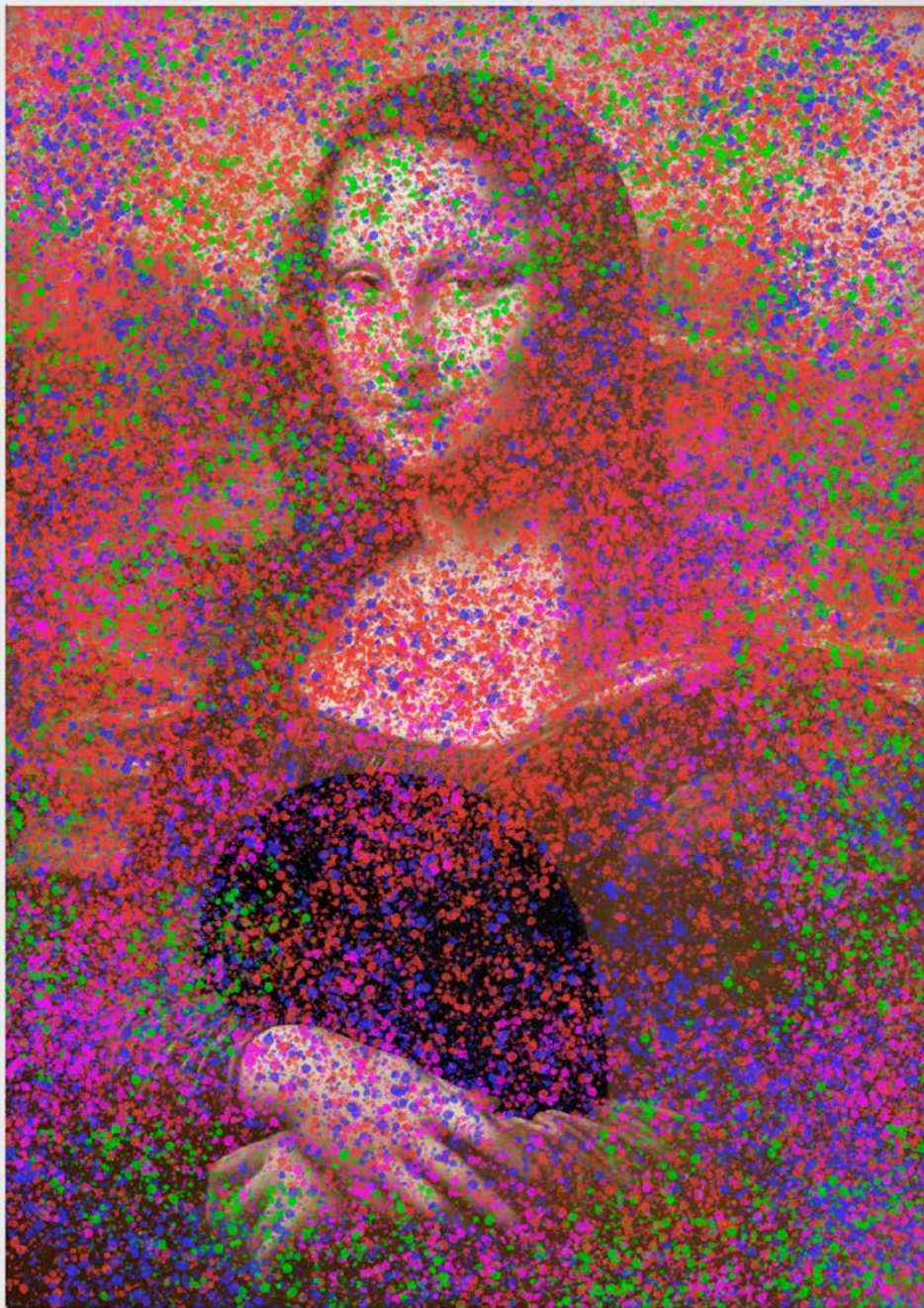


DESCENDÊNCIAS

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.

Proteção dos Direitos Humanos. Por Cláudia Branco, Vice-presidente da AILD AILD 2026. Por Gilda Pereira, Presidente da AILD

p/ 12.

Grande Entrevista

Gonçalo Regalado, Presidente da Comissão Executiva do BPF

p/ 30.

CCP 45 anos ao serviço das Comunidades Portuguesas

Por Flávio Martins, Presidente do Conselho das Comunidades Portuguesas

N E S T A E D I Ç Ã O

p/ 32.

Passagens Bento de Góis e o Reino do Cataio

Por Joaquim Magalhães de Castro, Escritor e Investidor

p/ 38.

Artes & Artistas Lusos

Terry Costa, Diretor artístico da MiratecArts

p/ 58.

Geração Sem Fronteiras, Retratos da nova emigração Ana Rita Santos

Por Lúcia Marques, Diretora Cultural AILD

Obra de capa

Artista Plástico: Manuel Casimiro

Dimensões: 140 x 96

Técnica: Pintura Digital

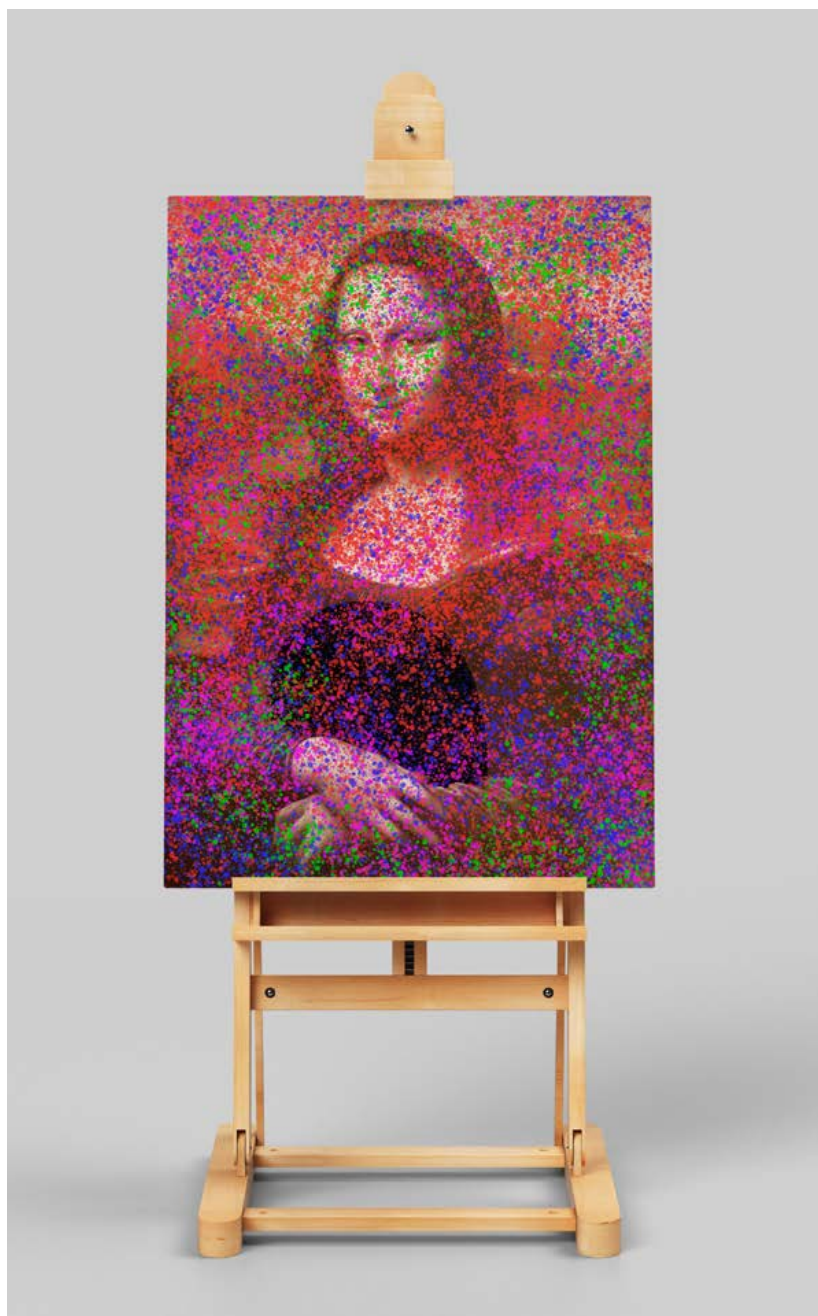
Intervenção Casimiriana na Mona Lisa

Exercício 5 monalisante

Centremos as nossas atenções para uma particularidade da filosofia de Hegel, desenvolvida na sua *Wissenschaft der Logik* (Ciência da Lógica), em que o filósofo tentava explicar os conflitos da história da filosofia entre o não-ser e o ser, numa mediação que os englobaria numa transição a que ele apelidou de *aufhebung*. Esta polissémica palavra contém em si aspectos contraditórios que possibilitam revelar as múltiplas dimensões facetadas da realidade. Por aqui, podemos abordar a monalisa casimiriana como um exercício simbólico de *aufhebung* em três significados distintos.

O último sentido prende-se com a ascensão de significado para um plano de elevação (*höhe ebene*) em que a imagem primordial (Mona Lisa com o ovóide) ao ter sido cancelada na sua originalidade, ou na sua formatação inicial, foi elevada pela metamorfose de um plano ascensional, até a uma configuração inusitada de diferenças. (...)

Rodrigo Magalhães
Historiador de arte



obrasdecapa.pt

F T

Diretora Fátima Magalhães | **Diretora Adjunta** Gilda Pereira | **Editores** António Manuel Monteiro, Carolina Cunha, Diana Correia, Eduarda Oliveira, Joaquim Magalhães de Castro, Isalita Pereira, Lúcia Marques, Madalena Pires de Lima, Mafalda Lourenço, Marco Neves, Maria do Carmo Mendes, Marta Costa, Melissa da Silva, Paula Cristina Veiga, Paulo Dinis, Philippe Fernandes, Rodrigo Magalhães, Sarah Luz, Sara Nogueira, Vera Diniz, Vítor Afonso | **Revisão** Daniela Sousa | **Design Gráfico** Amostra de Letras | **Estatuto editorial** <https://descendencias.pt/estatuto-editorial/> | **Editor e Proprietário** Amostra de Letras Unipessoal Lda, NIF 515975591 | **Administração** Fátima Magalhães - 100% capital | **Periodicidade** Mensal | **Contactos** E: info@descendencias.pt W: descendencias.pt T: 309 921 350 | **Publicidade** E: publicidade@descendencias.pt | **Anúncios** A Amostra de Letras Lda, não é responsável

pelo conteúdo dos anúncios nem pela exatidão das características e propriedades dos produtos e/ ou bens anunciados. A respetiva veracidade e conformidade com a realidade são da integral e exclusiva responsabilidade dos anunciantes e agências ou empresas publicitárias | **Direitos** Em virtude do disposto no artigo 68º n.º2, i) e j), artigo 75º n.º2, m) do Código do Direito de Autor e dos Direitos Conexos artigos 10º e 10º Bis da Conv. de Berna, são expressamente proibidas a reprodução, a distribuição, a comunicação pública ou colocação à disposição, da totalidade ou parte dos conteúdos desta publicação, com fins comerciais diretos ou indiretos, em qualquer suporte e por qualquer meio técnico, sem a autorização da Amostra de Letras Lda | **Sede Editor/Redação** Rua dos Almocreves, 44 4455-029 Lavra - Matosinhos | **Registo ERC** 127522 | **Edição** 65, maio 2026 - GRATUITA.

Editorial

Caros Leitores

Maio, mês de flores e de renovação, convida-nos a refletir sobre as múltiplas conexões que nos definem e nos impulsionam. Convidamo-lo a explorar as pontes que ligam o passado ao presente, o local ao global, e a descobrir como a nossa herança molda o nosso caminho. A nossa Obra de Capa “Exercício 5 monalisante”, traz-nos a visão disruptiva de Manuel Casimiro. Esta reinvenção da tradição serve de mote para toda a revista: a arte como lugar onde o passado e o futuro se tocam. Abrimos com um tema que é, simultaneamente, universal e urgente: a proteção dos direitos humanos. Da esfera global passamos ao universo associativo, onde a presidente da AILD descreve uma visão clara: transformar os lusodescendentes numa rede estratégica para Portugal — cultural, económica e social. No espaço empresarial, destacamos a entrevista à JP – Contabilidade, empresa associada da AILD. Jéssica Pinho mostra como a contabilidade, quando feita com rigor e proximidade, torna-se uma ferramenta de crescimento e não apenas uma obrigação fiscal. A Grande Entrevista deste mês leva-nos ao centro da política económica nacional. Gonçalo Regalado, Presidente da Comissão Executiva do Banco Português de Fomento, descreve um banco em transformação acelerada — mais ágil, mais próximo das empresas e com ambição de mobilizar 30 mil milhões de euros até 2028. Uma conversa que revela visão estratégica, sentido de missão e impacto real no tecido empresarial. Esta visão de futuro complementa-se com a celebração dos 45 anos do Conselho das Comunidades Portuguesas. A nos-

sa jornada pela história leva-nos às fascinantes Passagens de Bento de Góis e o Reino do Cataio, onde Joaquim Magalhães de Castro nos transporta para uma aventura de descoberta e exploração, revelando a persistência portuguesa em desvendar o mundo. Esta busca por novas fronteiras encontra eco na arte e cultura, com Terry Costa, Diretor Artístico da MiratecArts, mostra como a criatividade pode unir geografias e identidades. Analisamos os desafios da transição energética e o preço da energia. Para os mais novos, o Luso-Criança recorda que “Abril fica-nos bem”, incentivando a descoberta dos valores da liberdade. António Manuel Monteiro transporta-nos para o ritual do “chorincar do porco” e exploramos a nutrição como o pilar invisível da preservação do bem-estar e da longevidade, esta última esquecida pela economia portuguesa. Trazemos o testemunho da nova emigração qualificada, na primeira pessoa da economista Ana Rita Santos. Deixamo-nos guiar “Pela Lente” do premiado fotógrafo Edgar Martins, e porque a identidade também se expressa através da música, Isalita Pereira desvenda o Fado - Alma da Identidade Portuguesa, um género que transcende fronteiras e emociona gerações. Viajamos pela evolução da nossa língua com Marco Neves, que nos explica que língua falava, afinal, D. Afonso Henriques e fechamos com o alerta para a importância de uma gestão fiscal proativa, para evitar graves problemas a montante. Esta edição de maio é, acima de tudo, um convite a celebrar o que nos une e o que nos faz crescer. Boas leituras.



Fátima Magalhães
Diretora

EM DESTAQUE

Proteção dos Direitos Humanos

Âmbito Universal: O Papel da ONU

A proteção dos direitos humanos, um avanço civilizacional, transita da soberania estatal para a dignidade humana. A ONU, fundada em 1945 após a Segunda Guerra Mundial, catalisou essa mudança. A Carta da ONU e a Declaração Universal dos Direitos Humanos (DUDH) de 1948 estabeleceram os direitos humanos como pilar da paz global, tornando a DUDH a base moral e jurídica do direito internacional dos direitos humanos, afirmando a sua universalidade e indivisibilidade.

O sistema normativo da ONU expandiu-se com a Carta Internacional dos Direitos Humanos, incluindo o Pacto Internacional sobre os Direitos Civis e Políticos (PIDCP) e o Pacto Internacional sobre os Direitos Económicos, Sociais e Culturais (PIDESC) de 1966, além de convenções temáticas (mulheres, crianças, pessoas com deficiência). Esse arcabouço jurídico impõe obrigações aos Estados-membros, exigindo a adaptação das suas legislações e políticas aos padrões internacionais.

Para monitorar o cumprimento, a ONU desenvolveu mecanismos. Os mecanismos convencionais são Órgãos de Tratados (Treaty Bodies), comités de peritos independentes que supervisionam tratados específicos, analisando relatórios e, por vezes, comunicações individuais. Os mecanismos não-convencionais, baseados na Carta da ONU, aplicam-se a todos os Estados. O Conselho de Direitos Humanos (CDH), criado em 2006, é o órgão central, com a Revisão Periódica

Universal (RPU) examinando a situação em todos os países. Os Procedimentos Especiais (relatores e peritos independentes) investigam temas ou situações, e o Alto Comissariado das Nações Unidas para os Direitos Humanos (ACNUDH) atua como secretariado e voz moral.

Um avanço crucial foi a proteção de grupos vulneráveis (mulheres, crianças, povos indígenas, pessoas com deficiência) através de convenções específicas, visando combater discriminações históricas e estruturais. A intersectorialidade é chave, reconhecendo que múltiplas opressões exigem abordagens diferenciadas.

Contudo, o sistema enfrenta desafios contemporâneos: politização do CDH, tensão entre soberania e intervenção humanitária (R2P), e novas questões como direitos digitais e crise climática. O retrocesso global em direitos humanos e as dificuldades financeiras da ONU exigem compromisso renovado dos Estados.

A ONU, apesar das críticas, permanece o fórum essencial para a luta global pela dignidade humana, necessitando de reformas e fortalecimento contínuos para que justiça e liberdade prevaleçam no século XXI.

Este compromisso global é crucial para a paz e segurança internacionais, guiando as futuras gerações na busca por um mundo mais justo.



Cláudia Branco
Diretora Geral Área Jurídica AILD

| A I L D

AILD 2026

Ligar Portugal ao mundo através dos lusodescendentes

Num mundo cada vez mais global, a identidade e a ligação às origens ganham um novo valor estratégico. É neste contexto que a Associação Internacional dos Lusodescendentes (AILD) apresenta o seu Plano de Atividades para 2026: um programa ambicioso que pretende transformar a diáspora portuguesa numa força ativa de desenvolvimento cultural, social e económico.

A base da estratégia é clara: aproximar os lusodescendentes de Portugal. Não apenas através da memória ou da nostalgia, mas criando oportunidades concretas de conexão — seja na cultura, na educação ou nos negócios. O destaque vai para o projeto “Lusodescendências – Encontro Mundial”, que pretende reunir talentos dos lusodescendentes espalhados pelo mundo, reconhecer mérito e incentivar contributos reais para o nosso país.

A língua portuguesa surge como um pilar central. Iniciativas como a academia de formação, concursos literários e clubes de leitura mostram uma aposta consistente na valorização do português como ferramenta cultural e profissional. Mais do que preservar a língua, o objetivo é torná-la um ativo competitivo num contexto global.

A cultura assume também um papel forte, com exposições, projetos artísticos, produção de conteúdos e eventos que

promovem a diversidade das comunidades lusófonas. Estes projetos não só reforçam a identidade, como criam pontes entre diferentes gerações e geografias.

No plano económico, a AILD posiciona-se como facilitadora de relações empresariais dentro do universo lusófono. Eventos de networking e iniciativas como o “Portugal Connecta” visam gerar oportunidades concretas de negócio e internacionalização, aproveitando o potencial de uma comunidade global com forte ligação emocional e cultural a Portugal.

