



grande entrevista

# Joaquim Pires

Das presidenciais  
aos investimentos em Portugal

**Celso Martins**  
Nome incontornável  
do Judo em França

pág 58

**Quim Barreiros**  
há 50 anos a levar alegria  
ao povo português

pág 106

Miss  Portuguesa **2021**  
França



2016



2017



2018



2019

# Descobre o que há em ti!

— Inscreve-te até 11 de julho de 2021 —

através do email: [missportuguesafrance@gmail.com](mailto:missportuguesafrance@gmail.com)

**Final - Casino do Estoril | 19 de agosto**



**CONCESSIONAIRE/CONCESSIONÁRIA**

Éxito Régie Publicitaire  
19, avenue James de Rothschild  
77164 FERRIÈRES EN BRIE - França

**ASSOCIADOS**

Armando Freire  
Fernando Amorim  
Joaquim Filipe  
José Gomes de Sá  
Lídia Sales

**PROPRIÉTAIRE/ PROPRIETÁRIO**

JOSÉ GOMES DE SÁ  
CONT. Nº 128 275 863  
Rua do Sino, nº9  
3640-050 CUNHA SERNANCELHE - Portugal

**REDACTION / REDAÇÃO**

Rua do Sino, nº9  
3640-050 CUNHA SERNANCELHE - Portugal  
19, avenue James de Rothschild  
77164 FERRIÈRES EN BRIE - França

**DIRECTION ÉDITORIALE**

**DIRECÇÃO EDITORIAL**  
Lídia Sales | +33 611 853677  
*lidiasales@lusopress.tv*

**REDACTION / REDAÇÃO**

Isabel Oliveira | +33 699 669 662  
*isabeloliveira@lusopress.tv*  
Wilkerson Alves | +33 624191 665  
*wilkersonalves@lusopress.tv*

**COLLABORATEURS / COLABORADORES**

Carlos Gonçalves  
Daniel Bastos  
Joaquim Alberto  
Nuno Cabeleira  
Paulo Pisco  
Pedro Gomes  
Pedroso Leal  
Reitor Nuno Aurélio  
Victor Ferreira

**DESIGNER ET PAGINATION**

João Cazenave  
*joaocazenave@lusopress.tv*

**DIRECTION COMMERCIAL**

**DIRECÇÃO COMERCIAL**  
José Gomes de Sá | +33 618 447 455  
*gomesdesa50@gmail.com*

**SERVICE FINANCIER / SERVIÇO FINANCEIRO**

Amparo Conseil

**IMPRESSION / IMPRESSÃO**

Multiponto, SA  
Rua da Fábrica, 260 - 4585-013 Baltar

**STATUT ÉDITORIAL / ESTATUTO EDITORIAL**

*www.lusopress.tv/magazine*

ISSN: 1968-6366

I.N.P.I. Nº NATIONAL 08/3550245

ERC 126147

[lusopress@gmail.com](mailto:lusopress@gmail.com)

[www.lusopress.tv](http://www.lusopress.tv)



# O mês de março

## crónica da direcção

**D**esde março de 2020 que o mundo mudou e o nosso quotidiano também. Começámos a viver com medo, a desconfiar de com quem nos cruzamos, a não nos abraçarmos, a não convivermos com amigos e familiares, sempre com a esperança de que em breve voltemos a viver e tudo voltará a ser como antes. Para que a normalidade se instale é necessário que a vacina chegue a todos o que me parece muito difícil.

Ainda que com circunstâncias adversas nunca foi opção da equipa da Lusopress baixar os braços, continuámos sempre a trabalhar e agora com um novo projecto — o Lusopress Book — onde iremos mostrar o que de melhor tem Portugal. Fotografias a documentar e textos que motivarão o leitor a descobrir Portugal. Este livro será elaborado em parceria com os municípios e a apresentação prevista para novembro, por altura do 16<sup>a</sup> aniversário da Lusopress.

A 8 de março é comemorado o dia Internacional da Mulher, sempre rodeado de polémicas e controvérsias. Enquanto uns atribuem a origem deste dia ao ano de 1911 com a greve das mulheres que trabalhavam em Nova York numa fábrica onde ocorreu um incêndio, outros há que afirmam que este surgiu na Revolução Russa em 1917. O importante é que neste dia e nos restantes 364 de todos os anos as mulheres sejam respeitadas nos locais de trabalho, sem discriminação.

Lídia Sales — [lidiasales@gmail.com](mailto:lidiasales@gmail.com)

01 crónica da direcção

04 grande entrevista  
Joaquim Pires em destaque

---



12 empresas e empresários  
Jovens portugueses, em França, desenvolveram o software Baticlic, solução para empresas de construção

---



32 empresas e empresários  
Livraison au domicile ou à emporter?

40 Lusopress Book  
“As memórias da minha terra”  
um olhar sobre Vale de Cambra pela voz de Arlindo dos Santos

---



46 política  
Eleições Presidenciais 2021 decorreram no Consulado de Portugal em Paris de forma tranquila

58 desporto, cultura e lazer  
Celso Martins é um nome incontornável do Judo em França

---



72 desporto, cultura e lazer  
Teatro Passagem de Nível celebra 40 anos em plena pandemia, mas mantém acesa a chama do amor pela arte

106 especial minho  
Quim Barreiros há 50 anos a levar alegria ao povo português

---



134 crónica  
Pimenta, pimentinha e pimentão



- SAUDADE -  
LE PLUS LUXUEUX  
ET PERFORMANT VOILIER  
DE LISBONNE



VENEZ VIVRE UNE EXPÉRIENCE INOUBLIABLE  
À BORD DE NOTRE VOILIER DE RÊVE

LOCATION À LISBONNE, CAISCAIS, TROIA, ALGARVE...

Nuit à bord

Journée

Week end

Promenade

Évènements privés

Et plus encore...

NOS BATEAUX MOTEUR AVEC OU SANS SKIPPER

Princess 45



Jeanneau 650



RÉSERVATION

*Lady Lisboa*

(+33) 6 32 98 28 34

(+351) 926 409 780

contact@lady-lisboa.com



[WWW.LADY-LISBOA.COM](http://WWW.LADY-LISBOA.COM)



De empresário de sucesso, a Cônsul Honorário de Portugal em Nice, Joaquim Pires é uma figura emblemática da comunidade portuguesa do sul de França.

## Joaquim Pires em destaque Das presidenciais 2021 aos investimentos em Portugal

**A** notável história do Serip Groupe começa em 1958. O pai de Joaquim Pires deixa o regime de Salazar em Portugal e fixa-se em França onde começa a trabalhar na construção de pontes, estradas e túneis. Alguns anos depois, foi morar com a família em Sainte-Maxime,

onde retomou sua profissão original: construir vilas. O filho Joaquim já sabia desde a infância que queria estudar arquitectura. Mas, quando tem 16 anos, o destino atinge a sua família. O pai sofre um grave acidente e Joaquim tem de terminar prematuramente a escola. O jovem Pires não desanimou

e fundou o seu primeiro negócio aos 19 anos. O seu pai, recuperado do acidente, acaba por ser o seu primeiro funcionário. A primeira empreitada que Joaquim Pires obtém como empreiteiro é a construção de uma moradia com mais de 150 m<sup>2</sup>. É o início de uma longa e bem sucedida carreira,

# INOVA

communication

Inova-communication est un acteur de référence dans la mise en œuvre de solutions, télécom & réseaux ainsi que pour les services qui y sont associés.



Téléphonie



Informatique



Internet



Domotique



Audiovisuel



Copieur

**06 59 01 17 14 - 01 64 54 98 99**

**23 avenue Scotté, 91700 Sainte-Geneviève-des-Bois - France**

**[contact@inova-communication.com](mailto:contact@inova-communication.com)**

**[inova-communication.com](http://inova-communication.com)**



onde Joaquim Pires cria e realiza centenas de moradias, escritórios, garagens, jardins e parques.

#### **Serip Groupe**

É o criador das casas que constrói e o autor de belas residências na Baía de Saint-Tropez. Joaquim Pires colabora com arquitectos para dar consistência aos seus desenhos e criou uma empresa de construção para erguer os seus projetos, uma carpintaria para a produção de portas e móveis personalizados, uma empresa de jardinagem que planifica e executa os jardins exteriores, um gabinete de decoração responsável pela arquitectura interior das moradias, uma agência imobiliária que promove as vendas e empresas de gestão que controlam todo o processo. Joaquim Pires é responsável por toda a cadeia, desde a negociação com o cliente até à entrega das chaves. As moradias construídas por Joaquim Pires são casas luxuosas, com piscinas de interior e exterior, salas de cinema e de desporto, saunas e jardins. Estas são realizações pensadas criteriosamente para uma região frequentada por pessoas abastadas. Joaquim Pires fundou uma holding que permite que tudo seja criado sob o rótulo de qualidade do Serip Groupe. Actualmente, os seus negócios empregam mais de 80 pessoas e colaboram muitas outras empresas locais



As moradias construídas por Joaquim Pires são casas luxuosas, com piscinas de interior e exterior, salas de cinema e de desporto, saunas e jardins.



dirigidas por portugueses que ele próprio ajudou a instalar. Uma das missões a que se propôs foi a de mudar a falsa imagem dos portugueses junto dos franceses que não conheciam muito a personalidade dos seus vizinhos europeus criando uma nova reputação.

#### **O lado associativo**

Joaquim Pires é também vice-presidente da Delegação da Região PACA da CCIFP. O dinamismo dos empresários portugueses no sul de França não passou despercebido pela Câmara de Comércio Franco Portuguesa (CCI-FP). Em 2013, foi criada uma delegação na região Provence-Alpes-Côte d'Azur (PACA). Começou por ser presidente, sendo agora o número dois da organização que organiza, anualmente, uma gala de verão em Sainte-Maxime para atrair a atenção dos portugueses que vivem e trabalham longe de Paris.

#### **Cônsul Honorário em Nice**

No passado, Joaquim Pires foi convidado por um diplomata para se tornar cônsul honorário no Mónaco, convite que recusou pela vida ocupada que tinha. Mais recentemente, recebeu uma segunda proposta, desta vez do Cônsul Geral de Marselha, Pedro Marinho Costa e Joaquim, desta vez, aceitou. O Consulado Honorário de Nice é um posto apoiado pelo sector privado. O empresário

residente em Sainte-Maxime contribuiu para a renovação do escritório e, ainda hoje, assume uma grande parte das despesas. Possui amplos poderes e agora pode realizar quase todos os actos consulares, ajudando muitos portugueses que residem entre 100 e 300 quilómetros do Consulado de Marselha.

#### **Análise às Eleições Presidenciais de 2021**

Joaquim Pires é Cônsul Honorário de Portugal em Nice, desde 2016. Foi nesta condição que analisou a afluência dos portugueses às urnas na região do Sul de França, nas presidenciais de 2021. “Tive o grande prazer de estar no Consulado de Nice, onde tivemos as eleições pela primeira vez para a presidência da república. Foi fantástico, e temos um presidente fantástico, que foi eleito à primeira volta com uma percentagem importante. Tivemos uma boa adesão de votantes no nosso Consulado, com 1,07% de participação. Este consulado só está aberto há quatro anos e foi a primeira vez. Ter tido estes resultados foi fantástico, ficamos em segundo lugar em toda a França. De salientar que tivemos mais de 60 pessoas que não puderam votar, porque não tinham a direcção neste consulado, mas a situação já se encontra a ser tratada”.

Perante a ideia de que os portugueses que estão fora de Portugal contribuem de forma pesada para a alta abstenção nas eleições,

Joaquim Pires reforça que todos têm de continuar a ter o direito de votar. O Cônsul reforçou, assim, o papel importante dos emigrantes para a dinamização de Portugal. “Portugal já passou por muitas fases, mas os portugueses que vivem fora do território físico português nunca lhe viraram as costas. Os portugueses cá fora são mais patriotas do que alguns que lá vivem. Nós ajudamos mais Portugal quando está em crise do que aqueles que lá estão, temos um amor pelo país que não têm noção. Por isso, o direito ao voto é mais do que merecido”.

No seu trabalho como Cônsul, destaque para a construção do Memorial, em Beausoleil, em homenagem aos soldados portugueses que participaram na I Guerra Mundial. A cidade que faz fronteira com o Mónaco tem cerca de 15 mil habitantes, dos quais 5500 são portugueses.

“Sempre ouvi falar por várias pessoas dos portugueses que morreram na Primeira e Segunda Guerra Mundial. Aqui, em França, nunca se falava dos portugueses que morreram na guerra. Por isso, achei importante ter aqui um monumento para os homenagear”.

#### **Investimentos em Portugal**

Para além de Cônsul Honorário de Portugal em Nice, Joaquim Pires destaca-se na comunidade portuguesa do sul de França pelo seu empreendedorismo. É o rosto máximo



da Serip Groupe, uma holding especializada na construção e promoção de moradias de luxo.

Depois do sucesso em França, Joaquim Pires está também a deixar a sua marca em Portugal. Está a abraçar um projeto de construção na zona de Faro, no Algarve. “Gosto muito do Algarve, assim como a minha esposa que é francesa. Ela sente-se muito bem lá. Consegui transmitir o amor que tinha pelo meu país à minha esposa. Para além de estar a construir uma vivenda para nós, o grupo está a apostar na região de Faro porque é uma região muito bonita. Aquela zona merece produtos de mais qualidade, e acho que posso transmitir um pouco do que sei lá naquela região. Estamos a fazer um condomínio fechado fantástico com 38 moradias, com vista para o mar, passeio virado para o sol, jardins e mobílias com excelentes acabamentos. Já há pessoas interessadas”.

Mais do que ganhar dinheiro, Joaquim Pires tem-se focado no bem-estar dos clientes e daqueles que o rodeiam. “Estas vivendas vão ser um sucesso enorme, e vou fazer um preço em conta. Não vou vender para fazer dinheiro com o objetivo de enriquecer, eu só quero viver bem. No final da vida, uma pessoa deixa tudo”.

A paixão que tem por Portugal é inquestionável. Por isso, a palavra final é de esperança, união e cooperação entre os portugueses. “Hoje em dia, com a dificuldade que estamos a viver no mundo com o Covid, temos de ser ainda mais unidos. Entre os portugueses de Portugal e os que estão fora. Temos de ser mais unidos, mais comerciais do nosso país, que é fantástico. Aos empresários, espero que sejam mais irmãos uns dos outros, que ajudem as empresas portuguesas a exportar e implementarem-se noutros mercados. Temos de ser um pouco mais patriotas”. 







VOTRE DISTRIBUTEUR DE MATERIEL ELECTRIQUE

# EURELEC

# DISTRIBUTION



[contact@eurelecdistribution.com](mailto:contact@eurelecdistribution.com)



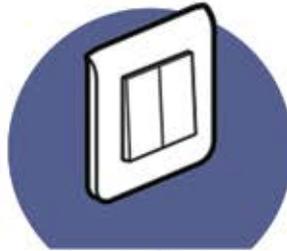
[@EurelecDistribution](https://www.facebook.com/EurelecDistribution)



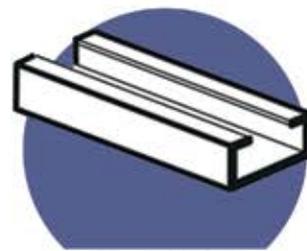
**Chauffage**



**Sécurité &  
Communication**



**Appareillages**



**Conduit &  
Cheminement**



**Réseau Informatique  
& VDI**



**Eclairage**



**Fils & Câbles**



**Appareillages Industriel  
& Tertiaire**



**Noirot**  
**EATON**



**ACOVA**  
**:hager**



**EFAPEL**

**legrand**

**atlantic**  
CHAUFFAGE ÉLECTRIQUE ET CHAUFFE-EAU

**Schneider**  
Electric

**LEDVANCE**

**Schlemmer**  
Priority & Service Plus

**DEVIN**

Depuis 1997, des partenariats avec les plus grandes marques

## NOS AGENCES

### Croissy-Beaubourg

9 Rue Ambroise Croizat  
77183 Croissy-Beaubourg  
Tél : 01 82 35 00 64

### Noisy le Grand

3 Rue Sancho Panca  
93160 Noisy-le-Grand  
Tél : 01 82 38 00 99

### St Maur - La Varenne

58 Bvd de la Marne  
94210 La Varenne-Saint-Hilaire  
Tél : 01 55 97 26 26

### Carrières sur Seine

44 Rue Charles François Daubigny  
78420 Carrières-sur-Seine  
Tél : 01 82 38 00 76

### Bondy

203 Avenue Gallieni  
93140 Bondy  
Tél : 01 82 38 00 93

### Plaisir

8 Rue des Frères Lumière  
78370 Plaisir  
Tél : 01 30 81 65 51

### Montesson

46Ter Avenue Gabriel Péri  
78360 Montesson  
Tél : 01 34 80 60 84

### Viroflay

122 Avenue du Général Leclerc  
78220 Viroflay  
Tél : 01 30 24 24 00

### Paris 14<sup>e</sup>

100 Rue de l'Ouest  
75014 Paris  
Tél : 01 53 90 19 97

### Boa Vista - Leiria

Rua Nova 40 IC2 KM 129  
2420-399 Boa Vista, Portugal  
Tél : +351 244 720 520



### Croissy-Beaubourg

9 Rue Ambroise Croizat  
77183 Croissy-Beaubourg  
Tél : 01 82 38 00 30

# Jovens portugueses, em França, desenvolveram o software **Baticlic**, solução para empresas de construção

Daniel Teixeira e Carlos Santos são dois jovens portugueses, em França, que se destacam pela inovação. São os responsáveis pela Baticlic, um software de negócios, criado à medida para gerir os problemas do dia-a-dia de uma empresa de construção civil.

**D**epois de alguns anos a estudar o mercado da construção, dois jovens sentiram que nenhuma solução de gestão atendia às necessidades deste setor. De carpinteiros, eletricitistas, a pedreiros, as suas necessidades podem ser comuns, mas também diferenciadas. Foi deste ponto de partida que Daniel Teixeira e Carlos Santos criaram a Baticlic, um software de apoio à gestão. Para além de profissionais programadores, os jovens portugueses estão há vários anos envolvidos no setor da construção, por isso conjugam as necessidades da área com simplicidade, velocidade, flexibilidade e qualidade.

“Desenvolvemos uma aplicação que permita ajudar os empresários a potencializar as suas margens, levando a cabo uma gestão ao detalhe desde as compras dos produtos, ao stock, de forma a maximizar a sua margem. Por outro lado, também conseguem ver o percurso das suas obras em tempo real, estarem mais atentos aos projetos e não terem mais prejuízos. Com esta aplicação é possível ter um planning, ver onde os funcionários estão em cada momento, em cada dia”, explicou Carlos Santos.

As vantagens são muitas, e permite às empresas controlar de forma mais eficaz os seus processos e gastos. “Neste caso, um chefe de obra pode controlar tudo, pode ver onde o funcionário vai estar em cada tempo, e no fim do mês pode ver o balanço do trabalho de cada funcionário, onde esteve, número de horas que trabalhou. Pode consultar e emitir faturas em qualquer local, a qualquer momento”, acrescentou Daniel Teixeira.

Preparar, coordenar, gerir e monitorizar. Tudo isto é possível com a Baticlic, tendo sempre informações atualizadas a cada momento. O software continua em aperfeiçoamento constante. O objetivo é que qualquer pessoa consiga trabalhar com ele. “Continuamos a desenvolver e





01 64 26 11 11



1 avenue de la Trentaine,  
77500 Chelles, France.  
Appelez-nous au 01 64 26 11 11.



Ambulance Type A et B  
Ambulance d'occasion  
Véhicule de Police Municipale  
Véhicule de particuliers  
Taxi - TPMP  
VSL - VLM





# BATICLIC

Logiciel Bâtiment



a melhorar. Tentamos simplificar ainda mais para não ser complexo para algum tipo de pessoas. Não queremos abranger pessoas só da nossa idade, queremos abranger todo o mercado, até pessoas que não estão habituadas a mexer em computadores. Funciona simples, de maneira a que todos consigam interagir e manusear a aplicação”, referiu Daniel Teixeira.

O software Baticlic permite automatizar a forma de trabalhar das empresas. Para o futuro, existem já novas ideias a serem implementadas na aplicação, como sugeriu Carlos Santos: “talvez implementar um sistema que seja capaz de enviar faturas

automaticamente para o Governo, e conseguir que as pessoas interajam entre si, a partir do mesmo alojamento. O objetivo é que tempo seja ganho, pois tempo é dinheiro”.

Se tem uma empresa no setor da construção, a Baticlic é a aposta certa para economizar tempo, oferecer novos serviços e aprimorar ferramentas de comunicação. Vá a [baticlic.fr](http://baticlic.fr) para mais informações. “O programa permite alcançar margens, os projetos conseguem crescer e assim, podem investir em novos projetos. A Baticlic permite gerir a empresa da melhor forma”, concluiu Carlos Santos. **LJ**

**Distributeur officiel de MEO SATELLITE ZON TV CABO**

**ZON TÉLÉ GARE**

**meo TÉLÉ GARE**

**TELEVISION HIFI VIDEO MENAGER**

**SATELLITE ANTENNES DEPANNAGES**

**Télé GARE**  
F.DA SILVA  
01 42 83 48 46  
Depuis 1968

[www.telegare.fr](http://www.telegare.fr)  
[www.artysat.com](http://www.artysat.com)  
[www.tv.cabo.fr](http://www.tv.cabo.fr)  
Distributeur installateur agréé

**TV, LCD et PLASMA des GRANDES MARQUES à PRIX-BAS**

**VOCÊ ESCOLHE! NÓS INSTALAMOS**  
**1<sup>er</sup> INSTALADOR EM FRANÇA**  
**UM TÉCNICO AO VOSSO SERVIÇO:**  
**06 14 35 17 28**

**01 42 83 48 46**

113 bd de Champigny 94100 Saint Maur  
Prés gare RER de Champigny & RN4



*Toute la générosité et les saveurs du Portugal*

Fabrication artisanale  
depuis 1982

[www.canelas.fr](http://www.canelas.fr)



# SERIP GROUPE

PROMOTION IMMOBILIERE GOLFE DE SAINT-TROPEZ

Serip Groupe est une holding spécialisée dans la construction et la promotion de villas de luxe dans le Golfe de Saint-Tropez dirigée par Joaquim Pirès depuis 35 ans avec plus de 600 réalisations !



Serip Groupe met tout en œuvre afin de vous offrir ce qu'il se fait de mieux, et de proposer des demeures personnalisées, au travers des couleurs, du mobilier, des aménagements intérieurs ou des jardins paysagés. Villas d'inspiration modernes ou plus classiques, lignes futuristes, tant qu'il y a de l'imagination, les possibilités sont infinies...





C'est en interne, dans le bureau d'étude et dans le cabinet d'architecte intégrés du groupe, que toute la partie conception se passe.

Forte de sa longue expérience professionnelle, Serip Groupe sait associer efficacité et savoir-faire avec créativité et caractère.



Chefs d'entreprise, sportifs de haut niveau, célébrités tous ont fait confiance à Serip Groupe. Tout est conçu dans le respect des règles de l'art et dans le choix de matériaux de grandes qualités.

**INVESTISSEMENT IMMOBILIER AU PORTUGAL  
UN ACCOMPAGNEMENT PERSONNALISÉ**

**SERIP GROUPE**  
Promotion immobilière  
Real Estate Development  
2, avenue de la Liberté  
83120 Sainte-Maxime  
+33 4 94 43 89 15  
[www.seripgroupe.com](http://www.seripgroupe.com)

# Effigest é parceiro dos restaurantes Pedra Alta na hora de combater a crise

A Lusopress foi conhecer o trabalho da Effigest, uma empresa com escritórios em Portugal, França e Inglaterra, que atua na área da contabilidade e apoio à gestão de empresas. Numa altura complicada no que ao setor económico diz respeito, a Effigest tem estado ao lado dos seus clientes. Destaque para os restaurantes Pedra Alta.

**A** Effigest é uma empresa com vários anos de experiência na prestação de serviços técnicos de apoio à gestão, especialmente nas áreas da contabilidade, gestão social e processamento de salários, fiscalidade, auditoria, e apoio geral administrativo com o serviço jurídico adequado. Com escritórios em Portugal, França e Inglaterra, a empresa presta assistência a empresas que portuguesas que queiram instalar-se nesses países ou aprofundar conhecimentos sobre o sistema contabilístico e fiscal francês e inglês. Num contexto económico e legislativo em evolução permanente, a Effigest entende que as empresas devem poder otimizar os diferentes parâmetros que influenciam na sua progressão. É, por isso, necessária uma resposta às necessidades intensas, duráveis e crescentes: uma concorrência larga, modificações organizacionais e tecnológicas rápidas, uma evolução constante das disposições fiscais e sociais. É aqui que entra a Effigest como o parceiro ideal. Sendo uma empresa polivalente, traz uma resposta a esta problemática com um procedimento adaptado às especificidades de cada empresa, da sua cultura e dos homens e mulheres que a compõem.

## O parceiro nas horas difíceis

De forma a conter a propagação da Covid-19, foram vários os governos que decretaram medidas restritivas e de confinamento. Um destes exemplos foi o encerramento dos restaurantes. França não foi diferente, e os empresários deste setor preveem um futuro complicado.

José Duarte é proprietário da empresa de contabilidade Effigest, que tem escritórios em Portugal, França e Inglaterra. Em entrevista à Lusopress, José Duarte explicou que um dos seus principais clientes em França é a cadeia de restaurantes Pedra Alta. A abertura



prevista dos restaurantes e a situação dos colaboradores são problemas em cima da mesa. “À semelhança de todos os restaurantes, aguardamos o anúncio do Governo. A data prevista de 20 de Janeiro para voltar a abrir o setor não se concretizou. Agora contamos com uma abertura para final de Março, início de Abril. As equipas estão mobilizadas para aguentar até essa altura. Tentamos manter a motivação”, começou por contar José Duarte. Os restaurantes Pedra Alta têm 14 espaços abertos ao público, envolvendo várias equipas de trabalho. Com o encerramento ao público, o tempo tem sido aproveitado para melhorar internamente o ambiente dos restaurantes de forma a consolidar o conceito do Pedra Alta. Todas as equipas, sejam da cozinha, de sala ou administrativos, estão mobilizados para começar a trabalhar, logo que assim seja possível.

O turismo proveniente da China era muito significativo para os restaurantes Pedra Alta. Ainda assim, José Duarte salienta que o go-

verno francês está a disponibilizar meios para ajudar o setor da restauração, muito importante a economia do país. “O turismo era uma parte da clientela do Pedra Alta. Quanto mais concentrados em Paris, maior a probabilidade de ter turistas, nomeadamente de origem asiática. Esperamos retomar essa componente logo que possível. Será pouco a pouco, de forma progressiva”.

A Effigest tem clientes de diferentes setores de atividade, mas sem dúvida que a restauração e o turismo são os que têm sido mais afetados pelas restrições da pandemia de Covid-19.

Já no final, José Duarte deixou uma mensagem positiva para todos os clientes da cadeia de restaurantes Pedra Alta. O desejo é que em breve estejam de portas abertas, prontos a receber os clientes. “Pensem positivo, o Pedra Alta estará sempre de portas abertas pronto a receber os clientes com bom ambiente, boa comida. Brevemente espero encontrar-vos nos Pedra Alta”. ■■■



COMPLÉMENTAIRE SANTÉ<sup>(1)</sup>  
**DESTINÉE AUX PROFESSIONNELS  
ET ENTREPRISES DE TOUS LES SECTEURS D'ACTIVITÉ<sup>(2)</sup>**

Optez pour une assurance qui offre une protection complète à vos équipes et à vous-même.<sup>(3)</sup>



**BILAN  
GRATUIT  
DE VOS  
GARANTIES  
ACTUELLES**

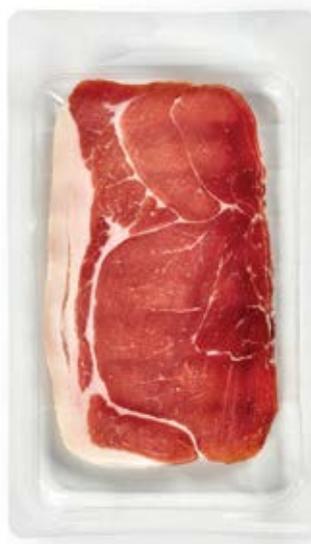
Chacun de nos clients mérite une attention unique. Contactez votre conseiller habituel.  
[Plus d'infos en agence et sur \*\*cgd.fr\*\*](#)

Caixa Geral de Depósitos, S.A. - Succursale France - Banque - 38, rue de Provence - 75009 PARIS - Téléphone 01 56 02 56 02 - Fax 01 56 02 56 01 - Mandataire d'assurance lié immatriculé au Portugal à l'ASF sous le n.º 207186041, notifié à l'ORIAS en tant qu'intermédiaire d'assurance en libre établissement en France - Siren 306 927 393 RCS Paris - APE 6419Z - Ident. Intracommunautaire FR 88 306 927 393 Siège Social : Av. João XXI, 63 - 1000-300 Lisboa, Portugal - Capital Social € 3 844 143 735 [www.cgd.pt] - CRCL et NIPC n.º 500 960 046 - Fidelidade - Companhia de Seguros, S.A., entreprise régie par la législation portugaise, dont la Succursale pour la France est sise au 102 Terrasse Boieldieu - Tour W - 24<sup>ème</sup> étage - CS 50134 - 92085 Paris La Défense Cedex, immatriculée auprès du Registre du Commerce et des Sociétés de Nanterre 413 175 191 - Crédits photo : iStock by Getty Images™ - Document non contractuel. Publicité.

<sup>(1)</sup> Contrat responsable et solidaire au sens des articles L. 871-1 et R. 871-1 et 2 du Code de la sécurité sociale. <sup>(2)</sup> Contrat collectif à adhésion obligatoire (pour les entreprises) ou facultative (pour les professionnels). <sup>(3)</sup> Voir conditions en agence.

# A SEL aposta no mercado da charcutaria fatiada.

A empresa é pioneira na apresentação de charcutaria tradicional em formato fatiado.



A empresa, conhecida pela sua charcutaria de Porco Preto de Campo e Presunto VARANEGRA, produz cerca de 25mil kg de charcutaria por semana, encontrou uma forma mais cómoda e económica de fazer chegar os seus produtos aos consumidores.

A SEL avançou com a criação de uma unidade de fatiagem, o projeto foi realizado junto à empresa SEL na cidade de Estremoz –

Alentejo, um investimento de um milhão e quinhentos mil euros. O objetivo é adaptar às novas tendências de mercado e dos consumidores, apresentar o seu produto em vários formatos.

Na SEL a charcutaria é uma arte e, sobretudo, uma tradição, então pretende-se reforçar, melhorar e diversificar a sua oferta ao mercado no que respeita aos produtos de charcutaria tradicional. A nova linha está equipada com a melhor tecnologia do mercado. **L■**

CONSTRUCTION  
et RENOVATION

ENTREPRISE  
DA SILVA CASALINHO

Port. 06 07 02 31 70  
Tél: 01 45 90 39 80  
dasilvacasalinho@orange.fr

94500 CHAMPIGNY

Contact: Mr DA SILVA Armindo

# La signature de l'excellence



OZOIR-LA-FERRIÈRE

RÉSIDENCE SAINT-ANTOINE

Depuis plus de 25 ans, le Groupe Saint Germain a pour vocation de développer en Ile-de-France des opérations immobilières qui se caractérisent par la sélection de leurs emplacements, le soin apporté à leur architecture ainsi que l'emploi de matériaux nobles vous garantissant un patrimoine de qualité.

01 64 66 05 54  
[www.groupestgermain.com](http://www.groupestgermain.com)



# Êxito Régie Publicitaire apresenta o Grupo Lusopress



“**A** Êxito Régie Publicitaire é uma empresa de comunicação social que pretende divulgar e informar a diáspora portuguesa espalhada por todo o mundo. Sediada em França, a Êxito Régie Publicitaire é titular do grupo Lusopress, que tem grande presença na comunidade portuguesa que se encontra em França, Bélgica, Luxemburgo, Reino Unido, Brasil, Canadá, Estados Unidos, entre muitos outros pontos do globo. O grupo Lusopress engloba vários meios de comunicação, sendo eles a Lusopress TV, a Lusopress Magazine, Portugueses de Valor, 10 Nomes 10 Histórias, Miss Portuguesa França e Lusopress Book”.

É com este texto que é feita a apresentação da empresa detentora do Grupo Lusopress, numa brochura que dará a conhecer todos os meios de comunicação e de todas as acções que o Grupo Lusopress dispõe, às Agências de publicidade, Centrais de compras, empresas, etc.

Sabendo da importância da divulgação e de informação que os nossos tempos exigem, o Grupo Lusopress oferece os diversos meios para a promoção/divulgação dos vossos serviços e produtos. 





SAVEURS DU MONDE

# O' Fado market

Epicerie - Produits d'ailleurs - Rôtisserie - Plats à emporter



Spécialités portugaises, italiennes, asiatiques, brésiliennes, espagnoles...

04 94 45 54 30

244, route du Plan de la Tour - 83120 Sainte Maxime

ofado83@gmail.com -  O Fado Epicerie

# Corticeira Amorim revela tecnologias inovadoras para erradicar o TCA detetável

As tecnologias anti-TCA mais ecológicas e eficientes do mundo são lançadas simultaneamente para rolhas de cortiça natural e rolhas técnicas de cortiça

**A** Corticeira Amorim, a maior empresa mundial de produtos de cortiça, anunciou hoje o lançamento da Naturity e da Xpür, tecnologias desenvolvidas para remover o TCA detetável das rolhas naturais e criar um novo segmento de rolhas microaglomeradas, respetivamente.

A investigação para desenvolver a tecnologia Naturity, com patente pendente, iniciou-se em 2016 com a NOVA School of Science and Technology e baseia-se nos princípios da dessorção térmica através de uma utilização, exclusiva e não sequencial, de pressão, temperatura, água purificada e tempo. Nenhum elemento artificial é usado no processo, o que facilita a extração de mais de 150 compostos voláteis, incluindo o TCA. Com lançamento a nível mundial, a Naturity expande o desempenho de TCA não detetável no segmento de produtos de cortiça natural, ao mesmo tempo que reforça os resultados operacionais da NDTech, o serviço de rastreio avançado que analisa e remove individualmente qualquer rolha de cortiça natural com mais de 0,5 nanogramas por litro (ng / L) de TCA.

Ensaio exaustivos de engarrafamento, envolvendo vários produtores de vinho, produziram resultados exemplares em termos da medição do impacto do tratamento no desempenho da cortiça, com ensaios adicionais de validação de terceiros a serem conduzidos o mais rapidamente possível com o Instituto Geisenheim, na Alemanha, e os laboratórios Campden & Chorleywood, no Reino Unido.

Outro desenvolvimento anunciado hoje é a tecnologia Xpür da Corticeira Amorim, desenvolvida para estender o desempenho de TCA não detetável para rolhas microaglomeradas. A Xpür aprimora a aplicação convencional de CO<sub>2</sub> supercrítico, desenvolvida há várias décadas, e redesenha e atualiza o conceito, com a tecnologia do século XXI. A nova e inovadora abordagem da Corticeira Amorim usando este sistema utiliza apenas 25% da energia e apenas 10% do CO<sub>2</sub> anteriormente necessário.

Além disso, a Xpür consegue resultados de níveis de redução de TCA para 0,3 nanogramas por litro (ng / L) em rolhas microaglomeradas tratadas, deixando intactas as propriedades físico-mecânicas da cortiça. Como resultado, a gama de rolhas microaglomeradas da Corticeira Amorim apresenta a maior percentagem possível de cortiça e não necessita de soluções químicas adicionais para manter as propriedades naturais da cortiça, nomeadamente as importantíssimas taxas de compressibilidade e expansão.

A Xpür será utilizada no tratamento das rolhas técnicas Neutrocork Premium e QORK – esta última empregando um ligante inovador, feito exclusivamente com polióis de origem vegetal e assim esperando poder conseguir uma redução de vários milhões de unidades na quantidade de rolhas plásticas descartáveis no mundo.



Comentando este marco histórico, António Amorim, Presidente e CEO da Corticeira Amorim, referiu que: “Estas tecnologias resultam de robustos investimentos financeiros, tempo e dedicação em I&D por parte da nossa equipa. Apesar dos obstáculos que 2020 colocou no caminho de todos, conseguimos cumprir a promessa feita de que íamos conseguir um desempenho de TCA não detetável em todos os segmentos de rolhas de cortiça até ao final do ano. Este é o nosso compromisso para com os nossos 30 000 clientes em todo o mundo – para garantir a qualidade e consistência dos seus produtos e assegurar que a preferência dos consumidores pela cortiça só possa ficar mais forte.”

## Sobre a Corticeira Amorim

A Corticeira Amorim é o maior grupo de transformação de cortiça do mundo com mais de 780 milhões em vendas consolidadas anuais. Fundada em 1870, a empresa detém hoje dezenas de unidades de negócio espalhadas pelos cinco continentes, exporta inúmeros produtos para mais de 100 países e conta com uma rede diversificada de 30 mil clientes. Assentando a sua atuação em fortes credenciais de sustentabilidade, e desenvolvendo uma atividade com impacto positivo na regulação do clima, a Corticeira Amorim disponibiliza um conjunto de soluções, materiais e artigos para algumas das atividades mais tecnológicas, disruptivas e exigentes do globo, como serão exemplos as indústrias aeroespacial, automóvel, vinhos, espumantes e espirituosas, construção, desporto, energia, design de interiores e design de produtos. 



