a Libertação da Libéria era assim que eles os chamavam. O navio estava para ser fundeado em Luanda, era a intenção dos revoltosos levá-lo para Luanda (por razões de vária ordem que não há aqui possibilidades de o desenvolver) foi para a Baía, no Brasil.

Estou aqui a referir este aspeto por quê? Porque nessa altura, quando a comunidade internacional se deu conta, sobretudo a media, que o navio poderia ser afundado em Luanda um conjunto muito numeroso de jornalistas desembarcou em Luanda para cobrir o acontecimento e portanto daí tomaram conhecimento também da realidade de que Angola vivia nesta altura já com o MPLA e também com da FNLA aliás os acontecimentos do 4 de Fevereiro do meu ponto de vista tiveram muito espontaneidade e não foi uma coisa devidamente organizada em termos de ímpeto, pensando longamente, os revoltosos aproveitaram a presença de media em Angola e aproveitaram e desencadearam esta ação junto do assalto às cadeias e as outras instituições policiais para terem eco internacional como acabou por acontecer.



História Social de Angola

A R T E S   E   A R T I S T A S   L U S O S

# Bianca Mendes

[Facebook](#)

[Instagram 1](#)

[Instagram 2](#)



*Nasceu na Bahia, Brasil em 1978. Licenciada em Fisioterapia, também trabalha como artesã, artista plástica, contadora de histórias e formadora. Atualmente faz parte da equipa fixa da Companhia de Teatro Cães do Mar, colaborando nas áreas da produção, cenografia, interpretação e faz parte da rede de artistas MiratecArts. Em 2006, com o livro Miudinho e o Caçador de borboletas recebeu o Prémio Zélia Saldanha de literatura infantil (Vitória da Conquista-Bahia), colaborou em diversas publicações literárias no Brasil e em Portugal e marcou presença em exposições de pintura em aguarela e esculturas nos Açores, em França e no Canadá.*

**Como nasceu a paixão pelos Açores? Foi uma decisão fácil vir viver para a Terceira?**

Desde cedo eu sabia que um dia deixaria o Brasil, os genes de antigos exploradores marcaram em mim esse destino e os Açores surgiram no meu caminho como acredito que surgiram no caminho dos primeiros navegadores: como uma feliz surpresa. Foi fácil decidir vir para cá, como é fácil viver aqui. Eu vejo este arquipélago como uma reminiscência do Éden.

**Quando e como iniciou a sua atividade artística? Conte-nos um pouco do seu percurso profissional.**

A minha atividade artística é muito fruto da afinação do olhar propiciada pelas pessoas que acompanharam meu crescimento. Na minha casa tínhamos o hábito da maravilha. Uma flor brotava no jardim era uma maravilha, nascia um rebento de cacau era uma maravilha, o café amadurecia no pé, outra maravilha, uma ninhada de gatos, a primeira estrela, a forma que as nuvens tomavam... isso prepara qualquer pessoa para a arte. A partir daí, foi só me propor a fazer coisas. Arriscar, dar a cara a

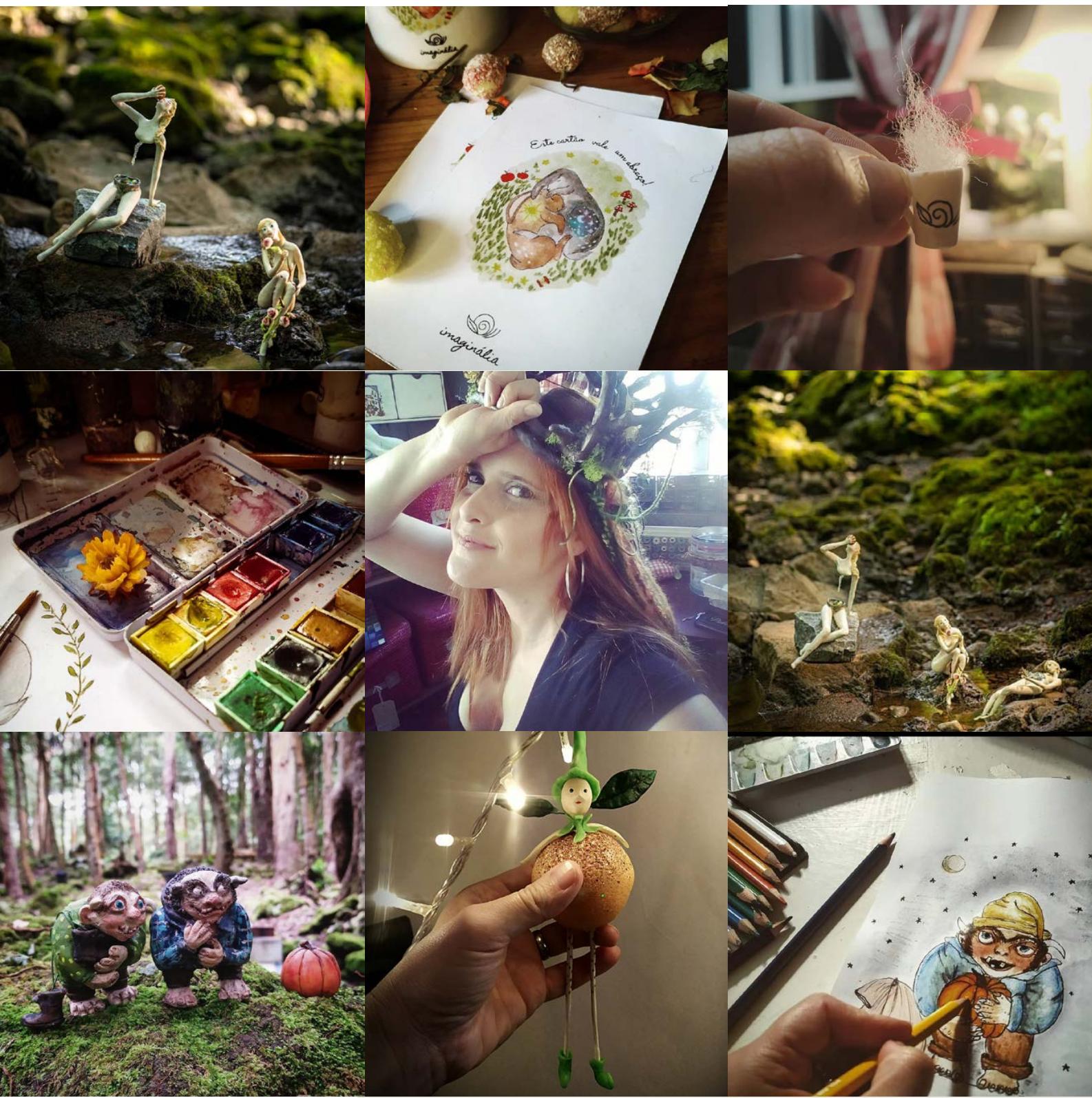
tapa. Comecei com a literatura, aprendi a escrever porque queria ser escritora, era a minha motivação. Depois fui descobrindo outras delícias, veio o artesanato, a boneca de pano, o brinquedo como forma de acarinhar o mundo. Da boneca de pano para o papel machê foi um pulinho: um dia, uma das minhas bonecas mais exigentes me pediu uma máscara e lá tive que aprender a fazer. Coisa que nunca pensei na minha vida que tivesse mão. E não tinha, mas o capricho de uma boneca como aquela tem que ser atendido. Acabei por me deparar com uma forma de expressão poderosíssima: a escultura. Foi também onde enfrentei os meus medos mais ferozes, a falta de técnica e de habilidade, as inseguranças. Depois disso, me senti ousada. Mais tarde, um Diabrete me pediu um retrato dele, a mim, que não sabia desenhar um “O” com um copo, mas tive receio de sua reação, então fui lá e fiz. Acho que se um diabrete me pedisse para construir uma ponte que unisse as nove ilhas dos Açores, eu me sentiria capaz de fazer. São criaturas muito convincentes e puxam muito por nosso potencial. Eu não sei aonde mais irei a partir daqui, mas é certo que enquanto puder andar, vou continuar voando.

Artesã, artista plástica, atriz, assistente de cenografia, escultora, educadora. Em qual destes papéis se sente mais realizada?

O que me realiza é mesmo é poder fazer isso tudo, e ainda falta aí a fisioterapeuta, que vem completar o puzzle “corpo-mente-espírito” de uma pessoa sendo no mundo.

É mais fácil ser artista no Brasil ou em Portugal? Quais as principais diferenças que vê nos dois países no que respeita à cultura?