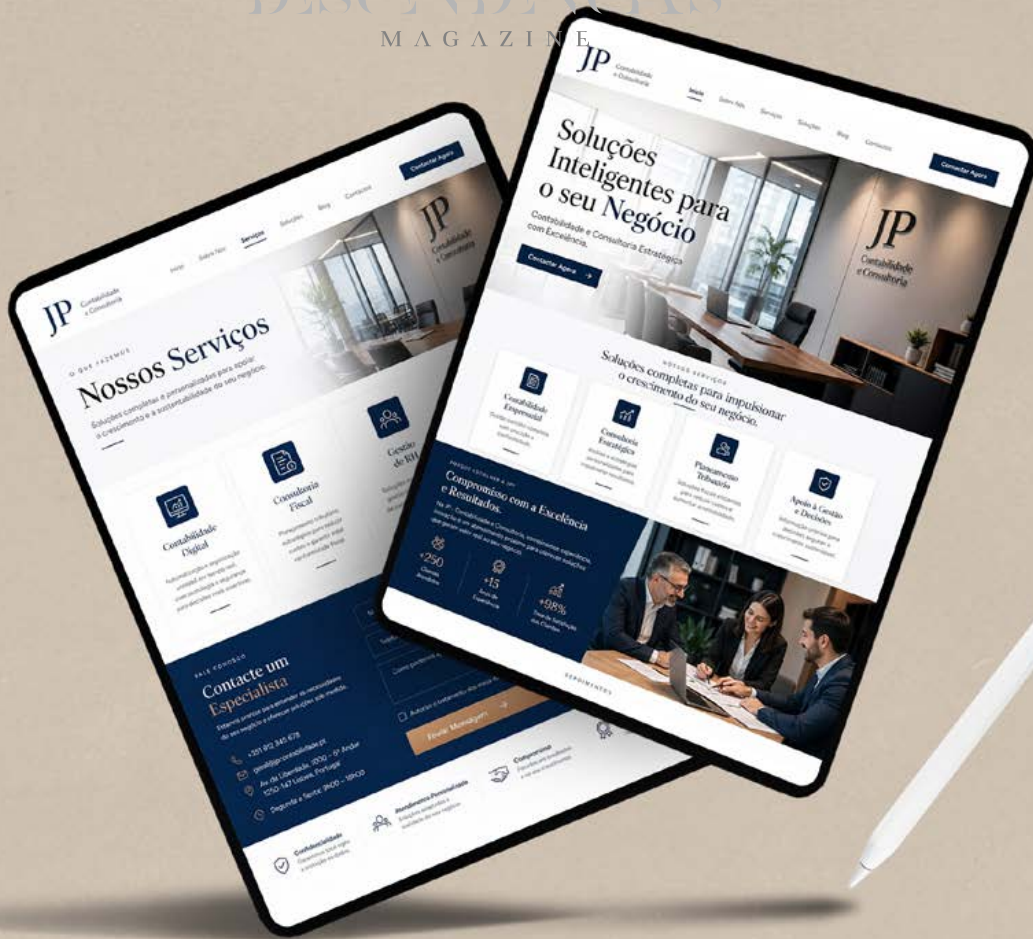
Há ainda uma dimensão social relevante, com projetos que apoiam comunidades, promovem inclusão e reforçam o papel das associações portuguesas no estrangeiro. A mensagem é simples: a diáspora portuguesa não é apenas passado — é presente e, sobretudo, deve ser futuro!

O Plano 2026 da AILD apresenta bastantes desafios. É extenso, exige execução consistente e capacidade de mobilização real. Mas a visão é clara e pragmática: transformar a rede global de lusodescendentes num ativo estratégico para Portugal.

No fundo, trata-se de deixar de ver os portugueses no mundo como uma dispersão e passar a encará-los como uma rede e um dos maiores ativos do nosso país.



Gilda Pereira
Vice-presidente



EMPRESA ASSOCIADA

JP – Contabilidade

Quando nasceu a sua paixão pelos números e o que a levou a escolher a área da Contabilidade?

A minha ligação aos números surgiu de forma natural, muito associada à lógica, à organização e à capacidade de análise. No entanto, ao longo do tempo fui percebendo que a contabilidade vai muito além dos números é uma ferramenta essencial de gestão e de tomada de decisão. O ponto de viragem aconteceu quando comecei a acompanhar empresas de forma mais próxima e percebi o impacto real que um bom enquadramento contabilístico e fiscal pode ter no sucesso de um negócio. Foi nesse momento que esta área passou a ter um propósito claro para mim. À primeira vista, a contabilidade pode parecer apenas relatórios, obrigações e prazos. Mas quem vive esta profissão sabe que é muito mais do que isso. Por trás de cada balanço existe a história de uma empresa em crescimento, refletindo o percurso de um empresário que ar-

risca. Paralelamente, enquanto mulher jovem a iniciar o meu percurso nesta área, tive desde cedo a perceção de que a credibilidade nem sempre é imediata. Longe de ser um obstáculo, esse fator tornou-se uma motivação adicional, exigindo de mim um nível de rigor, consistência e exigência ainda mais elevado. Hoje, considero que foi precisamente essa exigência que ajudou a moldar o meu percurso e a forma como encaro esta profissão.

Quais são os principais serviços prestados pela JP – Contabilidade e Consultoria?

Na JP – Contabilidade e Consultoria posicionamo-nos como um parceiro estratégico para os nossos clientes, e não apenas como um prestador de serviços. Prestamos serviços de contabilidade geral e analítica, fiscalidade e planeamento tributário, processamento salarial e cumprimento de obrigações



Jéssica Pinho, Diretora Executiva da JP - Contabilidade e Consultoria

legais. Damos também um forte enfoque ao apoio à gestão, através de análise de indicadores e relatórios personalizados que permitem uma tomada de decisão mais informada. Apoiamos ainda processos de abertura de atividade e constituição de sociedades, garantindo um enquadramento sólido desde o início. Complementamos a nossa atuação com parcerias estratégicas, nomeadamente ao nível de incentivos públicos e desenvolvimento empresarial, permitindo oferecer soluções integradas.

Como funciona o processo de onboarding de um novo cliente (documentação, prazos, comunicação)?

O processo de onboarding é estruturado de forma rigorosa, pois consideramos que é uma fase determinante para o sucesso da relação com o cliente. Iniciamos com uma reunião de diagnóstico, onde analisamos a realidade do cliente — en-

quadramento fiscal, atividade e objetivos. Segue-se a recolha e validação da documentação necessária. Após esta fase, procedemos à integração nos nossos sistemas e definimos um plano de trabalho claro, com prazos e responsabilidades bem definidos. A comunicação é contínua e transparente, garantindo que o cliente está sempre informado e alinhado com o processo.

Que ferramentas digitais ou plataformas utilizam para garantir maior eficiência, transparência e rapidez no serviço?

A digitalização é um dos pilares do nosso modelo de trabalho. Utilizamos software de gestão contabilística certificado, como o TOOnline, e trabalhamos diariamente com plataformas oficiais como o Portal das Finanças e a Segurança Social Direta. Recorremos também a sistemas de partilha documental que permitem rapidez e segurança na troca de



informação. O objetivo é garantir eficiência operacional, minimizar erros e proporcionar ao cliente acesso rápido e claro à sua informação.

Quais são hoje os maiores desafios que as pequenas e médias empresas enfrentam na área fiscal e contabilística — e como o vosso gabinete as ajuda a ultrapassá-los?

Os principais desafios passam pela constante alteração da legislação, pela complexidade fiscal e, muitas vezes, pela falta de planeamento financeiro. É ainda comum que a contabilidade seja vista apenas como uma obrigação, quando na realidade pode ser uma ferramenta estratégica fundamental para o crescimento do negócio. O nosso papel passa por ajudar os clientes a mudar essa perspetiva, através de planeamento fiscal, acompanhamento contínuo e análise de indicadores relevantes.

A relação com o cliente é cada vez mais estratégica. Que tipo de acompanhamento personalizado oferecem e o que distingue o vosso método de trabalho?

O nosso acompanhamento é contínuo, próximo e orientado para a tomada de decisão. Não nos limitamos ao cumprimen-

to de obrigações fiscais. Procuramos compreender o negócio do cliente e acompanhar a sua evolução, fornecendo informação útil e apoio estratégico. Acreditamos que a proximidade, a disponibilidade e o rigor técnico são fundamentais para construir relações de confiança duradouras.

Pode citar um caso (sem dados sigilosos) em que a contabilidade trouxe resultado claro para um cliente (ex.: redução de custos, recuperação de créditos, regularização)?

Tivemos um caso de um cliente com alguma desorganização ao nível contabilístico e fiscal, o que estava a gerar custos desnecessários e falta de controlo financeiro. Após uma análise detalhada, procedemos à reorganização da contabilidade e ao ajustamento do enquadramento fiscal, implementando também um maior controlo interno. O resultado foi uma redução da carga fiscal dentro da legalidade e uma melhoria significativa na gestão do negócio, com maior previsibilidade e segurança na tomada de decisão.

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 agora que fazem parte da associação?



Vejo esta integração como uma oportunidade relevante de crescimento e de partilha. A criação de redes de colaboração é cada vez mais importante num contexto empresarial global, permitindo a troca de conhecimento, a criação de sinergias e o desenvolvimento de novas oportunidades.

Quais são os planos de crescimento e inovação para os próximos anos?

Os nossos planos passam por consolidar a posição da JP – Contabilidade e Consultoria como um parceiro estratégico de referência, através da aposta contínua na qualidade, inovação e proximidade ao cliente. Pretendemos reforçar a digitalização, otimizar processos e desenvolver ferramentas que nos

permitam acompanhar ainda melhor os nossos clientes, não apenas ao nível contabilístico, mas também estratégico. Mas há também um lado que não se mede apenas em indicadores. Ser contabilista é estar ao lado nos momentos que definem um negócio na decisão, na dúvida e na conquista transformando números em clareza, informação em estratégia e responsabilidade em confiança. E talvez seja por isso que esta profissão nunca será apenas técnica. A nível pessoal, existe também um objetivo claro: continuar a afirmar um percurso que prova que é possível construir credibilidade, mesmo quando ela não é inicialmente concedida. Hoje, sinto que essa confiança está a ser conquistada cliente a cliente, decisão a decisão. E o caminho continua. Com ambição, com consistência e com a certeza de que ainda há muito por construir.



Vera Diniz

Diretora Geral AILD - Negócios & Empresas

GRANDE ENTREVISTA

GONÇALO REGALADO

PRESIDENTE DA COMISSÃO
EXECUTIVA DO BPF

O Banco Português de Fomento, sob a liderança de Gonçalo Regalado, atravessa uma fase de profunda transformação, marcada por uma agenda de aceleração, simplificação e ambição estratégica. Num contexto de elevada volatilidade internacional, o banco público reposiciona-se como peça central no financiamento da economia portuguesa, assumindo um papel cada vez mais ativo junto das empresas, da banca comercial e das instituições europeias. Entre a execução do PRR, a mobilização de milhares de milhões de euros em garantias e capital, e a aposta em áreas como habitação, exportações, sustentabilidade e inovação, o Banco de Fomento procura afirmar-se como o principal instrumento de política económica do Estado para o tecido empresarial. Nesta entrevista à Descendências Magazine, o presidente da instituição detalha a estratégia em curso e o legado que pretende deixar até 2028 – um banco mais ágil, mais próximo das empresas e com maior capacidade de impacto na economia.



© Tiago Araújo

Após uma longa e bem-sucedida carreira no Millennium BCP, o que motivou a aceitar o desafio de liderar o Banco Português de Fomento, passando da banca comercial para o braço financeiro do Estado?

Ser Presidente do Banco Soberano de Portugal é assumir uma responsabilidade que traduz, em si mesma, a missão de um país inteiro. O meu percurso - iniciado no Millennium BCP, passando depois pela Comissão Europeia e, mais tarde, pelo Governo - deu-me, essencialmente, a base de competências necessária para desempenhar funções bancárias com uma dimensão pública, assente numa responsabilidade soberana. É precisamente essa experiência que hoje coloco ao serviço do Banco Português de Fomento, com o objetivo de apoiar empresas e empresários. Esse foi, desde o início, o nosso desígnio e continua a ser o que orienta o nosso tra-

balho diário: utilizar o melhor da capacidade de gestão e da esfera pública do Estado para servir o tecido empresarial. Ao longo da minha vida, estive sempre ligado à banca ao serviço das empresas, nomeadamente no maior banco privado em Portugal.

A decisão de assumir a presidência do Banco Soberano de Portugal surge da convicção de que existem oportunidades relevantes para empresários e empresas em várias dimensões - desde garantias, instrumentos de capitalização e investimento direto, até fundos imobiliários e crédito para projetos estruturantes, geralmente de longo prazo e com montantes superiores a 100 milhões de euros.

Existe, portanto, uma missão clara a cumprir: colocar o melhor das nossas capacidades ao serviço do país. Foi essa convicção que me levou a aceitar este desafio e a assumir a Presidência do Banco Soberano de Portugal.





Sendo filho e neto de empresários, de que forma essa proximidade à realidade das empresas molda a sua forma de gerir o Banco Português de Fomento e a sua compreensão da dificuldade do tecido empresarial português?

É a forma mais simples e prática de perceber que é fundamental nascer, crescer e viver no contexto empresarial para compreender verdadeiramente a função que desempenhamos aqui.

O trabalho do Banco Português de Fomento passa por identificar e disponibilizar os melhores mecanismos que permitam aos empresários investir, crescer e criar valor, tanto no contexto nacional como no plano internacional. Nesse sentido, quem nasce e é criado num ambiente empresarial tem uma vantagem natural: não precisa de recorrer a grandes estudos de mercado ou a uma formação exclusivamente académica para compreender o que é ser empresário - porque essa realidade faz parte da sua vivência. Eu nasci empresário.

A minha família conta já com três gerações ligadas ao mundo empresarial: o meu avô foi empresário, os meus pais são empresários, tal como os meus irmãos, tios e primos. Por isso, quando olho para a função de Presidente do Banco Soberano de Portugal - o banco das empresas e dos empresários - torna-se evidente que o meu percurso reúne três dimensões essenciais: a vivência empresarial de origem, a experiência na banca privada e o exercício de funções públicas, quer na Comissão Europeia, quer no Governo. Esta conjugação permite-me assumir esta responsabilidade com uma visão integrada e orientada para resultados ao serviço da nossa comunidade, da nossa sociedade e do país. É esse o compromisso que assumo diariamente, a par das nossas equipas, profundamente dedicadas a concretizar um objetivo claro: fazer do Banco Português de Fomento o melhor banco soberano da Europa.

O novo Plano Estratégico de 2026-2031 tem o nome ambicioso de “Pulsar Portugal”. Quais são os pilares fundamentais deste plano e como pretende atingir o impacto anunciado de 30 mil milhões de euros na economia?

O nome Pulsar surgiu de um processo criativo que desenvolvemos com um grande autor português, o Pedro Abrunhosa. Quando chegámos ao Banco Português de Fomento, lançámos-lhe o desafio de nos

ajudar a pensar como fazer aqui algo que nunca tivesse sido feito. A partir daí, criou connosco uma coletânea em vinil, à qual deu o nome Pulsar. Identificámo-nos de imediato com essa proposta - pela criatividade, pela força da mensagem e também pela própria personalidade do Pedro Abrunhosa: uma voz marcante do Norte, empreendedora, interventiva e positiva. Esse vinil acabou por inspirar-nos, e decidimos adotar o conceito Pulsar como base para o desenho do nosso Plano Estratégico 2026-2031.

Olhamos para os 30 mil milhões de euros que projetamos mobilizar - um valor altamente relevante, equivalente a mais de 10% do PIB nacional - com uma visão positiva e prospetiva. O Banco está a expandir-se de forma significativa nas áreas centrais da economia portuguesa. Quando iniciámos funções, tratava-se de uma instituição com uma intervenção anual na ordem dos 500 milhões de euros. Já no primeiro ano do mandato, conseguimos gerar um impacto de 6.500 milhões de euros na economia, o que corresponde a cerca de 2,2% do PIB em 2025.

Em articulação com o Conselho Estratégico e o Conselho de Administração, desenhamos um programa ambicioso, orientado para a transformação da economia portuguesa. Esse programa assenta em várias frentes. Desde logo, um pilar muito relevante de garantias - europeias e nacionais - que permitem às empresas aceder a financiamento em condições mais favoráveis, muitas vezes a metade do custo e com o dobro da capacidade.

Temos também uma aposta forte na área do capital: atualmente, o Banco e a Portugal Ventures gerem cerca de 2 mil milhões de euros em instrumentos de capital, posicionando-nos como o maior operador nacional neste domínio. No plano internacional, reforçámos a nossa presença com a integração da SOFID, assumindo um papel determinante no financiamento de empresas portuguesas no exterior - algo particularmente relevante para a nossa diáspora.

Adicionalmente, contamos com um braço na Agência de Crédito à Exportação, através do sistema de seguros de crédito, que permite às empresas portuguesas chegar a mais mercados e geografias. E, por fim, dispomos de um pilar importante de fundos de investimento imobiliário, que nos permite mobilizar recursos em áreas como a habitação, a indústria, a agricultura e o turismo.

Com estas cinco grandes áreas de intervenção - garantias, crédito, capital, seguros de crédito e fundos imobiliários - estruturámos um plano detalhado,



© Tiago Araújo

com execução mês a mês, que visa mobilizar 30 mil milhões de euros entre 2026 e 2028 para investimento direto na economia portuguesa. É um objetivo ambicioso, mas estamos convictos de que o vamos concretizar.

Procedeu-se, anteriormente, à necessidade de transformar o que alguns chamavam de Banco do Tormento num verdadeiro Banco de Fomento. Passado mais de um ano de mandato, que passos concretos já foram dados para desburocratizar e agilizar a resposta do Banco às empresas?

Ao fim de 16 meses de mandato, acreditamos que a fase a que muitos chamavam “Banco do Tormento” ficou definitivamente para trás. Hoje, temos um Banco de Fomento verdadeiramente ao serviço das empresas e da economia portuguesa. Prova disso é o impacto gerado neste período: mais de 8 mil milhões de euros já mobilizados para a economia, sendo 6.500 milhões em 2025 e mais de 1.600 milhões apenas no primeiro trimestre de 2026.

