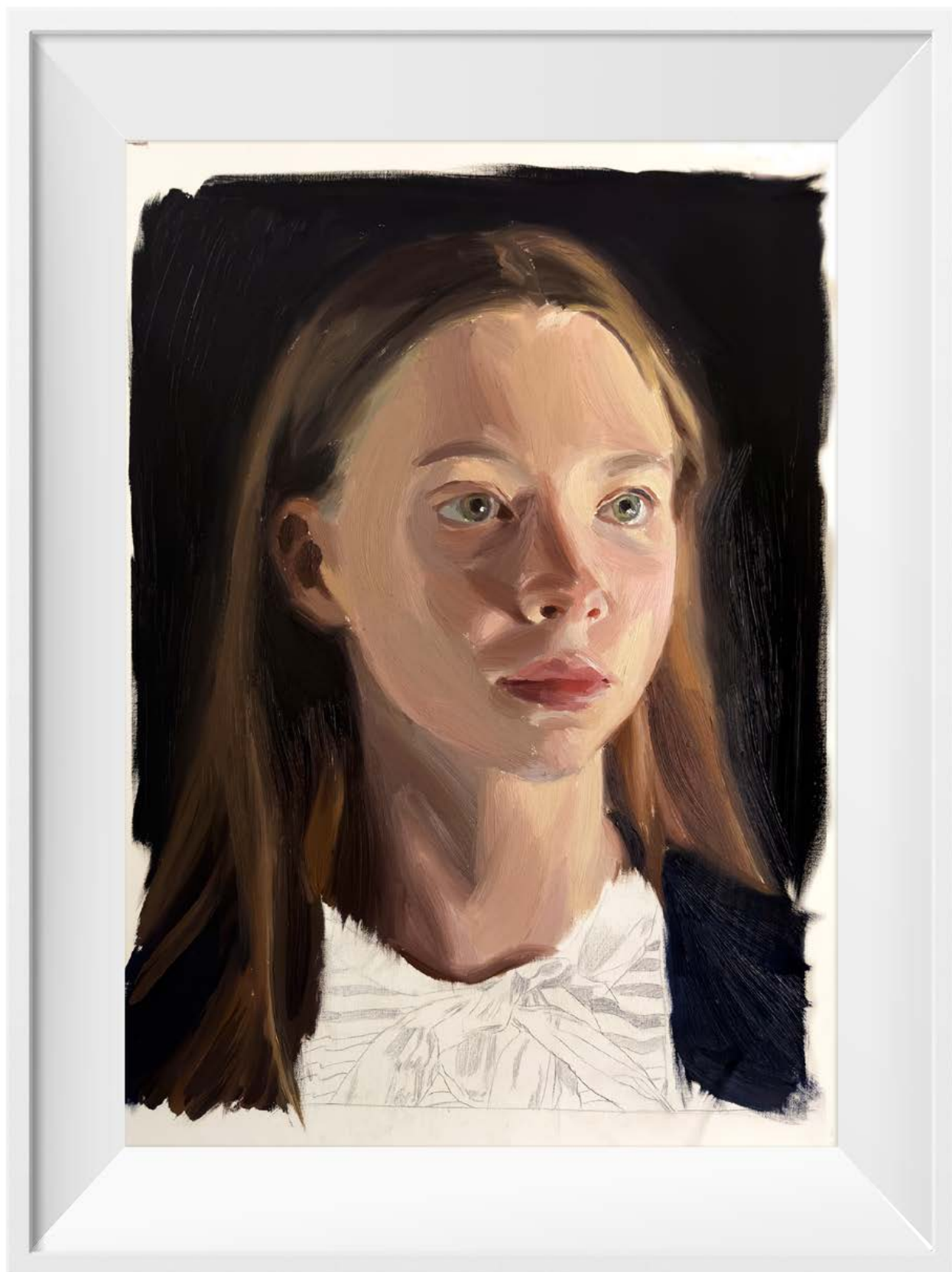


# DESCENDÊNCIAS

M A G A Z I N E





## Especialização local, acompanhamento internacional 25 anos de consultoria contabilística e fiscal personalizada

Acompanhamos empresários, investidores e particulares na sua instalação e desenvolvimento em Portugal, com segurança fiscal, clareza financeira e soluções à medida. Combinamos um profundo conhecimento local com uma visão internacional, transformando a complexidade administrativa e fiscal portuguesa numa oportunidade estratégica.

**Tem um projeto em Portugal? Fale connosco**



## p/ 06 e 07.

AILD celebra parceria estratégica. Por José Governo  
Nova época. Por Cristina Passas, Presidente da AILD

## p/ 12.

**Grande Entrevista**

Eduardo Rêgo. A voz dos documentários BBC Vida Selvagem

## p/ 28.

**Conselho das Comunidades Portuguesas** O CCP afirma-se indelevelmente  
Por Flávio Martins, Presidente do Conselho das Comunidades Portuguesas

# N E S T A E D I Ç Ã O

## p/ 31.

**Suplemento** Diáspora Golf  
Edição 2025

## p/ 38.

**Passagens** Descobrimentos e os manuais escolares  
Por Joaquim Magalhães de Castro

## p/ 58.

**Saúde e Bem Estar** A Pele  
Por Eduarda Oliveira

# Obra de capa

**Artista Plástico:** Michael De Brito

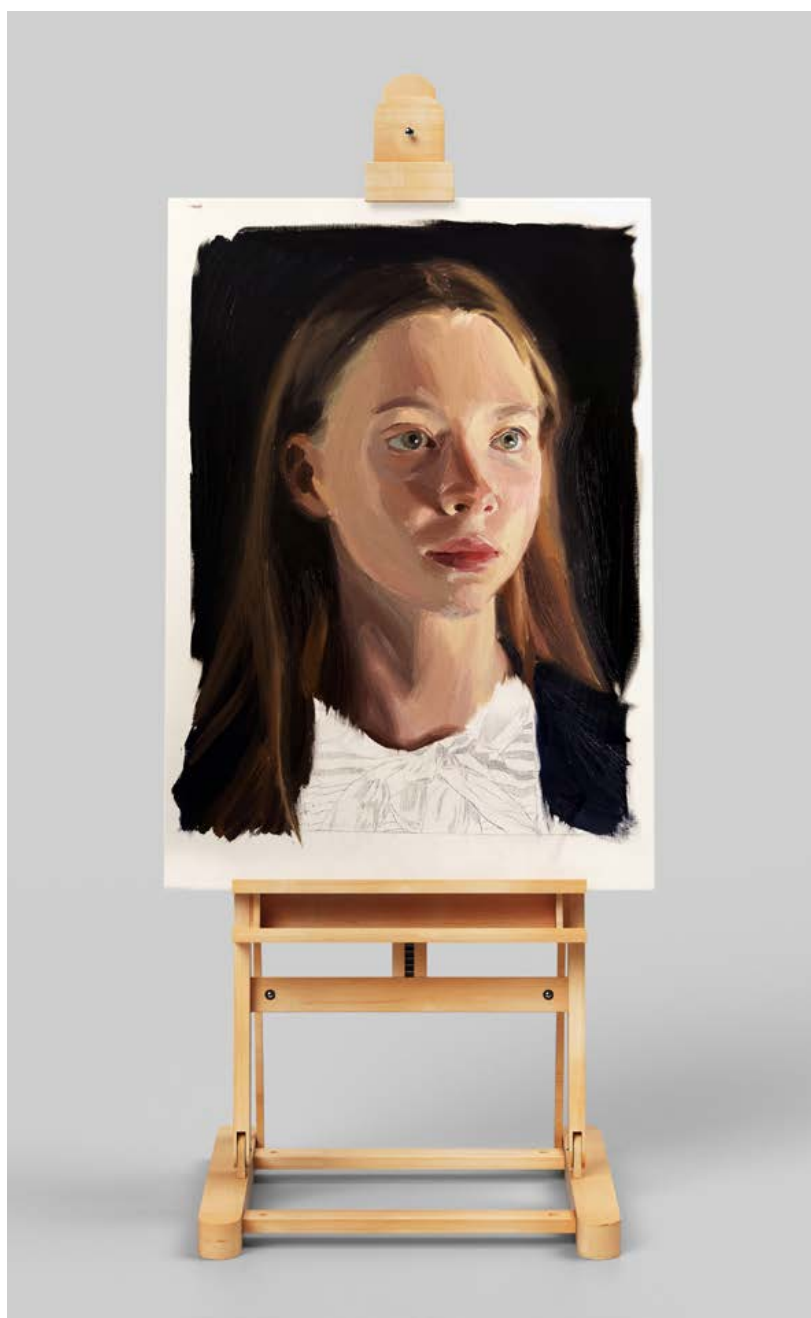
**Dimensões:** 40 x 30 cm

**Técnica:** Óleo sobre tela

## Hannah

Sento-me na margem do mundo,  
a vê-lo mover-se depressa demais,  
com crueldade demais,  
para que eu consiga respirar.  
Há fumo no céu  
e silêncio onde antes ouvia canções.  
Vejo o peso que as pessoas carregam  
nos ombros curvados,  
nos olhos que evitam os meus.  
Sinto demais  
para alguém que mal começou —  
sei demais sobre o que está partido,  
e ainda assim, não consigo desviar  
o olhar. Mas neste silêncio,  
há algo que permanece intacto.  
Uma recusa calma  
em deixar que a escuridão  
diga quem sou.  
Toco a terra  
como se ainda pudesse ser curada.  
Olho para estranhos (...)

**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, Joaquim Magalhães de Castro, João Vieira, José Governo, Madalena Pires de Lima, Mafalda Lourenço, Marco Neves, Maria do Carmo Mendes, Marta Costa, Melissa da Silva, Paula Cristina Veiga, Philippe Fernandes, Sarah Luz, Sara Nogueira, Vitor 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](mailto:info@descendencias.pt) W: [descendencias.pt](https://descendencias.pt) T: 309 921 350 | **Publicidade** E: [publicidade@descendencias.pt](mailto:publicidade@descendencias.pt) | **Anúncios** A Amostra de Letras Lda, não é responsável pelo conteúdo dos anúncios nem pela

exatidão das características e propriedades dos produtos e/ou bens anunciados. A respetiva veracidade e conformidade com a realidade são da integral e exclusiva responsabilidade dos anunciantes e agências ou empresas publicitárias | **Direitos** Em virtude do disposto no artigo 68º n.º 2, i) e j), artigo 75º n.º 2, 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** 56, agosto 2025 - GRATUITA.



# Editorial

## Caros Leitores

Michael de Brito e Marina Carreira abrem as portas da Descendências com a deslumbrante obra da “Hannah”, para partirmos à descoberta desta nova edição. Que belo começo!

A AILD continua a sua caminhada em construir pontes com outras entidades, mas com objetivos e ações claras, num crescimento conjunto. Um exemplo associativo. Agosto, mês de férias para uma grande maioria dos portugueses, é também o regresso ao trabalho para outros — a nova época futebolística. Já ouviu falar de Executive Driving? Conheça a Filvip.

Eduardo Rêgo é mais do que a voz inesquecível dos documentários “BBC Vida Selvagem” — é um contador de histórias, um criador de afetos e um dos maiores embaixadores da natureza em Portugal. Na Grande Entrevista, mergulhamos no percurso de um comunicador que transforma palavras em emoções e emoções em ação. Falamos sobre a sua carreira, os bastidores da narração, e sobretudo sobre o projeto Loving The Planet — um movimento de educação ambiental que hoje ecoa pelo mundo como um grito de esperança. A não perder!

O CCP cimenta o seu posicionamento como uma estrutura fundamental na ligação com as nossas comunidades portuguesas e disso mesmo nos faz o retrato, o seu presidente Flávio Martins. Não conseguiu inscrever-se para o torneio do Diáspora Golf? Trazemos-lhe um suplemento em que vai ficar a saber tudo o que se passou por lá e claro, lamentar não ter feito parte deste importante evento de networking que promove conhecimento, negó-

cio, investimento e, claro, diversão. Por favor, não desvirtuem a história: Portugal deu mesmo “novos mundos ao mundo”! Mergulhamos na talentosa compositora Ângela da Ponte e ficamos a saber que estão para sair, dois CDs. Fiquem atentos. Fique a saber tudo sobre o Programa Alcateia 2025-2035, para a conservação do lobo-ibérico em território nacional. A nossa querida Sara Nogueira quer pôr todas as crianças a fazer TPC’s nas férias. Será mesmo assim? Continuamos na descoberta que “Comer sem azeite é comer miudinho”, e numa altura em que os riscos aumentam com a exposição solar, falamos do órgão mais pesado do corpo humano: a pele. Continuamos na senda da emigração portuguesa, desta feita para a Alemanha, e descobrimos o orgulho de pertencer à AILD. É mesmo um orgulho Philippe! Conheça o talento fotográfico de Ana Matos, escritora de histórias visuais. A Patrícia Duarte e o João Bandeira, são dois atores que regressaram a Portugal, e todos nós agradecemos porque a nossa cultura ficará certamente mais rica. Bem-vindos à vossa casa. E se tivesse havido uma conversa entre Camões e Bocage, “um diálogo que nunca se realizou”? Foi criado poeticamente para nosso encanto. Qual é a origem do nome do Porto? Sabe? Há um universo de empresarial por catalogar e valorizar: o das empresas detidas por portugueses e lusodescendentes no estrangeiro, mas haverá novidades em breve sobre este tema. De férias ou de regresso ao trabalho, trazemos-lhe muito bons motivos de leitura e para nos continuar a acompanhar. Reencontro marcado para setembro.



Gilda Pereira  
Diretora Adjunta

EM DESTAQUE

# AILD celebra parceria estratégica

No passado dia 10 de julho de 2025, as históricas Termas de S. Jorge, em Santa Maria da Feira, foram palco da assinatura de um protocolo de colaboração e parceria estratégica entre a Associação Internacional dos Lusodescendentes (AILD), o Turismo do Porto e Norte de Portugal (TPNP) e a Associação das Termas de Portugal (ATP), tendo marcado presença para assinatura do documento Cristina Passas (Presidente da Direção da AILD), José Cancela Moura (Vice-Presidente da Comissão Executiva do TPNP) e Victor Leal (Presidente da Direção da ATP).

Este acordo representa o culminar de um trabalho dedicado e contínuo, fruto de diversas reuniões de trabalho entre as três instituições. A visão partilhada por Cristina Mendes (Departamento Operacional do TPNP), João Pinto Barbosa (Secretário-Geral da ATP) e José Governo (Diretor Executivo e Fundador da AILD) – que aqui vos escreve – solidificou a importância de estreitar laços de cooperação para valorizar o nosso território, promover a nossa rica cultura, fomentar a economia e, crucialmente, reforçar o papel das comunidades portuguesas como embaixadores globais de Portugal.

O objetivo primordial deste acordo histórico é promover as estâncias termais de Portugal junto das vastas comunidades portuguesas espalhadas pelo mundo. Para a AILD, esta parceria representa uma oportunidade ímpar de reforçar as conexões entre os lusodescendentes e as suas raízes, oferecendo acesso a uma faceta tão importante da identidade portuguesa, da saúde e do bem-estar. Acreditamos firmemente que o termalismo é um pilar da cultura e da saúde em Portugal, e a sua promoção junto das nossas comunidades alinha-se perfeitamente com a nossa missão de preservar e disseminar o património português.

Esta iniciativa não se limita apenas a promover a saúde e o bem-estar; ela fortalece a conexão com a pátria-mãe, permitindo que as nossas raízes continuem a florescer global-

mente. Estamos verdadeiramente entusiasmados com o potencial desta colaboração e com o impacto positivo que terá na valorização do termalismo português e no enriquecimento da experiência dos lusodescendentes.

É importante salientar que este protocolo é um catalisador para impulsionar a totalidade da oferta turística de Portugal. O Turismo do Porto e Norte de Portugal (TPNP) desempenha um papel estratégico fundamental neste objetivo, alavancando a visibilidade e o apelo das nossas regiões para além das águas termais, apresentando um Portugal rico em cultura, paisagens e experiências.

O âmbito da colaboração foca-se na promoção do território do Porto e Norte de Portugal junto das comunidades portuguesas, nomeadamente através da rede internacional da AILD. Serão desenvolvidas ações para valorizar e divulgar os recursos endógenos da região, com destaque para as estâncias termais, associando o turismo de saúde e bem-estar, natureza e turismo cultural. As iniciativas conjuntas incluem a participação em eventos da AILD, como o “Obrigado de Boa Viagem”, que terá lugar já no próximo dia 23 de agosto na icónica fronteira de Vilar Formoso, a promoção de missões inversas com opinion makers, empresários e líderes comunitários nas comunidades portuguesas, e a divulgação da oferta turística, com especial ênfase para as estâncias termais, através dos canais institucionais da AILD, como a nossa “Descendências Magazine”, entre outros.

Além disso, comprometemo-nos a articular e desenvolver ações concretas de promoção e divulgação das estâncias termais em Portugal junto das Comunidades Portuguesas em todo o mundo. A cooperação será expandida para incluir a organização conjunta de debates temáticos sobre turismo, investimento e cultura, a identificação de oportunidades de sinergia entre empresas e comunidades portuguesas e as soluções oferecidas pelo TPNP e ATP, e o fomento de negócios.



José Governo  
Diretor Executivo da AILD

Com um Portugal em polvorosa, cheio da alegria dos que chegam e vêm para partilhar o saudoso mês de agosto com as famílias e amigos, inicia-se um ciclo inverso, dos nossos que partem para iniciar as suas épocas, com os sonhos na Premier League, nos Campeonatos e no Mundial FIFA 2026.

Estou obviamente a falar do arranque de mais uma época futebolística. Os olhos do mundo voltam-se para os relvados, onde muitos dos nossos jogadores portugueses brilham nos mais variados campeonatos internacionais. De Inglaterra ao Catar, de Itália aos Estados Unidos, de França ao Japão, há uma presença lusa que atravessa fronteiras, leva a nossa bandeira aos quatro cantos do globo e reforça o sen-

timento de orgulho e pertença na nossa diáspora. Nomes como Cristiano Ronaldo, Bernardo Silva, Rúben Dias, João Félix, Rafael Leão, Bruno Fernandes, João Neves, Vitinha ou Nuno Mendes, entre tantos outros, fazem parte de uma elite que não só compete ao mais alto nível, mas também se afirma como verdadeira embaixadora da nossa identidade. E, para além destes, há centenas de outros jogadores portugueses que, nos campeonatos mais diversos, como o Rui Pires em Singapura, levam consigo o talento, a garra e a resiliência que nos definem como povo. Cada jogador português, onde quer que esteja, carrega uma geografia de afetos. Em cada golo, em cada vitória, há um eco que chega às co-

| A I L D

## Nova época

munidades de lusodescendentes espalhadas pelo mundo, reforçando laços, despertando memórias e construindo futuro. Nos cafés de Paris, nos bairros de Newark, nas comunidades lusas do Luxemburgo ou das ilhas britânicas, o orgulho de ser português vive-se com intensidade, muitas vezes com uma camisola vermelha vestida sobre o coração.