E é fácil ser artista em algum lugar deste planeta?! Mas sendo um pouco pragmática, digo que a resposta a essa pergunta vai depender da perspetiva. Se tiver que definir onde é menos difícil em termos



financeiros, eu diria que em Portugal, de certeza. Aqui conseguimos ir sobrevivendo com arte. Este ano conseguimos o apoio da DgArtes, o que permite manter uma equipe fixa na companhia de teatro onde trabalho, a Cães do Mar. Isso para nós é um grande feito. No Brasil, a vida do artista é muito mais precária, e muitas vezes sufocada em outros trabalhos que somos obrigados a ter para garantir o sustento, no entanto, neste ponto há entre os dois países mais semelhanças que diferenças. Por outro lado, se formos ver a questão por outros parâmetros, talvez eu dissesse que é mais fácil ser artista no Brasil, mais natural, até porque a dureza da vida nos obriga a lançar mão da criatividade de uma forma mais incisiva em todas as áreas, e isso nota-se na originalidade do trabalho que se faz por lá e que vai fazendo escola, como o Teatro do Oprimido, por exemplo.

*Educadora e artista, são atividades distantes ou pelo contrário elas complementam-se?*

Na minha visão, e quero deixar claro que não considero uma verdade absoluta, mas uma verdade para mim, um artista que não busca ser educador falha na sua missão mais básica: transformar a comunidade. Claro que há imensas maneiras para alcançar essa transformação, mas a educação, essa educação do olhar e do sentir, essa educação para a maravilha que me ofereceram desde a infância, penso ser a mais exuberante e a mais eficiente para criar uma comunidade artisticamente ativa, interessante e pensante.

*No seu meio artístico, o que é necessário para alcançar o sucesso/êxito?*

Considero que há três coisas fundamentais: Trabalhar, trabalhar e trabalhar-se. As duas primeiras são auto-explicativas, a terceira carece de aprofundamento: nós costumamos cultivar muito os nossos medos, e o artista cultiva medo como couves. O medo do julgamento e da exposição levam a uma insegurança que se revela no perfeccionismo. Todos os artistas que conheço já esbarraram aí. É onde muitos sucumbem. Ultrapassar a barreira do perfeccionismo é o grande desafio. Ninguém quer entregar ao mundo uma obra mal acabada, mas é preciso percebermos que arte é caminho e não chegada. Falando da minha experiência, eu só avancei e expus a primeira peça quando desisti de esculpir uma esfera perfeita. Não está na minha natureza a perfeição. Então assumi a minha forma torta, a minha rudeza. No percurso vou tentando acertar. Ser um bocadinho condescendente com as minhas próprias limitações me traz alívio. E o mais bonito é que as pessoas conseguem se identificar com isso e sentem alívio também. E para mim, não há maior sucesso.





Desde 2019 vem fazendo oficinas para crianças e adultos dentro do tema da mitologia açoriana. Fale-nos um pouco do que é este projeto e o porquê do tema.

Temas como mitologia e folclore sempre exercearam fascínio sobre mim e quando tomei conhecimento das criaturas que habitam o folclore açoriano,pareceu-me desolador que as novas gerações não convivam com elas, são demasiado interessantes para cairrem no esquecimento. Não podemos permitir isso. Então o que fiz foi abrir os livros que existem sobre o assunto e tirei de dentro deles as Encantadas, os Diabretes, as Bruxas e os Lambusões e apresentei-os aos mais novos. Nas oficinas contamos histórias, falamos sobre os amuletos que podemos usar para nos proteger das suas diaburas, damos-lhes nomes, corpo, voz, gestos, pintámos-lhes retratos, esculpimos-lhes pequenas estátuas e o mais importante, comprometemo-nos a passar a palavra para manter vivas as suas memórias.

Quais são os seus projetos para 2024?

Para além de todo o trabalho que já temos programado para a Cães do Mar, tenho alguns projetos pessoais que passam pela literatura infantil, com trabalhos que incluem desde a escrita à ilustração.

É uma das artistas colaboradoras da MiratecArts e regular no festival Animapix. Como é que esta entidade tem contribuído para a evolução da sua vida no setor artístico?

A MiratecArts é um refúgio para todos os artistas da região. Um verdadeiro bunker onde todos somos acolhidos independente do género de arte que fazemos, somos cuidados, incentivados e postos em evidência com tudo aquilo que temos para oferecer. É preciso que toda a região reconheça a importância desse trabalho. Não é todo mundo que vai buscar o artista mais desconhecido e mais acanhado e lhe oferece um lugar ao sol, ao lado de todos os outros. Isso movimenta, inspira, energiza.

A mim particularmente a MiratecArts tem funcionado como catalizador. Sempre que a terra sobre as minhas raízes está muito pisada, vem a associação revirar com sua pá de ideias, enquanto grita: "Mexe-te!". É o tipo de cuidado que não tem preço.

Este ano criei a ilustração para o cartaz do festival AnimaPIX e comecei a desenvolver com a MiratecArts o livro ilustrado "Oh não, meu irmão é um lambusão!".



**Uma mensagem para todos os artistas do mundo.**

Façam coisas. Coisas variadas. Guardem a frase do Andy Warhol que disse: “Não pense sobre fazer arte, apenas faça. Deixe que os outros decidam se é boa ou ruim, se a amam ou a odeiam. Enquanto eles

decidem, faça mais arte.” Arrisquem, percam a vergonha, busquem open calls, ultrapassem a procrastinação, o perfeccionismo, grafitem o mundo com a alma de vocês. A vida não é uma caverna pré-histórica a ser conservada, aqui podemos escrever em tinta de ouro ou riscado a chave: “Eu estive aqui!”



**Terry Costa**  
Presidente do Conselho Cultural da AILD

OBSERVANDO

# Mitos e factos nas migrações internacionais

A emigração é hoje um fenómeno com forte impacto na opinião pública. Jornais e televisões, para não falar das redes sociais, falam-nos de um mundo em que as migrações seriam crescentes e omnipresentes. Mesmo no campo académico, manuais de referência sobre o tema têm títulos como “A Era das Migrações”. E, no entanto, qual é a percentagem de emigrantes no mundo? Qual é a percentagem da população mundial que vive fora do país em que nasceu: 5, 10, 20 ou 40 por cento?

A resposta poderá surpreender muitas pessoas: menos de 5%. Ou seja, mais de 95% da população mundial é composta por indivíduos que não arredam pé do país em que nasceram. E esta percentagem não está em crescimento. Embora haja hoje mais migrantes do que nos anos 60 do século passado, isso deve-se ao crescimento da população mundial, não a uma maior proporção de migrantes nessa população, que se tem mantido constante. Primeiro comentário sobre estes dados: convém deitar um pouco de água fria nas proclamações incendiárias, apocalípticas, demasiadas vezes feitas a propósito do fenómeno migratório.

É certo que o que é verdade numa visão mais macroscópica pode ser enganador quando se muda de escala. De facto, sabemos que o fenómeno migratório é seletivo e concentrado. Por exemplo, e segundo dados de 2020 das Nações Unidas, nos EUA, a taxa de imigração, ou seja, a percen-

tagem de residentes no país que nasceu no estrangeiro, é de 15%, valor três vezes superior à taxa migratória mundial de 5%. No Canadá, sobe para 20%. Na Europa, países como a Suíça, Suécia, Áustria e Alemanha têm taxas de imigração da ordem dos 20% ou superior. No polo oposto, Roménia, Eslováquia, Bulgária e Polónia têm taxas entre os dois e os três por cento. Segundo comentário: países com taxas de imigração baixas estão entre aqueles em que mais longe se foi no discurso xenófobo anti-imigração, na maioria dos casos com tradução eleitoral relevante.

Portugal, com uma taxa de imigração de quase 10%, está mais próximo dos países do Leste europeu do que dos países continentais do Norte. Como está ainda mais próximo do Leste quando se olha para a taxa de emigração. Com mais de 20% da população nascida no país a viver no estrangeiro, Portugal é um dos maiores países de emigração na Europa, posição em que tem a companhia da Croácia, Bulgária, Lituânia e Roménia. O que sugere mais dois comentários. Primeiro, como em tudo o mais no mundo as migrações são muito desiguais e, portanto, sendo baixa a taxa global de migração, ela é elevada em alguns países, ora nas entradas (imigração), ora nas saídas (emigração). Pelo que o que não é problemático à escala global pode ter consequências relevantes à escala regional ou nacional. Segundo, a surpreendente inclinação a Leste de Portugal enquanto território migratório.



