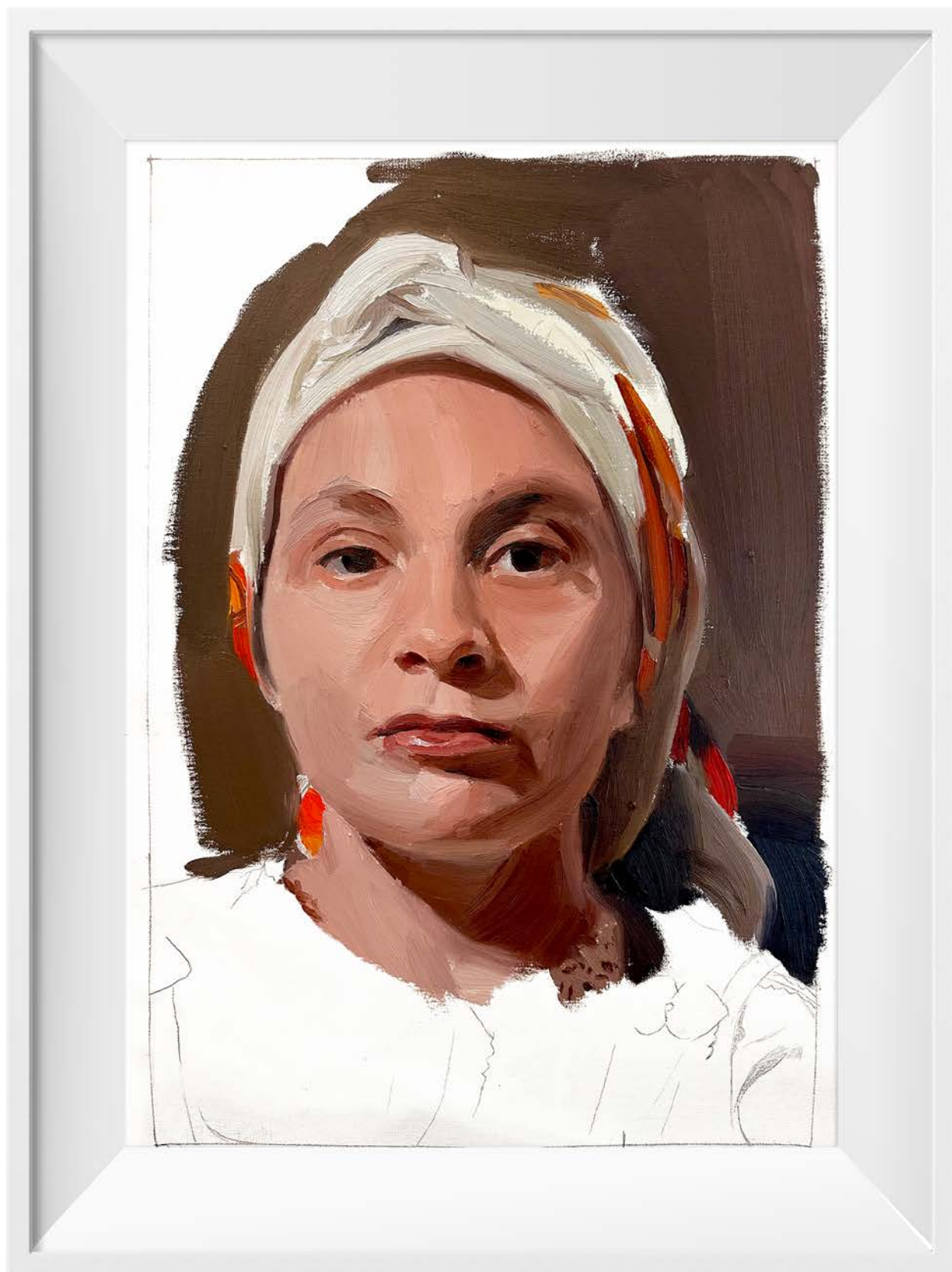


DESCENDÊNCIAS

M A G A Z I N E





Consultoria fiscal e de gestão

Business Adviser, Gabinete de Contabilidade
Processamento de Salários, apoio fiscal e ao estatuto RNH
Duas décadas a apoiar empresas



p/ 06 e 07.

Em Destaque: Agradecimento, por José Governo
Ano Novo, Vida Nova, por Cristina Passas, Presidente da AILD

p/ 12.

Grande Entrevista

Philippe Fernandes, Presidente da AILD (2020-2024)

p/ 32.

Passagens Os 400 anos da descoberta do Tibete
Por Joaquim Magalhães de castro

N E S T A E D I Ç Ã O

p/ 38.

Artes e Artistas Lusos Cristóvão Campos

Por Terry Costa, Presidente do Conselho Cultural da AILD

p/ 48.

Opinião do Associado Alô, alô, marciano. Aqui quem fala é da Terra.
Para variar, não queremos guerra...
Por Madalena Pires de Lima

p/ 62.

Pela Lente de Karin Monteiro

Por Arquivo (Fotográfico) Municipal de Lisboa

Obra de capa

Artista Plástico: Michael de Brito

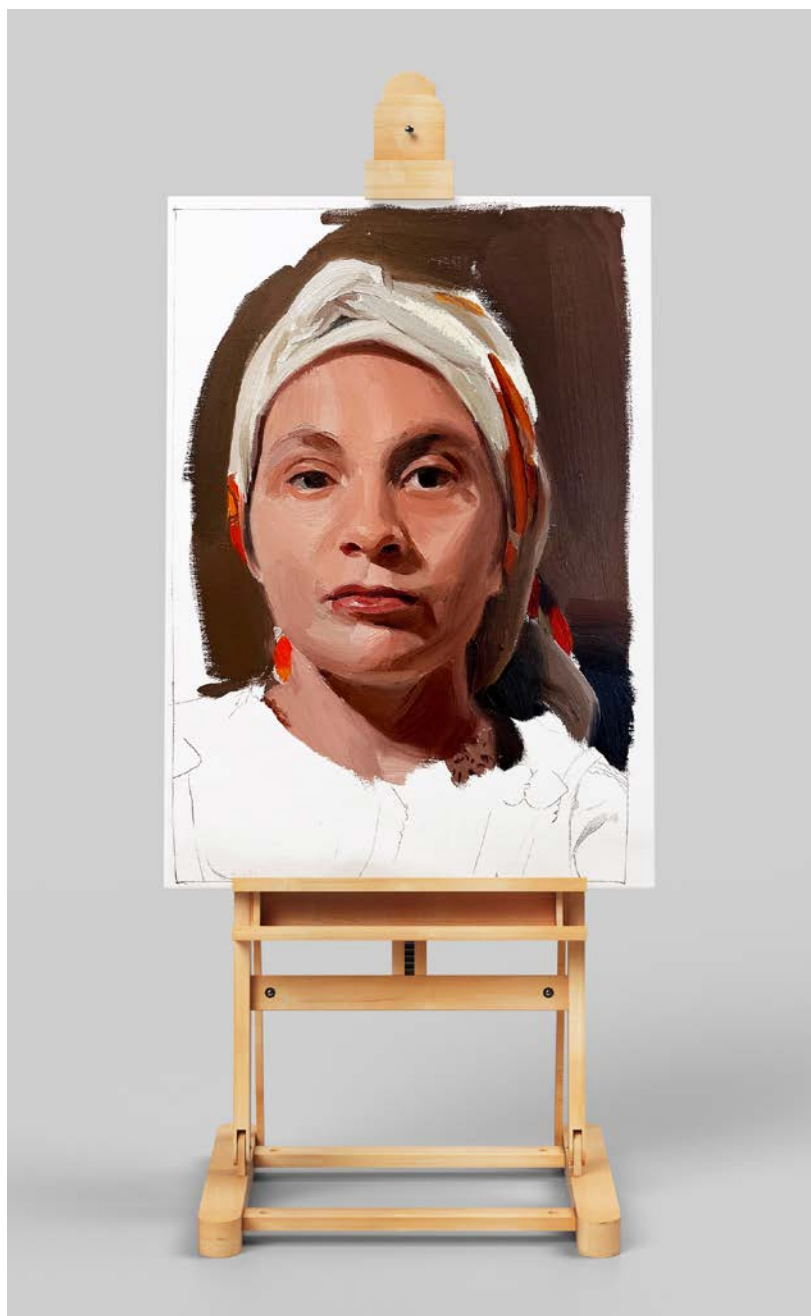
Dimensões: 40 x 30 cm

Técnica: Óleo sobre tela

Marissa

O lenço da bisavó cobre mais que o silêncio do cabelo, o mistério de olhos profundos como a terra após a tempestade. Estes lábios fazem barreira contra um lago de versos, frases que falam da riqueza do mundo interior, cheio de árvores alegres e impetuosas, aves abençoadas que dançam ao redor do sol. O coração sabe que o oposto da guerra não é a paz, mas a criação. Ao anoitecer, solto a pomba invisível da minha boca para voar bem alto e sem destino.

Marina Carreira
escritora



obrasdecapa.pt

F T

Diretora Fátima Magalhães | **Diretora Adjunta** Gilda Pereira | **Editores** António Monteiro, Carolina Cunha, Carolina Muralha, Cristina Passas, Diana Correia, Eduarda Oliveira, Flávio Alves Martins, João Vieira, José Governo, Mafalda Lourenço, Marco Neves, Maria do Carmo Mendes, Marina Carreira, Marta Costa, Melissa da Silva, Paula Cristina Veiga, Philippe Fernandes, Sílvia Faria de Bastos, Vítor Afonso | **Revisão** Daniela Sousa | **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 W: descendencias.pt T: 309 921 350 | **Publicidade** E: 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 n.º2, i) e j), artigo 75º n.º2, 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** 49, janeiro 2025 - GRATUITA.

Editorial

Caros Leitores

Damos início à viagem 2025!

Primeiro destino – para o outro lado do mundo (New Jersey, ou Nova Jér-sia): Michael de Brito e Marina Car-reira, artista plástico e escritora, vão ilustrar com traços e palavras as 12 capas da Descendências Magazine. Desfrutem do momento.

Inauguramos o espaço da nova pre-sidente eleita, não esquecendo o le-gado daquele que conduziu os desti-nos de uma associação ímpar, desde a sua fundação, Philippe Fernandes. A não perder a Grande Entrevista!

Vamos a França, ao Tibete, visita-mos os faróis portugueses, enalte-cemos a representação, no teatro ou

fora dele, a fotografia, a língua por-tuguesa, valorizamos quem merece ser valorizado, falamos com mar-cianos que muito provavelmente também gostam de poesia como a Sarah, provamos vinhos, femini-nos e masculinos, alertamos para os rastreios de saúde, para os gastos silenciosos dos pagamentos digitais e para a crise climática com os alar-mes a soar.

Procuramos trazer-lhe o súpero da escrita, para que no final desta via-gem os nossos queridos e exigentes leitores, embarquem connosco no próximo destino. Votos de um Feliz Ano Novo.



Gilda Pereira
Diretora Adjunta

EM DESTAQUE

Agradecimento

Philippe Fernandes: um Mandato dedicado à união da comunidade lusófona

No momento de transição e renovação, a Associação Internacional dos Lusodescendentes (AILD) presta uma homenagem especial ao Philippe Fernandes, cujo mandato à frente da instituição está prestes a terminar. Sob a sua liderança, a AILD consolidou-se como um importante ponto de encontro para todos aqueles que, espalhados pelo mundo, carregam consigo as raízes e a cultura portuguesas.

Philippe Fernandes, com a sua visão estratégica e incansável dedicação, conduziu a AILD por um período de notável crescimento e desenvolvimento. A sua gestão foi marcada por diversas iniciativas que visaram fortalecer os laços entre os lusodescendentes, promover a língua portuguesa e celebrar a rica herança cultural comum.

Philippe Fernandes deixa um legado importante para a AILD, que certamente servirá de inspiração para quem se seguir na liderança da AILD. A sua paixão pela causa lusófona e o seu compromisso com a união da comunidade foram fundamentais para o sucesso da associação.

Em nome de todos os membros da AILD, agradecemos ao Philippe Fernandes pela sua dedicação e por tudo o que fez pela nossa comunidade. Desejamos-lhe muito sucesso em futuros projetos que venha a liderar e a certeza que o seu trabalho à frente da AILD será sempre lembrado, permitindo-me fazer esta inconfidência, que certamente o Philippe não me irá levar a mal. Nas reuniões de fundadores da AILD em que costumava estar eu, o Jorge Vilela, a Cristina Passas, a Gilda Pereira e o próprio Philippe Fernandes, perante um problema, uma dificuldade, uma situação complicada para resolver, após pensarmos no assunto e achando já ter esgotado todas as possibilidades, mas sem encontrar a melhor solução, aparecia sempre uma ideia fantástica, fora da caixa, do Philippe, que acabava sempre por ser a solução.

Chegada a leitura até aqui, devem estar a colocar-se duas

questões: O Philippe Fernandes vai deixar a AILD? Quem é a pessoa que se segue?

Claro que a dedicação do Philippe Fernandes à AILD não lhe permitiria deixar a AILD, apenas dá espaço à renovação, frescura, novas ideias e mudança da liderança da AILD, pois, irá continuar nos órgãos e com o mesmo empenho e dedicação.

No passado dia 11 de dezembro a AILD foi a votos para eleger os órgãos sociais para o próximo mandato, através de voto eletrónico, formato pioneiro que permitiu que todos os nossos associados em Portugal ou fora de Portugal pudessem ter votado. Na lista única sufragada, Philippe Fernandes foi eleito presidente da Mesa da Assembleia Geral, José Martinho foi eleito presidente do Conselho Fiscal, e a pessoa que se segue para presidir à direção é Cristina Passas, uma das fundadoras e dirigente da AILD desde a primeira hora, que se disponibiliza para agarrar esta responsabilidade e este desafio.

Cristina Passas não terá tarefa fácil, tendo em conta a herança e o espólio deixado pelo Philippe Fernandes, inclusivamente, um gigante plano de atividades e desafios para 2025, mas cujo trabalho será facilitado pelo espírito de equipa que existe e continuará a existir neste grupo fantástico, além do entusiasmo, motivação e determinação da nova presidente, que está ansiosa para iniciar funções, cuja tomada de posse está marcada para o próximo dia 24 de janeiro de 2025, no município de Oeiras.

Não podia terminar esta reflexão, no momento em que o Philippe Fernandes deixa a liderança da direção da AILD, sem a agradecer a todos os membros da AILD, todos os colaboradores, todos os sócios, todas as delegações e todos os parceiros, por todo o trabalho, empenho e dedicação em prol do sucesso da AILD e que permitiu que este primeiro mandato nos conduzisse até este patamar de excelência.



José Governo
Diretor Executivo da AILD

É um clichê, mas que assenta que nem uma luva na vida da Associação Internacional dos Lusodescendentes. No entanto, não há vida nova, sem um passado, sem história, sem ousadia e é isto que celebramos! Conquista de um espaço associativo que liderado desde 2019 por Philippe Fernandes, na qualidade de sócio-fundador n.º1 e presidente da AILD teve a determinação de alicerçar um projeto associativo completamente disruptivo face ao “modus operandi” das associações existentes.

A AILD representa uma Associação sem Fronteiras, uma associação agnóstica face às religiões, apolítica e inclusiva que estabeleceu rede em 4 continentes, e que se posiciona na ERA.4.0 na sua organização e metodologia de trabalho.

Durante cinco anos foram desenvolvidos projetos de referência na área da Arte, Cultura, Empresas

e Ação Social. Os parceiros foram absolutamente cruciais e a revista Descendências, imprescindível como meio de comunicação privilegiado com o Mundo. Assim, a todos os que colaboraram com a revista fica uma palavra de reconhecimento, pois só com um compromisso holístico foi possível posicionar a Descendências como revista de referência. Por tudo isto a AILD é muito mais do que uma simples associação. Somos um espaço de encontro, de diálogo e de celebração da nossa rica e diversa identidade lusodescendente. Acreditamos que a AILD tem um papel fundamental a desempenhar na construção de um futuro mais justo e equitativo para todos os lusodescendentes. Queremos ser uma referência para a nossa comunidade, um ponto de encontro onde todos se sintam acolhidos e valorizados.

| A I L D

Ano Novo, Vida Nova!

Uma “vida nova”, um novo tempo e neste novo capítulo da história da AILD, queremos consolidar os nossos projetos, mas definimos um plano de atividade arrojado que nos permitirá expandir e ampliar a nossa base de associados e criar parcerias novas com instituições e organizações que partilham os nossos objetivos. O foco na Internacionalização com delegações ativas é uma prioridade e a organização de eventos culturais, artísticos, literários e empresariais que valorizem a nossa língua e as nossas tradições, encontros, são fundamentais para a promoção da cultura lusófona.