Na Associação Internacional dos Lusodescendentes (AILD), reconhecemos o futebol como uma ponte de culturas, uma ferramenta de aproximação, onde cada jogador é um embaixador da nossa língua, da nossa história, da nossa forma de ser. E neste arranque de época, a AILD não pode deixar de home-

nagear a estrela cintilante que há pouco vimos partir de forma tão dura: Diogo J. (e o seu irmão, André Silva), que partiu cedo demais. O seu nome ficará para sempre ligado ao orgulho de ser português, e a sua memória será sempre lembrada com a alegria de quem acreditou nos seus sonhos. O seu talento e carácter honram Portugal e a solidariedade no mundo inteiro, em todas as modalidades desportivas e redes sociais assim o testemunharam, demonstrando que o número 20 ficará para sempre eternizado nas lendas do Liverpool. E, por fim, a nossa palavra mais sentida de solidariedade e um abraço fraterno extensível a toda a sua família.



Cristina Passas  
Presidente da AILD



## EMPRESA ASSOCIADA

# Filvip

**Filipe Santos, pode contar-nos um pouco sobre o seu percurso profissional até chegar à liderança da Filvip?**

Fazendo uma retrospectiva, o meu percurso profissional esteve sempre ligado a pessoas. Basicamente servir pessoas. Tanto o cliente interno quanto externo. Fui conciliando sempre o meu percurso académico, desde a preparatória até à licenciatura, com um pequeno estabelecimento familiar no sector da restauração. Onde destaco, este contacto direto com os clientes e fornecedores foram indiretamente moldando a minha personalidade e influenciaram-me para enveredar pela área de Gestão Recursos Humanos. Fiz um percurso pela consultoria durante algum tempo, no qual colaborei em diversos projetos de multinacionais de diferentes sectores de atividade, no qual permitiu-me desenvolver um conjunto de competências e conhecimentos transversais muito enriquecedores. Porém, a dado momento sentia que ainda não tinha

encontrado o meu propósito, e quando estava num daqueles muito importantes processos de redefinição de carreira iniciiei um part-time, que acidentalmente foi preponderante para encontrar o meu caminho e criei a FILVIP, alicerçada nas metodologias que fui assimilando durante todas as minhas atividades profissionais.

**Tendo o Filipe nascido em França, como foi e como decorreu a sua vinda para Portugal?**

Efectivamente nasci em França, onde vivi até aos meus 6 anos de idade. A nossa vinda para Portugal, acabou por ser uma decisão que os meus pais tiveram que tomar, após terem estado 15 anos emigrados, e a decisão do regresso dos meus pais, acabou por assentar em diversas razões. A idade dos filhos, a questão das escolas, iniciar aquele período e aprendizagem da língua, investimentos que os meus pais já tinham



Filipe Santos, Diretor Executivo da Filvip

em Portugal, os primeiros sinais de estabilidade e crescimento que começava assistir-se e claro... nunca esquecer aquelas razões muito emocionais e pessoais que só aqueles que estão fora compreendem...

**O que o motivou a fundar ou assumir a liderança da Filvip? Qual foi o momento decisivo?**

A FILVIP, surgiu num momento de paragem e redefinição de carreira. Não me sentia completamente preenchido... E quase que acidentalmente encontrei o meu propósito. Posso partilhar que houve um momento que foi preponderante e foi uma simples viagem. De forma completamente aleatória, transporte um cliente, que ao fim de apenas 15 minutos trocamos os respetivos contactos e desde então já foram centenas de missões pelo território nacional e não só. Guardarei sempre a conversa e as palavras. Porque sim! As palavras contam e as

palavras mudam! E sim, posso dizer que foi um marco muito importante para mim e para FILVIP. Em suma, o que vale a competência se não surgir a oportunidade.

**Quais são os principais serviços da empresa e o que a distingue da concorrência?**

A FILVIP-Executive Driving, é uma empresa que está no sector da mobilidade. Presta um serviço de motorista executivo/privado. Tem operações e soluções no turismo, MICE, e corporativo, serviço de concierge de luxo, figuras públicas, entre outros. Como exemplo, e para ilustrar a diversidade de soluções, já tive diversas missões pela Europa (como motorista no carro do cliente ou como acompanhante) ou ser tradutor numa conservatória do registo civil para registar o nascimento do filho do meu cliente. O portfólio é muito vasto porque, personalizamos sempre o ser-





viço às necessidades de cada cliente final. Tudo muito “tailor-made” porque na FILVIP, transportamos pessoas tal como, as suas vidas complexas e dinâmicas e onde possuímos um conjunto de soluções para agilizar e facilitar todo esse processo. Reconheço e aprendo com excelentes exemplos da concorrência, onde secretamente vou analisando as melhores práticas e adaptando à minha dimensão, mercado e visão. Efetivamente, aquilo que posso dizer que tento diferenciar-me da concorrência é precisamente no elemento mais importante do meu sector. Creio que a maior diferenciação está naquele elemento que está entre volante e banco do condutor: O motorista. As competências pessoais, comportamentais, técnicas e provavelmente a mais importante: a verdadeira vontade de servir.

**Pode partilhar um projeto ou marco recente que represente bem a visão da Filvip?**

Tenho alguns projetos/missões que guardo com grande satisfação e acaba por ser algo complicado escolher apenas um, dado que são tão diferentes e pessoais.

Por exemplo, a missão mais longa que tive, foi ter que ir

a Belgrado acompanhar a esposa e o filho de 2 meses do meu cliente. Uma missão de 4 dias, a confiança que o cliente depositou em mim nesta situação, bem como em outras, foram de certo modo indicações para onde deveria levar a FILVIP.

Mas acredito numa coisa é que só aconteceram porque relações de competência vão gerar relações de confiança. É gratificante poder trocar breves mensagens com clientes que estão espalhados pelo mundo e que foram missões que acabaram por ficar no nosso património emocional e pessoal.

Tenho muitas viagens com histórias e memórias.

**Que importância atribui à ligação à AILD e ao associativismo empresarial no geral?**

A existência de uma associação dá-nos voz, presença, legitimidade e credibilidade para sermos ouvidos e respeitados junto das entidades e organismos que tutelam este nosso país. Este verdadeiro sentimento de cooperação de todos contribuírem e a união de todos a uma só voz.

Tal como nos diz a sabedoria popular “a união faz a força”.





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?

Acho excelente e extraordinário. Capitalizar e potenciar o nosso ADN e sangue que temos espalhado pelo mundo dado à nossa história.

Podemos todos contribuir onde aqui a AILD tem um papel e um desafio preponderante de identificar todos aqueles que partilham de um sentimento que todos devemos ter na vida, no trabalho:

“... Não perguntes o que a tua pátria pode fazer por ti. Pergunta o que tu podes fazer por ela...” John F. Kennedy. Qualquer um de nós pode contribuir.

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?

Na minha opinião, só temos a ganhar. Sinto que a marca PORTUGAL, está num patamar de grande notoriedade e de prestígio. Estamos numa fase em que a marca PORTUGAL é global em diversos sectores de atividade. Podemos rentabilizar e aproveitar esta excelente tendência e o contexto que o país está a atravessar na imagem além-fronteiras. A criação desta rede internacional é preponderante e creio que é um legado que temos que saber respeitar, promover e em certa medida um tributo a todos aqueles que o fizeram no século XV, que tornaram à data também Portugal uma marca global.



João Vieira

Diretor Geral AILD - Negócios & Empresas

DESCENDÊNCIAS  
MAGAZINE



# GRANDE ENTREVISTA

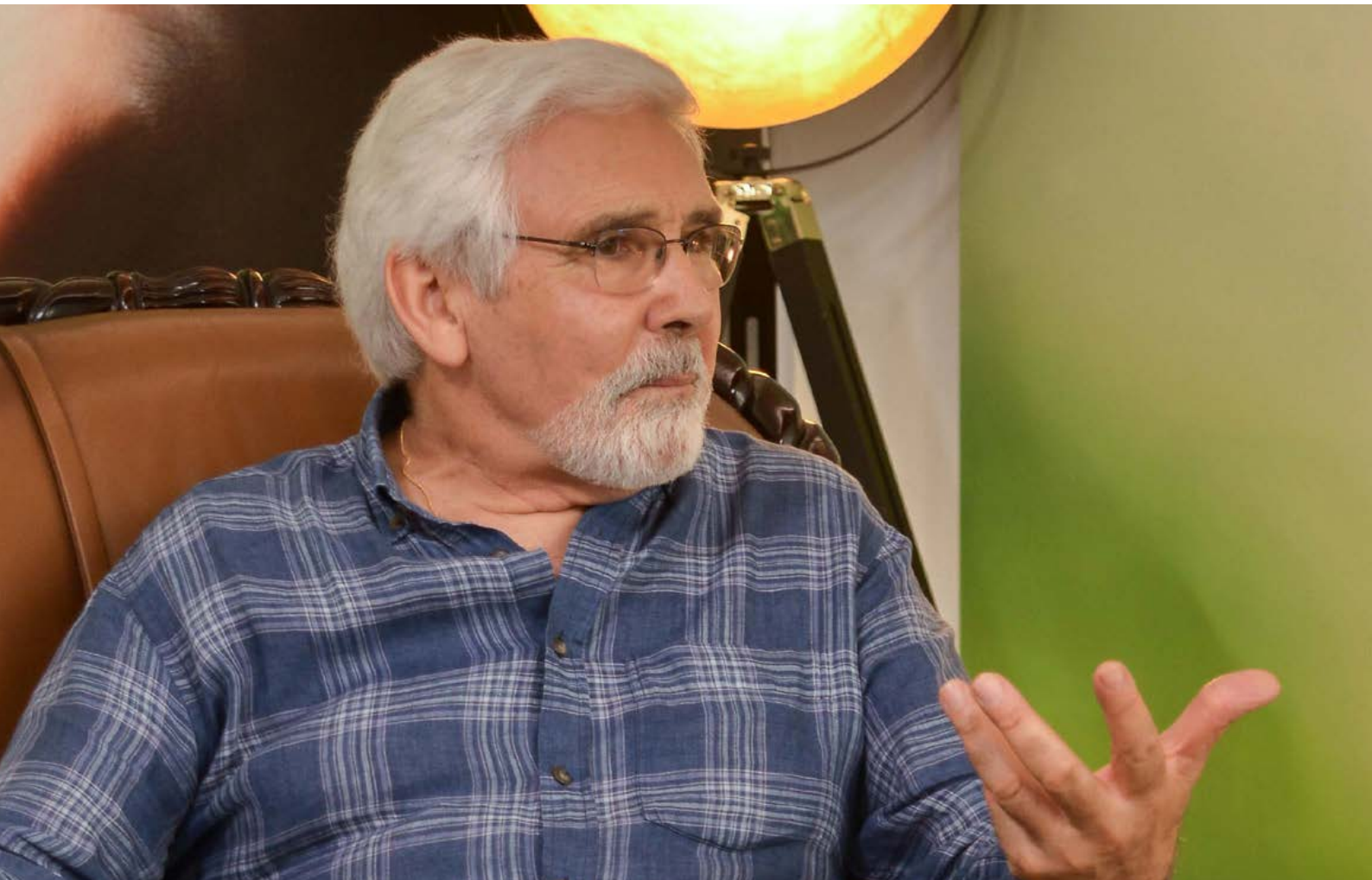


# EDUARDO RÊGO

A VOZ DOS  
DOCUMENTÁRIOS BBC  
VIDA SELVAGEM

*Há várias décadas, a voz de Eduardo Rêgo é a banda sonora de tardes em família e domingos serenos, a narrar a beleza sublime da natureza no icónico “BBC Vida Selvagem”. Mais do que um locutor é uma presença íntima no imaginário de gerações de portugueses, que encontram na sua cadência única uma ponte entre o conhecimento, a emoção e a contemplação.*

*Nesta grande entrevista, exploramos o percurso fascinante de um homem cuja voz se tornou património afetivo nacional, mas cuja missão vai muito além do microfone e ganha um novo capítulo ao serviço de uma causa maior: despertar consciências e amar, verdadeiramente, o planeta.*



© Tiago Araújo

A sua carreira é um testemunho de paixão e de uma versatilidade notável, que se estende muito para lá da icónica voz dos documentários BBC Vida Selvagem. Ao longo deste percurso tão rico, que momentos ou experiências se destacam como verdadeiros divisores de águas, aqueles que o fizeram perceber a dimensão do seu talento e o impulsionaram a explorar as diferentes vertentes da sua arte, desde a publicidade à narração de outros formatos e espetáculos?

Em abono da verdade, tenho de confessar que o processo evolutivo, por que passei e ainda passo, resulta da ressonância que primeiro crio em mim e que me esforço por transmitir a quem ouve. Diria que a minha abordagem do microfone não foi tão fácil como possa parecer. A Rádio Re-

nascença de hoje, a RFM e as demais expressões radiofónicas do grupo, nem suspeitam o quanto trabalhei para levar mais longe o projeto inicial da Emissora Católica. Fi-lo de muitas maneiras: em programas, a que dava sempre um cunho pessoal; em iniciativas que envolviam os colegas e a própria estação; em convívios, de norte a sul; e em viagens pela Europa, para fidelizar audiências e recolher fundos para a criação de novos canais. Foi assim que nasceu a Onda Curta e se exponenciou a rede de emissores e a oferta de programas. Trabalhei muito, até na formação que dei, a expensas do Estado, no pós-25 de Abril. Essa dedicação, feita de muitos quadrantes de atividade, desenhou a versatilidade do profissional que sou. Como que poliu o timbre da voz e o registo inconfundível que almejava ter.











A sua voz possui uma cadência, uma entoação e uma capacidade de modulação inconfundíveis, que nos transportam e envolvem profundamente nas mais diversas narrativas. Seja a transmitir a grandiosidade da natureza, a gravidade de um momento histórico ou a leveza de um anúncio, há uma assinatura vocal que transcende o tema. Qual é o segredo por trás dessa capacidade única de se adaptar e, ao mesmo tempo, manter uma identidade tão marcante?

Eu vejo a comunicação como a exteriorização de mim. O processo de me dar é genuíno, é sincero e, talvez por isso, crie tanta empatia nos ouvintes. Poderá parecer lamechas, mas eu sou incapaz de fazer mal alguém e tudo o que faço tem um “ar missionário” uma preocupação de acrescentar valor. Há quem veja espiritualidade, nisso. Procuro ser natural, sem esquecer a dimensão do espírito que, sendo conteúdo interior, acaba por dar forma ao que somos. E, sinceramente, sinto que esse dom casa bem com a natureza – enquanto referência suprema que nos equilibra e dá paz, mesmo no meio da tormenta e do caos. A mim, dá-me ferramentas notáveis para levar aos outros o melhor estado de alma de que sou capaz. Em resumo, a locução é uma melodia que resulta daquilo que sou.

Para além dos memoráveis documentários da BBC Vida Selvagem, o seu currículo inclui uma vasta gama de trabalhos em publicidade, locuções institucionais, audiolivros e até a participação em eventos e espetáculos. Qual o tipo de projeto que mais o desafia e, paradoxalmente, que mais o satisfaz profissionalmente?

Pergunta difícil, esta.

Mas, lá está: sempre que me aparece um trabalho que envolve pessoas, sentimentos ou ideais que ultrapassam a vulgaridade, arregaço as mangas e lanço a pergunta ao cliente: posso mexer no texto? Inicialmente, a resposta era um silêncio que podia ser hesitante e longo. Com o tempo, tudo mudou. O conforto que a voz oferece e a forma como lido com as palavras deixa toda a gente à vontade, indepen-

dentemente de estarmos a falar do Continente, de um cartão bancário, de uma peça de teatro, do Serviço Nacional de Saúde ou de comunicação de ciência. Posso mexer em qualquer texto, como acontece no emblemático BBC Vida Selvagem, porque as pessoas perceberam que não leio apenas; acrescento valor à generosidade que, antes de mim, já outros aplicaram, para comunicar uma ideia. O resultado deixa satisfeitas as várias partes envolvidas.

Numa era dominada pela imagem e pela proliferação de conteúdos digitais, a voz continua a ter um papel preponderante e, por vezes, subestimado, na forma como experienciamos o mundo audiovisual. Como vê a evolução do papel do locutor e narrador neste novo panorama mediático? Quais são os maiores desafios e as mais empolgantes oportunidades que se apresentam para a sua profissão neste cenário de constante mutação tecnológica e de consumo de conteúdos?

Começo por falar dos desafios. Os meus colegas são, muitos deles, fruto da época. Falta boa escola, falta boa leitura e talvez nunca lhes tenham dito que a comunicação é uma arte que se cultiva: é preciso falar bem, escrever bem; pronunciar como deve ser; tratar as palavras com respeito, como se fossem pessoas; sem esquecer o contexto em que são ditas – porque podem ser épicas ou sussurradas. Isso faz toda a diferença. Desde a televisão à rádio, passando pela imprensa escrita, mete dó constatar que os advérbios de tempo e de modo não são aplicados; que não se respeitam as concordâncias; que as proposições caducaram e alguns verbos são tratados ao pontapé. A nossa língua é tão rica! Não merecia isto.

Estamos na era digital que, em geral, é permissiva, imediatista, pouco exigente ao nível dos padrões que eu próprio vivi.

Tenho pena de alguns colegas, por não terem tido a sorte que eu tive.

Relativamente aos desmandos que, cada vez mais são cometidos na Pangeia Virtual, é difícil concordar com as tendências da moda. Já fui levemente mordido por pessoas que usaram indevidamen-



© Tiago Araújo

te o registo da minha voz; mas, muito francamente, sinto que há, em Portugal, uma atmosfera de respeito que me orgulha, pela forma como faço locução. É extremamente frequente as pessoas falarem das boas recordações que a minha voz evoca: o almoço em família, a ver o programa; a imagem que guardam da criança que foram, ao colo do avô... deixando-se envolver pela voz cativante que narrava as maravilhas do Planeta.

Fico, naturalmente, embevecido e radiante, ao sentir que sou uma companhia sempre bem-vinda, nos lares portugueses, aquém e além-fronteiras.

São muitos os abraços e beijos que recebo, por causa do amor que fui semeando.

A sua voz faz, inegavelmente, parte da memória afetiva e do imaginário coletivo de várias gerações de portugueses, sendo um elo comum em experiências tão diversas como a descoberta da natureza ou a escuta de uma campanha publicitária marcante. Sente o peso dessa responsabilidade ou encara-a antes como um imenso privilégio? Como gere o reconhecimento público e o impacto que a sua voz tem na vida das pessoas, desde a infância à idade adulta?