**SARL DIAS MIRANDA**

**Maçonnerie Général et Menuiserie**



41 rue Emy les Près  
95240 Corneilles-en-Parisis  
Tel: **06 61 18 45 28**  
[sarl.dias.miranda@hotmail.fr](mailto:sarl.dias.miranda@hotmail.fr)

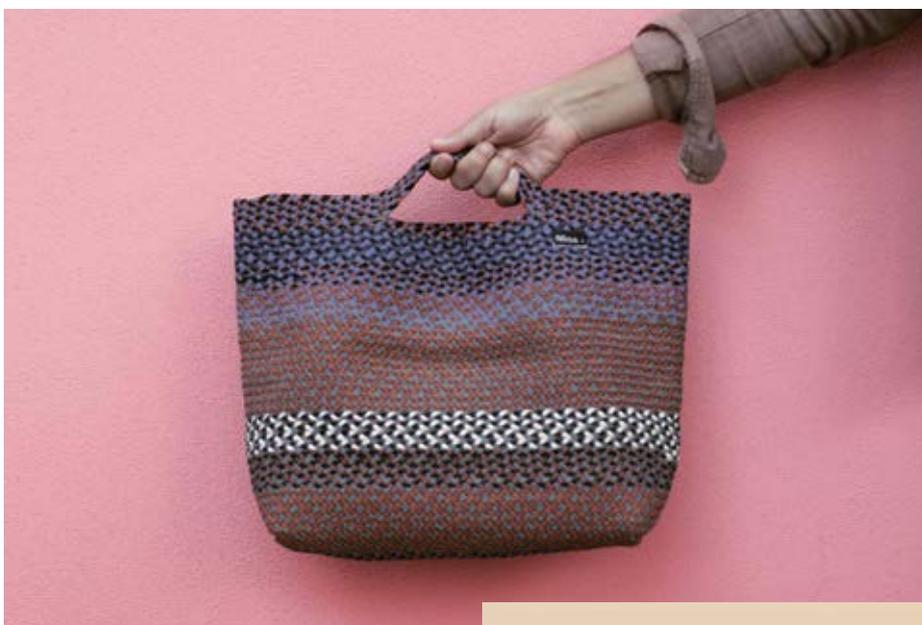
Fundada em 1985, a Vianatece teve como fonte inicial de inspiração os seus famosos “Tapetes de Trapo”, mas tem vindo a desenvolver toda uma série de artigos que se caracterizam pela sua qualidade e funcionalidade. A empresa desenha e dá vida a arrojados artigos que preenchem a necessidade de um público atento, não apenas à sua utilização quotidiana, mas também ao seu desenho inovador.

## Especial região do Minho: Vianatece é referência mundial na tecelagem artesanal

**A** Vianatece é uma empresa de origem familiar de referência mundial na Tecelagem Artesanal. Foi fundada em 1985 em Viana do Castelo. “A nossa história começa com os meus pais, há 35 anos, numa aldeia em Viana do Castelo. Tudo começou com um tear em madeira, sem qualquer parte mecânica, tudo feito com as mãos e com os pés, sendo uma atividade totalmente manual. De um tear, foi-se evoluindo para todos estes teares que hoje tem a empresa, de diferentes tamanhos e que hoje proporcionam diferentes desenhos para se fazer”, começou por explicar Catarina Carvalho, filha dos fundadores da empresa. Hoje, Catarina e o irmão Eduardo desempenham um importante papel na empresa, dando continuidade e inovando num negócio iniciado pelos pais.

Inspiração inicialmente pelos seus famosos “Tapetes de Trapo”, dá vida a arrojados artigos que preenchem a necessidade de um público atento, não apenas à sua utilização quotidiana, mas também ao seu design inovador, qualidade e simplicidade. “A essência da Vianatece, e que continua a ser a nossa mais-valia continua a ser os tapetes de trapo. Utilizamos materiais que são excedentes da indústria. Utilizamos o algodão, inicialmente na indústria da moda, e nós começamos por ir às fábricas buscar esses desperdícios para fazer tapetes de trapos. Depois, evoluímos para outros materiais com outras indústrias e produzimos hoje com linho, algodão e outras fibras para criar uma diversidade nos produtos”.

Em 2004, a Vianatece cresceu. Ou melhor, da Vianatece surgiu a Letheshome, uma marca que é o resultado da indústria e tecelagem para o retalho. “Este projeto surge da necessidade de transpormos aquilo que estávamos a produzir e passarmos para uma loja em que todas as pessoas pudessem ver



o que estava a acontecer na parte da produção. Com a Letheshome, privilegiamos tudo aquilo que é nacional. A intensão inicial foi criar uma montra para os nossos produtos, aquilo que a Vianatece estava a produzir na fábrica, e que estivesse visível a todo o público. Mas era também para dar palco e estabelecer colaborações com artistas locais. Exemplo disso é que todos os anos lançamos uma coleção relacionada com Viana e com as tradições, e temos parceria com fotógrafo Victor Roriz e com o designer Rui Carvalho. São desenhos tradicionais alusivos à nossa cidade que transformamos em coleção para casa”. A Letheshome tem duas lojas abertas ao público, uma no Porto e outra em Viana do Castelo, mas tem também uma loja online, que lhe permite chegar a um público mais alargado. “Temos vários clientes em Paris, por esta ligação emocional a Portugal”.

Vontade de fazer mais e melhor é a essência





# SAVEURS<sup>®</sup> DU PORTUGAL

# o seu supermercado português!



da Vianatece. Por isso, não se ficaram apenas pela criação da Letheshome. “Em 2011 surge a MOAi, uma marca ligada com os desperdícios têxteis, mas mais para a área de moda e acessórios para a casa. A MOAi faz cestinhas, carteiras, chapéus, todo um complemento de acessórios para casa e moda”. Por último, surgiu a Darono. Nome que a internet obrigou a ter, mas que se lê Dar o Nó. “Aqui a base é a trança e focamos em peças de mobiliário têxtil, num mobiliário maleável como um puff, um tapete de dupla face, redes feitas à medida de vários espaços, para criar jogos de sombras, ou até camas de rede. Tem outro segmento de mercado, mas também utiliza todos os desperdícios têxteis e as técnicas são feitas manualmente”.

Focada numa pegada ecológica reduzida, a Vianatece destaca-se pelo aproveitamento de centenas de milhares de KG de desperdício da indústria têxtil por ano. “Todas as marcas que fomos desenvolvendo ao longo do tempo têm sempre uma essência comum a todas: trabalhos manuais. Privilegiamos o trabalho manual, o artesanato, as técnicas manuais e, depois, pelos materiais que utilizamos, pois tudo são peças feitas a partir de desperdícios têxteis. Há um reaproveitamento das indústrias para transformar numa gama alargada que vai desde casa até à parte de fashion”.

A Vianatece assegura, com mérito, uma produção industrial através de teares manuais. Conjuga, de forma perfeita, a inovação com a tradição. “Há determinadas áreas da empresa que mantemos totalmente artesanal. Os teares continuam a ser de madeira, na marca Dar o Nó as redes são feitas à mão. Mas também precisamos de inovação para nos mantermos competitivos no mercado. Com a Vianatece temos as máquinas de sublimação, impressoras digitais que nos permitem criar trabalhos com impressão de alta resolução. Temos uma máquina de corte digital, que acelera muito esta produção, e são cortes muito mais rigorosos que manualmente. É uma sinergia entre o manual e a tecnologia que nos permite criar esta combinação perfeita”.

Os produtos Vianatece estão, hoje, em praticamente todo o mundo. Depois de um pro-

jecto de internacionalização da empresa com resultados positivos, seguiram-se novas oportunidades em tempo de pandemia. “Sentimos uma quebra porque os nossos clientes são os retalhistas que vendem para o cliente final. Naturalmente, isso parou. Contudo, houve um incentivo e apoio do Estado para a produção de máscaras e batas, que aproveitamos. Decidimos abraçar essa causa e começamos a produzir. Como o investimento, fizemos aquisição de máquinas que também nos ajuda na

nossa atividade normal da empresa”, explicou Eduardo Carvalho.

De Viana do Castelo para o mundo, a Vianatece promete continuar a fazer a diferença. “Queremos continuar a inovar, a introduzir no mercado novos produtos e novas técnicas, melhorar os processos para que tudo seja mais sustentável em termos energéticos e em termos de recursos. A nossa base é ecológica, por isso que todo o processo esteja de acordo com esta filosofia”, concluiu Catarina Carvalho. **L**



quem sabe...  
...sabe!

O sr. José Manuel proprietário do Restaurante Barrosá disse que: "Trabalhamos com a melhor carne autóctone nacional e com o melhor grelhador do Mercado. Porque somos únicos..."





## GRESILVA

Inovação em Grelhadores

[www.gresilva.pt](http://www.gresilva.pt)

Lisboa - 219 628 120 | Porto - 229 829 947/8

gresilvagrills
 gresilva\_grills



GROUPE  
**ARTHUR BRAS**  
BÂTISSEUR D'EXCELLENCE



*De retour à Vémars, le **Groupe Arthur Bras** vous propose de découvrir son nouveau concept de Résidences et Maisons de **GRAND STANDING**.*

*D'un aspect architectural résolument contemporain, cet ensemble immobilier s'intègre parfaitement dans un environnement agréable et préservé. Bordé de forêts et de champs, tout en ayant accès à moins de 5 mn à l'A1 pour **PARIS** et l'aéroport **CDG**. Cette situation géographique de premier choix assure un avantage certain à ces logements pour y vivre à proximité de son travail ou pour répondre à la **forte demande locative** du secteur.*

*« **Les Villas** » représente **35 MAISONS** parfaitement intégrés dans un ensemble harmonieux où plusieurs résidences de petite taille sont construites par le Groupe Arthur Bras, Promoteur/Constructeur.*

*Vous aurez le choix entre 4 modèles de 86 à 106 m<sup>2</sup> habitables plus garage*

*Ces maisons seront livrées clé en mains avec les prestations haut de gamme.*

*Pour les résidences, vous pourrez découvrir **nos STUDIO, F2 et F3** agrémentés pour certains de Jardins, balcons ou terrasses avec vue sur le parc.*

*L'accès sécurisé, l'ascenseur et les parkings en sous sol font parties des nombreuses prestation que nous vous proposons de découvrir en contactant notre service commercial.*

*D'autres programmes en cours de commercialisation.*

**Groupe Arthur BRAS**

3 avenue Albert 1er – 60 300 SENLIS

Tél : 03 44 57 70 15 / Fax : 03 44 57 56 86 / Mail : [arthur.bras@wanadoo.fr](mailto:arthur.bras@wanadoo.fr) / Site : [www.arthur-bras.com](http://www.arthur-bras.com)

**INFO/VENTE**

**06.87.83.77.79 et 06.81.02.68.96**



**GROUPE  
DSA**

## NOTRE MÉTIER : VOTRE FAÇADE



Leader sur les marchés de l'**ENTRETIEN** et de l'**HABILLAGE** de **FAÇADES**, le Groupe DSA est le résultat d'un développement constant au fil des projets qu'il s'est vu confier et le fruit de son adaptabilité aux besoins sans cesse renouvelés de ses clients et partenaires.



**NOS VALEURS ET NOTRE CULTURE D'ENTREPRISE :  
L'HUMAIN AVANT TOUT**



### **NOS ENTITES et nos agences satellites**

**AC Ravalement**  
4, Rue du Pérou  
91300 Massy  
01 69 75 16 30

**DSA**  
4, Rue du Pérou  
91300 Massy  
01 69 75 18 70

*Agence Satellite Rouvroy*  
505, Rue Claude Bernard  
62320 ROUVROY  
01 69 75 16 30

**DSA AQUITAINE - Isomar**  
14, Rue Pierre Gauthier  
33320 Eysines  
05 56 38 38 38

**DSA MEDITERRANEE**  
ZA Plaine du Caire IV  
183, Rue des Safranés  
13830 Roquefort-la-Bédoule  
04 42 01 65 50

**DSA MIDI-PYRENEES**  
10, Rue Jean Damoyssel  
31100 Toulouse  
05 61 16 35 85

*Agence Satellite Castries*  
246, Rue de la Bandido  
34160 CASTRIES  
04 42 01 65 50

# NOS ACTIVITES :



Bardage



Couverture



Isolation



Parement



Ravalement



Rénovation



Serrurerie

## PROXIMITE ET SAVOIR-FAIRE

Bardage, couverture, isolation, parement, ravalement, rénovation, serrurerie : autant de domaines qui permettent au Groupe DSA d'offrir une vraie valeur ajoutée et des solutions adaptées aux attentes de chacun de ses clients, « **PROFESSIONNELS** » comme « **PARTICULIERS** ».

LA SATISFACTION CLIENT,  
NOTRE ENJEU MAJEUR



Arlindo DOS SANTOS  
Président du Groupe DSA

Retrouvez-nous sur :

[WWW.GROUPEDSA.FR](http://WWW.GROUPEDSA.FR)

Mais aussi sur :



GRUPE  
**DSA**  
[www.groupedsa.fr](http://www.groupedsa.fr)

# Livraison au domicile ou à emporter?



O agravar da crise e os sucessivos confinamentos, decretados devido à pandemia, penalizam brutalmente a restauração. As associações do sector alertam para as fortes quebras no negócio. Para muitos estabelecimentos, a «luz ao fundo do túnel» tem sido o modelo de entregas, conhecido popularmente como «take-away». Se quiser elevar o serviço «delivery» do seu restaurante a um nível superior, sustentável e eficiente, a Lusopress apresenta as melhores soluções de grelhadores disponíveis no mercado.

Com a crise provocada pela pandemia, a restauração foi um dos sectores económicos mais afectados. Milhares de empresários foram obrigados a reinventar os seus negócios. No passado mês de Janeiro, registou-se uma quebra de 61% na faturação em 79% das empresas do sector. Neste momento turbulento, os restaurantes necessitam urgentemente de manter as portas abertas, encontrando no take-away a solução viável para os seus negócios. Contudo, este «novo» conceito deve afirmar-se após a pandemia. Assim sendo, os empresários precisam entender as características deste novo modelo de negócio, onde a produção de quantidade em pouco tempo, com equipas pequenas e num espaço reduzido, é um desafio diário.



Os hábitos alimentares também sofreram alterações devido à pandemia. Com o sedentarismo, provocado pelo teletrabalho, muitas pessoas passaram a cuidar da sua alimentação de forma mais criteriosa, colocando assim os grelhados, comida pobre em gorduras, no topo das opções mais procuradas.

As mudanças exigem sempre desafios. Para ajudar a fintar a crise, vamos apresentar os melhores grelhadores no mercado.

Há ainda quem insista que o carvão é a melhor forma de grelha, tanto a nível de sabor, bem como para a Saúde e meio ambiente. Esta ideia deve-se a alguns factores como, a falta de informação, tendências de mercado e o facto de ainda existirem profissionais que manuseiam de forma irrepreensível o carvão. Um grelhador a carvão num restau-

rante ou take-away, significa um gasto avolumado de recursos, tendo em conta que precisará de um profissional especializado dedicado apenas à grelha. Além de perder espaço para armazenar o carvão, terá de deixá-lo sempre aceso. O fumo produzido pelo grelhador obriga a possuir uma exaustão com alguma capacidade para extrair a gordura acumulada. Além disso, uma limpeza deficiente destes materiais pode provocar graves danos na saúde através da inalação de gases libertados como o enxofre e mercúrio. A exposição prolongada e silenciosa a estes componentes pode causar doenças cancerígenas ou pulmonares.

Segundo os especialistas, a questão ambiental poderá ser o próximo desafio a superar pela humanidade. Assim sendo, é importan-

te sublinhar que as emissões de gases com efeito de estufa, como a combustão de carvão, contribuem para o aceleração das alterações climáticas.

Mas já pode cozinhar os seus grelhados com calor limpo e Amigo do ambiente. Os grelhadores GRESILVA, pelo seu conceito de brasa sem carvão, com a fonte calorífica na lateral permitem grelhar de forma rápida, económica e saudável. A forma como estão concebidos, permitem uma boa capacidade produtiva num espaço reduzido, são fáceis de manusear e de limpar, e não carecem de uma exaustão muito sofisticada (comparando com o carvão).

A GRESILVA apresenta três linhas de dimensão para os seus grelhadores horizontais. A linha 5 é uma nova dimensão de grelhado-



res que visa dar resposta aos clientes com problemas de espaço, permitindo uma maximização da área de cozinha. A Linha 7 é de média dimensão com excelente capacidade produtiva e a Linha 9 assume as medidas da maioria das grandes cozinhas profissionais e apresenta-se em seis modelos, para as diferentes necessidades de tipo de grelha e de área de grelhagem.

Um dos pontos fortes do take-away é o tradicional Frango no Churrasco, fazendo assim a alegria de muitas famílias portuguesas ao longo dos anos. Para isso, a GRESILVA apresenta o GHPI R3/850 — Este Grelhador distingue-se por ser compacto, permitindo ter 3 grelhas rotativas de frango aberto em simultâneo num espaço reduzido. Este modelo permite variadas utilizações: grelhas para frango aberto, espetos de rodízio, espetos de leitão, grelhas cilíndricas e todos eles combinados entre si de acordo com a dimensão de cada um. Se procura um grelhador para uma churrasqueira ou restaurante, com elevada capacidade de produção e máxima qualidade de confeção, este GHPI R3/850 é a escolha ideal.



### *Grelhadores horizontais a gás*



GHPI R2/800 Multifuncional

GHPI R3/850

GHPI R6/850



## O seu sucesso é a nossa missão.



**Ofertas completas em soluções de telecomunicações,**  
serviço de qualidade em telefonia VoIP para o servidor de telecomunicações IPBX.



**Tão simples e prático para o uso diário,**  
centralize toda a sua telefonia, internet, serviços móveis ... em uma única fatura.



**Gerenciamento diário de seus parques de TI,**  
fornece uma gestão completa do seu sistema informático.

### Costa - Cprt - Criar

- Mais de 30 anos de experiência
- Mais de 200 empresas clientes na França
- Presença nacional
- Suporte comercial e técnico local



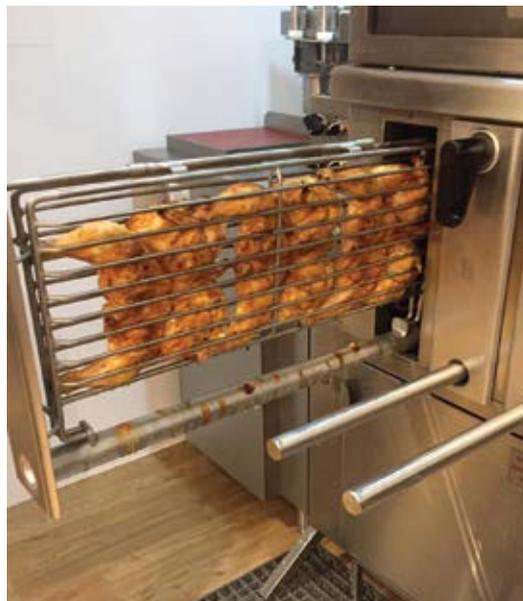
[costa@costa.fr](mailto:costa@costa.fr)



[www.costa.fr](http://www.costa.fr)



+33 1.48.30.14.14



Ainda dentro da linha 9 de grelhadores horizontais, o GHPI R6/850 também é uma opção interessante para o take-away, sobretudo para quem dispõe de espaços reduzidos. Este modelo «maneirinho» confecciona diversos grelhados em modo rotativo. A sua versatilidade permite a utilização de diferentes espetos e grelhas em simultâneo, combinados entre si e de acordo com a dimensão de cada um. Assim pode preparar, ao mesmo tempo, frango de churrasco, leitão e um succulento costelão, de forma rápida e higiénica.

Se preferir, a GRESILVA ainda tem disponível uma gama de grelhadores verticais. Este modelo é perfeito para conseguir um verdadeiro e reconfortante frango à portuguesa, isento de gordura e de resíduos carbônicos. A velocidade de produção destes aparelhos também vai surpreendê-lo.

Pode escolher entre uma gama de quatro grelhadores verticais de duas, três, quatro ou cinco grelhas para uma capacidade de até 15 frangos, dependendo das necessidades de produção. Embora concebido essencialmente para o frango de churrasco, o Grelhador Eléctrico Vertical GRESILVA, permite ainda a confecção de outras carnes, como por exemplo a espetada ou entrecosto. Estes Grelhadores permitem a irradiação de calor 100% natural, que não altera a qualidade ou o paladar dos alimentos grelhados, mantendo o seu valor nutritivo.

Cada vez mais consumidores preocupam-se em praticar uma alimentação saudável. A hotelaria e a restauração devem fazer um esforço para disponibilizarem ementas saudáveis e a facultarem ao consumidor informação clara sobre os métodos e as tecnologias culinárias que utilizam, por forma a assegurarem um serviço que corresponda às expectativas de qualidade gastronómica e nutricional.

Sem esquecer que os restaurantes procuram acima de tudo rentabilidade e divulgar a oferta nos meios digitais, incen-

### Grelhadores verticais eléctricos



GV 3 eco

tiva ao consumir à compra e relembra-o e marca presença com o seu restaurante.

Neste momento, existe notoriamente uma vontade por parte dos profissionais da restauração em manterem-se ativos e resistentes às novas circunstâncias, por isso a GRESILVA continua a ter muita procura de informação e a apresentar as suas melhores soluções.

A GRESILVA dá-lhe as condições para que o seu negócio fuja à crise provocada pela pandemia, colocando o seu estabelecimento na vanguarda da restauração. Pode contar com os melhores grelhadores para confeccionar alimentos saborosos e saudáveis de forma sustentável, rápida e amiga do ambiente. 



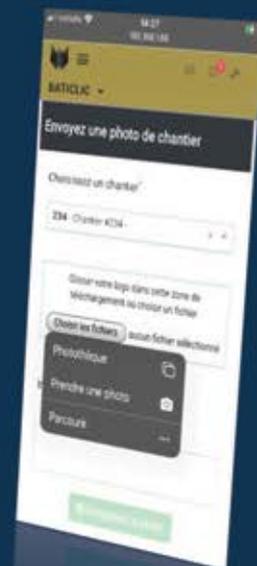
Surveillez la vie et la santé de votre entreprise en temps réel



# BATICLIC

Logiciel Bâtiment

30 Avenue de la Liberté  
83120 Sainte Maxime  
Tel. : 04 94 95 71 36  
Email : support@wbat.fr



Powered by WBAT

Padre Nuno Aurélio  
Reitor do Santuário de Nossa Senhora de Fátima  
Paris



# Pandemias e uma Quaresma oportuna

A história da humanidade conheceu grandes epidemias que devastaram populações, provocando um imenso sofrimento e receio. Uma das mais conhecidas e comuns, em tempos mais antigos, foi a lepra. Dela nos dá conta a Bíblia, já no tempo de Moisés e durante o Êxodo (cf. Lv 13,1-59; interessante ver o processo de diagnóstico e procedimentos seguidos; cf. Nm 12,10-15), e muitos séculos depois, no tempo de Cristo (cf. Mc 1,40-45; Lc 17,11-19). Sem tratamento possível, a lepra impunha o distanciamento físico e a exclusão forçada dos doentes das suas famílias e comunidades. Estavam condenados à miséria, à solidão e até à violência, tal era o medo que ela impunha. Ainda hoje, a doença persiste, por falta de vontade política para a erradicar, o que envergonha a humanidade.

Outra doença, ainda mais terrível nos seus efeitos, foi a peste. Também chamada de negra, é provocada pela bactéria *Yersinia Pestis*, presente nas pulgas, transportadas por roedores. Graças às condições muito graves de falta de higiene pública e pessoal a sua propagação foi veloz. Pensa-se que veio da Ásia central ou do Extremo asiático (China). Já conhecida na Antiguidade, o surto mais mortífero ocorreu no século XIV, devido às viagens intercontinentais que se começaram a vulgarizar no final da Idade Média. Foi a pandemia mais devastadora registada na história humana, tendo resultado na morte de 75 a 200 milhões de pessoas na Eurásia (continentes europeu e asiático), atingindo o pico na Europa entre os anos de 1347 e 1351. Provocando várias formas de peste, essa epidemia criou uma série de convulsões religiosas, sociais e económicas, com efeitos profundos no curso da história da Europa. No total, estima-se que a peste pode ter reduzido a população mundial de 475 milhões para 350–375 milhões no séc. XIV. Na Europa, terá morrido entre 30% a 60% da população, que

demorou cerca de 200 anos, ou mais em algumas regiões, a recuperar. No entanto, ao longo dos séculos seguintes e até hoje, houve surtos regionais de peste, com maior ou menor gravidade.

A última epidemia, que assumiu também proporções globais, foi a chamada gripe espanhola (que nada teve a ver com Espanha). Também conhecida como «gripe de 1918», foi uma pandemia do vírus influenza H1N1. De janeiro de 1918 a dezembro de 1920, estima-se que terá infectado 500 milhões de pessoas, cerca de um quarto da população mundial na época. Calcula-se que o número de mortos tenha sido entre 17 milhões e 50 milhões, e possivelmente até 100 milhões, tornando-a uma das epidemias mais mortais da história da humanidade. A segunda pandemia causada por este vírus H1N1 ocorreu em 2009. Em Portugal, ficou também conhecida por ‘gripe pneumónica’, tendo vitimado mortalmente dois dos videntes de Nossa Senhora em Fátima: Francisco (em 1919) e Jacinta (em 1920), e que foram declarados santos em 2017.

É neste contexto histórico que vivemos a pandemia provocada pelo vírus SARS-CoV-2. Uma experiência terrível e nova para nós, hoje, mas bem conhecida da história da humanidade, como procurei muito brevemente mostrar. Esta é também uma oportunidade para um novo fôlego de salvação às nossas vidas, à humanidade e ao planeta.

Em primeiro lugar, recordando a intuição bíblica de relacionar doença e pecado. Isto é, de considerar que o pecado e o mal, são doenças – altamente contagiosas – que destroem o coração humano e, a partir dele, o bem espiritual, físico e emocional do Homem, com todas as consequências familiares e sociais que isso provoca até à perdição eterna. O Mal é imenso!

Muito antes da Covid-19, as catástrofes naturais, a pobreza, a sede, a fome, o desemprego, o terrorismo, a violência doméstica e entre jovens, a injustiça, e muitos outros males, nos atingiam, perante a maior ou menor indiferença de muitos. Tal como os leprosos no tempo de Jesus, podemos dizer cheios de confiança: «Senhor, se quiseres, podes curar-me». (Mc 1, 40).

Inspirados por Deus, descobrimos de novo, os “gestos-barreira” contra o pecado e o mal. Como ensina o Papa Francisco na Mensagem quaresmal de 2021: «o itinerário da Quaresma, como aliás todo o caminho cristão, já está inteiramente sob a luz da Ressurreição que anima os sentimentos, atitudes e opções de quem deseja seguir a Cristo. O jejum, a oração e a esmola – tal como são apresentados por Jesus na sua pregação (cf. Mt 6, 1-18) – são as condições para a nossa conversão e sua expressão. O caminho da pobreza e da privação (o jejum), a atenção e os gestos de amor pelo homem ferido (a esmola) e o diálogo filial com o Pai (a oração) permitem-nos encarnar uma fé sincera, uma esperança viva e uma caridade activa»

Este “protocolo sanitário espiritual” é urgente e necessário. Porque não é apenas o corpo que pode adoecer e que temos de proteger. É também o espírito, a alma e o coração que precisam de cura e salvação. Estes ‘gestos-barreira’ fortalecem-nos para não pecar e protegem-nos de contaminar os outros com o mal e o pecado: o jejum e a abstinência (hoje vividas de várias formas), a oração e a caridade (partilhando o nosso tempo e dinheiro).

O desejo de conversão autêntica é a nossa vacina espiritual. E a cura é o perdão de Deus. Vai ver que não dói e vale o esforço. E, garanto-lhe, ninguém quererá passar à sua frente para tomar o seu lugar. Santa, renovadora e oportuna Quaresma! **L■**

# PAÇO *dos* INFANTES

HERDADE DA LISBOA  
VIDIGUEIRA

O RENASCER DE UMA MARCA COM HISTÓRIA...



SEJA RESPONSÁVEL. BEBA COM MODERAÇÃO.

# “As memórias da minha terra”

um olhar sobre Vale de Cambra  
pela voz de Arlindo dos Santos



*É sobre o lema “unindo os Portugueses” e mostrando o que Portugal tem de melhor, que a Lusopress irá lançar um novo projeto: o Lusopress Book.*

A 1ª edição do livro irá ser lançada em 2021. Trata-se de um guia de qualidade de alguns municípios portugueses, com uma panorâmica geral de cada região. O objetivo é divulgar as características do património natural

e arquitetónico, contando a história de cada destino, sejam cidades, vilas ou aldeias.

O Lusopress Book, além de mostrar as características únicas e imperdíveis de cada lugar, transmite também os testemunhos de portugueses oriundos dessas regiões. É uma viagem às memórias, destacadas ao longo do livro. Uma das regiões em destaque é o concelho de Vale de Cambra, e o testemunho a ele associado é de Arlindo dos Santos.

É da aldeia de Cepelos, em Vale de Cambra, mas há 41 anos que saiu da sua terra natal para França, onde se tornou empresário. Hoje é o presidente do Grupo DSA e, em entrevista à Lusopress, recordou as suas memórias de infância e como era o modo de vida em Vale de Cambra.

## **Arlindo dos Santos**

Arlindo dos Santos nasceu na aldeia de Cepelos. Cresceu no Norte de Portugal, no concelho de Vale de Cambra, mas tal como muitos portugueses, veio para França ainda jovem. “Precisava de arranjar trabalho” e, por isso, começou na área da construção, nos revestimentos de fachadas. Em Abril de 1987, decidiu fundar uma empresa e aventurou-se por conta própria. A “Entreprise dos Santos Arlindo” começou apenas com



três empregados determinados e com vontade de avançar. Com o tempo, o negócio evoluiu e actualmente o empresário é presidente do grupo DSA. Com mais de 700 funcionários e uma estrutura que poucos atingem, este grupo reúne um portefólio composto por várias empresas que cobrem todo o território francês. Dedicar-se essencialmente à criação de fachadas em construções, ao isolamento térmico exterior e à renovação interior e exterior. Abrange tanto os materiais convencionais, como o gesso, a pintura, o tijolo ou argila, como técnicas mais modernas. O empresário recorda que “foi evoluindo pouco e pouco”. Em 2004, a empresa abandonou a sede localizada na cidade de Cachan, o departamento Val-de-Marne e mudou-se para Chilly-Mazarin. Actualmente, o grupo DSA tem novas instalações situadas em Massy, nos arredores de Paris. O empresário está convicto que só a coragem e a vontade das pessoas é que podem mudar a vida. Arlindo é determinado e teve talvez a coragem necessária para avançar. “É preciso trabalhar, ser sério e sofrer certos riscos porque nem tudo é dado”, afirma. O empresário já teve alguns percalços, já conheceu o reverso da moeda, mas hoje colhe



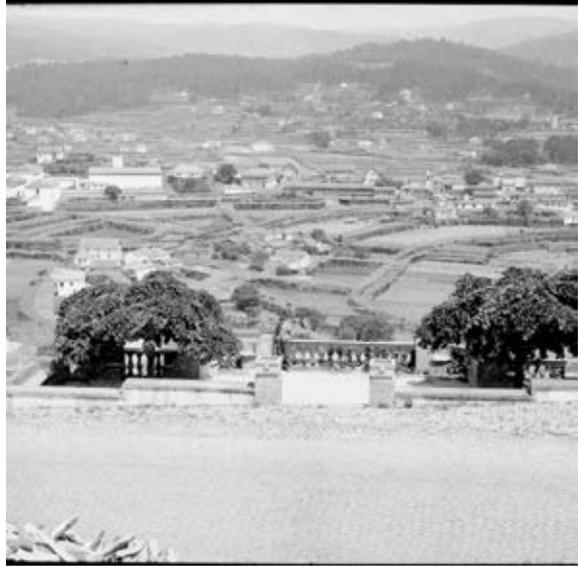
frutos. “Foi difícil fundar a empresa, passar por aquelas dificuldades, mas hoje estou contente”, confessa. Quando está a falar do seu trabalho, nunca esquece os funcionários. Muitos deles já somam mais de 20 anos de casa e são “quase família”. “Eu gosto de os ter do meu lado porque foi com eles que eu consegui chegar até aqui”. Hoje, descreve-se como pessoa discreta e séria. Desvia-se das câmaras, não procura protagonismo, embora o mereça. Lembra que “a vida pode ser curta” e, por isso, não pede nem espera muito mais do futuro. “Amanhã espero consolidar o que eu fiz até hoje”, disse à Lusopress. Durante 30 anos, construiu um grupo sólido no estrangeiro, mas ainda tem saudades da terra onde nasceu. Arlindo dos Santos afirma que a França tem o seu respeito, mas Portugal pode contar sempre com o seu patriotismo. “O meu hino será sempre o português”.

### **Vale de Cambra**

Vale de Cambra é uma cidade e um concelho português com cerca de 25 mil habitantes. Pertence à região Norte e sub-região de Entre Douro e Vouga, e ainda à Área Metropolitana do Porto e ao distrito de Aveiro. É um dos três únicos concelhos da Beira Litoral que foi incluído na região Norte. É sede de um município com 147,33 km<sup>2</sup> de área, subdividido em sete freguesias. O município é limitado a norte pelos municípios de Arouca, a leste por São Pedro do Sul, a sueste por Oliveira de Frades, a sul por Sever do Vouga e a oeste por Oliveira de Azeméis. Foi na freguesia e aldeia de Cepelos que nasceu Arlindo dos Santos, e onde aqui se prendem as suas principais memórias de infância. Recorda com carinho os carrinhos de rolamentos que fazia em madeira, para corridas em terrenos e descidas. O campo de futebol era o seu lugar de eleição. Ainda hoje lhe vêm à memória o cheiro característico dos montes durante os meses de Abril e Maio. Aqui, o modo de vida era muito simples: “a partir dos 12 anos levantávamos cedo para ajudar os pais



no campo. Mesmo depois de começarmos a trabalhar, ajudávamos na lavoura logo de manhã”. Como é, como se desenvolveu ao longo dos anos, e o que tem ainda a melhorar. É pelos seus olhos que traçamos um retrato de Vale de Cambra. “A minha terra tinha o nome de Suíça portuguesa, mas nunca lá vi muito chocolate, tinha mais era produção de queijo. Sempre existiu diferenças entre duas realidades do concelho: uma mais desenvolvida na cidade, e outra nas aldeias. A diferença continua a haver, mas cada vez menos. Só as montanhas é que não se aproximam. Ainda assim, a terra ficou sempre a depender de duas ou três famílias. Trouxeram muito para a terra, ajudaram muito, mas depois ficaram só concentrados naquelas pessoas. O que veio atrás foi por acréscimo. A vida muda e temos de compreender que temos de nos dar bem com todos. Continua a haver diferenças de classes, mas têm de ser esbatidas”. As memórias são muitas, e são ainda mais as saudades que sente, esbatidas com a relação que vai mantendo com a sua terra. “Sinto saudades dos amigos, antigos colegas de escola. Gosto da terra, estou lá bem quando a visito, e estou pronto a ajudar a desenvolver Vale de Cambra, mas têm de me ajudar também, principalmente a câmara municipal”. As palavras finais foram dirigidas a todos os valecambrenses. “Muita saúde para todos e que nos vejamos em breve”.





Carlos Gonçalves  
Deputado do PSD eleito pelas Comunidades

## A importância de uniformizar a metodologia de voto nos círculos eleitorais da emigração associando o voto por correspondência ao voto presencial.

**A**s recentes eleições presidenciais colocaram, de novo, em cima da mesa, até por força do discurso de vitória do Presidente de República eleito, que a ela se referiu expressamente, a possibilidade de voto por correspondência nas eleições presidenciais por parte dos cidadãos portugueses residentes no estrangeiro, pretensão há muito sugerida pelas comunidades portuguesas no estrangeiro, nomeadamente pelo Movimento «Também Somos Portugueses» que chegou a apresentar a Petição n.º 247/XIII//2, subscrita por 4.246 emigrantes portugueses, e há muito defendida pelo PSD.

Não é possível ignorar o apelo feito, em plena noite eleitoral, pelo recém reeleito Presidente da República, ainda mais quando esse apelo se refere a uma das bandeiras que o PSD tem, há muito tempo, defendido e até já o formalizou, na anterior legislatura, em iniciativa legislativa própria, a qual, neste ponto específico, não logrou vencimento por haver oposição por parte da maioria parlamentar de esquerda, que, entre outros argumentos, alegou (erradamente) impedimento constitucional, quando é certo e sabido que o artigo 121.º, n.º 3, da Constituição, apenas impõe a presencialidade do voto aos eleitores recenseados em território nacional, não impondo a mesma regra aos cidadãos portugueses residentes no estrangeiro.

Assim sendo, retomando uma matéria relativamente à qual o PSD tem sido pioneiro, a presente iniciativa tem por principal desiderato criar condições para aumentar a participação eleitoral dos cidadãos portugueses residentes no estrangeiro nas eleições presidenciais e nas eleições europeias, a qual tem registado níveis muito aquém do que é desejável.

Assim, apresentámos uma iniciativa que tem por principal desiderato criar condições para aumentar a participação eleitoral dos cidadãos portugueses residentes no estrangeiro, a qual tem registado níveis muito aquém do que é desejável.

Com efeito, de acordo com os dados do Ministério da Administração Interna, nas eleições legislativas de 2015, num universo de 242.853 eleitores, apenas 28.354 exerceram o seu direito de voto, ou seja, só houve 11,68% de votantes. Nas legislativas de 2011 os números não foram significativamente melhores, pois, num universo de 195.109 votantes, só houve 33.059 votantes (16,94%).

A participação eleitoral dos residentes no estrangeiro é ainda menos expressiva no que se refere às eleições presidenciais. Nas

presidenciais de 2016, num universo de 301.463 inscritos, só houve 14.150 votantes (4,69%), sendo que, nas eleições presidenciais de 2011, os números não são substancialmente diferentes: em 228.744 inscritos, só houve 12.682 votantes (5,54%).