Rui Pena Pires e Inês Vidigal  
Observatório da Emigração, CIES-Iscte,  
Instituto Universitário de Lisboa

TEIMOSIA CRÓNICA

# Natal

O Natal tem preguiça de se ir embora. Sempre que se tenta despedir, a mãe enlaça-o nos seus braços de anaconda e sussurra-lhe ao ouvido, meu filho, não deixes de brilhar. O Natal é filho adoptivo e o único abraço materno que conhece é o desta mulher-árvore, iluminada pelas luzes artificiais de olhares alheios que a embelezam e envaidecem em doses iguais. Atrás dos enfeites, dos embrulhos e dos sorrisos, é uma mulher igual às outras, capaz de gerar filhos; porém nunca quis engravidar, achava que já havia crianças em demasia no mundo, era preciso reduzir a população e salvar da miséria e da subnutrição física e afectiva esses pobres inocentes que tinham nascido sem o pedirem. Natal cresceu sem pai, pois a mulher vivia sozinha num casarão, na companhia de vinte e sete gatos que iam e vinham, procriavam, brigavam e enchiam os soalhos, os sofás e as almofadas de pelos. Cedo se apercebeu de que ela se alimentava de luz; comia pouco, quase nada, bebia cerveja atrás de cerveja, embriagava-se de recordações, vestia-se a preceito como uma diva da ópera e cantava para as paredes e os felinos, sempre atentos. Rematava com uma vénia a uma assistência imaginária. Natal era bom aluno, bem-comportado, não dava trabalho nenhum, nem à mãe nem aos professores. Aprendeu a cozinar cedo, fazia as refeições e a limpeza, além dos trabalhos de casa. Sonhava correr mundo, pertencer aos Médicos Sem Fronteiras e salvar crianças de catástrofes várias. Mas sempre que se tentava despedir, os braços da mãe voltavam a enfeitiçá-lo.

Tinha medo de perder o brilho caso se afastasse dela. E sabia que, uma vez liberto, jamais voltaria. Por isso ficava, a piscar, luz débil de uma estrelinha desgarrada.

Natal ganhou coragem e deixou a mãe alcoólica, os gatos incestuosos e a mansão decadente, onde a humidade laborava, incessante, emprestando às paredes uma rede capilar que se estendia às canalizações e aos ossos das vigas mestras. Percorreu estradas desertas, atalhos no meio dos bosques, ribeiros, povoações perdidas nos caminhos, e no céu nocturno a estrela da manhã indicava-lhe o destino. Chegou à cidade três dias depois. Mergulhou nas ruas junto ao porto, pejadas de mendigos, cães vadios, ladrões, drogados, putas e chulos. Em breve se tornou um membro daquela pequena comunidade diversificada, unida na miséria e num espírito de fraternidade que ele jamais conhecera. Fez amizade com uma anã de dimensões perfeitas que se contorcia em posições acrobáticas de tirar o fôlego aos transeuntes, enquanto ele tocava acordeão. A chuva de moedas que caía no cesto junto aos seus pés era suficiente para lhe manter viçosas as mãos e as articulações da bailarina. À noite, a moça esquecia estas habilidades e entregava-se aos clientes que pagavam um extra para foder uma anã de proporções harmoniosas, uma raridade, porventura satisfazendo algum apetite secreto de pedofilia. Natal deixou crescer a barba, que rapidamente se encheu de fios brancos, para perplexidade geral. Começaram a chamar-lhe Pai Natal, por graça, e o nome pegou.



Gabriela Ruivo  
Escritora

(Excerto de História de Natal, publicado na colectânea de contos Espécies Protegidas, editora On y va, 2021)

| LÍDERES & EMPRESÁRIAS

# Olga Amorim

Especialista em Reengenharia de Comportamentos Humanos



Olga Amorim da Costa nasceu em Angola mas veio cedo para Portugal, aos cinco anos, com os seus pais, é uma mulher que superou vários desafios e sempre manteve o foco para alcançar os seus objetivos, é especialista nas áreas de formação e gestão de Recursos Humanos ao nível comportamental, liderança, produtividade, qualidade e reengenharia de processos comportamentais e organizacionais com metodologias próprias, já com sucesso comprovado em várias entidades organizacionais

quer ao nível nacional quer ao nível internacional. Foi também a primeira mulher diretora dos Centros de Formação do CENFIM – Porto e Arcos de Valdevez, em 1996 foi formadora comportamental de todos os centros de formação do CENFIM: Porto, Arcos de Valdevez, Torres Vedras, Santarém, Lisboa, Marinha Grande, Peniche, Trofa, Porto, Ermesinde, desempenhou o papel de coordenadora do primeiro centro de revalidação de competências do CENFIM, em Arcos de Valdevez.



Aos 45 anos, criou a oportunidade de conceber e desenhar a sua própria organização, OLGA AMORIM, LDA, especializando-se em reengenharia de processos comportamentais e organizacionais com o propósito de ajudar as organizações, pessoas, profissionais a trabalharem de forma efetiva. Estas metodologias inovadoras de reengenharia de processos comportamentais e organizacionais e desenvolvimento de elevadas Performances ao nível dos Recursos Humanos na Organização permitem desenvolver novas competências, saberes e comportamentos capazes de fazer obter a

todo e qualquer profissional resultados imediatos, promovendo um impacto de melhoria e transformação na forma como produz, interage e age na organização em que se encontra.

Tendo como valores, o envolvimento, compromisso, ética e produtividade, a empresa OLGA AMORIM aposta numa relação direta e de sinergia contínua com os seus clientes comprometendo-se sempre na qualidade e resultados efetivos das suas intervenções, ações em qualquer momento da sua ação direta nas organizações clientes.



Estava no topo da sua carreira e tomou a decisão de criar a sua própria empresa aos 45 anos, porquê essa tomada de decisão?

O meu grande objetivo era criar uma empresa na área de formação que tivesse metodologias próprias únicas no mercado, isto é, a componente comportamental e de consultoria de gestão porque me apercebi que a liderança era autocrática dentro das indústrias e não existia liderança transformacional, uma liderança em que as pessoas eram ouvidas, não havia muita humanização, além disso, tinha um doutoramento em Recursos Humanos que não punha em prática, achava que podia fazer muito mais, para mim era altura de mudar as mentalidades.

A sua empresa tem um elo muito forte com a sua mãe, podia contar essa história?

A minha mãe sempre teve o sonho de ser empreendedora e aquando a escritura, ela apareceu com cinco mil euros, o seu mealheiro, porque tinha orgulho que eu fosse a primeira mulher da família em abrir uma empresa, é a sua herança, o dinheiro foi depositado no banco mas nunca mexemos nele, fiquei tão emocionada que o nome da empresa foi registada com o sobrenome da minha mãe, AMORIM, tem oitenta anos com doença de Alzheimer e nos momentos de lucidez ainda me pergunta se a empresa está a ter rentabilidade, quais foram os investimentos feitos, questiona, dá conselhos, eu faço questão em que ela esteja presente nas



reuniões e principalmente quando se celebra o sucesso, eu sei que é o melhor dia dela, tem um impacto também na sua saúde mental, lembro-me de um episódio em que fui para Lisboa para renovar um contrato, levei-a comigo, o contrato foi assinado em presença da minha mãe e ela dizia assim « eu também sou sócia! ». O peso e o apoio da minha mãe foi um dos grandes motores para a minha motivação e para a minha capacidade de ação.

#### Quais são os produtos e serviços empresariais existentes?

Quando se consulta o site <https://olgaamorim.pt>, podemos verificar os diversos produtos empresariais, desde o

programa de consultoria de apoio estratégico à gestão, o programa de Alto Rendimento, de Neurociência aplicada às áreas de negócio, de Neuroleadership, de Inteligência Artificial e Neurociência nos negócios, entre outros. Relativamente aos serviços empresariais temos o Programa de Alto Performance 7x mais rendimento, o Programa de Consultoria e formação comportamental para alto rendimento organizacional, um processo dividido em 4 fases, o Slimsizing de Recursos Humanos, um procedimento para dinamizar, melhorar, reinventar e gerir Recursos Humanos numa época de crise, propor um bom diagnóstico aliado a uma estratégia de mudança na adaptação de comportamentos e processos nos Recursos Humanos. Ao nível corporativo a nossa missão é



apoiar gestores, empresários, acionistas, administradores, líderes de equipa e pessoas em geral, que queiram impactar os seus comportamentos para resultados extraordinários com a aprendizagem de técnicas, ferramentas e metodologias de trabalho exclusivas, que lhes permitam exponenciar os seus pontos fortes, melhorando os seus pontos fracos, alterando, melhorando e implementando posturas, atitudes que lhes permitam maior agilidade e eficiência no mercado de trabalho em que atuam, tornando-os profissionais de excelência e pessoas extraordinárias com resultados impactan-

tes nos mercados em que atuam. Ao nível individual a nossa missão é apoiar o indivíduo, enquanto profissional e pessoa, a desenvolver um plano de competências pessoais, técnicas e comportamentais com impacto imediato na sua vida pessoal, profissional, económica/financeira e social que permita através de programas de desenvolvimento de Alta Performance e Alto Rendimento, adaptar e aprender com técnicas e ferramentas a melhorar as suas competências comportamentais de forma a tornar-se mais ágil, eficaz e eficiente no mercado de trabalho em que se encontra.