É com grande entusiasmo e sentido de responsabilidade que assumo a presidência da Associação Internacional dos Lusodescendentes (AILD). Sinto-me honrada por ter a oportunidade de liderar

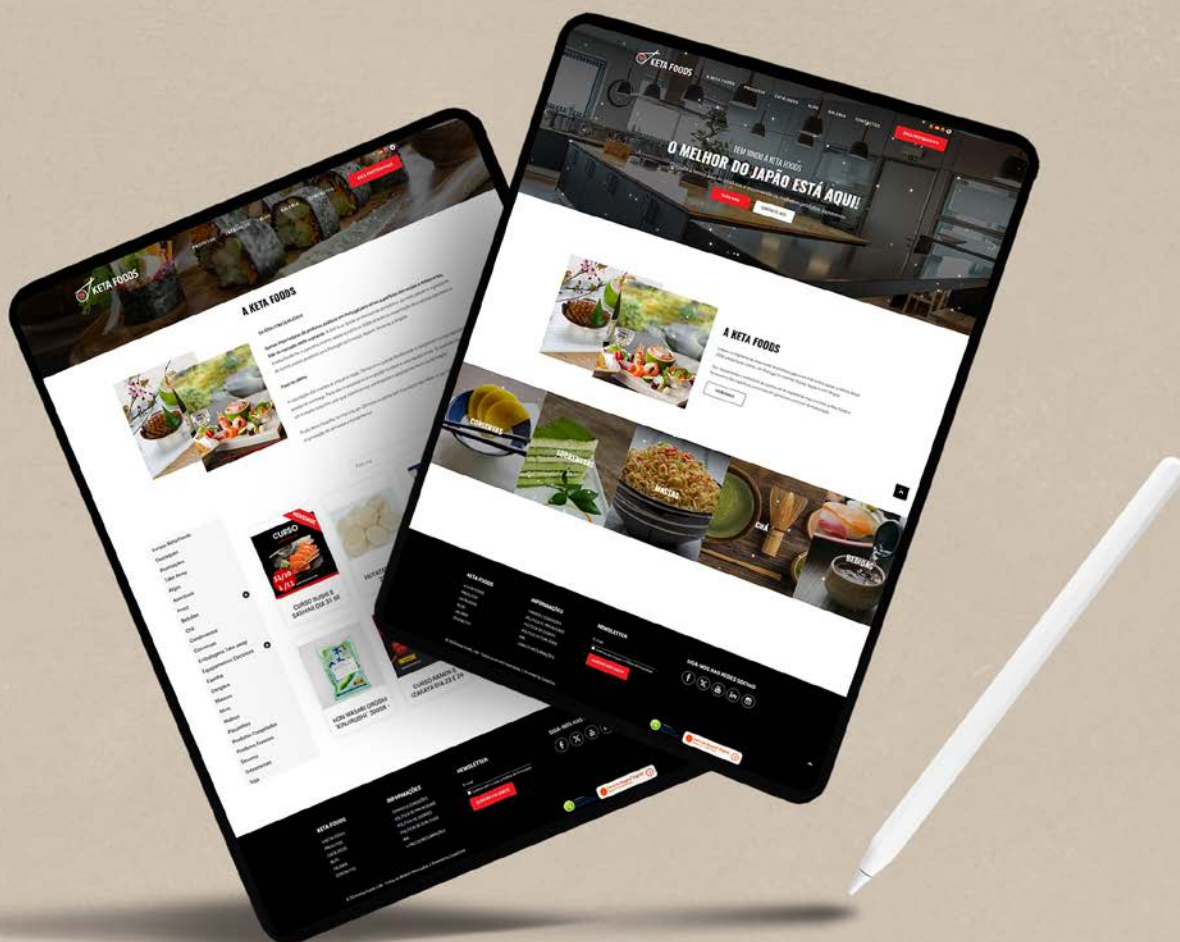
esta instituição tão importante para a nossa comunidade e de dar continuidade ao excelente trabalho realizado por meu antecessor, a quem agradeço imensamente por seus cinco anos de dedicação e visão estratégica.

Gostaria de agradecer a todos os que contribuíram para o sucesso da AILD ao longo destes anos. Agradeço aos membros da Direção e demais membros dos órgãos sociais, aos voluntários, aos parceiros e, em especial, a todos os associados que acreditam no nosso projeto.

Por fim termino, parafraseando e adaptando a célebre frase de John Kennedy, “Não perguntem o que a AILD pode fazer por vocês, perguntem o que vocês podem fazer pela AILD.” pois só assim poderemos cumprir a Missão da AILD!



Cristina Passas
Presidente da AILD



EMPRESA ASSOCIADA

Keta Foods

Pode-nos contar um pouco sobre o percurso profissional da Anabela Marcelino antes de se tornar CEO da Keta Foods?

Estive numa empresa de importação de ferragens e ferramentas durante 5 anos, depois na multinacional, British American Tobacco onde estive 10 anos, tinha as funções de assistente logística e financeira, implementava a novas marcas de tabaco, reconciliação de estampilhas fiscais, e gestão de dívida vencida. Depois abracei o projeto da Keta Foods, um desafio de uma empresa que estava a começar do zero, foram incríveis os obstáculos e as adversidades ultrapassadas, duas crises, e tudo serviu para crescer.

Anabela, pode-nos falar um pouco sobre a história da Keta Foods e o que motivou a criação da empresa? Qual é a missão central da Keta Foods no mercado alimentar?

A Keta Foods surgiu no mercado português em 2008 com o objetivo principal de suprir uma lacuna existente no setor de distribuição e comercialização de produtos alimentares asiáticos.

Crescimento do mercado de produtos asiáticos e exóticos, a inovação alimentar, a elevada procura por qualidade e exclusividade, expansão do turismo e da gastronomia. Desde o primeiro dia, a empresa trabalhou para se posicionar como um parceiro estratégico para a indústria alimentar, principalmente para a restauração, oferecendo produtos inovadores e um serviço personalizado para servir as necessidades dos clientes.

Como é que a Keta Foods tem evoluído nos últimos anos, especialmente em termos de crescimento do portefólio de produtos e da expansão da empresa?



Anabela Marcelino, Keta Foods

© Bruno Rato

Desde 2008, temos tido um crescimento considerável, o que leva a estar sempre em constante procura de produtos de qualidade e com as melhores garantias para o consumidor. Esta liderança no mercado fez com que consigamos condições para servir os grandes e não perder oportunidades, como a exportação.

Quais são as principais inovações que a Keta Foods trouxe ao mercado, especialmente em termos de novos produtos ou processos sustentáveis?

Trouxemos as massas para o Ramen, o arroz para sushi, as algas, os vinagres, molho soja vindos das melhores fábricas do mundo. Em termos de sustentabilidade, a empresa tem implementado medidas significativas para reduzir o impacto ambiental das suas operações. Em 2018, a Keta Foods evitou a emissão de 8,04 toneladas de CO2 equivalente, o que corresponde a menos 72.956,63 km

percorridos de carro. Em 2019, essa redução aumentou para 26,41 toneladas de CO2 equivalente, correspondendo a menos 264.130 km percorridos de carro. Além disso, a empresa recebeu o Certificado de Carbono da Sociedade Ponto Verde. Promovemos ações em eventos para incentivar empresas a fazer o mesmo caminho.

Quais são as políticas de sustentabilidade que a Keta Foods implementa nas suas operações no trajeto dos seus alimentos? Como é que a empresa está a contribuir para a preservação do meio ambiente e a promoção de práticas responsáveis?

Queremos fazer muito mais. Já plantamos 500 árvores na mata de Leiria, e em Sintra, também abraçando causas sociais, principalmente dentro da comunidade local e no Banco Alimentar com voluntariado e doações, e também na CAPITI, ajuda no desenvolvimento infantil. Promovemos boas práticas dentro das instalações, como a reciclagem, redução ener-



gética, gestão de resíduos. As nossas compras são calculadas em volume e peso no sentido de fazer contentor cheio e também fazemos compras colaborativas com outros parceiros.

Quais são as principais tendências que está a observar no sector alimentar, especialmente em relação aos hábitos de consumo dos portugueses? Como é que a Keta Foods está a alinhar-se com essas tendências?

O consumidor está cada vez mais exigente, além de querer inovação, devido às redes sociais, está muito volátil, temos de ser ágeis e estar sempre a inovar. As tendências são analisadas mês após mês, e estamos sempre atentos ao que começa na Europa, e por norma antecipamo-nos, e até maioria das vezes criamos a tendência.

Como é que a Keta Foods planeia continuar a crescer de forma sustentável, garantindo tanto a qualidade dos seus produtos como a satisfação dos seus clientes?

Para continuar no mercado, vamos continuar a apostar na qualidade, e estar atento ao que o consumidor precisa. Pretendemos expandir noutras mercados, e trazer outros produtos para alcançar outros tipos de cozinha. Apostar nos colaboradores, e na sustentabilidade.

Anabela, como líder da Keta Foods, quais são as principais qualidades que considera essenciais para gerir uma empresa neste sector dinâmico?

Eu sempre fui empática, e gosto de estar ao mesmo nível. Lido com as pessoas de igual forma, sem distinção, sempre de porta aberta, disponível para qualquer situação. Ouvir mais e falar menos, dar muito feedback, criar condições para reter as pessoas, e ter um bom ambiente de trabalho, e claro dar-lhes autonomia.

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



© Bruno Rato

Eu sinto que a empresa teve a capacidade de criar valor em Portugal, criando postos de trabalho, pagando impostos, ao fornecer milhares de restaurantes em Portugal, esses tiveram de contratar pessoas, nós somos responsáveis por 30 famílias na Keta Foods, e mais outros milhares que trabalham na restauração, sem o nosso trabalho este setor da economia não teria crescido.

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?

Eu acredito que uma rede internacional irá fazer com que todos possamos partilhar conhecimentos e aprendizagens, ajuda a encurtar caminho.

Tendo em consideração que esta entrevista será lida por muitos empresários espalhados por todo o mundo, que palavras deixaria sobre a AILD relativamente a esta plataforma global?

Faz todo o sentido apoiar as empresas com partilhas, ideias, e fazer comunidades, unidos vamos mais longe, muitos parabéns pela iniciativa.



João Vieira

Diretor Geral AILD - Negócios & Empresas

DESCENDÊNCIAS
MAGAZINE

GRANDE ENTREVISTA

PHILIPPE FERNANDES

PRESIDENTE DA AILD

Philippe Fernandes, fundador e Presidente da Associação Internacional dos Lusodescendentes (AILD), é a força motriz por trás de uma organização que, em apenas cinco anos, se tornou referência para as comunidades portuguesas no estrangeiro. Em entrevista à Revista Descendências, partilha o percurso transformador da AILD, nascida de um sonho coletivo e de um momento profundamente pessoal. Inspirado pela determinação de quem atravessou fronteiras em busca de um futuro melhor, Philippe Fernandes reflete sobre o impacto da associação na preservação da identidade cultural, na promoção da língua portuguesa e na criação de redes de apoio global. Com um olhar no futuro, destaca ainda os desafios e as ambições que continuarão a unir lusodescendentes e a reforçar os laços com Portugal.



© Tiago Araújo

Como surgiu a ideia de criar a Associação Internacional dos Lusodescendentes (AILD)?

Surgiu da vontade de seis fundadores: Cristina Passas, Gilda Pereira, Madalena Pires de Lima, Jorge Vilela, José Governo e eu próprio. Foi o resultado natural das nossas vivências e experiências, pois, de uma forma ou de outra, todos somos fruto da comunidade portuguesa que vive fora do seu País. A AILD foi criada num dia de inverno cinzento, frio e chuvoso, mais precisamente no dia 19 de dezembro de 2019. Estiveram presentes no ato jurídico a Gilda Pereira e eu, assistidos por uma advogada francesa e portuguesa, Sandrine Bisson.

Esse dia teve uma carga emocional muito profunda, pois era o aniversário do falecimento da minha mãe. Criar a AILD foi uma forma de a homenagear. De certa forma, ela esteve presente. Curiosamente, a Gilda tem uma fisionomia que lembra muito a minha mãe em jovem, o que reforçou ainda mais essa sensação.

A minha mãe foi para França muito jovem, foi de “assalto” como tantos outros portugueses. Por lá viveu, formou família, trabalhou e foi muita ativa nas organizações ligadas aos portugueses. Sempre procurei que a AILD incorporasse muitas das suas características. Por isso, a AILD tem sempre as portas escancaradas. Há sempre lugar para mais um à mesa.





Queremos agregar todos, todas as pessoas e organizações de todas as comunidades portuguesas espalhadas pelo mundo, independentemente das suas crenças políticas, convicções pessoais ou religião. A nossa visão é formar uma grande família.

Também pretendemos homenagear os nossos pais, que tiveram a coragem de sair de Portugal em busca de um futuro melhor, enfrentando barreiras e sacrificando-se para que a sua descendência tivesse uma vida melhor. É nossa obrigação dar voz e unir a comunidade portuguesa dispersa pelo mundo.

A AILD procura, assim, promover as raízes culturais, a língua e o património lusófono, ao mesmo tempo que cria uma rede de apoio e valorização dos lusodescendentes. Os fundadores da AILD não encontrando nenhuma associação com este espírito, decidiram criar uma instituição que representasse os interesses dos lusodescendentes, enfrentando desafios específicos como a integração em países estrangeiros, o acesso a oportunidades educacionais e a preservação da herança cultural portuguesa.

Queremos fortalecer os laços com Portugal e abrir portas para que as novas gerações redescubram e celebrem a sua identidade. Para além disso, promovemos o diálogo cultural com as nações de acolhimento, incentivando uma coexistência rica e harmoniosa.

Foi eleito presidente da AILD por unanimidade aquando da sua fundação. Essa confiança da Direção foi importante para aceitar o desafio de conduzir os destinos do novo projeto associativo?

Não foi isso que fez aceitar o desafio. Entre os fundadores houve sempre uma grande sintonia, confiança e consenso, tem sido sempre muito fácil chegar a posições unânimes entre nós. Qualquer um de nós poderia ter sido designado presidente. Éramos seis, e somente um podia assumir o cargo. Todos tínhamos o mesmo espírito de serviço para uma causa maior. Nunca tinha sequer ponderado essa possibilidade, mas aceitei por espírito de serviço. O destino da AILD e dos seus projetos está na mão de

cada um dos seus membros. A direção apenas tenta criar as condições para que todos os membros possam levar longe, muito longe o destino da AILD.

Assumir um cargo diretivo é uma grande responsabilidade e um desafio enorme para manter a equipa alinhada com o espírito da AILD, coesa e motivada. É também uma responsabilidade ser a face visível de tantos associados dedicados, que muitas vezes realizam um trabalho mais extraordinária do que o presidente. A todos esses presto a minha homenagem e gratidão, que me deu alento para os imitar.

Concordo consigo: este projeto associativo é novo, e tudo faremos para que seja sempre novo e que continue a impactar positivamente as comunidades Portuguesas.

A AILD cresceu bastante desde a sua fundação. Quais são as principais atividades da associação hoje?

O crescimento da associação é o reflexo da generosidade de tantos membros e simpatizantes que se identificam com os valores da AILD. Atualmente, a AILD concentra-se em diversas atividades, como eventos culturais, apoio a projetos educativos, e iniciativas que promovem o empreendedorismo entre os lusodescendentes. A associação também organiza encontros e conferências que aproximam as comunidades espalhadas pelo mundo, fortalecendo laços e promovendo colaborações, criando e incentivando redes de contacto entre lusodescendentes e instituições de todo o mundo. Outro destaque é o trabalho na área da língua portuguesa, essencial para preservar a identidade cultural. Aliás, brevemente, teremos novidades surpreendentes relacionadas com a língua portuguesa. Procuramos impactar profundamente a manutenção e aprofundamento das raízes culturais portuguesas, a preservação da maneira de ser portuguesa e incentivando parcerias pública e privadas para apoiar os lusodescendentes em diversas áreas. Um exemplo é a IIIª Edição do Concurso Literário “As Minhas Férias” cujo destino será Angola. Aliás, convido os leitores a descobri-lo.



© Tiago Araújo

A revista Descendências Magazine é uma das iniciativas de destaque da AILD. Qual é o objetivo desta publicação?

A Descendências Magazine é muito mais do que uma publicação; é uma ponte entre lusodescendentes e as suas raízes, entre as várias comunidades portuguesas, entre Portugal e as comunidades portuguesas no exterior. O seu objetivo é celebrar e promover histórias de sucesso, tradições, e desafios da comunidade portuguesa. É um espaço onde a comunidade pode partilhar as suas experiências, aprender uns com os outros reforçando os laços culturais.

A Descendências Magazine incorpora de uma forma visível o espírito da AILD. Quem nos quiser conhecer, basta ler a nossa revista. É portanto o nosso cartão-de-visita, o hall de entrada para esta maravilhosa comunidade. Posso testemunhar que ninguém fica indiferente ao lê-la, especialmente ao ter a edição impressa nas mãos.

Além disso, a revista destaca a importância de se preservar e expandir o uso da língua portuguesa, valorizando o papel das comunidades portuguesas no mundo. É uma plataforma que

apoia novos talentos, dando visibilidade a artistas, escritores e empreendedores lusodescendentes.

A Descendências Magazine é a melhor forma de apresentar o espírito da AILD. É um desafio mensal tornado possível, mês após mês, ano após ano, graças à generosidade de membros, parceiros, pessoas de boa vontade, e sobretudo ao extraordinário esforço do Jorge Vilela, cuja dedicação exemplar não se reduz unicamente na criação da Descendências Magazine. Na verdade, deveria sim prestar homenagem à Fátima Magalhães que permite ao Jorge ser o nosso Jorge.

Olhando para o futuro, quais são os próximos passos da AILD?

Os próximos passos da AILD incluem a expansão das suas atividades, tanto em termos de alcance geográfico quanto na diversidade de projetos. A associação pretende estabelecer parcerias mais fortes com entidades portuguesas e internacionais, promovendo a educação, a inovação e o empreendedorismo entre os lusodescendentes. Para tal, a AILD mantém o foco no aumento do número de membros,



© Tiago Araújo

o que permitirá concretizar esses objetivos.

Outro foco será o desenvolvimento de programas específicos para jovens, incentivando-os a redescobrir as suas raízes e a construir pontes com Portugal. Projetos relacionados com a sustentabilidade e a inovação tecnológica também integram a visão futura da associação.

A AILD tem planos ambiciosos para o futuro, continuando com o processo de internacionalização. Pretende estabelecer novas delegações em diversos países, replicando a sua estrutura e missão, de forma a estar mais próxima das comunidades lusodescendentes espalhadas pelo mundo. Além disso, continuará a desenvolver projetos que promovam a língua e cultura portuguesas, fortalecendo os laços entre os lusodescendentes e Portugal.

A AILD tem desempenhado um papel fundamental em diversas áreas. Quais são os projetos mais importantes que a associação promove atualmente?

Os projetos mais importantes incluem a Descendências Magazine, Portuguese in Translation Book Club, o Projeto Realces e iniciativas de preservação da língua portuguesa, e

programas educativos voltados para jovens. A AILD também organiza eventos que celebram datas importantes para a comunidade lusófona, fortalecendo o sentimento de pertença. Adicionalmente, promove ações de networking entre empresários e profissionais lusodescendentes, criando um ecossistema de oportunidades e colaboração. Entre os projetos de destaque da AILD estão a promoção do acesso ao ensino superior em Portugal para lusodescendentes, através de programas como o “Estudar e Investigar em Portugal”, que disponibiliza vagas específicas para estes estudantes. A associação também organiza exposições itinerantes, como o projeto “Obras de Capa”, que promove artistas plásticos e escritores lusófonos em diversos países.

Como presidente da AILD, quais são os maiores desafios que tem enfrentado na liderança da associação?

Um dos maiores desafios é a dispersão geográfica dos membros, o que exige uma abordagem digital forte e eficiente, especialmente no que toca à coordenação de atividades e comunicação eficaz. Além disso, é preciso manter a motivação e o envolvimento da equipa, especialmente



© Tiago Araújo

numa associação voluntária. Outro desafio é garantir financiamento suficiente para os projetos, enfrentando muitas vezes limitações de recursos. Outro ponto é o estabelecimento de contacto com outros lusodescendentes que ainda não se juntaram à AILD, muitas vezes por falta de conhecimento sobre a nossa existência. A liderança requer equilíbrio entre manter a missão original da AILD e adaptar-se às necessidades emergentes da comunidade e dos seus membros. Não têm sido fácil encontrar a melhor roupagem jurídica para sustentar a realidade jurídica de cada delegação por esse mundo fora. Cada país tem as suas especificidades, que põe em causa o nosso desejo para que a

AILD deva ter uma estrutura simples e ágil. Caso contrário, o nosso tempo e recursos serão consumidos pela burocracia de manter a organização no seu todo, em vez de concentrarmo-nos no que realmente importa: realização de eventos e projetos desejados pelos associados e comunidades onde estamos presentes.