Os dados são ainda piores no que respeita às eleições europeias. Nas europeias de 2014, em 244.986 inscritos, apenas 5.129 exerceram o seu direito de voto (2,09%), sendo que nas europeias de 2009, em 193.122 inscritos, só houve 5.555 votantes (2,88%).

Ora, estes níveis extremamente baixos de participação eleitoral reclamam medidas urgentes por parte do legislador, no sentido de conferir aos emigrantes portugueses condições para que possam exercer mais facilmente o seu direito de voto.

Como é sabido, atualmente, os cidadãos portugueses residentes no estrangeiro votam presencialmente nas eleições para o Presidente e para o Parlamento Europeu e votam por correspondência ou presencialmente nas eleições para a Assembleia da República.

Foi a revisão constitucional de 1997 que veio permitir a participação dos portugueses residentes no estrangeiro na eleição presidencial, tendo a Lei Orgânica n.º 3/2000, de 24 de agosto, concretizado este direito de voto e fixado que o mesmo seria exercido presencialmente. No que se reporta às eleições legislativas, desde a Constituição da República Portuguesa de 1976 que é admitida a participação eleitoral de cidadãos portugueses residentes no estrangeiro, encontrando-se tal direito regulado no Decreto-Lei n.º 95-C/76, de 30 de janeiro, que determina que o eleitor residente no estrangeiro exerce o seu direito de sufrágio pela via postal.

Quanto às eleições europeias, o direito de voto começou por ser exercido por correspondência, nos termos da lei eleitoral para a Assembleia da República, mas a Lei Orgânica n.º 1/2005, de 5 de janeiro, não só alargou aos emigrantes portugueses residentes fora do espaço da União Europeia o direito de participação nas eleições europeias, como alterou o modo de exercício do direito de voto dos cidadãos nacionais residentes no estrangeiro, que passou a ser presencial.

Consideramos que é chegado o momento de uniformizar o modo de exercício do direito de voto dos eleitores residentes no estrangeiro nas eleições para o Presidente da República, para a Assembleia da República e para o Parlamento Europeu, conferindo a possibilidade de estes eleitores optarem, em todas elas, entre votar presencialmente ou por via postal. **L■**



# Eleições Presidenciais 2021 decorreram no Consulado de Portugal em Paris de forma tranquila

Os portugueses recenseados nos consulados portugueses no estrangeiro puderam votar presencialmente nos dias 23 e 24 de Janeiro para as eleições presidenciais portuguesas de 2021.

**T**al como em alguns outros pontos do mundo, também o Consulado de Portugal em Paris abriu as suas portas às eleições presidenciais portuguesas. Os portugueses aqui recenseados tiveram dois dias, sábado e domingo, para exercer o seu direito de voto. Para a eleição presidencial não foi permitido o voto por correspondência, obrigando assim a uma deslocação às mesas de voto do posto consular da sua residência. A Lusopress acompanhou o ato eleitoral e confirmou, à semelhança de outros anos, que a distância para o local de voto continua a ser um dos principais problemas para a enorme abstenção. Helena Teixeira foi uma das portuguesas que não deixou de exercer o seu direito de voto, apesar de percorrer uma hora de viagem até ao Consulado em Paris: “Venho pela vontade de participar na democracia”.

Em 2016, estavam inscritos no Consulado em Paris cerca de 30 mil eleitores. Nesse ano, apenas 3,69% dos inscritos votaram. Com o recenseamento automático, o número de inscritos aumentou significativamente. Estavam agora inscritos mais de 200 mil cidadãos, mas apenas votaram 1783 pessoas. Com 0,72% de votantes, destaque para a grande afluência de jovens. “O motivo principal que me fez vir votar foi mesmo para não deixar crescer a extrema direita em Portugal. Voto sempre, mas desta vez tinha uma razão em particular. A crise económica que aí vem pode ter consequências e eu acho que ter a extrema-direita a subir em Portugal não é bom”, disse o jovem Marco António à saída do local de voto.

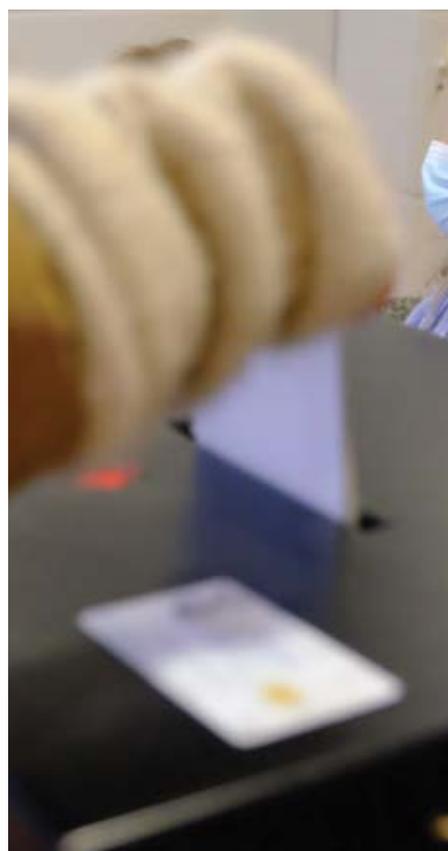
Há ainda quem defenda mais poderes para o Presidente da República Portuguesa. Foi o caso de Vasco Costa, que lamenta os poucos poderes que tem o Chefe de Estado português.

Nas secções de voto foram postas em prática todas as medidas de prevenção sanitária e recomendações das autoridades de saúde: utilização de máscara de forma adequada, manter a distância de segurança recomendada, desinfetar as mãos antes de votar, uti-



lização de uma caneta própria e desinfecção das mãos depois de votar e antes de sair do local de voto. Com cinco mesas de voto, no Consulado Geral de Portugal em Paris, destaque para a vitória de Marcelo Rebelo de Sousa com 54,81%, seguido de Ana Gomes e André Ventura.

Após a vitória, Marcelo Rebelo de Sousa lembrou os milhares de emigrantes que não puderam exercer o seu direito de voto. Diz que tudo fará para defender o voto por correspondência para os próximos atos eleitorais. 



# 15

*PUISSANCE 5*

BBN – LNIR – MHP

- Nettoyage tous locaux (Tertiaires, habitat social, syndic...)
- Débarras et remise en état
- Dératisation, désinsectisation, désinfection
- Ventes sacs plastiques et produits d'entretien



- Ecoute
- Réactivité
- Proximité
- Qualité
- Services



Des professionnels au service  
de la Propreté

9 rue des Sablons – 91540 ECHARCON  
Tél. : 01 76 62 26 30 – Fax 01 72 92 98 54  
Mail : [exploitation@puissance5.fr](mailto:exploitation@puissance5.fr)



# Resultados votação no Estrangeiro

Total Estrangeiro	
Inscritos	1.549.380
Votantes	29153
Percentagem	1,88 %

## Resultados votação por continente

África	América	Ásia e Oceânia	Europa
Inscritos 70747	Inscritos 436447	Inscritos 110410	Inscritos 931776
Votantes 2404	Votantes 6097	Votantes 2330	Votantes 18322
Percentagem 3,40%	Percentagem 1,40%	Percentagem 2,11%	Percentagem 1,97%

## Resultados dos principais países europeus

Alemanha	Bélgica	Espanha	França
Inscritos 79006	Inscritos 18936	Inscritos 42094	Inscritos 414060
Votantes 1733	Votantes 1334	Votantes 1536	Votantes 3043
Percentagem 2,19%	Percentagem 7,04%	Percentagem 3,65%	Percentagem 0,73%

Luxemburgo	Reino Unido	Suíça
Inscritos 44265	Inscritos 140729	Inscritos 149637
Votantes 1646	Votantes 2210	Votantes 3462
Percentagem 3,72%	Percentagem 1,57%	Percentagem 2,31%

## Resultados dos locais de voto em França

Bordéus	Estrasburgo	Lyon	Marselha	Paris	Toulouse
Inscritos 30760	Inscritos 20262	Inscritos 58865	Inscritos 35906	Inscritos 247681	Inscritos 20586
Votantes 171	Votantes 117	Votantes 521	Votantes 270	Votantes 1783	Votantes 181
Percentagem 0,56%	Percentagem 0,58%	Percentagem 0,89%	Percentagem 0,75%	Percentagem 0,72%	Percentagem 0,88%

# Livraison au domicile ou à emporter?

2006@cazenave.pt - 2021



## Acrescente valor ao seu negócio!

**GRESILVA®**

Inovação em  
Grelhadores



Com o Grelhador GRESILVA,  
liga e fica pronto a utilizar.

O calor é 100% natural e o fumo é reduzido,  
o brasido constante (sem chama e sem carvão),  
não altera nem a qualidade nem o sabor  
natural dos alimentos, a mão de obra é reduzida  
e tem baixo consumo energético.

grelhados na brasa  
sem chama e sem carvão!



[www.gresilva.pt](http://www.gresilva.pt)



# Saiba onde vivem as maiores comunidades de emigrantes portugueses

Segundo um relatório de 2015 do Observatório da Emigração, Portugal é o país da União Europeia com mais emigrantes espalhados pelo mundo, comparativamente com a população residente. Já a nível mundial, Portugal ocupa a 27ª posição na lista de países com mais emigrantes.

O mesmo estudo diz ainda que cerca de 22% da população continua a viver fora de Portugal, mas onde é que se encontram exatamente? Saiba onde estão as maiores comunidades de emigrantes portugueses!

## Para onde emigram os portugueses?

Os dados mais recentes dizem que a comunidade portuguesa espalhada pelo mundo conta já com 5.315.824 pessoas. Os principais países de destino são o Reino Unido, Espanha, Suíça, França, Alemanha, Holanda, Moçambique, Angola, Brasil e Estados Unidos da América (EUA).

O Relatório da Emigração é feito todos os anos pelo Observatório de Emigração e faz uma caracterização da emigração e da população portuguesa emigrada com base num

conjunto diversificado de dados e fontes nacionais e internacionais. O relatório de 2019 indica que, nesse mesmo ano, terão saído de Portugal cerca de 80.000 portugueses.

## Portugueses emigrados na Europa

Em 2019, o Reino Unido foi o país para onde emigraram mais portugueses: cerca de 25.000 das 80.000 saídas. Depois, seguiu-se a Espanha com cerca de 10.155 saídas, uma diminuição de 4,5% relativamente a 2018. Em terceiro lugar, está a Suíça, que foi escolhida por 8.443 portugueses. Na França, o país do mundo com o maior número de portugueses emigrados, deram entrada cerca de 8.000 portugueses. A seguir, segue-se a Alemanha com 5.785 entradas e a Holanda com 2.400 entradas. Aliás, nos últimos anos,

a Holanda tem vindo a registar um aumento contínuo de emigrantes portugueses.

## Fora da Europa

Os portugueses também emigram para fora da Europa, sendo que Moçambique e Angola foram os principais países de destino. Porém, para este último, a emigração de portugueses tem descido consecutivamente nos últimos anos. Ao contrário do Brasil, que registou um aumento de 11,7% de emigrantes portugueses. Por fim, e de acordo com o mesmo relatório, os EUA receberam 940 portugueses. Faz parte do grupo de 5.315.824 de emigrantes? Partilhe connosco o seu país de destino! Siga a **Lusopress** e acompanhe Portugal e as comunidades portuguesas espalhadas pelo mundo. **L**

**Télé GARE**  
F.DA SILVA  
01 42 83 48 46  
Depuis 1968

**TELEVISION HIFI VIDEO MENAGER**

**SATELLITE ANTENNES DEPANNAGES**

www.telegare.fr  
www.artysat.com  
www.tv.cabo.fr  
Distributeur installateur agréé

**VOCÊ ESCOLHE! NÓS INSTALAMOS**  
1º INSTALADOR EM FRANÇA  
UM TÉCNICO AO VOSSO SERVIÇO:  
06 14 35 17 28

**01 42 83 48 46**

113 bd de Champigny 94100 Saint Maur  
Prés gare RER de Champigny & RN4

TV, LCD et PLASMA des GRANDES MARQUES à PRIX-BAS

# Bragança

*Naturalmente!*



**Bragança**  
Município

# Governo alarga programa Regressar a emigrantes que criem empresas ou emprego

O apoio ao regresso de emigrantes é alargado, aos que criem empresas ou emprego, e não só aos que iniciem atividade laboral por conta de outrem, segundo uma portaria publicada.

O diploma, prolonga a aplicação da Medida de Apoio ao Regresso de Emigrantes a Portugal, que terminava em 2020, até ao final de 2023.

O alargamento da cobertura do programa Regressar, aos que iniciem atividade laboral criando uma empresa ou o próprio emprego, e o prolongamento do horizonte temporal da medida de apoio visam incentivar o regresso e a fixação de emigrantes ou familiares de emigrantes em Portugal.

Os emigrantes recebem um apoio financeiro, bem como a comparticipação em custos de transporte de bens e de viagem, e de respetivos membros do agregado familiar, mediante o início de atividade laboral em Portugal continental.

Este alargamento e prolongamento já tinham sido anunciados em novembro do ano passado, pela secretária de Estado das Comunidades Portuguesas, Berta Nunes, em Castelo Branco, durante o 1º Fórum Empresarial da recém-criada Câmara de Comércio da Região das Beiras, onde anunciou que ia ser acrescentada uma medida de apoio ao regresso para criar o próprio emprego.

“O Programa Regressar, o mais bem-sucedido dos programas semelhantes de que temos conhecimento, terminaria este ano. Mas, como continua a ter muita procura, ele vai ser reavaliado e prolongado até 2023 e vamos ter mais medidas”, afirmou na altura. O Programa Regressar tem como objetivo promover e apoiar o regresso a Portugal dos emigrantes, bem como dos seus descendentes e outros familiares. 



quem sabe...  
...sabe!

O Sr. Cerqueira da Tasquinha do Cerqueira diz: "Trabalhar com a Gresilva, foi a melhor opção para o meu restaurante. É o top dos grelhadores e mais nada!"





## GRESILVA

Inovação em Grelhadores

[www.gresilva.pt](http://www.gresilva.pt)

Lisboa - 219 628 120 | Porto - 229 829 947/8

 gresilvagrills
  gresilva\_grills



# MarianoV

Aux caves du Portugal  
GROUPE



## SEMOY

1, rue de l'Orme-Gâteau  
45400 SEMOY  
Tél.: 02 38 22 12 22



## ST PIERRE DES CORPS

30, rue Pierre  
37700 ST PIERRE DES CORPS  
Tél.: 02 47 46 28 94



## CHENNEVIERES SUR MARN

3 bis, rue Gay Lussac  
94430 CHENNEVIERES / MARNE  
Tél.: 01 56 31 33 40



## FONTENAY LE FLEURY

16, rue de la République  
78330 FONTENAY LE FLEURY  
Tél.: 01 30 23 99 51



## RILLIEUX LA PAPE

807, Z.I. Les Mercières  
69140 RILLIEUX LA PAPE  
Tél.: 04 78 88 06 66



## LYON

28, rue de la Tête d'Or  
69006 LYON  
Tél.: 04 78 93 29 08



## LA TRINITE

BAT 4B - ZI Impasse Anatole  
France2  
6340 LA TRINITE  
Tél.: 02 38 22 12 22



## ST PRIEST

73, rue des Etats Unis  
69800 ST PRIEST  
Tél.: 04 74 72 44 36



## BORDEAUX

2, rue Edmond Besse  
3300 BORDEAUX  
Tél.: 05 57 19 29 88



## MORTEAU

36, Grande Rue  
25500 MORTEAU  
Tél.: 03 81 67 37 08



## PONT DE CHERUY

17, rue de la République  
38230 PONT DE CHERUY  
Tél.: 09 62 64 20 88



## VIC LA GARDIOLE

47, Route de Montpellier  
34110 VIC LA GARDIOLE  
Tél.: 04 67 38 42 54



## CLERMONT-FERRAND

1, rue D'Herbert  
63000 CLERMONT-FERRAND  
Tél.: 04 73 75 93 90



## MOUGINS

1999, av. du Marechal Juin  
6250 MOUGINS  
Tél.: 04 93 45 77 72



## MENTON

13 bis, Route de Sospel  
6500 MENTON  
Tél.: 04 93 96 65 90



## MENTON

39, av des Accacias  
6500 MENTON  
Tél.: 04 89 03 42 11



## BEAUSOLEIL

16, av de la République  
6240 BEAUSOLEIL  
Tél.: 02 38 22 12 22



## NICE

139, BD Gambetta  
6000 NICE  
Tél.: 04 93 51 81 30



## NICE

139, BD Gambetta  
6000 NICE  
Tél.: 04 93 88 01 14



## GIVORS

1, Place Pasteur  
69700 GIVORS  
Tél.: 02 38 22 12 22



## ARBENT

31, Route de Dortan  
1100 ARBENT  
Tél.: 04 74 73 04 45



## TROYES

37, rue de Bas Trevoirs  
10000 TROYES  
Tél.: 03 25 73 13 12



## Luxemburgo

**RODANGE**  
28-30 Route de Longwy  
L 4830 RODANGE  
Tél.: 0035 2 265 039 20



## Luxemburgo

**DUDELANGE**  
28, Gd Charlotte  
L 3440 DUDELANGE  
Tél.: 0035 2 352 511 677



## Portugal ÍLHAVO

Zona Ind. da Mota, rua 8  
3830 Gafanha da Encarnação  
Tél.: 00 351 234 327 543



## Siege - ETS MARIANO AUX CAVES DU PORTUGAL 33

1, rue de L'Orme Gateau  
45400 SEMOY



# Presidenciais: Deputados socialistas admitem “ajustamentos” na votação dos emigrantes

fonte LUSA

Os deputados socialistas pela Emigração, Paulo Pisco e Paulo Porto, lamentaram que “muitos eleitores” emigrantes não tenham podido votar nas presidenciais de domingo, considerando que “existe margem para ajustamentos” no sistema de votação no estrangeiro.

“Lamentamos que muitos eleitores não tenham podido votar, seja por falta de informação, por causa das distâncias, ou por outras razões, o que originou manifestações de frustração e desapontamento compreensíveis por parte de muitos portugueses residentes no estrangeiro”, adiantaram, em comunicado, os deputados Paulo Pisco (círculo da Europa) e Paulo Porto (círculo de Fora da Europa).

A tradicionalmente elevada abstenção entre os emigrantes portugueses foi ainda mais agravada nas eleições presidenciais de domingo (98,13%), ganhas à primeira volta pelo Presidente recandidato Marcelo Rebelo de Sousa, que relançou o debate sobre a necessidade de introduzir mudanças no sistema eleitoral dos emigrantes, que para a eleição do Chefe de Estado votam presencialmente nos consulados.

O Presidente da República reeleito, Marcelo Rebelo de Sousa, defendeu a necessidade de uma revisão legislativa antes de novas eleições, para passar a contemplar, nomeadamente, o voto por correspondência, uma possibilidade que já existe para as eleições legislativas. “Estas eleições demonstraram, uma vez mais, que existe margem para fazer ajustamentos e aperfeiçoar os sistemas de votação, de forma a permitir uma maior participação dos eleitores portugueses residentes no estrangeiro”, admitiram os dois parlamentares socialistas.

Para os deputados, os cerca de 28 mil portugueses residentes no estrangeiro que participaram nos dias 23 e 24 de janeiro nas eleições presidenciais, enfrentaram um “contexto muito adverso” por causa dos condicionamentos provocados pela pandemia, muitos deles não tendo conseguido exercer o direito de voto. “Este foi o valor mais elevado de participação em

eleições para o Presidente da República, não obstante ter também aumentado a abstenção, o que obviamente constitui uma preocupação”, consideraram os socialistas.

Esta foi a primeira eleição presidencial com um novo universo eleitoral na emigração, que em 2018 passou de cerca de 300 mil eleitores para mais 1,4 milhões, com os consequentes impactos na abstenção. O recenseamento automático dos portugueses no estrangeiro fez subir a abstenção global

em 5,96 pontos percentuais nas presidenciais de domingo, para 60,5%, segundo os resultados provisórios das eleições.

No território nacional, continente e ilhas, a abstenção foi de 54,55. Marcelo Rebelo de Sousa foi reeleito Presidente da República, com 60,70% dos votos. Ana Gomes foi a segunda candidata mais votada, com 12,97%, seguindo-se André Ventura com 11,90%, João Ferreira com 4,32%, Marisa Matias com 3,95%, Tiago Mayan Gonçalves com 3,22% e Vitorino Silva com 2,94%. **L**



# torres novas

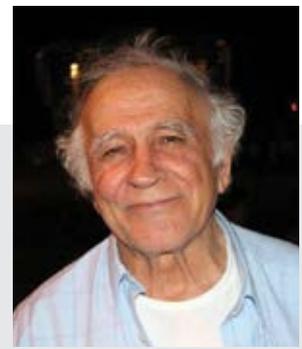


Um concelho  
empreendedor,  
com qualidade de vida,  
atrativo, solidário  
e sustentável.

  
torresnovas  
município

  
35 anos de  
cidade

[www.cm-torresnovas.pt](http://www.cm-torresnovas.pt)



Joaquim Alberto

# Eleições, ignorância e banha da cobra

Quando eu era criança, ia a todas as feiras que havia na minha região.

Vamos a pé, porque se fôssemos na camioneta da carreira, não sobrava nada para gastar na feira.

Uma das coisas que tinha mais audiência em todas as feiras, era um senhor que falava, falava, falava, horas a fio... Toda a gente parava e escutava com toda a atenção. Eu também gostava de ouvir e também ficava convencido de que se comprasse cinco ou seis doses do produto maravilhoso nunca mais teria dores em parte nenhuma do corpo. Era o vendedor de banha da cobra. Nas feiras ninguém vendia tanto como ele. Nunca se enganava mas enganava-nos.

Foi a campanha eleitoral para a presidência da república que me veio recordar esses tempos. Também nesta campanha havia um senhor que era capaz de falar horas a fio sem dizer nada, mas que, talvez por isso, foi capaz de convencer muita gente. Tive um amigo que me dizia, a propósito de pessoas que falavam muito e não diziam nada, que - "este, nem a falar está calado".

A verdade é que "pensar dá muito trabalho", e em tempos de pandemia, quem diz que sabe tudo é mesmo muito aldrabão. Como os vendedores de banha da cobra dos tempos em que eu era cachopo.

Uma das perguntas que fazíamos nesse tempo para vermos a capacidade de resposta, rápida ou lenta, que as pessoas tinham era - "porventura não dirá qual é o nome de homem que acaba em à?" e poucas pessoas eram capazes de responder. Porque o nosso sistema educativo não estava nem está preparado para ensinar as pessoas a pensar. É por isso que ainda há tantos vendedores de

banha da cobra. Porque ainda há muita gente que a compra.

Não acredito que proibir a existência de grupos da extrema direita seja uma solução democrática. Primeiro, porque o fruto proibido é o mais apetecido. Segundo, porque proibir é o que faz a extrema direita quando está no poder. Terceiro, porque não é proibindo que se resolve o problema, é educando. A influência que a extrema-direita tem na sociedade depende do comportamento de todos nós. Não é proibindo a participação de uma parte das pessoas que se mobilizam mais pessoas para participar e que as pessoas participam melhor. Não é dividindo e subdividindo as forças de esquerda que se consegue capacidade suficiente para mobilizar as pessoas, como ficou bem provado nestas eleições.

Por isso dou os parabéns e agradeço a quem foi capaz, apesar do medo da pandemia, de sair de casa e de ir votar. A participação das pessoas é que torna viva e democrática uma sociedade. Muito obrigado a todos os que votaram, apesar de saberem, com muito tempo de avanço, quem ganharia folgadoamente estas eleições. Mesmo assim não ficaram em casa e foram votar.

Começaram as vacinações, mas, ao contrário do que imaginávamos, nunca houve tantas contaminações nem tantas mortes como agora.

De início, havia o medo de muitas pessoas não quererem ser vacinadas. Afinal, parece que o problema maior é haver muita gente que quer passar à frente dos outros. O anti-quinésimo sistema das cunhas está a revelar-se em todo o seu esplendor.

Por outro lado, parece que ninguém pensou que para produzir vacinas, distribuí-las e aplicá-las com segurança e aos milhões,

é preciso muito tempo. E muita competência. Para vacinar todos os que querem ser vacinados, um ano inteiro não é suficiente. E mesmo depois de ser vacinado, é preciso continuar a ter cuidado.

Se por um lado é muito bom haver tanta gente a querer ser vacinada, por outro lado é mau que tanta gente queira continuar a viver de privilégios e falcatuas e não de direitos. É a luta pela democracia que tem de ser sempre renovada.

Todas as pessoas humanas têm defeitos e nenhuma lei humana é perfeita.

A julgar pelas declarações de muitas pessoas que não estão nesta altura no poder, um azar nunca vem só: - não só veio a pandemia como veio na altura errada.

De facto, parece que as oposições sabem tudo e quem está no poder ou não sabe nada ou não quer resolver correctamente os problemas causados pela pandemia. Se este vírus tivesse aparecido quando os senhores que são capazes e honestos estivessem no poder, nunca teria havido pandemia porque todos os problemas teriam sido resolvidos a tempo e horas. A julgar pelo que eles dizem.

Só não consigo perceber porque razão esses senhores que sabem tudo sobre o vírus não se oferecem como voluntários para resolver agora todos os problemas. Estão à espera de quê?

Já todos percebemos que os países pobres só poderão começar a vacinar quando os países ricos quiserem. A competição é cada vez maior e a solidariedade é cada vez menor. O problema é que sem solidariedade entre ricos e pobres não é possível resolver os problemas da pandemia. Sem solidariedade mundial seremos todos como os antigos vendedores de banha da cobra. ■■

**PROSPORT**  
GARAGE

MÉCANIQUE · CARROSSERIE · PEINTURE

Z.I. de la Poudrette · 128, Av de Rome - 93320 LES PAVILLONS sous BOIS  
Tél.: 01 55 89 10 20 · Fax 01 55 89 10 21

# CLAYE-SOUILLY

Seine-et-Marne (77)

## Résidence Cloiff

### Proche de la nature

Au cœur des espaces verts, entre champs et forêt, Claye-Souilly profite de la quiétude d'un environnement préservé. Deux parcs sont à la disposition des Clayois, le parc « Buffon » et le parc « Papillon de la Prée ». Quant aux berges du canal de l'Ourcq, très fréquentées, elles sont devenues le rendez-vous quotidien privilégié des promeneurs. La commune consacre d'ailleurs chaque année une part importante de son budget à son embellissement et à l'entretien de ses espaces paysagers.



Centre-ville de Claye-Souilly

### Une résidence en cœur de ville



- 30 km de Paris
- 17 km de Meaux
- 15 km de Roissy-Charles-de-Gaulle
- 11 km de Chelles

Claye-Souilly bénéficie d'un riche réseau de transports en commun :

- Bus Transdev lignes 8, 9, 12, 15, 18, 19, 20, E
- Transilien ligne K : gare Mitry-Claye
- RER B : gare Mitry-Claye

inova PROMOTION

Renseignements et vente :

01 79 95 12 92

# Celso Martins é um nome incontornável do Judo em França

O antigo judoca português Celso Martins é o diretor técnico do Sainte-Geneviève Sports que se sagrou, por diversas vezes, campeão nacional de equipas da 1ª divisão de França. Em 2012 foi eleito o melhor treinador do ano pela Federação Francesa de Judo.

**C**elso Martins chegou a França aos 10 anos de idade e aos 16 anos descobriu a sua paixão pelo Judo. Dois anos depois já era faixa preta nesta modalidade e, em 2012, foi eleito o melhor treinador do ano pela Federação Francesa de Judo. Desde 1995 que assumiu a direção técnica do clube Sainte-Geneviève Sports.

Em entrevista à Lusopress, falou sobre a realidade deste desporto em França, e onde os jovens o podem praticar. “É uma realidade muito simples em termos de Judo porque é um desporto muito democratizado aqui em França, por isso quase todas as pequenas cidades têm atividade de Judo. A França está dividida em departamentos e cada departamento tem uma sede com um escritório, representando a Federação Francesa de Judo. A partir daí é muito simples para um jovem encontrar um clube de judo”, começou por dizer.

Celso Martins explicou também que o clube Sainte-Geneviève Sports é um dos mais importantes em França, com cerca de 600 atletas. O diretor técnico orgulha-se em ter participado em várias olimpíadas. “O meu clube é dos mais importantes em números, somos cerca de 600 atletas, e somos dos clubes que tem mais atletas adultos. Claro que a base do judo passa por uma idade baixa, porque a maioria são crianças, mas aqui constam cerca de 150 adultos no clube. Há uma classificação nacional em termos de resultados, sob todas as idades, e há mais de 10 anos que estamos entre o 1º e o 3º lugar”. O diretor técnico lamentou ainda o facto de este ano não ter qualquer representante nos Jogos Olímpicos. Desde 1992 que teve sempre pelo menos um representante na mais alta competição de desporto do mundo.

Celso Martins trabalhou por vários anos na Federação Francesa de Judo e, em 2008, abriu sua própria empresa: a CS+, empresa especializada em eventos desportivos nacionais e internacionais. “Começou em 2008, mas antes já tinha outra atividade, porque trabalhava na Federação Francesa de Judo, por isso já tinha o hábito das organizações. Em Portugal organizei o Campeonato da



## Vinhos do Douro de Excelência



Compre **on-line**, entregamos em 48h para toda a França

Contacts : 01 60 55 47 43 • 06 78 84 99 51 • [info@lusocampos.com](mailto:info@lusocampos.com)

[www.lusocampos.com](http://www.lusocampos.com)



Representante em França

**LUSOCAMPOS**  
Wines & Spirits



também estive no Campeonato Mundial Júnior, no Pavilhão Rosa Mota, no Porto. Mas aqui, em termos internacionais, fiquei mais conhecido por ter organizado o Torneio de Paris, em Bercy, que é um dos maiores torneios de judo. Em dois dias estiveram cerca de 20 mil pessoas a assistir às competições de judo. Eu tenho essa capacidade, mas em termos de desporto são as Federações que têm a seu cargo o desenvolvimento desses eventos, mas os tops foram o Mundial de Judo no Rio em 2007, depois foi o Mundial por equipas em 2012 na Baía, o Mundial em 2013 no Rio de Janeiro, e ultimamente organizei o Grand Slam em Brasília e aqui continuo sobre o Torneio de Paris, todos os anos. Também tive a oportunidade de organizar o Mundial de Luta Livre”.

No final, Celso Martins deixou uma mensagem, apelando a que todos pratiquem algum tipo de desporto e, assim, melhorar a qualidade de vida. “Simplesmente a mensagem é a seguinte: independentemente da modalidade, o desporto é importante. É o que nos vai salvar. Hoje em dia, temos uma vida menos ritmada no trabalho, passamos muito tempo sentados, com uma base de atividade física menor do que antigamente. Todos os médicos dizem para compensar. É necessário sair da base e ir buscar outras coisas em termos físicos para compensar esse stress todo da vida”. ■■

# Carrosserie du Marché



**Réparation toutes marques**  
**Agréé aux assurances**  
**Préparation tuning**



Tél.: 01 48 32 18 66 - Fax: 01 48 31 79 46  
 18 rue Raymond Bertout - 93700 Drancy

# M.R.T.I.

*Votre solution transports*

ZI de la Poudrette  
93220 Les Pavillons-Sous-Bois  
01 41 55 17 00

## RAIL

## ROUTE

## MARITIME



Agence de Valenton  
Tél. 01 41 94 12 06  
Fax 01 43 99 51 78

Agence de Porto  
Tél. (351) 22 71 515 50  
Fax (351) 22 71 515 59

Agence de Lyon  
Tél. 04 37 25 16 30  
Fax 04 37 25 16 31



[mrti.fr](http://mrti.fr)

# Braga é a única cidade onde começam dois caminhos de Santiago de Compostela



O Caminho de Santiago desperta um crescente interesse em Portugal e Braga é a única cidade portuguesa e uma das raras da Península Ibérica ponto de partida de dois itinerários certificados pelo Arcebispo de Santiago de Compostela: o Caminho da Geira e dos Arrieiros e o Caminho Minhoto Ribeiro.

O Caminho da Geira e dos Arrieiros foi apresentado em 2017 em Ribadavia (Galiza) e Braga, reconhecido pela Igreja em 2019, reconhecido pela associação de municípios transfronteiriços Eixo Atlântico em 2020 e é um itinerário oficial da Peregrinação Europeia de Jovens do Ano Santo Jacobeu 2021/22.

Este percurso é investigado e promovido por associações e coletividades privadas e destaca-se por incluir patrimónios únicos no mundo: a geira romana e a Reserva da Biosfera do Gerês/Xurés. Além disso, o seu traçado liga diretamente à Catedral de Santiago de Compostela.

Já o Caminho Minhoto Ribeiro resulta do trabalho de uma associação que integra 16 concelhos galegos e portugueses, começou a ganhar visibilidade há dois anos e em 2020 foi reconhecido pela Igreja.

O Caminho Minhoto Ribeiro liga à Via da Prata na parte final, logo não chega diretamente a Santiago de Compostela e o seu traçado principal em Portugal segue por municípios diferentes do Caminho da Geira e dos Arrieiros.

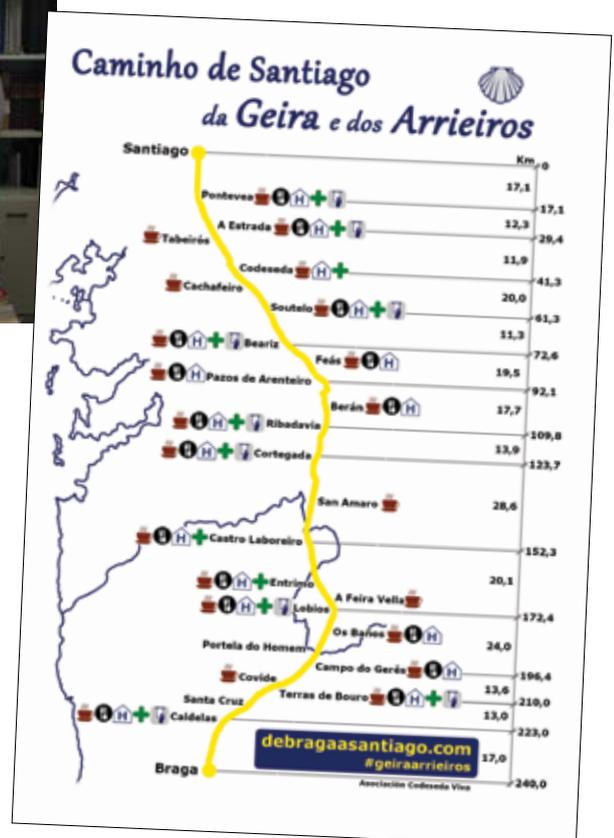
O facto de ambos os traçados serem coincidentes nalguns municípios, sobretudo



Carlos de Barreira [esq] na cerimónia de certificação do caminho da Geira

na Galiza, resulta de pessoas que integram a associação de concelhos serem dissidentes da associação fundadora do Caminho da Geira e dos Arrieiros (originalmente conhecido por Caminho Minhoto Ribeiro) e terem levado consigo informação histórica até então recolhida e publicada.

Para o presidente da Associação do Caminho Jacobeu Minhoto Ribeiro (ACJMR) e da Plataforma Berán





## Experiência comprovada ao serviço da restauração portuguesa



Capacidade 180 pessoas



06 26 35 61 08  
34, rue Benoit Franchon 94500 Champigny sur Marne



*CAMINHO DA GEIRA* pioneiros deste camiho Maria João Batista, João Filipe Reis e Luís Sobreiro



no Caminho, Abdón Fernández, autora do “traçado original” do Caminho da Geira e dos Arrieiros, este itinerário “reflete a peregrinação e o comércio desde Portugal, pela Geira e O Ribeiro, uma região muito importante para a economia na época medieval”. “Este caminho possui um património muito importante em relação à passagem de peregrinos, ao comércio do vinho, às termas, ao património construído e cultural, à riqueza natural, todos em respeito pela filosofia do peregrino que busca descobrir o mundo rural, o respeito pela natureza, o meio ambiente e a sustentabilidade”, adianta Abdón Fernández.

Na sua perspectiva, “se a estes aspetos juntarmos a Geira, é sem dúvida um caminho único. O património ao longo do seu percurso merece o mesmo destaque que zonas como as de O Cebreiro, no caso do Caminho Francês, e possui referências patrimoniais e etnográficas muito importantes”.

Para o presidente da Associação Codeseda Viva, Carlos de Barreira, responsável pela a

apresentação do traçado do Caminho da Geira e dos Arrieiros ao Arcebispo de Santiago de Compostela, “nota-se um grande interesse dos peregrinos que agora estão a planear percorrer caminhos menos procurados e o nosso itinerário encaixa perfeitamente neste requisito e nos próximos meses terá uma aceitação muito positiva”.

O desafio seguinte, destaca Carlos de Barreira, é que seja oficializado pelos governos português e galego e “se invista no melhoramento das suas infraestruturas de apoio aos peregrinos e sinalização”. “Quanto à divulgação, temos a sorte dos peregrinos que o percorrem se converterem em seus embaixadores, recomendando-o aos seus amigos e conhecidos, o que gerou unha enorme divulgação, sobre tudo entre os peregrinos que já percorreram diversos caminhos”.