**Podia falar da sua Academy Maxima?**

A Academy Maxima é parte integrante da empresa Olga Amorim e foi criada para que as empresas permitam aos seus colaboradores realizar a formação ao ritmo de cada um, em horários e ambientes que estimulem e intensifiquem as suas aprendizagens. São cursos gravados online obtendo um certificado reconhecido a nível nacional e internacionalmente.

**Qual é a mensagem que gostaria de deixar às mulheres empreendedoras?**

Empreender é sem dúvida um ato de coragem mas um ato de coragem que traz rentabilidade quer económico e financeiro quer emocional para podermos fazer a diferença, criar novos postos de trabalho e mais do que isso, criar a diferença na vida das pessoas.



**Sylvie das Dores Bayart**  
Empresária Dijon

| AMBIENTE

# Hortas comunitárias

## A pequena revolução verde

As hortas comunitárias têm origem secular. Desde os primórdios das civilizações antigas até à modernidade, as comunidades foram criando laços de união para cultivarem a terra e produzirem, desse modo, os seus próprios alimentos. Ao longo do tempo, esse conceito comunitário de amanho da terra foi-se adaptando e evoluindo conforme as necessidades mais prementes de cada momento.

Na actualidade, um pouco por todo o mundo, sobretudo junto das grandes cidades, onde a disponibilidade de terra para cultivo é menor, têm sido desenvolvidos interessantes projectos de hortas

comunitárias. Estes projectos apresentam um elevado potencial transformador e têm servido para ajudar no sustento das famílias; para aproximar as pessoas; para mudar vidas e para promover um sentimento de pertença às comunidades dos bairros.

As hortas comunitárias trazem incríveis benefícios e podem impactar, muito positivamente, as comunidades e o meio ambiente. Estas pequenas revoluções verdes servem para criar uma maior união e conexão entre as pessoas, assim como promover o bem-estar físico e mental, aumentar a segurança alimentar, embelezar os bairros e educar

para a sustentabilidade ambiental.

Durante o século XIX, as hortas comunitárias surgiram como uma necessidade de resposta à urbanização e à industrialização. Devido ao rápido e forte crescimento das cidades, os espaços verdes começaram a escassear e as pessoas sentiam falta de ligação à natureza. Para colmatar essa necessidade, as hortas comunitárias apareceram como uma solução amplamente aceite, permitindo às comunidades citadinas um maior contacto com a natureza e o cultivo da sua própria alimentação, a baixo custo e mais saudável.





Actualmente, as hortas comunitárias continuam em franco crescimento e simbolizam muito mais que meros espaços onde se cultivam plantas. Apresentam-se como uma espécie de oásis verdes entre as cinzentas selvas de cimento das cidades - lugares multiculturais onde convivem pessoas de todas as idades, credos e origens.

Nos últimos anos, vários municípios portugueses têm disponibilizado terrenos para a criação de hortas comunitárias para alguns dos seus municípios, cedidos a título gratuito ou mediante o pagamento de um valor simbólico.

As hortas comunitárias proporcionam espaços partilhados onde os indivíduos podem conectar-se entre si, e assim, colaborarem e aprenderem uns com os outros. O simples acto de trabalhar lado a lado, compartilhar dicas de jardinagem e histórias de vida e celebrar o sucesso das colheitas, serve para criar fortes laços de pertença à comunidade.

O sucesso das hortas comunitárias biológicas e sustentáveis não é obra do acaso. Vários factores contribuem para o alcançar, nomeadamente, o grau de envolvimento da comunidade, os recursos alocados e o apoio entre todos.



No desenvolvimento das tarefas de jardinagem, as hortas comunitárias proporcionam a aquisição de valiosos conhecimentos e uma ampla gama de habilidades, que vão desde o cultivo e cuidado das plantas até à adopção de práticas de sustentabilidade ambiental, poupança de água, compostagem de resíduos e preservação da biodiversidade, entre outras.

O cultivo de produtos frescos nas hortas comunitárias traz grandes benefícios para a saúde, através da promoção de uma dieta saudável e da prática de exercício físico. Por

outro lado, fortalece o conceito do trabalho em equipa e da importância do desenvolvimento de acções colectivas para o benefício de todos.

Para concluir, poderemos afirmar que as hortas comunitárias são poderosos catalisadores de mudança nas comunidades. Estes pequenos espaços verdes são muito importantes nas dinâmicas sociais e ambientais das cidades. Ao aderir à revolução verde e abraçar o poder das hortas comunitárias, podemos criar um mundo mais verde, mais saudável, mais conectado e mais sustentável.



Vítor Afonso  
Mestre em TIC

# A Mulher

*Ó Mulher! Como és fraca e como és forte!  
Como sabes ser doce e desgraçada!  
Como sabes fingir quando em teu peito  
A tua alma se estorce amargurada!*

*Quantas morrem saudosa duma imagem.  
Adorada que amaram doidamente!  
Quantas e quantas almas endoidecem  
Enquanto a boca rir alegamente!*

*Quanta paixão e amor às vezes têm  
Sem nunca o confessarem a ninguém  
Doce alma de dor e sofrimento!*

*Paixão que faria a felicidade.  
Dum rei; amor de sonho e de saudade,  
Que se esvai e que foge num lamento!*

Florbelo Espanca

Seleção de poemas Gilda Pereira

| SAÚDE E BEM ESTAR

# A Terapia Neuromuscular



A terapia neuromuscular visa uma análise da disponibilidade neurológica dos músculos e um tratamento preciso e completo dos tecidos moles do corpo usando uma diversidade de protocolos, técnicas e instrumentos com o objetivo de encontrar e tratar a origem da dor/desconforto do paciente.

A terapia neuromuscular, ao ter uma visão holística do corpo, pode integrar-se bem em qualquer ambiente de prática e é frequentemente incluída na medicina conven-

cional, medicina integrativa, tratamento quiroprático, ambientes atléticos e clínicas multidisciplinares.

Além disso, a Terapia Neuromuscular considera uma ampla gama de fatores que podem estar associados aos sintomas do paciente. Estes podem incluir patologias articulares, posicionamento postural, hábitos de uso, componentes nutricionais, bem-estar emocional, alergias, medicamentos psicotrópicos e outros elementos que podem mascarar-se como dor e disfunção miofascial. De-



vido à natureza diversificada destes possíveis fatores, os terapeutas neuromusculares devem construir uma ampla rede de prestadores de cuidados de saúde para encaminhar os pacientes cujos sintomas sugerem a presença de “bandeiras vermelhas” ou patologias subjacentes.

Sendo a dor um sintoma com possível origem multifatorial, a maioria das causas de dor e/ou disfunção podem ser agrupados em três categorias gerais de fatores biomecânicos, bioquímicos e psicossociais, estando a relação entre eles profundamente relacionada.

A maioria dos terapeutas aplica estratégias apenas na categoria bio-

mecânica, muitas vezes resultando em uma melhoria significativa e até alívio total dos sintomas, contudo, obtém-se um efeito sinérgico quando todas as três categorias são abordadas. Isso pode exigir uma abordagem multidisciplinar.

A Avaliação na Terapia Neuromuscular aborda principalmente:

- Cicatrizes;
- Disfunção muscular (habitualmente descritos como desequilíbrios musculares);
- Pontos-gatilho miofasciais (pontos de hipersensibilidade nos músculos que dão origem aos sintomas referi-

dos, incluindo dor);

- Compressão nervosa (pressão sobre os nervos por tecidos moles, ossos, cartilagens ou discos);
- Avaliação postural (avaliação da posição do corpo como um todo);
- Análise de padrões de movimento disfuncionais/ discinesia (execução do movimento);
- Consideração constante de muitos outros fatores, como hidratação, nutrição, padrões respiratórios, sono e stress psicológico.