Aliás, temos contactado entidades semelhantes para compreender como elas lidam com esta problemática, mas ainda não encontramos uma solução satisfatória, que tem até refreado a criação de delegações em certos países, pois não queremos contribuir para o aparecimento de uma estrutura jurídica colossal.



© Tiago Araújo

Durante a pandemia de COVID-19, a AILD tomou uma posição ativa. Como foi esse processo e que ações foram implementadas?

A pandemia obrigou a AILD a reinventar-se, apostando em eventos online e reforçando a comunicação digital. Foram realizadas conferências virtuais, workshops e outras iniciativas que permitiram manter a proximidade com os membros e continuar a promover a cultura portuguesa, mesmo à distância. Neste período fomentámos a criatividade para mantermos a nossa atividade, para fazermos face às contrariedades originadas pela COVID e canalizámos os contributos dos membros para sugerir ao governo formas de mitigar os efeitos da crise.

Por exemplo, em Portugal, contribuímos para difundir as recomendações das autoridades de saúde e apresentámos sugestões ao governo baseadas nas experiências dos nossos associados espalhados pelo mundo.

Com o primeiro mandato da AILD a terminar, e olhando para o percurso feito até aqui, como consegue posicionar a AILD daqui a 5 anos, ou seja, projetando o final do segundo mandato que inicia em 2025?

A melhor pessoa para responder à sua pergunta seria a nossa atual presidente, Cristina Passas, que traz consigo uma presença extraordinária.

Consigo, no entanto, imaginar que, daqui a cinco anos, a AILD poderá ser vista como uma referência global para os lusodescendentes, ligando ainda mais pessoas de todas as sensibilidades e multiplicando os seus projetos de impacto. A visão inclui um maior envolvimento das novas gerações, uma maior representação política e social, e a concretização de um fundo de apoio financiado por fundos públicos, comunitários e privados que financiem projetos próprios e de outras associações. Serão projetos de mérito e com relevância para as comunidades portuguesas. Que a nos-



© Tiago Araújo

sa atuação tenha motivado milhares de lusodescendentes a obterem a sua nacionalidade portuguesa, o seu cartão de cidadão, e que, exercendo as suas duas nacionalidades, enriqueçam a sua existência. Não há nada melhor do que “respirar com dois pulmões”...

Espera-se que a associação seja uma voz ativa na preservação da cultura e do património português a nível internacional. Que, pelo nosso exemplo, cada associação deixe de trabalhar de forma isolada e passe a cooperar, em rede com todas as outras.

Temos milhares de associações espalhadas pelo mundo, e, se partilhassem meios e cooperassem mais entre si, a atuação de cada uma delas poderia atingir patamares impres-

sionantes. Neste momento, temos inúmeras “capelinhas” pelo mundo fora, quando poderíamos ter uma catedral maior que a Catedral de Paris, para benefício de todos.

Daqui a cinco anos, a AILD ambiciona ser uma referência internacional na promoção da cultura e língua portuguesas, com delegações ativas em diversos países e uma rede sólida de parceiros. Pretende também ter um portefólio diversificado de projetos que beneficiem as comunidades lusodescendentes e reforcem os laços com Portugal.

O que distingue a AILD das demais associações, quer em termos de organização estrutural, quer em termos do seu funcionamento?



© Tiago Araújo

A AILD diferencia-se pelo seu caráter agregador e colaborativo, procurando manter-se neutra politicamente, mas incentivando os seus membros a terem convicções fortes e a exercerem plenamente todos os direitos e obrigações resultantes das suas cidadanias, impactando politicamente as sociedades em que estão inseridos.

Este caráter agregador e colaborativo leva-nos a privilegiar as parcerias. Apenas promoveremos ações de forma isolada quando não é possível realizá-las em conjunto com outras entidades.

A AILD procura ser a casa de todos, acolhendo a diversidade dos lusodescendentes e superando o espírito de “a minha capelinha” ou de divisões entre fações. Pretendemos que cada membro incorpore a maneira de ser português, o espírito português, e de serem cidadãos do mundo, impactando positivamente as sociedades em que vivem.

O nosso espírito leva-nos a celebrar o sucesso dos outros, desejando colaborar para que esse sucesso seja ainda maior.

Queremos contribuir eliminar a divisão entre “os de cá e os de lá”, promovendo a igualdade de representação na Assembleia da República, por exemplo. Aspiramos a que deixe de haver “as comunidades portuguesas”, para haver uma única “comunidade portuguesa”, que inclua tanto os residentes em Portugal como os que vivem no estrangeiro. Tenho a convicção muito pessoal de que foi este espírito de separação entre “os de cá e lá” que contribuiu para a independência do Brasil.

A nossa atuação não se limita aos lusodescendentes, mas estende-se também às comunidades que nos são próximas. Com as comunidades com as quais partilhamos uma história, uma língua, promovendo tudo o que possa enriquecer ambas as comunidades e incentivando um diálogo intercultural profundo.

Procuramos acompanhar a evolução dos tempos e, por isso, o nosso logótipo também evoluiu. Não estamos presos ao passado, ao que fizemos; abraçamos o futuro.

A AILD destaca-se ainda pela sua estrutura internacional,



© Tiago Araújo

que procura recentrar a atenção da comunidade portuguesa para Portugal. Por essa razão, a sede está localizada em Lisboa, capital dos portugueses, enquanto desenvolvemos delegações em todos os países onde a comunidade portuguesa está presente.

Gostaria de aproveitar para agradecer ao Centro de Escritórios Latino Coelho, que acolhe organizações internacionais e nacionais. Desde o primeiro momento, acolheram-nos de forma gratuita, e estamos profundamente gratos por esse apoio.

Falou na importância dos parceiros e da cooperação enquanto fator diferenciador da AILD. Considera que ao longo do tempo os parceiros, a credibilidade, a colaboração tem vindo a aumentar, facilitando a ação da AILD?

No início, enfrentámos imensas dificuldades devido à nossa “juventude”, mas, ao longo do tempo, a AILD conseguiu fortalecer as suas parcerias, algo que tem sido crucial para a expansão das suas atividades. Desde colaborações com câmaras municipais em Portugal até parcerias com organizações internacionais, esta rede de aliados proporciona re-

ursos e visibilidade à associação. O tempo tem sido o nosso importante aliado, ajudando-nos a quebrar desconfiânças, preconceitos e o desconhecimento. O tempo tem revelado que a AILD não é um projeto pessoal de um indivíduo, não é uma “capelinha” privada, nem um projeto de uma fação política ou de um iluminado com uma agenda sectária. O crescimento do número de membros e de parceiros, institucionais ou não, reflete a credibilidade construída ao longo dos anos, resultado de projetos bem-sucedidos, do mérito das iniciativas e da transparência com que a AILD opera.

A confiança dos parceiros permitiu não só diversificar as iniciativas, mas também ampliar o alcance da associação, beneficiando um número crescente de lusodescendentes. Estou convencido de que os nossos parceiros se sentem em sua casa quando colaboram connosco.

Como foi gerir uma associação com esta especificidade dos seus membros estarem todos geograficamente dispersos, onde o digital tem sido o grande instrumento de comunicação? Tinha algum núcleo duro que lhe permitisse ser o motor para o resto da AILD?



© Tiago Araújo

Gerir uma associação com membros espalhados pelo mundo foi um desafio que a AILD enfrentou de forma inovadora. O recurso às plataformas digitais tornou-se essencial para unir vozes de diferentes continentes, criar diálogos e promover eventos inclusivos. O recurso aos meios tecnológicos permite quebrar as barreiras geográficas e do tempo. Dêmos o exemplo, realizando as eleições dos novos corpos sociais através do voto eletrónico, que permitiu a participação de todos e saber o resultado das eleições de forma instantânea. A relação de confiança, o espírito de serviço, a dedicação e a generosidade dos membros foram fundamentais. Esses valores garantiram o aparecimento de membros mais ativos e alinhados com a visão da associação, que funcionaram como motor para inspirar outros voluntários e assegurar que os projetos avançassem com eficiência. Lembro-me do momento em que tudo começou com apenas seis fundadores. Não tínhamos meios, nem apoios, apenas uma enorme vontade de criar algo relevante. Olhando para trás, vejo o quanto fomos verdadeiros loucos por acreditar no que hoje se tornou uma realidade. Valeu a pena a loucura.

Olhando para o trabalho desenvolvido pela AILD ao longo destes cinco anos, em termos de financiamento, como é que a AILD sobrevive? Que apoios tiveram? Receberam financiamento do Estado Português?

A sobrevivência da AILD deve-se a um esforço constante de angariação de fundos, seja através de parcerias, eventos ou doações. O apoio financeiro de entidades públicas tem sido pontual e muito reduzido. Assim, a associação tem procurado diversificar as suas fontes de financiamento, incluindo colaborações com empresas privadas e organizações internacionais. Uma grande parte do financiamento é assegurada pelos membros da AILD, com especial destaque para as contribuições dos fundadores e das suas empresas.

Felizmente, temos também contado com apoios não financeiros, igualmente importantes, que nos permitiram concretizar vários objetivos. Somos gratos pelos atos de generosidade dos membros, simpatizantes, empresas e instituições privadas e públicas, que revendo-se no nosso projeto não deixaram de dar o seu precioso contributo. Existem muitas formas de ajudar.

Comparando com outras iniciativas que recebem financiamento público, é incompreensível como a AILD recebe tão pouco, melhor dizendo, recebe praticamente nada... Apesar disso, maximizamos os recursos e mostramos que a paixão e o compromisso são tão importantes quanto o orçamento. Sentimo-nos sensibilizados pela generosidade dos nossos membros e simpatizantes, que continuam a apoiar-nos.

Que balanço faz deste primeiro mandato à frente da liderança da AILD? Voltaria a fazer tudo igual?

O balanço é extremamente positivo. Durante este primeiro mandato, alcançamos muitos marcos importantes, desde o crescimento da rede de membros até à realização de projetos de grande impacto. Claro que, olhando para trás, há sempre lições a aprender, mas cada desafio superado reforçou a missão e a visão da AILD.

Voltaria a fazer tudo com a mesma generosidade, a trilhar o mesmo caminho, mas com a sabedoria acumulada para tornar os processos mais eficientes e amplificar os resultados. Teria convidado muito mais cedo membros que tiveram um impacto tão grande no que a AILD se tornou...

E, certamente, teria preparado melhor esta entrevista.

Tem neste momento ideia do impacto e do sentimento dos lusodescendentes e das comunidades portuguesas em geral a residirem lá fora, pela criação, existência e ação de uma associação que nasceu com esta preocupação pelas comunidades portuguesas, pelo apoio, pelo promoção e pela sua valorização? O feedback das comunidades tem sido extremamente encorajador. Muitos lusodescendentes sentem que finalmente têm uma voz e uma plataforma que os representa. Há um sentido de orgulho e pertença renovado, com muitos a

redescobrir as suas raízes e a contribuir para o fortalecimento da cultura portuguesa no mundo.

O impacto não é apenas cultural, mas também social e económico, com oportunidades de networking, projetos de empreendedorismo e programas educativos que criam valor tangível para as comunidades. Tentaremos complementar projetos já existentes e colmatar carências crónicas.

Reconforta ver o número de associados em crescimento e o interesse em pagar as quotas da AILD, os donativos têm aumentado... algo que tem impactado positivamente a nossa capacidade em nos organizar e a promover eventos.

Destaco aqui o trabalho de uma vida do nosso membro destacado Joaquim Magalhães de Castro, que dá voz a comunidades esquecidas por Portugal e que ficaram a sua sorte, algumas comunidades são atualmente perseguidas, pelos simples factos de serem descendentes de portugueses e por viverem ainda a sua fé católica. Infelizmente, os partidos políticos e os jornalistas não se interessam por esta causa. Tímor foi um milagre neste panorama. Ele destaca situações como a da comunidade lusodescendente do Myanmar, com mais de 450 anos de existência, conhecida localmente como Bayingyi e resultante da miscigenação de aventureiros e comerciantes portugueses com mulheres locais, vive um momento muito difícil. Na sequência da onda de violência que varre o Myanmar há quase dois anos, várias das aldeias bayingyis foram inteiramente queimadas, os bens das pessoas destruídos e houve até vários assassinatos. Aterrorizados pela ação da soldadesca e os tiros da artilharia, os habitantes dessas aldeias fugiram e encontram-se agora refugiados nas instalações da diocese em Mandalay, a segunda cidade do país. Como nos podemos interessar por comunidades que não tem nenhuma ligação a nós e deixar estas voltadas ao esquecimento?





© Tiago Araújo

Sendo a AILD uma estrutura associativa, de cariz voluntária e sem fins lucrativos, como foi conciliar a AILD e a sua intensa atividade profissional? Ficou alguma coisa para trás?

Conciliar a liderança da AILD com uma vida profissional intensa foi um exercício de equilíbrio e gestão de prioridades. Sem dúvida, exigiu sacrifícios, mas a paixão pela missão da associação tornou esses esforços recompensadores. Embora tenha havido momentos de dificuldade, o apoio de uma equipa comprometida ajudou a manter o ritmo e a garantir que nada essencial ficasse por fazer. Esta dificuldade é vivida por todos os membros da AILD, todos têm uma vida profissional intensa. Esta situação podia ser facilitada, caso a AILD tivesse uma estrutura

profissional mínima, que ajudaria a concentrar a disponibilidade dos membros nos eventos da AILD e não a gerir burocracia associada aos eventos. Esperámos que 2025 nos traga este apoio administrativo para fazermos cada vez mais.

A participação e as dinâmicas associativas são sem dúvida de extrema importância para a sociedade. Que mensagem gostaria de deixar para um estímulo à participação?

Gostaria de ver mais estudantes universitários envolvidos na AILD, a assumindo iniciativas e liderando eventos. A participação em associações como a nossa é uma forma de contribuir para algo maior, de fazer parte de uma co-



© Tiago Araújo

munidade que valoriza as suas raízes e constrói um futuro melhor. Cada pessoa pode fazer a diferença, seja através de pequenas ações ou de um envolvimento mais ativo. Juntos, podemos construir uma “catedral”, a nossa Sagrada Família, uma instituição que beneficia todos. A mensagem é clara: a herança cultural portuguesa, a maneira de ser português é um tesouro que deve ser preser-

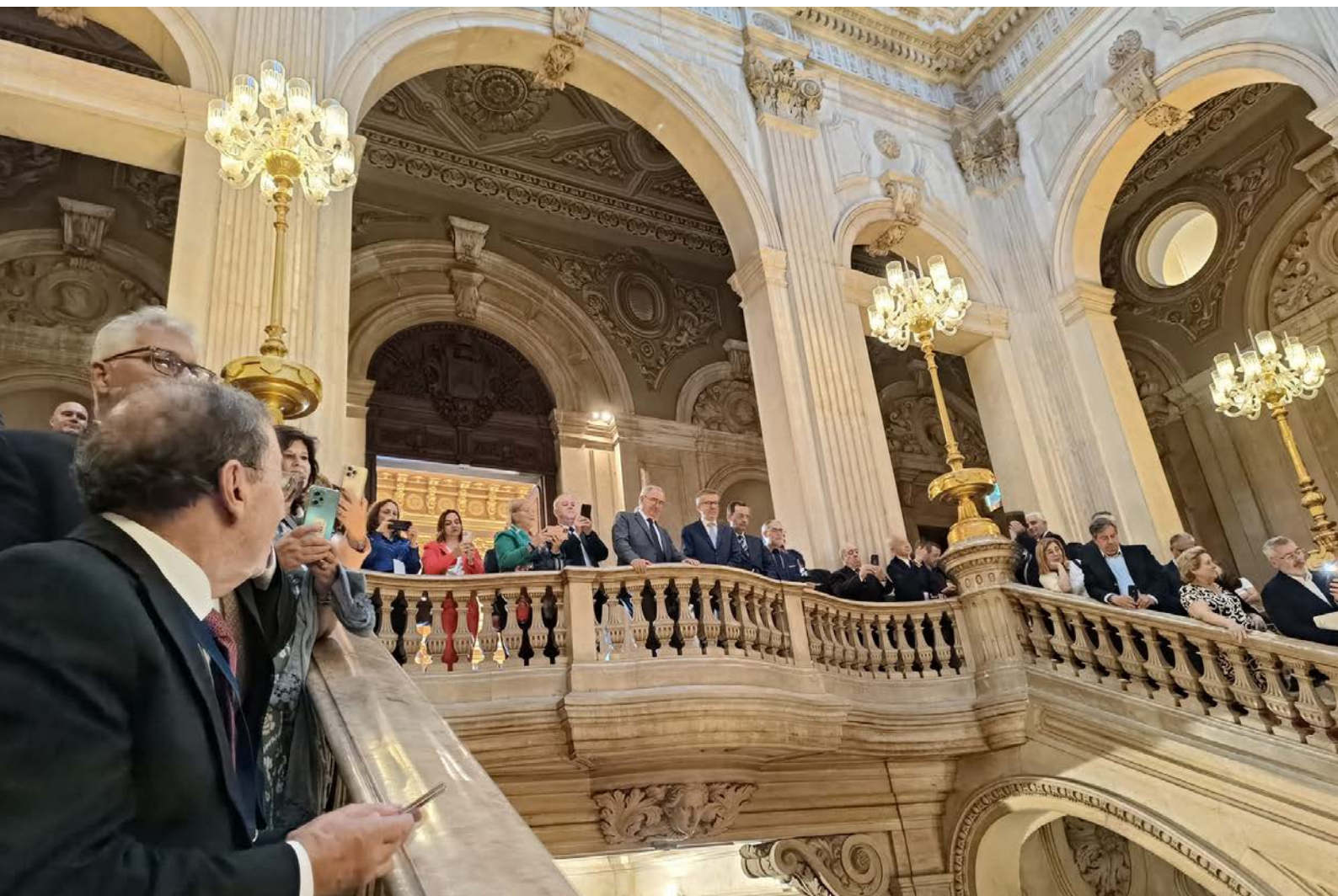
vado e celebrado, e isso só é possível com união e participação ativa. Participar é não só um dever, mas também uma oportunidade de crescimento pessoal e coletivo. Saiam de Portugal, porque somente quem vive fora se apercebe como o nosso país é verdadeiramente único. Devemos todos empenhar-nos para que Portugal continue a ser esse lugar especial.