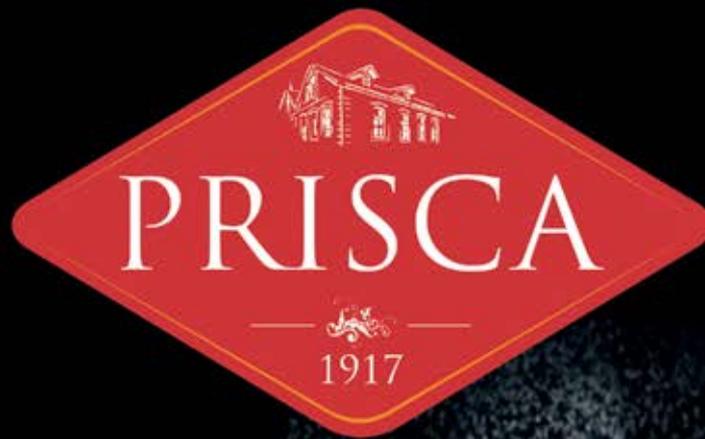
Quanto ao Caminho Minhoto Ribeiro, o presidente da Associação Codeseda Viva destaca apenas as diferenças mais óbvias: “São caminhos distintos e certificados em anos diferentes. O nosso dá ênfase à Geira,

tem 240 Km e chega diretamente a Santiago de Compostela. O Minhoto Ribeiro sai de Braga por Vilaverde e segue depois por Monção, tem 270 km e desemboca na Via da Prata”.

O presidente da Plataforma Berán no Caminho também não tece muitos comentários sobre esta questão: “São dois caminhos diferentes e da responsabilidade de diferentes entidades”. “A associação dos concelhos tem fundamentos mais ligados à política e a nossa é uma organização particular, amadora, cujo único objetivo é promover o caminho e ajudar os peregrinos e as populações locais abrangidas pelo traçado”, conclui.

#### **História: dois caminhos, um destino**

Em 2009 foi fundada em Berán, no Concelho de O Ribeiro (província de Ourense, na Galiza) a Associação do Caminho Jacobeu Minhoto Ribeiro (ACJMR), cujo objetivo é estudar e promover o caminho jacobeu que liga Braga a Santiago de Compostela, pela



Felicidade  
em Ser Prisca



geral@saboresebemreceber.com  
www.saboresebemreceber.com

Co-financiado por:



estrada da Geira (um troço da via XVIII do Itinerário de Antonino, ligando Bracara Augusta à Asturica Augusta, atual Astorga). A determinada altura da sua existência, alguns elementos abandonaram a associação e vieram mais tarde, em 2014, a integrar a Associação dos Concelhos do Caminho Minhoto Ribeiro (associação dos concelhos). Esta associação é constituída pelos municípios portugueses e galegos por onde passa o caminho. Um momento decisivo para o Caminho da Geira e dos Arrieiros aconteceu em fevereiro e abril de 2017, quando Abdón Fernández, presidente da ACJMR apresentou em Ribadavia (Galiza) e em Braga (1 de abril de 2017), uma proposta de traçado do caminho, quase de imediato adotada pelos peregrinos.

Em Braga assistiram à apresentação elementos da Associação Codeseda Viva (ACV), do Concelho de A Estrada (província de Pontevedra, na Galiza), incluindo o seu presidente, Carlos de Barreira, que viria a assumir importância decisiva neste projeto. Nestes últimos quatro anos, a ACJMR e a ACV uniram-se na defesa do Caminho da Geira e dos Arrieiros, que em 28 de março de 2019 foi reconhecido pela Igreja como itinerário oficial de peregrinação jacobea. Neste caso concreto, a ACV teve um papel decisivo, ao reunir e entregar à Igreja a documentação necessária para o reconhecimento do caminho (até então conhecido

como Caminho Jacobeu Minhoto Ribeiro). Foi também reconhecido pela associação de municípios transfronteiriços Eixo Atlântico a 16 de novembro de 2020.

Passou a chamar-se Caminho da Geira, para salientar o património único da estrada romana, e dos Arrieiros, para evidenciar a vertente económica histórica deste caminho; que é a reposição de uma rota de peregrinação e de comércio entre Braga e Santiago de Compostela.

Em relação à associação dos concelhos, ao integrar elementos dissidentes da ACJMR, ficou na posse da documentação que lhe permitiu desenvolver uma nova proposta de um caminho que liga Braga a Santiago de Compostela, recentemente também reconhecido pela Igreja de Santiago de Compostela.

Este caminho difere do da Geira e dos Arrieiros nos primeiros troços, em Portugal (propõe três entradas em Espanha), e nos últimos, à chegada a Santiago de Compostela, sendo semelhantes na região de O Ribeiro.

O Caminho da Geira e dos Arrieiros é hoje reconhecido como o “caminho original” (por respeitar o traçado apresentado a 1 de abril de 2017) e único no mundo por incluir a estrada da Geira (a maior e mais bem conservada via romana do mundo) e atravessar o Reserva da Biosfera Transfronteiriça Gerês-Xurés. ■■



# SOS BOITES MOTEURS

L'EXPERIENCE A VOTRE SERVICE

Le spécialiste  
de la boîte de vitesse  
manuelle et automatique  
reconditionnée

La référence  
du moteur et de  
la boîte d'occasion  
sur toute la France

6, rue Emile SEHET  
ZA des Chataigniers  
95150 TAVERNY  
Fax.: 01 30 40 93 57

Tel.: 01 30 40 93 50  
Port1: 06 75 18 15 27  
Port2: 06 89 66 67 48




www.sosboitesmoteurs.com

Três espaços  
para o acolher  
ao serviço  
da gastronomia  
portuguesa



Restaurant

# La Résidence



32, Rue de Valenton  
94000 CRÉTEIL  
01 48 89 86 74



139, Rue Jean-Jaurés  
Route Nationale 6  
94700 MAISONS-ALFORT  
01 43 75 29 38



92, Avenue Gambetta  
Maisons-Alfort

Daniel Bastos



# Monumentos aos Combatentes da Guerra do Ultramar nas Comunidades Portuguesas

No decurso do mês de fevereiro assinalam-se os 60 anos do início da Guerra do Ultramar (1961-1974), um período de confrontos bélicos entre as Forças Armadas Portuguesas e os Movimentos de Libertação das antigas províncias ultramarinas de Angola, Guiné-Bissau e Moçambique, que constitui um dos acontecimentos mais marcantes da história nacional e africana de expressão portuguesa do séc. XX.

Um conflito bélico dramático, trágico e traumatizante para mais de um milhão de portugueses, que prestaram serviço militar nas três frentes de combate, onde tombaram cerca de 8.300 soldados, assim como para as populações angolanas, guineenses e moçambicanas, cujo número total de vítimas, entre guerrilheiros e civis, terá sido superior a 100 mil mortos.

A densidade vivencial e o impacto da também conhecida como Guerra Colonial na sociedade portuguesa têm sustentado ao longo das últimas décadas a inauguração no território nacional de inúmeros monumentos de homenagem aos militares mortos, e que rondam já cerca de três centenas.

No cômputo da lista de monumentos alusivos aos Combatentes da Guerra do Ultramar, que se encontram assinalados pela Liga dos Combatentes (LC) no livro “Monumentos Aos Combatentes da Grande Guerra e do Ultramar”, grande parte deles construídos no séc. XXI, e que segundo o tenente-general Chito Rodrigues, Presidente da LC, são “a expressão de um sentimento profundo nacional acerca do que foi a guerra colonial e dos sacrifícios que o povo português fez nesse conflito”, destaca-se ainda a existên-

*O historiador Daniel Bastos (dir), com um percurso alicerçado no seio das Comunidades Portuguesas, visitou em 2019 o monumento de homenagem aos antigos combatentes da Guerra do Ultramar na cidade de Oakville, junto a Toronto, na companhia do ex-combatente e Presidente da Assembleia Geral da Associação Cultural 25 de Abril em Toronto, Artur Jesus (esq.)*



cia de quatro monumentos construídos no seio das comunidades portuguesas no Canadá e nos Estados Unidos.

No Canadá, onde se estima que na atualidade vivam mais de meio milhão de luso-canadianos, o primeiro monumento a ser erigido em memória dos combatentes que tombaram na guerra do Ultramar foi inaugurado em 2009, na cidade de Winnipeg, capital da província de Manitoba.

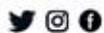
Projetado pelo arquiteto português Varandas dos Santos, o memorial impulsionado pela Associação Portuguesa de Veteranos de Guerra de Manitoba e Núcleo da Liga dos Combatentes de Portugal em Winnipeg, e concretizado com o apoio da Província de Manitoba, da Liga dos Combatentes, da Comunidade Luso-Canadiana, da Associação Portuguesa de Manitoba e da Chapel Lawn Memorial Gardens, invoca os militares do passado, presente e futuro.

Em 2012, a cidade de Oakville, junto a Toronto, capital da província de Ontário onde se estima que vivam mais de 20 mil antigos combatentes da Guerra do Ultramar, assistiu à inauguração, no cemitério Glen Oak Memorial Garden, de uma estátua em homenagem aos militares portugueses e canadianos mortos em situações de guerra. O monumento, concebido em conjunto pelo arquiteto Varandas dos Santos e pelo comendador José Mário Coelho, e impelido pela Associação dos Ex-combatentes do Ultramar Português no Ontário, foi instalado no talhão denominado “Nossa Senhora de Fátima”. O monumento, que contou com apoios financeiros da Secretaria de Estado das Comunidades Portuguesas e da Liga de Combatentes de Portugal, sobressai pela existência de vários elementos, dos quais se destacam uma Cruz de Cristo e um capacete de um soldado, tendo ainda a inscrição: “Sacrificados em vida, respeitados na morte”. **L■**



IDF 98.6 FM  
DAB+ PARIS LILLE LYON ESTRASBURGO

[WWW.RADIOALFA.NET](http://WWW.RADIOALFA.NET)



# Luso-americana leva inspiração portuguesa ao visual da Silveira Designs

A luso-americana Angela Silveira Laines, filha de açorianos que emigraram para a Califórnia, é a força criativa por trás da Silveira Designs, que desenvolve design gráfico inspirado na comunidade portuguesa.



“Trabalho com organizações da comunidade como o PALCUS, pequenas empresas, trabalhos individuais”, disse à Lusa Angela Laines. Os projetos vão desde convites de casamento com motivos de azulejos tradicionais, logotipos para empresas ou t-shirts com o galo de Barcelos. “Os meus pais são dos Açores, por isso é algo com que cresci a ver em casa”, afirmou a designer. “É uma parte de mim, por isso, mesmo que o projeto não esteja relacionado especificamente com a cultura, está no que faço, está no nome da empresa”.

Parte do seu trabalho tem servido organizações comunitárias sem fins lucrativos, algo que considera importante na sua identidade. “Senti que era uma ligação extra a uma comunidade da qual eu já fazia parte”, afirmou a designer, que foi uma das constituintes do grupo Young Portuguese Americans. “Quero que os meus designs transmitam uma conexão a algo. Gosto de pegar em algo simples e torná-lo em design”, disse. Os azulejos portugueses são uma das suas maiores inspirações e Laines também gosta da influência da filigrana e o visual do coração de Viana. Além disso, gosta de “trabalhar de forma diferente com as cores da bandeira, não apenas com o branco e azul do azulejo” e aprecia a combinação de elementos de forma subtil. “Muitas pessoas querem algo que seja muito flagrante e outros são mais subtils”, disse, referindo-se aos designs que são notoriamente portugueses por contraste com aqueles que apenas aludem à portugalidade. “Há um momento e um espaço para cada um desses”.

Tal como tem acontecido com outras empresas luso-americanas, as restrições sociais impostas pela pandemia de covid-19 modificaram o negócio e baixaram o volume de encomendas. “Trabalho com o Museu de Tecnologia em São José e tudo abrandou

porque não há eventos”, exemplificou. “E as pessoas também - não estão a casar-se, não estão a fazer festas”, notou.

A contrapartida é que “está a crescer a presença online” e a Silveira Designs tem trabalhado em projetos que surgiram por causa da interrupção dos eventos presenciais. “Os aspetos visuais são muito importantes porque em tudo o que é memorável há sempre um simbolismo”, disse a designer, mencionando o poder da história do galo de Barcelos e dos fatos dos ranchos folclóricos. “São como logotipos de diferentes pedaços de história que estão ligados à nossa cultura”, descreveu, considerando que “é muito importante mantê-los porque têm essa correlação com a história ou com algo inspirado nela”.

Estes elementos visuais ajudam a manter a ligação das novas gerações à cultura portuguesa, em concertação com as festas e os eventos em torno dos salões portugueses. Apesar de reconhecer que houve um certo “desligamento” em relação a tradições anteriores, Laines sublinhou que outros aspetos dos novos luso-americanos estão a ser reforçados. “Os salões que têm bandas mantêm uma forte audiência jovem”, disse, e há outros fóruns, como os eventos organizados pelo comediante Taylor Amarante. “É a nossa versão das festas, ou só uma noite com música”, disse, mencionando o encaminhamento dos lucros para causas nobres. “Há uma missão envolvida, mas estamos a fazer as nossas coisas. Ainda estamos muito ligados à cultura, da nossa própria forma”. Laines frisou também a adesão às Noites de Herança Portuguesa que são organizadas em instituições desportivas, como o clube de futebol San Jose Earthquakes. “Esse é um exemplo tangível de como estamos a promover a cultura com estes eventos, que podem ser diferentes do que as gerações anteriores fizeram”. **L■**

# LTDTP

DEMOLITION – TERRASSEMENT



UN SERVICE ET SUIVI DE QUALITE DEPUIS PLUS DE 20 ANS  
PARTICULIERS ET PROFESSIONNELS



LOCATION D'ENGINS – RECYCLAGE MATERIAUX



2 RUE DES ENTREPRENEURS – 77270 VILLEPARISIS  
TEL : 01 64 27 20 20 - FAX : 01 64 27 20 24

[HTTPS://LTDTP.FR](https://ltdtp.fr)  
CONTACT@LTDTP.FR

# Teatro Passagem de Nível celebra 40 anos em plena pandemia, mas mantém acesa a chama do amor pela arte

No ano em que assinala 40 anos, o Teatro Passagem de Nível atravessa uma situação difícil, mas com uma esperança inabalável, já planeia o futuro com dois espetáculos prontos a estreiar quando o confinamento terminar.



**E**ntramos pela porta principal do Teatro Passagem de Nível e fomos ver como se prepara a reabertura das salas de espetáculos em Portugal. Devido ao confinamento, decretado face à situação sanitária que o país atravessa, os teatros estão fechados ao público. Sem espetáculos, mas com esperança, este grupo de referência do Teatro Amador em Portugal assinala 40 anos de existência.

Fomos conversar com os encenadores das duas produções que estão em preparação. Porfírio Lopes e Fernanda Santos relataram de que forma estavam a decorrer os ensaios, antes de serem cancelados devido à situação crítica do novo coronavírus em Portugal. Apesar das dificuldades, o grupo de teatro da Amadora não baixa os braços e promete

levar teatro a todos, assim que seja possível. Afinal, não podia ser de outra forma, porque há muitas histórias para contar e sonhos para alimentar.

A Presidente do Teatro Passagem de Nível, Matilde Matos, apontou o caminho futuro, reiterando que espera ansiosamente pela reabertura de portas do Auditório de Alforneiros ao calor do público. Testemunhamos a união deste grupo, que mantém com esforço e paixão pelo Teatro, um pedaço da cultura intacta, apesar dos abalos provocados pela pandemia.

Porfírio Santana Lopes, encenador do espetáculo «Desnível Bar», falou de uma das duas peças que viu os ensaios serem interrompidos devido ao confinamento. Uma comédia com alguns momentos musicais, pretendendo assim ajudar as pessoas a retomarem o «ritmo mais saudável da vida», segundo confessou o encenador.

**O que se pode esperar deste espetáculo cómico «Desnível Bar»?**

O «Desnível Bar» é uma segunda experiência de um espetáculo experimentado há 26 anos. Podemos dizer que é a sequela de um espetáculo «Café-teatro», com diferentes textos cómicos, intercalados por momentos musicais. Tenta também fazer um percurso entre um ambiente de bar e situações do quotidiano. No geral, procura ser um espetáculo divertido. A peça estava previamente pensada para ser feita no nosso foyer, num verdadeiro ambiente de bar, mas devido ao atual momento sanitário, já não é possível.

**Considera importante levar uma comédia ao público, nesta altura delicada da vida de todos?**

Sim, claro. Estamos todos um pouco depressivos por estarmos todos a viver de uma forma que nem sabíamos ser capazes. Este

Porfírio Lopes



# CASTANHA DE TRANCOSO

EM NÚMEROS:

## PROJETO TRANCASTNUT

Protocolo celebrado entre o Município de Trancoso e a Universidade de Trás-os-Montes e Alto Douro, a vigorar entre 2019 e 2024.

### ● PRESSUPOSTOS

Explorar o potencial produtivo máximo da castanha, melhorando a qualidade e aumentando o plantio.

### ● AÇÕES

- . Análise de solos;
- . Fitossanidade dos Castanheiros (combate às pragas);
- . Criação de Souto com coleção de porta-enxertos e seleção de Martaínha;
- . Souto Experimental;
- . Jornadas técnicas: "Dias abertos" sobre técnica de cultura do castanheiro;
- . Confeção de receitas culinárias com castanha (em parceria com a Escola de Hotelaria e Turismo do Douro);
- . Visitas técnicas a empresas do setor;
- . Workshops.

● Participantes: **367** produtores

### ● DADOS ESTATÍSTICOS

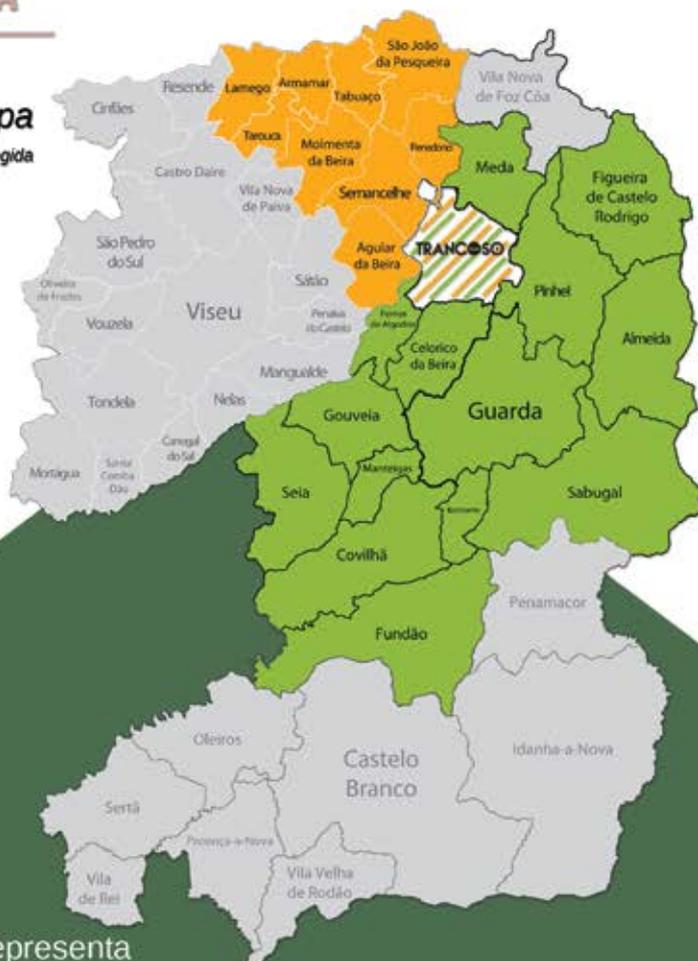
- . Área de Cultivo: **1.400** hectares
- . Nº de Soutos: **1.300**
- . Nº de Castanheiros: **140.000**
- . Produção: **2.500 a 3.000** toneladas/ano
- . Produtores: **900** (aprox.)
- . Faturação: **5 a 6 milhões** euros/ano

## DOP - CASTANHA DOS SOUTOS DA LAPA

**TRANCOSO** é o único concelho da CIMBSE que integra a DOP\* - Castanha dos Soutos da Lapa

\* Denominação de Origem Protegida

-  Municípios Associados da CIMBSE
-  DOP - Castanha dos Soutos da Lapa



A Castanha de Trancoso representa 30% da produção da DOP - Castanha dos Soutos da Lapa e 5% da produção nacional.

espectáculo tem a preocupação de ajudar o público a encontrar o ritmo da comédia— o mais saudável para a vida.

**As comédias são sempre um desafio. Quais são as principais diferenças de trabalhar este gênero em comparação com os outros?**

O humor já está definido pela escrita do próprio autor. Quando vamos construir um espectáculo que tem esta energia, o divertimento e a parte cômica da vida, partimos sempre daquilo que o autor oferece. Podemos dizer que utilizamos os recursos que o autor deposita com as suas palavras. Depois começamos a trabalhar também com os actores, com os seus recursos e da forma como constroem a sua própria comicidade. Contudo, estes tempos têm sido difíceis para construir esses tais momentos cômicos. Quando iniciámos os ensaios, debruçamo-nos primeiramente sobre o texto e analisamos as suas intenções. Porém, fomos



Auditório de Alfarelos, sala de espectáculos do Teatro Passagem de Nível

obrigados a interromper devido ao confinamento. Agora, pretendemos retomar os trabalhos, do ponto inicial de abordagem aos vários textos. Ainda temos algumas dificuldades, sobretudo, a nível de manter a distância física, num espectáculo que pede alguma proximidade. Acho que estas restrições têm afastado os actores do seu potencial cômico. Mas acredito plenamente, que quando tudo voltar a um trabalho mais normalizado de ensaios, dia após dia, seja assim possível alinhar todos esses ritmos de humor e comicidade.

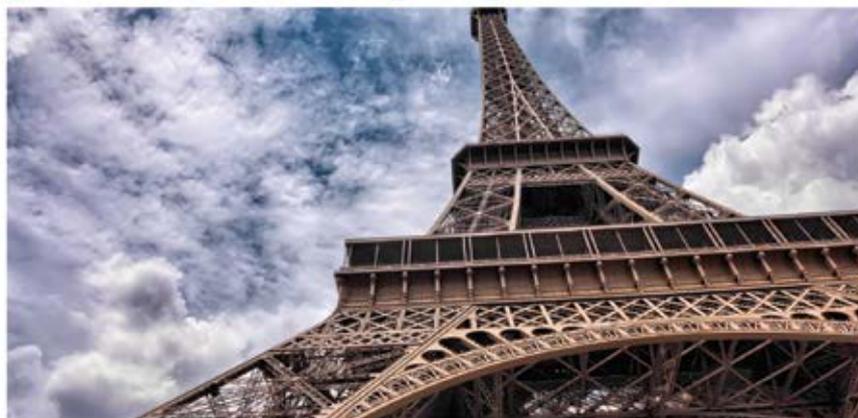
**Tendo em conta as restrições, será difícil fazer uma previsão exata da estreia. Mas já existe alguma previsão?**

É muito difícil prever uma data, até porque não sabemos quando vai ser possível reabrir os teatros. Nós queremos que a estreia se dê o mais depressa possível. Procuramos que este tempo de paragem ajude os actores a memorizar as palavras e todo o texto. Por isso, acredito que quando voltarmos ao trabalho, poderemos arrancar com a preparação da parte musical e avançarmos a passos largos rumo à estreia.

**Considera que o facto de estar de portas fechadas devido ao confinamento, vai exponenciar uma certa «fome» de produtos culturais, tanto por parte dos criadores, bem como do próprio público?**

Eu acredito que o termo «fome» é aquilo que todos estamos a sentir. Fomos privados de muitas coisas que faziam parte da nossa vida cotidiana, por isso, é natural que depois deste tempo de paragem, todos estejam ansiosos por reencontrar o espectáculo, o filme, o produto cultural e a peça de teatro. Considero que vai haver um certo acréscimo de público e de pessoas interessadas em criar cultura. Falta apenas saber se será algo vinculativo com o futuro ou se será apenas um período. Assim sendo, acho que será preciso experimentar para perceber aquilo que vai acontecer.

## Avec nous, consacrez plus de temps pour vous.



### Notre métier

Avec plus de 25 ans d'expérience, nous sommes une équipe de juristes avec des compétences notariales en plusieurs domaines importants pour les citoyens portugais de la Diaspora. Nous sommes actuellement en France (Paris) et Portugal. Ayant toujours nos clients en tête, nous assurons la réalisation de plusieurs services administratifs et juridiques, qui incluent :

- Héritages et successions au Portugal, accomplissant toutes les démarches et obligations nécessaires, ainsi que la réalisation d'écritures et/ou inventaires judiciaires, en prenant un contact permanent avec des notaires partenaires français ;
- Création d'Entreprises, son implémentation et suivi de leurs projets au Portugal ;
- Gestion de Patrimoine Immobilier et Investissements au Portugal ;
- Élaboration de Procurations/Pouvoirs et traductions ;
- Nous prenons aussi soin de vos affaires dans le domaine de la fiscalité ;
- Maintenant, vous pouvez aussi renouveler votre carte de citoyenneté, votre permis de conduire et traiter d'autres sujets personnels chez notre bureau à Champigny.

À cet égard, il vous suffit de nous contacter, et notre collaboratrice Rita Monteiro s'occupera de fixer un rendez-vous.

**Avec nous, consacrez plus de temps pour vous.**



**Contacts:**  
81, Avenue de la République, 94500 Champigny-sur-Marne  
Tél.: +33 608 777 022 | +33 626 063 809 | +351 968 427 675  
rita.monteiro@solicitorspl.com | geral.pl@solicitorspl.com

[www.solicitorspl.com](http://www.solicitorspl.com)



# ALPHA T.P.

TRAVAUX PUBLICS  
ECLAIRAGE PUBLIC

9/11 rue du Coq Galois  
77170 BRIE COMTE ROBERT

**Tél.: 01 64 05 29 66**

Télécopie: 01 64 05 82 01

f.dacunha@alphatp.com

alpha.tp@alphatp.com



Fernanda Santos, encenadora, desvendou aquilo que será o espectáculo infantil «Lorena, a Princesa Vaidosa», uma co-criação do Teatro Passagem de Nível, com texto original de Ilse Losa, escritora portuguesa de origem judaica.

Fernanda Santos

Matilde Matos

**O que é que o público pode esperar da peça «Lorena, a Princesa Vaidosa»?**

Este espectáculo conta a história de uma princesa, algo arrogante, criada numa família aristocrata e muito elitista. Sendo muito vaidosa, desdenhava de todos os príncipes pretendentes, avaliando-os apenas segundo a sua aparência física. Depois de rejeitar vários homens, o seu pai ordenou que casaria com o primeiro pretendente que batesse à porta. É uma história que pretende abordar valores como a humildade e combater preconceitos, levando as crianças a reflectir. Este é um texto muito rico e faz parte do Plano Nacional de Leitura.

**Já há uma data marcada para a estreia?**

O espectáculo já contou com duas datas marcadas. Primeiramente, seria em Março de 2019, mas foi decretado o primeiro con-

finamento e o teatro fechou. Desta vez, tínhamos estreia marcada para Janeiro e o confinamento mandou todos para casa mais uma vez. Agora, brincando em tom irónico, aconselho-o a fazer a pergunta ao vírus (risos). Mas espero que possamos pisar as tábuas do nosso auditório o quanto antes.

**Sentiu por parte dos actores algum constrangimento e medo durante a realização dos ensaios por causa da pandemia?**

Os actores sempre se mostraram disponíveis, apesar das dificuldades de realizar um ensaio completo sempre de máscara. Nunca fizemos nenhum ensaio sem cumprir as regras sanitárias definidas pelas autoridades. Esse sempre foi um aspecto muito importante na nossa conduta. Já apanhamos dois «baldes de água fria», com duas estreias adiadas e obviamente estes imprevistos causam alguma desmotivação. Mas quero sublinhar que com o nosso amor ao teatro, quando a pandemia aliviar, vamos conseguir levar esta peça a palco com a entrega que tanto nos caracteriza. Além disso, temo ainda que seja difícil reconquistar algum público, uma vez que haverá algum medo de vir ao teatro, provocado por um certo «trauma pandémico».



quem sabe...  
...sabe!

O Sr. José Marques do  
Restaurante Adega do Zê em Setúbal diz:  
Há dez anos que troquei do carvão  
para um grelhador Gresilva  
e estou muitíssimo satisfeito.

## GRESILVA

Inovação em  
Grelhadores

[www.gresilva.pt](http://www.gresilva.pt)

Lisboa - 219 628 120 | Porto - 229 829 947/8

gresilvagrills
 gresilva\_grills

# **TRANSNATE**

**TRANSPORTES INTERNACIONAIS, S.A.**

**Armazenagem e Cross-Docking**  
Meios de descarga e carga de 1500 kg até 10 T

**Entregas ou recolhas na Região de Paris**  
Departamentos: 45-60-75-77-78-91 a 95

**Parqueamento curta duração**  
**para Pesados e ligeiros**  
A menos de 30 kms de Paris  
e a 25 min do aeroporto de Orly

**Aluguer curta duração de:**  
- Reboques e Semi-Reboques  
com teto elevatório  
- Porta Maquinas 25 T  
e 3 m de largura  
- Porta-Contentores 20' -40' e 45'

**TRANSNATE – TRANSPORTES INTERNACIONAIS, S.A.**

Nó Rodoviário da Ratoeira | 6360-140 Ratoeira – Celorico da Beira

Telefs: +351 271 881 266 / +351 271 881 212 · Fax: +351 271 881 268 · [transnate@mail.telepac.pt](mailto:transnate@mail.telepac.pt)

+351 915 600 430 / +33 (0) 6 02 18 28 72 - [antonio.rodrigues@transnate.com](mailto:antonio.rodrigues@transnate.com)

+351 915 600 428 - [natalia.rodrigues@transnate.com](mailto:natalia.rodrigues@transnate.com)

+351 915 210 397 / +351 271 881 212 - [fernando.oliveira@transnate.com](mailto:fernando.oliveira@transnate.com)

Matilde Matos, Presidente e uma das fundadoras do Teatro Passagem de Nível, reconhece que o teatro atravessa momentos complicados, mas deixa uma mensagem de esperança lembrando que haverá sempre um amanhã.

**De que forma a pandemia está a afectar o vosso Grupo?**

A pandemia está a ser terrível para associações como a nossa, que vivem da boa-vontade dos sócios e do interesse de outras pessoas para desenvolver actividades culturais. O teatro respira o um grande amor dos sócios por esta arte. É esse sentimento que traz pessoas a esta casa. Estamos a viver de uma forma muito complicada porque não nos podemos reunir, nem ensaiar as produções que tínhamos em andamento. Além disso, não podemos contar com a presença do público. Fomos ainda obrigados a adiar estreias de peças e interromper ensaios durante muitos meses. Obviamente, quando retomarmos os ensaios, muito do trabalho feito anteriormente será perdido. Estas paragens atrasam muito o nosso trabalho. Temos duas peças que esperamos estarem prontas para estrear no mês em que terminar

o confinamento. Há ainda outras actividades, como a Amostra de Teatro Escolar do concelho da Amadora, uma iniciativa organizada pelo grupo. Contamos ainda realizar o «Amadora em cena»— festival de teatro que conta com a presença de companhias de todo o país. Estamos ansiosos pelo fim do confinamento para levarmos teatro às gentes da Amadora.

**O Grupo foi apoiado de alguma forma pelas instituições locais para fazer face aos prejuízos do confinamento?**

O Teatro Passagem de Nível conta sobretudo com apoios da Junta de Freguesia da Encosta do Sol e da Câmara Municipal da Amadora. A autarquia local foi sensível a estes momentos delicados que as associações culturais e desportivas atravessam. Recebemos um apoio camarário para a aquisição de meios de protecção para podermos ensaiar e também receber o nosso público em segurança.

**Julga que este encerramento de longa duração vai criar um maior interesse no teatro por parte dos próprios membros do grupo assim como por parte do público?**

As pessoas do grupo estão todas sedentas

de estarem juntas, assim como do convívio diário. Acredito que quando recomeçarem os ensaios, juntamente com a felicidade de estarmos juntos outra vez, tudo isso será uma fonte de motivação acrescida para levarmos as nossas produções a um bom porto.

A nível do público, acredito que esteja sedento por cultura. Os meus filhos já são adultos, mas confesso que se tivesse crianças em casa estaria desejosa de poder levá-los ao teatro. Por isto tudo, acredito que vamos ter mais público que antes. As pessoas estão ansiosas por ver e viver cultura.

**Quer deixar alguma mensagem, em nome do teatro, ao público da Amadora para depois do confinamento geral?**

Acima de tudo quero deixar uma mensagem de confiança, endereçada a todos em geral, desde sócios, actores e público. Mantenham a confiança de que vamos ultrapassar esta situação trágica. Com certeza, aparecerão muitos trabalhos artísticos, de vários artistas em diferentes áreas, com uma grande força. Eu acredito plenamente nisso. ■■

**IDEAL**  
**AMBULANCES**

**☎ 01 45 09 15 15 ☎**

UMA EQUIPA PORTUGUESA  
AO SEU SERVIÇO

TOUTES DISTANCES

**★**  
**URGENCES**  
24 heures sur 24

**Fax 01 43 30 97 34**

**CONSULTATIONS • HOSPITALISATIONS • DIALYSES • RAYONS**



**Sarafauto**  
in motion

**MUCH MORE THAN A RENTAL**

**MUITO MAIS QUE UM ALUGUER**

**Car Rental in Portugal**

*Aluguer de Viaturas em Portugal*

**Pick-Up and Drop-Off  
(Lisbon and Oporto  
Airports)**

*Entregas e Devoluções nos  
Aeroportos*

**Best Service Guaranteed**

*O Melhor Serviço Garantido*

**Meet and Greet**

*Assistência nos Aeroportos*

[www.sarafauto.pt](http://www.sarafauto.pt)

**FRANCELINA ANTÓNIO**  
Representante/Representative

[fantonio@sarafauto.pt](mailto:fantonio@sarafauto.pt)  
US/Canada 1-800-480-4517  
Portugal (+351) 966 122 029



Paulo Pisco  
Deputado do PS  
eleito pelas Comunidades Portuguesas  
na Europa



## O valor do abraço

O abraço ganhou um valor extraordinário nestes tempos de distanciamento social. Tornou-se algo tão especial que só abraçamos alguém em circunstâncias muito particulares. Quase que está transformado numa memória nostálgica. Antes da pandemia era tão banal que nem se percebia como era importante. Sem abraços, estamos na frieza da distância, sozinhos contra a nossa vontade. O abraço que liberta, é agora absurdamente raro mesmo entre pais e filhos, entre marido e mulher, entre avós e netos, entre amigos de todas as cores.

O medo e a desconfiança tomaram conta dos nossos dias. E desde há um ano que vivemos assim, recuados e distantes. Na primeira fase do confinamento vivemos com muito medo. A paranoia tomou conta do nosso quotidiano. Despejávamos frascos de álcool gel até ficarmos com as mãos encardidas. Desviávamo-nos das pessoas com quem nos cruzávamos e todos eram olhados como uma ameaça.

Mas à medida que o verão ia chegando, fomos perdendo o medo e baixando a guarda. Pensávamos até que já víamos a luz ao fundo do túnel e a vida finalmente voltaria a ser mais normal. Deixámos cair as máscaras. Ficámos mais livres. Mas o verão passou e as escolas reabriram e o teletrabalho diminuiu. E afinal começámos a perceber que o pior ainda estava para vir.

O abraço voltou a ficar distante e ameaçador. O olhar e a linguagem corporal erguem muros numa ilusão de segurança. Ficamos todos mais pobres sem o calor dos abraços. Percebemos hoje melhor como são tão preciosos nas nossas vidas. Ter medo de abraçar a quem queremos, desumaniza-nos. Enfraquece os sentimentos.

E não ajuda nada a superar este vazio o clamor obsessivo das televisões sempre a martelar na tragédia, a repetir em redundâncias sucessivas as mesmas situações de doença, morte e pessoas entubadas. E ficamos sem perceber se é mau jornalismo ou uma forma



de exorcizar o medo próprio transmitindo-o aos outros. E assim nos vamos esquecendo da vida.

Como será quando tudo isto passar? Pelo menos, temos essa certeza: há-de passar! Há-de passar como passaram outras pandemias que houve na história, ainda mais destrutivas do que esta, que há um ano nos chegou a partir de Wuhan, na China. Há-de passar e nessa altura havemos de celebrar todos os afetos que agora a pandemia nos roubou. Talvez precisemos de tempo para nos readaptarmos e para recuperar a confiança. Talvez precisemos até de fazer a fisioterapia dos abraços. Mas tal como não há bem que sempre dure, também não há mal que nunca acabe.

Nenhuma pandemia nos pode roubar a humanidade nem aniquilar os afetos que fazem parte da nossa natureza. Os abraços derrubam fronteiras, ódios, preconceitos, divisões. São sinal de paz, confiança, amor. Evocam as memórias luminosas dos tempos da inocência quando éramos adolescentes, evocam todas as memórias.

E quando os abraços voltarem, voltarão com a força do mar que não pede licença para entrar no areal da praia. E aí perceberemos melhor como eles são importantes na vida das emoções. E nessa altura, quando o abraço voltar em força e naturalidade, haverá a luz que agora nos falta nestes tempos cinzentos.

Que saudades do tempo dos abraços. ■■



**SOMOS ESPECIALISTAS NA RENOVAÇÃO**  
**EXPERIÊNCIA COMPROVADA DESDE 1987**  
**CONCRETIZAMOS O SEU SONHO...**

76 Avenue Sadi Carnot 94290 VILLENEUVE LE ROI  
tel 01 43 91 98 36 - fax 01 43 91 98 48 - Email : mpa5@orange.fr

# Cidade de Braga eleita “melhor destino europeu” para visitar em 2021

A cidade de Braga foi eleita o Melhor Destino Europeu para visitar em 2021, recolhendo 109 902 votos dos internautas, 72% dos quais referentes a participantes fora do território nacional, anunciou aquele município.



**T**rata-se de uma iniciativa da “European Best Destinations”, organização sediada em Bruxelas que promove a cultura e o turismo na Europa e distingue, desde 2010, as cidades mais modernas e atraentes para visitar na União Europeia. Em 2019, Braga já tinha sido considerada o segundo Melhor Destino Europeu. Agora, conquistou o primeiro lugar, a uma distância superior a 31 mil votos da cidade de Roma, na Itália, segunda classificada.