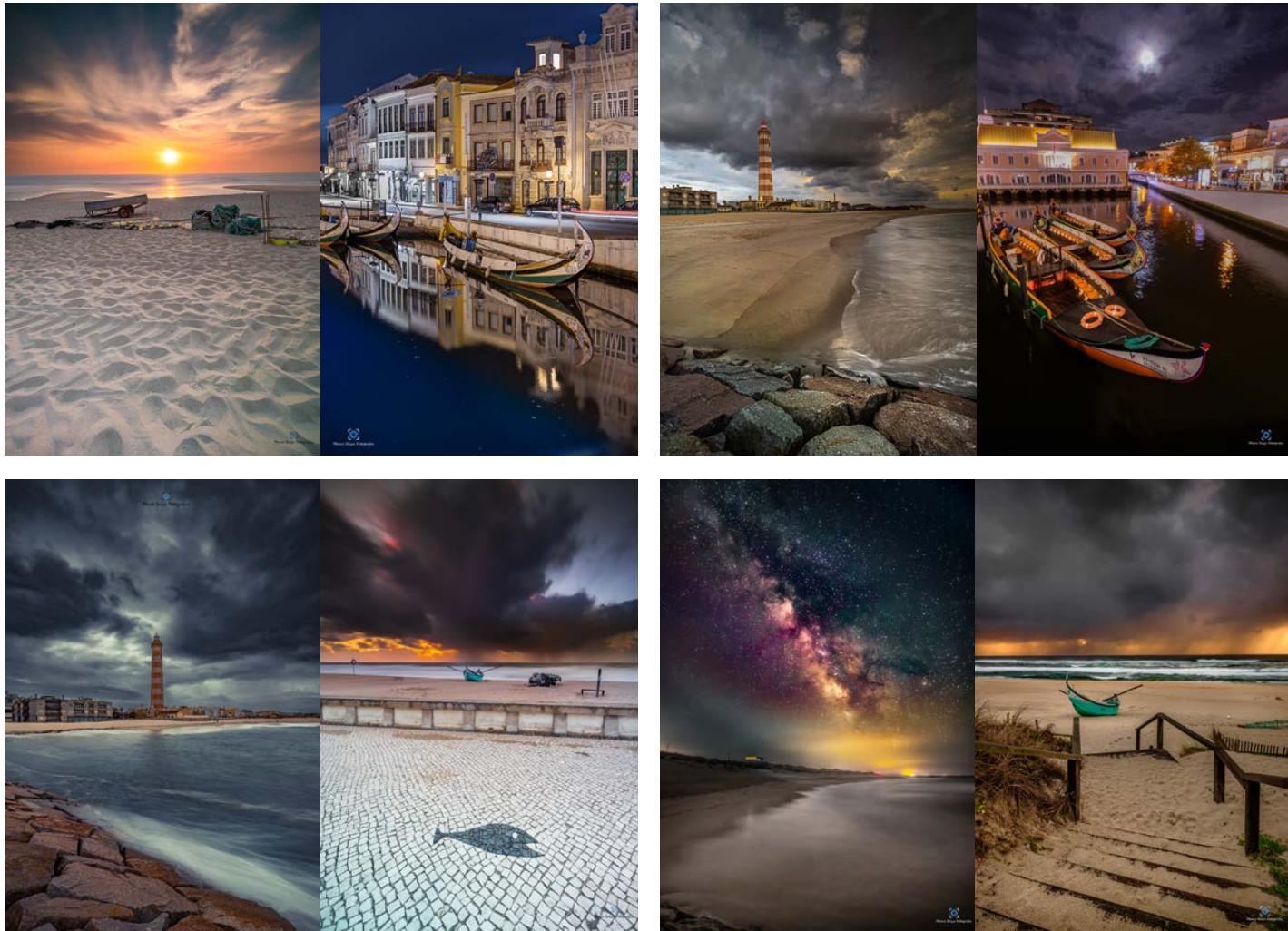
A Terapia Neuromuscular pode ser eficaz para clientes que apresentem dor crónica e muitas vezes conseguem reduzir ou eliminar até mesmo condições dolorosas de longa data.



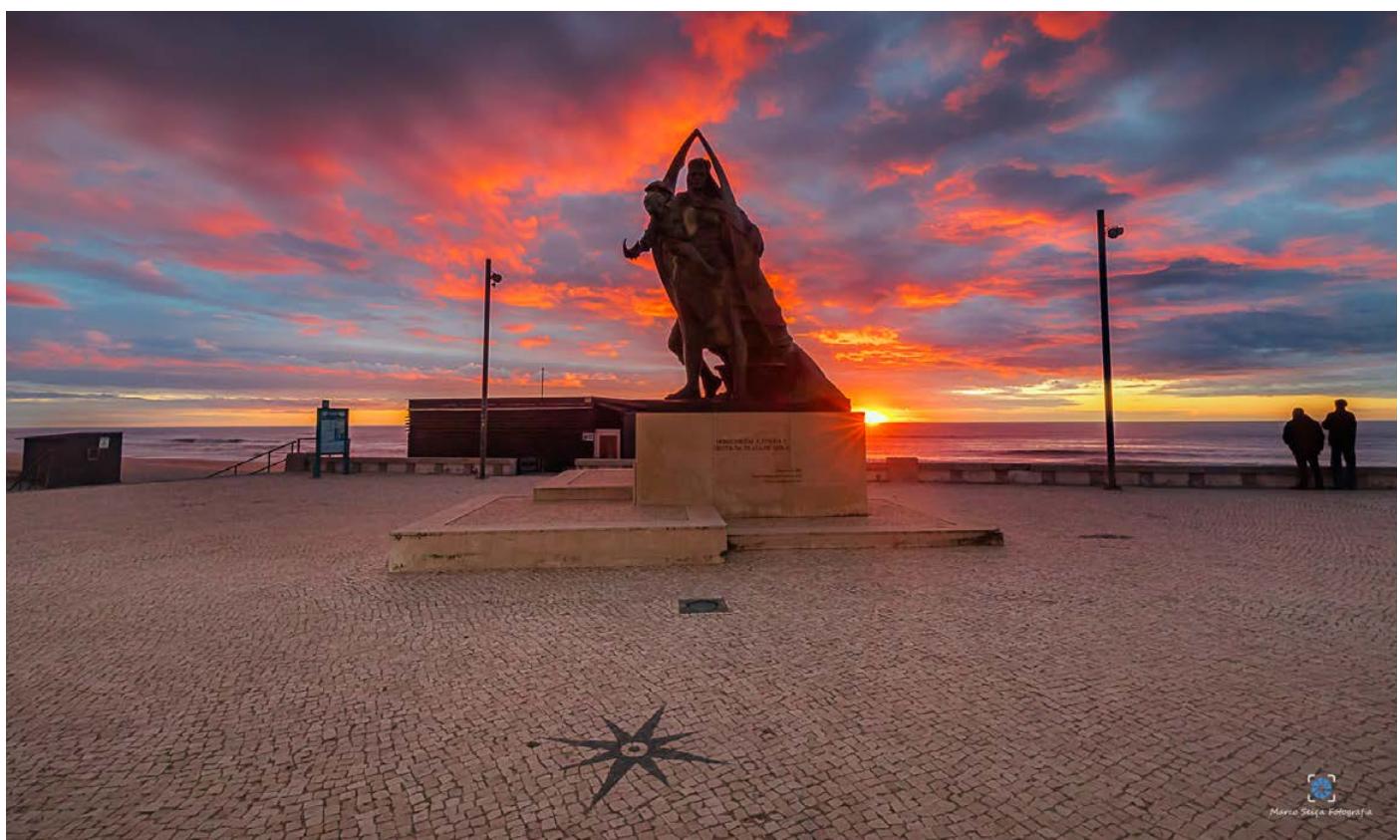
Jorge Carreira  
Fisiologista do Exercício



| PELA LENTE DE  
**Marco Seiça**









*Tudo começou com um presente que ofereci à minha esposa, era uma máquina fotográfica.*

*Depressa me apercebi que ela não lhe dava uso, foi então que vieram as primeiras experiências, primeiro no modo automático, e depois por curiosidade de ir mais além, o modo manual, para ser eu próprio a controlar as definições para cada imagem.*

*A partir daí a minha paixão foi evoluindo, e o interesse por saber mais, também foi crescendo, fui aprendendo através de tutoriais na internet, livros sobre técnicas fotográficas e seguindo os trabalhos de outros fotógrafos que admiro.*

*Com o tempo fui reforçando o meu equipamento e hoje só uso material profissional, onde aplico o meu conhecimento obtido no meu estudo sobre esta arte incrível que é a fotografia. A minha preferência recai sobre a área da fotografia de paisagem, embora também pratique outras, e isto porque, acredito no poder da narrativa visual por meio das minhas fotos, com o intuito de dar a conhecer diversos locais aos admiradores do meu trabalho, sobretudo a minha terra “Praia de Mira” que tanto amo e que dispõe, do mais variado tipo de paisagens maravilhosas desde mar, lagoas, floresta etc. Na fotografia de paisagem encontrei um mundo paralelo, cheio de encantos a descobrir e contemplar. Tento transmitir emoção nas minhas fotos e na beleza da natureza ao meu redor, sempre com a lente apontada a vários ângulos e pontos de vista diferentes, fazendo-me evoluir nesse tema e criar um estilo próprio. Ao publicar as minhas fotos, tento fazer sentir ao público, as experiências que obtive, como a luz, o frio, o calor, a emoção e particularmente o espírito de liberdade e aventura que desfruto.*

| COM LUPA: CÁ DENTRO

# Óbidos

## Uma viagem até à magia da Vila de Óbidos



Neste final de ano, as luzes e as cores natalícias preenchem a vila de Óbidos. Tanto as crianças como os adultos se juntam naquela que é a melhor altura do ano, para uma celebração de harmonia e prosperidade. Aqui tudo tem mais encanto, e não lhe irá faltar nenhum elemento natalício, já que a vila conta com a casa do Pai Natal, o presépio, pistas de gelo, espetáculos, insufláveis e jogos, entre muitos outros divertimentos. Garantidamente, irá ficar com memórias felizes e especiais desta visita, junto daqueles que mais ama. Venha e traga companhia! Pode visitar Óbidos Vila Natal até ao dia 31 de dezembro. O bilhete geral (a partir dos 12 anos de idade) tem o custo de 10 €.