NOVOS DESAFIOS PARA 2025

A I L D . P T

CONSELHO DAS COMUNIDADES PORTUGUESAS E já lá vai um Ano!



Que fui eleita Conselheira das Comunidades Portuguesas. Um orgulho, de representar desta forma um pouco de Portugal por terras de França. É sem dúvida a realização daquilo que já faço há mais de 15 anos.

Sim, já há algum tempo que sou animadora voluntária e presidente do conselho de administração de uma Rádio Associativa que é um excelente meio de comunicação social de Portugal em França. Antes de aceitar esta função, na verdade, levantou algumas



questões perante a minha família, o meu trabalho e as minhas funções na associação.

De imediato recebi um apoio inesperado, especialmente da minha família, e um cuidado para não os abandonar da parte associativa.

Para mim, foi necessário obter as suas bênçãos. E agora, sim, estou pronta a assumir este papel.

Agora, é altura de prosseguir com a formação e descobrir todas as informações necessárias para me tornar uma autêntica conselheira.

Os três dias da reunião mundial plenária que decorreu em Lisboa foram necessários, somente aí me dei conta da importância, dos regulamentos e das leis.

Fomos recebidos pelo Presidente da Assembleia da Repú-

blica, pelo Secretário de Estado das Comunidades Portuguesas, pelo Primeiro Ministro, e pelo Presidente da República. Somos 76 novos conselheiros e conselheiras eleitos em 52 círculos eleitorais de todos os continentes, onde 33 são pela Europa e 12 em França.

Consciente que as problemáticas e as dúvidas farão parte desta nova aventura, mas sei que valerá a pena.

Como é óbvio, farei tudo o que estiver ao meu alcance para cumprir o meu mandato e atingir todo o objetivo que me será atribuído dentro das respetivas comissões.

Sou membro suplente:

- Da comissão temática Ensino, Cultura, Associativismo e comunicação social
- Conselho Regional da Europa



Cristina Alves

Conselheira das Comunidades Portuguesas

| PASSAGENS

Os 400 anos da descoberta do Tibete



© Joaquim M. Castro

País das Neves Eternas, Tecto do Mundo ou Shangri-la, são algumas das expressões mais comuns quando nos referimos ao Tibete. Porém, a verdade é que tais palavras se revelam insuficientes para definir a grandiosidade e amplitude desta extensão de terra nos confins dos Himalaias.

Fonte de fascínio no mundo asiático, a realidade do Tibete manteve-se desconhecida no Ocidente até ao século XVII, quando jesuítas portugueses sedeados em Goa, levados pelos rumores de que ali existiriam comunidades cristãs, abriram o caminho a uma série de exploradores e aventureiros que só três séculos depois ousariam partir em busca das riquezas materiais e espirituais dessa vasta nação.

Ora, o protagonista dessa aventura foi um jesuíta português, o padre António de Andrade, que em Agosto de 1624 chegou ao remoto Tibete.

Era a primeira vez que um europeu conseguia tal feito.

As viagens himalaicas

A aventura europeia nos Himalaias tem a sua origem nas fal-

das montanhosas de Oleiros, Beira Alta, onde nasce, em 1580, ano fatídico para a nação, António de Andrade, o homem a quem com toda a justeza se atribui o pioneirismo nos Himalaias e planalto tibetano.

Passariam dezasseis anos até que, na quase vizinha aldeia de Mação, visse a luz do dia Manuel Marques, companheiro de viagem de Andrade, e não menos pioneiro. Protagonistas, um e outro, de uma das mais emocionantes sagas levadas a cabo por portugueses. E foram muitas, como bem sabemos.

Entretanto, em 1582, da distante Índia, Rudolfo Acquaviva, missionário italiano ao serviço do Padroado Português do Oriente, enviava para a Europa as primeiras notícias acerca de um misterioso reino chamado Potente, ou seja, o Tibete. Dois anos depois, o catalão Antonin Montserrat, subalterno de Acquaviva, dava os últimos retoques num relatório onde detalhadamente eram descritas as crenças e costumes dos “boths” ou “bothantas”, i.e., tibetanos.

Passado um ano, o padre Jerónimo Xavier (sobrinho de São Francisco Xavier) e o leigo Bento de Góis, tratam de recolher informações acerca do Tibete no decorrer de uma viagem efectuada à região de Caxemira, resumindo-a nas cartas que dali despacharam para Goa. Xavier remeteria novas informações na missiva do ano seguinte, isto vinte e quatro meses antes do desembarque de António de Andrade em Goa.

A busca propriamente dita do mítico reino do Cataio iniciar-se-á com a partida de Góis em direcção à Rota da Seda, em 1603, no decorrer da qual, em Yarkand (actual Xinjiang chinês), este irmão jesuíta encontra-se com um príncipe tibetano que era prisioneiro dos muçulmanos. Chama-lhe Gombuana Miguel, e após a conversa mantida com ele, em persa, concluía erradamente o açoriano de Vila Franca do Campo serem cristãos todos os tibetanos.

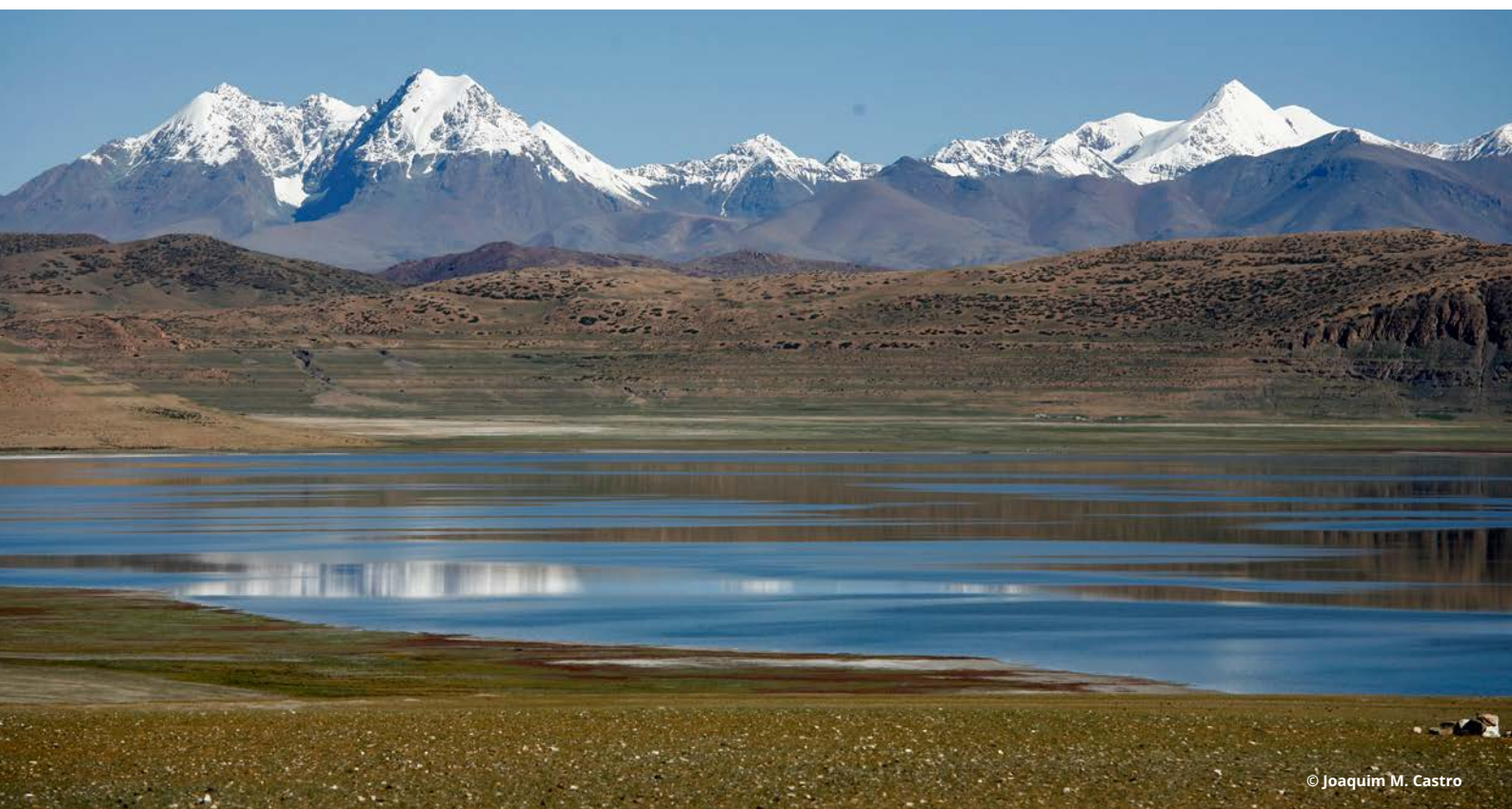
Por essa altura, 1603-1604, é possível que alguns jesuítas tivessem já tentado penetrar no Tibete através da acidentada Caxemira, certamente inspirados pelas pistas fornecidas por Xavier e Góis, e, sobretudo, as de um mercador de seu nome Diogo de Almeida que acabara de viver dois anos em Basgo, reino tibetano do Ladakh, dele dando notícia primeira ao arcebispo de Goa Dom Aleixo de Meneses. Dizia o comerciante que os tibetanos tinham “muitas igrejas ricamente decoradas, com pinturas nos altares e imagens de Jesus, Nossa Senhora e os Apóstolos.” Haveria por ali também muitos padres, que eram celibatários e se vestiam como os religiosos ocidentais. Com uma só diferença: rapavam a cabeça. Almeida fala ainda da presença de um bispo, a que chamavam ‘la-

mão’ – provavelmente a menção mais antiga à designação ‘lama’ em todo o Ocidente...

Homem do seu tempo, imbuído pelos mitos medievais do reino do Cataio e do Preste João, Diogo de Almeida confundia o budismo tibetano praticado além Himalaias como uma forma abastardada de cristianismo.

A 30 de Março de 1624, António de Andrade e Manuel Marques partem de Agra, e só um mês depois chegam a Deli, tendo como destino o Tibete. Alcançam a pequena povoação de Srinagar, actual província do Himachel Pradesh, a 11 de Maio e, depois de uma visita a Badrinath, local de peregrinação hindu, descobrem a nascente do rio Ganges, “as fontes do Ganges”, como diz Andrade numa das cartas que escreveu. Logo a seguir, atravessam o colo de Mana – limiar entre as enflorestadas montanhas himalaicas e o árido planalto tibetano – atingindo em Agosto, e depois de uma tentativa gorda, a cidade de Tsaparang, a tão almejada capital do Reino do Guge. Setembro é altura de regresso a Agra, de onde Andrade enviará uma primeira carta, que só dois anos depois, e após a obtenção de “todas as licenças”, será publicada em Lisboa, pelo editor Matheus Pinheiro.

O padre beirão voltaria a encetar a mesmíssima rota a 17 de Junho de 1625, desta feita acompanhado pelo confrade Gonçalo de Souza. Atingido o destino a 18 de Agosto, regressa Souza à Índia pouco tempo depois. A 10 de Setembro, Andrade redige nova carta relatando esta segunda deslocação ao Tibete.





© Joaquim M. Castro

1626 seria um ano frutífero. Enquanto em Lisboa era editado sob o título Novo Descobrimento do Gram Cathayo ou Reinos do Tibet a primeira missiva de Andrade, escrita a 8 de Novembro de 1624, algures entre 15 de Março ou 30 de Abril de 1626 deixavam Cochim os padres Estêvão Cacela e João Cabral rumo ao Tibete Central, decididos a estabelecer aí uma missão católica semelhante àquela que entretanto fora estabelecida com sucesso em Tsaparang.

Por essa altura, conduzidos por Manuel Marques, demandavam a essa cidade João de Oliveira, Francisco Godinho e Alan dos Anjos, de seu verdadeiro nome Alain de Beauchere, pois era francês de nacionalidade. São eles que a 12 de Abril irão colocar a primeira pedra naquela que virá a ser a Igreja de Tsaparang, dedicada a Nossa Senhora da Esperança.

A 12 de Julho é expedida de Hugli a primeira circular de Estêvão Cacela, e a 2 de Agosto, este e o companheiro João Cabral, deixam Bengala rumo ao norte. O mês de Agosto de 1626 assinala o envio de dois relatos da missão do Tibete: um de Andrade (o terceiro da conta pessoal) e um outro de João Godinho. Informes enviados, note-se, com um dia de diferença.

Quando, em Outubro, Cacela e Cabral alcançam Cooch Bihar, já Manuel Marques deixara Tsaparang com destino à Índia em busca de novos missionários, inaugurando um período marcado por sucessivas viagens de ida e volta. Eram viagens épicas, feitas em difíceis condições e que muitas vezes custavam a vida a quem as realizava.

Na passagem de 1626 para 1627 Thi Tashi Dagpa, o rei de

Guge, que tão bem recebera os padres portugueses, inicia uma perseguição continuada aos monges locais, facto que comprometerá a médio prazo o futuro da Missão Católica. Criar esse pólo de cristandade em terras tão inóspitas fora façanha basta mas não suficiente, já que na Primavera seguinte seria estabelecida uma estação missionária no ainda mais remoto povoado de Rutok, na fronteira entre o Ladakh e o Ngari. Erguida numa colina sobranceira ao lago Pangong e a uma altitude de quatro mil metros, Rutok caracteriza-se pelas suas casas construídas em socacos, caiadas de branco, todas elas muradas. No topo da colina avista-se um grande palácio e vários mosteiros pintados de vermelho, a assinalar território budista.

O insucesso da missão

No mesmo ano em que era aberta a missão de Rutok, 1627, Cacela e Cabral chegam no Butão. Em Maio desse ano, seguirá Godinho para Caxemira, e a 29 de Agosto é expedida de Agra uma carta colectiva – redigida por Andrade, Anjos e Oliveira – dando conta da perseguição aos ламas, motivo de grande preocupação, pois aqueles previsivelmente se iriam tornar cada vez mais hostis. Andrade escreverá ainda outra epístola, na mesma altura em que Cacela enviava o seu informe “do reino de Cambirasi”, i.e., o Butão.

Em Setembro chega António Pereira a Tsaparang e três meses volvidos é a vez de Anjos escrever uma carta antes de deixar o Tibete a caminho de Goa. No início de 1628 Cabral alcança a cidade tibetana de Xigatsé (Cacela havia chegado um mês antes), tendo partido pouco depois para Bengala,



© Joaquim M. Castro

via Nepal, estando de regresso a Hugli em Abril. É pena que não exista um relato dessa viagem pioneira; de resto como não há qualquer comunicado sobre as viagens a Caxemira anteriormente mencionadas. O texto de João Cabral enviado de Hugli não nos dá grandes pormenores.

Não satisfeito com tanta andança parte uma vez mais para Cooch Bihar o nosso padre, desta feita na companhia de Manuel Dias. No início de 1629 tentará prosseguir até Tsaparang, mas acaba por regressar a Bengala. Chega no Verão à capital do Guge António da Fonseca, mais ou menos na altura em que Cabral e Dias partiam para Xigatsé, decididos a encontrar nova rota para o Tibete, desta feita através do Sikkim. Não atingiriam o destino almejado, pois o padre Dias morre algures no reino de Morongo, zona oriental do Nepal, a 3 de Novembro. Consta que existe um alegado túmulo seu alvo de concorrida romaria, já que a população local santificou esse português...

Em 1630 Andrade dirige-se a Goa onde é eleito provincial dos jesuítas, ano com nova baixa de relevo: Estevão Cacula falece em Xigatsé, facto que leva o rei tibetano local Demba Cemba a pedir o regresso de Cabral. Em Tsaparang revoltam-se os ламas contra Thi Tashi Dagpa, senhor de Guge, em conflito com o seu parente Sengge Namgyal, rei de Ladakh. Tirando proveito da grave crise as forças ladakhis invadem o reino e sitiaram a fortaleza de Guge, até então impenetrável. Face à ameaça inimiga de diariamente executar cinco habitantes, Thi Tashi Dagpa decide render-se, tendo sido de imediato decapitado, ele e toda a sua família, por ordem do rival.

Sengge Namgyal, o “Rei Leão”, governou o Ladakh de 1616

até à sua morte, em 1642. No rescaldo do conflito, a maioria dos cristãos de Tsaparang é feita prisioneira e a estação missionária de Rudok, a centenas de quilómetros dali, arrasada.

Em 1631 o rei de Xigatsé volta a convidar Cabral, enquanto o português António Pereira, acompanhado pelos transalpinos Domenico Capece e Francisco Morando, preparam uma viagem ao Tibete. Na mesma altura, Francisco de Azevedo parte para Tsaparang na sua qualidade de visitador (inspector) – função que Andrade, seu superior, lhe conferira – o que diz bem da importância que a Companhia de Jesus atribuía à missão naquelas paragens.

Chegará João Cabral a Xigatsé na segunda semana de Maio, enviando daí um relatório um mês depois. Entretanto, em Agra, Capece, Morando e Pereira aguardam notícias da capital do Guge. Era um esperar para ver.

A 25 de Agosto o visitador alcança a cidade, tendo aí permanecido até 4 de Outubro, altura em que, na companhia de João de Oliveira, rumam a Leh, capital do Ladakh, com o intuito de se encontrar com o vencedor de Thi Tashi Dagpa, para tentar negociar a continuidade da missão católica. Eles chegam a Leh a 25 desse mês e imediatamente são recebidos pelo rei. Voltarão a merecer a honra de uma audiência cinco dias depois. Mas como não conseguem os seus intentos, a 7 de Novembro, em vez de regressar a Tsaparang, Azevedo e Oliveira optam por seguir para a Índia, via Reino de Kulu, inaugurando assim uma nova rota para o Tibete.

Cabral partirá de Xigatsé rumo a Hugli esse mesmo mês, testemunhando pouco depois o saque da cidade pelas forças mogóis...



© Joaquim M. Castro

Logo no início de 1633 Andrade endereça uma carta a Roma dando conta dos trágicos acontecimentos em Guge e do regime de residência vigiada vivida pelos padres da Missão. Libertado das suas funções de provincial, o beirão pede para regressar ao Tibete. Um ano depois, e no momento em que se preparava para abalar na companhia de seis outros jesuítas, Andrade é promovido a Visitador para o Japão e a China, função que nunca chegará a desempenhar pois morre envenenado, em Goa, a 16 de Março, supostamente por um indivíduo que ele pretendia denunciar ao Santo Ofício. A questão, porém, é bastate controversa. Muito provavelmente, o padre Andrade foi assassinado por elementos rivais da sua Ordem.