Para o presidente da Câmara de Braga, Ricardo Rio, esta votação é “o coroar de um inquestionável trabalho de afirmação internacional da marca Braga”. O autarca destacou o apoio a esta candidatura por parte de muitos portugueses espalhados pelo mundo, além do empenho da própria cidade, das instituições e dos bracarenses. “É um resultado que nos enche de orgulho e que certamente terá reflexos extremamente positivos no turismo e na economia local, regional e nacional durante os próximos anos”, sublinhou. A candidatura de Braga contou com o apoio do Presidente da República, Marcelo Rebelo de Sousa, da secretária de Estado do Tu-

risimo, Rita Marques, da Entidade Regional de Turismo do Porto e Norte de Portugal e da Associação de Turismo do Porto e Norte (ATP), além de diversas autarquias, entidades e cidadãos.

Nesta edição, Braga foi o destino favorito dos viajantes do Reino Unido e do Brasil e uma das principais escolhas de viajantes dos Estados Unidos da América e de França. Todos os anos a organização recebe um voto do Vaticano, que este ano também foi depositado na candidatura bracarense. “A partir de agora, Braga estará ainda mais presente nas mais reputadas publicações na área do turismo de todo o mundo, o que fará da cidade um destino cada vez mais procurado para milhões de viajantes”, disse ainda Ricardo Rio.

Dos 20 destinos a votação, os 15 primeiros irão figurar na página ‘web’ do ‘European Best Destination’, podendo assim ser visitados pelos viajantes que utilizam aquelas informações para escolher os seus destinos turísticos.

A Câmara de Braga sublinha que a referida página é a mais visitada no que se refere ao



turismo na Europa, com uma audiência que ultrapassa os 5,5 milhões de viajantes. Tal como em 2019, também este ano Braga era o único destino nacional nomeado para receber esta distinção. 



**DOSOL**  
supermercados

*Les saveurs,  
les prix...  
le service en plus !*



## TOUTES LES SAVEURS DU PORTUGAL



**Retrouvez dans nos 6 magasins une sélection de produits portugais**

**Soisy sous Montmorency**

14, avenue Voltaire  
Tel : 01 39 89 12 63

**Le Kremlin Bicêtre**

34, avenue de Fontainebleau  
Tel : 01 46 71 72 84

**Dammarie les lys**

ZAC des Chamlys - avenue Ampère  
Tel : 01 64 79 13 87

**Morangis**

33, rue Ferdinand De Lesseps  
Tel : 01 69 09 89 66

**Rosny sous-bois**

14, avenue du Président Kennedy  
Tel : 01 45 28 65 92

**Pontault Combault**

6, route de Paris  
Tel : 01 60 29 09 04

L'ABUS D'ALCOOL EST DANGEREUX POUR LA SANTÉ. À CONSOMMER AVEC MODÉRATION.



BRIE—COMTE— ROBERT  
RUE GUSTAVE EIFFEL, 2/4  
FIX / FAX: 01 64 88 92 20  
MEUBLESCARLA@GMAIL.COM

[www.meublescarla.com](http://www.meublescarla.com)



*Todo o tipo  
de móveis,  
cozinhas e sofás  
à sua medida!!!*





*Entrega e montagens grátis.*

*França, Suíça, Luxemburgo e Portugal*

# Lisboa espera por si

Para os amantes das vistas grandiosas, sugerimos um leque de miradouros da cidade estendida sobre o Tejo. Conhecida como a cidade das sete colinas, Lisboa encontra-se recheada de lugares onde as vistas são inimagináveis e o pôr do sol inigualável. Para além da beleza natural, a capital portuguesa carrega consigo o peso de uma história milenar, refletida em muitos monumentos icónicos como a Torre de Belém, Palácio Nacional da Ajuda e Mosteiro dos Jerónimos. A própria arquitetura da cidade está marcada pela diversidade de culturas e povos que por ali habitaram e passaram. Torna-se difícil não se deixar encantar por uma cidade tão vibrante e imponente.



## Arco da Rua Augusta

O Arco da Rua Augusta é um dos ex-libris da baixa pombalina. Suba até ao topo deste monumento para obter uma vista única da cidade. O Arco encontra-se aberto ao público desde 9 de Agosto de 2013. Este espaço deixa, literalmente, a capital lusa aos seus pés. Situado na rua pedonal mais movimentada da cidade, ninguém fica indiferente à grandiosidade do Arco Triunfal.

O monumento representa a força de Lisboa renascida depois da «fúria da natureza» que consumiu grande parte da baixa lisboeta no terramoto de 1755. Esta ideia de renascimento das cinzas, está representada através da inscrição em latim «As Virtudes dos Maiores», simbolizando assim: a força, resiliência e as conquistas do povo português.

No topo, pode observar as esculturas de Célestin Anatole Calmels, onde a Glória coroa o Génio e o Valor. As restantes estátuas, da autoria de Victor Bastos, representam figuras da nossa história. À esquerda encontramos o Marquês de Pombal. Os seguintes são Vasco da Gama, responsável pela descoberta do caminho marítimo para a Índia, em 1498, Viriato, chefe militar dos Lusitanos que resistiu estoicamente à invasão romana, e, mais à direita, o Nuno Álvares Pereira, principal herói e estratega militar da batalha de Aljubarrota.

Aconselhamos ainda a visita à exposição patente na Sala do Relógio que relata com precisão a história deste arco triunfal e sinta-se um conquistador de Lisboa.



## Cabo da Roca

Venha conhecer o ponto mais ocidental da Europa. O sítio onde a terra acaba e o mar começa em Lisboa ficou imortalizado através das palavras de Luís Vaz de Camões. O cabo situa-se entre Cascais e Sintra, a cerca de 40 quilómetros do centro da capital. Um local onde a natureza se faz sentir com toda a sua força e esplendor. Para lá chegar, é obrigado a percorrer uma das estradas mais bonitas de Portugal. A subida lenta e contorcida não revela a magnitude da vista do local. Na Serra de Sintra, o Cabo da Roca combina tranquilidade com tormenta no mesmo espaço. O local amplo cai abruptamente sobre o mar, através de falésias com 140 metros de altura. Este é o sítio ideal para tirar fotografias memoráveis e respirar o ar puro do mar—verdadeiramente revitalizante. O farol, edificado em 1772, ainda serve de guia a todas as embarcações que navegam a costa portuguesa, no ponto mais a ocidente da Europa continental.

## Miradouro da Graça

Conheça uma das melhores vistas sobre Lisboa. Localizado numa das mais reconhecidas colinas da capital. A vista permite reconstituir a olho nu a história da cidade. O lugar ideal para juntar duas coisas que não pode deixar de fazer em Lisboa—apanhar o eléctrico 28 para a Graça e sentar-se a contemplar a paisagem. A sombra da igreja e dos pinheiros ali plantados cria um certo ambiente de retiro espiritual a quem descansa na esplanada ou nos muros em redor. Situado na colina ao lado do Castelo, a vista é simplesmente arrebatadora. Com Lisboa deitada sobre os seus pés, a vida quotidiana dos bairros históricos desenrola-se, o rio Tejo flui ao fundo e o som perde-se neste espaço tão tranquilo quanto procurado por quem gosta de passear em Lisboa.



Miradouro da Senhora do Monte

### Miradouro da Penha de França

Este sítio é um verdadeiro achado, tendo em conta que é um dos miradouros menos conhecidos de Lisboa. Aproveite a calma do espaço para se inspirar pela paisagem e tirar algumas fotografias únicas. O facto de estar afastado dos circuitos turísticos mais populares, permite-lhe aproveitar o local para descansar e refletir das suas deambulações pela cidade. O miradouro fica situado junto à Igreja de Nossa Senhora da Penha de França, cuja construção se iniciou em 1597. A igreja ficou completamente arrasada no terramoto de 1755. Segundo reza a lenda, a imagem de Nossa Senhora ficou intacta depois da catástrofe. A vista do miradouro mostra um outro lado da capital, com particular foco para a zona do Alto de São João e para os bairros de Odivelas, Olivais, Chelas e Marvila. Vale a pena conhecer um dos lugares menos conhecidos de Lisboa.

### Miradouro da Senhora do Monte

Este local único e de aura mística é o espaço perfeito para contemplar a capital. O Miradouro da Senhora do Monte é um dos marcos históricos mais importantes de Lisboa. Curiosamente, é também um dos miradouros mais tranquilos e menos procurados da cidade, apesar de ter uma vista panorâmica excepcional.

A poucos metros do miradouro da Graça, o seu formato de palco é uma varanda privilegiada para observar a capital. À esquerda encontra a igreja da Graça, o casario do Castelo e o Castelo de São Jorge, o imponente guardião da cidade. Lá ao fundo, o estuário do Tejo ilumina os telhados da Baixa, as ruínas do Carmo, a floresta do Monsanto e as cores pastel das Avenidas Novas. Este foi o local onde D. Afonso Henriques montou o quartel-general para a conquista de Lisboa. Volvidos nove séculos, é agora a vez da Senhora do Monte, com a sua Ermida, fundada em 1147, conquistar todos que por aqui passam.

### Miradouro de Santa Catarina

Neste Adamastor, nome pelo qual é conhecido este miradouro, é a oportunidade para ver a vista de Lisboa, sem medo de tormentas. A partir daqui pode contemplar o pôr do sol mais memorável da cidade. O sítio tem uma energia única, misturando música, conversas com amigos e boa companhia. O miradouro é muito procurado pelos jovens lisboetas para assistir ao pôr do sol durante os meses da primavera, verão e outono. Não vai querer perder este ambiente eletrizante com música, conversas animadas e imperiais de fim de tarde que se estendem pela noite fora. A paisagem engloba todo o estuário do Tejo, a ponte 25 de Abril e os telhados de toda a freguesia de São Paulo. Há ainda um pequeno jardim, contudo é o enorme terraço que convida a quem por ali passa a sentar-se e a conversar. A enorme estátua do Adamastor—que deu o nome pelo qual o miradouro é mais conhecido entre os lisboetas— representa a figura mítica que o poeta Luís Vaz de Camões criou para simbolizar o Cabo das Tormentas (actual Cabo da Esperança), onde tantas caravelas portuguesas naufragaram. Por isso, podemos dizer que o Adamas-



Miradouro de Santa Catarina



Miradouro de S. Pedro de Alcântara

tor deixou de ser tão assustador, sendo hoje a melhor companhia para ver o crepúsculo no miradouro de Santa Catarina.

### Miradouro de São Jorge

Visite e deixe-se maravilhar pelo miradouro mais icónico de Lisboa. A subida exigente para lá chegar é rapidamente esquecida quando contemplamos a melhor vista da cidade. Inserido dentro das muralhas do Castelo de São Jorge, com uma vista monumental e impressionante sobre a cidade e o rio, domina toda a paisagem em redor. Foi construído no final do século XVII, contudo as muralhas que o suportam datam do século XIV. A maior parte foi totalmente reconstruída em 1940 numa obra monumental de preservação.

O miradouro fica inserido dentro do castelo de São Jorge e é o local ideal para descansar.

Os seus canhões apontam para o rio, desafiando assim eternamente quem ousar invadir a capital. Com inúmeras sombras proporcionadas por magníficos exemplares das espécies autóctones, este miradouro é um ponto de paragem e contemplação obrigatório em Lisboa.

### Miradouro de S. Pedro de Alcântara

Guarde o fôlego da subida para uma das melhores vistas de Lisboa. Faça deste miradouro, o seu ponto de descoberta e encantamento com a cidade. O miradouro de São Pedro de Alcântara é um dos mais amplos e icónicos pontos de observação de Lisboa. Fica mesmo ao lado do topo do elevador da Glória e oferece um panorama especial da cidade. Aqui pode observar toda a Avenida da Liberdade, os Restauradores e a Baixa, além da colina do Castelo de São Jorge, com as suas imponentes muralhas e a sua fotogênica coroa verde dos pinheiros mansos. Pode também ver com todos os pormenores o miradouro da Igreja da Graça, com a sua imponente igreja. Este miradouro tem a particularidade de fazer parte de um jardim belís-



simo e bem cuidado, onde pode beber um refresco na esplanada do quiosque. Encontra também um original mapa em azulejos para identificar alguns dos locais icónicos que pode observar. Este é, sem dúvida, um dos pontos imperdíveis da cidade.

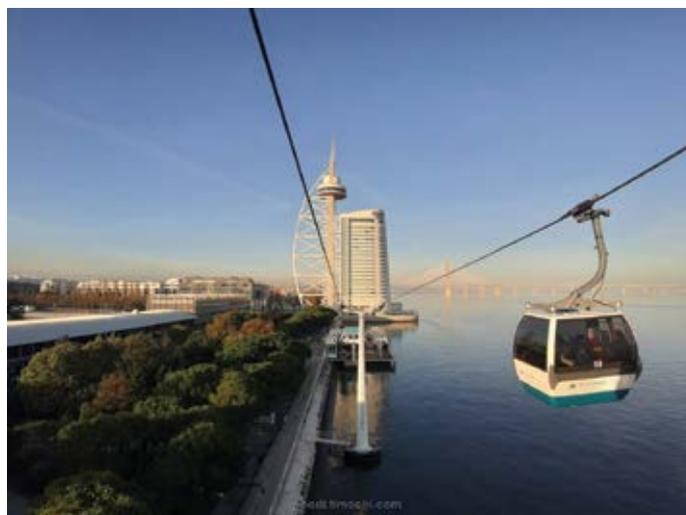
#### **Padrão dos Descobrimentos**

O Padrão dos Descobrimentos é uma homenagem à história de Portugal, bem como aos feitos do povo português. Esta enorme caravela em Pedra foi construída em 1940, para a Exposição do Mundo Português. Este foi um trabalho conjunto levado a cabo pelo arquitecto Cottineli Telmo e pelo escultor Leopoldo Almeida.

A escultura tornou-se permanente em 1960 para assinalar o quinto centenário da morte do Infante D. Henrique. Nela estão ainda representados alguns dos “heróis” nacionais da época das descobertas, como Bartolomeu Dias – que transformou o cabo das Tormentas em Cabo da Boa Esperança; Vasco da Gama – que descobriu o caminho marítimo para a Índia; Pedro Álvares Cabral – que descobriu o Brasil; e Fernão de Magalhães – o primeiro europeu a atravessar o pacífico sul e a circum-navegar a Terra. Esta obra é hoje um dos mais famosos «postais» de Lisboa.

Para obter a experiência completa deste local, visite o Centro Cultural das Descobertas, onde pode subir até ao topo e deliciar-se com uma vista única da Praça do Império. Um local inspirador, relembrando que foi de Belém, no Século XV, que partiram as pequenas caravelas para enfrentar os mares do mundo, maioritariamente desconhecidos naquela época.

Visite o Centro Cultural das Descobertas; suba até ao topo para ter uma visão única da Praça do Império; e inspire-se pela forma como, no século XV, as pequenas caravelas partiam deste ponto em Belém para enfrentar os mares do mundo.



#### **Telecabina do Parque das Nações**

A Telecabina do Parque das Nações está equipada com 40 cabines envidraçadas com capacidade de oito passageiros com duração de 8 a 12 minutos, percorre um trajeto de 1.230 metros, sobre o rio Tejo. A Telecabina do Parque das Nações foi inaugurada durante a EXPO 98. O caminho percorrido desenvolve-se dentro do estuário do Rio Tejo a poucos metros da margem paralelamente à frente ribeirinha. A estação sul está localizada no Passeio de Neptuno e a Norte, no Passeio das Tágides, perto da Torre Vasco da Gama. A viagem, com duração de 8 a 12 minutos, percorre um belo e repousante trajeto, de onde se pode contemplar um deslumbrante panorama do Parque das Nações.

#### **Torre de Belém**

Património da Humanidade da UNESCO, monumento marcante de Lisboa, pedra basilar da identidade portuguesa e símbolo de um país virado para o mar e para a descoberta do mundo. A Torre de Belém, Património da Humanidade da UNESCO, é um dos monumentos mais marcantes de Lisboa, e símbolo de um país virado para o mar e para a descoberta do mundo.

Graças aos Descobrimentos, Lisboa nos séculos XV e XVI tornou-se o principal centro de comércio à escala mundial.

Para proteção da cidade, o rei D. João II concebeu um projeto pioneiro de defesa marítima de Lisboa, o qual ficou concluído em 1514, com a construção da Torre de Belém, pelo arquiteto Francisco de Arruda. Conjugua com originalidade uma torre com um moderno baluarte avançado e bem armado.



Da natureza para a sua mesa...



D. Manuel I quis que na Torre de Belém ficassem bem patentes as marcas do seu poder: as armas reais, a esfera armilar e a cruz da ordem de Cristo.

#### **Museu do Fado**

Conheça as melhores vozes e guitarras do fado. Intérpretes fascinantes, guitarristas sublimes e autores inspirados encontram-se nesta grande casa que celebra a música tradicional portuguesa. O Museu do Fado é um dos espaços a visitar em Lisboa.

Além de representar uma das heranças culturais mais importantes da região, também tem um restaurante e uma loja temática onde pode passar o tempo para levar o espírito da saudade consigo.

Totalmente dedicado ao fado e à guitarra, permite-lhe visitar a exposição permanente e exposições temporárias, além de ter um centro de documentação e um auditório com eventos regulares e uma programação muito interessante. Com obras dos maiores artistas portugueses a ilustrar a melodia que deu Portugal a conhecer ao mundo; a qualidade artística do museu vai deixá-lo impressionado.

O restaurante é de cozinha tipicamente portuguesa e ajuda a dar um tom tradicional à sua visita. Mas a tecnologia permite ir mais fundo na história, através dos postos de consulta interativos que documentam a História do Fado ao longo de todo o percurso do Museu; e dos áudio-guias, que deixam ouvir dezenas de fados compostos e cantados ao longo das décadas.

O tempo num espaço reabilitado e de interesse público, bem perto dos bairros onde pode ir à noite ouvir cantar o fado.

#### **Casa-Museu Amália Rodrigues**

Conheça o santuário da maior fadista da história, assim como algumas das obras de arte que lhe foram oferecidas, ao longo da sua



carreira. Para conhecer melhor o percurso da «Diva» do fado, aconselhamos uma visita à magnetizante casa de Amália Rodrigues.

Conheça a casa e a vida da maior fadista da história, bem como algumas das obras de arte que lhe foram oferecidas, ao longo da sua carreira. Esta foi a casa do maior ícone do fado, durante mais de quatro décadas, numa alegre casa amarela da Rua de São Bento.

Pode reviver o ambiente vibrante que rodeava a mundialmente famosa Voz de Portugal, ficando assim a conhecer melhor as motivações de uma mulher independente e determinada.

Amália Rodrigues, considerada uma das maiores personalidades portuguesas do século XX, deu voz a muitos poetas nacionais. A fadista editou ainda mais 170 álbuns e vendeu 30 milhões de discos. Hoje jaz no Panteão Nacional, junto às principais figuras da história da nação.

**PRO.FIL**  
**SARL**

**Démolition - VRD - Espaces Verts**

**01 64 05 16 77**  
**contact@profil77.fr**

**Une expérience de plus de 35 ans**  
**à votre service !**

# A FRESCURA VEM DO MAR

LA FRAÎCHEUR VIENT DE LA MER



NAZARÉ | PENICHE | LISBOA

Visite-nos e saiba mais em / Visitez-nous et apprenez-en plus sur  
[www.lsf-sa.pt](http://www.lsf-sa.pt)



**LUIS SILVERIO  
& FILHOS**

NAZARÉ • DESDE 1987



Aquaduto das Águas Livres

### Casa Fernando Pessoa

A obra de Fernando Pessoa, a voz do modernismo português, pode ser conhecida numa visita a esta casa. Venha experienciar a forma como o poeta vivia e onde escrevia. Neste local, podemos pensar o que veria da janela para alimentar a sua criatividade.

Conheça a casa e a obra de Fernando Pessoa, um dos grandes poetas portugueses. Descubra como vivia e onde escrevia; e imagine o que veria da janela para alimentar a inspiração. A casa do maior génio da poesia contemporânea fica num dos bairros mais emblemáticos da capital. A Casa Fernando Pessoa, em Campo de Ourique, é um centro cultural onde são feitas apresentações de livros, colóquios dos infantis aos eruditos, todos se encontram aqui com um escritor tão grande que não cabia no seu próprio nome.

E é também aqui que encontra a cómoda original onde deu voz aos seus heterónimos no “Dia Triunfal”; bem como muitos outros objectos pessoais como a máquina de escrever, os óculos, blocos de notas e livros.

Depois de uma das visitas guiadas e temáticas, pode repor as energias com uma refeição no excelente restaurante Flagrante Delitro. Aqui a cozinha tradicional portuguesa faz jus ao trocadilho do poeta e a carta de vinhos acompanha o mote. E caso ainda não o tenha lido, leve consigo o Livro do Desassossego. Uma obra essencial.

### Aquaduto das Águas Livres

O colosso de pedra que atravessa Lisboa e que tanto contribuiu para o seu crescimento. Providenciou água a inúmeras gerações de lisboetas e resistiu ao grande terramoto de 1755.

Conheça o gigante de pedra que atravessa Lisboa e que tanto contribuiu para o seu desenvolvimento. Deu água a gerações de lisboetas e resistiu ao grande terramoto de 1755. Uma das imagens mais icónicas de Lisboa, o aqueduto das águas livres permitiu, a partir de 1744, abastecer de água fresca e potável toda a cidade de Lisboa. Mandado construir durante o reinado de D. João V, responsável por tantas obras marcantes, o ambicioso projeto em estilo barroco e neoclássico tem mais de 14 km de comprimento. A face mais visível

deste monumento magnífico é o aqueduto de Alcântara que atravessa todo o vale. Com 21 arcos de volta perfeita e 14 arcos em ogiva, o arco grande que permite a passagem da ribeira tem 65 metros de altura e dista 29 metros entre pegões, o que o torna no maior arco ogival do mundo. Muitos arquitetos e engenheiros foram responsáveis pela construção deste colosso incansável, que esteve em forma até 1968, altura em que foi desativado. É possível marcar um passeio no aqueduto, uma forma única de ficar a conhecer este monumento.

### Palácio Nacional da Ajuda

O Palácio Nacional da Ajuda foi residência oficial da família real na segunda metade do séc. XIX. Apresenta interiores autênticos e importantes coleções de arte.

O Palácio Nacional da Ajuda, construção neoclássica da primeira metade do século XIX, tornou-se residência oficial da família real quando o rei D. Luís I subiu ao trono (1861), mantendo-se como tal até ao término da monarquia (1910). O palácio conserva fielmente a disposição e decoração das salas.

O espaço visitável do palácio inclui o Piso Térreo, onde se situam muitos dos aposentos privados e o Andar Nobre, onde se realizavam as recepções de gala. Integra importantes coleções de artes decorativas; são de salientar os núcleos dos séculos XVIII e XIX: ourivesaria, joalheria, têxteis, mobiliário, vidro e cerâmica, bem como as coleções de pintura, gravura, escultura e fotografia.

É neste Palácio que o Presidente da República organiza importantes cerimónias oficiais.

### Palácio Nacional e Jardins de Queluz

O Palácio Nacional de Queluz e os seus jardins constituem um dos exemplos mais notáveis da ligação harmoniosa entre paisagem e arquitetura palaciana em Portugal, próximo de Sintra e de Lisboa, o Palácio Nacional de Queluz e os seus jardins históricos constituem um dos exemplos mais notáveis da ligação harmoniosa entre paisagem e arquitetura palaciana em Portugal.

Ilustram os ambientes e vivências da Família Real e da corte portuguesa na segunda metade do século XVIII e início do XIX, ao mesmo tempo que apresentam a evolução do gosto neste período marcado pelo barroco, o rococó e o neoclassicismo, remetendo para momentos de grande relevância histórica, na transição do Antigo Regime para o Liberalismo.



Palácio Nacional da Ajuda



Palácio Nacional e Jardins de Queluz



# ACTION MONTAGE & PILOTAGE

MONTAGE DEMONTAGE LOCATION DE GRUES À TOUR & CAMIONS CRUE



350 rue Nicolas Joseph Cugnot + Z.A. Les Cailloux de Sailleville \* 60290 LAIGNEVILLE  
TEL.: 01 43 01 00 46 \* FAX : 01 43 01 25 20 \* [amp.general@gmail.com](mailto:amp.general@gmail.com)

**Castelo de São Jorge**

Em virtude da sua excepcional localização, o Castelo de S. Jorge destaca-se do conjunto dos miradouros de Lisboa pelas vistas únicas e majestosas que permite usufruir.

Construído em meados do século XI, a fortificação preserva, ainda, onze torres e apresenta alguns elementos arquitectónicos característicos das fortificações militares de época islâmica. Os lanços de escadas adossados às muralhas dão acesso às ameias e às torres, sendo visitável em todo o seu perímetro. Em virtude da sua excepcional localização, o Castelo de S. Jorge destaca-se do conjunto dos miradouros de Lisboa pelas vistas únicas e majestosas que permite usufruir.

**Basilíca da Estrela**

Conheça uma das igrejas mais impressionantes e encantadoras de Lisboa. Vale a pena demorar-se a contemplar a obra impressionante da igreja e a conhecer os seus arredores. A Basilíca da Estrela é um ponto de paragem obrigatório em Lisboa. É ainda literalmente um ponto de paragem do eléctrico 28, que também é obrigatório na sua visita a Lisboa.

Duas das coisas que tem mesmo de fazer na cidade encontram-se aqui, no bairro elegante com um dos jardins mais bonitos da capital. Mas é a igreja neoclássica do séc. XVIII que merece toda a sua atenção. As suas duas torres sineiras repicam de forma encantatória, enquanto as suas pinturas de Pompeu Botoni e Pedro Alexandrino acentuam as características barrocas do seu interior. Sendo uma réplica simplificada do Convento de Mafra, é também resultado de uma promessa da rainha D. Maria I, esperançosa num filho varão. A sua enorme cúpula branca marca o perfil da cidade. E o interior, decorado com mármore branco, amarelo, rosa, azul e negro alberga o magnífico túmulo desta rainha, bem como um presépio único de Machado de Castro, com 500 peças em cortiça e terracota. Deixe-se deslumbrar na Estrela.

**Casa dos Bicos**

Esta é uma das casas mais icónicas de Lisboa. Foi agora devolvida à honra passada com a instalação da Fundação José Saramago no seu interior. A Casa dos Bicos é um edifício ímpar na capital. Pertence ao Museu de Lisboa e é a atual casa da Fundação José Saramago.

Visite uma das casas mais fascinantes de Lisboa, devolvida à glória passada com a instalação da Fundação José Saramago no seu interior. A Casa dos Bicos é um edifício único em Lisboa. Pertence ao Museu de Lisboa e é a atual casa da Fundação José Saramago. O edifício alberga a biblioteca pessoal do vencedor do Prémio Nobel da Literatura em 1998. Pode visitar aqui mesmo a exposição sobre a vida e obra de uma das mais importantes figuras da literatura nacional.

Na parte exterior está plantada uma oliveira trazida da Azinhaga, terra natal do escritor, sob a qual estão depositadas as cinzas de um

dos maiores génios da literatura. Contudo, a história da Casa dos Bicos remonta ao século XV, quando a mando Brás de Albuquerque, filho natural do segundo governador da Índia portuguesa, Afonso de Albuquerque. Com inspiração do renascimento pelos palácios que encontrou em Bolonha, mandou construir um ao seu gosto. Porém, a simetria na distribuição de portas e janelas ficou esquecida, produzindo uma casa que parece a entrada num mundo encantado. Tendo em conta os livros que habitam aquela casa, a descrição não podia ser melhor.

**Cinemateca Portuguesa – Museu do Cinema**

Venha descobrir o glamour da história do cinema na Cinemateca de Lisboa, numa das zonas mais elegantes e sofisticadas da cidade. Faça um desvio na Avenida de Liberdade e venha explorar o mundo dos sonhos da sétima arte.

Esta atracção lisboeta está localizada numa rua discreta e elegante, transversal à incontornável Avenida da Liberdade, onde encontrará uma das zonas mais interessantes. A Rua Barata Salgueira, combinando restaurantes e empresas, é ainda o local eleito para proteger e conservar o património cinematográfico de Portugal.

Na Cinemateca poderá assistir a projecções, apresentações e ciclos de cinema. Recomendamos ainda a visita à exposição do Museu. A livraria e o Restaurante – que está brilhantemente decorado com posters de filmes e atores que marcaram a história do cinema mundial – são também dois espaços de passagem obrigatória. Porém, há muito mais para ver, sobretudo nas salas escuras com cadeiras confortáveis e som surround.

Não deixe de passar algum tempo aqui, onde pode sentir a inconfundível magia do cinema.

**Mosteiro dos Jerónimos**

O Mosteiro dos Jerónimos é desde 1983 Património da Humanidade da Unesco. A notável e imponente obra da arquitectura do século XVI faz parte da cultura, imaginário e identidade portuguesa. A história do local remonta a meados do século XV, quando o Infante D. Henrique mandou construir uma igreja sob a invocação de Santa Maria de Belém. Perto do mesmo local, o rei D. Manuel ordenou a edificação de um Grande Mosteiro.

Como forma de perpetuar a memória e legado do Infante, devido à sua devoção a Nossa Senhora e crença em S. Jerónimo, D. Manuel I fundou em 1496, o Mosteiro de Santa Maria de Belém, perto da cidade de Lisboa e encostado ao rio Tejo.

O Mosteiro foi doado aos monges da Ordem de São Jerónimo, sendo hoje vulgarmente conhecido por Mosteiro dos Jerónimos. A Igreja é ainda o Panteão da Dinastia de Aviz-Beja, acolhendo, no século XIX, as sepulturas de heróis e poetas nacionais como Vasco da Gama e Luís Vaz de Camões. ■■

Mosteiro dos Jerónimos





## ADN DIGITAL SOLUTION

EMAIL • apedro@adndigital-solution.com  
www.adndigital-solution.com

TEL • 07.49.04.89.46



### ÉCRAN CONNÉCTÉ

Écran connecté au logiciel d'affichage dynamique. Parfait en point de vente pour communiquer les promotions ou en entreprise pour la communication interne des collaborateurs.

PACK CLÉ EN MAIN

### TOTEM CONÉCTÉ

Totem vitrine connecté au logiciel d'affichage dynamique. Parfait en point de vente pour communiquer les promotions, les offres, toutes les informations dédiées à la clientèle.

MADE IN FRANCE  
PACK CLÉ EN MAIN



### MOBILIER TACTILE

Nous proposons toute une gamme de mobiliers tactiles destinés à répondre à vos problématiques digitales et métiers et à améliorer la satisfaction client ou la collaboration dans votre entreprise.



### MENU DIGITAL ET QR CODE MENU

Finis le menu papier dans les restaurant, ou les traiteurs. Pour limiter les risques de contamination, de plus en plus de professionnels proposent à leurs clients, de consulter la carte, sur leur smartphone ou sur un pupitre ou une borne tactile.



# VOTRE PARTENAIRE EN EQUIPEMENT ET COMMUNICATION DIGITAL

## FINANCEMENT & ACCOMPAGNEMENT

Spécialisé dans la communication de Publicité sur le Lieu de Vente (PLV) et l'affichage dynamique interactif d'intérieur, l'équipe ADN Digital Solution accompagne, conseille et épaula ses clients dans le développement digital de leur établissements. Nous proposons aussi bien des solutions pour partager de l'information auprès de vos clients que pour la communication au sein de votre entreprise.

Nos solutions sont à la fois dynamiques, flexibles, personnalisables et adaptées à vos besoins.

Nos solution sur-mesure permettent d'optimiser l'expérience de vos collaborateurs pour que vous puissiez gagner en efficacité.



Livraison & installation dans toute la France

## TOUT SECTEUR D'ACTIVITÉ



ÉPICERIE  
SUPERMARCHÉ  
RESTAURATION



AGENCE  
IMMOBILIERE



OPTICIEN  
PHARMACIEN



ENTREPRISE  
ENTREPOT



POINT DE VENTE

Portugueses

de **valor**



20**21**

**NOVA DATA**

**BRAGANÇA**

**5, 6 e 7**

**de agosto**

**de 2021**

*O Jurí é constituído por:*

- Armindo Freire,
- Fernando Lopes,
- Ildeberto Medina,
- Joaquim Barros,
- Nuno Cabeleira



# OS 100 NOMEADOS 2021

ABÍLIO LOURENÇO.....	FR	JOÃO LUIS.....	GB
ADÉRITO GONÇALVES.....	PT	JOÃO MEDEIROS.....	US
ADÉRITO MARTINS.....	FR	JOÃO PINHEIRO.....	US
ADRIANO FERNANDES.....	US	JOAQUIM MACHADO.....	FR
ADRIANO PORTELA.....	FR	JOE CERQUEIRA.....	US
AGOSTINHO FONSECA SANTOS.....	PT	JORGE GOMES.....	FR
AIRES MENDES DE ABREU.....	FR	JORGE MENDES.....	FR
ALBERTO MOTA BORGES.....	PT	JOSÉ ABEL DE ANDRADE.....	PT
ALBINO GONÇALVES.....	FR	JOSÉ DA PONTE.....	US
ALBINO MIRANDA.....	PT	JOSÉ FERNANDES.....	PT
ALEXANDRE DA CUNHA.....	FR	JOSÉ FERNANDES.....	FR
ANA PEIXOTO.....	FR	JOSÉ LOPES.....	FR
ANABELA CABRAL.....	FR	JOSÉ MANUEL FERNANDES.....	PT
ANGELO DA SILVA.....	FR	JOSÉ PASCOAL.....	PT
ANTÓNIO BAPTISTA.....	US	JOSÉ ROUSSADO.....	FR
ANTÓNIO CAMELO.....	PT	JOSÉ VENTURA.....	FR
ANTÓNIO FARIA DE CASTRO.....	FR	JULIETA ALVES.....	PT
ANTÓNIO JOAQUIM LOPES.....	PT	LUDOVIC FERNANDES.....	FR
ANTÓNIO MORAIS.....	PT	LUIS CARREIRA.....	PT
ARLINDO DOS SANTOS.....	FR	LUIS NETO FERREIRA.....	FR
ARMANDINO PEREIRA.....	FR	LUIS SILVÉRIO.....	PT
ARMINDO CASALINHO.....	FR	MANUEL ALVES.....	FR
ARTUR BRÁS.....	FR	MANUEL PEDROSO.....	US
AUGUSTO PEREIRA.....	FR	MANUEL SOARES.....	FR
CARLA FERNANDES.....	FR	MARCELINO RIBEIRO.....	FR
CARLA MARTINS.....	FR	MARGARIDA MANO.....	PT
CARLOS BAPTISTA.....	FR	MARIA DA SILVA.....	FR
CARLOS FERNANDES.....	FR	MARIA OLIVEIRA.....	FR
CIDÁLIA LOURENÇO.....	FR	MÁRIO JORGE.....	FR
CLEMENTINA JORGE.....	PT	MICHAEL TAVARES.....	US
CRISTINA SOARES.....	FR	NAIR PINTO.....	FR
DANIEL BASTOS.....	PT	NATÁLIA RODRIGUES.....	PT
DANIEL PEIXOTO.....	FR	OLIVIA CARVALHO.....	FR
DANIEL RIBEIRO.....	FR	PASCAL PEREIRA.....	FR
DANIEL TAVARES.....	FR	PAULA DA SILVA.....	FR
DAVID FERNANDES.....	FR	PAULO MARQUES.....	FR
DEOLINDA OLIVEIRA.....	PT	PEDRO SEIXAS.....	PT
DOMINIC FERNANDES.....	FR	PEDRO SILVA.....	PT
DUARTE CARREIRO.....	US	RICARDO MACIEIRINHA.....	PT
FERNANDO ANDRADE.....	PT	RUI GAMEIRO.....	FR
FERNANDO MARTINS.....	FR	RUI GOMES PEDRO.....	FR
FERNANDO MENDES.....	PT	RUI LAFAYETTE.....	FR
FRANCISCO DA CUNHA.....	FR	RUI PEDRO MOREIRA.....	PT
FRANCISCO TEIXEIRA.....	FR	SALOMÉ DIAS.....	GB
FRANK NOVAIS.....	FR	TERESA COELHO.....	PT
HELDER MARTINS.....	FR	VITOR MARTINS.....	PT
HORÁCIO MIRANDA.....	FR	VICTOR MARIANO.....	FR
HUGO MORGADO.....	FR	VICTOR RORIZ.....	PT
JOÃO CARDOSO.....	PT	VIRGILIO SANTOS.....	FR
JOÃO DANTAS.....	FR	ZITA MORGADO.....	FR

Pedroso Leal  
Solicitador/Agente de Execução  
Prof. Especialista



# O Homem constrói-se a si mesmo.....

**D**ecidimos trazer à colação, de forma avulsa e breve, algumas divagações sobre o tema. Em nossa opinião, o Homem nasce neutro, mas constrói-se durante a sua viagem de vida quotidiana.

Esta é uma afirmação que muitos pensadores, que se construíram a pensar na Humanidade, sempre afirmaram em todas as suas divagações no alcance de uma sociedade mais ética e feliz.

Jean-Jacques Rousseau afirmou, perentoriamente, que **“todo o homem nasce bom e virtuoso, mas é a sociedade que o corrompe”**.

Este estudioso, filósofo e político, inspirador da Revolução Francesa, na qual se enaltecera os grandes valores do Homem, marcou profundamente o nosso olhar para o mundo onde vivemos.

Quem melhor o entendeu, perceberá que o seu legado é universal, reafirmando a importância das pessoas no seu processo de afirmação individual, no alcance de uma sociedade onde os valores de **Liberdade, Igualdade, Fraternidade**, estivessem sempre presentes.

Faleceu em 2 de Julho de 1778, não obstante o decurso do tempo, a sociedade mantém-se num rumo de acentuada ignorância e de desrespeito pelo valor e pelos valores do Homem.

O nosso Povo, com a sua sabedoria popular, continua a afirmar: **“diz-me com quem andas e dir-te-ei quem és”**.