A natureza é onnipresente, em termos de diversidade. E, como sou apaixonado por ela, tento seguir as suas dinâmicas. Comunicar em palcos diferentes é um desafio que me leva a procurar o ângulo mais adequado para a difusão do tema em causa. Isso permite uma afirmação profissional que não posso perder. É interessante ver a preocupação de um copywriter a desenhar a roupagem de um texto que visa aproveitar o embalo que, ao longo dos anos, fui aplicando às maravilhas da natureza. É um prazer constatar que esta associação resulta e que o meu trabalho é reconhecido por todos.

Olhando para o vasto portfólio de trabalhos desenvolvidos ao longo da sua carreira, para além daqueles que se tornaram mais mediáticos, quais são as maiores satisfações que retira do seu percurso profissional? Houve algum projeto, talvez menos conhecido do grande público, que o tenha preenchido de um orgulho particular, seja pela complexidade, pela mensagem ou pela inovação que representou?

Abracei várias iniciativas, ao longo da vida – algumas delas movidas por um rasgo de loucura. Nos anos 80 do séc. XX,





© Tiago Araújo

eu tinha um programa de 3 horas, na Rádio Renascença, chamado DIA POSITIVO. Dei-lhe esse nome por ser ao domingo e por incluir rubricas que fugiam à rotina.

Como não conseguia que a estação respondesse cabalmente ao meu desejo, convenci um colega da informação a fazer, pelo menos, a Crónica das Boas Notícias.

Sabem... aquele casal que completou as bodas de ouro e é um exemplo para a comunidade? Ou o Sr. Armando, que chefiava um Lar de Idosos, em Sintra, e me apareceu a pedir que o ajudasse a criar o Dia dos Avós – na sequência de uma ideia lançada por uma senhora de Penafiel chamada Aninhas. A Assembleia da República instituiu o DIA DOS AVÓS em 2003, passando a ser celebrado, em Portugal, a 26 de julho. O Papa Francisco viu tanta razão de ser nesta celebração que, hoje, os Avós têm presença no calendário da Igreja, a nível mundial.

Dei tudo pela iniciativa, entrevistando, por exemplo, a querida Eunice Muñoz, a quem pedi para assumir o papel de “Avó CORAGEM” e enviar uma mensagem aos ouvintes de mais idade e com o mesmo estatuto que ela.

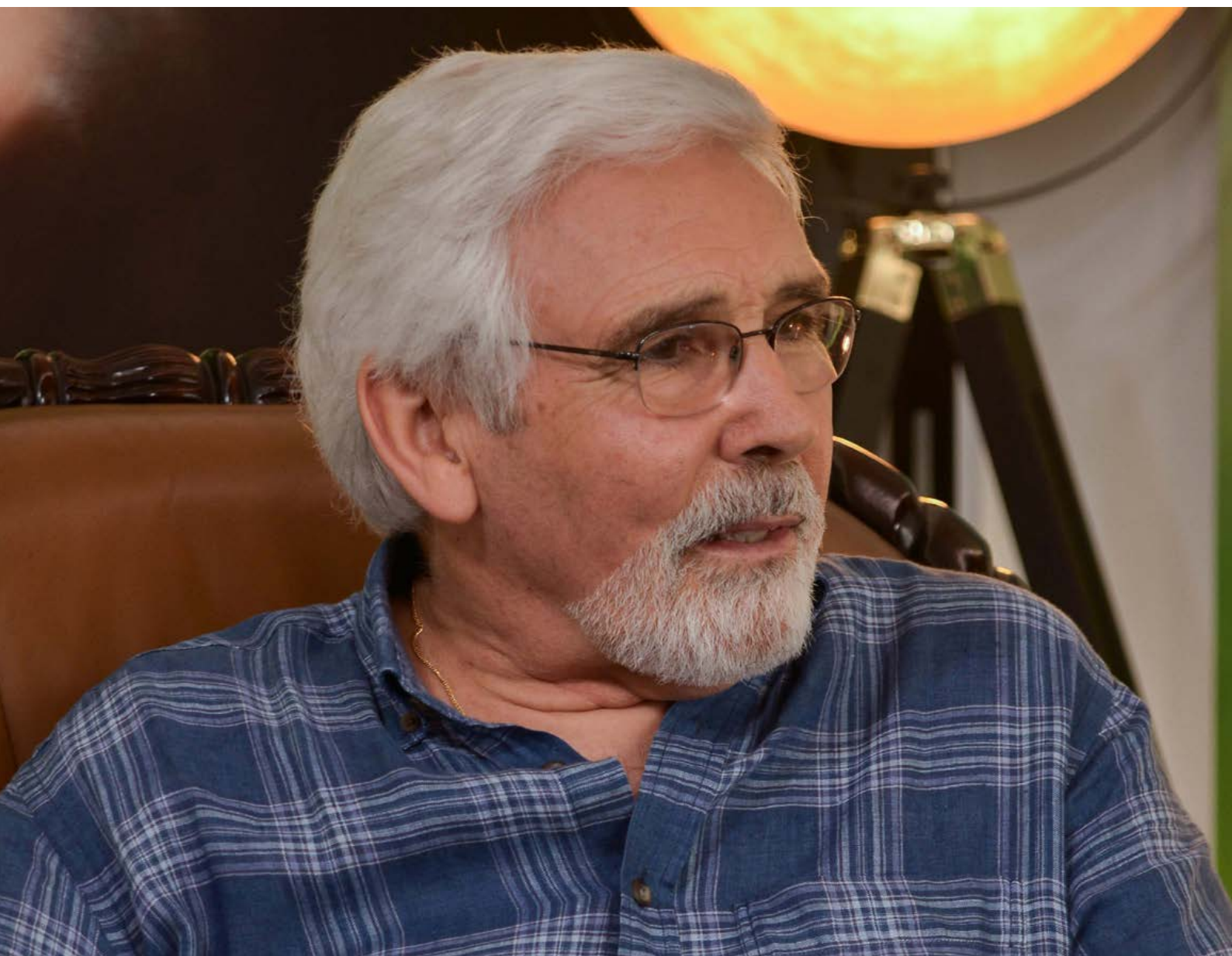
Ainda a coberto do significado que o DIA DOS AVÓS encerra, desafiei o casal que estava na Presidência – o Dr.

Mário Soares e a Dra. Maria Barroso – a descer à rua para um abraço aos avós. O Presidente foi bem difícil, mas, meia-hora depois, e mercê de um argumento certo, ele deu-se por vencido. Fiquei-lhe muito grato.

A famosa série Uma AVENTURA – de autoria de Ana Maria Magalhães e Isabel Alçada – receberam do DIA POSITIVO um acolhimento especial, com um apontamento semanal que a colega Helena Ramos fazia e que foi de grande importância para a divulgação da série juvenil.

Outro momento forte resultou de uma parceria improvável com a Força Aérea. Meti na cabeça que era possível fazer levantar, de Figo Maduro, um avião, com a Teresa Lameiras a bordo, para uma reportagem aérea sobre o aspeto que Portugal apresentava, quando visto de cima, enquanto, em estúdio, o Chefe de Estado-Maior da Força Aérea acompanhava o roteiro, elucidando os ouvintes sobre a defesa aérea do território. Depois de cumprir uma volta ao país, o avião da repórter recebeu a escolta de dois F16, à passagem por Monte Real, rumo a Lisboa.

À chegada a Figo Maduro, um helicóptero Puma dirigiu-se à praia de Carcavelos, com 8 paraquedistas a bordo, que haveriam de descer no areal sobre o logótipo do programa



© Tiago Araújo

– desenhado pelos pintores das telas gigantes que outrora anunciavam os filmes, na fachada do Monumental. O momento foi de muita euforia para as centenas de pessoas, na praia.

Em 1992, já noutra rádio, pensei levar os ouvintes à EXPO de Sevilha, numa viagem de comboio. Fiz uma chamada para a Chefia da CP; mas não posso dizer que tenha sido muito bem recebido:

«– Está a solicitar um comboio para transportar os ouvintes para Sevilha?»

Isso é pedido que se faça?»

Bom, eu não avaliei a gravidade do caso e continuei a insistir na generosidade da CP. Preparei os alojamentos, mais as comidas e bebidas para o caminho. E, sem qual-

quer certeza formal, fomos todos para Santa Apolónia, ingenuamente convencidos de que iríamos para Sevilha. Então não é que o comboio estava à nossa espera, para iniciar a aventura!!!

A satisfação foi geral e completa, como se imagina.

É por estas e por outras que a audácia de acreditar, às vezes faz milagres.

*Para lá do profissional e da voz inconfundível, quem é o homem que se inspira e se nutre fora do estúdio? Para além da sua evidente paixão pela natureza, que outras paixões, interesses ou passatempos cultiva no seu dia a dia que o ajudam a recarregar energias e a manter o equilíbrio face a uma carreira tão exigente?*





© Tiago Araújo

Espero não desiludir ninguém, ao dizer que o meu quotidiano é o mais simples possível. Faço algumas caminhadas e viagens mais longas, quando posso e quando a carteira deixa. A vida frugal é um bom tópico para o equilíbrio que quero ter e transmitir.

**Se pudesse voltar atrás no tempo e dar um conselho ao jovem Eduardo Rego que estava a dar os primeiros passos no mundo da locução, qual seria a principal lição que partilharia? Há algo que, com a sabedoria acumulada, faria de forma diferente ou que desejaria ter compreendido mais cedo sobre a profissão ou sobre si mesmo?**

Se pudesse voltar atrás, tentava fazer o mesmo percurso, mas sem sofrer tanto. Tenho muitas cicatrizes de alma que resultaram das batalhas da vida, e que podiam ter sido minoradas, se estivesse mais atento às armadilhas dos caçadores furtivos.

A gestão emocional que agora tenho talvez ajudasse a amenizar as coisas, embora não saiba se o resultado seria o mesmo. Estou grato pelo dom da Vida. E isso conforta.

**Como um profissional com uma carreira tão consolidada e um conhecimento tão vasto da indústria, que conselhos práticos e inspiradores daria a jovens talentos que estão a iniciar-se ou que aspiram a seguir uma carreira na locução,**

**especialmente considerando as particularidades do mercado atual e a necessidade de se distinguirem num ambiente cada vez mais digitalizado?**

Cada tempo tem as suas exigências e, se me é permitido um conselho aos mais novos, direi: BEM-VINDOS, ao mundo mágico da locução! Tentem capitalizar todas e quaisquer oportunidades que vos passem perto, nomeadamente as de cariz digital. Gravem o registo da voz e façam melodias com ela. A voz é um concerto fabuloso. Embora seja um dom da natureza, talvez haja padrões interessantes na proposta digital. Sejam cultos e rasguem horizontes de afirmação profissional.

Fernando Pessoa escreveu que “O homem tem o tamanho do seu sonho”.

**O projeto Loving The Planet parece ser uma extensão natural e um culminar da sua paixão pela natureza e pelo desejo de comunicar. Como e quando surgiu a ideia para esta iniciativa tão ambiciosa? Houve um momento particular em que sentiu que era imperativo ir além da narração e assumir um papel mais ativo na sensibilização ambiental, transformando a sua voz numa ferramenta para a mudança?**

2013 – Este é o ano da viragem.

Eu era um habitante do aquário – como carinhosamente



© Tiago Araújo

chamamos ao cubículo de um estúdio. Mas a Prof<sup>a</sup> Helena Couto, da Faculdade de Ciências da Universidade do Porto, achou que eu devia render mais e convidou-me para moderar um ciclo de conferências sob o título A TERRA EM TRANSFORMAÇÃO. Tenho de confessar que este desafio provocou uma espécie de “grito do Ipiranga” na minha nação interior. Soltei-me e comecei uma cruzada de afirmação que nunca mais parou de crescer. Pode soar a sobranceira, mas foi isso que aconteceu.

Mais tarde, já na rota das universidades, e após a apresentação do projeto de amor ao Planeta, que acalentava, fui surpreendido por um Professor que me disse: “Continue a

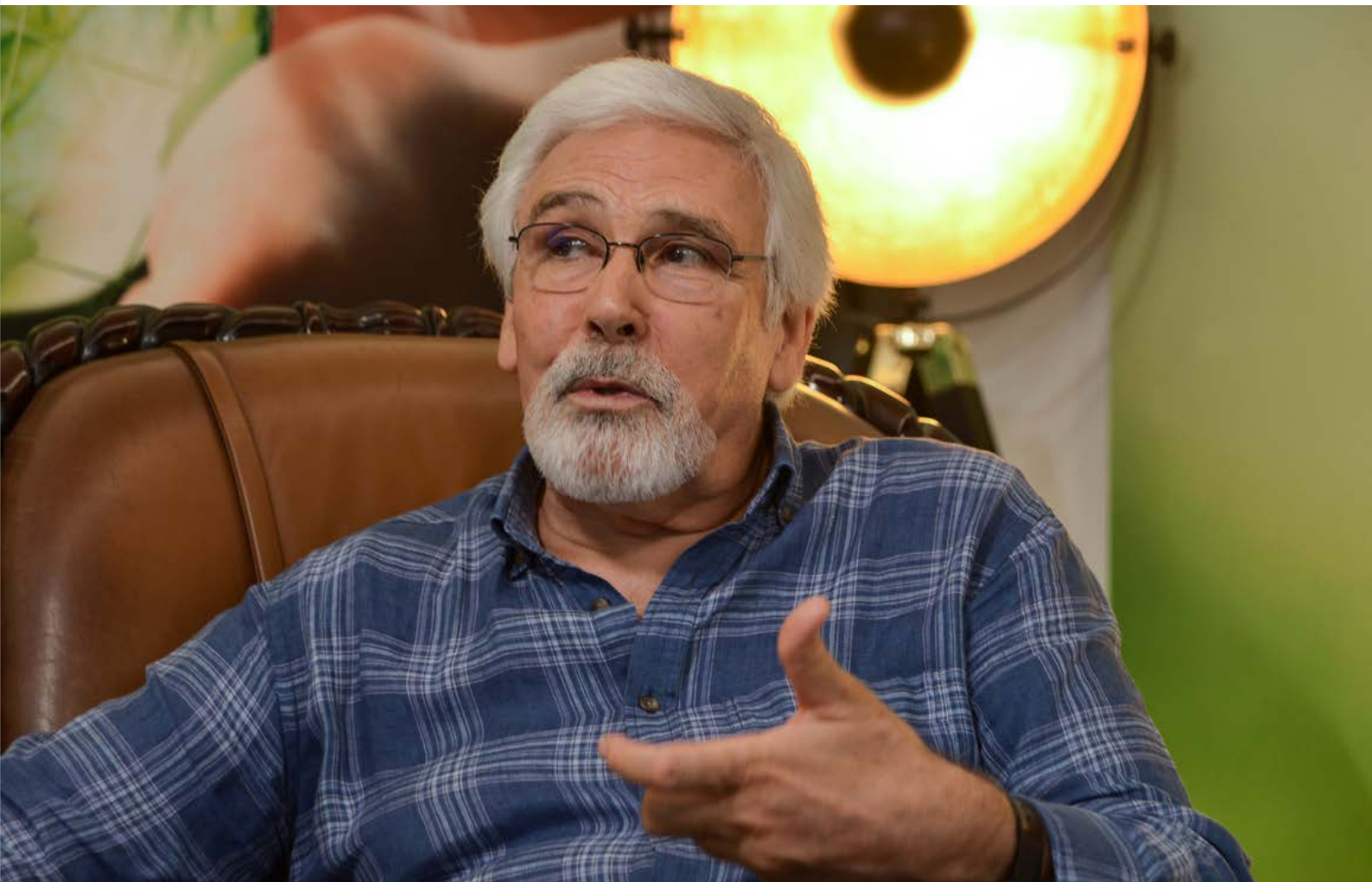
ensinar-nos. Viemos para aqui por causa de si.”

– Meu Deus, disse para comigo, será que vou realizar o lema de vida que escolhi?

AD MAIORA NATUS SUM?

A Loving The Planet descreve-se como um movimento que procura “informar, inspirar e capacitar pessoas para protegerem o nosso planeta”, com uma abordagem multidisciplinar que inclui eventos, produções audiovisuais e conteúdos digitais. Quais são os tipos de ações e campanhas que têm desenvolvido para atingir esses objetivos tão amplos e como medem o seu impacto junto do público?





© Tiago Araújo

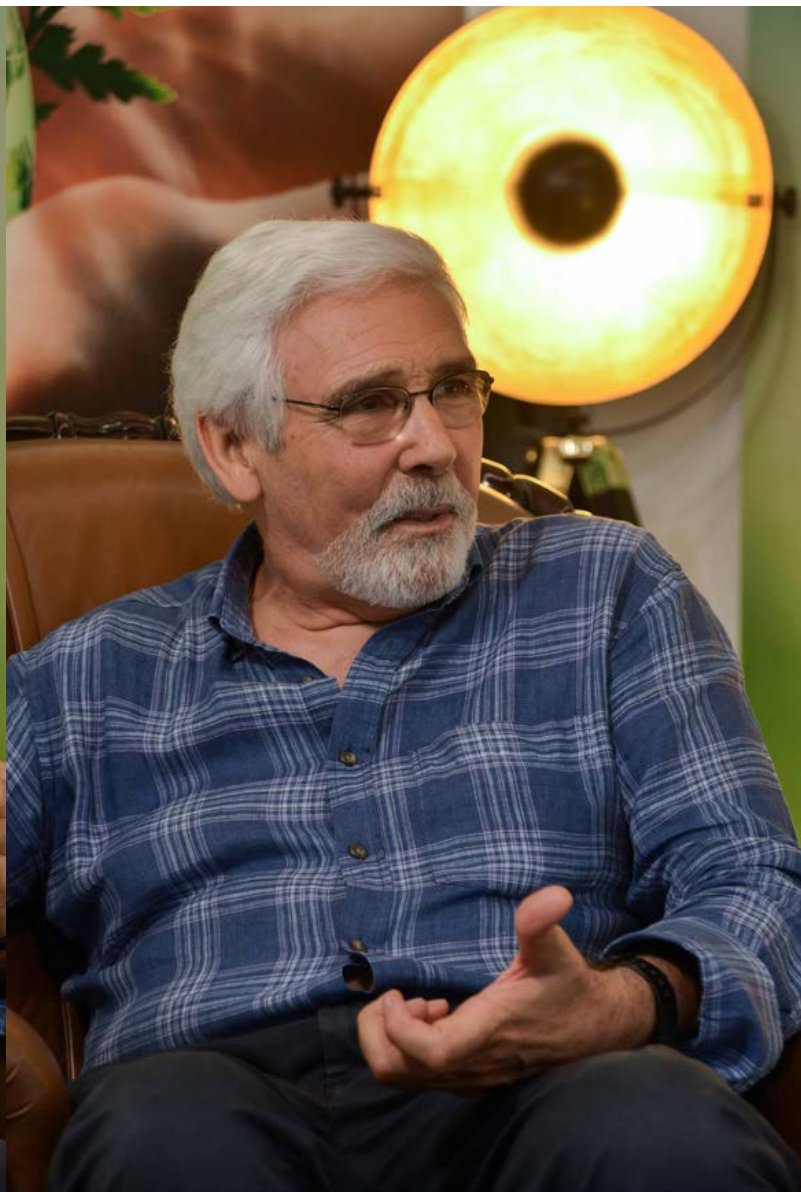
Até há pouco tempo, os países faziam-me lembrar quintais, com muros que delimitavam a cultura, a religião, a economia e a política.