Esta transformação resulta de mudanças concretas e estruturais. Em primeiro lugar, simplificámos processos: deixámos de exigir 27 documentos por candidatura – dos quais 22 já estavam na posse do Estado – e passámos a pedir apenas

cinco. Em segundo lugar, reduzimos drasticamente os prazos: uma operação de crédito que demorava, em média, 49 dias a ser aprovada passou a ser decidida em menos de 10 dias, havendo mesmo modelos pré-aprovados que permitem decisões em dois dias e contratação em cinco. O Banco ganhou, assim, uma agilidade que alterou profundamente a sua forma de atuar. Mas a mudança foi mais do que operacional – foi também estratégica. O Banco deixou de ser uma instituição de retaguarda, dependente da iniciativa da banca comercial, para passar a atuar de forma direta junto dos empresários. Hoje, falamos diretamente com as empresas e emitimos cerca de 150 mil garantias por trimestre, num universo de mais de 42 mil milhões de euros ativos. Estas garantias são atribuídas diretamente aos empresários, que as recebem por canais simples – como e-mail, SMS ou outras plataformas – e podem utilizá-las junto de qualquer banco comercial para aceder a financiamento. Deixámos, portanto, de ser um banco à espera da economia para nos tornarmos um banco próximo, presente e ativo no terreno. Essa proximidade traduziu-se, só em 2025, em mais de 18.500 operações de crédito e no apoio a mais de 16.200 empresas. O passado ficou para trás. Hoje, somos um banco orientado para o futuro – um instrumento de fomento que atua no pre-



© Tiago Araújo

sente, com uma abordagem mais dinâmica, proativa e reconhecida pelos próprios empresários.

O Banco de Fomento estabeleceu a meta de atingir 6 mil milhões de euros em garantia até o final do ano de 2025. Qual é o balanço actual desta meta e como está a ser a recepção das empresas a estes milhões?

Em 2025, mobilizámos 6.500 milhões de euros em instrumentos de financiamento ao investimento, abrangendo todas as áreas de atuação do Banco Português de Fomento.

Para se ter uma referência clara, este valor representa um aumento de 13 vezes face a 2024. Na prática, em 2025 passámos a fazer, por mês, aquilo que anteriormente era feito ao longo de um ano inteiro - considerando 2021, 2022, 2023 e 2024. Este crescimento foi possível graças a uma forte simplificação dos processos internos e ao reforço da parceria com a banca comercial, que nos permitiu estar mais próximos do terreno e das necessidades das empresas. Hoje, com base em inquéritos regulares junto dos empresários - nomeadamente através do indicador NPS (Net Promoter Score) - sabemos que o nível de satisfação com o Banco se aproxima dos 90%. Este é um sinal claro de que estamos efetivamente ao ser-

viço das empresas. Os empresários reconhecem o valor das soluções disponibilizadas, em particular das garantias, que lhes permitem aceder ao dobro do crédito a metade do custo, sempre com o apoio da banca comercial, que continua a ser uma parceira essencial na implementação destes instrumentos. A par disso, existe uma articulação muito estreita entre o Banco Português de Fomento e as Sociedades de Garantia Mútua, o que nos permite dispor de uma rede própria, com forte proximidade e capacidade de resposta, orientada para servir de forma eficaz as empresas e os empresários em todo o país.

Com o Plano de Recuperação e Resiliência a entrar na fase crucial de execução, como é que o Banco de Fomento está a garantir que os fundos cheguem efetivamente à economia real e não ficam retidos em processos administrativos?

Quando iniciámos funções, o Banco Português de Fomento tinha pouco mais de 350 milhões de euros executados no âmbito dos instrumentos de capitalização do PRR. Hoje, lidera a mobilização de mais de 2.300 milhões de euros desses mesmos instrumentos e tem como objetivo alcançar uma execução de 100%.



© Tiago Araújo

Assim, ao longo de 2025 e 2026, será possível gerar um impacto superior a 1.000 milhões de euros por ano na economia portuguesa através destes instrumentos. Este resultado decorre de uma mudança de abordagem: o Banco deixou de estar numa posição passiva e passou a atuar lado a lado com as empresas, também na dimensão do capital. Dos 350 milhões inicialmente executados, passámos para cerca de 920 milhões já concretizados.

A este crescimento junta-se uma decisão estratégica do Governo de Portugal, que confiou ao Banco Português de Fomento a gestão da componente de subvenções destinadas às empresas, nas áreas da inovação e da competitividade. Nesse

contexto, foi criado o IFIC - Instrumento Financeiro para a Inovação e Competitividade - que evoluiu de uma dotação inicial de cerca de 315 milhões de euros para mais de 1.200 milhões de euros.

Atualmente, o Banco gere, por um lado, cerca de 920 milhões de euros em instrumentos de capital, no âmbito do Fundo de Capitalização e Resiliência, já totalmente executado, e, por outro, mais de 1.200 milhões de euros em subvenções a fundo perdido destinadas ao investimento empresarial. Estes apoios abrangem áreas estratégicas como a inteligência artificial, a defesa, a reindustrialização, a agricultura, bem como projetos nas Regiões Autónomas dos Açores e da Madeira, e



© Tiago Araújo

ainda intervenções em territórios afetados por calamidades recentes, além do reforço da base industrial do país.

No conjunto destas duas vertentes, o Banco passa a gerir mais de 10% da dotação total do PRR. Tendo partido de um ponto inicial de 350 milhões de euros executados, este percurso demonstra que é possível alcançar níveis elevados de desempenho. A ambição é clara: garantir uma execução total destes fundos até ao final de 2026 - um objetivo que estamos confiantes de concretizar.

Recentemente, o Banco Português de Fomento anunciou um reforço das linhas de apoio à reconstrução para 3.000 milhões de euros devido às intempéries. Qual é a celeridade que o Banco consegue imprimir nestes apoios de emergência?

Neste momento, temos mais de 1.700 milhões de euros em pedidos apresentados por empresários. Desses, já aprovámos mais de 1.600 milhões de euros, cerca de 1.500 milhões estão em fase de contratação e mais de 900 milhões já foram efetivamente disponibilizados às empresas.

Se olharmos não apenas para os montantes, mas também

para o número de empresas, o Banco recebeu mais de 9.000 candidaturas, aprovou mais de 8.000 e tem atualmente cerca de 5.000 já contratadas. Existem, assim, cerca de 3.000 candidaturas em processo de contratação, numa articulação entre os empresários e os parceiros da banca comercial. A nossa expectativa é atingir cerca de 2.000 milhões de euros nas linhas internas do Banco Português de Fomento - destinadas à reconstrução, tanto ao nível da tesouraria como do investimento - e apoiar aproximadamente 10.000 empresas já nos meses de abril e maio.

Isto significa que, num período de pouco mais de 12 semanas, conseguiremos dar resposta a um número muito significativo de empresas afetadas por este temporal e por esta situação de grande impacto. Se 2025 foi o ano da mudança, definimos 2026 como o ano da consistência e, simultaneamente, da reconstrução. E estamos convictos de que a resposta dada foi altamente eficaz. Em pouco mais de uma semana, conseguimos estruturar todo o processo, o modelo e os instrumentos necessários, e em apenas nove dias o portal já estava operacional para receber candidaturas. Se o processo fosse complexo ou pouco claro, não teríamos alcançado números como



© Tiago Araújo

9.000 candidaturas submetidas, 8.000 aprovadas, milhares já em contratação e 5.000 com financiamento disponível.

O próximo passo passa por reforçar estas linhas, em parceria com o Banco Europeu de Investimento, com mais 1.000 milhões de euros. No total, falamos de um pacote de 3.000 milhões de euros - 2.000 milhões do Banco Português de Fomento e 1.000 milhões provenientes do Banco Europeu de Investimento, também geridos por nós. Este reforço permitirá criar novas linhas direcionadas, em particular, para instituições públicas, infraestruturas e também para pequenas e médias empresas que necessitem de financiamento com maturidades mais longas, que podem ir até aos 12 anos.

A nossa ambição é que estas novas linhas estejam disponíveis entre maio e junho, constituindo uma segunda fase de apoio à economia. Sabemos que há sempre margem para melhorar, mas também temos a certeza de que o Banco deu uma res-

posta rápida, eficaz e alinhada com as necessidades do país - conseguindo, em poucos dias, operacionalizar um sistema que hoje está a aprovar, contratar e financiar milhares de candidaturas, contribuindo ativamente para a reconstrução e apoio às empresas e às comunidades.

O fomento das exportações é vital para Portugal. Que novas soluções de export credit estão a ser preparadas para ajudar as empresas portuguesas a competirem em mercados globais mais complexos?

O Banco Português de Fomento assume uma nova responsabilidade na área das exportações, passando, a partir de 1 de julho de 2026, a desempenhar também o papel de Agência de Crédito à Exportação. Em articulação com os parceiros do setor segurador e dos seguros de crédito, passaremos a emitir



© Tiago Araújo

garantias de suporte a esses instrumentos, permitindo que as exportações fluam com maior dinamismo e impacto. O nosso objetivo é claro: simplificar a vida dos exportadores portugueses, facilitar o acesso a novos mercados e geografias e potenciar a criação de maior valor.

Paralelamente, desempenhamos também um papel muito relevante no financiamento do investimento português no estrangeiro. Atualmente, somos responsáveis pela gestão da SOFID, a nossa Development Finance Institution (DFI), o que nos confere a responsabilidade de apoiar empresas portuguesas que pretendem investir no chamado Sul Global - incluindo regiões como a América Latina, África, Sul da Ásia, Médio Oriente e Índia. Cabe-nos, assim, apoiar os empresários portugueses que procuram expandir-se e afirmar-se nestes mercados.

Neste contexto, a nossa atuação assenta em dois eixos fundamentais: por um lado, enquanto Agência de Crédito à Exportação, mobilizamos seguros de crédito que reforçam a capacidade exportadora; por outro, através da nossa DFI, promovemos o investimento financeiro português no exte-

rior. O objetivo é proporcionar às empresas nacionais mais oportunidades, maior alcance internacional e, sobretudo, mais valor nas suas exportações e investimentos.

O Banco de Fomento tem assumido um papel de destaque para a habitação. Como funcionará a nova linha para cooperativas de habitação, e que impacto espera que esta tenha na oferta de casas a custos controlados?

Portugal enfrenta um desafio estrutural na área da habitação, para o qual não existe uma solução única. É necessário ativar várias dimensões em simultâneo para voltarmos a construir dezenas de milhares de casas por ano e garantir que todos - os portugueses e aqueles que escolhem o país para viver - têm acesso a soluções de habitação e bem-estar adequadas.

Neste contexto, o Banco Português de Fomento tem a responsabilidade de apoiar este esforço. A nossa intervenção passa por diferentes frentes: desde o apoio a cooperativas de habitação, públicas e privadas, até ao estímulo de parcerias público-privadas que viabilizem a construção de habitação a



© Tiago Araújo

custos controlados, bem como o suporte às estratégias locais de habitação, permitindo às autarquias desenvolver projetos de habitação pública.

Concretamente, o Banco irá conceder garantias que facilitem o acesso a financiamento por parte de promotores de construção pública e de entidades do setor público, em particular câmaras municipais e outras organizações do Estado. Sabemos que o financiamento não é o único obstáculo, mas não pode ser um entrave - tem de ser parte da solução. Por isso, o que pretendemos é disponibilizar instrumentos simples, ágeis, competitivos e com condições atrativas.

O objetivo é claro: apoiar quem constrói habitação pública, especialmente em regimes de custos controlados, garantindo maior acessibilidade e resposta às necessidades reais da população.

Como define a relação do Banco de Fomento com a Banca Comercial? De que forma garante que o Banco de Fomento atua onde o mercado falha, sem entrar em concorrência direta com os bancos privados?

O Banco Português de Fomento é absolutamente complementar à Banca Comercial. Não existe uma relação de concorrência ou de competitividade, mas sim de complementaridade. Na prática, concedemos garantias públicas que permitem à banca comercial multiplicar a sua capacidade de concessão de crédito, facilitando assim o acesso das empresas ao financiamento. Nesse sentido, a Banca Comercial funciona, muitas vezes, como a extensão operacional do Banco Português de Fomento. Existe uma articulação muito próxima entre o Banco e os bancos comerciais presentes em



© Tiago Araújo

Portugal, que é essencial para o funcionamento do sistema. O nosso grande objetivo é multiplicar valor para as empresas, assegurando simultaneamente a segurança necessária para que a banca comercial possa financiar com confiança. Trabalhamos, assim, lado a lado, de forma coordenada, para apoiar o investimento em Portugal e o investimento das empresas portuguesas no exterior, contribuindo para um país cada vez mais resiliente, mais forte e mais competitivo.

A posse do novo Conselho Estratégico, com figuras como Nuno Amado, António Ramalho e João Bento, traz um peso institucional renovado. Qual será o papel prático deste órgão na definição das políticas do Banco?

O Conselho Consultivo Estratégico desempenha um papel verdadeiramente estruturante enquanto Advisory Board do Banco, com uma responsabilidade claramente definida e muito relevante. Para além de integrar banqueiros com décadas de experiência - como o doutor Nuno Amado, o doutor Fernando Ulrich, o doutor António Ramalho, o doutor Leite Maia, o doutor Zé João Guilherme e o doutor João Ben-

to - este Conselho tem também a vantagem de reunir uma forte componente de conhecimento empresarial em todas as dimensões da atividade do Banco. Nele estão presentes grandes empreendedores como o Nuno Sebastião, a Daniela Braga e o Nuno Prego Ramos. A isto junta-se a representação de grandes empresas portuguesas com presença ativa no Conselho, como o Filipe Botton, através da Logoplaste, o Rui Paulo Rodrigues, da Simoldes, e o Fernando Daniel Nunes, da Visabeira. O resultado é um Conselho Estratégico com uma elevada densidade de conhecimento e experiência, refletindo as forças vivas da economia nacional em praticamente todos os setores. O Banco está, assim, amplamente representado por um conjunto muito diversificado de competências e de visões. E isso traz-nos uma responsabilidade acrescida: continuar a ouvir, a escutar e, sobretudo, a absorver o contributo do mercado, sendo permanentemente desafiados a ir mais além. O papel do Conselho Estratégico é precisamente esse - definir a estratégia do Banco e garantir que o Conselho de Administração e a Comissão Executiva dispõem dos instrumentos necessários para a executar. Hoje, temos uma governação claramente estruturada: a Comissão Exe-

cutiva executa, o Conselho de Administração supervisiona e acompanha, e o Conselho Estratégico define a estratégia, a visão e a ambição do Banco. Ao escolhermos alguns dos melhores portugueses para integrarem este Conselho, estamos também a afirmar que queremos os melhores a ajudar a definir o futuro do Banco e, em larga medida, do país. Existe ainda uma dimensão importante de humildade neste trabalho, na medida em que procuramos aprender com outras instituições de referência. Em setembro, teremos a oportunidade de conhecer em detalhe o funcionamento do Bpifrance, um dos bancos soberanos mais relevantes da Europa, e em janeiro de 2027 visitaremos Frankfurt para estudar o KfW, o maior banco soberano europeu, percebendo como estruturam, gerem e operacionalizam os seus instrumentos. Esse conhecimento será fundamental para recolher boas práticas e aplicá-las em Portugal, reforçando continuamente o nosso modelo.

Como é que a integração e coordenação com as participadas, como a Portugal Ventures e a SOFID, estão a ser otimizadas sobre a liderança para criar uma oferta de capital e de dívida mais integrada?

No Banco Português de Fomento criámos uma verdadeira cultura de fomento, construída em torno de um princípio muito claro de “família fomento”, que integra todos os colaboradores do grupo.

Todos partilham o mesmo modelo de serviço, a mesma motivação, o mesmo nível de contacto, a mesma ambição e a mesma estrutura de gestão. Isso permite que o Banco funcione de forma coerente e alinhada em todas as suas dimensões. Existe, por isso, uma articulação muito próxima entre todas as equipas: as comissões executivas reúnem com regularidade, os órgãos de administração comunicam de forma contínua e próxima, e diretores e colaboradores mantêm um con-

tacto permanente. O Banco funciona, assim, como um único ecossistema ao serviço do mesmo propósito – o empresário, a empresa, o cidadão, o cliente e o país.

Esta articulação traduz-se também em momentos formais de alinhamento e acompanhamento. Realizamos reuniões e comités de forma regular, onde é partilhado o ponto de situação de cada área e de cada parceria em curso. Além disso, duas vezes por ano reunimos todas as lideranças do grupo de forma estruturada, e, sempre que necessário, promovemos encontros mais pontuais com os administradores das várias entidades, garantindo que todos estão alinhados na mesma estratégia, no mesmo enquadramento e no mesmo objetivo de impacto.

Num cenário de volatilidade das taxas de juros, como é que o Banco de Fomento pode atuar como estabilizador para as empresas com maior exposição ao crédito?

Vivemos tempos de enorme volatilidade e instabilidade, quase sempre provocados por fatores externos a Portugal e, em muitos casos, também exteriores à própria Europa.

Neste contexto, o nosso papel é claro: sermos um porto seguro para as empresas portuguesas, tanto no mercado interno como para aquelas que investem no exterior. A forma mais eficaz de garantir esse apoio contínuo passa por manter uma forte densidade e diversidade de linhas de garantia, que assegurem aos empresários o acesso ao mercado bancário em qualquer momento.

Mas a nossa atuação vai mais além. Procuramos também alargar a dimensão de fundo de fundos, reforçando a capacidade de investimento em capital e permitindo que o Banco possa ser, ele próprio, acionista e parceiro das empresas portuguesas com maior crescimento. A isto juntam-se os seguros de crédito, fundamentais para apoiar a entrada em novos mercados de exportação, bem como os fundos de inves-





© Tiago Araújo

timento imobiliário, que permitem transformar operações de sale & leaseback em liquidez imediata para as empresas. Acresce ainda a ambição de, a partir de Portugal, financiar empresas que pretendam expandir-se internacionalmente. O que nos orienta, no fundo, é esta ideia central: garantir que o investimento das empresas tem uma base de certeza num contexto global de incerteza. A nossa expectativa é que 2026 - um ano marcado por um primeiro trimestre particularmente desafiante, com uma forte instabilidade e o início de dois conflitos inesperados - possa, ainda assim, consolidar o papel do Banco Português de Fomento como porto de abrigo e porto seguro para todas as empresas em Portugal.

De que forma o Banco de Fomento colabora com a AICEP para tornar Portugal um destino mais atrativo para grandes projetos de investimento estrangeiro, através de instrumentos de cofinanciamento?

A AICEP é um dos principais acionistas do Banco Português de Fomento e, para além dessa posição, é também um parceiro absolutamente central em toda a dimensão internacional da nossa atividade.

Para lá do modelo tradicional de governação - com reuniões regulares entre as equipas executivas do Banco e da AICEP - existe uma verdadeira lógica de partilha de negócio. Ou seja, existe uma divisão clara e complementar de responsabilidades: a AICEP tem um papel essencial na atração de investimento direto estrangeiro, enquanto o Banco Português de Fomento assegura o financiamento desse mesmo investimento. O mesmo princípio aplica-se no sentido inverso, quando falamos da internacionalização das empresas portuguesas. A AICEP é um parceiro fundamental na identificação de mercados, na abertura de oportunidades e no apoio à instalação de empresas portuguesas no exterior. Por seu lado, o Banco, através da SOFID e das suas estruturas, assegura o fi-

nanciamento necessário para concretizar essa expansão internacional. Deste modo, a relação com a AICEP não é apenas institucionalmente relevante – é profundamente operacional, próxima e orientada para resultados concretos, assente numa cooperação contínua ao serviço da internacionalização da economia portuguesa.