Ambas as expressões ilustram a importância do relacionamento do Homem na sua construção e na obtenção de valores éticos, os quais, não-de responder aos múltiplos desafios para a construção de uma sociedade melhor.

Todos sabemos que estes valores são absorvidos e interiorizados, na relação familiar, espaços sociais, escola, desporto, associações, partidos políticos, etc.

Outra expressão corrente, **“filho de peixe sabe nadar”**, alcança também o hipotético virtuosismo nas práticas dos filhos de boas famílias, pois estes terão herdado as boas virtudes, no **ADN** e na formação esclarecida dos seus progenitores.

Seguramente que o saber nadar para o filho de um peixe é uma verdade absoluta, contudo para o Homem tal efeito direto, não passará de uma mera referência poética e de natureza eufemística.

O verdadeiro desafio da humanidade, sempre atual, a par da consciência política dos cidadãos e dos seus representantes, será impor no percurso de construção individual de cada cidadão a sua formação ética, que lhes aproveite e sirva de pilar aos homens e mulheres.

Estes serão os alicerces que não-de sempre proporcionar ao Homem em sociedade a necessária ponderação e qualidade nas suas soberanas decisões de e para com os outros.

Neste contexto atual, a trave-mestra que deverá orientar as novas gerações de decisores, será o seu espírito de missão pelas pessoas, contribuindo no seu quotidiano para o exercício de uma melhor cidadania.

Estou convicto, provem-me o contrário, assim teremos cidadãos mais conscientes e mais participantes nas tarefas de construção de uma sociedade melhor. **L■**

**FRANCE PARE-BRISE**  
Une marque de Saint-Gobain

0 800 400 200

INTERVENTION SUR TOUS TYPES DE VÉHICULES

PRÊT DE VÉHICULE RDV EN LIGNE

**AGRÉÉ ASSURANCES**

**FRANCE PARE-BRISE**  
144 bis, avenue de la République  
94120 FONTENAY-SOUS-BOIS  
Tel. 01 48 77 38 38  
Fax 01 48 77 61 24  
[fontenaysousbois@reseau-franceparebrise.fr](mailto:fontenaysousbois@reseau-franceparebrise.fr)



# C&C

## CABRAL & CARVALHO BATIMENT

**. Nous faisons  
tous les types  
de logements  
. Clé en main**

**C&C**  
CABRAL & CARVALHO  
BATIMENT

16, Rue du Commerce  
ZA Camp. Ferrat · 83120 Sainte Maxime  
06 21 48 11 90 | 04 83 09 09 61  
[cabralcarvalho01@gmail.com](mailto:cabralcarvalho01@gmail.com)

# A tradicional e genuína pesca da lampreia que é saber secular

especial



Para muitos, a pesca da lampreia é sustento, vício e tradição. Desde janeiro que vem subindo pelas águas bravias do rio Minho chegando às redes dos pescadores. É assim que mantêm viva uma tradição secular, na esperança de que os que aí vêm, não a deixem perder.



O Minho é, por natureza, a região associada à tradição da lampreia. A Lusopress foi até Seixas, em Caminha, acompanhar alguns pescadores na pesca da lampreia. “Maradona” e Ilídio Pita foram os nossos comandantes, e que nos explicaram como se processa. Aqui, é preciso ter gosto, mas também conhecer bem o rio. E a lampreia do Rio Minho é conhecida por ser a melhor lampreia do mundo. Este ciclóstomo de água doce é pescado de forma artesanal e genuína. “Saímos sempre de baixa mar, com a água em baixo, e largamos uma rede. A água ao estar em baixo, a lampreia vem para cima porque a água vai começar a querer subir”, explicou o conhecido ‘Maradona’ de Seixas. Dedicar-se à pesca da lampreia e

à náutica de recreio. Conhece o rio Minho como ninguém. No seu barco e também no fundo do rio tem viveiros, onde conserva as lampreias antes de fazer entrega na loja. Nas suas embarcações, os pescadores de lampreia são os guardiões deste saber secular. Ilídio Pita foi emigrante em França durante vários anos, mas decidiu regressar às origens e dar continuidade a tradição de família: o pai e o avô também foram pescadores.

#### Conhecer a lampreia

A lampreia que existe na região do Minho, é a lampreia-marinha (*Petromyzon marinus*) e pertence à classe restrita dos agnatos, onde só se englobava três grupos de pei-

xes: os ostracodermos (já extintos), as lampreias (com 20-25 espécies) e a mixinas, que perduram até aos dias de hoje. Em comum possuem as seguintes características: boca circular e desprovida de mandíbula (designam-se por ciclóstomos); corpo alongado e cilíndrico; pele sem escamas, lisa e gelatinosa; ausência de barbatanas pares; esqueleto cartilaginoso; olho pineal sensível à luz; uma única narina; sete aberturas branquiais laterais e sobrevivem através do parasitismo. Quanto à sua distribuição, a lampreia-marinha é encontrada um pouco por todas as regiões, mas é na zona mediterrânica onde surge com mais frequência, nomeadamente em Portugal, Espanha, França e Itália.

A razão da sua presença em vários países da Europa está associada ao facto de esta espécie ser anádroma, isto é, nasce no rio, cresce e desenvolve-se no mar, e regressa mais tarde ao seu local de origem para procriar. É nessa fase que se dá o início do processo de migração. Para tal, os rios devem reunir as melhores condições como água límpida, bem oxigenada, com pouca profundidade, fraca corrente e fundos pedregosos, que facilitem a sua fixação durante a subida.

A alimentação é outra das suas particularidades e a morfologia da boca revela isso mesmo. A forma circular, coberta internamente com pequenos “dentes”, trabalham em conjunto, funcionando como uma ventosa e bomba de sucção, ao mesmo tempo que a pele dos hospedeiros é raspada para que se liberte sangue.

No entanto, o parasitismo só é praticado durante a fase adulta da lampreia e enquanto

## GARAGE RIC'AUTO

PASSAGE AU MARBE  
CARROSSERIE  
MÉCANIQUE  
PEINTURE



REPRISE - VENTE TOUTES MARQUES

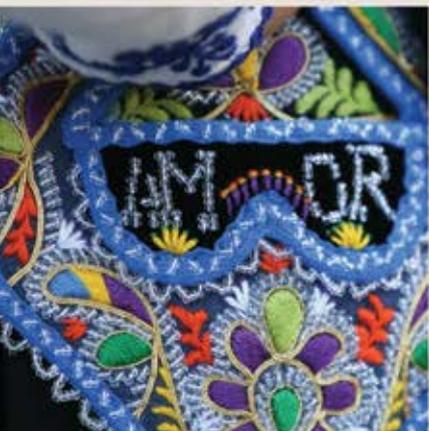
01.60.20.70.25

E.A.E des Tuileries · 34, rue de l'Ormeteau · 77500 CHELLES · fax: 01 60 08 62 29 · ric-auto@wanadoo.fr · www.ric-auto.fr



# Ó meu amor de algum dia Havemos de ir a Viana

Pedro Homem de Melo  
1904-1984



**JUNTOS  
VAMOS  
VENCER**



CÂMARA MUNICIPAL  
VIANA DO CASTELO

vivem no mar. Depois de iniciar a migração no rio, deixam de se alimentar, e passam a ter como único objetivo a reprodução. Devido ao enorme gasto energético associado, e logo após a meta ser atingida, acabam por morrer. Enquanto juvenis, a lampreia alimenta-se à base de algas e pequenos crustáceos, através da filtração.

#### A pesca da lampreia

A pesca da lampreia é outra componente característica associada a este animal. Embora no nosso país, se possa pescar lampreia desde o rio Minho, Lima, Cávado, Mondego, Vouga, até ao Tejo e Guadiana, é na região do Minho que a tradição ganha mais força. Desde as artes de pesca, como as estacadas, lampreiras, ou as famosas pesqueiras, até às festas gastronómicas, como o Rally da Lampreia em Monção, tudo contribui para aumentar a importância desta espécie.

As pesqueiras era um método muito utilizado antigamente. Estas estruturas existem sobretudo a montante do Rio Minho, em ambas as fronteiras. Caiu em desuso devido à diminuição das distâncias percorridas pela lampreia durante a migração. Hoje constituem um património culturalmente rico e, por isso, servem já como objeto de estudo. O estatuto de conservação da lampreia em Portugal está considerado como vulnerável e algumas das ameaças para esta espécie são a construção de barragens e açudes, a



extração de materiais inertes, a poluição, a sobrepesca, as capturas ilegais e a destruição da vegetação.

Para combater a diminuição desta espécie, e ajudar a conservá-la, existem já medidas consideradas para o efeito, que passam principalmente pela preservação do seu habitat com as condições ideais, garantindo assim as rotas migratórias e a sua distribuição.

A lampreia revela assim um papel histórico evolutivo, cultural e gastronómico importante. Existe toda uma tradição em torno deste animal, de uma morfologia tão peculiar, que o torna o centro das atenções nesta época do ano. A lampreia é, assim, uma criatura primitiva que sabe ainda cativar as atenções dos tempos modernos.

**30 Anos**

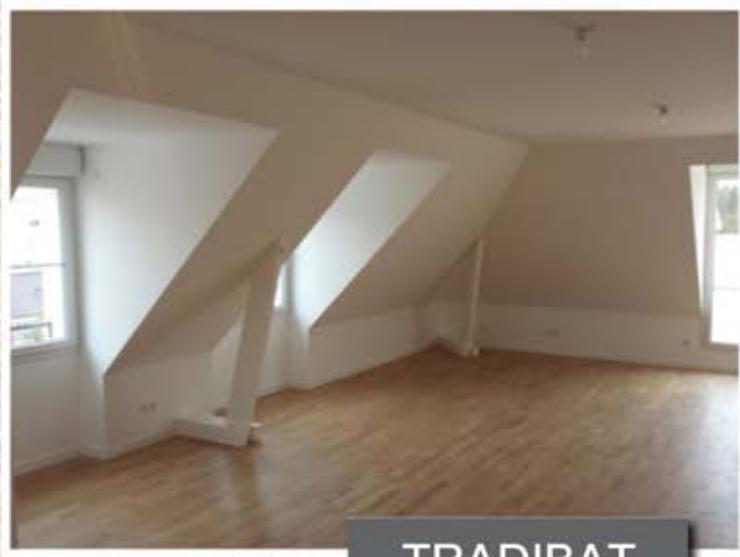
**RODRIGUES ANTONIO**

**A R**

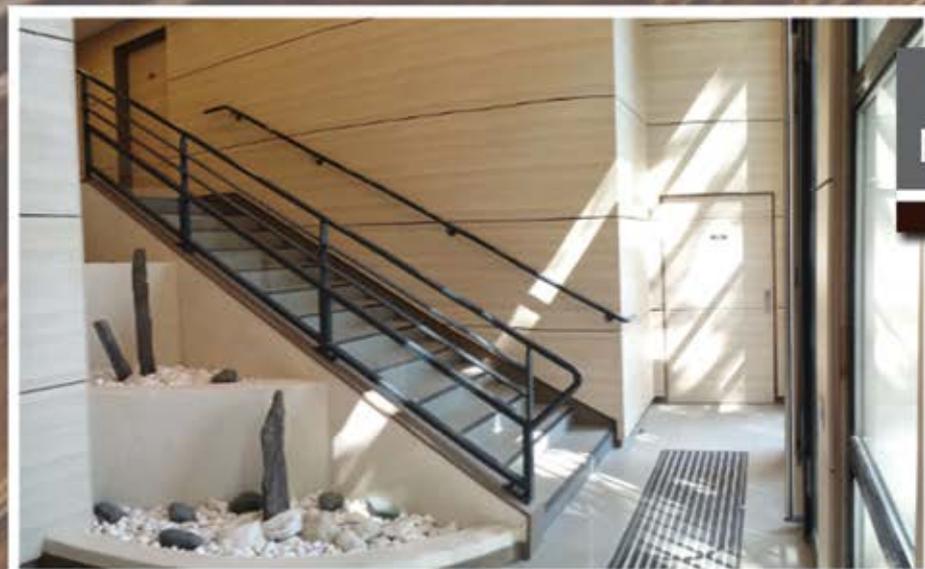
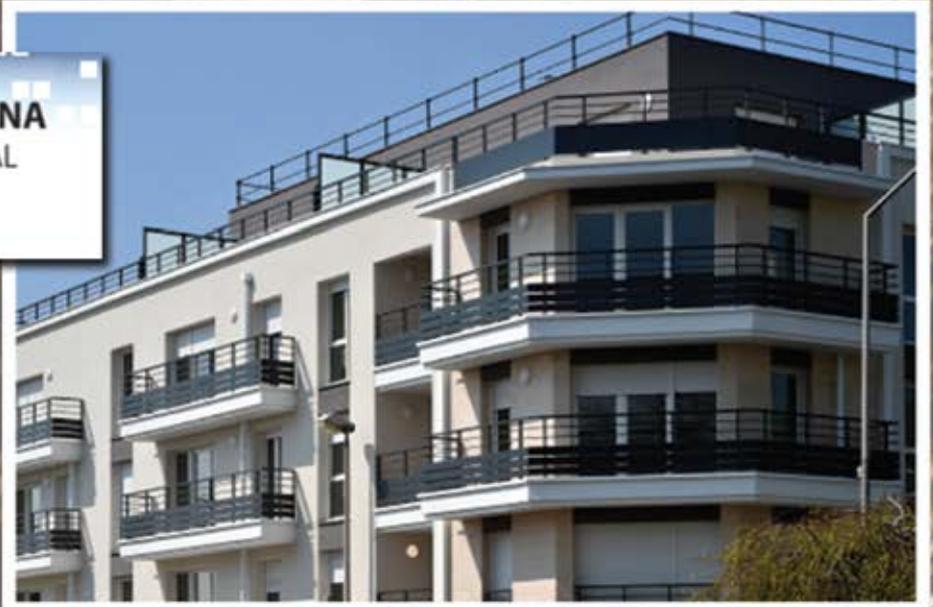
*Ravalement projeté  
Maçonnerie - Coverture  
Plomberie - Electricité  
Peinture - Carrelage*

55, rue Henri Barbusse - 92000 NANTERRE | 01 40 99 12 29 · 06 07 32 92 84 | antonio.rodrigues17@wanadoo.fr

R.S.D



TRADIBAT  
CLOISONS



TRADIBAT  
MENUISERIE



241 rue des Roses  
77170 SERVON

**Lampreia no prato**

Tal como a pesca, também a prova da lampreia é uma das marcas da região minhota. É comum entre as ementas dos restaurantes nesta região do país e são muitos aqueles que fazem vários quilómetros para comer lampreia. Arroz de lampreia, lampreia à Bordalesa, assada no forno ou lampreia fumada? As hipóteses são muitas. Fica ao seu critério.

**Arroz de Lampreia**

1 lampreia  
(de preferência com ovas);  
2 cebolas;  
6 dentes de alho;  
500 ml de vinho tinto maduro;  
2 folhas de louro;  
1/2 chouriço de carne "Quinta dos Fumeiros"; 1+1/2 chávena de arroz carolino IGP; 4+1/2 chávenas de água; salsa q.b, azeite e sal marinho



Escalda-se a lampreia em água a ferver. Raspa-se bem a pele, até se retirar toda a camada viscosa que a cobre. Esfrega-se com vinagre e passa-se por água fria. Num recipiente fundo, partindo do umbigo, abre-se cuidadosamente o ventre e retira-se a tripa, sem a rebentar e aproveitando todo o sangue que escorre no processo. Sem a retirar do recipiente onde se estripou, corta-se em pedaços com cerca de 2 dedos de largura. Faz-se um marinada com o vinho, alhos, louro e o sal. Eu gosto de a deixar assim de um dia para o outro, mas não é necessário tanto tempo, umas quantas horas bastam.

Prepara-se um refogado com as cebolas, o chouriço cortado em rodelas e o azeite. Introduce-se a lampreia, acompanhada por toda a marinada, um pouco de salsa picada e deixa-se cozinhar lentamente, em lume brando.

Quando está tenra, retira-se e deita-se o arroz no tacho e metade da água, deixa-se cozinhar também ele em lume brando. Vai-se juntando a água aos poucos, deve ficar bastante caldoso.

Antes do final da cozedura volta-se a introduzir a lampreia. Serve-se imediatamente.

**Lampreia assada**

1 Lampreia média marinada de um dia para o outro, Azeite q.b e Batatas

Aquecer o forno a 180°. Descascar e cortar as batatas aos cubos grandes. Dispor num tabuleiro de ir ao forno a lampreia e juntar as batatas. Deitar um pouco da marinada e mexer as batatas para se envolverem também na marinada. Deitar um fio de azeite por todo o tabuleiro e levar ao forno durante cerca de 1 hora (depende do tamanho da Lampreia).

Sirva com arroz branco.

**Lampreia à Bordalesa**

1 lampreia, 400 g de pão torrado em fatias, 200 ml azeite, 2 cebolas, 1 dente de alho, 1 ramo de salsa, qb pimenta, qb sal

Limpe a lampreia, retire-lhe o sangue (que será para reservar) e corte-a em postas. Faça um refogado ligeiro com as cebolas picadas, o dente de alho também picado e o azeite. Junte as postas de lampreia no refogado, a salsa, a pimenta e o sal. Deixe estufar. Cubra o fundo de uma travessa com o pão torrado e, quando a lampreia estiver pronta, disponha-a sobre o mesmo. Regue com o molho e acompanhe com arroz.

**Lampreia fumada**

1 lampreia fumada com lenha de carvalho do norte, Presunto de porco Bísaro com alguma gordura cortado em fatias finas, 4 ovos cozidos cortados às rodelas finas, 1 pimento vermelho assado na brasa e sem pele, Endro seco ou em verde



Para a preparação

Folhas de couve-galega, Agulha de sapateiro, Fio de vela

Demolha-se a lampreia durante 4 horas em água bem fria, seca-se com um pano e estende-se sobre a banca. No interior da lampreia colocam-se fatias de presunto, rodelas de ovo cozido, polvilha-se com endro e, a todo comprimento, estende-se uma tira de pimento assado; voltando a colocar fatias de presunto. Começa a coser-se a abertura com uma agulha enfiada com o fio de vela, no sentido da cauda para a cabeça. Finda esta operação enrola-se a lampreia em folhas de couve-galega também com a ajuda de fio de vela, pincela-se com azeite e dá-se-lhe a forma de regueifa, circular, para facilitar a entrada no forno. Coloca-se num tabuleiro e leva-se ao forno, a 200 °C, cerca de 20 minutos. Retira-se, deixa-se arrefecer e conserva-se no frigorífico. Serve-se cortada em rodelas finas, como entrada, acompanhada de broa cortada fina, frita em azeite.

# EVA Lighting

Depuis 2007

La Marque d'éclairage Led pour tous vos besoins  
domicile, bureaux, Boutiques, entrepôts...



Show-room en région parisienne chez notre partenaire Eurelec Distribution, pour autre distributeurs France & Portugal nous contacter.



01 57 10 03 40



01 75 43 91 62



contact@eva-lighting.fr

www.eva-lighting.fr

# Quim Barreiros

## há 50 anos a levar alegria ao povo português

Seja “A Garagem da Vizinha”, “A Cabritinha” ou “Bacalhau à Portuguesa”, todos os portugueses sabem trautear alguma música do conhecido cantor popular Quim Barreiros. Nascido e criado em Vila Praia de Âncora, concelho de Caminha, celebra meio século de edição de discos. Foi em 1971, há 50 anos, que editou a primeira música gravada.

**A**inda criança, Quim Barreiros bebeu os ensinamentos musicais da grande tradição minhota: os viras, os malhões, as chulas e canas-verdes. Na adolescência, viajou por Portugal inteiro, já a tocar acordeão em ranchos folclóricos com os quais tomou contacto com muitos outros géneros do nosso país. No início da idade adulta, fixou-se em Lisboa, onde frequentou as casas de Fado e começou, paralelamente, a inscrever o seu nome em dezenas e dezenas de gravações – essencialmente de música tradicional portuguesa, mas não só. E com a descoberta de uma voz própria como cantor, em meados dos anos 70, e a sua vocação para as rimas brejeiras e divertidas – com uma passagem pelo canto de intervenção ao contrário –, estava aberto o caminho a um dos percursos mais sui generis e originais da música portuguesa dos últimos quarenta anos. Conheça melhor Quim Barreiros... o Quim Barreiros tal como o conhecemos hoje.

### Nascido na tradição

Joaquim de Magalhães Fernandes Barreiros nasceu a 19 de Junho de 1947 em Vila Praia de Âncora (no Minho), mesmo em frente do Oceano Atlântico: o imenso mar que, então já com o nome artístico de Quim Barreiros, iria atravessar várias vezes para animar com a sua música as comunidades portuguesas de emigrantes estabelecidas nos Estados Unidos, Canadá, Brasil ou Caraíbas. É filho de Joaquim de Matos Fernandes Barreiros (nascido em S. Paulo, Brasil) e de Margarida de Magalhães de Melo (nascida em Paredes de Viadores, perto de Marco de Canaveses). A música entrou muito cedo na vida de Quim Barreiros. A mãe não ligava muito, mas o pai tocava acordeão num grupo de baile – o Conjunto Alegria – e em vários ranchos folclóricos. O jovem Joaquim apaixonou-se pela sonoridade dos mesmos instrumentos que o pai tocava e quis aprender a fazer o mesmo. Mas não foi com ele que aprendeu.



neira antiga, a lambada” e então foi estudar os princípios do acordeão, com apenas oito anos, junto do sargento-músico, o Sr. Lomba, que ocupava os dias da reforma a ensinar os mais novos. E, curiosamente, não foi acordeão, mas sim bateria, o primeiro instrumento que tocou em público. Quim Barreiros recorda essa aventura que começou quando tinha nove anos: “o baterista que tocava com o meu pai no Conjunto Alegria adoeceu e eu disse ao meu pai que podia substituí-lo. O Conjunto Alegria era muito conhecido na altura aqui no Alto Minho. E eu lá fui tocar bateria, nas festas do Carnaval, que duravam imensas horas e entravam pela noite dentro. Eu às vezes chegava a adormecer atrás da bateria e, então, lá iam o saxofonista ou o trompetista tocar-me aos ouvidos para eu acordar e voltar a tocar”.

Anos depois, na adolescência, Quim Barreiros começou então a tocar acordeão, já ao lado do pai, no Conjunto Alegria: “Tocávamos marchas populares, paso-dobles – que nós ouvíamos aqui da Galiza a tocar e nós íamos de arrasto –, valsas, tangos, boleros...”. E tudo isto ajudou a formar musicalmente

Quim Barreiros mas, ainda mais importante do que o repertório do grupo de baile, foi aquele que aprendeu junto dos ranchos folclóricos da região e nos encontros de tocadores de concertina. Diz Quim Barreiros que, “desde muito pequenino que eu acompanhava o meu pai nos ranchos folclóricos em que ele tocava, em Affife, que é a terra de Pedro Homem de Mello, grande poeta e grande conhecedor das tradições musicais da região. Em todas as festas que o Pedro Homem de Mello fazia, no Convento de Cabanas, que era a casa dele, era o meu pai que animava a festa. E aí o meu pai tocava os viras, as chulas, os malhões, toda aquela música antiga que me ficou registada, como eu costumo dizer, no meu computador, na memória. Em criança, a fazer companhia ao meu pai, e depois já a tocar com ele, percorríamos também todas as grandes festas das redondezas: a Senhora de Agonia de Viana do Castelo, as festas de S. Bartolomeu, de Ponte da Barca, de Ponte de Lima, a romaria de S. João d’Arga. E era nestas festas que se juntavam os tocadores de concertina, os cantadores ao desafio, e eu fui metendo isso tudo na minha cabeça”.



Quim Barreiros acabou a quarta classe mas, depois, ficou alguns anos sem estudar. Trabalhou numa loja de fazendas ante de seguir, mais uma vez, as pisadas do pai e de o ter começado a ajudar numa oficina de bicicletas que Joaquim Barreiros (pai) tinha em Vila Praia de Âncora. Esse trabalho deu-lhe conhecimentos de mecânica e um jeito para as máquinas que o ajudaria, mais tarde, a desenvencilhar-se melhor quando começou a estudar electromecânica. A mãe morreu cedo, tinha Quim Barreiros apenas dezasseis anos, acontecimento que o marcou para o resto da vida. E só retomou estudos depois da morte da mãe, quando – com ajuda de professores particulares – conseguiu concluir o antigo quinto ano dos liceus (actual 9.º Ano), tendo já em vista ingressar na Força Aérea, onde entraria com vinte anos.

Mas, apesar de uma vida dura e difícil, logo na adolescência Quim Barreiros tomou contacto com muitas outras músicas e lugares, chegando a actuar várias vezes no estrangeiro, não com o Conjunto Alegria – que tinha um circuito mais restrito e regional – mas com dois ranchos: “aos doze ou treze

anos, comecei a tocar acordeão num grupo folclórico dos mais prestigiados do país, o Santa Marta de Portuzelo. E comecei a tocar de norte a sul de Portugal. E esse contacto com outras gentes, com outros grupos de outras regiões, ao longo de anos e anos, deu-me uma base muito grande de música folclórica e popular de todo o país”.

Um acervo precioso que iria, anos depois, servir-lhe na perfeição para que – já nos anos 70 – a esmagadora maioria dos temas da sua discografia fossem versões em acordeão de temas tradicionais de Portugal inteiro. “E tanto no Grupo Folclórico de Santa Marta de Portuzelo como no Grupo Folclórico de Affe, com o qual também toquei, viajei por Portugal e também pelo estrangeiro: Espanha, França, Alemanha, Holanda, Bélgica, onde havia grandes festivais folclóricos nós estávamos lá.” Quim Barreiros integrou estes dois grupos – paralelamente ao Conjunto Alegria – entre os doze e os vinte anos, quando vai para Lisboa fazer a tropa. E, entre as inúmeras memórias musicais e de vida que guarda desse tempos, há uma que viria a ser premonitória de algo que lhe iria

acontecer a seguir: uma fotografia de Quim Barreiros, adolescente, ao lado da diva do Fado, Amália Rodrigues, tirada numa dessas viagens ao estrangeiro com os ranchos.

#### Um acordeão nas Casas de Fado

Aos vinte anos, Quim Barreiros teve que trocar Vila Praia de Âncora por Lisboa, onde foi fazer a tropa. E, aquilo que na altura (segunda metade dos anos 60) poderia vir a ser uma fatalidade para muitos dos jovens portugueses que faziam a recruta em Portugal e depois iam combater para a Guerra Colonial, revelou-se um golpe de sorte para Quim Barreiros: não foi servir no Ultramar e ficou por Lisboa, integrando a Banda da Força Aérea... e começando então a contactar com o circuito das Casas de Fado.

“Quando fui para a Força Aérea”, conta Quim Barreiros, “fui como especialista. Eu estava a tirar o curso na Escola de Electromecânica, em Paços de Arcos, e na tropa puseram-me como mecânico de radar. Quando eu entro para a tropa, soube que havia uma coisa chamada Banda da Força Aérea e aí... cheira-me a música. E se cheira a música, o

Quim está lá!”. Mas como é que alguém que toca acordeão entra numa banda militar? “Tocando outros instrumentos. Eu já tinha umas luzes anteriores sobre como se tocava saxofone e clarinete, fiz uns testes, fui aprovado e foram esses instrumentos que eu toquei na banda, tendo tocado também depois bateria. Era no AB1 da Força Aérea – que agora faz parte do Aeroporto da Portela – que estava estacionada a Banda”. E Quim Barreiros adaptou-se rapidamente a um novo repertório, feito de marchas militares e de peças de música clássica. A sua permanência na Banda da Força Aérea permitiu-lhe também não ter que ir fazer a guerra na ex-colónias portuguesas: “Quem fazia parte da Banda ficava em Portugal porque era nossa função tocar em ocasiões especiais, como grandes recepções aos chefes de estado que nos visitavam ou feriados e datas importantes”.

Mas, enquanto de dia estava na Força Aérea, à noite Quim Barreiros passou a frequentar e a tocar nas Casas de Fado, à custa de muitos dias sem dormir. Diz ele: “Comecei a tocar no Solar do Minho, no Timpanas, na Adega Machado, no Solar da Hermínia, que era da Hermínia Silva, na Caverna – que tinha sido A Toca, do fadista Carlos Ramos, mas que a Fernanda Maria e o marido tinham comprado e mudado de nome –, no Lisboa à Noite, que também era deles, e comecei a dar nas vistas”. Quim Barreiros recordou assim a sua entrada nesse circuito: “fui ao Solar do Minho, em Alfama, num sábado à noite. A casa estava cheia e nós a beber a nossa sangria numa mesinha. Resolvi pedir ao dono para me deixar tocar concertina. Saltei para o palco e toquei uma coisa qualquer do folclore. Quando acabei deixei aquela gente toda em pé de guerra. Sabes como é o fado, tudo muito caladinho. Agora imagina o que é um tipo da borgia com uma concertina, um contraste dos diabos. No final, veio falar comigo e perguntou-me quem eu era. ‘Você trabalha todos os dias? Não quer vir cá todas as noites?’. ‘Isso é o meu sonho’, disse-lhe eu. E no dia seguinte estava lá. O homem disse-me: ‘Não lhe podemos pagar muito, cem escudos por noite, ok?’. Eu fiquei calado, pensei que ele estava a gozar. Na Força Aérea, como soldado músico, ganhava 75 escudos por mês”.

Depois deste episódio, Quim Barreiros começou a entrar no circuito profissional das casas de Fado de Alfama, Alcântara e, principalmente, Bairro Alto, tocando acordeão e concertina. Mas o seu repertório, feito de muitos temas tradicionais do Portugal rural, contrastava com a sisudez e seriedade do Fado. Alguns fadistas e instrumentistas aceitaram-no bem, mas outros torciam o nariz a esta intromissão de um instrumento pagão no meio dos instrumentos sagrados do Fado.



“Comecei a tocar no Solar do Minho, no Timpanas, na Adega Machado, no Solar da Hermínia, que era da Hermínia Silva, na Caverna – que tinha sido A Toca, do fadista Carlos Ramos, mas que a Fernanda Maria e o marido tinham comprado e mudado de nome –, no Lisboa à Noite, que também era deles, e comecei a dar nas vistas”

### No princípio era o folclore

Assim que começou a ficar conhecido no restrito circuito musical lisboeta, Quim Barreiros foi convidado para gravar com vários artistas e começou também, em 1971, a ter uma produção invejável de discos próprios – numa primeira fase apenas instrumentais e quase sempre preenchidos por temas tradicionais portugueses – e que nunca mais acabaria. E muitas vezes acompanhado por guitarra portuguesa e viola: “O que fazia sentido na minha música era ser acompanhado por um cavaquinho ou uma viola braguesa, mas como ninguém tocava esse instrumentos em Lisboa, lá iam os guitarristas de Fado, muitas vezes a sarrafar (a tocar nas cordas em rasgado, ao contrário do normal dedilhado do Fado) na guitarra portuguesa, para acompanharem o meu acordeão. E era curioso: não era eu que os desafiava a tocar comigo, eram eles que queriam. O Jorge Fontes deu-me um grande empurrão e acompanhou-me muitas vezes. Repare-se numa coisa: muitos dos fadistas e dos grandes instrumentistas de Fado não são de Lisboa. Mas mantiveram uma ligação à música folclórica dos sítios de onde vieram. A própria Amália gravou oitenta por cento de fados, mas os outros vinte por cento são marchas e temas folclóricos”.

Paralelamente, Quim Barreiros fez gravações integrado nas grandes orquestras ligeiras da altura, como a do Maestro Shegundo Galarza – “com o Shegundo Galarza gravei vários LPs: um só com paso-dobles, outro com tangos e outro com valsas”, refere –, a do Maestro Arlindo de Carvalho e outras, para além de ter trabalhado como músico de sessão em inúmeras gravações de outros artistas. Quim Barreiros cruzou-se com o Trio Odemira – cujos elementos o convidavam muitas vezes para tocar na sua casa típica, em Alcântara – e, recorda ainda, “o Trio Guadiana”, com o qual gravei muitos LPs em conjunto. A sua passagem pelas casas de Fado levou-o também a atrever-se a gravar fados em acordeão, facto que Quim Barreiros justifica agora porque “havia a Eugénia Lima (grande acordeonista portuguesa que começou a gravar ainda nos anos 40) que já tinha gravado fados e, como era um género musical popular, lá gravei uns fados também”.

Quim Barreiros diz que “o primeiro contrato discográfico que assinei com a Rádio Triunfo era vitalício; quer dizer, prendia-me a essa editora para o resto da vida. Meteram-me o contrato à frente, não o li e assinei. Só depois é que me avisaram, eu consegui livrar-me daquilo e comecei a gravar para outras editoras. Gravei muito para o Arnaldo Trindade (responsável pela lendária editora portuguesa Orfeu), gravei para a Sassetti, para a Alvorada, para a Roda, que era uma etiqueta da Valentim de Carvalho; gravei para quase

# MCT

Matériaux de Construction

## PROFESSIONNELS DU BATIMENT

Négoce Indépendant fondé en 1992 membre  
Fondateur Réseau StarMat



- // Spécialiste Gros Oeuvre et Rénovation
- // Enlèvement au Dépôt ou Livraison sur vos chantiers IDF
- // Commandes produits spécifiques et sur mesure
- // Conseils et Préconisations pour vos projets
- // Stocks Permanents
- // Partenaire des références nationales (Weber, Imerys, KP1, Soprema, Sika, Placo, Fassa Bartolo, Knauf,...)

201-203, rue Aristide Briand - 94430 Chennevières-sur-Marne  
Tél. : 01 47 06 03 26 - Fax : 01 45 16 38 48  
E-mail : [contact@mct-materiaux.fr](mailto:contact@mct-materiaux.fr) | [www.mct-materiaux.fr](http://www.mct-materiaux.fr)

**MCT**  
Matériaux de Construction

toda a gente. E os contratos eram feitos disco a disco: pagavam-me quinhentos escudos por cada número, se fosse para um single, e três contos por doze números, se fosse para um LP. E como eu tinha muita facilidade em gravar depressa, conseguia fazer um LP numa tarde: papava três continhos em poucas horas de trabalho”.

Logo em 1971, Quim Barreiros grava dois singles e o seu primeiro LP, intitulado apenas Quim Barreiros – Acordeão. Neste álbum, o folclore minhoto está em larga maioria, com muitos temas que celebram a música tradicional da sua região-natal: viras, chulas e rusgas. Mas ainda durante a primeira metade dos anos 70, Quim Barreiros alarga a sua produção à interpretação de temas de muitas outras zonas do país, desde corridinhos e bailes mandados algarvios a chamarritas açorianas, ao malhão de Águeda, à tradição alentejana, às marchas populares de Lisboa e ao Fado. Uma tendência que se nota nitidamente no seu LP de 1974 Quim Barreiros – Povo Que Canta, uma referência óbvia aos programas da RTP com o mesmo nome em que Michel Giacometti mostrava as suas recolhas de música tradicional de Portugal inteiro. Mas Quim Barreiros também se aventura a gravar outros temas populares e de impacto comercial imediato como o “Parabéns a Você”, “Natal Feliz” ou a “Marcha Nupcial”.



#### Um cantor popular

Na segunda metade dos anos 70, e ao mesmo tempo que continuava a editar muitos temas de raiz tradicional, Quim Barreiros, foi desenvolvendo o seu gosto e a sua apetência para a escrita de muitos temas próprios em que um certo teor brejeiro, picante, de letras com duplo-sentido já se faziam sentir como parte fundamental da sua escrita de canções. Para além do já citado “Recebi um convite (à casa da Jóquina)”, temas como “Franguito da Maria”, “Tira Fora que Vem Gente”, “Vais Ter Um de Cada Lado”, “A Fechadura da Rita” (num single em que canta

à desgarrada com Armando Marinho) ou “Queres É Levar com o Chouriço” mostram já Quim Barreiros a assinar temas em que usa os ensinamentos que ele tinha recolhido junto dos cantadores ao desafio e da riquíssima tradição oral que trouxe até aos nossos dias muitas rimas picantes e trocadilhos que, muitas vezes, tanto podem ser lidos de trás para a frente como de frente para trás.