E já que vem a esta vila para as festividades, porque não fazer um roteiro por lá?!

Aqui a defesa e as memórias da história militar pairam no ar, naquela que é uma vila a descobrir envolta das suas majestosas muralhas. Passamos o ano à procura de locais belos, ornamentados por monumentos ou paisagens únicas, para mostrarmos o que de melhor existe no nosso país. Então seria injusto concluirmos 2023, sem referirmos aquela que é uma das 7 Maravilhas de Portugal: o Castelo de Óbidos. De origem romana, esta fortificação destaca-se com a sua arquitetura diversificada, românica, gótica, manuelina e barroca, inserida numa vasta paisagem natural, no cume de um monte escarpado, de 79 metros de altitude. O seu valor é inegável, já que se trata de um castelo que foi “construído” de forma contínua ao longo dos séculos, através de intervenções arquitetónicas



que visavam a sua ampliação ou melhoria, por diferentes personalidades, ao invés de se tratar de um projeto de uma só pessoa. Está classificado desde 1910 como Monumento Nacional. Funciona atualmente como uma Pousada, pelo que se ficou intrigado com a possibilidade de ter uma experiência medieval completa, recomendamos a sua estadia aqui. Além de poder pernoitar num ambiente carregado de história, pode ainda desfrutar de uma refeição com gastronomia regional, servida no restaurante do castelo. Certamente que sentirá no ar a atmosfera da realeza ao seu redor.

Caso esteja a começar a questionar-se onde será melhor almoçar, ou simplesmente descobrir o comércio local, guiamo-lo até à Rua Direita. Estrada principal de Óbidos, convida-o a desvendar os segredos da vila e os seus tesouros, como a deliciosa ginjinha ou as magníficas natas. Verdadeira rua turística da vila, conta com restaurantes, bares e lojas com variadas ofertas para que possa trazer na despedida “pedaços” da sua visita.

Passamos agora às edificações religiosas, com 3 igrejas: Igreja de Santa Maria; Igreja da Misericórdia e Igreja de São Pedro. A Igreja de Santa Maria (Matriz), situada na

praça com o mesmo nome, representa o templo primordial na vila. Na sua entrada, sobre o portal maneirista, observa-se uma imagem de Nossa Senhora da Assunção, padroeira da paróquia. Possui dois pares de colunas que sustentam o frontão com friso decorado por grotescos de fino lavor e cartelas ao gosto norte-europeu. O seu interior merece uma especial atenção ao túmulo renascentista de D. João de Noronha, “O Moço” (alcaide-mor de Óbidos no século XVI); às pinturas da ilustre Josefa d’Óbidos e de Baltazar Gomes Figueira; ao revestimento com azulejos setecentistas e cobertura de madeira pintada, concebido por Francisco de Azevedo Caminha, e à joia da coroa, o soberbo órgão seiscentista presente no coro alto. A Igreja da Misericórdia, mandada construir no século XV, a pedido da rainha D. Leonor, é formada por uma nave decorada por completo com azulejos azuis e amarelos de tipo padrão ou

tapete, do século XVII. No seu exterior sobressai o portal de arrojada composição, rematado por um nicho com uma imagem da Virgem com o Menino de cerâmica vidrada e pintada. A Igreja de São Pedro, era constituída por uma basílica gótica de três naves, com alpendre e escadaria, no pórtico exterior principal. Após ter ocorrido o terramoto de 1755, esta construção acabou por ruir, ficando apenas a restar o altar-mor em talha dourada com trono, e a torre sineira com escadaria em pedra e formato caracol. Apresenta um aparatoso retábulo, no qual se insere uma tela representativa de S. Pedro a receber as chaves do céu (da autoria do pintor João da Costa).

Para concluir o seu dia depois de tanta exploração e descoberta, faremos uma pausa. Caminhe junto à Lagoa de Óbidos, enquanto permite que a sua mente relaxe por completo. Com uma área de 6,9 km<sup>2</sup> e um perímetro de cerca de 22 km,





este sistema lagunar costeiro abrange os concelhos de Caldas da Rainha (a norte), pelas freguesias da Foz do Arelho e do Nadadouro, e de Óbidos (a sul), pelas freguesias do Vau e de Santa Maria, São Pedro e Sobral da Lagoa. Comunica com o oceano através de uma barra de maré mantida artificialmente, a qual garante as trocas de água e sedimentos entre os espaços lagunar e oceânico. A riqueza da biodiversidade de ecossistemas e espécies faunísticas e florísticas, e de avifauna que o rodeiam, é surpreendente. Temos a confiança de que o irá deixar verdadeiramente descontraído...

Se ficou fã da maravilhosa Vila de Óbidos fique a saber que existem outros eventos que decorrem ao longo do ano, como por exemplo: Festival Internacional de Chocolate; Mercado Medieval de Óbidos; e o Festival Literário Internacional de Óbidos.

Esperamos que as nossas sugestões de roteiros tenham permitido um aumento do seu conhecimento das ofertas de Portugal, e que lhe tenham mostrado o quão singular e especial é o nosso país.

Boas Festas!

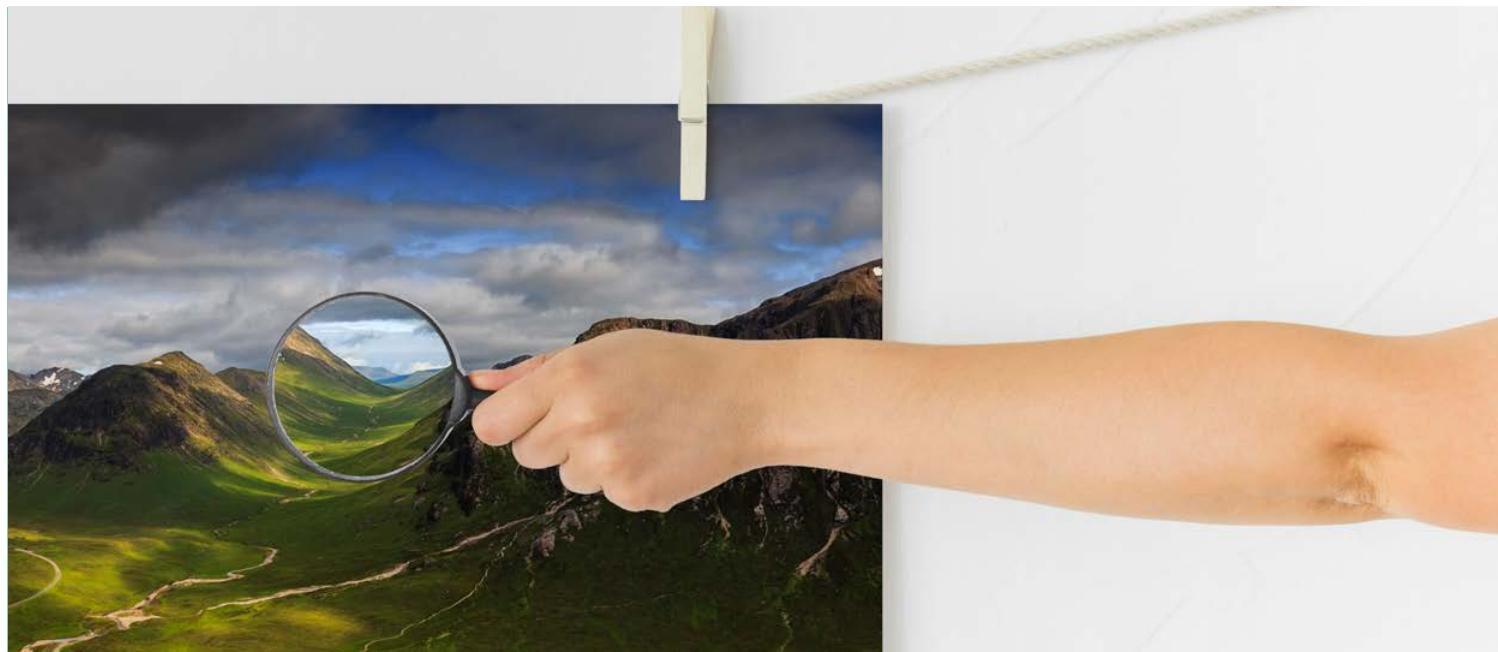


Fatinha Pinheiro  
Geógrafa

| COM LUPA: LÁ FORA

# Highlands

## As Terras Altas da Escócia



Conhecer as Highlands na Escócia é das experiências mais marcantes para quem aprecia viajar. Uma região da Escócia onde a vista nos leva a separar no horizonte as montanhas cobertas de neve interrompidas pelos lagos de um azul profundo. A Escócia tradicional, no alto das Highlands faz vibrar qualquer um. Encontra uma Highland Cattle, uma característica vaca ruiva de grandes chifres e com uma franja enorme, com a qual se pode cruzar na zona do lago Ness, uma zona de castelos icónicos e onde são destilados os mais tradicionais whiskies da região. As Highlands, as Terras Altas, localizadas no Noroeste, são muito pouco