Datada de 1675, existe no arquivo jesuíta de Praga uma representação alegórica da morte de Andrade extraída de um martirológio dos jesuítas; interessante gravura da autoria de Mathias Tanner.

Na Primavera do ano 1634, o espanhol Nuno Coresma liderará a equipa anteriormente reunida por Andrade, mas dois dos membros morrem pelo caminho, junto a Agra, e Coresma segue com Ambrósio Correia até Tsaparang, substituindo alguns dos padres que lá se encontravam e que aproveitaram a companhia para regressar a Goa. Foi o caso de Alan dos Anjos. Em Agosto desse ano era enviado um relatório sobre a missão do Tibete da autoria de Coresma e co-assinado por Correia e Manuel Marques – já então o missionário com mais experiência do Tibete –, ao qual se seguiria nova missiva para Roma. No fim de Verão, Coresma e Marques ver-se-iam privados da sua liberdade, contudo, algures em Novembro, estavam de partida para Goa, pois Álvares Tavares, o novo provincial de Goa, ordenara aos padres que abandonassem o reino de Guge. Coresma e Marques chegam a Agra a 11 de Dezembro e três dias depois redigem uma carta dando conta do abandono forçado da missão.

[Ler o artigo completo](#)



Joaquim Magalhães de Castro
Investigador

EXPEDIÇÃO AOS HIMALAIAS

CHINA TIBETE NEPAL

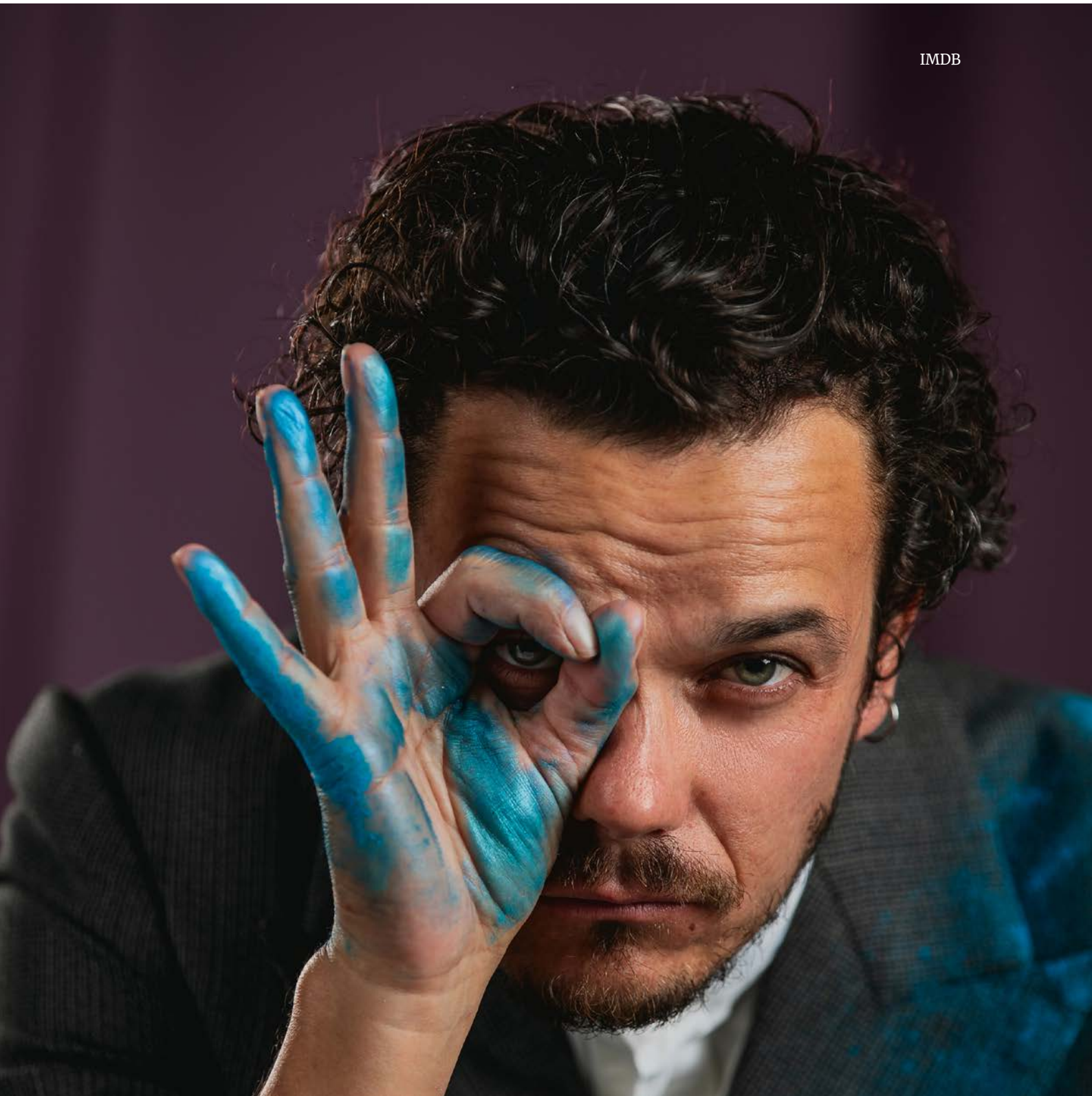
Viagem de autor



| ARTES E ARTISTAS LUSOS

Cristóvão Campos

IMDB



Iniciou a sua carreira de forma acidental no cinema, com a curta-metragem “1975” de Manuel João Águas. Estreou-se com “Uma Aventura” à qual se seguiram séries, novelas e telefilmes como “O Bairro da Fonte, Olhar da Serpente, Pai à Força, Conexão, Coração D’Ouro, Alma e Coração, Filhos do Rock, Sara e Pôr do Sol” e “Princípio, Meio e Fim”. Participou em vários projetos, de que são exemplo: “Harper Regan”, encenado por Ana Nave; Hannah e Martin, “O Senhor Puntilla e o seu Criado Matti” e “Golpada”, encenados por João Lourenço; “Neva” encenada por João Reis; “Mechanical Monsters” de Rui Neto; “A Pior Comédia do Mundo” (Noises Off) encenada por Fernando Gomes; “A Peça Que Dá Para o Torto” por Hanna Sharkey; “O Amor é Tão Simples” e “Sonho de Uma Noite de Verão” (musical) ambas encenadas por Diogo Infante e “Noite de Reis”, encenada por Ricardo Neves-Neves.

Criou bandas sonoras para trabalhos nas áreas da dança e do teatro, trabalhando com Rui Neto, Marcantonio del Carlo, Joana Antunes, o Gerador e João Lourenço. Editou pelo projeto “Lacónico”, duo de spoken-word e mantém o projeto “Amoque” a solo.

Teve a vontade de fazer um teste de representação e acabou por se tornar ator, ainda que não fosse essa a ideia inicial. Conte-nos como tudo aconteceu.

Tudo começou com um anúncio na televisão a pedir atores jovens para um filme. Talvez já acalentasse a vontade dessa experiência dentro de mim, mas foi aquele anúncio que a tornou evidente. Respondi e fui chamado. Por infelicidade a audição calhou num dia de greve geral dos transportes e, por isso, não pude ir, mas liguei a avisar e pedi para ficarem com a minha informação e que me ligassem caso houvesse outra oportunidade. Um ano depois ligaram para uma audição para uma curta-metragem, dessa vez não havia greve. Fui e fiz a curta-metragem. Foi assim que tudo começou.

Teatro, televisão ou cinema?

Teatro, televisão e cinema. Não me importa o meio. Gosto de contar boas histórias, de trabalhar com boas pessoas, pessoas talentosas, sonhadoras e isso encontra-se em qualquer meio. Cada um exige coisas diferentes de um ator e é muito bom poder variar e manter os músculos preparados para a próxima aventura.

Se tivesse que selecionar uma peça de teatro e um filme onde entrou, quais seriam? Porquê?

Tenho uma enorme dificuldade em eleger preferências, elas mudam muito ao longo do tempo. Mas participei em vários projetos de que me orgulho porque me obrigaram a chegar e conhecer um sítio desconhecido.

Como se prepara para cada um dos seus papéis, seja no cinema ou no teatro?

Não tenho qualquer método. Regra geral, e sempre que o tempo permite, começa sempre com um tempo de procrastinação em que sei que tenho que começar a pensar, a trabalhar para determinada coisa, mas

que vou empurrando para a frente até não dar mais. Acredito que nesse tempo já há coisas a acontecer nos bastidores dos sentidos, gosto de ler muitas vezes o guião/texto que vou fazer. As respostas devem estar todas lá. É preciso procurar. A música também ajuda, mas a maioria das vezes são processos indiretos de imaginação, empatia, sonhos, que te levam a formar



© Luís Godinho



uma personagem na cabeça e a tentar traduzi-la para todo o corpo. Também gosto de pesquisar no mundo do personagem, ir ao encontro daquela comunidade e enquadramento da personagem, depois depende, se, por exemplo, tem uma componente física mais marcada, tens de começar a experimentar. O teatro permite que a maior parte desse processo seja partilhado com as pessoas com quem estás a trabalhar e isso às vezes facilita.

Quem foram os atores que inspiraram o seu trabalho?

Todos os que fui vendo e que inconscientemente deixaram uma marca, mas, tal como disse antes, as preferências e influências vão mudando, com a idade, com o trabalho que andas ou estás prestes a fazer. Houve uma altura em que gostava de ver vários filmes seguidos do mesmo ator ou atriz. Aprendi com isso.

Faltam oportunidades para os artistas portugueses no mercado internacional?

Acho que, regra geral, os mercados não olham a nacionalidades.

Balanço de 20 anos de carreira?

Primeiro fecho os olhos e contraio os músculos da cara quando ouço 20 anos, e, na verdade, são mais. Comecei em 1999, mas não dei conta de ser



© Luís Godinho

esse tempo todo. Têm sido, até agora, anos felizes e de aventuras variadas e isso é muito bom, mas não é uma efeméride que me entusiasme, olhar para os anos de trabalho.

Que conselho daria aos jovens que sonham com uma carreira na representação?

Não sou bom conselheiro para este assunto. Acho

que estou desfasado do modo como as coisas hoje se passam, mais depressa pediria conselhos do que os ofereceria.

Pode-nos revelar alguns dos projetos para 2025?

Estou a fazer uma novela que há de estrear e ocupar-me em 2025. Também vai estrear uma curta-metragem que fiz, escrita e realizada pelo Luís Borges,



chamada “First Date”. Diria que é uma comédia romântica com a magnífica ilha do Pico como cenário. Vou também voltar ao teatro com a reposição do “Sonho de uma Noite de Verão” no teatro da Trindade e vou fazer novamente o monólogo que estive em cena no teatro aberto no final

deste ano, “Monóculo”, poucas apresentações no início do segundo semestre.

Uma mensagem para todos os artistas do mundo.

Obrigado e bem-hajam!



Terry Costa

Presidente do Conselho Cultural da AILD



FUNDAÇÃO AEP

Valorização da Diáspora através da comunicação social

Os media desempenham um papel fundamental na interação e conexão de Portugal com a diáspora, em ambos os sentidos.

Através dos meios de comunicação, como a imprensa, rádio, televisão e internet, é possível manter um diálogo

contínuo com os membros da diáspora, independentemente da distância geográfica.

Os meios de comunicação desempenham ainda um papel crucial na preservação da identidade cultural e na promoção da coesão e solidariedade entre as diferentes gera-

ções de emigrantes e lusodescendentes, mantendo viva a cultura, tradições e a língua portuguesa, como reforço do sentimento de pertença e ligação conexão com as raízes.

Além disso, a comunicação social também desempenha um papel importante na mobilização e organização da diáspora para questões políticas, sociais ou empresariais, promovendo a colaboração, cooperação e troca de informação e experiências entre os membros das diversas comunidades.

Mas a relevância dos media da Diáspora não se restringe às comunidades portuguesas. O seu público é muito mais vasto, podendo incluir os residentes naturais e todas as outras comunidades e nacionalidades. Existem mesmo alguns grupos empresariais de comunicação que têm um alcance territorial muito alargado e supranacional, que importa potenciar.

São vários os órgãos de comunicação social que foram criados no seio da diáspora que, para além de produzirem

conteúdos sobre as atividades desenvolvidas pelas comunidades portuguesas residentes no estrangeiro, também produzem conteúdos sobre a atualidade de Portugal, em temas do seu interesse.

Atualmente existem mais de 160 jornais, revistas, rádios e televisões que se assumem como um instrumento essencial no quadro da organização da sociedade, difusores de referenciais sociais, nos seus mais variados formatos, chegando ao público de forma escrita, radiofónica, televisionada ou multimédia. Atentos à necessidade de valorizar o trabalho realizado pelos media, o Governo lançou em 2023 uma linha de financiamento (PROGRAMA) que visa melhorar os meios para alcançar um público mais alargado e com conteúdos relevantes, atuais, imediatos e alinhados com os interesses nacionais de promoção da língua e cultura portuguesas. São apoiados projetos que visem, para além de outras finalidades, reforçar a ligação dos portugueses residentes no estrangeiro à vida social,





política, cultural e económica de Portugal.

A projeção de Portugal no mundo ganha amplitude com uma comunicação social na diáspora dinâmica, sólida, influente e abrangente, alcançando um público-alvo que extravasa a comunidade portuguesa.

Assim, numa altura em que a Diáspora conquistou enorme relevância e um lugar destacado na agenda nacional, é fundamental capacitar os media para alinhar a sua intervenção com as orientações e medidas de política pública,

designadamente no domínio da internacionalização da economia.

A Rede Global da Diáspora pode ter um papel preponderante neste desígnio, na medida em que consegue reunir os diversos players (em que muitos deles já são parceiros ativos da rede) na definição de planos de ação de interesse comum e no desenvolvimento da sua atividade, assumindo ainda o papel de interlocutor com a AICEP e com o movimento associativo empresarial.



| OBRAS DE CAPA 2025

O Retrato

Ao longo dos séculos o Retrato passou por diversas evoluções e continua sendo uma vertente artística em que a imortalização da figura humana se desenvolve numa representação com novas, originais e inesperadas soluções, que atravessam os vários movimentos artísticos, reinventando-se no atual mundo contemporâneo. As técnicas e estilos tradicionais de pintura revestem-se atualmente de criatividade, inovação e singularidade, expressando os sentimentos do artista que o aproxima da pessoa retratada, fazendo concomitantemente uma recriação, uma reinterpretação contemporânea forte, expressiva e estruturada do retrato realista, até à descontextualização, fragmentação, estilização ou deformação, alterando mesmo o conceito base de retrato. Na leitura do observador, a aproximação e a magia transmitida, é uma forte sensação única de Arte e Vida, envolvendo-o emocionalmente com uma vivência de despertares de emoções e sentimentos intrigantes, arrebatadores, avassaladores, mergulhando numa busca da essência da figura representada, mas também de alguma maneira escondida e enigmática na sua identidade.

A produção de retratos mantendo-se viva articulando a tradição pictórica com os conflitos da Arte e da Contemporaneidade. Entre o fulgor da vida e a fugacidade da vida humana, à invisibilidade da realidade, a Arte nas suas variadas plasticidades, eterniza a natureza humana nas suas inquietações, afirmações, negações, resignações, fragilidades, violências, degradações, abandonos, desilusões, esperanças, desesperanças, conexões e complexidades.

Com este projeto Obras de Capa, em 2025, em que a Mulher e o Retrato vão estar presentes, bem como o diálogo entre a Pintura e a Literatura, fica presente o desafio e o convite a abrir reflexões como nos vemos e como somos vistos, como visualizamos a ainda discriminação, marginalização e invisibilidade da Mulher, nos seus direitos e liberdades. Expectativas e lutas pelo seu lugar e papel na sociedade atual e do futuro, pondo em evidência como objetivo que os direitos das mulheres sejam reconhecidos tal como estão declarados, como direitos humanos, é um imperativo de todos nós. Retrato é Memória. É enfrentar o esquecimento. É inolvidável.



Eduarda Oliveira

Curadora do projeto expositivo Obras de Capa

OPINIÃO DO ASSOCIADO

Alô, alô, marciano. Aqui quem fala é da Terra.

Para variar, não queremos guerra...

Estamos a assistir a uma banalização da guerra.

Um pequeno punhado de gente define, planeia e concretiza guerras. Desfilam pelas televisões e pela Internet grandes mísseis, ogivas nucleares e outros ‘supositórios’ gigantes verde tropa, que mais parecem brinquedos de crianças sem consciência nem racionalidade a brincar ao mais forte, astuto, antecipando o próximo passo a enganar e baralhar os meninos, peões perdidos num jogo de xadrez, distraídos nos mercados de Natal, onde até as luzes de circo esganam troncos de árvores. Coitadas, com tanto brilho próprio. Tudo brilha num Natal e Fim de Ano, onde se continua a matar em nome de Deus e do Amor. A Guerra e o Natal não combinam. Não por culpa do “capitalismo” e liberdade de dar e receber presentes embrulhados de ternura, mas pelo desperdício de biliões em armamento. Dizem: de defesa. Já se fizeram e desfizeram acordos de des-

militarização, trocaram juras de amor, deram abraços e fizeram promessas de lealdade mas, em boa verdade, aqueles que teimam em ser os negócios mais rentáveis do mundo continuam a ser o armamento, o tráfico humano e a droga, numa dança de pódio.

Contra isto, nozes.

Não é a negação da natural e ancestral agressividade do Homem ou uma visão infantil ou adolescente de que se pode sim acabar com as guerras. Trata-se da gritante perplexidade perante a tentativa de nos convencer que a guerra - na senda da disputa por território - é o que nos resta para alcançar a Paz. Duelos de mísseis? Desejos de Boas Festas por caças F16, à hora marcada, como fazia Raul Sonaldo? Só pode ser paródia. ‘Está lá, é do inimigo? É para dizer que hoje a guerra está fechada’.