Ao olhar o mundo e a multiplicidade de problemas que apresenta, ainda estou para perceber o porquê de me ter lançado na BUSCA DO EQUILÍBRIO PERDIDO. Esta visão holística é tão desafiadora que eu não devia estar no meu juízo perfeito, quando a abracei. É uma revolução que se propõe casar – definitivamente! – os atos com as palavras que dizemos. Os desequilíbrios são tantos que é urgente fazer uma terapia profunda, ao nível dos comportamentos humanos. Comemos demais, podíamos gastar menos em roupa e as viagens, que penalizam tanto a atmosfera, deviam ser selecionadas.

O Planeta não aguenta o destemperamento dos nossos comportamentos.

Ao explorar a filosofia e os conteúdos da Loving The Planet, percebe-se um forte e intencional foco na educação ambiental e na consciencialização, não apenas sobre os problemas, mas também sobre as soluções e a importância da ação individual e coletiva. Como é que o projeto procura desmistificar a complexidade dos temas ambientais, tornando-os acessíveis e apelativos para um público vasto e heterogêneo, desde crianças a adultos? Qual a sua visão sobre a importância da literacia ambiental na construção de um futuro mais sustentável?

A comunicação é uma arte que deve contagiar o público, em cada palavra dita ou conceito partilhado. Nisto, a Loving The Planet é diferenciadora, desde a construção do logótipo. Se olharem em redor, concordam comigo. Precisamos, urgentemente, de ter um caso de amor com a VIDA.



© Tiago Araújo

A sua voz, pela sua reconhecida ligação à natureza através dos documentários BBC e pela sua credibilidade estabelecida, confere uma autoridade e uma ressonância únicas ao projeto Loving The Planet. De que forma a sua voz se transformou de um meio de contar histórias em palco para um instrumento ativo e poderoso para a defesa e conservação ambiental?

Quando o público está disponível para receber determinada mensagem, os canais de comunicação podem alimentar o processo.

Ao ver a receptividade e o bom acolhimento que as pessoas dispensam àquilo que digo e como digo, percebi que esta-

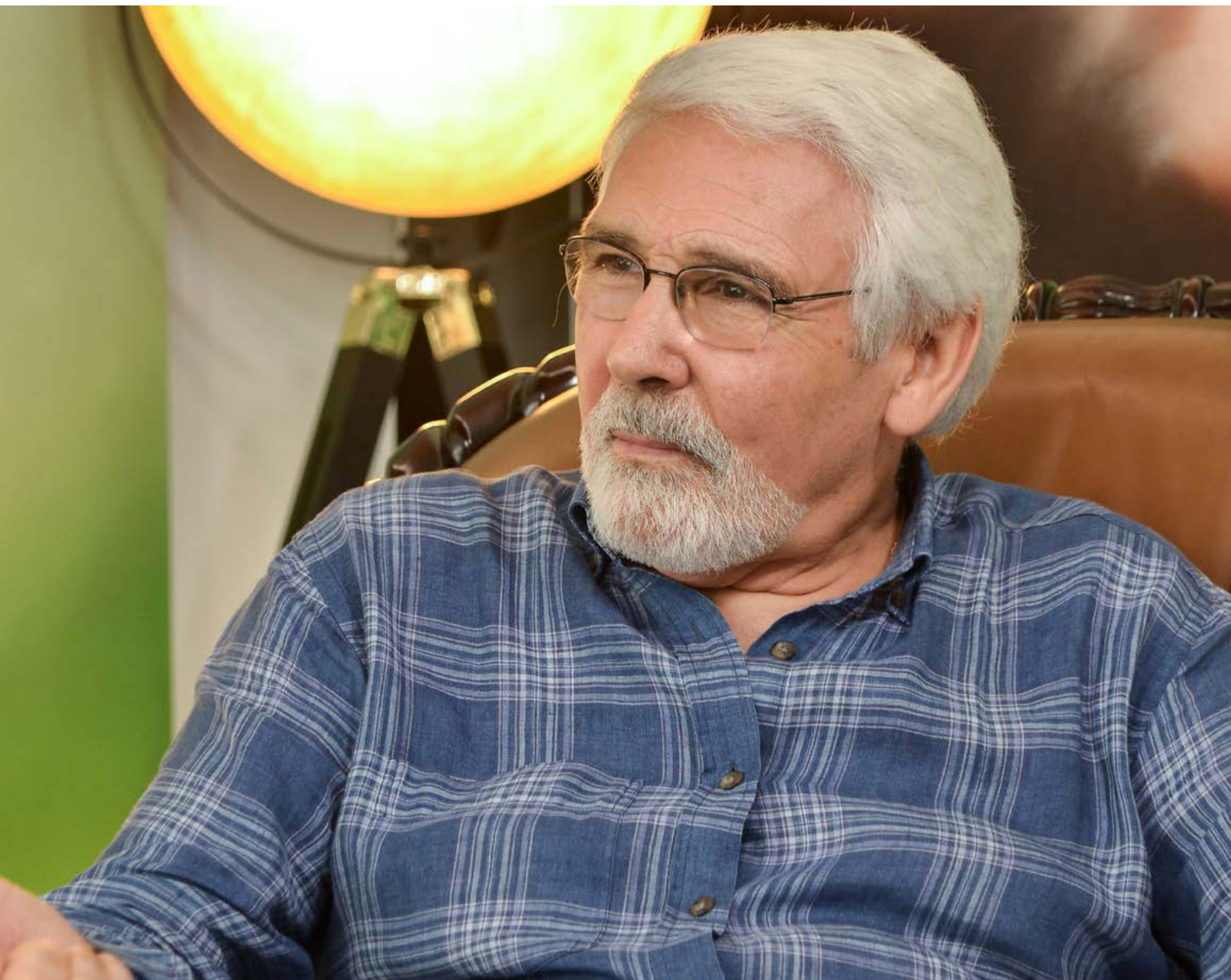
ria “em casa” se continuasse nessa linha e pedisse ajuda. A sede, construída no pico da pandemia, é o exemplo mais eloquente de que, a partir dos ingredientes referidos atrás, a partilha é possível.

A maioria talvez passe o tempo a palavrear.

Eu gosto de entrar no caos para o transformar.

A Loving The Planet ambiciona ir além da mera informação, procurando criar uma comunidade global de apaixonados pelo planeta e de agentes de mudança. Como é que o projeto pretende envolver e mobilizar pessoas de diferentes backgrounds culturais, faixas etárias e geografias para esta causa comum, transformando a paixão em ação concreta?





© Tiago Araújo

Nós somos animais gregários e a Era Digital está a descurar profundamente esta dimensão. Na minha Busca do Equilíbrio Perdido, imaginei aquilo a que chamo O SANTUÁRIO DA TERRA – para celebrar o encontro da Humanidade desavinda. Eu vejo este espaço como a “pedra angular” para materializar a CONSCIÊNCIA GLOBAL.

Será um palco de reflexão e partilha que, em sintonia com a Natureza, irá dar-nos a noção clara da riqueza que há na diversidade e, sobretudo, um sentimento de família.

Vivemos num tempo de crescentes preocupações ambientais, onde as notícias sobre alterações climáticas e degradação ambiental podem ser avassaladoras. Como é que o

Loving The Planet aborda estas questões de forma a inspirar esperança, resiliência e ação, em vez de desespero ou fatalismo? Qual a mensagem de otimismo e de capacitação que procuram transmitir, incentivando as pessoas a acreditarem no poder da mudança?

Há uma preocupação arraigada na alma dos povos indígenas:

«Só quando a última árvore for derrubada, o último peixe for pescado e o último rio for poluído é que o homem perceberá que não pode comer dinheiro.»

É assustador ver como estamos prisioneiros do consumismo. O Ter Humano não se apercebe de que a ideia de ser feliz

passa por reduzir em tudo. Digo sempre:

O MUNDO ESTÁ DOENTE, MAS TEM CURA.

Eu casei com a NATUREZA há muitos anos e ninguém me arranca da defesa dela.

É preciso fazer pedagogia e envolver toda a gente.

A LOVING THE PLANET blindou este propósito.

O nosso tempo é de pandemia, em muitas latitudes da existência. E, por isso mesmo, é urgente abandonar os subterrâneos da incongruência e dar a cara pela celebração coletiva de ESTARMOS AQUI.

Sejamos frontais:

- Se o/a morde o dever de FAZER MAIS, dispa-se do TER e seja SER HUMANO.

De 1 Euro a Uma Herança, deixe a sua consciência ir mais longe.

AJUDE A LOVING THE PLANET a semear a Festa da Vida!

Espero ver a AILD a dobrar comigo o Cabo da Boa Esperança, fazendo jus à memória dos portugueses de quinhentos.

Desde a sua génese, quais são os maiores sucessos ou marcos que a Loving The Planet já alcançou, que o enchem de particular orgulho e que demonstram o impacto positivo e a relevância crescente do projeto?

A sede, criada no contexto adverso da pandemia, é um marco extraordinário, porque materializa o sonho da Partilha Global que a associação apresenta como receita para o equilíbrio do Planeta e da Humanidade. Os escombros que recebemos foram magicamente convertidos em espaço de acolhimento a que ninguém resiste, de tão inspirador que

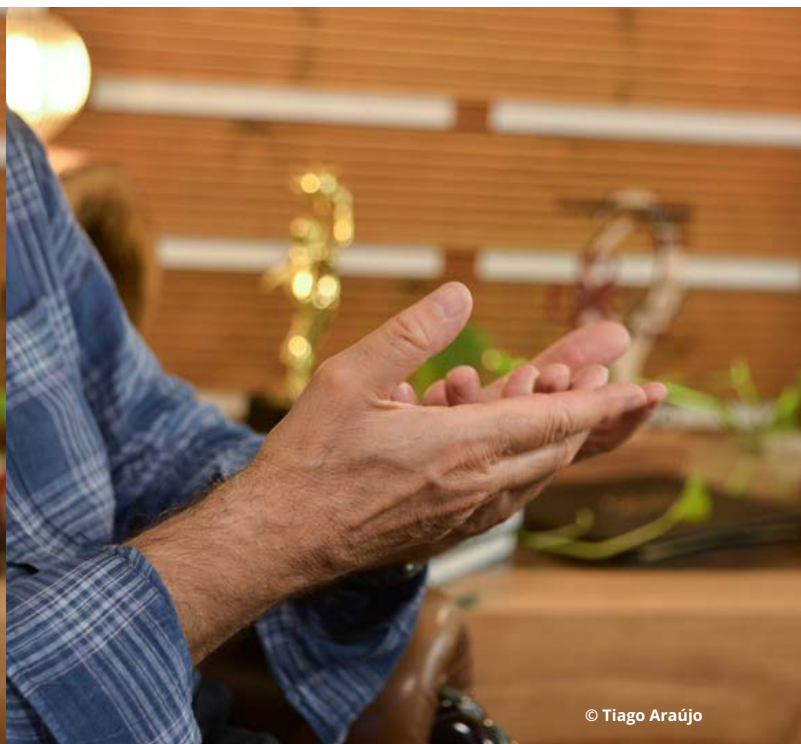
é. Os prémios internacionais revelam a sintonia de valores que vários pontos do mundo já celebram connosco. O reconhecimento de que fazemos Comunicação de Ciência prova que não somos líricos nem exotéricos.

Quais são os seus próximos desafios e projetos, tanto na sua inconfundível carreira como narrador – explorando novas áreas ou aprofundando as já existentes – quanto no âmbito da Loving The Planet? Podemos esperar novas iniciativas emocionantes, parcerias estratégicas ou expansões da mensagem que o projeto veicula num futuro próximo?

No tocante à locução e ao tratamento dos textos que narro, a procura é crescente. Quanto à LOVING THE PLANET, não podia estar mais entusiasmado: a sementeira começa a dar frutos.

Cada palavra, cada sonho aqui plasmado é um grito que emana do ventre angustiado da Terra e de uma Humanidade Sofredora que não suporta o calvário em que vive. Aquilo a que chamamos CASA COMUM ou é de todos ou não faz sentido existir.

Olhando para o panorama global, tanto a nível ambiental quanto social, qual é a sua maior esperança para o planeta e para a humanidade nas próximas décadas? Como é que a sua voz, a sua influência e o seu trabalho contínuo, quer individualmente, quer através do impacto do Loving The Planet, podem continuar a contribuir ativamente para essa visão de um futuro mais equilibrado e sustentável?







© Tiago Araújo

Estou absolutamente convencido de que o SANTUÁRIO DA TERRA vai ser o polo agregador das pessoas; independentemente da origem, cultura ou credo.

Nesse espaço de encontro, o foco vai incidir na pessoa humana; no sofrimento e sobretudo na esperança de melhores dias.

Desse abraço, genuinamente puro, vão nascer ideias de mudança, sinergias de incidência pessoal, social, ambiental e económica. Seremos mais felizes.

Na sendo dos navegadores antigos, vamos DAR NOVOS MUNDOS AO MUNDO.

Considerando a amplitude e o impacto da sua carreira, que legado gostaria que a sua voz deixasse nas futuras gerações de portugueses e naqueles que a ouvem, tanto no entretenimento quanto na sua capacidade de inspirar a consciência?

Gostava que o comentário de uma ouvinte tivesse algum eco na eternidade: “Além de me encantar com as belezas do Planeta e me transmitir paz, a voz de Eduardo Rêgo dava sempre a sensação de falar verdade.”

– Acho que o céu vai ter isso em conta, na hora do Juízo Final.

CONSELHO DAS COMUNIDADES PORTUGUESAS

# O CCP afirma-se indelevelmente



© DR

Há tempos não escrevia pelo CCP, o que é bom pois temos muito a saber pelos nossos companheiros espalhados pelo mundo. Volto para tratar de um momento que se realiza pela primeira vez após o Plenário de 2024: ao abrigo da Lei 66-A, o Conselho Permanente do CCP reuniu em Lisboa nos dias 07 a 09 de julho. Os encontros decorreram na Sala dos Monges (Assembleia da República - AR), local muito bem preparado pelo nosso apoio na DGACCP em conjunto com o protocolo daquela Casa.

Os Conselheiros das Comunidades são eleitos para o CCP no mundo inteiro a cada 4 (quatro) anos; atualmente são 76. O

Conselho Permanente, órgão máximo do CCP e constituído por 12 (doze) membros designados pelos 5 (cinco) Conselhos Regionais, reúne-se mensalmente on-line e agora teve oportunidade de reunir presencialmente na AR.

Lá estiveram 11 desses 12 conselheiros e o momento não poderia ser melhor pois, com um novo Governo e seu Programa aprovado por ampla maioria da AR no passado 18 de junho, havia muito a tratar.

No âmbito das nossas Comunidades, e após o primeiro encontro com o novo SECP, Emídio de Sousa (deputado, ex-autarca e antigo Secretário do Ambiente), agora é acompanhar





© DR

que o atual Governo implemente ou desenvolva medidas para valorização dos portugueses espalhados pelo mundo.

Nisso aponto, a título de exemplo, a melhoria dos Postos Consulares (instalações dignas e equipamentos atualizados; aumento e valorização dos trabalhadores, diplomatas e técnicos; diminuição dos constrangimentos ao agendamento); a reestruturação dos Vice-Consulados em Consulados; a implementação do aumento da validade do passaporte (PEP) para 10 (dez) anos; o fomento e a simplificação dos apoios (sociais, ao associativismo e à comunicação social); a valorização da carreira dos coordenadores e professores de português no estrangeiro; a recomposição salarial e estrutural desses e dos trabalhadores nos Postos Consulares; o retorno dos benefícios do Residente Não Habitual; a implementação do Programa “Voltar”; a redução urgente da imensa demora para apreciação da atribuição de nacionalidade a filhos, netos e cônjuges pelo IRN no registo da nacionalidade, dentre outras pautas necessárias.

No âmbito da Assembleia da República, por ser de sua exclusiva competência, estaremos atentos à melhoria dos atos eleitorais no estrangeiro, também uma das pautas dessa reunião do Conselho Permanente do Conselho das Comunidades Portuguesas (CP/CCP).

Tivemos encontros com o atual Presidente da República (no Palácio de Belém), com o Presidente da AR, com o Primeiro-Ministro, com o Diretor-Geral da DGACCP e com diversos Secretários de Estado, inclusive e especialmente com o nosso SE das Comunidades Portuguesas.

Pudemos ainda ser recebidos pela Comissão de Negócios Estrangeiros e Comunidades Portuguesas (a Segunda Comissão da AR), atualmente presidida pelo ex-SECP, José Cesário. Lá discutiram-se, dentre outros, temas da competência exclusiva dessa Casa como o caso da legislação eleitoral: ampliação do voto antecipado e em mobilidade a todos os atos nas Comunidades; implementação do voto eletrónico; aumento da representatividade e do número de deputados pela Diáspora foram alguns.

Chamamos ainda à atenção para um importante tema: que na eleição (exclusivamente presencial) para a Presidência da República, em janeiro próximo, os boletins de voto poderão não chegar a tempo às Comunidades para votarmos se houver uma segunda volta (o que neste momento é o cenário que se avizinha). Deixamos, portanto, essa mensagem com todos com quem estivemos. Depois NÃO digam que não avisamos! Ainda nesse tríduo o Conselho Permanente recebeu a visita de três dos candidatos ao Palácio de Belém para 2026: An-



© DR

tónio José Seguro, Henrique Gouveia e Melo e Luís Marques Mendes (António Felipe, convidado também; não compareceu por motivo relevante e totalmente compreensível em função do falecimento de sua esposa).

Todos os três comprometeram-se, dentre outras pautas: a fomentar o voto eletrónico descentralizado, receber anualmente o CP/CCP e remeter à nossa manifestação qualquer diploma legal que venha a tratar de políticas às Comunidades no estrangeiro). Essas reuniões (pois realizadas individualmente com cada candidato), inusitadas, produziram boa repercussão na comunicação social portuguesa e deram ainda mais visibilidade ao CCP.

Outro momento importante foi podermos reunir e assinar protocolos de cooperação com outros Conselhos Diaspóricos

com os quais dialogamos há algum tempo, mas com os quais nunca foi feito um verdadeiro e necessário trabalho conjunto: recebemos o Conselho da Diáspora Portuguesa, o das Comunidades Açorianas e o das Comunidades Madeirenses. Nesse importante (e também inusitado) momento as palavras-chave entre os quatro Conselhos foram sinergia e cooperação. Assim, reconheço (para orgulho e satisfação) que essa reunião em Lisboa foi excelente para o CCP que é efetiva e legitimamente a “voz das Comunidades espalhadas pelo mundo”, e que tornou-se, nos últimos anos, um ator político importante e reconhecido no diálogo com diversos Governos que se sucederam e atuante também junto a outros órgãos de soberania e perante a sociedade civil portuguesa. O trabalho é longo, não desanimaremos!