Foi distinguido como Profissionalidade do Ano em 2025 pelo Jornal Económico. Sente que este reconhecimento é um sinal de que a confiança dos agentes económicos no Banco de Fomento foi restaurada?

Eu sinto-me um porta-voz do Banco Português de Fomento – alguém que mobiliza, inspira e executa – contribuindo para criar ambição, motivação e energia nas cerca de 700 pessoas que integram o Grupo.

O meu trabalho é, acima de tudo, mobilizar as equipas do Banco, mobilizar os empresários e mobilizar o país para alcançarmos mais crescimento, mais investimento, mais prosperidade e mais riqueza. Mas não apenas mais riqueza: também uma melhor distribuição dessa riqueza, que permita construir um país com maior coesão, com pessoas mais felizes e com impacto positivo na sociedade. Esse é, de facto, o sentido do nosso trabalho.

As distinções são sempre bem-vindas e motivo de satisfação, mas, no fundo, pertencem muito mais às 700 pessoas que trabalham diariamente no Banco do que ao seu Presidente. O essencial é garantir que todas as equipas têm os instrumentos necessários para assegurar que os empresários recebem respostas rápidas, eficazes e positivas.

Para mim, o verdadeiro prémio de 2025 foi ver Portugal reconhecido como a economia do ano. Esse é o reconhecimento mais relevante – muito mais importante do que qualquer distinção individual. Costumo dizer que de pouco vale marcar um golo se a equipa não vence o jogo. E o que sentimos é que o “golo” do Banco Português de Fomento – que não é individual, mas coletivo – contribuiu para esse resultado da economia portuguesa.

E isso não pode ser desvalorizado. Porque se Portugal for consistentemente a economia do ano no espaço da OCDE, estaremos a construir um país cada vez melhor. Esse é o nosso objetivo: garantir que, ano após ano, Portugal continua a vencer enquanto economia, permitindo à nossa economia viver a melhor década deste século, entre 2020 e 2030, com mais riqueza, melhor distribuição e maior qualidade de vida para todos.

Quando terminar este triénio estratégico em 2028, qual é o principal legado que gostaria de deixar no Banco de Fomento?

Nós ainda nem chegámos a meio do mandato. Vivemos com um foco permanente no curto prazo – no próximo mês, na próxima semana, no próximo passo – porque é assim que o nosso trabalho se concretiza diariamente.

Mas aquilo que estamos a construir no Banco Português de Fomento é, acima de tudo, um legado.

O objetivo é deixar um banco soberano que seja uma referência na Europa, uma espécie de “lança rápida” entre os bancos soberanos europeus: não pela dimensão, que será sempre intermédia, mas pela agilidade, pela ambição e pela capacidade de execução.

Esse legado assenta em vários pilares: ambição, impacto, resultados, foco nas empresas, respeito pelos empresários e capacidade de multiplicar valor. É esse o nosso compromisso.

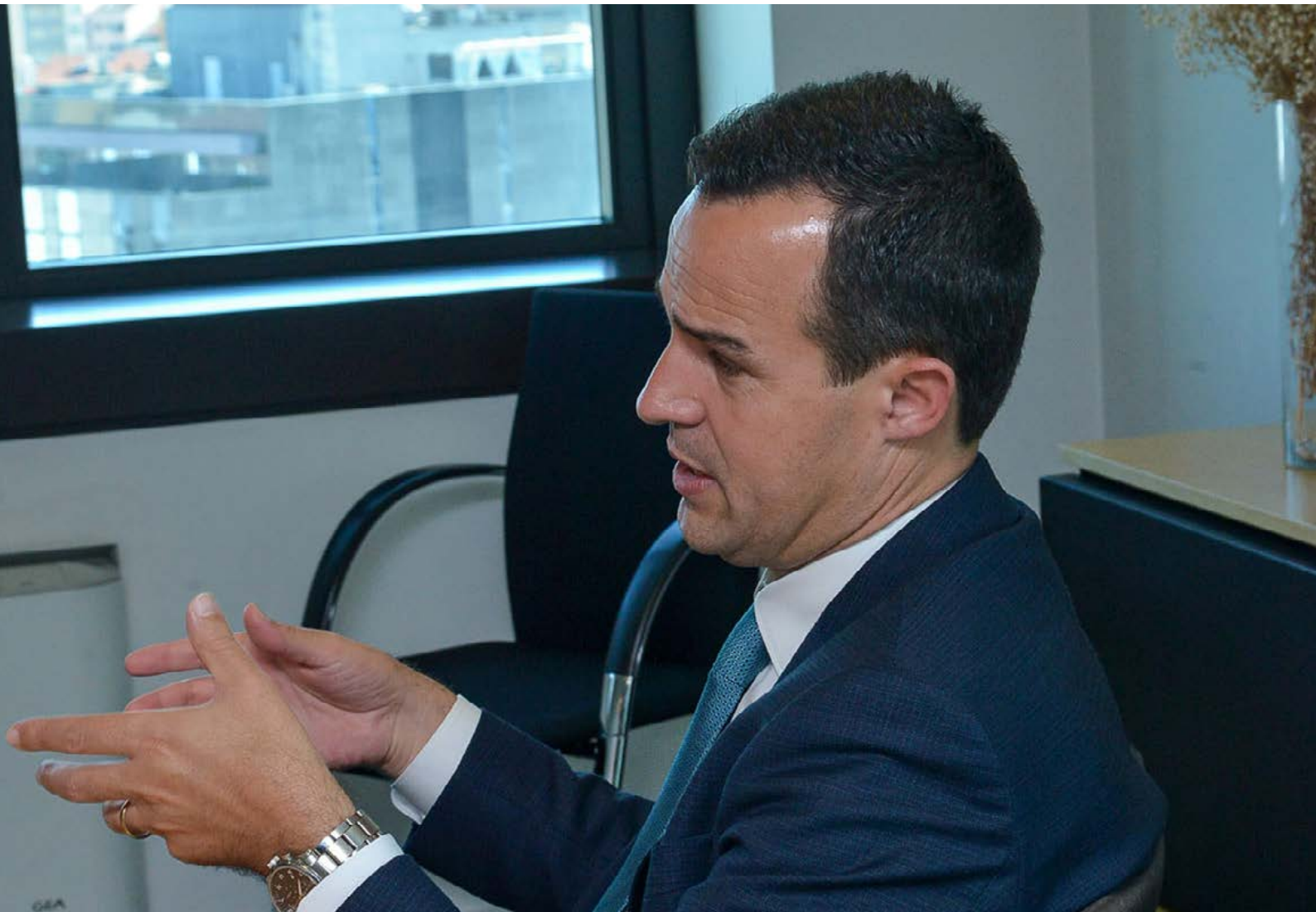
O objetivo final é contribuir para uma economia mais forte, mais robusta, mais resiliente e mais produtiva, criando condições para um país melhor e uma sociedade mais sólida.

Para um jovem empresário que esteja hoje a lançar um projeto inovador em Portugal, qual é a mensagem de confiança que o Presidente do Banco Português de Fomento lhe pode transmitir?

Que acredite, que tenha ambição, que acredite na sua empresa e no país. E que fale connosco no Banco Português de Fomento, através de qualquer um dos nossos parceiros – sejam os bancos comerciais, a Sociedade de Garantia Mútua, as sociedades de capital de investimento, as entidades do nosso grupo, a Fomento Fundos, a Portugal Ventures, a SOFID ou a Agência de Crédito à Exportação.

O nosso objetivo é que o empresário, desde o primeiro momento, tenha a ambição de construir uma empresa sólida e em crescimento: que comece como microempresa, evolua para pequena, depois para média, que a média se transforme em grande e que a grande se torne global.

Queremos que todas as empresas que nascem em Portugal tenham um percurso claro de crescimento, de criação de valor e de multiplicação de impacto. Se conseguirmos isso – mais empresas, melhores empresas e empresas mais fortes – então também teremos um país maior, melhor e mais competitivo.



© Tiago Araújo

Que mensagem final gostaria de deixar aos empreendedores portugueses dentro e fora do país?

Há um enorme desafio que procuro deixar sempre quando falo com a nossa diáspora.

Se todos nós nascemos em Portugal e se consideramos, como acredito que muitos consideram, que este é um dos melhores países do mundo - para mim, o melhor - então existe também uma responsabilidade associada a essa ligação. Aos portugueses que emigraram e que foram os nossos novos navegadores dos últimos anos, deixo o apelo a aquilo a que chamamos Portugal Giveback: é tempo de reinvestir no país onde nascemos.

Trata-se de mobilizar a diáspora e todos os portugueses, empresários e não empresários, que vivem no exterior, a assumirem que é tempo de voltar a investir na sua terra. E isso é particularmente importante porque esse investimento traz

consigo não apenas capital, mas também experiência, ambição, coragem e conhecimento adquirido fora de Portugal. Esse contributo pode materializar-se de várias formas: apoiando empresas que já existem em Portugal, ajudando novas empresas a nascer e a crescer, trazendo para o país subsidiárias de grupos internacionais ou, simplesmente, incentivando outros empresários e investidores a olharem para Portugal como destino.

No fundo, trata-se de uma responsabilidade coletiva: garantir que existe um verdadeiro Portugal Giveback, em que cada um devolve ao país aquilo que o país também lhe deu. Quem nasceu, estudou, cresceu e viveu em Portugal, e continua a amar Portugal, tem essa responsabilidade moral de contribuir para o seu desenvolvimento.

É esse o desafio que deixo à nossa diáspora: transformar a ligação emocional ao país num compromisso concreto de investimento e de futuro.

CONSELHO DAS COMUNIDADES PORTUGUESAS

45 anos

ao serviço das Comunidades Portuguesas



O Conselho das Comunidades Portuguesas (CCP), além de desempenhar o papel de órgão consultivo do Governo em matérias relacionadas com a emigração e as comunidades portuguesas, constitui, no seio da sociedade civil, o representante legítimo dos que vivem no estrangeiro.

No passado mês de abril assinalaram-se os 45 anos da sua primeira reunião. Criado pelo Decreto-Lei n.º 373/80, de 12 de setembro, durante o Governo de Sá Carneiro, o CCP iniciou funções em 1981, sendo o segundo mais antigo da Europa, logo após o francês. A sua missão central é dar voz

às Comunidades Portuguesas, onde quer que se encontrem. O Conselho nunca foi do agrado de muitos sendo, por isso, extinto em 1988, e reativado em 1996 através da Lei n.º 48/96, de 4 de setembro. Posteriormente, sofreu alterações legislativas com a Lei n.º 66-A, de 11 de dezembro de 2007, revista em 2015 e em 2023.

Atualmente, todos os conselheiros são eleitos por sufrágio direto e universal, garantindo maior legitimidade democrática ao processo, podendo candidatar-se cidadãos portugueses residentes no estrangeiro.

A orientação que tem guiado o Conselho assenta no diálogo e na cooperação entre partes em igualdade: o Governo e os representantes das comunidades.

A trajetória do CCP tem sido marcada por alguma instabilidade, sobretudo devido ao reduzido interesse demonstrado por alguns Governos e outras instituições da República em cumprir os objetivos previstos na lei. Esse contexto contribuiu para uma existência por vezes frágil, com desafios ao nível do reconhecimento e da legitimidade, levando o Conselho a apresentar, ao longo do tempo, várias propostas de reforma.

Assinalam-se, assim, com orgulho e sentido de responsabilidade, estes 45 anos — um marco relevante na história da representação das Comunidades Portuguesas espalhadas pelo mundo. Ainda assim, mantém-se um olhar crítico sobre aqueles que não reconhecem a importância e dignidade do CCP.

Importa também reafirmar que as conselheiras e os conselheiros se dedicam de forma voluntária e comprometida à criação de ligações entre comunidades, instituições e

o Estado português. O seu contributo foi e é fundamental para consolidar o papel estratégico das comunidades portuguesas no desenvolvimento económico, social e cultural de Portugal.

Para mim, após dez anos na presidência, integrar o CCP não é apenas relevante pelo que se pode concretizar no âmbito das suas competências legais, mas também pelo crescimento pessoal que proporciona.

Fazer parte do CCP significa também evoluir como cidadão, ampliar horizontes para além das nossas realidades locais e compreender que, em cada reunião, visita ou diálogo, há uma oportunidade de aprendizagem através da diferença e da empatia. Sem essa dimensão, a atividade correria o risco de se tornar meramente burocrática e desprovida de significado.

Ao longo deste percurso, o CCP consolidou-se em um órgão essencial de escuta, diálogo e proposta, contribuindo para a construção de políticas públicas mais justas e inclusivas. Este momento representa igualmente uma renovação de responsabilidades: reforçar a ligação entre Portugal e a sua diáspora, valorizando o papel estratégico das comunidades portuguesas no progresso do país. O futuro constrói-se com proximidade, participação e reconhecimento.

Esta data representa não só um momento de celebração, mas também de reflexão sobre os desafios futuros. Num mundo dinâmico, em constante mudança, o CCP reafirma o seu compromisso de continuar a representar, com dignidade e eficácia, os interesses das Comunidades Portuguesas, incentivando a sua participação ativa na vida cívica e política da nossa sociedade.



Flávio Martins

Presidente do Conselho das Comunidades Portuguesas

PASSAGENS

Bento de Góis e o Reino do Cataio



Bento de Góis afirma que no temido Caferstan “os mercadores gentios podem entrar na cidade, mas não nos templos” e menciona as vestes negras dos seus habitantes, a fertilidade da terra e a abundância de uvas. Ao provar o vinho da terra, “semelhante ao nosso”, Góis deduz que toda aquela região seria habitada por cristãos.

O leigo jesuíta açoriano Bento de Góis, viajante da centúria de Seiscentos, devido à sua energia, tacto diplomático e domínio dos idiomas locais, foi o escolhido para a árdua missão de partir da Índia, no ano de 1603, em busca desse tal mítico reino do Cataio, onde se acreditava existirem cristandades perdidas. A extraordinária jornada que o levou do Punjab à Grande Muralha, atravessando os píncaros do Hindu Kush e visitando diversos e obscuros reinos e emirados da Ásia Central, foi reconstituída pelo jesuíta Matteo Ricci, que na altura dirigia a missão em Pequim, com base em fragmentos de apontamentos redigidos por Góis e com o auxílio da memória do seu companheiro de viagem, o arménio Isaac. O relato, porém, à semelhança de tantos outros de viagens de ilustres portugueses, ficaria inédito até 1911.

Também o padre Fernão Guerreiro, cronista dos feitos dos abnegados religiosos de antanho, o incluiria na sua *Relação Anual das Coisas que Fizeram os Padres da Companhia de Jesus nas suas Missões (1603-1611)*, com o importante acréscimo de duas cartas redigidas pelo punho de Góis. A respeito da imensa lacuna que ficou por preencher, Henri Bernard afirma na sua obra *Le Frère Bento De Goes chez les Musulmans de la Haute Asie (1603-1607)*: “De acordo com os maiores historiadores, se o diário de Bento de Góis se tivesse conservado intacto, seria provavelmente a relação mais importante do ponto de vista geográfico das regiões que ele atravessou.” Associado ao mito do Cataio havia um outro que, frequentemente, se confundia com este, o mito do Preste João, que com o tempo se foi deslocando – do longínquo Extremo Oriente para a Índia, a Pérsia ou a Abissínia dos cristãos coptas que os portugueses contactaram, ainda no século XV, na pessoa de Pêro da Covilhã, por exemplo – e que surgiu na sequência de uma carta alegadamente recebida pelo Papa e pelos imperadores de Bizâncio e do Sacro Império Romano Germânico, subscrita por um poderoso príncipe (o Preste João) que governava uma espécie de paraíso terrestre onde os diferentes cargos eram exercidos por distintos senhores. Segundo essa misteriosa missiva, o príncipe “tinha por mordomo um primaz, por copeiro um arcebispo, por camareiro um bispo, por marechal um arquiandrita, por chefe de cozinha um abade”, e por aí adiante.

Durante séculos, encontrar a localização exacta deste reino, que, no entender da cristandade, constituiria um poderoso aliado na luta contra o Islão, foi uma preocupação constante. Dir-se-ia mesmo, uma obsessão. Com esse intuito, nos séculos XIII e XIV, partiram para o Oriente os frades francis-

canos João de Carpine, Guilherme de Rubruk, João de Montecorvino, Odorico de Perdenone e João de Marignolli, que trouxeram com eles preciosas informações, entre as quais a existência da terra do Cataio que as viagens de Marco Polo associariam ao reino do Preste João. Curiosamente, nesse afã colectivo pouca importância foi dada às comunidades de nestorianos encontradas em território chinês ao longo desse processo, talvez porque se tratassem de heréticos, seguidores da doutrina de Nestor, antigo arcebispo de Constantinopla, ostracizado por Roma.

A teimosia em encontrar o Cataio encontra explicação plausível numa indefinição geográfica e num equívoco de carácter étnico. O termo Cataio tem a sua origem nas tribos manchus, os kitans, que durante dois séculos ocuparam a parte setentrional da China. A dúvida consistia em saber se essa “Terra dos kitans” se aplicava a toda a China ou a um só reino independente habitado por uma etnia peculiar. (Curiosamente, ainda hoje, para muitos dos povos da Ásia Central, os chineses são os kitais e a China é o Kitai). Bento de Góis tinha como missão esclarecer em definitivo essa questão.

Vestido de mercador arménio e “com o nome à maneira daquela nação, Abdula, que significa senhor”, o nosso Bento de Góis partiu de Lahore, no Punjab, onde estava sediada a corte do Grão Mogol, acompanhado por dois gregos: o padre Leo Griman e o comerciante Demétrio, que lhe foram recomendados pelo superior da missão jesuíta nessa cidade, o padre Jerónimo Xavier. Preciosas eram também as cartas de recomendação, os salvo-condutos e o auxílio monetário que lhe foram dispensados por Acbar, o poderoso e tolerante monarca mogol (mongol indianizado), junto do qual os religiosos portugueses sempre tiveram bom acolhimento e até alguns privilégios. Ao grupo inicial Góis acrescentaria um importante aliado, o arménio Isaac, “que tinha mulher e filhos nesta mesma corte”. Assim disfarçados, deixaram a cidade, a 15 de Fevereiro de 1603, “na altura da Quaresma”, integrados numa caravana que todos os anos partia “desta Corte com destino a outra de outro reino, chamado Cascar”, ou seja, Kashgar. Num mês chegaram à cidade de Attock, ainda na província de Lahore, e 15 dias depois atingiram o rio Indo, “com a largura de um tiro de seta, que para comodidade dos mercadores, foi atravessado em navios”. Alertados para a presença de ladrões nas imediações, aguardaram junto à margem do Indo cinco dias e, depois, “em dois meses, chegaram a outra cidade chamada Pessaur (Peshawar), onde estiveram vinte dias, necessitados que estavam de descanso”.