povoadas, sendo a única cidade de destaque Inverness, na margem norte do Lago Ness. Uma outra atração muito procurada nesta zona da Escócia é um espetáculo único a que pode assistir da aurora boreal rasgando o céu à noite. Habitualmente, tiram-se fotos na beira de um penhasco no Quiraing, na Ilha de Skye, tendo como cenário uma paisagem significativamente dramática, com tonalidades amarelas e fortes.

Como planear uma viagem às Highlands na Escócia  
A grande maioria dos turistas que visita a Escócia usam Edinburgh como base para explorar o país, por ser a cidade

mais interessante e aquela possui melhor infraestruturas turísticas de melhor qualidade. Para organizar uma viagem de Edinburgh às Highlands, podemos: Embarcar em tours organizados com um ou mais dias de duração; Ir de comboio até Inverness e de lá organizar os tours pela região. Alugar um veículo e ter a liberdade de montar o nosso próprio roteiro. A nossa escolha vai para a terceira opção. As Highlands da Escócia são uma região vasta demais para ser vista em tours fechados. A todo o tempo, existe o desejo

de parar para fotografar e estando em tour as fotografias ficarão com pouca qualidade, enquanto a paisagem passa lá fora a uma velocidade que não dá para apreciar convenientemente. É conveniente que pesquise como alugar um carro em Edinburgh, Glasgow ou Inverness, para viajar pelas Highlands e o interior da Escócia.

Possíveis visitas pelas Highlands: O Parque Nacional Loch Lomond and The Trossachs, margeando o lago. Um lugar espetacular e um ótimo cartão de visita para quem vai ex-





plorar as Highlands da Escócia. Para quem sai de Edinburgh o caminho mais rápido é outro, mas vale dar uma esticadinha e fazer um desvio até o Loch Lomond para conhecer esta parte do país.

Glencoe e Fort William, são também montanhas nevadas nos Highlands. Um lago encontra-se à frente das montanhas. Após muitas paragens para fotografar, chega-se às Terras Altas, embasbacados. Pode almoçar-se no vila-rejo de Glencoe, no simpático Glencoe Café, mas o ideal será seguir-se viagem até Fort William, 40 minutos mais à frente, uma cidade mais estruturada. Hospedagem em Fort William.

O Eilean Donan Castelo fica numa ilhota cercada por um lago. Uma ponte leva da terra até a área do castelo. Ele é feito de pedra, assim como a sua ponte. O céu está geral-

mente nublado, com alguns pontos azuis. As montanhas avistam-se ao fundo. Existem, na zona, outros lagos a visitar: Lochy, Garry e Cluanie. O Castelo de Eilean Donan. É uma reconstrução feita no século XX a partir de outro que existia no local. Pela sua localização, numa pequena ilha no meio de vários lagos, é uma atração imperdível.

#### Broadford e Portree

A entrada da Ilha de Skye, encontramos uma paisagem extremamente dramática. Seguimos até Broadford, um pequeno povoado já em Skye onde se pode passar a noite a noite, não sendo ponto de paragem tradicional, referida nos roteiros pelas Highlands. A maior cidade, e mais estruturada, da Ilha de Skye é Portree, mas Broadford oferece-nos uma mais valia muito grande: um hotel que aceita cães: o Dunollie Hotel. De Fort William são duas



horas de viagem até Broadford, ou duas horas e meia até Portree, para quem preferir ficar numa cidade maior. Nas Highlands é possível encontrarmos as condições ideais para vermos a aurora boreal.

Seguindo uma pequena estrada secundária, até o Struie Hill Viewpoint, um mirante sobre o Dornoch Firth, onde estacionam diversos carros e vários fotógrafos procurando o melhor ângulo, encontramos o lugar perfeito para captar esse momento único e ver as cores únicas dessa

aurora única, pouco antes da meia noite, quando o céu parece pintado de cores roxas, verdes e amarelas e estrelado. A Escócia tem uma cultura riquíssima e é muito pouco explorada. A região tem muito a ser descoberto ainda pelos visitantes que recebe. No caso da sua viagem inclua uma passagem por Edinburgh, não faça como a maioria, restringindo-se à cidade. Saia para explorar o interior e organize uma viagem às Highlands. É lá que está a Escócia que gostaríamos de conhecer.



Madalena Pires de Lima  
Escritora



| **FALAR PORTUGUÊS**

# Dizer «português de Portugal» é uma redundância?

Percebo o argumento: o português é de Portugal, por isso dizer «português de Portugal» é uma redundância.

Mas convém notar que há vários países que têm como língua oficial o português — e as variedades faladas nesses países não são iguais (como todos sabemos).

Por isso, sim, às vezes, quando temos de os contrastar, temos de falar de «português de Portugal» e de «português do Brasil» (para não falar das outras variedades que, por enquanto, no que toca à norma, ainda ficam abrangidas pelo também chamado português europeu).

Para ficar bem claro: não temos de falar de «português de Portugal» no dia-a-dia — só quando temos de comparar ou falar das várias variedades da língua. Por exemplo, quando numa empresa de tradução recebemos um trabalho para ser traduzido para o Brasil e para Portugal, usamos as expressões «português de Portugal» e «português do Brasil» (tal como também usamos «inglês britânico», «inglês americano», etc.).

Agora, claro, há quem comece a carregar nas tintas desta discussão: que a nossa forma de falar a língua é a correcta e por isso é a variedade que merece o simples nome de «português». Os outros que ponham lá os «do Brasil» ou o que quiserem... Português mesmo a sério há só um!

Pois, mas isso não faz sentido. Não há uma variedade da nossa língua que seja a mais correcta, com os outros países a falar uma língua deturpada — há quem diga isso

mesmo, mas não sabe do que está a falar.

Para começar, dos dois lados do Atlântico andámos a mudar a língua. Tanto o português de lá como o de cá mudaram muito desde os tempos em que alguém pôs um oceano no meio da língua. Ressuscitasse Camões nos dias de hoje e talvez ficasse mais baralhado ao ouvir um lisboeta do que ao ouvir um carioca. («Talvez», sublinhe-se. Certezas há poucas).

Mais: se achamos que os donos da língua são para todo o sempre aqueles que a inventaram, então lá temos de ir chamar os meus amigos galegos para também mandar no que falam os portugueses. Não faz sentido? Pois não. Tal como não faz sentido dizer que os portugueses mandam na língua dos brasileiros. Ah, mas fomos nós que levámos a língua até lá. Pois foi: levámo-la connosco e ficámos lá. Muitos dos portugueses que foram com a língua nos lábios até ao Brasil não voltaram — os seus descendentes são os brasileiros, entretanto com muita mistura pelo meio (o que só lhes fica bem).

A língua é das várias comunidades que a falam, que fazem com ela o que entendem. Não faz sentido falar de donos dumha língua destas: todos os que cresceram a aprendê-la da boca dos pais têm o mesmo direito de a chamar sua. Por isso, sim, temos tudo isto: o português de Portugal, o português do Brasil e os outros todos. (E ainda o galego, aquí tão perto, a lembrar outros séculos da nossa língua...).



Marco Neves  
Universidade Nova de Lisboa

# MERCADO DE CRIPTOATIVOS CBDCs

## A Corrida Global em Direção às Moedas Digitais dos Bancos Centrais



No meio das evoluções nas paisagens financeiras globais, as Moedas Digitais dos Bancos Centrais (CBDCs) tornaram-se um ponto focal de discussão, provocando debates sobre a possível perda da liberdade financeira e a mudança para o controlo centralizado. Enquanto vários países estão a apressar-se para lançar as suas CBDCs, um número significativo está a resistir a esta tendência transformadora. Neste artigo, exploramos as últimas atualizações sobre os desenvolvimentos das CBDCs em todo o mundo, lançando luz

sobre as diversas posturas que as nações estão a adotar.