**Flávio Martins**

Presidente do Conselho das Comunidades Portuguesas



AGOSTO 2025

# DESCENDÊNCIAS

MAGAZINE

S U P L E M E N T O





# Diáspora Golf

Amigos e parceiros com  
muito verde à mistura





Foi com um céu infinitamente azul e temperaturas a rondar os 30º que os participantes da edição Diáspora Golf 2025 foram recebidos no Golfe de Amarante para mais uma edição do torneio.

A prova contou com mais de 20 equipas, às quais acrescentaram perto de 40 participantes na experiência de golfe (aula seguida de competição), oriundos de muitos dos países da Diáspora, como França, Estados Unidos, Suíça, Austrália e Vietname.

Esta é já a terceira edição de um evento que se propõe, desde o seu nascimento, a reunir empresários da Diáspora Portuguesa, em solo nacional, para promover a celebração do legado português pelo Mundo. E o golfe é um excelente mote agregador e potenciador.

Segundo Alfredo Castanheira e José Nogueira da Silva, promotores da iniciativa, “esta é uma plataforma de networking que promove conhecimento, negócio, investimento e, claro, diversão!











Gostaríamos de ter todos os países da Diáspora representados! E, ano a ano, trabalhamos no sentido de divulgar o programa em mais geografias. Para tal, contamos com a ajuda de empresários, parceiros e amigos, dispersos por todos os continentes e que aderiram à iniciativa e se fidelizaram!”.

Ao longo do dia trocaram-se opiniões sobre greens, drives e shots. Assim como contactos, experiências e visão sobre oportunidades de negócio.

Apesar da natural competitividade que as modalidades desportivas implicam, o golfe é conhecido pelo fair play, sendo que o fator competição é pouco relevante para as





edições Diáspora Golf. Acima de tudo está o amor pelo desporto, pelas paisagens e um real interesse em conhecer os parceiros de jogo.

De acordo com os promotores, há registo, em todas as edições, de reuniões marcadas para apresentação de produtos e serviços, e concretização de negócios nas mais diversas áreas. Algo que justifica todo o esforço investido na organização deste tipo de evento.

Depois das edições de Ponte de Lima (2023) e Vidago (2024), Amarante acolheu esta edição Diáspora Golf 2025, aproveitando o fantástico – e exigente – desenho do campo do Golfe de Amarante. Criado em 1997, este campo cedo ganhou fama pelas suas ondulações e pendentes que exigem concentração e proporcionam um jogo animado. Faz agora parte do universo Pacheca Group, que integra unidades hoteleiras e produção de vinho nas Regiões do Douro, Alentejo, Dão, Bairrada e Trás-os-Montes.

Entidades como a Câmara Municipal de Amarante, a Associação de Municípios do Douro e Tâmega, e o Turismo do Porto de Norte de Portugal, marcaram também presença, algo que, no entender da organização “simboliza a relevância que estes eventos têm e o seu carácter estratégico para a valorização e promoção dos territórios”.

A AILD esteve, também, presente, tendo a Presidente da Direção, Cristina Passas, a oportunidade de enquadrar a atividade da Associação e cativar os presentes para um trabalho conjunto de rentabilização do enorme potencial que as Comunidades Portuguesas constituem. Há, de resto, objetivos comuns e práticas semelhantes no que concerne a atividade da AILD e os eventos Diáspora Golf, e ficou registado o interesse em explorar novas formas de colaboração.

O programa deste ano, para além do torneio e da experiência de golfe já referidos contou, igualmente, com um workshop sobre a alheira de Mirandela e ainda provas de



azeite e mel. Momentos muito apreciados por todos quantos tiveram oportunidade de conhecer, degustar e apreciar a qualidade dos produtos portugueses.

Após o tradicional – e animado – almoço, decorreu a cerimónia de entrega de prémios, na qual sponsors e vencedores tiveram o devido reconhecimento.

O programa paralelo e informal prolongou-se com jantar na Quinta de S. José do Barrilário (Armamar), com fado como pano de fundo. E ainda visita à Quinta da Pacheca (Lamego) com prova de vinhos.

E quanto ao futuro? Há vontade para prosseguir. Fica o convite aos jogadores, e às entidades e empresas que queiram aderir a este modelo, para poder concretizar a edição 2026.







© Luca Galuzzi

## PASSAGENS

# Descobrimientos e os manuais escolares

## Sim, demos novos mundos ao mundo

Parece ser bem claro que Portugal e a sua História, ímpar a nível mundial, provocam azia a muita gente. Em 2018 o Conselho da Europa ordenou que nossos manuais escolares passassem a dar especial destaque, sempre que fossem referidos os Descobrimientos, “à discriminação e à violência” que a eles estão subjacentes. Segundo os inquisidores de Bruxelas havia que “repensar o ensino da história e, em particular, a história das ex-colónias”, alertando, com elevadas doses de condescendência, para o “contributo dos afrodescendentes, assim como dos ciganos, para a sociedade portuguesa”, devendo ser também este assunto, pela sua relevância, devidamente “tratado nos manuais escolares”. Não satisfeitos com

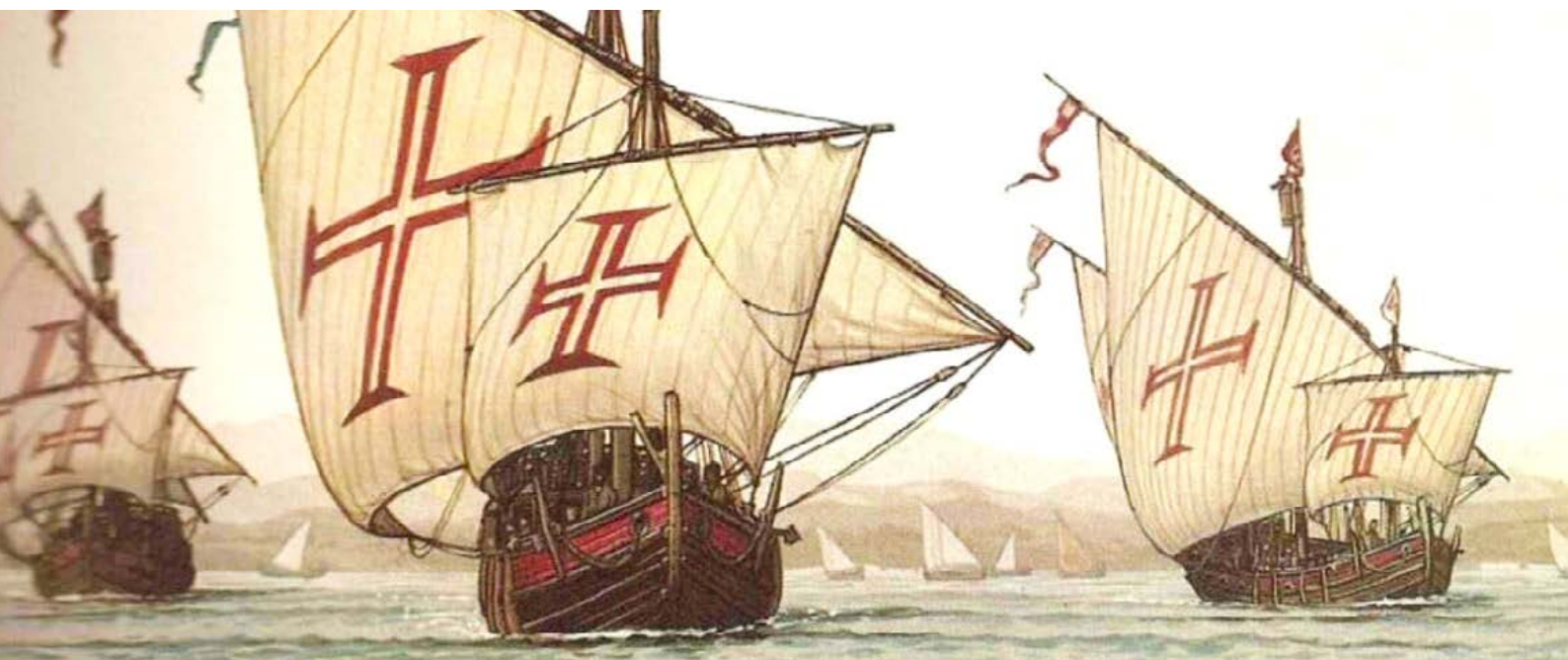
a atrevida atoarda de clara ingerência em matérias que não lhe dizem respeito, e aproveitando a conveniente boleia dos “ciganos e dos afrodescendentes (certamente a versão europeizada do politicamente correcto afro-americans, neste contexto uma classificação desacabida de todo, pois negros e pardos são desde os primórdios do século XV, no nosso rectângulo, tão portugueses quanto os brancos), acusavam-nos de sermos racistas e homofóbicos – vejam lá, a nós, que até somos, e de longe, dos menos xenófobos e mais tolerantes para com os homossexuais; uma caminhada por Lisboa, uma das cidades mais gay-friendly que conheço, comprova isso mesmo. E a esse respeito atreveram-se os censores de Es-



trasburgo a sugerir que as nossas forças da ordem passassem a andar com câmaras de vigilância nos carros e nos uniformes para, está-se mesmo a ver, apanhar em flagrante toda essa catrefada de agentes “homofóbicos” e “racistas” que por aí anda. Não restam dúvidas: prossegue, impune e impante, o ataque cerrado à nossa identidade, jogando-se aqui a cobarde e dupla cartada de alteração e enviuçamento da história, neste caso sob o ponto de vista e à luz dos padrões dos actuais donos da Europa. Os colaboracionistas de trazer por casa, rafeiros por natureza, esses, como é previsível, tudo fizeram (e fazem ainda) para que as ordens emanadas do Soviete supremo fossem cumpridas à risca. Aliás, é possível até que a iniciativa censora tenha partido deles. Não me admiraria nada. Não era (e é ainda) esse uma dessas temáticas fracturantes que tanto gostam e às quais vão buscar o seu sustento e razão de ser? Acertadamente escreveu um dia o visionário escritor George Orwell: “Quem controla o presente, controla o passado; quem controla o passado, controla o futuro”. A verdade é esta: a Europa, que no presente nos controla, quer manipular o nosso passado para assim melhor nos poder subtrair o futuro, deixando-nos depois a sua total mercê. Ou seja, e trocando isto por miúdos: entendia (e entende ainda) o Conselho da Europa que era incorrecto ensinar às nossas crianças que demos novos mundos ao mundo, que fomos pioneiros nos quatro cantos da orbe, que escancaramos de par em par os pórticos de todas as estradas do mar para que as restantes nações pudessem enriquecer sem ter de sacrificar quase toda uma geração de aguerrida gente do mar, como aconteceu conosco. Na perspectiva dos nossos credores devemos incutir nas nossas crianças o ódio aos seus antepassados, pois eles foram malvados e muito cruéis. Mas não ficou por aí no campo das sugestões, a atrevida Gestapo comunitária. Também o pré-anunciado Museu das Descobertas (que pelos visto ficou no capítulo das intenções) não deveria ter esse nome, pois

com isso corria-se o risco de insultar aqueles com quem contactamos à quinhentos anos e que hoje em dia nos recebem de braços abertos sem qualquer animosidade ou complexo. Pretendiam os comissários da Stasi europeia privar-nos do mais admirável momento da nossa História, retirando-nos a pouca auto-estima que nos restava. Do presidente Marcelo e do Primeiro-ministro Costa esperava-se, no mínimo, um protesto veemente contra esta afronta à memória dos nossos antigos. Basta de vexações e insultos. Mas, nada. Nenhuma reacção. E hoje a sanha persecutória ao período mais fértil da nossa História está mais virulenta do que nunca.

Um ano depois de eu ter nascido escrevia José Hermano Saraiva o seguinte: “todo o passado é raiz, todo o futuro é destino, todo o presente é enigma. O espaço nacional cristaliza, em cada tempo da História, como laço enigmático que liga o passado ao futuro. Um laço que vem forjado por toda a experiência nacional anterior. Que tem a força e a fluidez do rio que vem de longe que vai embeber na terra da nascente, mas ainda para além dela prossegue no curso subterrâneo das origens, já fora do horizonte que a memória dos homens consegue prescrutar”. Ora, é esse rio, esse caudal, que nos compete agora defender. Quanto à inveja da Europa, compreende-se. É que os portugueses, embora tivessem despertado tarde para o Renascimento, revelaram-se no processo agentes concretizadores da ideia de um espaço cultural a nível planetário, e – de novo Hermano Saraiva – “fizeram prova da plena consciência da importância desse conceito na definição global de um espaço português”. Essa nossa postura nitidamente cultural, por oposição à soberania meramente política seguida pelos que vieram na nossa peugada, resume-se no seguinte comentário do cronista João de Barros: “as armas e os padrões portugueses, postos na África, na Ásia, e em tantas mil ilhas fora da repartição das três partes da Terra, são materiais, a pode-as o tempo gastar; não gastará porém a doutrina, costumes e linguagem que os portugueses nessas







terras deixaram”. Nem mais. Toma e embrulha, ó Conselho da Europa! Deixemo-nos de falsas modéstias. Portugal foi o país que mais impacto teve à escala planetária e cujas acções mais positivamente influíram no decorrer do curso da Humanidade. Posto isto, releiamos – questão de refrescar a sempre coxa cultura geral – o livrinho *Data e Factos das História do Mundo*, da autoria de Vasco Hogan Teves (velha colecção Livros RTP) e constatemos uma vez mais que enquanto a Europa se inter-digladiava com guerras de Sete, Trinta, Cem anos, guerras de Duas Rosas, com espinhos ou sem eles, e ainda Guerras na Itália, com um Nicolau Maquível a teorizar a arte da cínica e universal sacanagem de que os fins justificam os meios e um Martinho Lutero a insurgir-se face à depravação dos valores cristãos e rendição sem precedentes daqueles que deviam ser os servidores da Igreja de Cristo aos jogos do poder, ao luxo e a todo o tipo de excessos; enquanto na Europa os Habsburgos punham em prática a sua tática de arrecadação de territórios que cedo os transformariam na maior família-império de que há memória; enquanto essa bárbara e terratenente Europa, de Norte a Sul, do Mediterrâneo ao Báltico passando pelos Balcãs e o Cáspio, se esgadanhava num arreganhar de dentes, chegando com assustadora frequência a vias de facto por causa de um quinhão de terra aqui, um pedaço de hortocolá, testando sempre o peso das alabardas, o gume da espada e a flexibilidade do fio do arco ou o poder de arremesso das azagaias e das lanças, Portugal, esse aparentemente risível reininho ao fundo do continente com menos de milhão e meio de criaturas, cerceado o cordão umbilical e passadas as dores de crescimento, fitava longamente o

oceano e um instante depois já nele navegava, numa entrega total, pronto a desvendar-lhe os mistérios mesmo que isso lhe custasse o sangue, o suor e, quantas das vezes, a vida. Quer a Humanidade maior feito do que este? “Como dizia o historiador António Borges Coelho, numa memorável entrevista à agência Lusa: “Não brinquem comigo! É preciso uma coragem brutal para fazer uma viagem de navio, de mais de meio ano, nas condições técnicas da época, enfrentar as tempestades, as doenças no mar – quase metade das pessoas ficava no caminho”. Borges Coelho, decano e voz respeitadíssima em assuntos referentes ao nosso admirável passado, em boa hora saíra a terreiro, alertando para a premente necessidade de se fazer um museu dedicado à Expansão Portuguesa, por ter sido “um período fantástico na História da Humanidade”, de que “não temos de ter vergonha”. O manifesto de Borges Coelho – como já o fora antes o dos não menos credenciados historiadores João Pedro Marques e Luís Filipe Tomás – surgia na hora certa, porque verdadeiramenteurgia – e urge agora, mais do que nunca! – aparar as unhas aos desonestos e anticientíficos terroristas culturais que pretendem torpedar a nossa História deixando-a orfã dos seus momentos mais substantivos. Dizia António Borges Coelho, homem de profundas convicções de esquerda, portanto, insuspeitíssimo em tão fracturante matéria: “É um absurdo esta polémica. O passado é o passado. A primeira grande globalização é uma coisa fantástica para qualquer povo. Não temos que ter vergonha, e mesmo os povos que foram oprimidos, não foram só oprimidos. [Afonso de] Albuquerque [1453-1515] dizia que não podia tirar a ca-





beça do navio, pois corria risco de ficar sem ela”. Nesse processo de expansão, Borges Coelho realça a “personalidade importantíssima, um papel que ninguém lhe pode tirar” que foi o Infante Dom Henrique, “obreiro da bula que permitiu a Expansão Portuguesa, e quem equipou os barcos e congregou os homens”. Esse mesmo Infante que um desses revisionistas cujo desporto predilecto é cuspir no sopa que comem, no caso, docente numa universidade de Nantes, no depoimento prestado num dos episódios de um documentário sobre a escravatura produzido pelo canal franco-alemão ARTE, apodaria de “mero chefe de um grupo de salteadores”. Chamar miserável a um indivíduo destes é uma forma de elogio. Mas deixemos os canitos latir, pois o importante é que a caravana prossiga a sua derrota... O historiador, autor do *Questionar a História* (1983), lembra ainda o carácter multifacetado dessa obra de referência da autoria de João de Barros, tão e somente o maior cronista de que há memória, que é as *Décadas da Ásia*. Como lembra, e bem, o insigne historiógrafo, “não

estão lá só os feitos dos portugueses, estão também os dos outros povos, e estão os costumes e a geografia. Os próprios povos aprenderam algumas coisas com aquilo que os portugueses fizeram naquela época”. E é por isso que defendia – como eu defendo – “um museu com tudo lá e não só o retrato do herói com as flores em baixo, mas que refira os vários povos”. Um museu à maneira, que cale de uma vez por todas esses engravatados fedelhos do Conselho Europeu que deviam pôr-se de joelhos e beijar o chão sempre que chegassem a Portugal, em sinal de reverência. Nada devemos à Europa. A Europa é que nos deve tudo. Sem Portugal provavelmente estariam ainda a cultivar as berças e a mocada uns com os outros, incapazes de fazerem Mundo como o fizemos nós. Eles apenas nos seguiram na esteira. Como sabiamente, e de forma metafórica, dizia Agostinho da Silva, “isso dos Descobrimentos só nos trouxe prejuízos”. E agora, acrescento eu, passados todos estes séculos, levamos ainda com o desprezo e a ingratidão desses ditos nossos pares europeus.