BENITO GOES, PORTUGUES, DE LA COMPAÑIA DE
ESTR. INVITADO POR PAULO Y EN ESTE TRAJE DE
MERCADER ARMADO A PLANTAR LA FE EN EL G
LUGAR. MURIO EN LA ZONA DE LAS DUES A LOS DE 193

No texto redigido por Matteo Ricci são escassos os dados referentes ao trajecto efectuado através do Hindu Kush e do Pamir, das mais dramáticas e inacessíveis regiões do planeta. Mas estão lá referenciados todos os lugares habitados e os pontos geográficos de relevo. Pena é que não tivessem chegado até nós as descrições detalhadas desses largos meses de viagem e de esperas, roubadas a um Góis já bastante doente, na parte final da sua viagem, que seria também a derradeira etapa da sua vida. A pouca distância de Peshawar, a cáfila em que Bento de Góis seguia encontrou um desses ermitões peregrinos “a que chamam iogues, pelo qual souberam que a trinta dias de caminho dali estava uma cidade chamada Caferstan”. Estas linhas dão a entender que o nosso aventureiro não entrou propriamente nesse território, “onde não permitem que entre mouro nenhum, sob pena de morte”, habitado então por tribos pagãs ferozmente guerreiras, das quais são actualmente fiéis depositários os admiráveis kafir kalash, que povoam ainda três aldeias no vale de Chitral, na zona fronteira entre o Paquistão e o Afeganistão, e com quem partilhei muitos meses da minha vivência asiática, riquíssima e inesquecível experiência que não se insere no âmbito deste relato.

Bento de Góis afirma que no temido Caferstan “os mercados gentios podem entrar na cidade, mas não nos templos” e menciona as vestes negras dos seus habitantes, a fertilidade da terra e a abundância de uvas. Ao provar o vinho da terra, “semelhante ao nosso”, Góis deduz que toda aquela região seria habitada por cristãos.

Depois de uma demorada estada em Cabul, o jesuíta seguiu em direcção ao norte, e aí aumentaram as dificuldades. Bento refere um local onde os direitos eram cobrados pelo “rei de Bucarate” (Bucara) e fala-nos da dificuldade em passar por Teshkan (Tashkent), à época administrada simultaneamente pelos emirados afegãos de Bucara e de Samarcanda. Para além dos problemas com as esferas do poder, havia que contar ainda com os entraves geográficos – “porque é apertadíssimo o caminho, e não há passagem para mais que uma só pessoa, num altíssimo precipício sobre um rio” – e os assaltos dos ladrões, sem esquecer os imprevistos meteorológicos, “a força dos aguaceiros”, que os chegaram a deter durante =”quinze dias em campo aberto”.

Em Serpanil (actual Sir-i-Pamir ou Grande Pamir), “dez dias adiante”, em lugar ermo e sem mantimentos, “subiram a um alto monte chamado Sacrithma, ao cimo do qual não puderam subir senão os que tinham cavalos fortes e valentes”. Vinte dias depois atingiram “a província de Sarcol” (actual Sirikol) onde encontraram várias aldeias, tendo daí iniciado

a subida para um dos passos de montanha mais temerosos, “em cuja subida, por causa da muita neve de que estava coberto, morreram muitos homens»,”, e ao próprio Bento pouco faltou para acabar a vida, porque estiveram seis dias inteiros naquela neve.

Uma das curiosidades da jornada de Bento de Góis é a passagem por uma zona extremamente montanhosa chamada Calcia, que corresponde à actual região de Kachu, no norte do Afeganistão. Quando os viajantes chegaram a Talikhan, onde descansaram um mês, “foram atemorizados por um alvoroço civil, porque, por causa de uma rebelião dos povos de Calcia, se dizia que os caminhos não estavam seguros”. É salientado, no relato de Ricci, que “a gente desta terra tem o cabelo e barba ruivos, como os alemães e habitam em várias aldeias”. A caravana, que pretendia viajar de noite por sua conta e risco, recusando a protecção dos muros de Tashkent, acabaria por ser impedida de seguir viagem pelo governador daquela cidade que receava que os rebeldes, que não tinham cavalos, “se tomassem os daquela cáfila, com eles assolariam mais cruelmente a terra e causariam mais dano ao povo”.

É difícil perceber a que povo exactamente se refere o texto, mas optei por destacar estas passagens porque ainda hoje, numa aldeia do Xinjiang chinês, muito perto do Cazaquistão, existe uma comunidade de origem caucasiana com características físicas similares aos povos da Europa Central. Há quem diga que descende dos soldados de Alexandre, o Grande, que por aqui ficaram após as conquistas do general macedónio, controversa teoria que, de resto, se aplica a várias outras comunidades do Hindu Kush. Pensando bem, traços fisionómicos desses não são de espantar nesta latitude, já que existem povos de origem ariana do Cáucaso às cordilheiras do norte da Índia, que separam o subcontinente do planalto tibetano e estão na origem do bramanismo hindu.

Na proximidade de Turfan, situada num vale 160 metros abaixo do nível do mar conhecido como “Vale da Uvas”, produzem-se as melhores uvas da China. Bento de Góis permaneceu na região um mês. Como ele próprio indica, Turfan era então uma cidade fortificada.

Chegado a terras arbitradas pelo rei de Kashgar, e revelada a sua verdadeira identidade, também o nosso Bento de Góis, com a dupla desvantagem de ser forasteiro e homem religioso, foi posto à prova por diversas ocasiões. Ricci conta que, um dia, estando o açoriano sentado a comer com “alguns mouros”, convidado por um deles, “entrou não sei quem, furioso, com um alfange na mão” e, encostando-lhe a arma ao peito, mandou-lhe que invocasse o nome do profeta Maomé.

Mas esse foi a exceção numa maioria que sempre se mostrou hospitaleira e muito curiosa pela presença na sua terra de tão singular personagem. Prova disso é a reação imediata dos restantes convivas: “Defendiam-nos os que estavam presentes, e expulsaram de casa o louco. Isto mesmo de o quererem matar se invocasse o nome de Mafamede conta ter-lhe sucedido uma e muitas vezes, mas Deus livrou-o até ao fim da jornada.”

No relato que deixou, Bento de Góis afirma que “os mouros desta parte que confina com a China são cobardes, e os chineses poderiam sujeitá-los com facilidade se cuidassem de conquistar nações estrangeiras”. Um comentário que, de algum modo, antecipa os acontecimentos históricos que viriam a acontecer séculos depois e que levariam à anexação daquele território pela China.

Bento de Góis chegou a Acisu depois de atravessar a secção oeste do temido Taklamakan, em 20 dias apenas. De Iarcanda a Acisu, passando por lugares míticos como Talik, Kurma e Kaptar Kol, o leigo jesuíta seria solicitado pelo governador local, que “era um neto do rei, de doze anos”, a quem Góis presenteou com “alguns brinquedos, açúcar e outras coisas semelhantes”. Esse soberano recebeu-o bem, e como havia uma festa, pediu a Góis “que bailasse ao modo da sua terra”. O nosso aventureiro anuiu ao pedido, “para não parecer que lhe negava uma coisa tão pequena”.

O destemido português, logo na cidade de Cialis (a actual Korla, na província de Xinjiang), teve plena consciência de

que a China e o Cataio eram uma mesma realidade quando alguns mercadores vindos de leste lhe mostraram uma carta escrita em português, pois “tinham convivido com os nossos em Pequim, no Palácio dos Estrangeiros, e deram notícias seguras do padre Mateo e dos seus companheiros, com regozijo do nosso Bento de Góis, por haverem falado da China em vez do Cataio”. Contentes com a boa nova, Bento e o seu companheiro “dali em diante não tiveram dúvida alguma de que o Cataio só no nome se diferenciava da China, e de que a própria corte, que os mouros chamavam Cambalu, era Pequim”. Infelizmente, Bento de Góis não conseguiu concluir a sua saga, tendo morrido, provavelmente envenenado, às portas da Grande Muralha, na cidade de Socheu (Soh-Chow), em 1607, onde estava retido havia já dois anos, doente e sem meios financeiros que lhe permitissem seguir viagem.

E assim desapareceu o primeiro verdadeiro explorador europeu dos inóspitos reinos da Ásia Central, cujo nome continua a ser praticamente desconhecido. Relata-nos o seguinte Mateo Ricci, após ter enviado o leigo jesuíta João Fernandes ao encontro do corajoso açoriano: “Encontrou o nosso Bento na cama com uma doença mortal, o qual na noite anterior (se foi sonho ou visão não se sabe) soube que no dia seguinte havia de chegar de Pequim um dos nossos, pelo que mandou o companheiro arménio à praça comprar alguma coisa para repartir pelos pobres, rogando a Deus que aquele sonho não lhe enganasse a sua esperança.”

NOTA DO AUTOR: Pode recriar parte da rota percorrida por Bento de Góis na companhia do autor, uma viagem deveras extraordinária, já este Outono. Reserve já o seu lugar! Aqui:

<https://www.pintolopesviagens.com/viagens/caminho-bento-gois>



Joaquim Magalhães de Castro
Investigador

PAQUISTÃO

O Caminho de
Bento de Góis

Viagem de autor

Joaquim Magalhães de Castro

bit.ly/viagemPaquistao



ARTES E ARTISTAS LUSOS

Terry Costa

[Website oficial](#)

[Facebook](#)

[Instagram](#)



Falar de Terry Costa é falar de um dos mais incansáveis embaixadores culturais dos Açores e de Portugal no mundo. Fundador e diretor artístico da MiratecArts, Terry construiu, a partir do Pico, um ecossistema criativo que ultrapassa fronteiras, une artistas de múltiplas geografias e transforma a ilha num palco global de inovação artística. O seu percurso, marcado por uma visão disruptiva e por uma dedicação rara ao desenvolvimento cultural, tornou-o numa figura incontornável da promoção das artes contemporâneas no arquipélago. Nascido no Canadá e regressado às raízes açorianas com a convicção de que a cultura é motor de futuro, Terry Costa tem sido responsável por projetos que hoje fazem parte da identidade artística dos Açores: do Montanha Pico Festival ao Azores Fringe Festival, passando por residências artísticas, programas educativos e iniciativas que aproximam comunidades, criadores e territórios. A MiratecArts, sob a sua liderança, tornou-se um laboratório vivo onde a criatividade se cruza com a sustentabilidade, a identidade e a projeção internacional. Dizem que a arte tem o poder de mover montanhas, e na ilha do Pico, Terry Costa tem feito precisamente isso.

De ator a encenador, produtor e criador de eventos. Como caracteriza a sua carreira?

Sou um artista multidisciplinar. Sempre trabalhei no mundo cultural artístico. É a minha vida e não só a minha carreira. Sigo as minhas paixões e aceito mudanças dependendo do que a natureza e as circunstâncias nos oferecem. A minha vida já tem três capítulos muito distintos. Nasci em Oakville, Canadá, mas meus pais voltaram à ilha quando eu era apenas bebé. Nos Açores, na ilha do Pico, passei a minha infância e aí o bichinho das artes nasceu. Voltei ao meu país para estudar e trabalhar em projetos teatrais, mas também, noutras disciplinas artísticas. O regresso ao Pico, já na minha “meia-idade”, levou-me a esta nova faceta: produção e apresentação, ainda que continue a criar. Estou apaixonado pelas ilhas. Já fiz muitos projectos, ora com os trocos que se encontram entre os coxins do sofá, ora com orçamentos robustos. Já aconteceu ser pago, pelo mesmo trabalho, com um jantar e no outro dia com uma viagem à volta ao mundo. A vida nas artes é assim...

O teatro é a sua área de formação, mas investiu em outras áreas como a música e a dança. Porquê esta diversidade?

Desde criança sempre participei nas artes. Primeiro aprendi o solfejo com o Maestro Francisco

de Matos, na freguesia da Candelária, no Pico. A música e os instrumentos de corda sempre fizeram parte da minha infância. O bandolim foi o meu primeiro instrumento. Cantava com as Irmãs na Casa de São José e na igreja, até à minha adolescência. Nunca esqueço a Irmã Nivéria. Fazíamos teatro também. A minha família sempre me incentivou a ler, desde banda desenhada aos contos. Mas admito que talvez tudo começou quando desenhava galinhas nos cadernos escolares das minhas manas.

Os meus pais sempre me incentivaram a fazer o que me faz feliz.

Já no Canadá, na escola secundária, além de continuar no teatro, investi muito na dança contemporânea e na pintura, especialmente, desenhos de grande porte a giz e instalações que questionavam o papel dos géneros, algo que ainda hoje continuo. Depois, quando chegou a hora dos estudos pós-secundário escolhi licenciar-me na dramaturgia e artes teatrais, na Universidade de Toronto e ingressei no conservatório de teatro no Colégio Sheridan, porque, para mim o teatro é a arte mais completa. No teatro necessitamos do texto, da dança, da música, das artes plásticas. Cria-se a imagem e a mensagem final, aquilo que se oferece ao público. E foi aí que descobri que ser encenador era o que mais me apelava, tendo evoluído para encenador-produtor. Há mais de 40 anos representei “o menino pobre”, algo que nunca me considerei, mesmo que minha con-

ta bancária o possa confirmar (sorrisos). Sempre me senti uma pessoa rica, porque tenho imaginação fértil e ideias sempre prontas a serem executadas. Admito que a minha arte não é comercial, mesmo que faça algumas criações que até tenham boas “vendas”. Já tive a oportunidade de trabalhar em empresas onde seria bem remunerado, mas nunca senti que era o meu lugar.

Sempre pergunto: sou o que faço, ou faço o que sou?

Depois de mais de 20 anos de adulto no Canadá decidiu regressar à ilha do Pico. Que motivos o levaram a regressar à ilha da montanha?

Além dos meus pais viverem na ilha e eu estar a visitar constantemente, foi um impulso que pareceu um alinhamento dos astros. Necessitava de uma mudança na vida pessoal e

pública/artística. Novos desafios. E claro, uma saudade da terra dos meus tempos de infância. Acho que podemos dar voltas ao mundo, mas é “a nossa terra” que nos chama e que nos faz mais felizes. Nas artes também não necessitamos de estar a residir nos maiores centros. Claro que a insularidade apresenta grandes desafios.

A insularidade é um desafio para a Associação?

A insularidade é sempre um desafio. Para a associação MíratecArts, um dos objetivos é dar a conhecer-mo-nos melhor inter-ilhas, sendo a mobilidade importante. Às vezes temos de investir 2 ou 3 dias extra para ter a certeza que se pode concretizar os planos de ilha para ilha. Além das ligações e dos altos custos de transporte, que são circunstâncias negativas, temos falta de equipamentos para certos projetos.



Mas isso faz com que sejamos mais criativos. Quero deixar claro que nos Açores pode fazer-se tudo como em qualquer parte do mundo, no que respeita às artes. Às vezes temos é que nos adaptar. E, numa ilha somos mais criativos do que numa grande cidade. Por isso, o que costumo a dizer aos artistas é que estamos no melhor lugar do mundo para criação, temos é de levar esses projetos além-mar...

Com MiratecArts tem sido um enorme impulsionador na criação de projetos como o Azores Fringe Festival, Montanha Pico Festival, Roteiro de Arte Pública na Madalena, o Festival Cordas e muitos outros. Quando fundou a Associação, esperava que tivesse a dimensão que tem atualmente?

Desde 2012, que a MiratecArts promove os Açores com arte e artistas. Temos festivais, falados e galardoados internacionalmente. Janeiro começa com o Montanha Pico Festival, dedicado a cinema de cultura montanhosa ou cenário montanhoso. Na primavera chegamos a todas as ilhas dos Açores com programação do Azores Fringe Festival, o mais democrático projeto no país, por ser um festival sem júri; a ideia é se consegues fazer, estás na agenda. O verão é passado na vila das Lajes do Pico, no Forte de Santa Catarina, com concertos aos domingos ao pôr-do-sol, Música no Forte, e ainda o Lavadias, festival de cinema ao ar livre, que também tem a temática do mar, os oceanos, a água que nos rodeia. O Azores Birdwatching Arts Festival inicia o programa do outono. O Cordas World Music Festival é o mais galardoado e talvez mais conhecido no mundo porque a música é sempre mais fácil de ultrapassar barreiras. Já conseguimos dez edições, e acontece por todo o concelho da Madalena do Pico. AnimaPIX, o festival de animação, acontece na Biblioteca Auditório da Madalena com muitas atividades para os mais novos, desde o livro ilustrado ao filme animado.

A associação produz muitos projetos únicos, com artistas a solo, englobando todo o tipo de arte e artistas. Destaco na música o SOLO9VIOLA com Evandro Menezes que já foi até à Itália e ao Uruguai, e o projeto de escultura, Sorrisos de Pedra de Helena Amaral, que encontra-se em mais de duas dúzias de países. Já acolhemos mais de 3000 artistas de 64 países, incluindo, do norte a sul de Portugal, ilha da Madeira e das 9 ilhas dos Açores. A plataforma que criamos online, através do site oficial www.miratecarts.com inclui mais de 700 artistas das nove ilhas dos Açores, são os nossos colaboradores regulares.





Lançou o seu primeiro livro infanto-juvenil “Néveda nos Açores” em 2019, o qual o incentivou a fundar uma editora. Na sua opinião, a literacia infantil deve continuar a ser promovida e mais desenvolvida?

Os projetos mais importantes que podemos desenvolver são os dedicados aos mais novos ou, melhor ainda, que tenham sua participação. É imperativo que se desenvolva crianças com mais sensibilidade e a cultura artística é fundamental. Mentres abertas são mentes mais ricas. Criar a personagem da Néveda, e ter a Vera Bettencourt a ilustrar o primeiro livro foi um dos meus sonhos concretizados. O primeiro livro já está disponível em cinco línguas, e parece que vai ser publicado em mais línguas em breve. O livro já chegou a

300 livrarias em 45 países, em português, inglês, espanhol, francês e italiano. Por causa de ser uma nova paixão, pois nunca imaginava produzir para a criança em todos nós, fundei a Néveda Ent como uma editora dedicada ao livro ilustrado de grande porte. Além das aventuras da Néveda que já tem disponível outros livros, “Néveda nas Américas” e Néveda na Paisagem da Cultura da vinha da Ilha do Pico”, também publicamos livros de outros autores, destaco “O menino que queria ver a baleia azul a passar nos Açores” e livros traduzidos para português, como agora acabamos de adquirir direitos para os livros do suéco Sven Nordquist, “Pedro e Riscas”. Através da MiratecArts vamos usar a Néveda para avançar a promoção de mais arte, mais apoio à cultura artística, mais programas edu-



cativos de artistas açorianos. A MiratecArts incentiva o público infanto-juvenil pois, como diz o ditado: ‘de pequenino se torce o pepino’.