### **América do Norte: Uma Perspetiva Dividida**

Nos Estados Unidos, a jornada em direção às CBDCs tem enfrentado resistência de estados individuais. North Carolina e Florida passaram leis a proibir o uso de CBDCs. A divisão entre democratas, que defendem as CBDCs para aumentar a competitividade, e republicanos, que expressam preocupações

sobre o controlo centralizado, reflete o discurso mais amplo na nação.

### **América Latina: Testes e Preocupações**

O Brasil tem participado ativamente nos testes de CBDCs, com preocupações sobre códigos que indicam a possibilidade de congelamentos de transações. Enquanto isso, a Argentina mostra pontos de vista conflitantes, com várias figuras a favor das CBDCs para combater as altas taxas de inflação no país.

## Europa: Encontrando um Equilíbrio

Em toda a Europa, onde o Euro é predominante, a França tem bancos a oferecer contas em Yuan digital, levantando preocupações sobre a estabilidade do Euro. Já o Reino Unido estuda uma libra digital com foco especial na privacidade. De acordo com a cronologia dos estudos sobre o euro digital pelo BCE, o tempo de trabalho foi estimado em cerca de dois anos, tendo começado em 2021. O termo “euro digital” já se encontra devidamente registado em preparação para um possível lançamento.

## Rússia: Desenvolvimento Acelerado e Sanções

Enfrentando sanções sem precedentes, a Rússia acelerou o desenvolvimento da sua CBDC, aprovando uma lei, revelando uma tabela de taxas, logótipo e iniciando testes, destacando o impacto dos desafios geopolíticos nas estratégias financeiras.

## Ásia: Testes Ativos e Interesse Variado

A China tem sido pioneira no desenvolvimento de CBDCs, testando ativamente o seu yuan digital e concluindo negociações transfronteiriças. Curio-

samente, Hong Kong, apesar de fazer parte da China, mostra-se reticente. Já a Índia, segue o exemplo da China e tem avançado com testes da rupia digital, com foco especial em pagamentos offline.

## Oceânia e Médio Oriente: Um Ato de Equilíbrio para o Controlo

A Austrália está atrás das CBDCs e a tokenização para controlo, enquanto os UAE planeiam testes de CBDC. Israel condiciona a emissão de um shekel digital à adoção generalizada de stablecoins, enfatizando as considerações estratégicas em torno da implementação das CBDCs.

## África: Empurrões Agressivos e Obstáculos Inesperados

Na África, a Nigéria tem promovido agressivamente a adoção de CBDCs, recorrendo a medidas como restringir o uso de dinheiro. Pelo contrário, o Quênia adiou seus planos de CBDC, reconhecendo que as tecnologias existentes podem resolver efetivamente questões de pagamento. O Zimbábue introduziu uma reviravolta única, emitindo um token de ouro para competir com o dólar, abrindo um novo capítulo na interseção de metais preciosos e moedas digitais.

## Perspetivas Globais e Sentimento Público

A atitude global em relação às CBDCs varia, com os mercados desenvolvidos expressando menos entusiasmo em comparação com os mercados em desenvolvimento, possivelmente indicando diferentes níveis de conscientização. Pesquisas recentes na Espanha e na Rússia revelam a relutância dos cidadãos em relação às CBDCs, apesar das iniciativas governamentais.

Enquanto as nações procuram ativamente as CBDCs, desafios técnicos e a necessidade de confiança pública representam obstáculos significativos. A ausência de identidades digitais, uma peça crítica de infraestrutura, também é observada, enfatizando a necessidade da sua adoção generalizada antes que as CBDCs possam ser totalmente abraçadas.

Em conclusão, a corrida em direção às CBDCs é uma paisagem dinâmica e em evolução. Enquanto algumas nações abraçaram entusiasticamente essa evolução financeira, outras mostram cautela e resistência. Nos próximos anos provavelmente vamos ver um diálogo contínuo entre governos, bancos centrais e cidadãos, à medida que o mundo navega nas complexidades das moedas digitais e seu impacto na autonomia financeira.



**Delfim Cascais**  
Head of Marketing da RealFevr

| FISCAL  
O.E. 2024

Este mês foi felizmente aprovado o Orçamento de Estado (O.E.) de 2024 para Portugal.

Este diploma é o documento de referência que traduz a arte de um Governo, graças à definição de como as despesas de Portugal serão financiadas. Todos os portugueses são chamados a contribuir para as receitas de impostos, segundo os modos previstos no Orçamento de Estado.

Com o Orçamento fica claro, que promessas e intenções do Governo serão de facto realizadas em 2024, pois terão de estar forçosamente previstas neste documento vital para o País.

Alguns bons portugueses, acham que se for preciso pagar impostos para financiar o O.E. devem outros, que não eles, pagar, pois, é sempre melhor que sejam os outros a pagar e de facto têm toda a razão!

Um bom Governo usa de toda a sua arte para que isso aconteça, se for preciso alguém pagar, que sejam os outros, os que não são portugueses, pois o Governo deve gerir em benefício dos portugueses.

Nesse sentido, tudo deve ser feito para



os estrangeiros virem para Portugal, para terem a oportunidade de pagar impostos em Portugal aliviando assim os portugueses.

Por isso, tudo o que contribuiu para o afastamento dos estrangeiros de Portugal, prejudica forçosamente os portugueses.

Uns virão a Portugal, para fins recreativos como turistas, e o turismo tem permitido suster a nossa economia nos últimos anos, outros virão para se deleitarem com o nosso país enquanto gozam a sua reforma, outros virão para desenvolver projetos super inovadores e quem sabe ajudar na criação de unicórnios e centopeias, outros para desenvolver projetos menos inovadores, mas também geradores de receitas de impostos e outros ain-

da para suprir grande falta de mão de obra que o país atravessa.

Todos os que vêm por bem são muito bem-vindos e os portugueses, com a típica generosidade, tem também espaço para acolher refugiados, o que permite também receber fundos comunitários.

Tudo isto acaba por criar uma interação com uma grande diversidade de nacionalidades em Portugal, o que representa por si só uma riqueza e é um fator gerador de inovação e de novas realidades que se poderão transformar num marco nacional.

A este propósito, lembro-me das bolas de Berlim, tão desejadas nas praias portuguesas e que apesar do nome, são bem portuguesas. Em boa hora os refugiados judeus da Segunda Guerra Mundial, que nos honraram com a sua presença quem sabe ajudados por Aristides de Sousa Mendes, as criaram e comercializaram para aqui sobreviver.

Espero que todos os futuros Governos, caso tenham intenções de subir os nossos impostos, usem toda a sua arte para que sejam os outros a pagar!



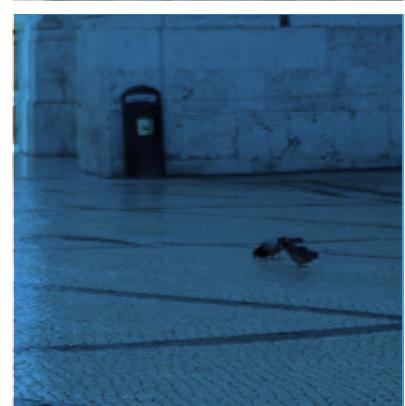
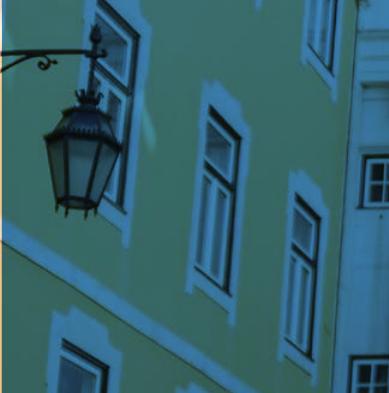
Philippe Fernandes  
CEO Cisterdata



Pronto para tornar sua marca inesquecível?  
A Amostra de Letras tem experiência e criatividade para ajudar a sua marca a causar um impacto duradouro. Deixe-nos ajudá-lo a expandir os seus negócios e a posicionar-se no mercado.

Entre em contacto para discutir o potencial da sua marca.  
[info@amostradeletras.pt](mailto:info@amostradeletras.pt)

amostra  
deletras.pt



# Portugal is a perfect destination



You can live better with less  
money, enjoy a superior quality of  
life and experience a vibrant and  
diverse culture.

## Get your number one agency



**Ei!**<sup>®</sup>  
Assessoria  
Migratória

[eimigrante.pt](http://eimigrante.pt)