E nós, empreendedores? Vemos a banda a passar? Sentarem-se à mesa da diplomacia? As guerras passadas fo-

ram ‘ganhas’ ou perdas quase sempre nas trincheiras com cavalos mais ou menos robóticos, com o sacrifício dos filhos das Pátrias honrosas das linhas dos seus territórios. Não podem esquecer-se de que educar as crianças e os jovens para a Paz e Harmonia fica para quem, sem argumentos, tenta fazer jogo de cintura e de vez em quando - perante tanto paradoxo e hipocrisia - vêm alunos pegar numa arma a imitar a guerra dos crescidos. Esses são poucos e almejam cegamente, poder e mais poder com armas vendidas pelos mesmos a todos os lados do ‘conflito armado’, expressão como gostam de rotular com laçarotes as guerras puras e duras que impõem marcas profundas a quem experimentou esse ‘teatro de operações’.

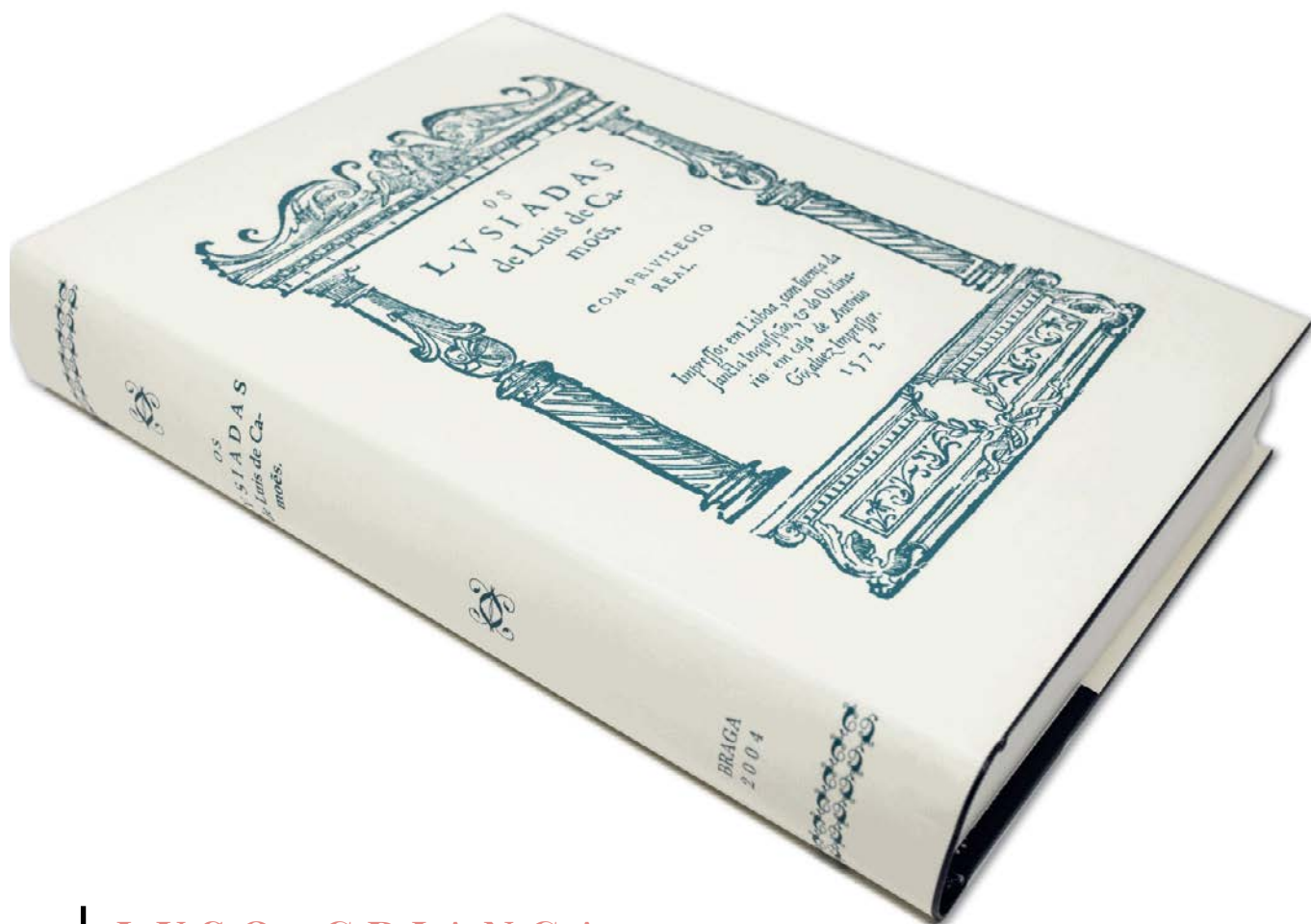
Será mesmo o Homem um ‘animal falhado’? Ou vamos finalmente, fazer da Paz o maior negócio do mundo? Boas Festas e uns exclusivos Ano e paradigmas Novos!



Madalena Pires de Lima

Redatora freelancer

Directora Executiva e Fundadora da AILD



LUSO - CRIANÇA

Gostam de ler poesia?

Eu sou a Sarah Luz, tenho 12 anos e venho falar-vos sobre o meu amor incondicional pelos livros, sobretudo pela poesia. Em Março de 2020, com o início da pandemia, as escolas fecharam e eu passava horas ao telefone a ler livros para os meus avós. Com o incentivo dos meus pais, criei o hábito de ler poesia e daí nasceu o meu Canal YouTube Poesia de Cor, que visa incentivar mais pessoas a ler e a conhecer poesia de autores lusófonos.

O canal YouTube Poesia de Cor é um instrumento utilizado em sala de aula em várias escolas e bibliotecas escolares e acompanhado em várias comunidades lusófonas espalhadas

pelo mundo. A poesia faz parte da minha vida e queria passar a mensagem às outras pessoas da sua importância.

O nome Poesia de Cor foi escolhido porque representa todas as sensações e emoções que a poesia nos transmite, em várias tonalidades, como as cores.

A leitura é um hábito que todos deveríamos ter, porque nos abre horizontes, porque às crianças, em particular, alarga o vocabulário, faz com que escrevam melhor, com que leiam melhor, com que tenham uma mente mais aberta. A leitura dá-nos mundo e liberdade para sonhar.

A Poesia Sara(h)!



Sarah Luz
"Poesia de Cor"

| AMBIENTE

O novo ano e a mesma crise climática

Entramos no novo ano com a sensação de que os impactos devastadores das alterações climáticas, vivenciados em anos anteriores, vão continuar, apesar dos redobrados esforços mundiais na redução de emissões de gases com efeito de estufa, na implementação de medidas preventivas e na adaptação climática. Precisamos assumir que os diferentes tipos de eventos climáticos extremos – cheias, ondas de calor, incêndios florestais, entre outros – estarão de regresso neste novo ano, só não sabe-



mos quando, como, nem onde irão ocorrer.

Fazendo uma retrospectiva ao ano que acaba de terminar, poderemos afirmar que foi um período marcado por graves consequências derivadas das alterações climáticas, desde incêndios florestais de grandes dimensões até fortes ondas de calor e inundações mortais, com grande destaque para o desastre de Valência, no qual, oficialmente, morreram mais de 220 pessoas. Porém, não é só na Europa que os efeitos nefastos das alterações climáticas se fazem sentir. Um pouco por todo o mundo, os sinais são evidentes e confirmam os alertas lançados pela comunidade científica de há uns anos a esta parte.

Em termos climáticos, o optimismo não marca pontos entre cientistas, activistas e cidadãos em geral. Esperar-nos-á um futuro sombrio? Dois mil e vinte e quatro terá sido o ano mais quente desde que há registos e, para os próximos anos, não se espera um travão no aumento das temperaturas. Antes pelo contrário. Ora, este aumento das temperaturas globais, ainda que gradual, contribuirá, fortemente, para exacerbar os impactos devastadores das alterações climáticas, que serão, cada vez mais recorrentes.

Os alarmes soam e os políticos precisam implementar medidas mais efectivas de combate, adaptação e mitigação dos eventos climáticos extremos. Todavia, não



basta implementar. Será necessário ir mais além, nomeadamente, através da alocação de um maior financiamento e de uma melhor adequação dos recursos existentes. Além destes, sejam eles humanos, financeiros ou outros, im-

porta que exista uma boa coordenação intragovernamental e uma estruturação eficaz dos planos de acção, cuja implementação deverá ser o mais ágil, concreta e vinculativa, possível.



Vítor Afonso
Mestre em TIC

| TRADIÇÕES LUSAS

A sexualidade dos vinhos

afectos, instintos e sensibilidades

«(...) O meu amigo António Monteiro qualificou numa cata transfronteiriça, aos nossos vinhos como “femininos”, em comparação e contraposição aos seus do Douro, que eram fortes, vinosos, corpados e carregados, ou seja, “machos”. A cousa dá para reflexionar (...) Por isso, amigo António, o vinho galego, afortunadamente pode ser feminino, e isto é um elogioso qualificativo que che agradecemos os que acreditamos na paridade, igualdade e gloriosa complementariedade dos sexos, aplicável ao nosso vinho. Vinho que recolhe todo o amor feminino da Nossa Terra Nai, mas não feminino ou afeminado. E todos gostamos dele, e mais sabendo que está feito pelas mãos amorosas de muitas mulheres que o acarinham no seu parto, infância e cuidado enológico para que chegue a nós, como um maravilhoso leite de mulher, com recendo de flores, frutas e aroma materno (...)»

Vem este cibo de conversa a propósito desta [conversa-da] carta que me enviou o tão devoto defensor da Nai Galiza, José Posada González [1940-2013] — gastrónomo e enófilo exigente, escritor de prazeres, viajante da metafísica e dos cinco continentes, industrial ourensano, ex-deputado ao Parlamento Europeu, maestro fabricante de marrons glacés... e Secretário Perpétuo da Irmandade dos Vinhos Galegos; carta subscrita por todos os Irmandinhos, assim o julgo. Não recordo a data, o local e a origem das beberagens, incluindo a coloração dos vinhos da dita “cata”. Nem isso me apoquento. Apenas memorizei o fartote de sortes de lampreia que com eles partilhei — e a continuada cortesia dos nossos Irmandinhos para com aquele alambazado naipe de intrusos transmontanos. Mas... se daquela forma me dirigi aos vinhos galegos, em prova, tintos ou brancos, verdes ou maduros, disse e facilitei o que a minha alma enófila me confessou. Disso estou crente! Porém, apegando-me agora

ao meu coração de duriense, imagino o dilema que devo ter inculcado nos pensamentos de tão afidalgada grei masculina (...) Sempre entendi que não valeria a pena dar-me a explicações abonatórias da feminilidade de alguns vinhos galegos e da masculinidade de muitos dos vinhos do nosso Douro; mas aqueles estimados galegos — direi quase minhotos, meio-transmontanos e algo durienses — merecem-no.

O vinho requer eternidades de paciência, a fazer e a beber.

(...) Destinos e ilusões, cada um que se amanhe... e desenrasque.

Quanto à enofilia — a arte de saber amar e apreciar vinhos ... — pessoas de ambos os sexos, independentemente da orientação que lhe destinarem, podem ser excelentes provadoras. É um curso intensivo para se ir arrumando ao longo de uma vida, tal como numa sexualidade gratificante e de qualidade. E não terão as mulheres uma relação mais natural e mais insinuante com o acto de degustar ou, simplesmente, com o acto de sentir e respirar fragrâncias? Não sei se estes qualificativos femininos estão cientificamente provados, (bastava testemunhados), mas é uma crença minha. Estão habituadas, treinadas e acostumadas, desde muito cedo, a identificar aromas, em perfumes, cremes e flores. São autênticas máquinas da arte odorífica. Contudo, contrapondo com o distúrbio do colorido das unhas e lábios pintados e da trapalhada da panóplia de aromas perfumistas com que vão empestando cada vez mais as nossas mesas, há quem pense o contrário. Querelas adiadas, por enquanto, insisto em afirmar que nós — os homens — somos mais primatas, farisaicos, poligâmicos, obstinados, insensíveis, não passamos além do caudilhado dos cinco sentidos e poupamo-nos demasiado nas emoções. Por sua vez, as mulheres — pelo menos as nos-



sas mulheres — irradiam olfactos apuradíssimos, abrigam paladares de imperiais soberanas que protegem a corte familiar quando é feita e servida a refeição, administram um sexto sentido que, na falta de algo mais habilitado, foi desenvolvido tendo por base o amor, os afectos, o aconchego, a preocupação e o senso de responsabilidade para com a gestão caseira. E valem-se de um sétimo com o qual regulam os instintos e os desejos, as tentações e os jogos de sedução.

(...) Aceito-lhes esta perspectiva! Desde que, pelo menos de França, excluam um La Mouline do reino da Merlot, o lendário Petrus, o perfeito equilíbrio entre força e elegância de um Château Cheval Blanc (...) aquele Clos de Vougeot que Babette Harsant escolheu para acasalar com as tão estuporantes cailles en sarcophage à la sauce perigourdine... a mais vilã das bond girl, Sophie Marceau, “esse obscuro objecto do desejo” que foi Carole Bouquet, o glamour espontâneo de Emmanuelle Béart e a beleza indecente de Eva Green... e por aí fora... Bastará, então, degustar um Orvieto da Umbria, a maioria dos Brunello di Montalcino, um Passito di Pantelleria, até um simples Marsala, que tanto impõem a sua particular beleza à custa do seu enorme talento como com o seu talento fazem esquecer a sua absoluta falta de beleza, recordando-me a

enigmática sensualidade de Anna Magnani e o talento dramático de Giulietta Masina, a impertinente feminilidade de Gelsomina e a forte personalidade de Rose Tattoo... a beleza fulgurante da malizia de Laura Antonelli, a ingenuidade inflamável de la liceale Gloria Guida ou a sedução explícita da malèna Mónica Bellucci.

Poderia ainda convocar e acrescentar outros exemplos merecedores destes chamamentos à descoberta da sexualidade vinária, imperceptível, ou da falta dela, como sejam: o machismo notório de muitos vinhos tintos e brancos crescidos ao longo do Douro, com excepção dos vinhos próximos da foz e da nascente que não podem ser uma coisa nem outra; os rosés de uvas tintas, de cores rosadas e frutados aveludados, tradicionalmente femininos, que os franceses insistem em mesclar de uvas brancas; os espumantes que já foram amarelos, quando muito um nadinha rosados, assentando bem em qualquer matrona, angélica messalina ou eterna solteirona, agora abertos à masculinidade das tintoreras, como aquele pedante lambrusco que me pespegaram para acompanhar a ousadia de uma imaculada macarronada bolonhesa; os riesling eiswein que, na sua pacatez alcoólica e no seu colorido aromático, até não vão nada mal com fumeiro intenso e queijos fortes; aqueles apalermados cocktail's de tudo e

mais alguma coisa que aborrecem qualquer alegria de beber e disfarçam os prazeres de quem os bebe... E, o que dizer do nosso generoso Vinho do Porto? Cada vez mais arredado do nariz dos jovens e mais lembrado pela garganteia de homens e mulheres envelhecidas!

Ah! Como eu gostaria de ter como embaixatriz do nosso generoso a vossa sevilhana Paz Vega em vez do taciturno madeirense José Maria Aznar... ou que a carraspana que deu mote à hilariante Cameron Diaz para «Jogos de Amor em Las Vegas» tivesse resultado de um simples excesso de Porto LBV!

(...) Foi, orgulhosamente, a nossa centenária casa Ramos Pinto a primeira marca a associar aos seus Portos a sensualidade e a sedução, num arrojo estético e moral para a época. Refiro-me, entre outros exemplos, ao místico rótulo idealizado por Henry Vicent, em 1929, com a imagem de um jovem casal preparando-se para um beijo, tentados por um Cupido bonacheirão que lhes oferece um cálice de Vinho do Porto. Faz-nos querer que a beijoqueira nasceu por causa do vinho. É bem possível!

Consta-se que os romanos da antiguidade beijavam suavemente as suas mulheres nos lábios sempre que chegavam a casa, para descobrirem, pelo seu hálito, se haviam sucumbido à terrível tentação de beber vinho. Acreditavam que o “maldito” vinho, (certamente um vinho de Trallosmontes), com os seus poderes mágicos, podia levá-las à perdição e aos bra-

ços de outros homens. Pelos vistos, era hábito entre amantes dar de beber vinho um ao outro usando a boca... Como sabemos, pelos ensinamentos de Freud, que “a boca é a primeira parte do corpo que usamos para descobrir o mundo e saciar as necessidades”, terá nascido assim a prática da beijoqueira com contornos eróticos!

Depois d’estes enfados em argumentos pouco sustentáveis

apenas meus e a decorrerem ao sabor de um vinho suficientemente possante, alguém ainda duvida que as bebidas, de emoções femininas ou de alvoroços masculinos, afectam o comportamento de quem não as exclui? Tal como o sexo e as sexualidades!? O problema das bebidas — tintas ou brancas, sociáveis ou manhosas, sôfregas ou libertárias, masculinas ou femininas, com ou sem euforias — não é uma questão dietética mas sim apolínea e conflituosa, entre a ilusão e a racionalidade... a força e o desequilíbrio. A escolha da bebida é inequivocamente uma escolha existencial.

Afinal, existirá um vinho feminino e um vinho masculino?

E porque não? Quando falo em vinhos «femininos» (não feminóides ou afeminados que excluo da minha roda de prazeres) refiro-me a vinhos meigos e delicados, com subtilidade no álcool e clareza na cor, nada cruéis na boca, suficientemente extravagantes e vaidosos, redondos e macios na descida, vinhos cosmopolitas, apetitosos, fáceis de beber





e que tenham como prerrogativa não apresentarem nenhum tipo de dificuldade à abordagem. São vinhos que espontaneamente apelam a uma degustação afectuosa, não excessivamente perfeitos porque é preciso algumas imperfeições para que o encanto atraia os olhares menos distraídos. Terão que ser vinhos frescos e elegantes, por isso mesmo, engenhos de prazer, transpirando sensualidade, pecaminosos, algo sofisticados, sensíveis, razoáveis na acidez, doces e frágeis — características intimamente ligadas à feminilidade das mulheres. São vinhos essencialmente brancos, maduros, verdes ou espumantes, raramente tintos, em que a madeira e a idade não lhe tenham criado embaraços. À semelhança das mulheres femininas — morenas, ruivas, sardentas, negras, mulatas, pardacentas, loiras... — de corpo curvilíneo ou de gelo escaldante, estes vinhos terão que ser naturalmente como elas: “encantadoras nuances aromáticas ou detalhes de fina renda bordada”.

Uma das bebidas mais populares e célebres do mundo, o champagne, seria a paixão de Jeanne-Antoinette Poisson, Madame de Pompadour, a lendária amante de Luís XV. E terão sido os seus seios, certamente de formato maneirinho, que serviram de molde à respectiva taça de degustação. Consta-se! (...) Conta-se que a moda caiu nas maliciosas bocas do povo. Por essas razões [!?] durante anos e anos essa taça sensual foi adoptada como o copo universal dos vinhos

espumantes, até ser substituído por aquela coisa meia fállica — o flûte. Dou preferência a uma bela taça...