E é já armado com um enorme acervo de temas folclóricos, canções populares e composições próprias que Quim Barreiros se atira, a partir de 1976, a uma nova aventura: a conquista do circuito de festas dos emigrantes portugueses nos Estados Unidos e Canadá, numa primeira fase, e no Brasil e na Europa, depois. Um ano depois é editado no mercado norte-americano o álbum Dance com o Famoso Super-Trio. Diz Quim Barreiros: “O que era o Super-Trio? Quando fiz as minhas digressões anteriores na América do Norte, eu percebi que as comunidades portuguesas gostavam muito da minha música e da música do Francisco José, , mas faltava ali qualquer coisa. E o que faltava? O bailariço. Então o que é que eu fiz? A partir de 1976, mais coisa menos coisa, arranjei um baterista – o Nucha, que ainda agora me acompanha e um cantor – o Raimundo – e parti para os Estados Unidos e o Canadá, onde fizemos espetáculos para os emigrantes em deze-

**BAZZI**  
Maison Fondée en 1927

**ENTREPRISE GÉNÉRALE DE PEINTURE**

Qualibat 6112

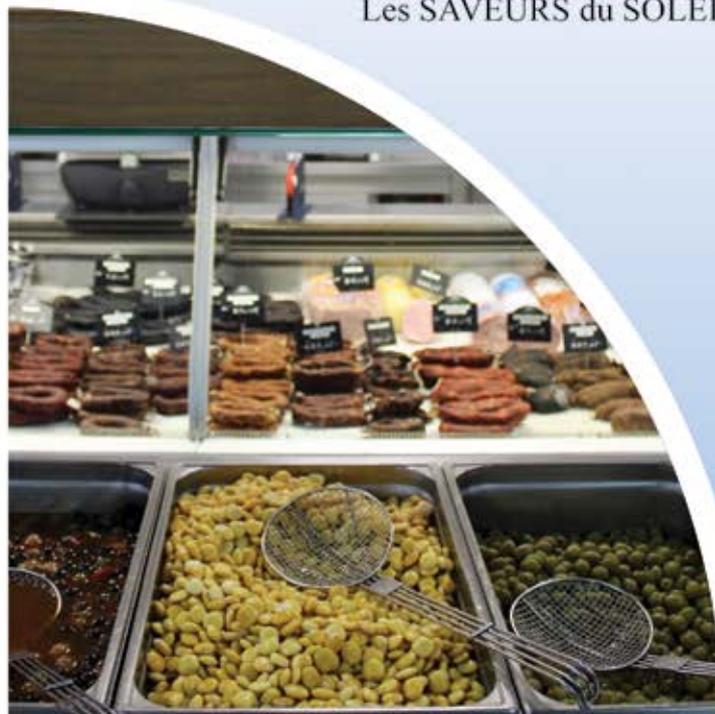
Tél.: 01 64 26 65 10  
Fax: 01 64 26 65 11

Z.A.E. DES TUILERIES  
11, RUE DES NONETTES  
77500 CHELLES

VENHA DESCOBRIR O SEU NOVO SUPERMERCADO  
INTEIRAMENTE RENOVADO  
**MAIS ESCOLHA A PREÇOS SEMPRE BAIXOS**



Les SAVEURS du SOLEIL



7, rue des Grives - ZAC La Fosse aux Loups  
95100 ARGENTEUIL

Aberto de terça feira a sexta feira  
das 09H00 às 13H00 e das 15H00 às 19H30  
sábado das 08H30 às 19H30 sem interrupção  
domingo das 08H00 às 13H30 e das 15H30 às 19H30  
ENCERRA À SEGUNDA FEIRA



nas de sítios diferentes desses países, de norte a sul, de leste ao oeste. Eu fazia um concerto com o meu repertório normal e, depois, arrumavam-se as cadeiras e as pessoas dançavam, já com o Super-Trio, e era para isso que ia outro cantor: enquanto eu tocava acordeão, o Raimundo cantava êxitos portugueses, brasileiros, latino-americanos.”. Outras parcerias que Quim Barreiros desenvolveu na segunda metade dos anos 70 levaram-no a gravar igualmente com artistas como Pereira d’Apúlia, Dulce de S. Marta, Armando Marinho ou Manel de Samonde.

O início dos anos 80 vai encontrar Quim Barreiros a frequentar ainda esse enorme, embora difícil, circuito da emigração enquanto dá concertos e anima bailaricos pelas feiras e romarias de Portugal. Porque, diz, “era muito mais lucrativo fazer as festas dos emigrantes. Eu alugava um furgão e lá ia com o Trio e os instrumentos de cidade em cidade. Quando estávamos nos Estados Unidos aproveitávamos e também íamos às Caraíbas, às Antilhas Holandesas, a todo o sítio onde houvesse emigrantes portugueses. E na Europa era a mesma coisa: batíamos França, Alemanha, Luxemburgo, Suíça, Holanda”. Em 1981 é editado o álbum Dance com Quim Barreiros e o seu Super-Trio, onde havia versões de temas populares – e muitos deles com um inusitado ritmo disco-sound – como

“Canção do Beijinho”, “Amanhã de Manhã” ou “Eu Tenho Dois Amores”.

Mas é também no início dessa década que Quim Barreiros vê a sua música – que até aí era essencialmente e intrinsecamente de inspiração portuguesa – abrigo um outro género, este de origem brasileira: o forró. É ele que nos conta a história: “O facto de usar muitos temas brasileiros, de compositores de forró, deve-se a eu muitas vezes estar em digressão e, quando estou em digressão, não tenho tempo para compor: uma vez estava no Rio de Janeiro com a minha mulher, no Barril 1800 – um restaurante de um casal nosso amigo, português, na Praia de Ipanema – e o Luís Gonzaga, que é considerado o maior acordeonista brasileiro de sempre, ouviu-me tocar e disse-me: “você tem que ir ao Nordeste brasileiro, que os sanfoneiros de lá têm uma música que é muito parecida com essa que você toca”. E é verdade: eu fui até lá, fiz amizade com gente do forró e de outros géneros nordestinos, e aquela música tem tudo a ver com a nossa música portuguesa”. A partir daí, muitos dos mais afamados compositores de forró começaram a enviar as suas composições para Quim Barreiros, que as adaptasse – “doubles um ritmo mais português”, diz – e as tornasse suas. O primeiro (e enorme) êxito de Quim Barreiros importado do Brasil foi “Bacalhau à Portuguesa”, editado em 1986, no mesmo álbum em que também apareciam outros clássicos como “Curso de Dacti-

lografia”, “Comprar sem Poder” ou “Picada de Enfermeiro”.

#### A alegria da estudiantada

Estes e muitos outros temas cantados por Quim Barreiros – da sua autoria ou não – nas últimas décadas, fizeram dele um dos artistas mais amados do nosso país. Entre dezenas de outros exemplos podem citar-se “Mestre de Culinária”, “Os Bichos da Fazenda”, “A Coisa”, “Dar ao Apito”, “Ela Estava Contusa”, “Nunca Gastes Tudo”, “Quem Pode, Pode”, “Deixa Botar Só a Cabeça”, “Riacho da Pedreira”, “O Ténis”, “Os Pêlos do Coelhoinho”, “O Peixe”, “O Poder”, “O Brioche da Sofia” ou o recente e polémico “Casamento Gay”. E, se bem que muitas vezes desprezado pela crítica musical instuída e malvisto por algumas elites culturais, Quim Barreiros é – desde meados dos anos 80 – o artista favorito de muitas associações académicas que, ano após ano, o solicitam para abrihantar as suas Queima das Fitas e Semanas académicas. Com uma carreira de sucessos imparáveis, que fazem dele ainda hoje uma presença híper-requisitada em inúmeros locais do país e do estrangeiro, Quim Barreiros é capaz de ser também o cantor nacional que mais clones deixou na música portuguesa. E basta ver a quantidade de acordeonistas/cantores que o tentaram imitar – no estilo, na fórmula, nas letras ou até no guarda-roupa – para se aquilatar a sua importância na nossa cultura popular. ■

# GARAGE RIC'AUTO

PASSAGE AU MARBE  
CARROSSERIE  
MÉCANIQUE  
PEINTURE



REPRISE - VENTE TOUTES MARQUES

01.60.20.70.25

E.A.E des Tuileries · 34, rue de l'Ormeteau · 77500 CHELLES · fax: 01 60 08 62 29 · ric-auto@wanadoo.fr · www.ric-auto.fr

40 ANOS DE EXPERIÊNCIA NA BOA GASTRONOMIA



## A BOA GASTRONOMIA PORTUGUESA VARIEDADES TODOS OS SÁBADOS

LE MIDI et LE SOIR : DU MARDI AU DIMANCHE  
BANQUETS - ANNIVERSAIRES - COMMUNIONS - BAPTÊMES



Voie Georges Pompidou - RN 19  
94450 - Limeil-Brévannes

Tél: 01 43 86 87 44 - 06 75 12 68 46  
[www.restaurant-lamontagne.com](http://www.restaurant-lamontagne.com)

# “Joaquinzinho” das bicicletas é um histórico acordeonista de Vila Praia de Âncora

Todos conhecem Quim Barreiros, o famoso cantor popular português, mas são poucos são os que conhecem Joaquim Barreiros, o primeiro. Ou seja, o seu pai. Completou no mês de fevereiro 102 anos de uma vida repleta de histórias e memórias ligadas à música.



**J**oaquim Barreiros é um histórico acordeonista de Vila Praia de Âncora e pai do popular cantor Quim Barreiros. Tem 102 anos, e uma vida repleta de histórias. Nasceu no Brasil, em São Paulo, mas cedo chegou a Portugal. É filho de uma professora que veio lecionar para Riba de Âncora, Joaquim veio com a mãe do Brasil com oito anos, após a morte do pai que era natural de Covas, em Vila Nova de Cerveira. A verdade é que já conta com mais de um século de vida, e praticamente toda a vida foi dedicada à música.

Joaquim teve a primeira concertina aos 20 anos, e foi o mote para começar a tocar. “Comprei um acordeão e comecei a tocar. Comecei a fazer bailes num teatro em Vila Praia de Âncora, onde conheci a minha falecida mulher, e mãe do Quim Barreiros (filho). Andei em conjuntos, em Viana do Castelo, em Soutelo”. Fez parte também de um conjunto em Vila Praia de Âncora, talvez o mais conhecido: Conjunto Alegria. E de uma vida dedicada à música faz parte ainda passagens pelo Rancho de Santa Marta de Portuzelo e de Afife. Como diz, “um músico

corre muitas terras, andei por todo o lado”. E foi no número 12 da Praça da República, em Vila Praia de Âncora que decorreu a conversa com Joaquim Barreiros. É ali que permanecem todas as memórias. Ali casou, viveu, criou os filhos e, no rés-do-chão, tinha uma garagem de bicicletas. Ainda hoje é conhecido pelo “Joaquinzinho” das bicicletas, mas este lugar mítico era muito mais do que uma simples garagem: funcionava como lugar de ensaio para os seus conjuntos. Faça sol ou faça chuva Joaquim Barreiros ainda continua a ir logo pela manhã para a sua oficina de bicicletas. Durante anos a fio concertou as bicicletas que, como recorda, naquele tempo eram um dos meios de transporte mais utilizados pelas pessoas. Atualmente já não trabalha mas é ali, onde tudo permanece intacto como se o tempo não tivesse andado por lá, que Joaquim Barreiros se sente bem. É ali que gosta de ver televisão sentado no sofá. “Entretenho-me a ver televisão, e estou cá porque tenho muitas recordações, dos amigos que por cá passavam”. Hoje, restam as memórias, na cabeça, no coração e nas paredes. Uma em destaque é a da passagem de Pedro Homem de Mello e de Amália Rodrigues pela sua garagem. São 102 anos, mais de um século de vida. A ambição, essa, continua. Viver a vida e recordar a música. ■■

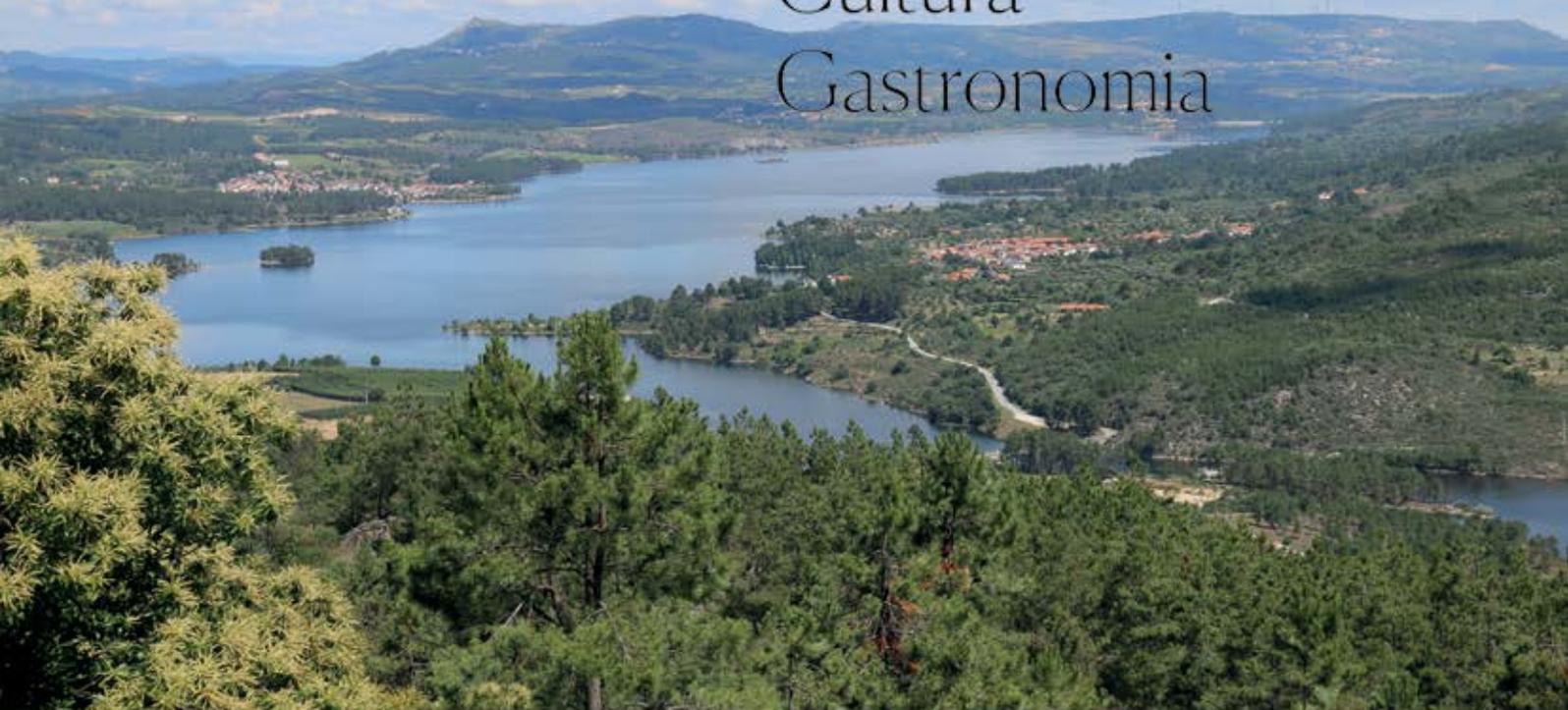
# Sernancelhe

Terra da Castanha

Natureza

Cultura

Gastronomia



VISITENOS: [www.cm-sernancelhe.pt](http://www.cm-sernancelhe.pt)

“o meu pátio (...)  
é acolhedor,  
aconchegante  
e aberto  
a quem vem”

*in Geografia Sentimental, Aquilino Ribeiro*





Quinta da Presa

Eventos desde 1980

www.quintadapresa.pt

## Quinta da Presa destaca-se pelo estilo tradicional e rústico

É na antiga freguesia de Meadela, hoje União de Freguesias de Viana do Castelo, que se encontra a Quinta da Presa. Um espaço único e singular para a realização de eventos.



**D**e casa de família a quinta de eventos. Foi esta evolução que a Lusopress foi conhecer, conversando com Maria José e Alexandre Montes. Mãe e filho que, hoje, vão gerindo o negócio de família. Alexandre é a quarta geração a pisar a Quinta da Presa, uma herança da parte materna da família, mas foi com o seu pai que a quinta ganhou um cunho diferente.

Até à década de 80, a Quinta da Presa era apenas o lar de família, onde outrora havia sido casa de lavoura. Foi precisamente aqui que nasceu Maria José e também o seu filho Alexandre. Nos anos 80, os pais de Alexandre decidiram vender o restaurante que tinham em Viana do Castelo e investir na remodelação da quinta, adaptando-a a um espaço para a realização de eventos. “Na altura, em Viana do Castelo, só existia a Quinta do Santinho, e era um conceito diferente. Foram investindo aqui, remodelando e adaptando até aos dias de hoje, de forma





gradual até sermos um espaço de referência na realização de eventos”, explicou Alexandre Montes.

A Quinta da Presa é hoje um espaço de eventos com capacidade até 600 pessoas, com várias salas que permite a realização de eventos com o máximo de privacidade, ou uma sala só com a capacidade máxima da quinta. Casamentos, batizados, comunhões, congressos, serviços de catering, tudo é possível aqui realizar. É a parte tradicional e a sua decoração rústica, típica do Alto Minho que a diferenciam num mercado tão competitivo. Em 2004 abriu portas, na cave da quinta, o restaurante Lagar da Presa, com pratos tradicionais. Entretanto encerrado, a família considera reabrir essa componente do negócio ainda no decorrer do ano 2021. E no





que há ementa diz respeito, há pratos que se destacam: Bacalhau à Quinta da Presa, Cozido à Portuguesa, Cozido dos Pobres, com arroz de grelos que é feito dos espigos e com carnes menos nobres mas mais saborosas, Cabrito e Vitela no forno, Arroz de sarrabulho. A Quinta da Presa continua a ser um espaço de eleição para a realização de festas da comunidade emigrante. “Antes éramos a única quinta aqui e, nessa altura, éramos muito procurados pelos emigrantes para casamentos e batizados. O emigrante sempre trouxe valor à cidade e ao país”, disse Alexandre. A Quinta da Presa é um negócio puramente familiar, feito com o esforço de uma família que se orgulha do que alcançou até ao momento. **L**








**FRESH BREAD DAILY · SWEET BREAD · CORN BREAD · PASTRIES · CAKE FOR ALL OCCASIONS**  
**CHEESE · MILK · LARGE SELECTION OF PORTUGUESE GROCERIES**  
 Mon - Sat: 5am - 7:30pm    Sunday: 5am - 7pm



# STIL IMMOBILIER

## GOLFE DE SAINT-TROPEZ



STIL IMMOBILIER, L'AGENCE HAUT DE GAMME POUR DES BIENS DE PRESTIGE Spécialiste en transaction et location d'immobilier de Luxe sur Sainte-Maxime et ses environs, Les Issambres, Saint-Tropez, Plan de la Tour, Gassin et Grimaud. STIL immobilier propose une large sélection de biens de prestige, à la vente ou à la location. Dotée d'un professionnalisme et d'un relationnel particulièrement soigné, l'agence STIL accompagne pas à pas ses clients dans la réalisation de leurs projets. Quotidiennement mis à jour, le site web propose une large sélection de biens à vendre ou à louer, classés selon différents critères d'achat.

STIL REAL ESTATE, THE TOP-OF-THE-RANGE AGENCY FOR PRESTIGE PROPERTIES A specialist in luxury property sales and rentals in the Sainte-Maxime area, Les Issambres, Saint Tropez, Plan de la Tour, Gassin and Grimaud, Stil real estate offers a wide selection of prestige properties, for sale or to rent. The Stil agency has a highly professional team that prioritises customer relations by supporting them every step of the way in carrying out their plans. The website is updated daily and offers a wide selection of properties for sale or to rent, classified according to different purchase criteria.

[WWW.STILIMMOBILIER.COM](http://WWW.STILIMMOBILIER.COM)

SERIP-GROUPE  
IMMOBILIER - holding

SERIP / PROMOTION IMMOBILIÈRE  
2, avenue de la Liberté, 83120 Sainte-Maxime  
Tél +33(0)4 94 43 89 15

STIL  
immobilier

STIL IMMOBILIER  
14, rue Pierre Curie, 83120 Sainte-Maxime  
Tél +33(0)4 94 97 56 18 / +33(0)6 73 01 17 16



Para além da componente de animação turística, a Quinta de Santoinho é também hoje um importante meio divulgador da cultura minhota, através da exposição permanente de uma variada colecção de alfaias e utensílios do campo, de tanques, lagares, pias e figuras em granito, de espigueiros originários de todos os concelhos de Viana do Castelo, uma adega regional e ainda de antigas viaturas de transporte, como autocarros, automóveis, uma locomotiva do século XIX, carruagens de 1ª e de 2ª classe do Caminho de Ferro, um coche do século XVII, carros de bois e de cavalos, para além de toda uma colecção de trajes minhotos.

## Fundação Santoinho preserva a tradição e património cultural da região

**N**ão há português que não conheça o Santoinho. Mas, por trás, está uma história que poucos a conhecem. A Quinta do Santoinho está intimamente ligada ao grupo AVIC. O nome AVIC está ligado ao turismo desde Fevereiro de 1949, data em que na cidade de Viana do Castelo foi celebrada a escritura da constituição da sociedade Irmãos Cunha Lda, para o exercício da indústria de transportes automóveis e exploração de circuitos turísticos. Pela mão de António Cunha, primeiro nos transportes,

depois nas agências de viagens e nas áreas da restauração e animação, o grupo AVIC ao longo de mais de meio século de existência, tem contribuído para prestigiar o turismo das localidades onde está implantado, sendo hoje uma referência quer a nível nacional quer internacional. Com sede em Viana do Castelo conta com balcões no sector dos transportes em Lisboa, Figueira da Foz, Porto, Póvoa de Varzim, Vila Verde, Ponte do Lima, Paredes de Coura e Melgaço. No sector das viagens conta com balcões em Viana

do Castelo (sede), Arcos de Valdevez, Barcelos, Braga, Caminha, Esposende e Monção. E foi pelas mãos de António Cunha que nasceu, em 1972, a Quinta do Santoinho. Foi até lá que foi a Lusopress, conhecer um pouco da história e como tem evoluído ao longo dos anos. Quem nos recebeu foi Valdemar Cunha, filho do criador do Santoinho, e que hoje dá continuidade ao negócio do pai. Dá continuidade com um toque de inovação, sendo já o responsável por dar corpo a dois museus que incorporam a Fundação Santoi-



**Empresa reconhecida  
em todas as áreas da  
CONSTRUÇÃO**

Gerimos  
o seu projecto  
desde a  
concepção,  
coordenação  
à realização!



01 64 40 37 45 / 07 82 68 64 06

600 Rue du Tuboeuf - Lot N° 4 · 77170 BRIE COMTE ROBERT



nho, e por criar a Praça das Concertinas e Artistas Populares.

#### Como tudo começou ..

A Quinta do Santoinho era a casa da família Cunha. Já no início do século XX, a família Cunha estava ligada aos transportes, mas num negócio mal resolvido deixou-a falida. Coube a António Cunha, o mais velho de oito irmãos entretanto órfãos de pai, tomar

a condução das coisas. Nos anos 40 a atividade de transporte em autocarro estava de regresso à família, com a casa do Santoinho a fazer de garagem. No final da década, já se organizavam excursões turísticas e, dez anos depois, António Cunha abriu a primeira agência de viagens do distrito e conseguia as primeiras licenças de autocarros de alugar em todo o país.

Assim, a década de 1960 estava aberta ao

chamado 'turismo de importação' e a Agência de Viagens Irmãos Cunha (AVIC) era das primeiras do país a importar os ingleses e holandeses. Contudo, António percebeu que havia que criar distrações além do sol e praia para a estadia desses primeiros visitantes. Por exemplo, abriu a primeira boíte da cidade de Viana, inaugurou o conceito de cruzeiros fluviais e arrancou com os primeiros restaurantes típicos regionais. Mas, principalmente, António Cunha percebeu que era nos usos e costumes em vias de desaparecimento que se encontrava o principal atrativo para os turistas. Passou essa década, de freguesia em freguesia, onde houvessem ranchos folclóricos e quintas para alugar, a recriar regularmente os arraiais minhotos da sua infância.

O sucesso era pleno, mas a fórmula tornava-se insustentável para um turismo progressivamente mais planeado de antecedência. A solução que encontrou foi o regresso a casa. Em Maio de 1972, a casa dos irmãos Cunha fazia-se no poiso fixo dessa mostra etnográfica, cultural e gastronómica. Estava, assim, fundado o Santoinho.

É no Santoinho que se revive a cultura tradicional da vida do campo, com as músicas e danças folclóricas, na companhia dos petiscos à base de sardinhas, frango assado, fêveras grelhadas na brasa e broa, regados



# ILDEBERTO MEDINA

PROPRIETÁRIO DAS FIRMAS



&

**MEDINA RENTAL PROPERTIES**



SEDE EM PROVIDENCE, RI



EMPREITEIRO GERAL PARA TODO O TIPO DE TRABALHO

**RESIDENCIAL & COMERCIAL**

**CONTACTOS:**

📞 ESCRITORIO: 401-438-8771

@ E-MAIL: MEDINAGROUP@HOTMAIL.COM



pelo vinho verde da região e o conhecido champorreão, culminando com o saboroso e aconchegante caldo verde. A decoração é pensada ao pormenor, onde as peças fazem brilhar a festa popular. Além das bandeiras coloridas que circundam os palcos privilegiados do arraial, estão dispostas pelas paredes várias exposições de peças, utensílios e ferramentas que contam, por si só, toda a história do mundo rural minhoto.

Ao longo destes mais de 40 anos de existência, a Quinta recebeu cerca de mais de quatro milhões de pessoas dos quatro cantos do mundo, em cerca de dois mil arraiais, sendo que 100 mil pessoas visitam anualmente a Quinta do Santoinho. Em cada arraial são consumidas 12 mil sardinhas, mil frangos, fêveras de 40 porcos, 600 kg de broa e 2500 litros de vinho branco e tinto, utilizando-se 30 mil peças de louça e 10 mil guardanapos de papel. De Maio a Novembro, o Santoinho espera por si.

#### Fundação Santoinho

Hoje, para além do espaço do arraial, o Santoinho junta mais atrações no seu exterior: o Museu Etnográfico e o Museu dos Transportes, que fazem parte da Fundação Santoinho. Os principais objetivos da Fundação são a preservação da coleção única de trajes tradicionais de finais do século XIX e inícios do século XX, com milhares de peças variadas, dinamizando a divulgação da coleção, da cultura e tradições minhotas e potenciando a atratividade da região. Para isso, estão já criados dois museus para exposição das peças, em torno dos quais se promove um conjunto de eventos e iniciativas em estreita ligação com a comunidade.

Para além da vasta e única coleção de trajes minhotos, a Fundação Santoinho é dotada e responsável pela preservação de todo um vasto património cultural de raras peças ligadas à região do Minho. São milhares de outras peças de incalculável valor patrimonial e cultural, entre elas dezenas de Espi-



gueiros antigos do século XIX, esculturas e pinturas de diversos artistas alusivas à vida do campo e à região minhota, milhares de alfaia agrícolas ligadas à vida do campo na região do Minho, para além de viaturas únicas na história dos transportes públicos de passageiros, desde carros de tração animal até a autocarros das décadas de 30, 40 e 50, como por exemplo o primeiro autocarro fabricado pela Salvador Caetano, e que tem a licença nº 1 no país para transporte em aluguer turístico. É todo este património, material e imaterial, que a Fundação Santoinho pretende preservar para as gerações futuras. Assim, evita a dispersão destas raras peças, dinamizando e promovendo, diariamente, com a sua atividade, eventos e ações de forma a potenciar a integração da comunidade e a atratividade da região do Alto Minho.

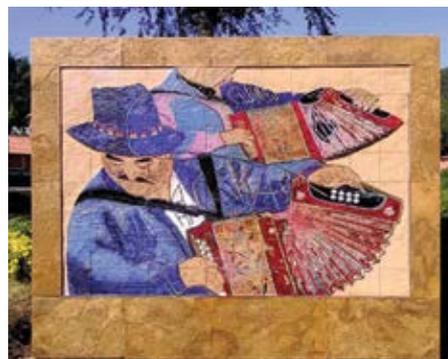
#### Homenagem a Vilarinho de Covas

A Fundação Santoinho inaugurou, em 2020, um painel artístico de homenagem a Nelson Vilarinho de Covas. A obra é da autoria de Mário Rocha e é o primeiro painel da futura “Praça das Concertinas e Artistas Popula-



res” que o Santoinho quer criar. Foi uma homenagem ao falecido tocador de concertina “Vilarinho de Covas”, que juntou algumas das maiores vozes dos cantares ao desafio no Alto Minho. Quim Barreiros e Augusto Canário descerraram uma escultura alusiva ao tocador, e a obra de arte foi adquirida pela Fundação Santoinho.

As próximas homenagens estão já pensadas: Quim Barreiros, Augusto Canário e o falecido Cachadinha. Nelson Vilarinho nasceu no Brasil, mas viveu em Covas, Vila Nova de Cerveira, no lugar de Vilarinho, que acabou por lhe dar nome. ■■





## *Salle Martins*



Profitez d'un lieu de réception exceptionnel, nous serons à votre disposition pour que vous puissiez passer un moment inoubliable avec tous vos convives.

A votre disposition, une grande salle pouvant accueillir confortablement 220 personnes en repas assis. L'espace est modulable et aménageable selon vos désirs pour convenir au mieux à vos attentes grâce à l'installation de tables rondes et d'un espace piste de danse.

Sur place 10 chambres climatisées, un appartement et un studio vous attendent afin que vos convives puissent dormir sur place et profiter du calme des lieux.

Accessible PMR



Facebook @sallemartins

Tel. : 03 26 58 85 05

Port. : 06 76 63 48 35

17 rue de L'eglise

51700 Baslieux-Sous-Châtillon





# Pasteleira profissional Ana Rita Antunes criou o projeto Larilolela

*Nasci à beira do Rio Lima,  
Minhota de trajes e concertina,  
Apaixonei-me pela doçaria,  
Já vinha de tradição.  
Faço os bolos mais graciosos,  
Com todo o coração!  
Ó lai ó Larilolela*

Esta estrofe simboliza bem a essência do projeto Larilolela. Ana Rita Antunes é pasteleira de profissão e explicou à Lusopress a sua paixão pela esta arte. “A minha ligação à cozinha vem desde pequena. Eu com 15 dias já andava no meio das panelas. A minha mãe e a minha avó faziam os caterings, e eu cresci nesse ambiente, até aos meus dez anos. E, por isso, desenvolvi essa paixão, pela gastronomia, mas acima de tudo pela pastelaria”.

Tudo começou por ser um hobby, não imaginando fazer disto profissão, “porque era

uma coisa natural para mim. Alguns colegas mais velhos tiraram este curso e foi aí que eu pensei que havia a possibilidade de fazer de me especializar nesta área”.

Foi durante a licenciatura em Restauração e Catering que Ana Rita Antunes escolheu Paris, a cidade da melhor pastelaria do mundo, para a realização de um estágio. Passou pelo L’Atelier de Joel Robuchon e a experiência não podia ter sido mais enriquecedora. “Paris ensina valores muito diferentes dos de cá. Aqui estamos muito ligados à tradição e em ser fiel, lá ensinam técnica e como variar as receitas baseadas na técnica. E foi uma experiência muito boa”.

De regresso a Portugal, foi em Lisboa que deu os primeiros passos como pasteleira profissional no Penha Longa Resort. “Depois de um ano a trabalhar no Penha Longa tive uma proposta irrecusável para a Ladu-



John Medeiros™  
Jewelry Collections



Made in America. Handcrafted in Rhode Island.

[www.JOHNMEDEIROS.com](http://www.JOHNMEDEIROS.com)

All Rights Reserved © Copyright 2018 Tahoe Jewelry, Inc.



aqui no Norte nem em muitos sítios do país, e eu achei que era importante trazer para cá. As pessoas normalmente preferem o caseiro, e o caseiro passa pela receita feita de raiz, passo a passo, com produtos de qualidade porque têm um exponencial de sabor muito maior. Então a minha ideia era trazer os sabores totalmente genuínos e feitos passo a passo, desde o início até ao fim aqui, e conjugar com uma decoração totalmente diferente e artística”.

O Larilolela é um projeto recente, mas as ambições de Ana Rita Antunes não se ficam por aqui. “No futuro, é um sonho, só trabalhar com bolos de casamento e de noiva, não só aqui no norte, mas para todo o país”. Larilolela promete manter a tradição no sabor e a inovação da decoração. **L■**

rée Lisboa, que estava a abrir em Portugal pela primeira vez e era proposta para ser a equipa de abertura da Ladurée. Foi uma proposta irrecusável onde eu sabia que ia aprender as bases da pastelaria com a técnica a 100%”.

Cinco anos depois, regressa às origens: Ponte de Lima, com vontade de fundar o Larilolela, um estúdio de criação de bolos e doces, onde a atenção é virada para genuidade dos produtos. “A vontade de criar um projeto meu era muito grande, para conseguir juntar a herança familiar, com a minha técnica e com toda a formação que tenho. É aí que surge o Larilolela, um estúdio que trabalha apenas por encomenda e vem no sentido de criar bolos que, para além de serem bonitos por fora, são igualmente saborosos. Era algo que eu não conseguia encontrar facilmente





*Femme enceinte  
Nouveau né  
Bébé  
Smash the cake  
Prince & Princesse  
Mère & fille / fils*



**Christelle,**  
30 ans, graphiste de formation et photographe autodidacte je vous accompagne dans les plus beaux moments de votre vie...

*« une image vaut mieux que mille mots »* alors je vous laisse regarder mon travail...



06 52 03 58 67 **YES!**

**instant** *Sublime*

@ instantsublime-photographe.fr  
f www.facebook.com/Instant.sublime.photographe  
i Instant.sublime.photographe

# Livres pensamentos



Comendador António Nuno Cabeleira

**A**gora que as eleições presidenciais já passaram o país vai ficar muito mais tranquilo. Pelo menos assim se espera no que respeita à política. E ficamos mais tranquilos porquê? Porque o povo português através do seu voto confirmou a eleição de Marcelo Rebelo de Sousa para um segundo mandato de cinco anos. O povo votou pela estabilidade e pela continuação.

Vai haver a continuação da mesma política, que alguns criticaram com algumas razões válidas, mas que atendendo aos resultados obtidos nas urnas, democraticamente, essa minoria discordante tem forçosamente de acatar e respeitar a vontade da maioria. É assim e deve ser sempre assim em Democracia.

Em todo o caso, é como se fosse o início de um novo ciclo e, como por milagre, a seguir a cada eleição nasce uma nova esperança de que as coisas melhorem e que surjam dias mais felizes e com menos preocupações. Contudo sabemos que o Presidente eleito e o Governo que continua em funções vão ter pela frente um trabalho monumental tanto no combate à pandemia que continua a alastrar, como no combate à crise económica e financeira que já se pressentia e que a própria pandemia ajudou a agravar.

Mas antes do dia do escrutínio, houve a campanha eleitoral onde os candidatos nos seus debates mostraram as suas tendências e informaram do que pretendiam fazer caso fossem eleitos. Houve quem desferisse para lá do que é habitual alguns ataques à própria Constituição, à própria Democracia e às mi-

norias como se fosse razoável excluir uma parte do povo português. Apareceu novo partido onde proliferam assustadoramente teorias de outros tempos que põem em causa certas virtudes como a solidariedade, a igualdade de tratamento, a justiça social e a paz.

O cenário político no nosso país está a mudar aos poucos. Vemos um PSD hesitante e cheio de contradições, que não se sabe impôr como segunda força política que é e vai continuar a ser. E vemos um CDS que já fez várias alianças com aquele partido para governação e que ultimamente quase desapareceu em termos de votos. Mais à direita dois recém partidos a Iniciativa Liberal e o Chega que defende posições consideradas por muitos de extrema direita, cujo líder tem arte de captar falhas no sistema que utiliza preposi-tadamente para pôr uns contra os outros. Nos seus discursos deixa transparecer o ódio, a divisão e a falta de tolerância. É homem que não faz discurso para todos os portugueses. Do outro lado um PS que, segundo as mais recentes sondagens, ronda nas intenções de voto os 40 %, mas um partido com várias tendências políticas dividido entre centristas e radicais de esquerda. E mais à esquerda os tradicionais partidos que, alguns dizem de extrema esquerda, porque lhes convém dizê-lo, que são o Bloco, o PC, o Livre, os Verdes e o Pan.

O certo é que estas eleições presidenciais nada têm a ver com as eleições autárquicas e muito menos com as eleições legislativas. Resta agora verificar, em futuros escrutínios, se os votos nesse determinado partido

vão ser correspondentes aos votos para eleger os presidentes das autarquias e, no caso das legislativas, para eleger os deputados à Assembleia da República.

Mas voltando aos números das eleições que decorreram no dia 24 de Janeiro, muito embora a correlação de forças tenha um pouco mudado, é forçoso salientar que o actual presidente Marcelo Rebelo de Sousa foi eleito com uma larga maioria de 60,7 % dos votos, que vieram, como todos sabem de partidos que resolveram apoiar a sua candidatura (PS, PSD e CDS). À direita deste bloco central, se assim podemos chamar, situam-se dois candidatos um da Iniciativa Liberal e outro do Chega cuja votação somada atinge o total de 15 %. Do lado esquerdo do bloco central situam-se os candidatos Ana Gomes, Marisa Matias e João Ferreira, cujas percentagens de votos soma-das totalizam os 21 %.

Neste cenário até parece irónico ouvir na tv alguns comentários salientando que a esquerda sofreu baixas e que um partido de extrema direita teve desta vez maior número de votos. O que se passou é que muitas pessoas, fartas de promessas não cumpridas e de votarem em políticos que durante anos a fio pouco mudaram na vida das pessoas ao quotidiano, acabaram por votar, mais como sinal de protesto, num candidato de extrema direita, uma espécie de «d'Artagnan», que pelo seu discurso sulfuroso e contra o sistema, muito contou para seduzir uma parte do eleitorado. Mas uma grande parte das pessoas, porque não são burras, até sabem que este tipo de candidato nada vai mudar



## La pierre naturelle, parfaite alliance entre design et innovation

Expert en matières minérales, Real Marbre collabore avec les plus grands designers, architectes, décorateurs d'intérieurs et participe à la réalisation de projets d'exception sur le marché de haut de gamme.



MINERAL SYSTEM

6 rue Saint Florentin – 75001 Paris  
[www.realmarbre.com](http://www.realmarbre.com)



HÔTEL de CRILLON  
A BOUTIQUE HOTEL

THE PENINSULA  
HOTELS

L  
LOUIS VUITTON

YVES SAINT LAURENT

MAUBOUSSIN

GUCCI

GUERLAIN

Dior

HUBLOT

quanto à situação económica e social do nosso país. A não ser que tenha uma varinha de condão.

Mas voltando ao resultado do sufrágio focando, desta vez, os votos dos eleitores portugueses residentes no estrangeiro. Há uns tempos atrás mudaram o sistema de recenseamento eleitoral que passou a ser feito automaticamente quando do pedido do cartão de cidadão. Este sistema mais que quin-tuplicou o número de recenseados residentes no estrangeiro. Só que esta medida, considerada excelente, devia de ter sido acompanhada por uma alteração da Lei eleitoral de forma a mudar o sistema de voto em vigor e a torná-lo mais acessível.