Joaquim Magalhães de Castro  
Investigador



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

# Ângela da Ponte

[Website oficial](#)

[Facebook](#)





*Compositora, docente no Conservatório de Vila Real, Escola Superior de Música e das Artes do Espetáculo (IPP) e investigadora no CESEM – Centro de Estudos em Música, tem visto a sua obra tocada por inúmeras formações incluindo Smirnov Quartet (Basel Music Academy), Remix Ensemble Casa da Música (PT), Oregon Symphony (EUA), Vertixe Sonora (ES) e Ensemble New Babylon (DE).*

*O reconhecimento do seu trabalho inclui a atuação e estreias em vários festivais, e várias distinções que incluem, a representação de Portugal na 67.ª Tribuna Internacional de Compositores (RS), Prémio Ibermúsicas – Composição e Estreia de Obra 2022, obra selecionada no ISCM World Music Days 2023 em África do Sul e vencedora do 1º Concurso Internacional de Composição de Lied Alvaro García de Zúñiga.*

**Quem é Ângela da Ponte, para além da talentosa compositora e professora?**

Talvez uma mulher simples, curiosa, que procura o lado simples da vida.

**Ainda mantém ligação a Ponta Delgada?**

Alguma, sim. Ainda tenho grande parte da minha família a viver na ilha de S. Miguel, e, claro, visito-a regularmente. Por vezes também mantenho contacto com a casa que me formou na música – o Conservatório de Ponta Delgada – em projetos e concertos. Gosto de manter contacto, por um lado rever antigos professores e colegas que agora são professores naquela instituição, mas também tenho muito gosto em poder contribuir de forma pedagógica e artística. Conhecer as novas gerações que por aquele Conservatório passam.

**Tendo entrado para o Conservatório de Música com 5 anos, como foi a decisão de se tornar compositora?**

Essa decisão chegou tarde na minha vida estudantil. Enquanto aluna muito nova, pensamos sempre em ser muitas coisas. Mas houve uma altura em que cheguei a pensar muitas vezes que ia seguir o instrumento e tocar na orquestra Gulbenkian (que era a grande referência nos anos

90, e talvez única, que nos chegava do continente). Contudo, e já expus isto noutras ocasiões, a minha professora de violino na altura (Shelley Ross) dizia que eu inventava melodias e mostrava-lhe durante a aula. O “bichinho” já lá estava. Só mais tarde, no ensino secundário, é que tive noção do que era ser-se compositora e foi para mim uma revelação surpreendente. De repente parecia que tudo fazia sentido ir por aquele caminho. A primeira experiência a sério foi num concurso interno de composição organizado pelo Conservatório Regional de Ponta Delgada, tinha 15 ou 16 anos. Se bem me lembro fiz uma peça para trio e ganhei um prémio. Achei tudo aquilo maravilhoso. Mais tarde, também tenho uma memória feliz de um projeto organizado pela prof. Ana Paula Andrade que permitiu aos alunos de Análise e Técnicas de Composição terem as suas peças tocadas. Foi nesse projeto que compus e dirigi um pequeno ensemble e o sentimento foi o de concretização de uma vocação. Depois disso preparei-me para as provas de acesso ao ensino superior e entrei para a ESMAE. A partir daí, tem sido uma aventura incrível.

**Ainda toca violino?**

Não. Foi importante no meu percurso enquanto estudante, mas abracei a atividade composicional e pedagógica totalmente, deixando naturalmente o estudo do instrumento de lado.

## Prefere lecionar ou compor?

Compor! É definitivamente a atividade que mais ressoa comigo. Muitas vezes chega a ser uma necessidade. Como pão para a boca. Contudo, ao longo dos anos tenho vindo a usufruir da leccionação e encaro-a como um complemento à atividade artística. Acho

muito importante trazer para a sala de aula os desafios provenientes do palco, da investigação também, pois isso traz discussão, desenvolvimento técnico, que depois é implementado no âmbito artístico e que conclui com a exposição de novos ou diferentes resultados. Uma coisa alimenta-se da outra e torna uma aula atual e viva.



© Alípio Padilha



## Qual foi a importância de Birmingham no seu percurso musical?

Grande. Do ponto de vista pessoal, académico e artístico. Foi a primeira vez que vivi fora de Portugal e a vida académica da Universidade de Birmingham é bastante cosmopolita. Senti que desenvolvi ainda mais o sentido diplomático, artístico, e em específico o da música eletroacústica. Pode parecer curioso, mas também foi aí que aprofundi e compreendi as minhas raízes e com isso desenvolvi e consolidei (quero acreditar que o fiz) uma escrita própria.

## Como é o seu processo de composição?

É muito variável consoante o tipo de música e agrupamento para o qual vou escrever. Isto é, se componho música instrumental ou vocal, mista ou acusmática. No entanto, a composição assistida por computador tem sido consistente nos últimos anos. Para além de encontrar um conceito que me inspire e me oriente fortemente nas decisões sonoras, este procedimento ajuda-me a gerar e a desenvolver rapidamente materiais musicais que depois serão validados como sendo plausíveis dentro do contexto e do meu discurso musical.

## Qual foi até à data a peça mais desafiante de escrita?

Todas as peças que compus até hoje apresentavam os seus próprios desafios. Mas devo dizer que a que levei mais tempo a solucionar foi uma composição mais recente (estreada este ano) por efetivamente não ser o agrupamento mais comum – uma peça composta para a Orquestra Portuguesa de Guitarras e Bandolins. Foi deveras um desafio, pois embora conhecesse algum do repertório mais emblemático para bandolim (do período barroco) a imagem do som de uma tuna académica era difícil de sair da minha cabeça (risos). A estratégia que encontrei foi, sem retirar as técnicas idiomáticas, que a sonoridade do conjunto estivesse num contexto sonoro diferente e intrinsecamente ligado ao mundo sonoro da eletrónica. Nesse aspeto, a eletrónica ajudou-me a sair dessa imagem que eu tinha ou que pudesse sugerir do contexto mais popular que conhecemos.



© Luís Belo

### Como está Portugal no panorama dos compositores de música erudita?

Por um lado, penso que melhor que nunca sendo que os últimos 10 anos revelaram-se extraordinários na quantidade e qualidade de compositores que têm visto a sua música nas grandes salas de concerto, a ganhar prémios nacionais e internacionais e a terem uma visibilidade internacional que há 20 ou 30 anos seria impensável. Por outro lado, sinto sempre que ainda há muito a fazer em relação à música composta por portugueses ou compositores que residem em Portugal, pois está concentrado num nicho. Se olharmos para grande parte da programação, o nome de um compositor atual aparecer é quase insignificante, e são efetivamente poucas as casas que têm investido numa cultura contemporânea. É quase cómico, pois no tempo de L. van Beethoven as pessoas ouviam Beethoven e os compositores contemporâneos dele. Ainda, e embora com esforços feitos por casas que incluem na sua programação um Serviço Educativo, na tentativa de aproximar as pessoas deste e outro tipo de música, tenho a sensação que grande parte das pessoas ainda acha que a música clássica contemporânea é algo inacessível e só para as elites. A desculpa também não pode ser a do

lado monetário, pois um bilhete para ver a Orquestra Gulbenkian ou o Remix Ensemble é mais barato do que ir ver os Coldplay ou a Madonna! Portanto, há ainda várias lacunas que se assiste no concerne à música erudita ou música clássica contemporânea. Mas penso que é uma lacuna que atravessa quase toda a atividade cultural no país e que só com paciência e sentido educativo pode ser ultrapassado.

### Projetos próximos, o que nos pode revelar?

Estão para sair dois CDs. O primeiro, penso que o nome do disco será “Despojos”, pois o projeto teve esse título, com a gravação de um conjunto de peças encomendadas pelo Borealis Ensemble em que “Ombres Resonantes”, obra composta para esse agrupamento, se encontrará no CD. Nesta encomenda do Borealis Ensemble, com a interpretação dos músicos António Carrilho, Helena Marinho e Catherine Strynckx, foram compostas sete miniaturas com uma duração entre 1 a 2 minutos e cujo objetivo foi homenagear compositores que faleceram recentemente e que de certa forma ressoam em mim e na minha música, como, por exemplo, a Kaija Saariaho, Thomas Kessler, Clarence Barlow, entre outros.





© Rui Meireles

O segundo CD será gravado pela Orquestra Portuguesa de Guitarras e Bandolins, numa encomenda que também fizeram a vários compositores portugueses para o projeto “Nova Música” e que neste âmbito surgiu a obra “String Theory”, para a orquestra, eletrónica e vídeo. Estes são os projetos em que brevemente me debruçarei.

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

É um pedido difícil. Penso que serei mais feliz se parafrasear David Bowie: “Nunca

trabalhem para outros, não irão aprender nada com isso. Lembrem-se sempre que a razão pela qual começaram esta jornada foi porque sentiram que podiam manifestar algo importante e compreender mais sobre vós e como se posicionam na sociedade. É muito perigoso para um artista satisfazer as expectativas do público, nada emocionante advém daí, e se sentem seguros na área onde estão a trabalhar, então é porque não estão na melhor posição e deverão ir além do seguro.

É quase no limite que o nosso melhor trabalho vem à tona.”

A M B I E N T E

# Programa Alcateia 2025-2035

Num tempo em que o mundo enfrenta desafios ambientais sem precedentes, Portugal avança com o Programa Alcateia 2025-2035, apresentando uma estratégia ambiciosa para a conservação do lobo-ibérico em território nacional. Não se trata apenas de uma simples acção de protecção de uma espécie emblemática. Este programa simboliza um compromisso para restaurar equilíbrios naturais e procura harmonizar a relação entre as comunidades locais e a natureza.

Os dados tornados públicos

através do último censo nacional do lobo, realizado entre os anos 2019 e 2021, não deixam margens para dúvidas sobre a necessidade premente de mudança. Ficámos a saber que existe uma redução significativa na população lupina e, no território ocupado por esta espécie, há uma contracção de cerca de 20% e uma diminuição do número de alcateias. Estes números lançam um alerta vermelho sobre o funcionamento do ecossistema, já que o lobo desempenha um papel vital na sua função de predador de topo, regulando populações de presas e contribuindo, desse modo, para a saúde e equilíbrio dos ecossistemas.

O Programa Alcateia 2025-2035 apresenta uma abordagem integrada e pragmática que se baseia em quatro pilares fundamentais, a saber: melhorar as condições ecológicas, promover a coexistência com as actividades económicas locais, reforçar o conhecimento científico e intensificar a sensibilização pública. Importa ainda referir que este programa abre caminho a actualização das indemnizações por ataques a gado, tendo como objectivo a redução dos conflitos entre os criadores de gado e os lobos-ibéricos. O pagamento célere e justo dos prejuízos é um passo muito importante no sentido de amenizar as velhas rivalidades entre uns e outros. Além



© Jorge Sierra





© Jose Luis Ruiz Jiménez

da melhoria das compensações financeiras às populações afectadas pelos ataques dos lobos, o programa visa a recuperação de habitats, a protecção dos corredores ecológicos que ligam as populações isoladas, e o estímulo à presença de presas naturais. Todas estas estratégias servem para criar condições para que o lobo possa prosperar no seu habitat natural sem que isso signifique um embate constante com as comunidades rurais.

Todavia, este ambicioso programa não está isento de desafios. Para que se atinja o desejado reequilíbrio ecológico será necessário proceder-se à adaptação de algumas políticas agrícolas, assim como promover-se o envolvimento activo das populações locais. Por outro lado, um programa desta dimensão exigirá um compromisso real de financiamento que o sustente a médio e longo prazo. No entanto, ultrapassados esses desafios, poderemos dizer que esta





© DR

aposta na convivência harmoniosa entre humanos e lobos permitir-nos-á construir paisagens mais resilientes, mais biodiversas e com maior capacidade de resistência às alterações climáticas e aos incêndios florestais. Proteger o lobo-ibérico não é apenas conservar uma es-

pécie. É muito mais que isso. É reconhecer que a saúde dos ecossistemas depende da manutenção dos seus processos naturais e que a nossa prosperidade futura está intrinsecamente ligada à capacidade de coexistirmos, lado a lado, com a maravilhosa vida selvagem que nos rodeia.



**Vítor Afonso**  
Mestre em TIC





| LUSO - CRIANÇA

# Férias de Verão e TPC's porque não?!

Olá a todos,

As férias grandes de verão estão aí e eu venho propor-vos TPC's de férias!

Sim, trabalhos para casa para fazerem durante as férias.

É verdade, eu acho que vocês nas férias devem ter os seguintes trabalhos para casa que eu passo a citar e a sugerir:

- Observar borboletas;
- Ouvir o canto dos pássaros;
- Abraçar uma árvore;
- Cheirar flores;
- Dar um mergulho (no mar, no rio, na piscina ou até mesmo numa bacia ou de mangueira :);
- Dançar livremente ao som de uma música que gostes;
- Sentares-te a observar a natureza e desenhares aquilo que estás a observar;
- Fazer um desenho livremente;
- Ler;
- Rebolar na relva;
- Fazer construções na areia ou com caixas de cartão;
- Observar um carreiro de formigas;
- Fazer castelos em areia ou com terra e com água;
- Escrever o nosso nome na areia ou na terra com um pau ou

com o dedo;

- Andar de baloiço e/ou de escorregão;
- Correr livremente;
- Andar de patins ou de bicicleta ou de trotinete;
- Anotar ideias num bloco ou simplesmente fazer um desenho ou uma pintura livre;
- Sentir o sol no rosto (com protetor, claro);
- Sentir o vento no rosto;
- Provar frutas e legumes da época, de preferência acabados de colher (por vocês, se for possível);
- Andar descalço na relva;
- Apanhar conchas ou pedrinhas;
- Explorar uma floresta;
- ....

Mas o mais importante de tudo é: BRINCAR!

Acima de tudo BRINQUEM!!! BRINCAR é o mais importante Trabalho Para Casa para as férias.

E tu, vais fazer estes “trabalhos” todos? Só alguns?

Se quiseres podes (e deves) contar-me tudo. No final das tuas férias ou agora que estás a ler este artigo, escreve aqui nos comentários o que já fizeste e/ou o que tencionas fazer.

Diverte-te e BOAS FÉRIAS.



Sara Nogueira

Mediadora de Leitura/Autora do projeto Literanto

| TRADIÇÕES LUSAS

# Comer sem azeite é comer miudinho

*lastros de abertura*

Parte II



“Não me chames azeitona até que não me colhas”  
– dito popular.

Adoçar azeitonas p’rá talha [*Azeitonas de talha*], curá-las do excesso de acidez e aromatizá-las [*Azeitonas de cura*] — inteiras, quartilhadas ou esquartilhadas, retalhadas, esmagadas, britadas... — por toda a região olivícola transmontano-

duriense, foi uma tradição associada ao aproveitamento dos melhores frutos caídos ainda em verde e já algo grandotes... das primeiras azeitonas das árvores mais jovens e de fácil ripagem, das variedades mais precoces ou de fraco rendimento em azeite e da acção dos brécheiros, por norma os vileiros mais carenciados, principalmente no período pós-vindimas





... deixadas a perder o verdor em cestos peixeiros e sacos de rede, incluindo rabudos, pardelhos e galrichos rabaçeiros, colocados de cascalheira e em contra-corrente na ribeira mais próxima (...). Desenvolveu-se, naturalmente e em especial nas zonas de maiores produções, um autêntico arraial de saberes e sabores: condimentadas e perfumadas com ervas de cultivo ou de recolha, conservadas numa salmoura de sementes de salsa, vinho e mosto cozidos e água melada, à moda dali e dacolá, azeitonas cortadas, apenas golpeadas, de descasque, fatiadas, recheadas do que fosse possível, azeitonas pretas em vinagre de vinho, azeitonas secas, azeitonas de escabeche, de sal, em mel e azeite, azeitonas britadas, alcaparradas... O importante era que durassem muito e evidenciassem a gana, o talento e a artimanha de cada curadeira. Hoje em dia é uma rotina de época, também uma actividade económica promissora, e escolhem-se sempre as melhores azeitonas e das variedades mais apropriadas para a conserva: da gordalhuda Santulhana à azeiteira Cobrançosa... e borraqueira Negrinha de Freixo. E poucas já serão as mesas familiares e restaurativas que dispensem a presença de azeitonas de

entrada e/ou acompanhamento a qualquer tipo de refeição.

#### ***As alcaparras transmontanas***

são feitas de azeitonas verdes, quando muito a começarem a pintar.

Esmagam-se em cima de um bruído com o auxílio de um maçoço madeireiro, retirando-lhe o caroço britado. De seguida, colocam-se as polpas em vasos de barro e lavam-se com água fervente que se retira ainda morna para ser substituída por água fria. Quantas e mais frequentes lavagens, melhor. Passados seis a oito dias, sempre a bom ritmo de banhos adoçantes, estarão, de certeza, prontas para consumo, depois de temperadas de sal na última muda de água. Também não negam o empenho de umas boas notas ervanárias.

#### ***Azeitonas de escabeche***

Por sua vez, a arte de conservar as azeitonas em escabeche aromatizado de malaguetas a sério, alhos esborrachados, ramadas de orégãos e bela-luz, folhas de louro, alecrim picado e sementes de funcho e de cominhos bem esmagadas, num simples frasco de vidro, ficou-nos das vindimadeiras do Douro de influências conventuais, quando o feitor-rogador





permitia a apanha das negruxas e bicudas caídas da árvore e se impunha a necessidade de fazê-las aguentar por mais uns tempinhos. (Há quem diga que esta mania de escabechar as azeitonas era coisa das galegas mais sabidas, acoutadas no Douro, vindas do sul de Espanha e ao serviço na cozinha dos quinteiros.)

#### ***Azeitonas e alcaparras queimosas ou de empenho***

Queimá-las para o empenho, incluindo o britado das alcaparras, com um molho de azeite bem quente — aviado de alho laminado, orégãos não em demasia, grãos de pimenta preta, malagueta também de bufadouro e salsa esfarrapada, acabado de vinagre de vinho branco e raspas de limão pouco cascudas — foi uma prática saída da imaginação de algumas das nossas *druidas* de alcova, que recomendavam às ditas mulheres respeitáveis quando estas intentavam encontros furtivos com os respectivos amantes. Tanto estimulavam ganas e desejos como acompanhavam e substituíam as virtudes atribuídas ao promisso *macarrão das prendadas*! [Preparado de massa curta, à base de um perfumado de sorça de azeitonas alcaparradas com molho de tomate vermelho maduro, alho bem alheiro e sardinhas das mais pequenas que houver, envolto numa confecção e serviço ritualizados, a evocar o histórico *spaghetti alla putanesca* das napolitanas “da vida”: fortificante para elas e como chamego odorante para os seus fregueses engravatados.]