Que projetos prevê para o futuro?

Além dos festivais, que estão em constante adaptação, especialmente devido a falta de apoios e a necessidade de renovar, pretendo continuar a desenvolver cada vez mais a faceta de publicação de livros e focar um pouco mais no audiovisual. MiratecArts começou o Prémio Curta Pico para incentivar filmar na ilha montanha e o primeiro projeto conseguido foi “First Date” de Luís Filipe Borges, uma curta que já chegou a mais de 60 festivais, em todos os continentes, angariou 22 prémios e este mês arranca no streaming da Filmin. Este tipo de projeto dá uma visibilidade à ilha, aos Açores e o trabalho que aqui fazemos, como nunca tivemos antes. Com o cinema nem sempre necessitamos de lá estar, depois do trabalho estar concluído. O filme fala por si e chega a muitos cantinhos do

mundo que nós às vezes não podemos chegar pessoalmente. Eu próprio tenho uma trilogia de curtas que desejo produzir, cada uma inspirada por uma escrita de três gerações diferentes da ilha. Outra faceta do nosso trabalho que desejo investir mais é a propriedade sede da MiratecArts, a Galeria Costa, que são 2,6 hectares de terreno para os artistas desenvolverem. Neste momento temos mais de 40 obras na propriedade, visitável a qualquer hora. Entre vinhas, floresta, zona costeira da ilha, os artistas podem desenvolver novas obras, criar novos projetos, ou apenas se incentivar para algo no futuro Temos que aproveitar cada vez mais o que a natureza nos oferece e assim também oferecer arte à natureza.

Promover os Açores com arte e artistas é o meu objetivo principal; continuar a desenvolver um turismo cultural para as ilhas; criar projetos que tenham pernas para irem além arquipélago. A arte é educação, e é das ferramentas mais diversificadas da atividade humana. A arte é também, um chamamento turístico. A arte vale a pena!

A M B I E N T E

O preço da energia

Impostos, volatilidade global e o desafio da transição energética

Confesso que, de cada vez que nos deslocamos a um posto de abastecimento de combustível em Portugal e olhamos para os preços praticados, nos apetece reclamar. Mas reclamar com quem? Com os senhores da guerra, com as companhias petrolíferas, com o Governo, com a União Europeia?

A verdade é que, em cada abastecimento de combustível, os consumidores estão a pagar por muito mais do que apenas pela energia em si. Tomemos como exemplo o

valor de referência: 2€ por litro de combustível. Desses 2€, os impostos representam entre 50 a 55% do preço final, ou seja, cerca de 1,00€ a 1,10€ correspondem a impostos, repartidos entre IVA, ISP e Taxa de Carbono. Além de Portugal, mais 19 países da União Europeia aplicam impostos que ascendem a mais de metade do preço, tanto na gasolina como no gasóleo.

Se, por um lado, a União Europeia estabelece um imposto mínimo sobre os combustíveis, por outro, os Governos nacionais acrescentam o restante. Desse modo, quando algum evento externo apresenta alguma dimensão, seja a invasão da Ucrânia pela Rússia, seja o ataque dos EUA ao Irão, ou qualquer outro de índole semelhante, os preços dos combustíveis disparam, acom-

panhados proporcionalmente pelos pesados impostos, criando um efeito nefasto extensível a toda a economia e com forte repercussão no bolso dos consumidores. Em boa verdade, não existe proporcionalidade directa entre a interferência dessas guerras na produção e comércio petrolíferos a montante e o real impacto no bolso dos consumidores a jusante. Daí não se compreenderem estas grandes subidas. Importa referir, a propósito, que pelo Estreito de Ormuz apenas passa cerca de 20% do petróleo consumido a nível mundial e, desse, mais de 80% é destinado aos mercados asiáticos (China, Índia, Japão e Coreia do Sul, entre outros). Contudo, apesar de não representar um grande peso no abastecimento dos mercados europeus, os preços ressentiram-se, re-





gistando um aumento exponencial num curto espaço de tempo.

Perante esta escalada desenfreada a que assistimos, importa perguntar se algum governo está a tomar medidas efectivas para aliviar a pressão?

Para começar, encontramos uma resposta vigorosa aqui ao lado, em Espanha, cujo Governo decidiu agir através de um pacote de emergência energética de 5 mil milhões de euros, composto por 80 medidas. O IVA padrão sobre os combustíveis situava-se nos 21% e foi reduzido para 10%, provocando uma redução de cerca de 30 cêntimos

por litro. Por outro lado, os preços de venda ao público do gás butano e do gás propano foram congelados. As medidas atingiram também o sector eléctrico, através da suspensão temporária do imposto sobre o valor da produção de electricidade e da concessão de subsídios directos aos agricultores e pescadores.

Além de Espanha, também a Itália e a Áustria planearam os seus próprios cortes de impostos nacionais para protegerem os seus cidadãos. Em Portugal, o Governo criou um pacote de 150 milhões de euros/mês para mitigar o aumento do preço dos combustíveis. Também a União Euro-



peia decidiu sobre a matéria, mas ficou-se pela elencagem de meras recomendações aos governos.

Perante esta problemática, relacionada com o preço dos combustíveis, muitos dirão que a única saída para fazer face à volatilidade dos preços estará numa transição

mais rápida para as energias renováveis. Todavia, o apagão também nos mostrou que devemos ter sempre fontes energéticas alternativas. E que falta que nos fizeram os geradores a gásóleo aquando do colapso da rede eléctrica ibérica...



Vítor Afonso
Mestre em TIC

LUSO-CRIANÇA

Abril fica-nos bem



© Joana Neiva

Abril acabou agora mesmo, mas não nos podemos esquecer de abril. Até porque abril fica-nos bem. Claro que digo isto a brincar, pois (o 25 de) abril foi – e continua a ser – muito importante. Os valores que abril “abriu” foram muito marcantes para todos nós. Sem ele não teríamos liberdade de expressão, liberdade de imprensa, liberdade para estar com um grupo de amigos ou simplesmente estar na rua até à hora que nos apetecesse, entre muitas outras coisas.

É uma data marcante que devemos honrar e continuar a defender “com unhas e dentes” e cravos e palavras e tudo o que estiver ao nosso alcance pois nada está dado como garantido. Antes, outros lutaram para que hoje tivéssemos a liberdade que temos nos dias de hoje e agora somos nós que devemos lutar pela continuidade da nossa liberdade e pela liberdade das próximas gerações.

Tu sabes o que significa o 25 de abril?

Eu proponho-te 2 exercícios que gostava muito que fizessem em casa, em família e que depois me escrevessem aqui por baixo na caixa de comentários.

O 1º exercício que vos proponho é que passem numa biblioteca perto de vocês e peçam aos bibliotecários que te sugiram livros sobre este tema.

O 2º exercício que vos proponho é que perguntem aos vossos

pais, avós, tios, família... onde estavam quando se deu o 25 de abril em Portugal e o que significou para eles o 25 de abril de 1974. Depois tenta comparar com os dias de hoje e com a liberdade que tens hoje para fazer aquilo que os teus familiares antes de 1974 não podiam fazer. Vais ficar espantado com as respostas. Não te esqueças de as escrever na caixa de comentários porque eu também estou curiosa para saber.

Para terminar este artigo digo-te que estas fotos foram tiradas numa Hora de Conto que eu fiz na Biblioteca da Fundação Calouste Gulbenkian em Paris onde, em conjunto com outra atividade que decorreu antes com o artista Glaçon – cuja exposição “Orgulhosamente ABRIL” tive a oportunidade de organizar e de apresentar no Consulado de Portugal em Paris em fevereiro e março do presente ano – se juntaram turmas que aprendem o português em França. Li o livro “Do lado de fora da gaiola” do escritor Carlos Nuno Granja e trauteamos juntos a canção “Venham mais cinco” de Zeca Afonso. Posso contar-te que foi muito emocionante ver pais/famílias e crianças juntos a cantar e a contar abril.

Abril fica-nos bem, assim comecei este artigo e assim quero fechar para que continuemos sempre com abril na nossa vida e que os livros nos deem sempre as asas da liberdade de abril para voar.



Sara Nogueira

Mediadora de Leitura/Autora do projeto Literanto

TRADIÇÕES LUSAS

O chorincar do porco numa romaria às borralhadas



© Real Confraria da Matança do Porco

Quando o frio aperta e os grunhidos se ressentem, a geadas e o sincelo ocupam as manhãs seguintes, e os gélidos pingueis assomam dos beirais – a carambina que bem pende das árvores [!] – quando o chiasco é barbeiro e as falmegas espirram das chaminés, está bem de ver que vamos ter matadela de reco, e claro está, convívio e comilança. Há pouco que fazer nos campos [!]

finou-se a apanha da castanha
(que este ano até não foi nada má), ainda não acabou a trapalhada dos azeitoneiros mas, embora o frio de espreita não seja o ideal para conservação das carnes, as cevas já se apron-

tam para o golpe certo [...] A tradição, que acentuadamente se incomoda com os pressentimentos das modernidades e as ameaças da mudança, agarra-se, no entanto, ao preceito que engorda é obra de todo santo ano, o acabamento é perfeição outonal e o chorincar é pura ciência dos frios invernais. Artes do sustento! Talentos rurais! No dizer dos historiadores mais inábeis ou no instinto dos camponeses mais entendidos nos sabores

admitem que estes costumes remontam
à orgulhosa era pós-diluviana, quando se iniciou uma espécie de segunda Criação, em que foi permitido ao homem



© Real Confraria da Matança do Porco

comer carne das vítimas do sacrifício público e onde o porco se transformou no «rei» dos animais e logicamente na base da nova alimentação. Todavia, neste [soberano] achado não ficámos sozinhos, ou seja, o gosto pelas carnes tornou-se prática comum a muitos outros animais e de preferência – para nós – carne cozinhada. Mas a história, complexa e intrigante como ela é, ditou opções alimentares diversas para os diferentes povos que polvilham esta festiva casula universal, admitindo vegetarianos, herbívoros, lunáticos e proibitivos, que sem míticas explicações não reconhecem ao prolífico porco a fartura da mesa e a abundância da despensa. Contudo

a arte de degustação da carne arrepiou caminhos tais que um japonês entende que a melhor maneira de servir a «chicha» de um peixe fresco é servi-la crua (...) um esquimó prefere a carcaça da foca encruada, meia-decomposta e cortada em pequenas fatias, e um piemontês aventura-se nos vários tipos de carpaccio (...) por sua vez, um latino não prescinde de carne bem cozinhada mas não regateia novos hábitos [...] Vamos é falar de carne-carne que é tempo de porco. Deste animal que [já] em tempos pré-históricos era pleno suporte das alimentações mais tradicionais, ao contrário de bovinos, caprinos e ovinos, que, também, tinham de fornecer trabalho, ou leite, ou couros e lã. Não foi por acaso, que, noutros tempos idos, nos tempos da daimosa Cleópatra, o porco tivesse utilização total – quase irrestrita – e aparecesse para

suprir deficiências dietéticas sazonais ou a ignorância dos azeites nas frituras e nos temperos. Ou, mais tarde, resultado da hegemonia político-militar-económica dos romanos, o porco tivesse honras de imperantes quando o mandavam distribuir gratuitamente com pão, não só para manter a ordem pública como para reafirmar o estatuto privilegiado da urbanidade. Deram-lhe, por isso, atenções fiscais com o levantamento de tributos importunos e de carregos escusados. Aceitaram com saber os ensinamentos dos povos também costumeiros aos prazeres que não tem lugar na boca, mas na indispensabilidade de que para saborear é preciso ingerir. Foi assim que sacaram a arte das carnes fumadas e dos presuntos aos gauleses e fizeram dos mamilos de porca – símbolo da fecundidade – uma entrada lambisqueira dos banquetes burgueses. Bem! Como de romanos chega, ficou o que ficou e o porco deixou de ser um simples animal mas «carne» sobre patas. Transformou-se rapidamente na despensa ambulante e na personificação da poupança das civilizações mais evolutivas [...] Além da facilidade de domesticação e de criação à porta de casa, além da versatilidade alimentar, do tempo de gestação das fêmeas que não chega às quatro luas, pelo número de crias que pode andar em redor da dúzia, o porco come de tudo

a fruta caída das árvores, cascas de batatas
rapa a rama mais dura das couves, os beldrejos velhos,



© Real Confraria da Matança do Porco

até suga o rezulho dos caldos, emporcalha nabos, abóbora, graduras, castanhas folecras (...) tudo que vai direitinho para um caldeiro a que se junta a primeira água de enxaguar pratos, panelas e potes, as águas da cozedura das hortaliças e as côdeas do pão borneiro. No fim do dia, para a vianda ficar completa e de bom despacho, põe-se o caldeiro ao lume e engrossa-se com farelos e alguma cevada. O cortelho ficava [sempre] perto de casa e as pias de pedra eram os comedouros mais vulgarizados. E como atributo de aforro que era, o destino do larego quando não servia os desígnios alimentares da família, ia ajudar no pagamento de rendas, prover a governança da casa, presentear alguém por um grande favor, substituir um qualquer dote de filha casadeira, desencilacrava aflições de momento e acima de tudo servia para amearhar uns patacos com a sua venda na feira mais próxima. Claro que o porco tinha que ser bísaro, porque os outros medravam depressa de mais e o povo sempre desconfiou de esmolos fartas [...] Voltemos, então, à festa da matança e do fumeiro porque os chichos feitos da carne do lombo utilizada para encher os salpicões e a ornamentar o espeto já me arrepiam o apetite

[E] os garrotes preparados com a ponta das costelas as molejas fritas, o fígado assado, a passarinha e outras pontas de carne, tudo refogado em azeite de aparto, cebola choradeira, alho de salteio e com acertos de colorau queimoso, louro e sal areoso, desinquietam o mais ordeiro dos mortais [!] Mas a ladroeira destes dias – que vai da matança à pendura no chambril, à desmancha no dia seguinte, até à

consumação do fumeiro e do enchourçar – é uma aventura de rojões, o destino numa sopa de torresmos, uma sorte de charricos, namoricos às assaduras do lombo, derriços disto e daquilo, uma peripécia de cozidos, a proeza das sopas de alheiras e as inevitáveis bocheiras que são os primeiros enchidos a adobar, a pôr ao fumo e a consumir, abonadas do bofe, coração, de carnes ensanguentadas, riladas e gorduras esponjosas. O que ficou vai adereçado para a salgadeira da adega da casa ou para os alguidares de preparo aos enchidos que são quantos a patroa quiser, as variedades necessárias para o sustento do correr do ano ou os hábitos e costumes de cada local. Podem ser só de chichas, pão e sangue, doces com mel e amêndoa, agros e chavianos, com vinho ou com água, e até para adultos ou crianças — é o caso dos reizinhos, resultado do aproveitamento das tripas que se romperam no enchimento das chouriças. Preferências são várias, individuais e temporais. Pessoalmente, enquanto os deuses me ajudarem, os nutricionistas ciumentos não desatarem a fabricar papers e a massificar culturas em simpósios de ocasião, e as mezinhas do meu amigo padre Fontes me permitirem gozar daqueles prazeres gastrófilos que ele próprio não descuida, escolherei [primeiro] os salpicões feitos com as melhores carnes e de surças dionisíacas, também umas linguças pouco gordas

chouriças mesmo que sejam feitas com o espinhaço ou o bucho recheado com a carne que estas lhe emprestam. Naturalmente não cedo à gulodice do enchido mais

envolto em mistério – as lendárias alheiras, que nas receitas mais antigas, pelo menos em Freixo de Espada-à-Cinta e independentemente dos imaginários religiosos, as carnes de porco eram substituídas por coelho ou caçapo, perdigotos, pato e um chichado de vaca gorda – aos azedos que sendo tão pãzeiros passaram por ser alheirões ou alheiras de pobres, às históricas tabafeias que, por não terem um pedacinho de pão, quiseram ser alheiras de gente rica, às laronas de Rebordelo que, por não levarem um cibinho de alho, não deveriam ser alheiras, até às aldeãs farinhotas que, por artes da farinha, foram as alheiras dos [nossos] moleiros. Fantasias! Talvez! Também não me acanho aos absurdos renascentistas da época áurea das especiarias que deixaram nos chouriços de mel, ou nas morcelas amendoadas, os rastos do fumeiro conventual. E como não tenho nada contra

admito nos cozidos, moiras e umas tais mômas murcenses chavianos, sangueiras ou agros chouriços ensanguentados. Com menor frequência desafio os propósitos lunares para uns rijões do folhelho estufados à mistura com nacos da figadeira, uns chouriços de botelhoco – sabiamente amanhados nos termos da mornegra – umas larotas bragançanas, [e porque não?] morcelas de alho ou ainda uns folianos valpacenses acompanhados por pispernos, pelo menos para lhe testar a diferença [...] Quando a ousadia é merecida e se procuram milagres perfeitos

é a hora de desfraldar a bandeira da vitória

ferrar o galho em sonhos de princesas encantadas, desenferrujar e afiar os gumes dentários, excomungar dietas e reclamar: cascas com botelo! Para que os de além-fronteiras não julguem precipitadamente imprudências restauradoras, outras denominações se vulgarizam para esta cinderela do receituário transmontano: cozido de casulas, vasas com bulho, palhada com salpicão d'ossos, e por aí adiante. As ditas «cascas» não são mais que vagens secas de feijão [apropriado] cortadas em pequenos pedaços e o botelo das terras frias é o bulho dos mogadourenses, o palaio ou chouriço de ossos para os durienses, o bucho ou gaitreiro dos freixenistas (...) Antes de arrumar esta prosa e desterrar proibições, louvo para já, entre outras, estas fumadas iniciativas — da Feira de S. Braz ou Feira dos Presuntos (a Feira do Fumeiro de S. João de Corveira), a primogénita das feiras temáticas, com referências a meados do século XIX, às bem-sucedidas afilhadas Feira do Fumeiro de Vinhais, agora a matriarca delas, Feira do Fumeiro e do Presunto de Barroso e Feira Gastronómica do Porco de Boticas. [Diz-se] já que as uvas não morrem ao invés do porco, porque reencarnam no vinho e o vinho é um ser vivo com o qual o homem tem que se debater, resta-me aguardar que os presuntos fiquem solícitos. Pois! Que assim seja!

A matança é dia de festa e o porco é o bombo da festa!