E... o que poderá ser um vinho masculino?

Neste caso, o teor alcoólico é o primeiro factor que governa o arrumar desta minha orientação sexual do vinho; a robustez da cor, a pujança no nariz, a teimosia na boca e a mania da perfeição, são outras características que podem influenciar esta possível alegoria. Serão, assim: vinhos atléticos, de taninos musculados, corpulentos na garganta, de puxa palavra demasiado fácil, às vezes rústicos e feudais, tradicionalistas, muito mais longevos que os seus pares e que, quando bons, só tontos os beberão ainda jovens. São vinhos burocratas para mastigar lentamente. E isto ocorre, principalmente, nos vinhos tintos maduros, raramente nos rosés e muito dificilmente nos brancos. Quanto a outras comparações, abstenho-me de as fazer! Porque os homens — poderão pensar alguns — gostam de beber vinhos femininos enquanto o olhar acostumado de uma mulher feminina aprecia muito mais a persistência na boca de um vinho tinto masculino. Pois que o seja! Não é a minha perspectiva... É claro que a indefinição e as vestimentas trocadas também são uma realidade, tanto para homens e mulheres como para os vinhos, não influenciando em nada o aspecto qualitativo de qualquer um. São opções e gostos personalizados. Nada mais! E tanto me dá que alguns homens prefiram os vinhos femininos,



certas mulheres elogiem os vinhos mais masculinos, e vice-versa, que um queijo de massa mole e de cabra jovem vá bem com um branco seco aromático ou que uma posta mirandesa apele a um tinto de bom corpo. Perguntem ao calor vulcânico de uma ilustre amiga mogadourense e ela vos dirá, ao jeito do reformador Martinho Lutero, que “quem não ama o vinho, as mulheres e as canções, será um estúpido toda a vida”.

A diferença entre vinhos femininos e masculinos poderá ser

como a diferença entre linho e veludo, seda ou burel... Como o esbanjar de beleza de Halle Barry e o culturismo aborrecido de Sylvester Stallone, um (des) cruzar de pernas canibalesco de Sharon Stone e o entretenimento escapista de Steven Spielberg, a sensualidade do improvisado de Eva Mendes e o inesquecível Segredo de Brokeback Mountain... a vida insípida do advogado William Hurt e a irresistibilidade da incendiada Kathleen Turner naquelas “noites escaldantes”! Enfim, desvarios cinéfilos e confusões lascivas à parte, talvez por culpa dos açóites do vinho, o linho e o burel — tecidos mais ásperos, ríspidos, bruscos e possantes — serão como os

vinhos masculinos; já o veludo e a seda, mais débeis e mais agradáveis de se sentir a sua maciez, serão mais para as mulheres como os vinhos são femininos para os homens (...) Sobre este assunto que já vai um pouco assexuado, bastante pomossexual, ainda razoavelmente epicurista, e como epílogo final, aproveito uma frase bem esclarecedora de L.F. Veríssimo que tento reproduzir de memória: “já se disse mais disparates sobre vinhos do que sobre qualquer outro assunto, com a possível excepção do orgasmo feminino e da vida eterna”. E fico-me por aqui, porque não pretendo nem quero engordar a intelectualidade dessas já enormes fileiras.

Por último, agora noutra perspectiva...

Nestas questões vinárias, femininas ou masculinas, são várias as vezes que me colocam a pergunta: «que vinho me recomenda?». Por norma não respondo, disfarço uma pequena surdez, uma ligeira distração, um olhar mais sisudo, ou contraponho através de três factores que para mim poderão identificar um possível “bom vinho”: 1º) o que melhor se adapta ao gosto pessoal — posso até ser fiel a uma marca

mas nunca serei bebedor de rótulos nem de modas fáceis; 2º) o que melhor se apropria ao bolso de cada um – as capacidades financeiras são cada vez mais castradoras do gosto e dos prazeres; 3º) o que melhor se ajusta ao ambiente e à ocasião requerida – temperatura, estação do ano, companhia, comida, estado de espírito, etc. Poderei ainda arrumar e organizar a escolha de um vinho, quanto ao contexto do seu consumo, como: vinhos de entrada e acolhimento – vinhos de espreitar o palato e fazer a boca a um naco de qualquer coisa; vinhos de pretexto – vinhos de visita e de pura diversão, evasivos, dispensando a reputação e outras pretensões que não sejam a vontade de beber, como a maioria dos actuais vinhos entalados em «bag-in-box» ou de prateleira de hipermercado; vinhos de confraternização – vinhos gregários e com a facilidade de fazer soltar a língua a qualquer incauto...

Diz-se que Deus só criou o homem porque estava a beber sozinho e o vinho requer companhia!

vinhos de sonho, celebração, sedução, poéticos – vinhos notáveis, ícones do festejo e da celebração mais intimista, vinhos de despertar paixões e ódios com o mesmo ar de candura e inocência, vinhos que transformam quase todas as mulheres em verdadeiras estrelas de cinema aos olhos de quem os bebe; vinhos disto e daqueloutro ...; vinhos de meditação – vinhos “conventuais” que pedem silêncio, recolhimento, reflexão e concentração, uma epifania para ser beber de joelhos em suprema companhia, como muitos Porto Vintage ou esta virilidade vínica temperada de poesia torguiana que me tem feito um celestial e tranquilo acompanhamento ao longo da escrita desta conversa.

Porém... não dêem atenção aos bebedores de letreiros à irracionalidades das paixões, nem à sabedoria mis-

teriosa daqueles que pensam que “quem não bebe daquilo que eu digo ou é ignorante ou o diabo que o leve”, e deixem que o vinho — feminino ou não, tinto, rosé, branco, tranquilo, fortificado... galego ou duriense — cumpra as suas mais nobres missões (...) Ilustres Irmandinhos, façam como um dos nossos amigos comuns quando insiste na elegância e masculinidade do seu Callabriga — vinho que reflecte bem a versatilidade e a actualidade apaixonante dos vinhos do nosso Douro — ou quando reitera os afectos, instintos e sensibilidades de cada um perante uma vida de contínuo prazer... «(...) não dispenso olhar uma bela mulher, assim como não dispenso uma boa refeição com um grande vinho; há vinhos, tintos ou brancos, que têm mais e melhor corpo, as mulheres também; outros são suaves, aveludados, harmoniosos, como a pele delas... outros são sensuais, convidando aos sentidos da imaginação, tal como as mulheres... outros impõem respeito, disciplina, e criam as mais fantásticas expectativas...» E mais não acrescento a esta alongada conversa, porque “um bom vinho deve ser tratado como uma bela amante” (dito francês). Nem este agrupado de caracteres, palavras, parágrafos, citações... pretende ser uma resposta desculpável, ou de futuro debate, a quem quer que seja. Da minha parte, trata-se apenas de um convite à leitura da magnífica obra de Jose Posada – «Metafísica del Vino» – e de um brinde ao mérito e à excelência de outro amigo e cúmplice, Roger Fernando Teixeira Lopes [†]. Aos dois a quem dediquei esta conversa... termino, citando o poeta persa do séc. XI/XII, Omar Khayyam: «(...) Alguns amigos me dizem: Não bebas mais Khayyam. Respondo: Quando bebo, ouço o que me dizem as rosas, as tulipas, os jasmims; ouço até o que não me diz a minha amada.»



António Manuel Monteiro
Engenheiro Agrónomo

SAÚDE E BEM ESTAR

Rastreios em saúde



Os rastreios em saúde, que nos permitem uma detecção precoce de patologias, têm um papel relevante no combate às doenças e na melhoria da saúde das populações. Os rastreios são processos de investigação médica, que nos permitem descobrir patologias em fases iniciais, diminuindo assim a morbidade e a mortalidade, o que se traduz num enorme e relevante impacto na saúde das comunidades. O rastreio pode ser uma mais-valia para a saúde individual, mas

é igualmente de uma enorme e vital importância em termos de saúde pública. Nos programas de rastreios a população é convidada a realizar rastreio através de um programa específico, reduzindo o risco de doença e ou das suas complicações. Concomitantemente à realização do rastreio é fundamental a comunicação, quer nos esclarecimentos de dúvidas, quer na prestação de informações sobre as eventuais patologias objeto do rastreio. O rastreio é um processo que utiliza testes



em larga escala para identificar a presença de doenças em pessoas aparentemente saudáveis. Os testes de rastreio determinam a presença ou ausência de um fator de risco, o que requer acompanhamento individual e tratamento. Em 2018 a Organização Mundial de Saúde (OMS) adotou como definição de rastreio a “identificação presumível de uma doença, em indivíduos numa população aparentemente saudável e sem sintomas, por meio de exames ou outros procedimentos que possam ser aplicados fácil e rapidamente. O rastreio é destinado a todas as pessoas, numa população alvo identificada, que não apresentem sintomas da doença ou condição, sendo assim rastreada.

O processo pode identificar uma anomalia, pré-doença, doença precoce ou marcadores de risco de doença”.

O rastreio deve apresentar grande rigor, precisão e capacidade para replicar os mesmos resultados quando repetidos várias vezes, para que haja identificação das pessoas que têm a doença e a exclusão das que não a possuem, isto é, alta sensibilidade e alta especificidade. O programa de rastreio deve possuir evidência científica da sua eficácia, ter uma clara definição dos objetivos e benefícios esperados para a saúde da população, assegurar a igualdade na acessibilidade, respeitar a confidencialidade e o direito de opção de cada indivíduo a participar ou não no rastreio.

O encorajamento da população a participar nos rastreios é a primeira etapa a cumprir nestes processos para que se possam atingir resultados nomeadamente na redução da mortalidade e da morbilidade das doenças. O impacto dos rastreios, estando diretamente relacionados com os fatores socioeconómicos, com a literacia na saúde e com o ambiente sociocultural, apresentam diferentes problemáticas. Em sociedades mais desenvolvidas, com maior consciencialização e com maior acessibilidade aos cuidados médicos, existe uma maior deteção de doença em fases iniciais, enquanto nos países menos desenvolvidos o diagnóstico de doença é feito mais tardiamente. No entanto é

muito importante clarificar e salientar que um rastreio deve ser universal e dirigido a todos os indivíduos da população alvo, bem explícita e bem definida, sem qualquer restrição de ordem económico-social, cultural, geográfica ou quaisquer outras. No que respeita aos programas de apoio e intervenção no caso de resultados positivos nos rastreios, que devem ser parte integrante dos programas de rastreios, as suas existências são um claro imperativo da ética médica. A avaliação dos resultados obriga a uma clarificação e confirmação diagnóstica e encaminhamento médico para tratamento, vigilância e controlo evolutivo. A existência de falsos positivos e de falsos negativos, obriga à investigação detalhada e exaustiva para uma clara evidência ou inexistência de doença e tem sempre de ser considerada apesar de a frequência destes resultados serem cada vez menores, dado a evolução crescente no rigor nos programas e na implementação dos rastreios. Do mesmo modo, a constatação de eventuais danos psicológicos e/ou físicos não deixam de ser percecionados, ou descorados no decorrer de alguns programas. Apesar do descrito acima, temos de realçar que os benefícios são indiscutivelmente muito maiores que os eventuais danos, quando consideramos os rastreios, pelo que o investimento no aperfeiçoamento destes programas é em concreto uma abordagem prioritária. Atualmente em Portugal o Programa Nacional de Diagnóstico Precoce (PNDP), que teve início em 1979, com o rastreio neonatal sistemático que permite identificar nomeadamente dezenas de patologias metabólicas de grande morbilidade e mortalidade se não forem tratadas atempadamente, tem uma cobertura de 100% dos recém-nascidos. Rastreios na gravidez ou rastreios como o do cancro da mama, cancro do cólon do útero, cancro do cólon e reto, tuberculose, o rastreio da saúde visual infantil, da retinopatia diabética ou de rastreios cardiovasculares e medições de vários parâmetros bioquímicos, de infeção por VIH, VHC e VHB, de osteoporose, ou de doença pulmonar obstrutiva (DPOC), nas farmácias comunitárias e ou nos laboratórios de pato-

logia clínica, entre outros, são uma realidade no vasto leque de rastreios à população. É de realçar o crescente papel dos questionários como forma de deteção precoce em variadas patologias. No entanto, a ainda baixa adesão aos rastreios, prende-se com a baixa literacia em saúde, não sendo reconhecida a importância e os benefícios dos rastreios, bem como acresce a ansiedade e o receio na realização de alguns exames como a colonoscopia.

A deteção precoce de diferentes patologias está em permanente evolução. Procura-se uma maior segurança, um menor número de danos, um menor número de falsos positivos e de falsos negativos, uma maior qualidade e rigor em todo o processo dos programas, com acompanhamento e avaliação a longo prazo dos resultados dos rastreios, e de uma forma global uma análise crítica na realização dos rastreios a par de um maior investimento na formação de todos os profissionais de saúde.

As estratégias na promoção da saúde e na melhoria da qualidade de vida, passam pela prevenção primária através da redução dos fatores de risco, pela prevenção secundária através do diagnóstico precoce e tratamento adequado e pela prevenção terciária através da reabilitação e reinserção social e na qualidade da prestação dos cuidados de saúde.

O aumento do investimento na continuação e em futuros rastreios, quer sejam em meio hospitalar, em cuidados primários de saúde, em contexto de saúde pública ou em farmácias da comunidade, é desejável e fundamental na promoção da saúde.

Ultrapassar constrangimentos, garantir a efetiva participação da comunidade, caminhar na eliminação das mortes preveníveis e prematuras, proteger as populações com maior vulnerabilidade continuando a aumentar a esperança e a qualidade de vida, investindo igualmente na melhoria da literacia em saúde e na redução dos fatores de risco, deve ser um compromisso em todas as ações a desenvolver e a implementar nos planos, estratégias e programas de saúde.



Eduarda Oliveira
Médica Pneumologista

Concurso Literário

11 janeiro 2025

Entrega dos prémios

Maison du Portugal, Paris

asminhasferias.pt



Patrocinador





PELA LENTE DE
**Karin
Monteiro**



© Arquivo Municipal de Lisboa | Karin Monteiro, KRM000791



© Arquivo Municipal de Lisboa | Karin Monteiro, KRM000771



© Arquivo Municipal de Lisboa | Karin Monteiro, KRM000724



© Arquivo Municipal de Lisboa | Karin Monteiro, KRM000616

arquivomunicipal de lisboa
fotográfico



© Arquivo Municipal de Lisboa | Karin Monteiro, KRM000485



© Arquivo Municipal de Lisboa | Karin Monteiro, KRM000884



© Arquivo Municipal de Lisboa | Karin Monteiro, KRM000662



© Arquivo Municipal de Lisboa | Karin Monteiro, KRM000330

Nascida na cidade do Cabo, em África do Sul, Karin de Villiers Monteiro é filha de um jovem médico emigrado da Alemanha, nos anos 1930, e de uma sul-africana de ascendência francesa. Passou a infância e a adolescência no norte da Namíbia. Em criança expressava-se já em três línguas: em casa, falava em alemão, com alguns dos seus amigos, em inglês, com outros amigos e pessoas nativas, em afrikaans, integrando no seu vocabulário palavras-chave dos hereros e dos bosquímanos, revelando desde logo uma educação enraizada numa multiculturalidade e diversidade identitária.

Completoou os estudos secundários na Cidade do Cabo e ingressou, seguidamente, na Escola de Ballet do Conservatório de Música da Universidade daquela cidade, na qual frequentou, paralelamente, cursos de História de Arte, Pintura, Desenho e Literatura Inglesa. Fez um bacharelato em Política Africana e Estudos de Desenvolvimento.

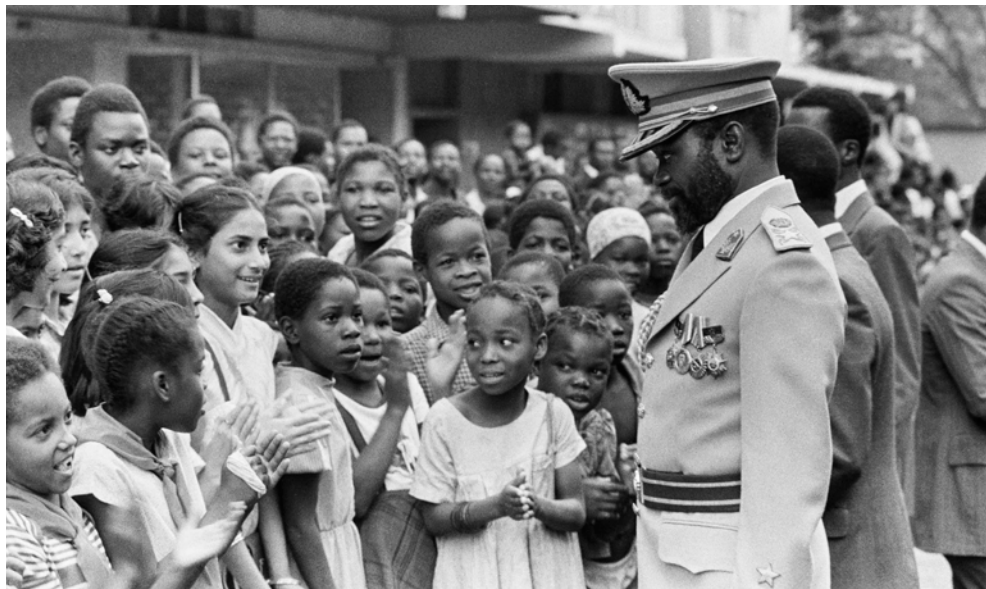
Casou com um português, já estabelecido em Moçambique, e teve dois filhos. Viveu em Lourenço Marques (atual Maputo), entre 1956 e 1976, onde fundou uma escola de Ballet e frequentou, por correspondência, o curso de Belas Artes da Universidade de África do Sul. Foi no conturbado período de transição para a independência de Moçambique, entre 1974 e 1976, que Karin Monteiro começou a fotografar, tentando captar nas películas o leque de identidades que a circundavam e que, entretanto, se alargara vertiginosamente.