#### ***O queijo de ovelha***

mais de mordisco merendeiro do que lastro à manja, tem que ser das terrinchas, porque o amajo das outras churras só dá mesmo p’rás próprias crias, e de fabrico saído das ordenhas primaverais ou dos restolhos veraneios. [A estas herdeiras da rusticidade badana e das vontades lactantes das mondegueiras, injustamente, os serviços oficiais veterinários entenderam levá-las ao registo como Churras da Terra Quente. Compreendo, no entanto, a argumentação técnica para este “baptismo administrativo”. Tudo ficou no seu a seu dono com as posteriores denominações: «Queijo Terrincho» e «Borrego Terrincho».] Pode ser de meia-cura, curado e de cura prolongada, protegido por uma pasta de pimentão azeitado e aguardente bagaceira, envelhecido e conservado em talhões de azeite ou em arcas de madeira repletas de grão centeio, acondicionado em frascos de azeite aromatizado de ervas e sabores picantes, como “queijo de família” ou como “queijo merendeiro”. Não admira, por isso, que os pastores dos termos da Adeganha aos Picões digam de amiúdo: «queijo com pão faz o homem são e deles com vinho até as nossas mulheres se lembrarão.»

Porém, entrar na refeição almoçarada sem as parçarias de um cadorno de pão e um cacharro de vinho, nem pensar!

O pão era só pão — de triga-milha, sêmea obrada ou de qua-



tro cantos, molego, terçado ou quartado, preto, ressuado, charrão ou borneiro, bento ou das almas, cozido em lenha de estevas ou em noite de estrelas! Quando muito, nos tais dias de festa é que poderia ser mais trabalhado e um pouco mais rebuscado: recheado de chichas gordas, entremeadas e enchidos cárneos, peixes de sal, azeitonas e alcaparras delas, ervas de cozinha e frutos secados... Ou, então, era substituído por empadas, bôlas e folares. Mesmo assim, um mordico de “pão” não podia faltar. Nunca! Nem que fosse só para empurrar a comida para cima do garfo, ajudar na merenda ou chiscar qualquer coisinha, enganar o bucho e fingir a lazeira, fazer a limpeza das beíças e das gorduras do prato, medrar o martuço do caldo e as águas da sopa, porque, «sopa sem pão nem no inferno dão» (...). Para o povo transmuntano, o pão, essa bênção diária divina, sempre foi um traço de união, um episódio quotidiano e o reconforto dos apertos da vida, o refúgio da abstinência e das penitências religiosas... o princípio do caldo e da sopa. E legou-nos tantos sabores paníferos quanto o número de aldeias, o tipo de lenha utilizada e o recheio prometido. Tantas mestrias quantas cozinheiras-padeiras havia na região. Pois então...

#### *O pão de recheio*

pão ou bôla de alcaparras acabadas de curar, que já foi - apenas - de algumas casas agrícolas mais abastadas da Terra Quente Transmontana, também podia ser obrado de azeitonas pretas descaroçadas que se compravam numa das idas à vila - era o *pão de azeitonas* - usando-se de sortimento pimentos verdes ou amarelados de guarda avinagrada e rode-

las de chouriço de carne em vez de pimentos vermelhudos e fatias de presunto lardeado. Trata-se de um pão tipicamente pascal, natalício e de entrudo, concorrente das bôlas e folares da maioria das nossas famílias e em tudo semelhante aos pequenos e ancestrais *elioti* ou *eliopitta* gregos de azeitonas conservadas em azeite. Outras famílias rurais ainda preferem trabalhá-lo como *bôla meia-sovada* recheada de alcaparras, normalmente alcaparras velhas escaldadas e cortadas em pequenos pedaços, sem pitada de açúcar e untada de azeite antes de ir ao forno - é o *pão de aldeia*.

#### *As bôlas de azeite*

são bôlas de massa sovada — pequenos pães espalmados, bem amaneirados — sem traço de fermento, ou quase nenhum, simples de fabrico e de conservação prolongada. Faziam-se, e ainda se fazem, com certa regularidade e durante o ano inteiro, por todo o Nordeste Transmontano e Terras Durienses, lembrando o pão ázimo dos marranos que confeccionavam e comiam pela época pascal. Enquanto na Terra Quente mirandelense e macedense são mais conhecidas por *bôlas sovadas*, também por *bôlas redondas*, *achatadas* ou *salgotas*, (bôlas calcadas no Alto Tâmega e Barroso), já no Vale do Douro Superior o mais vulgar é nomeá-las de *bôlas abarretadas* e noutros locais sempre foram tratadas como *bôlas azeitadas*.

Por norma, nos costumes mais popularizados, *bôlas* e *empadas*, simples ou recheadas, nunca são doces, nem adocicadas, e raramente levam ovos. Doces são os bolos e ovos levam os folares, nem que seja só para o envernizamen-





to do capote exterior antes da ida ao forno. As mais acreditadas exceções vão para as *bôlas de bacalhau* de *cebolada* das Terras de Bragança — a massa é feita de farinha triga e ovos de batedura, temperada com retoques de cravinho, colorau doce e pimenta preta, salsa à vontade, sal a contento, alhos e azeite a justo, e o bacalhau cozido em vinho branco — o *bôlo de chouriço*, também de algumas famílias brigantinas, preparado para dias de festa e guardados em caixas de folha-de-flandres, a *empada de ovos e carnes fozcoense* e os conhecidos *santórios* de Penude, presença obrigatória nas festas janeiras lamecenses de honra ao mártir S. Sebastião. Quando a massa é batida com azeite e ovos, fortalecida de aguardente bagaceira e condimentada com sementes de erva-doce, o mais comum é nomear estes elogios cerealíferos de *pães de azeite* e em alguns locais do Douro Internacional, por *bôlas de aguardente*, parentes mais avantajados dos *bolos de Escalhão*, mas sem pitada de açúcar. Em Vila Nova de Foz Côa e por aqueles lados abeiroados, estas bôlas, sem o acrescento abagaçado, são apenas referenciadas por *bôlas* ou *bôlos-folares*. Mas, as

mais conhecidas e consumidas na região as rainhas consortes das bôlas desde o século XIX continuam a ser as *bôlas de Lamego*, recheadas, à vez, de carnes desfiadas de frango assado, outras carnes de vinha d'alhos, salpicão com alguma gordura, presunto magro e gordureiro, lascas de bacalhau ou sardinha miúda, com procedência nas receitas do antigo Convento de Lamego. São muito apreciadas como merenda e de merendinha a jantares e jantaradas de festança, sobretudo no período dos Santos Populares. Diz-se, e que fique o mito, que terá sido aquando da aclamação de D. Afonso Henriques como primeiro Rei de Portugal, no decorrer das lendárias Cortes de Lamego, por volta de 1139–1143, que pela primeira vez se produziu a “bola” de carnes de porco para fazer face às necessidades alimentares da inusitada afluência verificada ao burgo lamecense. Também não deixam de ser uma manda gastronómica regional:

as plebeias *bôlas de Tarouca*, aparentadas das aristocráticas bôlas lamecenses, de bacalhau e sardinhas a rechear a massa



amilharada, as populares *bôlas de Favaio*s de carnes estufadas de frango e coelho de criação, empadas ou folares baixos de Freixo só com carnes de porco fritas em azeite, *bôlos de sertã* ou *fritas* do Planalto Mirandês e Vale do Douro Superior que poucos ovos levam, o pascalino *folar de Chaves* que é mais um rolo de carnes do que o tradicional folar transmontano e as *empadas de Moncorvo*, que só diferem dos *folares de Mirandela* na forma de armar e por não levarem carnes de galinha desfiadas (...). A *bôla de Sabrosa* de carne de anho cozida e a seguir frita em banha de porco, *de Barroso* [mais conhecida por *bica de carne*], de *Bragança* e os mais tradicionais *pães de fumeiro* e de *chicha gorda*, não incluem o azeite na respectiva confecção ou muito raramente e apenas nas masseiras das casas mais ricas (...).

**As empadinhas** ou *malguinhas de carne*

são uma merenda tipicamente vileira, agora mais de fabrico de café/pastelaria do que caseiro. Fazem-se por todo Trás-os-Montes e Alto Douro, à base de miudezas e/ou carnes desfiadas de aves, ou de carne de vaca, como no caso dos históricos *covilhetes de Vila Real* que a emblemática Pastelaria Gomes oferece diariamente a vila-realenses e forasteiros, desde 1925 — antigamente ligados às vendedeiras de rua nas festas de Santo António, do Senhor do Calvário e da Senhora da Almodena — e que devem o seu nome à pequena forma de barro preto de Bisalhães em que iam ao forno. Aqui, o azeite tinha que estar sempre presente, seja no refogado, cozedura do recheio, untadura da pedra da mesa de trabalho ou na lubrificação da faca de corte das massas. Como também na-

quelas meias-luas de camadas de massa folhada muito finas, recheadas com carne de vitela — os *pastéis de Chaves* — que a Dona Tereza Feliz Barreira, aí pelo ano de 1862, trouxe para a mesa dos flavienses para acompanharem o café matinal ... e nos fradescos *pastéis de entrudo* de Vinhais com um enchimento de carne e aparas de vitela, presunto gordo, chouriça nova e ovos cozidos, tudo picado e temperado de sal e pimenta a gosto, que se confeccionavam no sábado magro para serem consumidas à terça-feira gorda, antes da entrada nos rigores da Quaresma (...).

À semelhança das alheiras “daqui, dali e dacolá”

(e demais enchouraçados), o *folar transmontano* ou *bôla de carne transmontana* tem artes e engenhos, graças e formas, conforme a folareira, a terra, as posses e os dotes caseiros. No entanto, pode dizer-se, pelo que todas estas manifestações têm em comum, que o nosso folar é “um pão de farinha tri-ga, outrora saída dos grãos do trigo barbeta, amassada com um caldo de carnes muito apurado, azeite e manteiga para acomodar melhor a massa; recheado de rodela delgadinhos de salpicão e linguiça, presunto velho bem curado, toucinho para pingar de onde a onde a massa, carnes de galinha, a miúdo de coelho, peru e vitela — tudo refogado em azeite, bastante azeite, desossado e desfiado em pequenos pedaços; em formas rectangulares, quadradas, redondas ou ovais, com sete a oito centímetros de altura; muito olhudo, leve, envernizado com gema de ovo e de tamanho grande, porque, se forem pequenos chamar-se-ão de *folaricos* ou *merendeiras*”. É comedoria de faca e garfo!



**António Manuel Monteiro**  
Engenheiro Agrónomo

## | SAÚDE E BEM ESTAR

# A Pele

A pele é o maior órgão e o mais pesado do corpo humano, medindo aproximadamente entre 2 a 4 m<sup>2</sup> e pesando entre 4 a 9 kg, sendo igualmente um órgão essencial na sobrevivência humana.

As dezenas de milhões de células que existem num único centímetro de pele são responsáveis por muitas e diversificadas finalidades e propósitos. A pele é composta por vários tipos de células, que se distribuem por três camadas, epiderme,



derme e hipoderme, em que cada qual desempenha uma função, que abrange nomeadamente funções de proteção, de impermeabilização, de resistência, de elasticidade, de defesa imunológica até à atividade neuro-sensorial e de regulação térmica e ainda de uma função excretora.

As doenças de pele são muito frequentes, mas é fundamental referir que as alterações dermatológicas podem representar apenas um defeito estético ou situações autoresolutivas sem necessidade de qualquer intervenção terapêutica até a doenças crónicas com grande impacto na qualidade de vida ou mesmo a doenças que podem ser fatais se não for feito um diagnóstico atempado. Assim, é imprescindível uma avaliação médica para um correto diagnóstico, aconselhamento e decisão terapêutica adequada. As manifestações cutâneas são muito heterogêneas e a sua frequência é variada particularmente de acordo com a idade e as patologias subjacentes.

Como medidas gerais são importantes as medidas básicas de higiene regular, apropriadas às diferentes características da pele, e com particular relevância

a proteção solar, tendo sempre presente que o excesso de exposição solar tem consequências negativas, pois para além das imediatas queimaduras solares e do envelhecimento prematuro da pele, o aumento cumulativo da radiação ultravioleta (RUV) repercute-se no aumento da incidência dos vários tipos de cancro da pele. Se é verdade que o sol tem efeitos benéficos sobre a saúde física e mental, as preocupações sobre a exposição excessiva e deliberada colocam-nos a obrigatoriedade de frisar, como um compromisso, as medidas preventivas cruciais nestas matérias.

Particulares recomendações em relação às crianças, merecem a nossa atenção, já que a pele é muito mais sensível, sabendo-se que uma queimadura solar na infância duplica o risco de mais tarde desenvolver um cancro de pele: As crianças não devem ser expostas diretamente ao sol no primeiro ano de vida; Qualquer que seja o protetor solar não está recomendado em idades inferiores aos 6 meses; Dos 6 meses aos 2 anos, utilizar sempre filtros físicos ou inorgânicos, protetor solar mineral, menos

absorvido e com menor potencial de sensibilização, com índice de proteção (SPF) muito alto (50+); Em crianças com mais de 2 anos, utilizar protetor solar pediátrico com filtros físicos e químicos com mais amplo espectro de proteção de RUV; Mesmo com tempo nublado ou à sombra a fotoproteção não deve ser descurada, uma vez que a RUV se reflete na maioria das superfícies; Mesmo à sombra a RUV é equivalente a 30% da direta, assim, 3 horas à sombra equivale a 1 hora ao sol; Aplicar protetor solar em todo o corpo generosamente, não esquecendo lábios e orelhas, e com reforço 2/2 horas ou mais frequentemente se a criança estiver na água; Evitar exposição solar entre as 11 e as 17 horas; Usar vestuário adequado que cubra a maior extensão de pele.

A estrutura e funções da pele na sua complexidade, a par do aparecimento de alterações significativas como alertas na nossa saúde global, são extraordinariamente relevantes, pelo que deveremos adotar comportamentos que nos permitam cuidar com responsabilidade da nossa saúde, cuidando atentamente da nossa pele.



**Eduarda Oliveira**  
Médica Pneumologista



FUNDAÇÃO AEP

# A evolução da diáspora portuguesa na Alemanha

A emigração portuguesa começou a ganhar expressão a partir do século XIX, mas foi no século XX que se tornou um fenómeno de massa.

Teve início oficial em 1964, com a assinatura de um acordo bilateral de recrutamento de trabalhadores. Este acordo in-

seria-se no contexto do programa alemão *Gastarbeiterprogramm*, criado para colmatar a escassez de mão-de-obra após a Segunda Guerra Mundial.

Os primeiros emigrantes eram maioritariamente homens jovens oriundos de zonas rurais, enfrentando condições de



vida difíceis e barreiras linguísticas. Eram conhecidos como “Gastarbeiter” (trabalhadores convidados) e trabalharam na construção civil, indústria automóvel e serviços.

Com o tempo, muitos decidiram permanecer, trazendo as famílias e criando raízes.

Na sequência, surgiram associações culturais, missões católicas e redes de apoio.

Durante as décadas de 1980 e 1990, novas vagas migratórias ocorreram, impulsionadas pela entrada de Portugal na CEE e pela reunificação alemã.

A partir dos anos 2000, especialmente após a crise financeira de 2008, verificou-se uma nova vaga de emigração qualificada. A Alemanha, com uma economia forte, atraiu profissionais de saúde, engenheiros, técnicos e investigadores.

Em 2020, havia cerca de 138.555 portugueses registados na Alemanha, com forte presença em estados como Renânia do Norte-Vestefália, Bade-Vurtemberg e Hesse.

Muitos sentem-se portugueses e alemães ao mesmo tempo, embora o grau de ligação a Portugal varie.

A língua portuguesa é muitas vezes falada em casa, mas nem sempre dominada fluentemente.

Participam em associações culturais, ranchos folclóricos, festas populares e frequentam escolas de língua portuguesa (oferecidas por Portugal através do EPE – Ensino Português no Estrangeiro).

Ao nível do movimento associativo ativo registam-se mais de 150 associações que promovem cultura, apoio social e integração.

O futuro da comunidade portuguesa na Alemanha está a ser moldado por mudanças geracionais, novos perfis migratórios e desafios de identidade e coesão.

A geração mais jovem tem, em geral, maior escolaridade do que os pais.

A comunidade portuguesa está a tornar-se cada vez mais qualificada academicamente. Muitos emigrantes atuais chegam com diplomas universitários, ao contrário das gerações anteriores que vinham com pouca escolaridade.

Há um crescimento de profissionais altamente especializados, como engenheiros, investigadores, profissionais de





saúde e empreendedores.

Muitos lusodescendentes estão hoje em áreas como educação, saúde, engenharia, administração pública e empreendedorismo.

Há também jovens artistas, músicos e atletas com raízes portuguesas a ganhar visibilidade. Cada vez mais há lusodescendentes envolvidos em política local, ativismo comunitário e projetos de media que dão voz à comunidade.

A nova geração está mais presente nas redes sociais, promovendo a cultura portuguesa de forma criativa e moderna.

A comunidade portuguesa continua a ser bem integrada e pouco controversa na sociedade alemã.

O aumento do turismo alemão em Portugal também tem gerado maior empatia e interesse pela cultura portuguesa.

As terceiras e quartas gerações enfrentam um desafio inverso ao dos seus avós: aprender português e manter a ligação cultural com Portugal.

Ainda assim, o cenário é de confiança, há espaço para novas lideranças comunitárias, projetos culturais inovadores e maior ligação digital entre Portugal e a diáspora.



OPINIÃO DO ASSOCIADO

# A AILD e o Orgulho de Pertencer

Atravessando oceanos e continentes, onde houver um português, haverá sempre uma herança que persiste, uma língua que ecoa e uma identidade que resiste. A Associação Internacional dos Lusodescendentes (AILD) não é apenas mais uma entre tantas instituições que povoam as comunidades portuguesas espalhadas pelo mundo — é o reflexo vivo da generosidade dos seus membros e de todos quantos com ela se relacionam.

Num tempo em que o individualismo se afirma como norma, a AILD propõe um gesto contracorrente: o da união. O seu verdadeiro valor reside nessa capacidade rara de congregar vontades dispersas, de acolher experiências nascidas nos quatro cantos do mundo e de oferecer a cada lusodescendente uma casa comum. Uma ponte afetiva e sólida entre as comunidades portuguesas e Portugal.

A pergunta que se coloca, quase instintivamente, é: “O que posso eu fazer

pela AILD?”. Porque esta é uma associação que se alimenta da participação, da entrega e da consciência de que o seu sucesso é construído por todos. Mas a AILD não se limita aos propósitos fundacionais. Cresce, adapta-se e responde aos novos contextos sociais, culturais e económicos. Reinventa-se sem perder a alma.

Nas comunidades portuguesas florescem inúmeras instituições que mantêm viva a cultura e a pertença. A AILD, nesse mosaico, propõe-se ser o cimento: liga associações, aproxima pessoas, reforça os laços com Portugal. E fá-lo com a sabedoria de um dos seus lemas: se pudermos realizar alguma coisa com outros, não fazemos sozinhos.

Ao longo da história, os portugueses integraram-se com dignidade nos países que os acolheram. Trabalharam, contribuíram, respeitaram. Mas a integração nunca deve significar esquecimento. A AILD tem como missão

preservar o orgulho de ser português, mantendo viva a cultura, a língua e os valores junto das novas gerações.