Não admira por isso o colorido e a infinidade de sabores porcinos – de matança a matança, de lado a lado da região, de norte a sul do país, das carnes verdes aos fumados, do focinho





© Real Confraria da Matança do Porco

à ponta do rabo, do sangue ao unto da barriga [...] Na marrã servida na Feira do Naso às sopas da matança mirandenses

o cozido dos ossos de suã das aldeias montesinas
presunto afiambrado de Lamego, presunto do correge-
dor - pelos vistos - de Bragança, cozido de cristão velho da
moncorvense Açoreira, lombo de porco com pasta de azei-
tonas [Esta emblemática receita já fazia parte do elencado de
manjares propostos no livro do médico freixenista António
Franco Pimentel, no séc. XIX], nispo no forno à vila-realense,
arroz de forno de enchidos de Pitões das Júnias ou o arroz
de fumeiro da Dona Ilda Lobo [Restaurante Carvalho - em
Chaves, desde 1992], sopas de lombo de preparo à moda dos
abastados beirões durienses

colocava-se o lombo do porco em molho de vinho d'alhos
durante dois a quatro dias. Após este meritório repouso ia
direitinho da sorsa à assadura e de seguida esfatiava-se fi-
namente. Num tabuleiro de ir ao forno, bem untado com uma
bica de manteiga, acamavam-se fatias de pão com mais de
um dia e sobre elas fatias de queijo molengo o mais delgadas
possíveis, e por cima destas as postas do lombo. Cobriam-se
com miolo de pão esfarelado e tantinho de açúcar até fazer o

pleno do tacho, sempre por esta ordem. A findar, com meia
dúzia de ovos batidos quando os comensais andassem tam-
bém pela meia dúzia, regavam-se homoganeamente as so-
pas que iam directamente para uma cozedura de forno já bem
aquecido. Comida de fidalgo!

sopas de torresmos e sopas de sangue mirandesas
moadas - "filhoses" - de sangue de porco dos lagoaçeiros,
bexiga carnavalesca de Lebução, bucho com arroz de Favaio
(...) às tripas de matança durienses

A sopa de tchis... tchis... tchis!

[sopa de sarrabulho, sopa de sangue de porco ou sopa ri-
jada] É uma receita de matança - a eleita por mim de todas as
receitas de dias de mata-reca - muito vulgar por todo o Pla-
nalto Mirandês, sempre acostumada às agruras de momento.

Faz-se assim. Num tacho [preferencialmente] de barro, com
alguns dentes de alho esmagados, amoleça umas fatias de pão
trigo com o caldo da cozedura das carnes para o enchimento
das alheiras. De seguida, deite por cima uma boa quantidade
de pingue quente e azeite rijado nuns dentes de alho picado
e uma colher de colorau doce, até sentir-se o tchis... tchis...

tchis... no tacho. Entretanto coza o sangue do porco e tempere a gosto de sal, folhas de louro e dentes de alho laminados. Depois de cozido, esfarele-o por cima das sopas rijadas, cobrindo-as com fatias de maçã e/ou laranja, nozes e/ou azeitonas [...] Acompanham-na, lá p'ras bandas de Angueira, com garotes assados na brasa.

Bazulaque... Comer aquiliniano!

É receita de saber cisterciense (?) e termo de origem castelhana (!), muito comum nas festas de S. Miguel, em Tarouca. Até poderia ser designada por guisado de fressuras, caldeirada de carneiro, por sarapatel, sarrabulho, cabidela ou chanfana — porém, sempre bem adobada de presunto, chouriça gorda e moira de compostura — mas o povo só a conhece por bazulaque e, às vezes, por “badulaque” que, em certos locais, como Valpaços ou Chaves, quer dizer homem baixo, agordalhado e viandeiro. O bazulaque de Fornelos [Santa Marta de Penaguião], comida de jeirante ou de pagamentos laborais, é mais uma massada com batatas e carnes de porco que o ancestral guisado de fressuras tarouquense. Também faz parte das tradições de Armamar a Baião, de Cinfães e Resende a Mesão Frio, como comer festivo (...) Como sarrabulhada de miudezas, carnes e sangue de cordeiro, com fumados a ajudar nos temperos, sobre pão trigo esmigalhado — comia-se de adianto o anho assado e a seguir o bazulaque — ou como miolada de reco em vinagre num arraial de especiarias. Os chichados do reco tinham que estar sempre presentes!

Outra forma popularizada de preparar miolos

[apenas de porco], é através de um ensopado embrulhado em ovos batidos, mais usual como petisco de matança que como prato principal [por exemplo, os miolos ensopados de Bragança ou as açordas de Medrões]. E as milharadas da montanha de carnes variadas? [milhos escorneados ou es-

fumados, consoante o domínio das carnes — vaca e vitela ou porco e fumeiro, que ainda se fazem de Chaves a Sabrosa ou de Vila Real a Valpaços]. Quando sobravam, depois de esfriados e sem as carnes, a milharada, agora “milhos dos pobres”, era frita em azeite bem quente.

Uma milharada. Faça um refogado de azeite com cebola às rodelas, dentes de alho fatiados, pedaços de tomate se for tempo deles, míscaros de época ou couve tronchuda, salpicão ou linguiça e carne de vitela para dar outro gosto. À parte, em água temperada de sal, coza: a sangueira, a orelheira do reco, chispe e mais um pouco de chicha de vitela. Junte-lhe o caldo desta cozedura ao refogado e deixe apurar. Entretanto, depois de bem demolhados (e sem as cascas dos “milheiros” que subiram à tona da água), acrescentam-se os milhos grudados ao caldo do refogado, mexendo de vez em quando... e temos milharada de zaburro que os durienses dizem ser “à moda dos da montanha” ou “à lavrador” quando as carnes do reco ficam de vinha-d'alhos.

Não muito diferentes destes retratos gastronómicos são os milhos que a petisqueira flaviense — Restaurante Aprígio, a partir de 1954, taberna desde a década de trinta — denomina de “à transmontana”. Gosto bem deles! Também os ribeirão-penenses comemoram esta memória alimentar, referindo-os apenas como “milhos” — num cozido de carnes do porco a boiarem na milharada fina. Na Terra Fria do Nordeste Transmontano, os milhos servem apenas de acompanhamento a alguns pratos inverniais e fazem-se com grelos ou espigos incorporados e — sempre — com um acerto de chouriça bem gorda [...] Em jeito de desabafo

só lamento que do chorincar do porco o povo não tenha tido arte nem engenho para aproveitar os grunhidos.



António Manuel Monteiro
Engenheiro Agrónomo

SAÚDE E BEM ESTAR

O Pilar Invisível

Nutrição e a Ciência da Preservação da Saúde



A saúde humana, mais do que a ausência de doença, é um estado dinâmico de equilíbrio biológico, onde a nutrição atua como arquiteto fundamental. Num cenário global de aumento das doenças crônicas não transmissíveis, a compreensão dos aspectos nutricionais é uma estratégia de medicina preventiva de precisão. Este artigo explora como a complexidade bioquímica dos nutrientes interage com a nossa fisiologia para sustentar a longevidade e o bem-estar.

A Sinergia dos Nutrientes e a Bioquímica da Prevenção

A nutrição moderna foca-se na densidade nutricional, onde cada refeição é uma mensagem química às células, modu-

lando a expressão genética e regulando processos inflamatórios. Fitoquímicos em vegetais vibrantes, por exemplo, são antioxidantes que neutralizam radicais livres, protegendo o ADN celular contra danos oxidativos que levam ao envelhecimento precoce e a processos neoplásicos.

O reconhecimento da microbiota intestinal como regulador central da saúde é um avanço científico crucial. O intestino abriga trilhões de microrganismos que influenciam desde a absorção de nutrientes até à saúde mental. Uma alimentação rica em fibras diversificadas promove a produção de ácidos gordos de cadeia curta, fortalecendo a barreira intestinal e comunicando com o sistema imunitário. A



disbiose, ou desequilíbrio desta flora, está ligada a desordens metabólicas e neurodegenerativas, reforçando que a saúde começa no prato.

Hidratação e Equilíbrio Metabólico

A hidratação é o solvente universal para todas as reações bioquímicas vitais. A água transporta nutrientes e facilita a excreção de subprodutos metabólicos.

Desidratação leve compromete a função cognitiva e a eficiência energética. Respeitar os ritmos circadianos e permitir períodos de repouso digestivo pode melhorar a sensibilidade à insulina e promover a autofagia, um processo de “limpeza celular” essencial para prevenir a acumulação de proteínas danificadas.

Estratégias para a Longevidade Sustentável

A adoção de padrões como a Dieta Mediterrânea, rica em gorduras monoinsaturadas e baixa em processados, demonstra reduções drásticas no risco cardiovascular. Contudo, a bioindividualidade é crucial; o que é nutritivo para um organismo depende da genética e do estilo de vida.

“A alimentação deve ser encarada não como um ato isolado de consumo, mas como um investimento contínuo na integridade biológica.”

O Impacto Sistêmico das Escolhas Alimentares

A nutrição para a saúde individual está intrinsecamente ligada à saúde do ecossistema. A escolha de alimentos sa-

zonais, locais e minimamente processados não só garante maior densidade de micronutrientes, como também promove a sustentabilidade ambiental. Um sistema alimentar resiliente é a base para a segurança nutricional das populações, garantindo que as gerações futuras tenham acesso aos recursos necessários para a preservação da sua saúde biológica.

A ciência é clara: a nutrição é a ferramenta mais poderosa para ditar o ritmo do nosso envelhecimento e a qualidade dos nossos anos. Ao integrar o conhecimento científico com a consciência das nossas escolhas diárias, transformamos o ato de comer num manifesto de respeito pela vida, pela nossa biologia e pelo planeta que nos sustenta.



Sofia Mendes
Nutricionista



FUNDAÇÃO AEP

Longevidade

A economia que Portugal insiste em não ver

Portugal gosta de falar de internacionalização. Fala de exportações, de investimento estrangeiro direto, de clusters e de startups. Mas continua a ignorar um dos maiores motores de crescimento da economia global — e uma das áreas onde, paradoxalmente, já tem vantagens reais: a longevidade e o bem-estar.

Os números não deixam margem para dúvidas. Segundo da-

dos do Global Wellness Institute, a economia global do bem estar vale hoje cerca de 6,3 biliões de euros, cresceu a um ritmo médio anual de 6,2% entre 2019 e 2024 — acima do PIB mundial — e deverá ultrapassar os 9 biliões de euros até 2029. Não é uma moda. É uma transformação estrutural.

Em Portugal, e de acordo com a mesma fonte, esta economia representa já cerca de 6,8% do PIB, o equivalente a aproxi-

madamente 18 mil milhões de euros, colocando o país em 39.º lugar no mundo e 17.º na Europa. O setor âncora é o turismo de bem estar, responsável por cerca de 4,4 mil milhões de euros, com forte procura internacional e níveis de despesa por turista muito superiores à média.

Mas a economia do bem estar não se esgota no turismo: inclui atividade física (cerca de 3,2 mil milhões de euros), cuidados pessoais e beleza (cerca de 3,6 mil milhões de euros), alimentação saudável (cerca de 2,9 mil milhões de euros) e segmentos emergentes como saúde mental, saúde preventiva e imobiliário de bem estar — este último a crescer acima de 20% ao ano.

Apesar destes números, o debate público continua preso a uma ideia centrada no social e fortemente relacionada com o envelhecimento. A realidade é outra. A longevidade é um dos maiores motores económicos do século XXI. O grupo etário 50+ é já o maior segmento de consumo mundial e continuará a crescer, para não referir que os grandes consumidores de produtos e serviços considerados promotores da longevidade são jovens entre os 35 e 40 anos de idade.

Países que investem em prevenção, reabilitação e autonomia não estão apenas a melhorar indicadores sociais — estão a proteger crescimento económico.

A OCDE mostra que um aumento de 10% no investimento em prevenção está associado a uma redução significativa da prevalência de doenças crónicas e dos custos futuros em cuidados de longa duração.

Portugal tem aqui uma vantagem silenciosa. Já possui experiência em cuidados continuados, reabilitação, termalismo e turismo de saúde. Possui ativos territoriais raros — clima, segurança, qualidade ambiental, sistema de saúde acessível,

qualidade de vida — que outros países tentam artificialmente replicar. Mas há um ativo adicional, frequentemente subestimado, que pode acelerar decisivamente esta economia: a diáspora portuguesa. Espalhados pelo mundo, empresários e investidores da diáspora constituem a maior infraestrutura internacional de Portugal — uma rede económica viva, com conhecimento profundo dos mercados, capacidade de investimento e acesso direto a ecossistemas globais.

Num contexto em que o investimento é altamente móvel e o talento escolhe ecossistemas, esta rede pode funcionar como acelerador natural da economia relacionada com a longevidade e o bem estar, ao reduzir o risco, abrir canais de internacionalização e ligar ativos territoriais portugueses a oportunidades globais.

Pensar Portugal apenas como território é limitar o seu potencial; pensá-lo como nação global é transformar a longevidade e o bem estar numa estratégia de crescimento à escala internacional, com potencial de tirar partido de novos mercados em crescimento, como é o caso da América Latina ou mesmo África.

O problema, portanto, não é a falta de ativos. É a ausência de uma estratégia económica clara que articule território, longevidade e redes globais. Enquanto o país continuar a tratar o bem estar e a longevidade como setores marginais ou apenas como política social, continuará a desperdiçar uma oportunidade histórica.

Num mundo cada vez mais envelhecido, viver mais e melhor é uma economia. Portugal já faz parte deste ecossistema global. Falta decidir — com ambição — se quer liderar, mobilizando os seus ativos territoriais e a sua diáspora, ou se quer apenas consumir.



Paulo Dinis

Diretor Executivo da Fundação AEP



Ana João Sepulveda

Expert em longevidade e economia

GERAÇÃO SEM FRONTEIRAS

Retratos da nova emigração

Ana Rita Santos,
de Vila Nova de Gaia para a Alemanha

Em Portugal, milhares de jovens qualificados continuam a procurar no estrangeiro aquilo que o país nem sempre consegue oferecer — estabilidade, reconhecimento e perspetivas de futuro. A história de Ana Rita Santos encaixa neste paradigma e reflete esse retrato contemporâneo da diáspora portuguesa: uma economista de 27 anos que trocou a proximidade familiar por novas oportunidades profissionais em Munique, na Alemanha, levando consigo o namorado que, entretanto já é

marido, a resiliência, a capacidade de adaptação e uma identidade profundamente portuguesa. Entre desafios linguísticos, conquistas laborais e a saudade constante de casa, a sua trajetória revela as motivações, dilemas e esperanças de quem parte sem deixar verdadeiramente de pertencer. As palavras de Ana Rita Santos fazem eco às de tantos outros jovens portugueses que partiram, em busca de melhores condições de vida e de reconhecimento profissional.





O que a levou a tomar a decisão de emigrar?

A decisão de emigrar foi motivada não só pela oportunidade a nível profissional, mas também pela vontade de viver uma experiência pessoal diferente, sair da zona de conforto e alcançar uma maior estabilidade financeira a médio e longo prazo. Era uma hipótese que já tinha sido considerada anteriormente. No entanto, quando surgiu uma proposta concreta, a decisão foi amadurecida com calma e discutida em família, tendo em conta todos os impactos pessoais e profissionais. Apesar de ser uma decisão emocionalmente difícil para a família, sobretudo pela distância, senti sempre apoio e compreensão, o que foi fundamental para avançar com mais tranquilidade.

Que fatores em Portugal mais pesaram nessa decisão?

O principal fator foi o salário real, ou seja, a relação entre o rendimento auferido e o custo de vida. Para além disso, pesou também a limitação de

oportunidades profissionais e de progressão em determinadas áreas. Senti essencialmente vontade de partir, movida pela curiosidade, pelo desejo de crescimento pessoal e pela expectativa de uma nova etapa da vida.

O que procurava no estrangeiro que sentia não existir em Portugal?

Procurava um melhor equilíbrio entre vida pessoal e profissional, bem como oportunidades diferentes, nomeadamente em empresas com maior dimensão e estruturas internacionais, algo ainda pouco comum em Portugal. Tinha um plano bem definido. O facto de se tratar de uma transferência interna dentro da mesma empresa deu-me segurança e estabilidade desde o início do processo. A transferência interna foi proposta pela minha entidade empregadora, que também prestou apoio em todo o processo burocrático e na procura de habitação, o que facilitou bastante a adaptação inicial.

Esperava contactar com diferentes formas de trabalhar, de comunicar e de encarar o quotidiano profissional, obrigando-me a adaptar, a aprender

e a crescer enquanto pessoa e profissional. O contacto com outras culturas transforma-nos inevitavelmente. Tornei-me mais confiante, mais paciente e mais resiliente.

Como foi a sua chegada? Quais foram as maiores dificuldades de adaptação?

A chegada definitiva foi relativamente tranquila, uma vez que já tinha tido experiências anteriores de curta duração no país, o que ajudou a reduzir o impacto inicial.

A língua foi, sem dúvida, a maior dificuldade. Não falo fluentemente alemão. Tenho apenas conhecimentos básicos, adquiridos sobretudo no dia a dia e em situações práticas. Uma das situações mais marcantes e até engraçadas foi a nossa primeira ida ao supermercado, em que tivemos de recorrer ao Google Tradutor para perceber o que estávamos a comprar.

O clima, mais frio e cinzento durante grande parte do ano, também exigiu um período de adaptação.

Que estereótipos tinha sobre o país e descobriu que não eram verdade?



Tinha a ideia de que o custo de vida seria muito mais elevado, mas percebi que, apesar de alguns custos mais altos, a relação entre salário e despesas acaba por ser mais equilibrada.

Já enfrentou situações de preconceito ou discriminação?

Não vivi situações claras de discriminação, mas notei alguma resistência por parte de algumas pessoas em comunicar noutra língua que não o alemão. A imagem dos Portugueses aqui é bastante positiva. Somos vistos como trabalhadores fiáveis, dedicados e ver-sáteis.

Como é o seu dia a dia atualmente?

O meu dia a dia é bastante rotineiro e organizado: acordo, preparo-me, tomo o pequeno-almoço com o meu marido, utilizo os transportes públicos para ir para o escritório, cumpro o ho-

rário de trabalho e, ao final do dia, dedico-me às tarefas domésticas ou a algum hobby. Em Munique, a nossa vida é mais calma, organizada e centrada na rotina diária. Mantenho contacto maioritariamente com portugueses, o que acaba por criar uma rede de apoio mais próxima culturalmente. A construção de uma rede social foi um processo lento e desafiante. Viver longe da sua família e dos amigos de infância é, provavelmente, a parte mais difícil de todo o processo de emigração.

A distância afetou as suas relações pessoais ou familiares?

Não considero que tenha afetado negativamente. As relações transformaram-se, mas, em muitos casos, tornaram-se até mais frequentes e próximas.

Sente que é mais valorizada na Alemanha do que em Portugal?