© Arquivo Municipal de Lisboa | Karin Monteiro, KRM000874



© Arquivo Municipal de Lisboa | Karin Monteiro, KRM000388



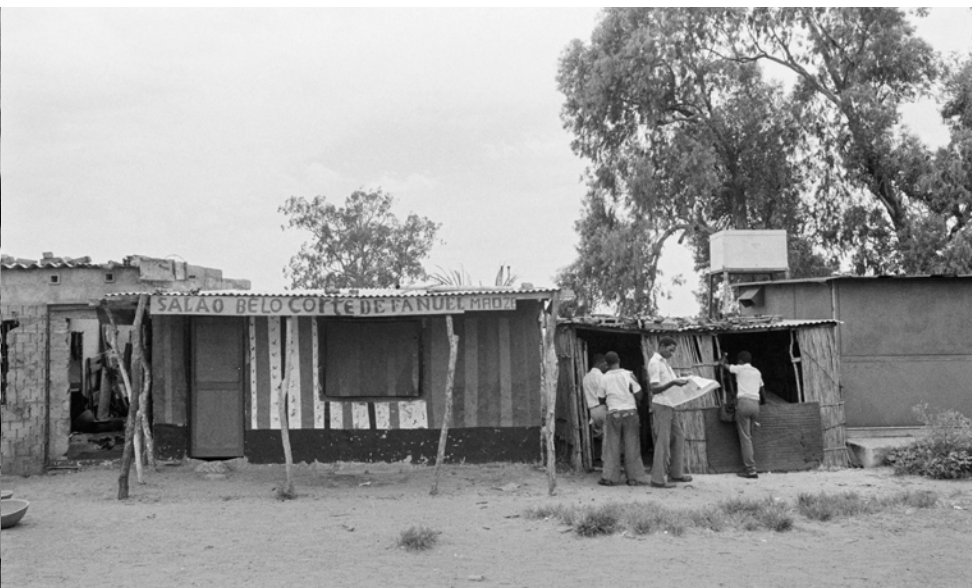
© Arquivo Municipal de Lisboa | Karin Monteiro, KRM000558



© Arquivo Municipal de Lisboa | Karin Monteiro, KRM000786



© Arquivo Municipal de Lisboa | Karin Monteiro, KRM000869



© Arquivo Municipal de Lisboa | Karin Monteiro, KRM000885



© Arquivo Municipal de Lisboa | Karin Monteiro, KRM000740

Durante longos anos trabalhou como repórter fotográfico, tendo colaborado com variadíssimos jornais, revistas e projetos editoriais, tanto no continente africano, como no europeu. Em 2012 retirou-se da vida de fotojornalista. Vive atualmente entre Moçambique e Portugal e dedica-se, entre outras coisas, a organizar o seu acervo fotográfico, hoje revestido de interesse histórico.

As imagens que aqui apresentamos correspondem precisamente ao período inicial da atividade de Karin Monteiro como repórter fotográfico (1974-1976). Elas foram a tentativa de captar as condições sociais e humanas do início da independência de Moçambique face ao governo de Lisboa, não deixando de refletir a diversidade, motivo sempre constante no olhar humanista que a fotógrafa tem sobre o mundo.

Em janeiro de 2024, Karin Villiers Monteiro contratualizou com a Câmara Municipal de Lisboa a doação, ao Arquivo Municipal, de um conjunto de 3330 negativos, em rolo de 35 mm, a preto e branco, referentes a um vasto levantamento que fez sobre a calçada portuguesa, nos anos 1980 e às suas primeiras reportagens fotográficas, feitas em Moçambique, comprometendo-se esta instituição a preservá-lo, inventariá-lo, digitalizá-lo e divulgá-lo.

O presente texto foi baseado nas informações cedidas pela fotógrafa, no âmbito do processo de doação da coleção fotográfica ao Arquivo Municipal da Câmara de Lisboa e de conversas que fomos mantendo à distância, enquanto Karin Monteiro se encontrava em Moçambique.

Bruno Ferro



PROGRAMA REGRESSAR

Aldina e Celso

Emigrados na Suíça desde 2002, regressaram a Portugal passados 20 anos

Eu, o meu marido e o nosso filho, que tinha quase dois anos, emigramos para a Suíça em 2002 na procura de melhores condições de vida. Depois de 20 anos emigrados, decidimos regressar a Portugal, às nossas raízes. Não foi obviamente uma decisão fácil. A nossa ideia foi desde a primeira hora criar o nosso próprio emprego, mas não sabíamos se existiam alguns apoios.

O meu cunhado, que também pensava regressar de vez a Portugal, falou-nos do Programa Regressar e nesse ano quando viemos de férias fomos ao GAE – Gabinete de Apoio

ao Emigrante de Castro Daire, onde nos foi explicado como funcionava o programa, quais os requisitos necessários, os apoios – que confesso ficamos surpreendidos com o montante – e decidimos avançar.

Então em 2022 regressamos ao nosso país.

Como vivemos num meio rural abrimos uma loja agrícola na freguesia de Mões, onde vendemos rações, sementes, ferramentas agrícolas e praticamente tudo que é útil para a agricultura procurando satisfazer as necessidades e pedidos dos nossos clientes.



A atividade principal dos habitantes de Mões é a agricultura e por isso fomos muito bem acolhidos com esta ideia de negócio, tanto mais que, como também fazemos entregas ao domicílio, ajuda muitas pessoas idosas que por vezes não tem transporte, ou tem mobilidade reduzida.

Para mim, que vivi quase sempre fora de Portugal, pois os meus pais já eram emigrantes – fui criada em França – este

apoio do Programa Regressar foi muito importante para a tomada da nossa decisão.

Quem pensar em regressar a Portugal, às nossas raízes, o que eu incentivo vivamente, tem no Programa Regressar o apoio imprescindível para o início de uma nova vida, e já agora pensem em Castro Daire como possível destino para viver. Temos que dinamizar o concelho!

Programa Regressar



José Albano
Diretor Executivo do PCRE



Farol da Barra

| VIAGEM LUSITANA

Luz do Farol

Mala de Viagem da Vida

“E ao longe um Farol descobri cuja Luz era o Sol, quando olhei para ti.”

Poética Aliança de Palavras – Porém, repleta de Realidade e Enigmas da Vida. De forma concreta a Mala de Viagem pertence (quase) ao dia à dia enquanto o Farol, dado as novas Tecnologias recuou mais para a Esfera Histórica, Romântica, Turística ou Museal. No Pensar Transcendente acompanham a Vida. Surge um Ponto de Interrogação? Ao primeiro ler – possivelmente. Após um pequeno momento verifica-se, que pertencem à História da Humanidade. Em Portugal ou nos 4 Cantos do Mundo. Todos os Países contam das suas Malas da Vida. Talvez mais presente na Emigração – seja Portuguesa ou Estrangeira. Porquê?

“Emigrar, uma Viagem para um Futuro desconhecido. Voltar, a Oração de um Pensar convencido.

Emigrar, no Estrangeiro a Saudade entre Fronteiras. Voltar, Sonhos imaginaram Roseiras.”

Emigrar é sempre uma viagem incógnita. Reza-se que se chegue a Porto Seguro. A Esperança é a Luz do Farol – que ao longe se espera com o Bem do Sucesso. Fazer a Mala para uma Viagem, nem sempre é fácil. Muito menos a da Vida. O Emigrante vive entre Fronteiras, diferentes Idiomas, Culturas etc.

procurando sua Identidade. Encontrar o próprio Ser começa na Família e vai até ao País da sua Descendência. Porém, precisa-se de conhecer as suas Origens. Eis a razão para a Viagem Lusitana.



Cabo da Roca, o ponto mais ocidental de Portugal



Farol de Santa Marta

Lusitana/o em Portugal ou no Estrangeiro, Portuguesa/ês ou Estrangeira/o a TODOS nós pertence uma singular Mala de Viagem da Vida e procuramos ao longe ver, se o Futuro oferece os elaborados e sonhados Objetivos.

Uma Viagem transcendente e real.

Como Homenagem ao ilustre Poeta Luís Vaz de Camões decidi começar a Odisseia com a visita dos Faróis de Portugal. Uma Viagem Histórica e Poética. Primeiro fazer a Mala: cada Ser Humano escolhe diferentes objectos. A Fotografia ilumina a Rosa dos Ventos, para se saber a direção, que escolher. Um Binóculo, para procurar a Luz de Porto Seguro. O Terço da Fé, para a Coragem jamais perder a Esperança, mesmo quando o Caminho está repleto de Espinhos e não se consegue encontrar uma Rosa. Caneta e Papel para guardar as vividas Recordações.

Hoje em dia o Telemóvel – outrora era a escrita com as respetivas pinturas. A Vela como Símbolo do Farol. E por fim um Colar de Pérolas. Que cada viagem, no presente caso, cada Capítulo, seja uma pequena Pérola de Leitura e adquirido Saber da nossa História de Portugal.

Cada Viagem é diferente como cada Etapa da Vida. Fazemos e refazemos a Mala. Da Tristeza à Alegria, do Desespero ao Sucesso ... o conteúdo altera o nosso Pensar e Ver sobre o Mun-

do. O que se perde e o que se ganha. Acontecimentos, que preferíamos esquecer e outros novamente reviver. Guardamos Segredos e Histórias – procura-se aprender com o Passado para o Presente oferecer um melhor Futuro. Ao longo da Vida segura-se um Colar de Pérolas e uma Mala com o Ser – Identidade – do Caminho que se caminhou.

Que a presente Literária Viagem seja uma Leitura, que ofereça novas Perspetivas e Facetas da Vida.

A escolhida frase para o princípio integra a Divina e Humana Faceta:

Divina – quando em Fátima o Sol dançou. O Desejo de se conseguir ultrapassar tempos difíceis e encontrar no meio dos Espinhos as Rosas.

Humana – a Solidão não é boa Companhia, nem Conselheira. A expectativa, que na Mala de Viagem da Vida, se adicione a Recordação, de ver atenciosa Mão se estender, quando obstáculos impedem chegar ao Porto Seguro.

Quando se visitar ou ver um Farol, jamais esquecer, que representam um Simbolismo de Vida, assim como seu Valor na Cultura da nossa História do País e (de forma transcendente) Pessoal.

Boa Viagem.



Isalita Pereira
Historiadora
Poeta

| FALAR PORTUGUÊS

Qual é a origem da palavra «obrigado»?



«Obrigado» virá do particípio passado do verbo latino «obligō». Este, se escavarmos um pouco, veio da raiz indo-europeia «*ley-», que significaria ligar — e, diga-se, o verbo português «ligar» tem a mesmíssima origem indo-europeia.

Isto é interessante, não tenho dúvidas, mas mais interessante será ver que esta viagem não explica a origem da nossa fórmula de agradecimento. Afinal, a origem que descrevi acima é a mesmíssima origem da palavra «obligado» do castelhano — e um espanhol nunca diz «obligado» para agradecer seja o que for.

Reparemos nisto: «obrigado», na verdade, são duas palavras.

Temos a forma «obrigado», particípio passado do verbo «obrigar», que às vezes se disfarça de adjetivo. (Este uso duplo da mesma palavra como particípio e adjetivo acontece em muitos lugares da nossa língua — e em muitas outras línguas. É algo banal.) Este «obrigado» aparece em frases como «Fui obrigado a abrir a porta.» ou «Eu sou obrigado a virar à esquerda naquele cruzamento.». Esta palavra tem vários usos e tem origem na tal palavra latina. Corresponde, sem grandes discrepâncias, ao «obligado» castelhano.

Mas, depois, temos o nosso amigo e conhecido «obrigado» como fórmula de agradecimento.

Muitas línguas têm uma interjeição com este significado:

Inglês: «thanks»

Francês: «merci»

Castelhano: «gracias»

Alemão: «danke»

Japonês: «arigatō»

E podíamos continuar por aí fora...

A origem de cada uma destas fórmulas é distinta. O «thanks» inglês terá origem na expressão «thanks to you», ou seja, «graças a si», o que será parecido ao percurso que levou às fórmulas castelhana e alemã. Já o «merci» francês teve outra origem, semelhante à origem da nossa expressão «Vossa Mercê», o que nos leva a concluir que o «merci» francês e o «você» português têm uma origem comum.

A fórmula portuguesa surgiu a partir de expressões mais complexas, como eram as fórmulas finais nas cartas, tal como «Muito Venerador e Obrigado a Vossa Mercê». Com o tempo, aquele «obrigado», que tinha a tal origem latina muito antiga, começou a deixar para trás — sem o perder por completo — o sentido original de obrigação e passou a ser usado como fórmula fixa. Ou seja, aquela forma verbal, ao contrário do que aconteceu nas outras línguas, tornou-se a interjeição de agradecimento típica da língua portuguesa. Digamos que a palavra decidiu saltar de categoria — e reinventar-se. No entanto, a palavra anterior («obrigado» como forma verbal) não desapareceu. Reproduziu-se, foi o que foi.

Agora, o ponto mais interessante: como explica Fernando Venâncio neste artigo reproduzido no Ciberdúvidas e publicado originalmente na revista Ler, esta reinvenção da palavra é muito mais recente do que pensamos. Só no século XIX começamos a ver surgir nos nossos textos o «obriga-

do» com o sentido de agradecimento que lhe damos hoje. Imagino que, na oralidade, o uso seja um pouco mais antigo. Mas, seja como for, dificilmente podemos crer que Camões dissesse «obrigado!» quando alguém lhe dava alguma coisa, por exemplo.

Que consequências tem isto? Para começar, deita por terra a teoria de que a palavra tem uma ligação profunda à alma portuguesa, como já cheguei a ouvir por aí (estas teorias que ligam esta ou aquela característica linguística ao carácter nacional são sempre muito suspeitas). Depois, torna a ideia de que o «arigatō» japonês teve origem no «obrigado» português um belo anacronismo. É engraçada, mas não parece possível. (Mas não fique triste: há outras palavras japonesas de origem portuguesa.)

Como agradeciam os portugueses antes desta transformação tão recente? Como lembra Ana Salgado nesta página, há outras expressões de cortesia na língua: «agradecido»; «bem haja»; «grato»... A certa altura, as tais fórmulas pomposas das cartas começaram a desbastar-se e daí surgiu mais uma fórmula de cortesia: o nosso conhecido «obrigado». Ora, a palavra mais recente acabou por crescer de tal maneira que, hoje, ultrapassa as fórmulas mais antigas — é a nossa interjeição de agradecimento típica e uma das primeiras palavras que um estrangeiro aprende quando aprende português. O mesmo não acontecia há 300 anos.

Como sempre, a língua continua a moldar a palavra e a reinventá-la. Já não temos só o «obrigado», mas também o «muito obrigado» ou o «obrigadíssimo» — e ainda o levemente irónico «obrigadinho».

Dou por terminada esta pequena viagem à origem da palavra «obrigado». Mas não me vou embora sem dizer mais uma vez:

Muito obrigado (por ter lido este texto).



Marco Neves
Universidade Nova de Lisboa

| FISCAL

Gerir as Despesas no Mundo Digital

Muitos de nós acabámos o ano de 2024 a fazer um balanço das conquistas e desafios enfrentados e começámos o ano de 2025 a perspetivar o futuro, com propósitos de mudança positiva. As empresas têm a vida facilitada, graças ao precioso contributo dos seus contabilistas certificados. Já aqueles que desenvolvem atividade em nome próprio, os chamados recibos verdes, estão, na sua maioria, entregues a si mesmos. Esta realidade torna ainda mais essencial a gestão cuidadosa das finanças pessoais, especialmente num mundo onde as despesas se tornaram cada vez mais invisíveis.

Vivemos cada vez mais numa era em que o dinheiro se apresenta de forma digital. Já não guardamos moedas no bolso ou tiramos notas da carteira para pagar as nossas despesas. Hoje, com um cartão “contactless”, com um telemóvel, débitos diretos, uma subscrição renovada automaticamente ou uma aplicação que desconta diretamente da conta, gastamos de forma rápida e muitas vezes sem dar por isso. Esta facilidade, embora conveniente, pode ser uma armadilha financeira se não adotarmos medidas para manter o controlo sobre as nossas despesas e sobre o nosso dinheiro.

Quando utilizamos meios digitais para realizar pagamentos, a relação emocional e a consciência com o ato

de gastar dinheiro, tende a diminuir. Pagar em numerário oferece uma perceção mais tangível da saída de recursos. Por outro lado, nos pagamentos eletrónicos, o ato físico é substituído por um gesto simples, muitas vezes associado à sensação de conveniência e rapidez.

Além disso, as subscrições automáticas e os serviços recorrentes podem passar despercebidos no dia a dia, especialmente quando os valores cobrados são baixos. Este “pingar” constante pode somar montantes significativos no final do mês, deixando os consumidores surpreendidos com saldos reduzidos e sem perceção sobre onde foi gasto o dinheiro.

É importante recuperar a consciência sobre o destino do nosso dinheiro, para isso recomendo que se utilize ferramentas como aplicações bancárias, ficheiro d’Excel ou softwares de gestão financeira para classificar e registar as despesas. Defina alertas para cada tipo transação, tendo em conta um orçamento previamente estabelecido, seja através de funcionalidades específicas das aplicações bancárias ou de práticas manuais, garantindo assim uma visão clara das suas despesas.

Regularmente, identifique todas as suas subscrições e débitos diretos e avalie se realmente as utiliza ou se são necessários. Às vezes, cancelar ou

alterar um plano pode trazer economias significativas. Ter um orçamento faz toda a diferença. Estabeleça, pois, limites para categorias de despesa, como entretenimento, alimentação fora de casa e serviços digitais. Respeitar esses limites ajuda a evitar despesas desnecessárias.

Considere, em situações viáveis, voltar a usar numerário. Isso reforça a consciência do que está a gastar e ajuda a desenvolver um maior controlo.

Não se esqueça de perguntar: “Preciso mesmo disto?” ou “Como esta despesa se enquadra nas minhas prioridades financeiras?”. Essa pausa pode evitar compras impulsivas.

Num mundo cada vez mais digital, em que perdemos cada vez mais o contacto com o real, a responsabilidade de gerir bem as finanças pessoais passa pela consciência e pelo controlo das ferramentas que utilizamos. O segredo está em não deixar que a facilidade dos meios eletrónicos nos leve a perder o rasto do nosso dinheiro. É importante desenvolver hábitos de reflexão, ainda é possível usufruir das vantagens da tecnologia sem comprometer a saúde financeira. Afinal, a riqueza não está apenas no que ganhamos, mas no que conseguimos gerir com inteligência. E a verdadeira riqueza não está no que possuímos, mas no que somos e nas relações com quem amámos.



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

amostra
deletras.pt

Want to live in Portugal?



Get the number one agency

We take care of everything from day one. All the pre departure arrangements, visas, documentations, bank accounts, transportation, health services or schools. All you need to live in Portugal

Ei![®]
Assessoria
Migratória

eimigrante.pt