Acredito, com convicção, que muito do futuro de Portugal passa pela força das suas comunidades no exterior. Uma comunidade portuguesa viva, organizada e respeitada é uma potência cultural, económica e afetiva de valor incalculável. Mas essa força exige memória e identidade. Sem saber quem somos, de onde vimos e o que nos une, corremos o risco de perder para sempre o elo que nos liga a Portugal.

A AILD é, pois, mais do que uma associação. É um farol identitário. Um tributo às raízes e uma promessa de continuidade. Um espaço de encontro entre lusodescendentes e todas as gentes que partilham connosco um sentido de pertença e um gosto pela cultura que nos molda.

Não espere por amanhã por se juntar a nós. Como diria Zeca Afonso: “Venham mais cinco”.



Philippe Fernandes  
Presidente da Assembleia Geral da AILD



PELA LENTE DE  
**Ana Matos**









*Que no nosso olhar more a diferença que nos distingue. E é com esse olhar que gosto de contar histórias através de imagens, deixando a minha marca em cada detalhe!*

*Sou a Ana, nascida em 1983, formada em Gestão e a viver diariamente entre os números e a fotografia.*

*Desde criança que a fotografia faz parte das minhas memórias, onde a câmara fotográfica com o rolo da Kodak me acompanhava nos passeios de domingo à tarde com os meus pais. Hoje, revejo todas aquelas fotografias, com nostalgia.*

*Foi em 2016 que comecei a abraçar projetos fotográficos como profissional, ligados so-*







*bretudo à fotografia de produto e gastronomia. Mas é na fotografia documental e na fotografia de rua que me revejo em pleno. Defensora da criação de álbuns de memórias, defino-me como uma escritora de histórias visuais. Acredito que são esses momentos que sustentam cada fase da nossa vida e nos dão alento. Fotografar para mim é contemplar o momento, é apreciar os detalhes e pormenores, que de outra forma, passariam despercebidos. Foodie inata e viajante q.b., tenho nos aromas, nas texturas, nas culturas, nas viagens que faço e nas pessoas que vou conhecendo, parte da minha inspiração.*





## PROGRAMA REGRESSAR

# Patrícia Duarte & João Bandeira

**Que motivos vos levaram a sair de Portugal em 2019? Porquê o Reino Unido?**

A decisão de sair de Portugal surgiu em 2018, motivada por uma vontade de mudança, pela busca de uma vida melhor e por novas oportunidades profissionais e pessoais.

Sentíamos-nos estagnados na nossa profissão (somos ambos atores) e com poucas perspetivas de crescimento. Num panorama geral, começávamos a sentir os efeitos de um mercado imobiliário prestes a entrar em rutura, salários baixos para muito trabalho, o aumento do custo de vida, os valores exorbitantes dos bens essenciais e a constante sensação de que o sonho raramente se tornava concreto.

Escolhemos o Reino Unido por ser um país que valoriza verdadeiramente as artes e os artistas — e isso só é possível graças a um investimento sólido na educação. A arte e a cultura não são vistas como um privilégio ou um acessório do país, mas sim como parte intrínseca da sua identidade. O Reino

Unido tem isso profundamente impresso na sua estrutura social. Enquanto artistas, é reconfortante fazer parte de uma sociedade onde somos vistos como qualquer outro profissional: com direitos e deveres, com proteção, com dignidade.

**O que vos motivou a regressar a Portugal?**

Vivemos cinco anos maravilhosos. Gostámos realmente de viver no Reino Unido. É um país inspirador. Aprendemos muito, crescemos muito e trazemos experiências que ficarão connosco para o resto da vida — boas e menos boas. Em cinco anos, tivemos oito casas, sendo que seis dessas oito foram nos últimos três anos. A crise imobiliária no Reino Unido revelou-se ainda mais complexa do que aquela que vivemos em Portugal — ou, pelo menos, bastante diferente. Foram anos muito duros nesse sentido. Essa instabilidade acabou por ter um enorme impacto nas nossas vidas — de repente, apercebemo-nos de que estávamos sem casa. No sentido literal e no



sentido metafórico. A casa física, que dá teto, proteção e conforto. E a casa simbólica, que nasce da posse dessa casa física: a pertença, a segurança, o porto de abrigo, a estabilidade, a sanidade mental, o sentido — e tudo o que vem com isso. Percebemos que estávamos a viver de “mochila às costas”, e que não tínhamos casa. Portugal já não era casa, e o sítio que tínhamos escolhido para o ser também não nos permitia chamá-lo assim. Estávamos num limbo. Foi quando nos disseram que iríamos, mais uma vez, perder o nosso teto (íamos a caminho da 9.<sup>a</sup> casa em menos de cinco anos) que percebemos que não dava mais. Precisávamos de estabilidade. Precisávamos de um lar. E foi nesse momento que decidimos voltar para Portugal.

### Felizes com este regresso?

Estamos muito felizes. Encontrámos, finalmente, a nossa casa — e isso tem sido, sem dúvida, o que mais nos tem impactado nos últimos tempos. Estamos perto das nossas famílias, dos nossos amigos. Temos uma rede de apoio e sentimo-nos sortudos por poder contar com ela. Isso era algo que não tínhamos quando estávamos fora de Portugal — e faz toda a diferença.

### Quais são os vossos projetos atuais?

Atualmente estamos ambos envolvidos em diversos projetos dentro da nossa área, o que nos deixa muito felizes. Recentemente, participámos juntos no espetáculo Writ, Corpus, Resist!, de Suresh Nampuri, com a Já International Theatre. Ambos fazemos ainda parte da associação cultural Kind of

Black Box, de Tobias Monteiro, onde estamos a preparar novos projetos para os próximos meses.

### Como conheceram os apoios financeiros do Programa Regressar?

Já tínhamos ouvido falar dos apoios financeiros do Programa Regressar, mas, na verdade, nem sabíamos que éramos elegíveis. Foi uma enorme e feliz surpresa quando descobrimos que nos podíamos candidatar.

### E como correu o processo de candidatura? Foi fácil ou complexo? Tiveram algum apoio?

O processo de candidatura foi, no geral, bastante acessível, e intuitivo, embora com breves momentos de alguma complexidade natural, principalmente na recolha e organização de documentação. Felizmente, tivemos apoio direto da equipa do Programa Regressar, que foi sempre disponível e presente ao longo de todas as etapas. Isso fez toda a diferença e ajudou a tornar o processo mais tranquilo.

### Na vossa opinião, de 1 a 10 (sendo 10 a pontuação máxima), o Programa Regressar deve continuar?

Sem dúvida: 10. O Programa Regressar deve continuar. É uma ajuda muito importante para quem está a regressar e, por isso mesmo, faz toda a diferença. Regressar é um processo complexo — emocional, logístico e profissionalmente — e é ótimo que existam iniciativas que reconhecem essa complexidade e apoiam quem decide voltar.

## Programa Regressar



José Albano  
Diretor Executivo do PCRE



| VIAGEM LUSITANA

# Poetas de Portugal

**Luís Vaz de Camões, Manuel Maria Barbosa du Bocage**

*“Pobres Poetas” & “Príncipes da Poesia” – O Fado da Vida é uma Partitura, que canta da Tristeza à Alegria, é Saudade da Glória lutando contra o Desespero e é Reconhecimento, que o Ser Humano segura a Coragem para resistir e suportar o Enigma do Destino*

*Um Diálogo que nunca se realizou*

*Poetas de Portugal –  
Com Valor Inter-Nacional.  
Em Vida não se encontraram.  
Grandes Obras escreveram.*

*Como seria imaginar –*

*Os Poetas a conversar?*

*Um Diálogo repleto de Sabedoria?*

*Ou de Risos e Galantaria?*

*Um Passeio à beira mar.*

*Caneta Pena – curiosa – no papel a dançar:*



- B: Ó meu Caro Luís Vaz de Camões.  
Com Poesia conquistar Corações?
- C: Meu estimado Poeta de Setúbal.  
Apesar da idade a escrita intemporal.  
Nobre Arte a Poesia.  
Por vezes faz Magia.  
Muitos Corações conquistei.  
Com Palavras Novos Mundos apresentei.  
Caneta Pena no papel a dançar.  
Muitos aplausos a entoar.
- B: Aplausos também gosto de receber.  
Meu Génio ser admirado ver.  
Somos admirados e festejados.  
Até em cima de colunas colocados.
- C: Não seja ingrato com a Nação.  
Reconheça a consideração.
- B: Para a Eternidade – Fim dos sonhos reais.  
Sofro chuva, frio e vendavais.  
Não esquecer as pombas aturar.  
Que não me deixam descansar.
- C: De pedra, ferro ou porcelana –  
Somos o espelho da Alma Lusitana.
- B: Louvados perante Exames bem sucedidos.  
Amaldiçoados quando objetivos falhados.  
Na escola analisados.  
No Teatro apresentados.
- C: Inspiração para novas Gerações.  
Pena e papel criam mais Recordações.  
Como outrora para o Horizonte olhar.  
O que ainda ficou para contar.
- B: Pensando bem – com toda a razão.  
Vou responder do profundo coração:  
A Vida se viveu.  
Pérolas de Poesia ofereceu.  
O que seria o Mundo sem os Lusíadas?
- C: Ó sem um Bocage e seus Poemas?  
Existe um dia para sermos homenageados.  
Que honra sermos recordados.  
Assim continuar a viver.  
Não esquecendo – transmitir nosso Saber.
- B: Pensando bem – O que seria o Mundo sem Poesia?

- C: A Poética Palavra não floria.  
B: Cada Continente com sua Cultura.  
C: Cada País faz sua Leitura.  
B: Orgulhosa da Língua Materna.  
C: Recordar – Com outros Países Amizade Fraterna.  
B: Realmente – meu ilustre Camões,  
Vivemos Alegrias e Ilusões.  
Hoje – ser Figura Cultural.  
Honrado no Dia de Portugal.
- C: Meu caro Bocage,  
Passado com o Presente interage.  
Poeta da Cidade de Setúbal.  
Admirado do Municipal ao Nacional.
- B: País pequeno com grande História.  
Pertencemos à Memória.  
Nossas Vidas severas caminhadas.  
Nossas Obras glorificadas.
- C: Afinal a Vida é um segundo.  
Porém, eterna a Memória do Mundo.
- B: Preciso de admitir –  
Jamais desistir.  
A Vida – nem sempre – uma Rosa.  
Por vezes –  
Menos Poesia e mais Prosa.
- C: Do Mundo muito vimos.  
Relembrar – ainda mais sofremos.
- B: A Liberdade de Expressão.  
Por vezes uma Ilusão.  
Preciosa quando conquistada.  
Precisa de ser resguardada.
- C: É verdade –  
Severa Realidade.  
A Sorte jamais nossa “Companheira”.  
A Vida mais triste “Conselheira”.
- B: Não vale a pena Tristeza.  
Histórico Legado – Literária Riqueza.
- C: O Destino os Caminhos construiu.  
Nossa Sina “Sermos Poetas!” decidiu.

Um Diálogo que jamais se realizou.  
Porém – a Imaginação o poetizou.



Isalita Pereira  
Historiadora  
Poeta



| FALAR PORTUGUÊS

# Qual é a origem do nome do Porto?

A origem dos nomes das terras está, quase sempre, envolta nalgum mistério, que é uma palavra bonita para se usar quando não sabemos alguma coisa. E, de facto, é muito difícil saber por que razão alguém decidiu chamar assim e não assado àquele local e por que razão um nome pega e outro nem por isso... Na terra fértil deste desconhecimento nascem, muitas vezes, as ervas daninhas das teorias estrambólicas.

Quanto ao Porto, tudo indica ter origem na designação latina Portus

Cale. Esta designação deu o nome ao país — e por isso dizemos que o Porto deu o nome a Portugal — e ainda à cidade, que tem um nome que descende da primeira parte do nome latino. Ou seja, o Porto tem um nome que descende da palavra latina «Portus», que significava, entre outras coisas, «porto» (as palavras mudam, mas nem sempre...).

Que «Porto» vem de «portus» não será surpreendente. Já será um pouco mais interessante saber que a palavra latina terá vindo da pa-



lavra proto-indo-europeia «\*pertus» (o asterisco indica que é uma palavra reconstruída através do processo comparativo entre várias línguas, como explicado, por exemplo, aqui). Este «\*pertus» — uma palavra que terá sido usada há uns bons 5000 anos — significaria «passagem» e deu origem ao «portus» latino, ao «fjord» norueguês e ao «firth» do inglês (por exemplo, em «Firth of Forth»). Há mais palavras com esta origem pelas línguas indo-europeias, como, por exemplo, o «pol» persa, que quer dizer «ponte».

Ou seja: quando um iraniano fala duma ponte, usa uma palavra com a mesma origem remota do nome do Porto. As palavras do nosso mundo enredam-se de maneira muito peculiar...

#### O Porto noutras línguas

Andamos de viagem — começámos no artigo que pomos antes do nome, olhámos para a origem do nome e agora avançamos para as viagens que esse nome fez noutras línguas.

Começemos pelo espanhol, onde o artigo se colou ao nome e ficou «Oporto» — um processo comparável ao que fazemos com inúmeras palavras árabes, a começar pelo nosso Algarve, que também junta o artigo à palavra original.

Já em inglês, vemos por vezes o mesmo «Oporto», mas também a

versão mais próxima da portuguesa: «Porto». Uma e outra, claro está, pronunciadas à inglesa.

Estes nomes estrangeiros das cidades designam-se por «exónimos». «Londres» é o exónimo português de «London», tal como «Lisbon» e «Oporto» são exónimos ingleses das nossas duas maiores cidades. Mais uma vez, entramos no campo da arbitrariedade: há cidades com nomes em várias línguas, outras em que tal não acontece. Há, no entanto, uma tendência: dificilmente uma cidade pequena e pouco conhecida terá nomes diferentes noutras línguas.

É quase uma marca de honra que outras línguas dêem nomes diferentes a uma determinada cidade — quer dizer que, em determinada época da História, o nome foi tão usado que os falantes o adaptaram à sua língua...

Olhemos de novo para o nome da cidade em inglês: será «Porto» ou «Oporto». Já o vinho, que em português leva o nome da cidade, em inglês tem um nome ligeiramente diferente: «port wine». A origem do nome é, claramente, o nome da cidade. No entanto, é uma bebida tão importante para a cultura britânica que ganhou um nome comum, em minúsculas.

E, pronto, foi uma pequena viagem a bordo do nome do Porto — que sirva de pequena homenagem a esta cidade que gosto tanto de visitar.



Marco Neves  
Universidade Nova de Lisboa

| FISCAL

# Empresas lusodescendentes

Um país cria riqueza essencialmente de duas formas: pela exploração dos seus recursos naturais e através da atividade económica — e, quase sempre, são as empresas ou os empresários em nome individual os principais geradores dessa mesma riqueza. As empresas são o motor da economia, os centros de decisão, risco e criação de valor. Em Portugal, o foco incide — e com razão — sobre o tecido empresarial nacional. No entanto, há um universo ainda por cartografar e valorizar: o das empresas detidas por portugueses e lusodescendentes no estrangeiro.

Espalhadas pelos cinco continentes, milhares de empresas fundadas por portugueses ou seus descendentes têm contribuído decisivamente para as economias onde se inserem — criam emprego, desenvolvem produtos, geram inovação, formam quadros e pagam impostos. Porém, muitas destas histórias de sucesso enfrentam um desafio silencioso: a sucessão empresarial. A transmissão entre gerações, natural no plano familiar, torna-se complexa no plano empresarial. E quando não há continuidade — familiar ou profissional — a saída tende a ser a alienação a grupos estrangeiros.



Cada vez que uma destas empresas é vendida, Portugal perde uma oportunidade estratégica: a de partilhar dessa riqueza e reatar laços com comunidades que, embora distantes no espaço, continuam próximas na identidade. Não é uma questão de nostalgia — é uma questão de visão económica. Uma empresa que se mantém nas mãos de uma família portuguesa, ainda que radicada no estrangeiro, pode ser um elo ativo entre mercados, culturas e investimentos. É uma ponte viva entre comunidades e uma plataforma para sinergias com a economia portuguesa. O problema da sucessão não se restringe às empresas familiares nacionais. As comunidades portuguesas no estrangeiro enfrentam o mesmo dilema, com agravantes: dinâmicas culturais distintas, desinteresse das novas gerações e, muitas vezes, a ausência

de uma estrutura de apoio adequada. Ignorar esta realidade é desperdiçar uma reserva estratégica de talento, património e influência económica.

Estou convencido de que parte significativa do investimento estrangeiro em Portugal tem origem em comunidades portuguesas espalhadas pelo mundo. Mas pouco se sabe, com rigor, sobre o seu real contributo. É imperativo estudar e mapear estas empresas “externas”: quantas existem, que setores representam, que volumes movimentam, que empregos geram, que inovações exportam, que vínculos mantêm com Portugal. É uma missão de diplomacia económica, de captação de investimento, de inteligência fiscal. Urge, por isso, criar políticas públicas para apoiar a sucessão empresarial nas comunidades portuguesas, estimular o enraizamento institucional com Portugal e facilitar mecanismos de investimento cruzado. Racionalmente, será sempre mais fácil vender Portugal a quem tem nome português do que a um investidor sem raízes. Talvez ainda estejamos por descobrir que o contributo potencial destas empresas supera largamente o impacto do próprio PRR.



Philippe Fernandes  
CEO Cisterdata

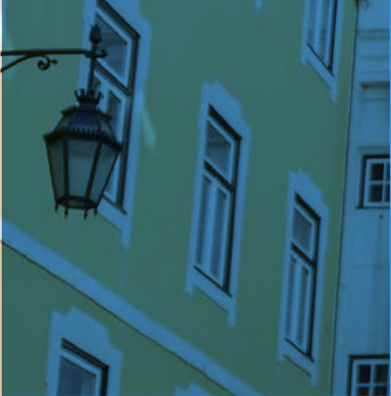




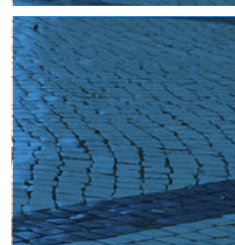
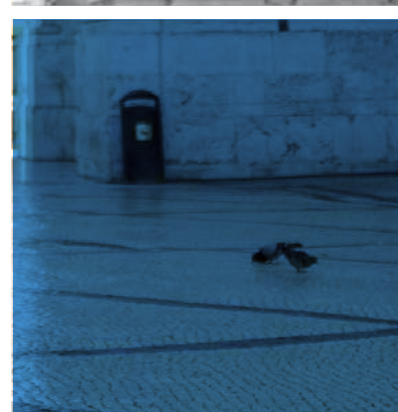
Pronto para tornar sua marca inesquecível?  
A Amostra de Letras tem experiência e criatividade para ajudar a sua marca a causar um impacto duradouro. Deixe-nos ajudá-lo a expandir os seus negócios e a posicionar-se no mercado.

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

amostra  
deletras.pt



# Portugal is a perfect destination



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

Get your  
number  
one agency

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

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