Sim. Sinto maior valorização profissional, tanto pela recetividade às minhas ideias como pela abertura a novas oportunidades e desafios. Trabalho na minha área de formação, o que me permite aplicar e desenvolver as competências que adquiri ao longo do meu percurso académico. As condições de trabalho são superiores, sobretudo ao nível da carga horária semanal, do número de dias de férias, do respeito pelo tempo pessoal e do salário. Fiquei surpreendida com a forma direta, objetiva e pragmática com que as pessoas comunicam e trabalham.

Há algo em que considera que Portugal está mais avançado do que a Alemanha?

Sim. Portugal está claramente mais avançado na digitalização e simplificação de processos burocráticos, tornando muitos procedimentos mais rápidos e eficientes.

O que mais a desilude quando pensa no seu país?

A falta de uma visão clara de futuro, que faz com que muitas gerações cresçam a acreditar que os seus objetivos não são alcançáveis. Por vezes sentimos que a diáspora é esquecida.

Portugal continua a ser casa, mas vejo-o também como um país extraordinário onde, infelizmente, muitas pessoas vivem em modo de sobrevivência. O acesso à habitação tornou-se mais difícil, o custo de vida aumentou e a instabilidade política continua a gerar incerteza quanto ao futuro.

Que aspetos positivos encontra em Portugal e que acha que deviam ser mais valorizados?

As pessoas. Somos um povo que sabe receber, trabalhar e adaptar-se, com uma mão de obra altamente qualificada, muito para além da formação académica.

Volta regularmente a Portugal?

Sim, regressamos com bastante regularidade, em média de três em três

meses. Sinto que o ritmo acelera. Há sempre compromissos, encontros e coisas para fazer.

O que significa “saúde” para si?

“Saúde” é um eco de felicidade. Só sente saudade quem amou, quem viveu intensamente e quem criou memórias verdadeiras.

A comida é, sem dúvida, aquilo de que mais sinto falta. Mesmo quando encontro produtos portugueses, os preços são significativamente mais elevados.

Considera a emigração como solução temporária ou definitiva?

Vejo a emigração como uma solução temporária. Apesar de estarmos integrados, sentimos que Portugal será sempre a nossa casa e o lugar onde imaginamos o futuro. O regresso definitivo é algo que discutimos, mas que é influenciado por muitos fatores. Neste momento, Portugal não oferece condições para o nosso regresso.

Vê uma nova “geração de emigrantes

portugueses” diferente das anteriores?

Claramente.

É uma geração mais qualificada, mais informada e com acesso a meios de comunicação e transporte que tornam a experiência de emigração muito diferente da do passado. A razão principal pela qual os jovens hoje emigram mantém-se: procurar melhores condições de vida.

No entanto, hoje existe também a procura de desafios e oportunidades profissionais inexistentes em Portugal.

Se tivesse de enviar uma mensagem aos jovens que vivem e trabalham em Portugal, qual seria?

Se emigrar é algo que ponderam, devem experimentar. Cada experiência é única e depende muito do país e das pessoas que cruzam o nosso caminho. Somos um país à beira-mar plantado, com um clima extraordinário, uma gastronomia única e, acima de tudo, com pessoas de alma cheia.

Durante muito tempo ouvimos que fora se faz sempre melhor. Não aceitem essa ideia sem questionar.



Lídia Marques
Diretora Cultural AILD



PELA LENTE DE

Edgar Martins





O novo projeto de Edgar Martins é, simultaneamente, um projeto documental baseado numa investigação sobre eventos reais, um lipograma e um estudo antropológico imaginário. É composto por fotografias originais de Edgar Martins, imagens pesquisadas e obtidas em fóruns da 'dark web' de combatentes e militantes do regime de Gaddafi, um livro de desenhos criado por um combatente líbio em colaboração com Martins e um álbum sonoro gravadas pelo artista la Líbia

Desenvolvido no Norte de África ao longo de seis anos, este projeto baseia-se numa história e experiência comovente e profundamente pessoal: a morte e o desaparecimento de um amigo próximo de Edgar Martins – o fotojornalista Anton Hammerl – durante a guerra da Líbia em 2011.

Inspirado pela obra de Georges Perec e Georges Didi-Huberman, e tendo como pano de fundo o papel decisivo mas paradoxal que a fotografia tem desempenhado em zonas de conflito, o projeto de Martins usa a história de Anton como ponto de partida para explorar uma premissa desafiadora: como contar uma história quando não há testemunhas, provas, vestígios, e nem o próprio sujeito?

Num esforço para responder a esta questão, Martins refez o percurso de Anton, visitando os locais por onde ele viajou, o lugar onde foi raptado e encontrou o seu fim. Além disso, interagiu com um grupo restrito





de pessoas que Anton fotografou ou conheceu, e com outras que estiveram implicadas ou foram afetadas pelo conflito (militantes e os seus descendentes, rebeldes, milícias, apoiantes de Gaddafi, residentes locais, dissidentes líbios, etc.).

Ao documentar o que apenas pode ser constituído como uma ausência, a fotografia torna-se para Martins um “documento impossível”, um vestígio do fosso intransponível entre significativo e significado, entre linguagem e experiência, entre a fotografia e o seu referente.

Neste sentido, este projeto é muito mais do que uma homenagem a um amigo assassinado. Retrata uma história complexa, distorcida por ausências, que fala da dificuldade de documentar, testemunhar, presenciar, recordar e imaginar a guerra, bem como do seu ecossistema de informação/desinformação, da ética fotográfica e da representação da perda e do trauma.

O livro deste projeto inclui ensaios de autores célebres como David Company e Will Self e foi produzida em colaboração com a Human Rights Watch, a Fundação para a Ciência e a Tecnologia (Portugal) e o Archive of Modern Conflict. Este projeto de grande envergadura é o mais ambicioso e pessoal de Martins até à data. Foi reconhecido com o Sony World Photography Awards 2023, o International Photography Awards 2023 e o Hariban Photography Prize 2023.



VIAGEM LUSITANA

Xaile Preto, Capas Negras e uma Guitarra

Fado – nasceu para guardar e proteger a Alma Lusitana. Acontece, que não existe uma Certidão de Nascimento. Horário, Data, Local e Nome de quem o inventou, escreveu, tocou ou cantou revelaram-se um Enigma da História do Fado. Porém – como conhecia a solidão escolheu a Guitarra Portuguesa como sua Eterna Companheira. Um Amor, que brilha na esfera do Xaile Preto e das Capas Negras. Mesmo em Tempos Modernos e por vezes com diferentes composições musicais a vida escolheu Rainha Lisboa e Coimbra do Saber para sempre como Guardiãs do Fado, símbolo da Identidade Lusitana.

O Filme “Capas Negras”, realizado em 1947 por Armando de Miranda, reuniu Lisboa e Coimbra – o Xaile Preto da Saudade, eternizado por a grande diva Amália Rodrigues, e Capas Negras do Saber, protagonizadas na personalidade de Alberto Ribeiro. Um grande drama que na altura bateu todos os recordes de exibição e revelou-se com 22 semanas de cartaz um verdadeiro sucesso do Filme Português.

Talvez soa estranho – mas como a própria letra diz “Estranha forma de Vida” – fundamentou a aliança entre Saudade e Saber. Porém – a Sabedoria e a Vida escrevem por vezes as melhores Histórias da Humanidade, para não dizer do mundo. Não esquecendo as duas vozes, como não existem outras iguais, acompanhadas da guitarra, que encantaram e conquistaram o público.

O Filme, apesar de não contar a História da Lusitana Canção, realça, o enigma da origem, que deu origem ao grande cinema. Em 2011 a UNESCO elegeu o Fado como Património Imaterial da Humanidade. Eleição que descreve o inerente conteúdo da palavra: “fatum” latim, que significa “Destino”. O Fatalismo caminhou com a Saudade para oferecer na Escuridão da Noite a Beleza e Tristeza da Sabedoria da Vida. No entanto suas origens desconhecidas, apesar de existirem muitas teorias, que recuam até ao tempo dos mouros e árabes e “saltam” do continente europeu para Brasil e Angola, escolheram a sua própria teoria: remetem o seu nascimento para a data após 1840 no contexto social da marginalidade dos bairros populares de Lisboa – Alfama, Castelo, Mouraria, Bairro Alto e Madragoa. Origens, que de início levaram à sua condenação e rejeição por parte da sociedade, igreja e intelectualidade. O famoso quadro “O Fado” (1910) de José Malhoa retrata a origem marginal e o fatalismo. Um exemplo, que faz a contemplação do espetador recuar no tempo e quase como espreitar por as “Janelas da Casa da Mariquinhas” e viver a emoção da Alma da Identidade Portuguesa. Acontece, que o seu valor musical deixou a marginalização e caminhou para as Serenatas dos Estudantes de Coimbra e os Salões da Nobreza – conquistou Portugal para ser sua Alma. O estilo Castiço, o mais tradicional, e o Boémio, dedicado à esfera como a própria palavra diz “boémia”, começaram a

reunir a História e Cultura Lusitana. Não existe somente um estilo, mas sim diferenciadas apresentações: Fado de Lisboa, Coimbra, Vadio, Marinheiro, Corrido e Menor, somente para mencionar um pequeno extrato da exclusiva coleção de estilos. Interessante é o fato, que o Fado Marinheiro é considerado o mais antigo e o fundamento para o futuro:

“Fado Marinheiro
Perdido lá no mar alto
Um pobre navio andava;
.....
Vendo terra pela proa,
Grita alegre pela gávea:
Terras, terras de Lisboa.”

Conta a História, que Maria Severa Onofriana (Anjos – 26 de julho de 1820 – Socorro – 30 de novembro de 1846), amante do Conde de Vimioso, foi a primeira cantadeira de Fado. Trágica vida que se adapta bem ao fatalismo e à saudade. Saudade que decidiu dar a volta ao mundo. A projeção nacional para a internacional aconteceu com a Fadista Ercília Costa (Costa da Caparica – 3 de agosto de 1902 – Algés – 16 de novembro de 1985).

Mas foi na voz e na personalidade da diva Amália Rodrigues que o Fado com o seu Xaile Preto, Capas Negras e a Guitarra Portuguesa floruiu o Roseiral das Fadistas e dos Fadistas da Alma Lusitana. Com letras de grandes poetas, elegante, literário, músicas sofisticadas e nobre apresentação ultrapassou a rejeição de outrora para hoje ser a beleza cantada perante uma Altar, nos famosos palcos nacionais e internacionais, nas casas de fado, do cinema ao teatro até à Serenata dos estudantes à porta do Mosteiro da Sé Velha. Conceituadas e conceituados Fadistas e Guitarristas oferecem vida ao Património Cultural sem outro igual, a fim de continuarem um legado, que caminha para um Futuro talvez tão desconhecido como sua origem. Porém – com uma certeza: enquanto existirem vozes e uma guitarra o Fado continuará a viver e a encantar o mundo.

Com Xaile Preto / Capa Negra e uma Guitarra – silêncio, canta-se o Fado.

Boa Viagem.



Isalita Pereira
Historiadora
Poeta



| FALAR PORTUGUÊS

Que língua falava Afonso Henriques?

Latim clássico não era certamente. Não só a nossa língua provém do latim vulgar, das ruas, e não do latim clássico – como seria de estranhar que o latim, ao longo de mais de 1000 anos, não mudasse. Mudou – e mudou muito. Entre a chegada dos Romanos ao Ocidente da Península e o momento em que Afonso Henriques se torna rei, passaram séculos e séculos – mais séculos, aliás, do que já passaram entre o tempo de Afonso Henriques e o nosso próprio tempo.

Quando Afonso Henriques nasce, nas ruas já ouvíamos algo com características que hoje consideraríamos muito portuguesas e muito menos latinas.

Como exemplo, já se notaria a queda do «n» e o «l» em muitas palavras que, noutras línguas (como o castelhano) ainda se mantêm – por exemplo, a «luna» latina passou a «lua» no português e manteve-se «luna» no castelhano.

Apesar de ser já, em traços largos, a nossa língua, ninguém usava a designação «português» para a língua. O termo comum seria «língua», a linguagem do dia-a-dia, desprezada e sem forma escrita. Era, no entanto, mesmo sem nome, uma língua completa. As línguas vão mudando ao longo dos séculos, transformando-se e dividindo-se, mas – na oralidade – nunca estão numa fase imperfeita ou decadente. Estão sempre em contínua mudança. (A escrita é outra história...)

Agora, a surpresa: a tal linguagem que saía da boca de Afonso Henriques desenvolveu-se, a partir do latim vulgar, numa parte do que é hoje o Norte de Portugal – mas também na Galiza. Naquele momento, não havia uma fronteira linguística entre o novo reino e o reino a norte. A língua de Afonso Henriques era a língua latina própria do território da antiga Galécia romana. Para sermos precisos, a língua desenvolveu-se numa parte do território da Galécia, que incluía parte daquilo que é hoje o Norte de Portugal e a Galiza, como explicado no livro *Assim Nasceu Uma Língua*, de Fernando Venâncio, excelente leitura para quem quiser saber mais sobre a origem da nossa língua.

Por altura da fundação do reino, a tal linguagem da rua, a língua da Galécia, começou a ser escrita – e há, aliás, muito boa literatura naquilo que hoje chamamos «galego-português» (um nome que ninguém usou até muitos séculos depois). A língua própria da antiga Galécia era uma língua que chegou a ser usada pelos reis castelhanos para escrever poesia – e foi usada, como aprendemos na escola, por D. Dinis na sua poesia e, cada vez mais, em documentos oficiais. Era o nosso português antes de se chamar português.

A língua da Galécia tornou-se a língua do novo reino de Portugal. Com alguma naturalidade, séculos depois, começou a aparecer o nome de «português» como designação da língua do reino – sem que a língua deixasse necessariamente de ser a mesma que se falava ainda a norte do Minho, na Galiza.

E no Sul? Na altura em que Afonso Henriques se tornou rei de Portugal, o Sul estava sob domínio muçulmano. A língua da população era, no entanto, o moçárabe, ou seja, a particular evolução do latim no Sul da península. Com a expansão do novo reino de Portugal para sul, a língua do Norte começou a invadir os novos territórios, sofrendo algumas influências do moçárabe e, através deste, do árabe. A língua da Galiza e do Norte tornava-se, também, a língua do Sul de Portugal.

Como a capital ficou estabelecida em Lisboa, a forma particular da língua nessa cidade ganhou um prestígio particular, sem que tal significasse que fosse, de alguma maneira, a melhor forma de falar a língua. No Norte, o português continuou a ser falado como sempre foi. Mesmo na Galiza, onde a língua foi, durante séculos, raramente usada na escrita, a população continuou a falar, pelos séculos fora, algo muito próximo do que saía da boca dos portugueses do Norte.

Nas últimas décadas, com a expansão do uso do castelhano na Galiza e com a uniformização da língua portuguesa centrada nos usos do Sul (uma uniformização que não é completa, mas tem aproximado a forma de falar dos portugueses de todo o país), os galegos e os portugueses do Norte começaram a sentir uma divergência mais marcada naquilo que se fala na rua a norte e a sul do Minho.

Mesmo assim, ainda hoje há uma surpreendente proximidade entre o que se fala dum lado e doutro da fronteira entre Portugal e a Galiza – e note-se que estamos a falar de uma das mais antigas fronteiras do mundo. Muitos galegos ainda falam galego e nós, claro está, falamos português.

Todos nós, portugueses e galegos, falamos qualquer coisa que descende da língua que se ouvia em Guimarães – mas também em Tui – quando Afonso Henriques se tornou o primeiro rei de Portugal.



Marco Neves

Universidade Nova de Lisboa

| FISCAL

Walking dead

O calendário fiscal é um ritual que se deve prestar muito atenção, uma das datas mais marcantes é a entrega da declaração de IRS. Muitos contribuintes por puro desconhecimento da lei fiscal portuguesa, apesar dos esforços em a AT disponibilizar cada vez mais tutoriais, guias, informação diversa, vão como zombies gerindo a entrega das suas declarações de IRS e muitas vezes em modo automático, sem se aperceber a alhada em que estão.

No outro dia, uma cliente francesa por ainda não conhecer o português, não se pode juntar a comunidade zombie da entrega das declarações de IRS e contactou-me para lhe ajudar nesta tarefa. Por defeito de profissão, antes de lidar como o seu IRS fiz um diagnóstico completo da sua relação com a AT com base nas informações disponíveis no portal das finanças e apanhei um susto não por ter descoberto mais uma zombie, mas por ver o tamanho da alhada em que estava metida.

Tentei perceber porque tinha optado pelo enquadramento do IVA pelo artigo 53, que permite emitir facturas sem IVA, obtive aquela resposta clássica e maravilhosa, fiz como toda a gente faz. E perguntou-me porque lhe fazia esta pergunta. Comentei que o valor comunicado tinha sido muito



baixo, porque ao fim de três meses já tinha ultrapassado o limiar para emitir as facturas com IVA e com retenção na fonte. Ora, tinha assim emitido facturas sem IVA a maior parte do ano, quando estava obrigada emitir por imperativos legais com IVA e, por conseguinte, não tinha apresentado as respectivas declarações de IVA e também não tinha deduzido o IVA a que teria direito a deduzir. Já para não falar que não tinha ideia do que era o e-factura. Quando lhe expliquei o pesadelo em que estava metida, lá tivemos que anular uma série de facturas, entregar declarações de IVA, pagar IVA em atraso e convencer os clientes que tinham que pagar o IVA relacionado com as facturas anuladas.... Para evitar que fosse ela a o fazer...

Depois desta aventura intensa, a cliente pensava que os problemas tinham ficado para trás, mas tive mais uma vez chamar a sua atenção para a

realidade, tendo-lhe comentado que já tinha passado um ano desde o início de actividade e que já deveria ter comunicado a sua actividade junto da Segurança Social, pago contribuições sociais e entregue declarações trimestrais.

Finalmente, lá consegui fazer a declarações de IRS.

Neste caso, como noutros, os clientes têm tendências a ver os honorários de contabilistas como um custo, quando deveriam encarar como um investimento na sua tranquilidade.

A verdade é simples e pouco popular: na fiscalidade, o custo de não saber — ou de ignorar — paga-se. E paga-se com juros, coimas e, muitas vezes, com a frustração de quem sente que podia ter evitado tudo e quando comparado com os honorários do contabilista, vemos que um valor tão insignificante permite evitar grandes dores de cabeça.

O mais curioso? Nada disto é excepcional. Repete-se todos os anos, com pessoas diferentes, atividades diferentes, mas com o mesmo padrão: a gestão reativa. Preocupar-se com impostos só quando eles aparecem é como conduzir olhando apenas pelo espelho retrovisor. Pode funcionar durante algum tempo. Até deixar de funcionar.

E quando deixa, já é tarde demais.



Philippe Fernandes
CEO Cisterdata



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

Entre em contacto para discutir o potencial da sua marca.
info@amostradeletras.pt

amostra
deletras.pt

Want to live in Portugal?



Get the number one agency

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

Ei![®]
Assessoria
Migratória

eimigrante.pt