Tal alteração não foi feita, e por isso se deve notar que os nossos responsáveis políticos tiveram mais do que tempo suficiente para alterar a Lei eleitoral e tiveram nas mãos a oportunidade de darem a possibilidade aos eleitores de votarem ou por correspondência ou até, e porque não, através do voto eletrónico utilizando o seu computador ou o celular. Mas tal não aconteceu aliás como já é habitual. E promessas leva-as o vento. O que aconteceu de facto foi que a taxa de abstenção para estes eleitores no estrangeiro disparou e subiu drasticamente tendo atingido uma percentagem da ordem dos 98 %. Esta taxa

de inflação teve de certo grande influência na taxa global de abstenção que foi a mais elevada de todos os tempos.

É pois de lamentar. Os nossos políticos não se conseguem concertar no que é essencial e tardam sempre a tomar as decisões que permitam reajustar a Lei de forma a suprir necessidades e a criar melhores condições.

E ainda mais, pois a isso também já estamos habituados. As mesmas forças políticas quando lhes calha a responsabilidade de governação não conseguem, por razões incompreensíveis, satisfazer as necessidades do eleitorado. E porquê? Certamente porque não temos um país suficientemente desenvolvido e com produção de riqueza bastante que permita satisfazer as necessidades de toda a sua população. E, de certo modo, com uma agravante ainda, seguindo a tendência costumeira, permitem que os ricos sejam cada vez mais ricos e os pobres cada vez mais pobres, servindo estes só para trabalhar e consumir. Mas isto é um grave problema que vem de muito longe e já no século passado se dizia o seguinte: «fazer fortuna passa pela aliança dos ricos e o desprezo dos pobres».

De há uns anos para cá, talvez desde o tempo de Margaret Thatcher, as correntes da di-

reita liberal, sobretudo as neoliberais, tudo têm feito para diminuir o peso do Estado e para este entregar quase tudo aos privados. Ora se tudo está nas mãos do sector privado deveria ser este a criar mais produção, mais emprego e mais riqueza. Portanto se as coisas vão mal no nosso país é sobretudo da culpa e responsabilidade, primeiro do sector privado e a seguir do próprio Estado pela sua incapacidade de pôr limites e de fazer uma melhor distribuição da riqueza.

Somos um pequeno país mas temos um povo com uma grande alma e com muita coragem o qual, segundo a História, já deu provas que é capaz de ir bem mais longe. Mas, o que é que nos falta para inverter esta tendência que nos está a prejudicar a todos?

Certamente vai ser necessário mudar as mentalidades. Vai ser necessário analisar bem a situação e corrigir o que está mal. Vai ser necessário ousar e tomar iniciativas que possam conduzir a um melhor desenvolvimento tecnológico e industrial a fim de se obterem melhores resultados.

Há muita coisa a fazer que pode ser feita tanto pelos privados como pelo próprio Estado. Que haja concertação e sobretudo que haja uma grande vontade e determinação para o fazer. ■■



GENERALE DE COUVERTURE PLOMBERIE

COUVERTURE · PLOMBERIE · CHAUFFAGE · MAÇONNERIE · ELECTRICITE · DEPANNAGE

Société familiale créée en 1988 spécialisée dans les travaux de réhabilitation et d'entretien du patrimoine pour les plus importants bailleurs sociaux.

### Lauréat du Prix MONITEUR National et Région IDF de la construction « Catégorie second œuvre »

Président : Christine FERNANDES DUCROT

Directeur Général : David FERNANDES

Directrice du pôle entretien : Sandra ALVES





# PEIXOTO FRERES

## ACHAT - VENTE MATÉRIEL TP



Siège social : 75, avenue de Paris  
91790 BOSSY-SOUS-SAINT-YON

**tel 01 60 81 10 78**

**fax 01 64 58 51 87**

e-mail : [peixoto-freres@wanadoo.fr](mailto:peixoto-freres@wanadoo.fr)  
site : <http://www.peixoto-freres.fr>

Na minha opinião!!!

por *Melita*

# Uma Vitória sem brilho!

## 60, 51% dos “alunos” faltaram à aula do Senhor Professor

Na minha crónica da edição de Outubro, a um mês da candidatura oficial de Marcelo Rebelo de Sousa, escrevi que não existia nenhuma outra candidatura “alternativa” em quem votar nas presidenciais de 2021. O resultado da votação não só confirmou as minhas previsões, como reforçou a minha opinião sobre a fraca representatividade dos seus opositores.

Na minha modesta opinião, apesar de não ter votado no Presidente e candidato, penso que no contexto actual de agravamento da crise sanitária, um segundo mandato impunha-se como a melhor solução para o país.

Mais concretamente, se juntarmos os votos dos outros seis candidatos, atingimos apenas 39,30 %, da votação total contra 60,70% do presidente reeleito, o que diz logo sobre as qualidades das suas propostas!

### **Abstenção record. 60,51 % dos portugueses não votaram! É a Democracia que sai derrotada**

Correndo o risco de chocar alguns dos leitores, se adicionarmos à abstenção os 40 000 votos nulos e os 47 000 votos brancos, o resultado do “CHEGA”, não é preocupante e deve ser analisado friamente e sem partidarismo.

Vejamos:

- Dos 10.791.743 inscritos, só pouco mais de 4 milhões foram às urnas. Certo, a pandemia não convidava as pessoas a sair de casa? Mas não foi a principal razão da ausência de votantes, a falta de interesse deveu-se essencialmente ao favoritismo do Professor Marcelo Rebelo de Sousa, como já acontecera na eleição de 2016 com 51,0 % de abstenções.

Um Candidato incontornável e o único com a experiência humana para poder fazer face à terrível situação de crise actual?

Então porquê? Ir votar e em quem?

Apesar das críticas que podemos fazer ao seu primeiro mandato e de haver cada vez mais portugueses descontentes, mudar agora de presidente, agravaria ainda mais as coisas, tanto mais que os outros seis candidatos, não tinham a confiança do Povo?

### **Em terra de cegos, quem tem um olho é rei**

Os 496 653 votos obtidos pelo Partido CHEGA, visto à lupa não é um resultado extraordinário e muito menos significa que Portugal é um país racista, xenófobo ou de extrema-direita.

Uma grande parte destes eleitores são pessoas respeitáveis, mas muito decepcionados com a política em geral e com os políticos em particular e por esse motivo não resistem à tentação de ouvir sem entender a mensagem do Rei onipotente que malcriadamente utiliza a mentira e o insulto para atingir os seus adversários.

O perfeito demagogo que sabe que “é no vazio do pensamento que se inscreve o mal”, promete demitir-se, mas volta se o Partido quiser? Que está em permanência bord-line, como dizem os ingleses, pronto a tudo para atingir os seus objectivos.

### **O Espírito de Abril está bem vivo em Portugal, os portugueses não querem voltar a perder a Liberdade**

Quase meio século depois do 25 de Abril de 74, Portugal continua a ser um país democrata que não esqueceu o preço que pagou pelos 41 anos, 1 mês e 6 dias de ditadura “.

Os portugueses não querem voltar ao passado da liberdade amordaçada onde não falavam porque o Regime os mandava calar.

É próprio das democracias existirem contradições e incoerências nos resultados eleitorais, exemplo o Alentejo votar no “CHEGA” e o Partido Socialista apoiar o Candidato do PSD.

Todavia, isto é liberdade, os portugueses são livres de votar, em muitas circunstâncias, nem sempre o voto exprime a opinião da pessoa que votou. Em França, em várias eleições presidenciais, a maioria dos franceses votaram no Presidente eleito não por estarem de acordo com o seu programa e o apoiarem, mas para impedir a eleição do candidato da extrema-direita.

Em Portugal, o aparecimento de pessoas com ideias discriminatórias e racistas, que semeiam o ódio, a intolerância e dividem o povo, devem ser combatidas, dentro das quatro linhas da Democracia.

Somos nós, homens e mulheres democratas que temos de estar atentos e desmascarar os discursos reacionários e populistas dos saudosos defensores do Regime Totalitário!

É preciso combater politicamente, sem ofender, aqueles que querem destruir a Democracia e fazem a apologia do Estado Novo, para voltarmos ao passado do obscurantismo ideológico onde era proibido dizer “ Não “ ou exprimir as suas opiniões.

### **Um segundo mandato, para fazer o quê?**

É a grande questão.

O que irá mudar nos próximos cinco anos para os portugueses em geral e para os emigrantes em particular.

Pessoalmente, creio que pouca coisa.



O senhor Presidente Marcelo Rebelo de Sousa é uma pessoa de uma grande integridade moral e um defensor intransigente dos valores expressos na Constituição Portuguesa?

Vejamos o que dizia no dia 29 de Janeiro de 2015 em Paris no encontro com emigrantes, 9 meses antes da primeira candidatura a Belém:

- As comunidades merecem uma representatividade proporcional ao seu tamanho.
- Os políticos estrangeiros percebem melhor a importância das comunidades portuguesas do que alguns governantes em Portugal. (ver edição 100 da Lusopress Magazine)

Se tivermos em consideração estas afirmações públicas no estilo de promessa eleitoral e que enquanto líder do PSD, (1996) o Senhor Professor chegou a defender a criação de um Ministro para as Comunidades Portuguesas.

Temos o direito de esperar que neste segundo mandato irão realizar-se acções, que ficarão gravadas na história de Portugal?

#### **De cada vez que deixam de votar, afastam-se de Portugal**

É uma das afirmações do Presidente, na recente entrevista à Lusopress Magazine dirigida à Diáspora.

Estamos todos de acordo que votar é um dever cívico, mas também neste capítulo, a questão que se deve colocar é:

- Que fez o Presidente durante o primeiro mandato para facilitar o voto dos milhões de emigrantes?
- Porque razão o seu projecto do voto electrónico ficou na gaveta?
- O voto por correspondência para as presidenciais em que ficou?

Mais concretamente, no dia 23 e 24 de Janeiro nas Comunidades quantas mesas de voto estiveram abertas e a que distância estavam das residências dos que queriam votar, estando algumas a mais de 200/300km.

Nestas circunstâncias, seria mais conveniente dizer — os emigrantes que não votaram, não se afastaram de Portugal, Foi Portugal que se afastou uma vez mais dos emigrantes..

#### **Mais vale tarde que nunca para haver igualdade de direitos entre os portugueses**

Senhor Presidente, para a maioria dos emigrantes não é suficiente o calor dos seus abraços ou a honra das celebrações com medalhas ao peito.

Também não basta continuar a dizer que “*admito que a representação política dos nossos compatriotas que vivem lá fora é quanto mais importante como uma das forças de Portugal*” .

Os milhões de portugueses espalhados pelo Mundo, não querem ser portugueses de segunda, aspiram a ter:

- uma maior representação na Assembleia da República.
- a criação do Ministério das Comunidades.
- a Nomeação de Ministros oriundos da emigração.
- o voto electrónico ou por correspondência com código pessoal (anti-fraude).

No “Estado de Direito”, os emigrantes não querem só ser consultados, querem ser decisivos, participando ativamente na defesa dos seus interesses e direitos.

#### **Depois do primeiro “round “ de observação [ 5 anos], um segundo mandato de Intervenção**

O Presidente reeleito tem toda a legitimidade para mudar as coisas, mesmo que para isso seja necessário fazer modificar a Constituição Portuguesa.

Chegou a hora de realizar algumas das ideias/promessas, pelas quais sempre se “bateu” mas para isso, é necessário ter uma maior intervenção na direcção do país, ser mais forte e exigente com o executivo.

É fundamental ter uma melhor interação com o governo para poder reagir com firmeza e se necessário provocar a rotura quando com ele não está de acordo?

#### **Nós somos o que somos e não o que parecemos ser**

É muito importante para as Instituições que o Presidente da República, primeira autoridade do país, seja respeitado, a lei deve punir aqueles que o insultam publicamente ou escondidos nas multidões. O Presidente, não necessita de provar a ninguém que gosta de todos os portugueses sem distinção e que se preocupa com a situação actual derivada da crise sanitária.

Sabemos que estará sempre por perto daqueles que sofrem e nunca deixará de lhes dar um pouco de reconforto, mas isso não o obriga a querer, mesmo quando não é necessário, dar uma imagem pública que não corresponde à função de Presidente da República ou que pode por em risco a sua integridade pessoal.

#### **Imagens choque que podem ser vistas como um afronto à Grandeza da Nação**

Pessoalmente, não fui contra nem pela sua reeleição, mas admiro a sua postura e respeito-o como cidadão, porém a sua saída de casa ao volante da viatura e sozinho para se deslocar ao local onde fez o seu primeiro discurso, com todo o respeito, não pode ser visto só como um acto de modéstia ou humildade próprio ao cidadão comum.

O Presidente da República Portuguesa não é um cidadão normal, como tal, deve aceitar e utilizar os meios inerentes ao cargo que são postos à sua disposição.

Existem códigos que não podem ser alterados sem se correr o risco de ser acusado de demagogia. Sinceramente, as imagens transmitidas ao mundo em nada sublimaram a sua função e muito menos dignificaram a grandeza da Nação Portuguesa...



*Para meditar!*

*Um Presidente que sai  
“com honras pela porta  
grande e outro que entra  
pela “janela”!!!*



Cada um é livre de pensar e fazer o que bem lhe parece, eu penso assim.

Até à próxima e sejam felizes

*Melita*

Paulo Pisco  
Deputado do PS  
eleito pelas Comunidades Portuguesas  
na Europa



# O discurso empático de Joe Biden

A tomada de posse de Joe Biden como o 46º Presidente dos Estados Unidos da América é o acontecimento político mais importante à escala global. Marca uma viragem na tensão, no confronto e na incerteza deixadas pelo seu antecessor. O mundo fica apaziguado. E estava a precisar disso. E Kamala Harris faz parte da esperança e da mudança, a primeira mulher a ocupar o segundo lugar mais relevante da política americana. É assim. Os Democratas são progressistas e inclusivos, como se vê pela diversidade no seu governo.

Enquanto decorria a cerimónia no Capitólio, o Primeiro-Ministro António Costa fazia no Parlamento Europeu também um excelente discurso sobre a presidência portuguesa da União Europeia, muito claro e abrangente, em que não se esqueceu de desejar o maior sucesso a Joe Biden. Lady Gaga e Jennifer Lopez cantaram a América e levaram símbolos de paz. O mundo de olhos postos nos Estados Unidos, como sempre.

Joe Biden fez um veemente apelo à unidade e reconciliação da América. Falou de humildade, de honra, de respeito, de verdade, de esperança. Deitou água no fogo e na fúria que o país viveu nos últimos tempos. E apelou à defesa intransigente da democracia, “que é preciosa e frágil”, como disse.

No seu discurso havia simpatia, humanismo e, acima de tudo, uma ética. Teve um espírito de conciliação que jamais poderia sair das palavras de Trump. Biden apelou a que os americanos fossem uns pelos outros e não uns contra os outros. Apelou a que cada um tivesse capacidade para se pôr no lugar dos outros. Para que todos se compreendam e se aceitem mais facilmente. E disse que seria o Presidente de todos os americanos.



A força de todos é fundamental para vencer os desafios que a pandemia coloca e da profunda crise económica e social que criou. Falou das feridas que a crise pandémica abriu e lembrou as suas vítimas. E, no meio do discurso, pediu um minuto de silêncio. Mostrou respeito e apelou ao respeito, coisa que Trump nunca teve nem terá, nem pelas pessoas nem pelos valores, nem pelas instituições.

Joe Biden apelou aos sentimentos e à empatia, algo completamente impossível para um narcisista radical como Trump. A América viveu o trauma de uma tentativa de golpe, mas sobreviveu e, talvez, tenha saído mais forte. O ataque ao Capitólio foi um forte aviso para as democracias de todo o mundo, atacadas

pelos populismos, que minam as sociedades e destroem a coesão e a convivência social. Se o espetáculo degradante do assalto à democracia americana foi possível, pode acontecer em qualquer outra parte do mundo onde uma qualquer personalidade doentia use o nome do povo para atacar e enfraquecer os poderes democráticos estabelecidos. A democracia faz-se com decência, solidariedade, respeito, justiça, verdade. Faz-se pela inclusão. É preciso que a maior democracia do mundo seja um exemplo. É preciso que se comprometa com o mundo e os seus grandes desafios, como as migrações, o clima, a paz. É fundamental que a América esteja com todos e não contra todos.

Good luck Mr Presidente! 🇺🇸

# SLCR

Construction / Réhabilitation



CONSTRUCTION

EXTENSION

SURELEVATION

RENOVATION

REAMENAGEMENT

REHABILITATION

BUREAUX

COPROPRIETE

## Siège Sociale

4bis rue Antoine Bourdelle 75015 PARIS – 01.45.48.70.15 – [contact@slcrbtp.com](mailto:contact@slcrbtp.com)

## Entrepôt – Livraison

4 Allée des Acacias 93430 VILLETANEUSE – [contact@slcrbtp.com](mailto:contact@slcrbtp.com)

# Parabéns a você... não, *a vocês!*

O casal Antónia e Carlos Gonçalves estão de parabéns ao comemorarem os seus aniversários natalícios no passado dia 18 e 19 de fevereiro.

A equipa da Lusopress deseja-lhes os maiores sucessos, cheios de saúde e na companhia de familiares e amigos.



*fique em casa*  
*rester à la maison*  
*stay at home*

**LUSOPRESS** 

“As viagens são  
os viajantes!  
O que vemos,  
não é o  
que vemos,  
senão o que  
somos.”

**Livro do desassossego, 1982**

Fernando Pessoa

Vamos viajar sem sair de casa.  
Percorrer cidades, mares e montanhas  
em cada página. Vamos virar a página,  
com serenidade e esperança.

Vamos ler Portugal.



**Descubra a sua próxima viagem na sua livraria online preferida.**

# Luso-americanos estão a sair dos estados tradicionais em direção à Florida e Texas

A população luso-americana nos estados tradicionais de emigração está a diminuir e regista-se um aumento nas comunidades na Florida, Texas e outros estados, segundo dados do American Community Survey citados pelo Conselho de Liderança Luso-Americano (PALCUS, na sigla inglesa).

“Os luso-americanos estão a deixar os estados tradicionais de assentamento”, disse a investigadora Dulce Maria Scott, da Universidade de Anderson, Indiana, na apresentação do novo Índice Nacional do PALCUS. Califórnia e Massachusetts foram os mais afetados. Segundo os dados do American Community Survey que a investigadora citou, a Califórnia perdeu 35.604 luso-americanos entre 2010 e 2018, uma quebra de 10,5% no estado que reúne a maior concentração da comunidade portuguesa.

O segundo estado a perder mais habitantes de origem portuguesa foi Massachusetts, de onde saíram 29.238 luso-americanos, o correspondente a uma redução de 10,3%. Já a comunidade de Rhode Island perdeu 11.784 pessoas, uma quebra de 13,2%, e no Havai registou-se uma diminuição de 22,2%, referente a menos 10.662 luso-americanos. No Connecticut notou-se uma quebra de 5.584 luso-americanos, ou menos 11,4%. Nova Jersey e Nova Iorque também sofreram reduções, embora em níveis mais baixos (2.531 e 2.436 pessoas, respetivamente).

Em sentido contrário, os maiores aumentos foram registados na Florida e no Texas, embora se tenha assistido a um crescimento razoável da população lusa também na Carolina do Norte, Pensilvânia, Colorado, Washington e Virgínia. A Florida foi o estado que atraiu mais luso-americanos, aumentando a comunidade em 9.545 pessoas, uma subida de 12,1%. Dulce Maria Scott referiu que este fluxo poderá estar relacionado com os segmentos mais velhos da população luso-americana, que escolheram este estado

O outro polo de atração foi o Texas, onde a população luso-americana subiu 19,1%, referente a mais 6.352 pessoas. Aqui e nos outros estados, a investigadora referiu que a mudança poderá estar relacionada com os filhos de emigrantes a procurarem novas oportunidades. Ainda assim, no total, estão hoje contabilizados menos luso-americanos nos Estados Unidos do que fora registado em 2010. “Em oito anos, a população luso-americana diminuiu 5%”, notou Dulce Maria Scott. “Uma das razões é que há muito menos emigrantes a chegar de Portugal e as pessoas da grande vaga de emigração nos anos 1960 e

70 estão a ficar mais velhas e algumas a morrer”, acrescentou.

Outro motivo poderá ser o desligamento de pessoas em gerações subsequentes. Segundo o American Community Survey relativo à população, estão contabilizados 1.358.190 luso-americanos, contra 1.426.121 em 2010. Os dados foram analisados numa sessão em que o PALCUS apresentou o seu mais recente Índice Nacional referente à comunidade luso-americana nos Estados Unidos da América, que abrangeu características demográficas, participação política, principais preocupações e outras questões comunitárias. ■■



CHAUFFAGE - CLIMATISATION - PLOMBERIE

# DONNONS VIE À VOS PROJETS!

14, rue Condorcet | 94430 Chennevières-sur-Marne



**CHAUFFAGE**



**ECO-ÉNERGIE**



**SANITAIRE**



**PLOMBERIE**



**CLIMATISATION**



**OUTILAGES**



# Conselheiros das Comunidades querem equiparação de residentes no estrangeiro nas eleições

Os conselheiros das Comunidades Portuguesas escreveram uma carta à Secretária de Estado das Comunidades e à Assembleia da República a propor a equiparação dos residentes no estrangeiro em todos os atos eleitorais, disse à Lusa fonte das comunidades.

fonte LUSA

**A** proposta, elaborada pelos sete conselheiros que integram a comissão para os Assuntos Consulares, Participação Cívica e Política do Conselho das Comunidades Portuguesas (CCP), enviada à secretária de Estado das Comunidades Portuguesas, Berta Nunes, e à Assembleia da República (AR), defende a revisão das leis eleitorais em Portugal, nomeadamente a implementação do voto eletrónico remoto que preconizam desde setembro de 2016.

Sublinhando que “a lei eleitoral não é igual para os eleitores que estão fora de Portugal”, o conselheiro por Joanesburgo, Vasco Pinto de Abreu, referiu à Lusa que “nas autárquicas e nas regionais, por exemplo, os residentes no estrangeiro são impedidos de votar apesar dos investimentos que são feitos nas regiões autónomas, e nas cidades, vilas e aldeias do continente onde os portugueses que residem fora de Portugal possuem propriedades e negócios mas que não podem votar nessas eleições.”

Na proposta enviada ao Governo e à AR na sequência das recentes eleições presidenciais, os conselheiros defendem a implementação do voto eletrónico, o melhoramento e modernização do voto postal, nomeadamente a descentralização do porte pago e a opção de envio eletrónico do boletim de voto, assim como um sistema “verdadeiramente misto”

para o voto presencial e postal.

Na carta, os conselheiros das Comunidades Portuguesas defendem ainda que os cidadãos portugueses, residentes e recenseados no estrangeiro, que se encontrem em Portugal aquando de um processo eleitoral, devem ter acesso ao voto em mobilidade.

O voto em mobilidade, referiu a mesma fonte,

deverá também permitir que o eleitor recenseado no estrangeiro vote, fora de Portugal, na mesa de voto mais apropriada à localização onde se encontre, de forma temporária, aquando do processo eleitoral.

“Nós queremos equiparar todos os atos eleitorais e podermos ter a oportunidade de votar ou por via postal, ou por via presencial ou até antecipadamente, porque se eu estiver na Cidade do Cabo, por exemplo, em trabalho ou por qualquer outro motivo, no dia das eleições, porque estou recenseado em Joanesburgo não posso votar na Cidade do Cabo, enquanto que em Portugal, isso pode ser feito até por antecipação”, explicou Vasco Pinto de Abreu.

Atualmente, a lei eleitoral apenas permite aos eleitores recenseados em território nacional deslocados no estrangeiro para votar antecipadamente nas embaixadas ou consulados. “O voto eletrónico é uma batalha que já se arrasta há vários anos e tem que ser testado nas próximas eleições para que se possa fazer o voto eletrónico em mobilidade, que é muito mais fácil porque as distâncias são enormes nos vários países”, salientou Vasco Pinto de Abreu.

“É impossível as pessoas deslocarem-se 1.500 quilómetros para irem votar, em países de grande dimensão como a África do Sul, a Austrália, os Estados Unidos ou o Brasil”, frisou o conselheiro português, salientando que “as mesas eleitorais são quatro para toda a África do Sul, um país enorme, com enormes distâncias”, que abrange “o Botsuana, Madagáscar e o Lesoto”, e onde “é complicado as pessoas deslocarem-se para ir votar”.

Na ótica do conselheiro português, “as desigualdades sentem-se mais fora da Europa, porque na Europa os países são mais pequenos, há mais consulados, há mais possibilidades de fazer o desdobramento de mesas”. “O problema é transversal a todo o lado, mas a cobertura dos consulados e das embaixadas na Europa é sem dúvida maior do que fora da Europa”, concluiu. 





# BATIPOSE

TAILLE - RETAILLE  
RESTAURATION - CREATION

[www.batipose.com](http://www.batipose.com)

*La pierre,  
un art,  
un métier...*



■ *Joaquim BARROS - Président D. G.*

■ *José BRANCO - Directeur Travaux* ■ *Victor de MELO - Directeur technique*

Agence commerciale : 36, rue Lamirault Bat gauche C4 - 77090 COLLÉGIEN

Tél. 01 40 43 43 40 - Fax 01 40 43 43 49 - [contact@batipose.com](mailto:contact@batipose.com)

Daniel Bastos



# Portuguese Times: 50 anos ao serviço da comunidade luso-americana

**A**o longo dos anos a comunidade lusa nos Estados Unidos da América (EUA), cujos dados dos últimos censos americanos apontam que é atualmente constituída por mais de um milhão de portugueses e luso-americanos, principalmente concentrados na Califórnia, Massachusetts, Rhode Island e Nova Jérсия, tem sido palco de uma notável multiplicidade de meios de comunicação social, em particular, ligados à imprensa escrita.

Como destaca o jornalista Vamberto Freitas em *Algumas considerações sobre a imprensa portuguesa nos EUA*, entre “quase todos aqueles que nestes últimos anos se têm interessado pelos centros lusos radicados nos Estados Unidos da América, uma das facetas da vida comunitária que geralmente mais os impressiona parece ser a existência, sempre precária mas persistente, da Imprensa falada e escrita em língua portuguesa”.

As raízes da imprensa de língua portuguesa no território norte-americano remontam mesmo à segunda metade do séc. XIX, isto é, ao período inicial da emigração lusa para os EUA, quando muitos portugueses participaram na corrida ao ouro e na fundação de colónias agrícolas na Califórnia, ou se começaram a ligar aos negócios ligados à pesca da baleia.

Este contexto socio-histórico singular mereceu, inclusivamente, em 29 de novembro de 2013 amplo destaque no jornal *The Herald News* (Fall River), através de uma reportagem assinada por Kevin Andrade sobre a imprensa luso-americana. Segundo o jornalista de investigação luso-americano, existiram cerca de mil jornais nos Estados Unidos publicados em língua portuguesa, que constituem indubitavelmente um enorme e importante manancial para o conhecimento e estudo da história da comunidade portuguesa na América.

No profícuo campo dos jornais luso-americanos, um dos órgãos de informação que mais se tem destacado pelo seu dinamismo e longevidade tem sido o *Portuguese Times*. Um semanário de língua portuguesa fundado em Newark, New Jersey, em 1971 por Augusto Saraiva, que veio a ser adquirido em 1973 por António Alberto Costa, e que no início de 1974 assentou praça em New Bedford.

Com circulação nacional e assinantes em quase todos os estados americanos, o *Portuguese Times*, que tem presentemente como administrador Eduardo Sousa Lima e diretor Francisco Resendes, assinalou no decurso do mês de fevereiro o seu cinquentenário de publicação ininterrupta.

Ao longo do último meio século, o semanário luso-americano tem-se assumido como um jornal de referência da comunidade portuguesa nos EUA, em particular na Nova Inglaterra, uma região no nordeste dos Estados Unidos que abrange os estados de Maine, Vermont, Nova Hampshire, Massachusetts, Connecticut e Rhode Island.

Capaz de ultrapassar os contratempores e as adversidades, e na maior



parte dos casos sobrevivendo graças ao espírito de caridade dos seus proprietários, diretores, colaboradores, leitores e empresários mecenas, com mais ou menos dificuldades expostas pelas crises económicas, o *Portuguese Times* ao longo dos últimos cinquenta anos tem conseguido resistir e renovar-se. Dando um exemplo genuíno de altruísmo e serviço em prol da comunidade portuguesa no território norte-americano, ajudando a promover a cidadania, a valorizar a cultura, as tradições e o dinâmico movimento associativo luso. Descendente de uma prosecta estirpe de jornais publicados em língua portuguesa no território norte-americano, o jornal *Portuguese Times*, orgulhoso do seu passado, projeta-se no presente e no futuro como um órgão de informação comunitário que constrói pontes entre Portugal e os Estados Unidos da América, dilui a saudade e a distância, fortalece a identidade cultural lusa e difunde Portugal na maior potência mundial. ■■



ALVEIRÃO é o nome da adeg  
biológica fundada pela família Faria  
Vieira, no seu local de origem, na  
última década do século passado.  
Na aldeia do Chícharo, onde o Tejo  
se despede das Beiras e transita para



a lezíria, são produzidos o Encostas  
do Vale Godinho e o Maximo'S.  
As encostas íngremes e calcárias das  
vinhas e a proximidade das Serras  
D'Aire e Candeeiros marcam os  
nossos vinhos e *terroir*.



[www.alveirao.com](http://www.alveirao.com)  
Tm. +351 912 016 319  
[alveiraobio@alveirao.com](mailto:alveiraobio@alveirao.com)

Rua da Olaia, n.º 14  
Chícharo  
2350-156 Olaia  
Portugal

# “A nossa boa e rica cozinha portuguesa”



Crónica de Victor Ferreira

**P**ara continuar a longa viagem ao reino das especiarias, condimentos, plantas aromáticas, agrumes e vegetais, hoje vou-vos falar da Batata.

A história da Batata começou há cerca de 8 000 anos na Cordilheira dos Andes onde crescia naturalmente na natureza.

Os Incas que lhes chamavam (papas) e cultivavam-na desde o Século XIII.

Originária do Chieí e do Peru, foi descoberta pelo explorador espanhol Pedro Cieza de Leon que a introduziu na Europa (Espanha) em 1538. A Batata foi considerada como uma curiosidade e durante muito tempo passou a ser cultivada como planta de ornamento até 1601 quando o botânico francês Charles de Lécuse a tornou popular na Alemanha onde vivia e ensinava.



## A introdução da Batata na alimentação Mundial

Os franceses, tiveram um papel preponderante na divulgação do tubérculo, Olivier de Serres um dos pais da agricultura francesa (1539-1619) na volta de uma viagem em Helvécia (Europa Central) trouxe consigo alguns rebentos de “cartoufle” nome como era conhecida a Batata na época.

Em 1740, o Barão Anne Turgot, ministro do Rei Louis XVI, tenta encorajar a sua cultura, mas sem grande sucesso, a qualidade de Batata produzida era amarga, acre e muito aquosa, ninguém a procurava para comer.

## A intervenção do célebre Parmentier conhecido em França como o pai da Batata



Em 1769, a fome assolava a França, nessa altura o agrónomo Antoine Parmentier tenta descobrir vegetais mais nutritivos para poder alimentar a população esfomeada, para o ajudar nessa missão o Rei oferece-lhe uma pequena parcela de terra para que ele possa

desenvolver as suas experiências, mas ninguém presta atenção aos resultados!

A 25 de Agosto de 1785, Parmentier oferece ao Rei Louis XVI, rebentos floridos duma solanaceia (batata) que vão revolucionar a alimentação mundial.

## Uma ideia luminosa próxima do cómico, para promover o Tubérculo pouco apreciado

Parmentier tinha consciência que era difícil introduzir a Batata nos hábitos alimentares derivado à sua má reputação então, para vencer a população a consumir a nova variedade de “legume” por ele cultivada era necessário encontrar a maneira de a promover, foi assim que nasceu a ideia de génio.

Fazer guardar a plantação pelos Soldados.

Nada melhor que o proibido para despertar a curiosidade e o interesse da população que durante a noite vinha roubar uma parte da colheita, apesar da presença das sentinelas que tinham recebido ordem de deixar fazer.

Foi graças a esta subtilidade um pouco cómica e aos trabalhos de selecção que a Batata se tornou célebre...

Parmentier ficou assim na história como o pai do legume-tubérculo-féculante, mais consumido pela humanidade.

## Benefícios ou malefícios da Batata?

A Batata é um legume (tubérculo) comestível da espécie *Solanum tuberosum* que pertence à família das solanáceas, existem entre 1.500 a 2.000 variedades que variam de cor, tamanho e de teor de nutrientes, o seu cultivo é anual sendo o legume mais consumido no Mundo.

Existem 160 países produtores, os mais importantes actualmente são: China, Rússia, Índia, Ucrânia, Estados Unidos, Alemanha, Polónia, Holanda e França.

# AGÊNCIA FUNERÁRIA FERNANDO ALVES



*Nós temos sido escolhidos por famílias que têm morado cá durante gerações, pessoas como você que têm vindo a conhecer e a confiar em nós ao longo dos últimos 40 anos.*

*As nossas raízes continuam aqui na comunidade e nós continuaremos a ser ...*

**« a nossa família a tomar conta da sua ».**

✦ **Especialistas em Transladações de defuntos para PORTUGAL e para todo o mundo.**

✦ Funerais em Paris, arredores e província .

✦ Tratamento da documentação.

✦ Atendimento 24h/24h

**Entreprise Funéraire Générale**  
**18, rue Belgrand – 75020 Paris**  
**Contacto: Elodie Andrade Alves**

**Tél: 01.46.36.39.31**  
**06.07.78.72.78**  
**06.81.07.95.52**  
**alves7@wanadoo.fr**  
**www.alvesefg.com**





A Batata é a raiz de um vegetal versátil, o benefício do seu consumo depende da forma e da quantidade como é consumida. Apesar das pessoas considerarem os vegetais saudáveis, a Batata consegue provocar a polémica, principalmente na versão frita, pois possui alto teor de amido.

#### Como plantar Batata no jardim

A melhor altura para a plantação é nos meses de Março a Maio com temperaturas que não excedam os 20 graus. Podem ser utilizadas as Batatas à venda no mercado, no entanto, a plantação por sementes permite obter uma qualidade mais saborosa.

Depois de escolher a variedade que melhor se adapta ao seu jardim, a terra deve ser adubada um mês antes de plantar, pode utilizar uma cobertura de raízes de plantas, estrume, palha ou todo o tipo de fertilizantes orgânicos, para a terra ter assim, todos os nutrientes necessários ao desenvolvimento da cultura.

As sementes devem ser colocadas na terra de forma separada a cerca de 30 centímetros de profundidade e estarem cobertas com terra, estrume, palha ou composto.

Depois da plantação é necessário regar regularmente para que a Batata possa desenvolver e os “brotos” comecem a sair directamente da terra.

Ao contrário da Cebola, as Batatas não devem ficar ao sol durante muito tempo para não prejudicar a sua produção, à medida que vão crescendo devem ser cobertas com terra e estrume para que os tubérculos não fiquem ao sol e fiquem verdes e tóxicos.

Elas demoram entre 14 a 16 semanas a amadurecer, quando começam a ganhar flor estão quase prontas a serem colhidas, mas a colheita deve ser realizada quando as plantas começam a ficar secas e amarelas, sinal que atingiram o seu desenvolvimento máximo.

# SPAP

DEPUIS 1954

Industriel au service des professionnels  
du bâtiment et travaux publics

Fabricant produits en béton

---

Blocs, Hourdis

---

Poutrelles, poutres, prédalles

---

Bureau d' Études Intégré



51 Route de l'île st-julien,  
94380 Bonneuil-sur-Marne, France

T: +33 1 43 77 06 06 | F: +33 1 43 77 89 51  
spapbet@gmail.com | plateformespap@gmail.com

# COPIADORA

**LOCATION - VENTE - MAINTENANCE**

**Copieurs - Imprimantes - Multifonctions - Scanners - Fax**  
**Intégrateur de solutions d'impression et de gestion documentaire**  
**Solutions d'Archivage - Consommables**



**Une équipe professionnelle à l'écoute de vos besoins et qui vous accompagne  
dans la nouvelle ère «zéro papier»**

**Copiadora, l'expert bureautique à votre image**





Este mês a receita que criei para os leitores da Lusopress Magazine, tem um significado particular, é uma pequena homenagem ao meu Irmão António que faleceu no dia 8 de Fevereiro com 77 anos de idade.

Receita do mês

## Filetes de Linguado à António Cabral

Para 4 pessoas.

600 gr. de filetes de Linguado  
20 mexilhões de tamanho médio  
20 rodelas de Batata  
100 gr. de Manteiga  
25 cl de natas (creme líquido)  
Uma colher de sopa de Vinho Branco.  
1 colher de café de Açafraão (moído)  
Sal

### Preparação:

Fazer rolos com os filetes e prendê-los com um palito (3 por pessoa)  
Colocar uma caçarola com água, sal e uma pitada da Açafraão ao lume até ferver.  
Ponha os rolos e as batatas, deixe cozer 15 minutos em lume moderado, junte os mexilhões e apague o lume e deixe tudo até os mexilhões abrirem e preparar o molho.

### Preparação do molho:

Numa pequena caçarola derreta a Manteiga em lume brando, junte o Vinho e o resto do Açafraão, mexa bem e ponha as natas aumente o lume mexa e deixe ferver até obter um molho cremoso.

### Apresentação: (ver foto)

Retire o palito, corte os rolos em dois e ponha-os no centro do prato, faça uma coroa com as rodelas de Batata e com os mexilhões abertos e com uma colher cubra os rolos e o interior dos mexilhões com o molho.  
Decore com um raminho de Salsa e pétalas de flor.

### Sugestão:

Vinhos:

Branco "CHICHARO"

Tinto "Encostas Val do Godinho" ligeiramente fresco que pode encontrar no Saveurs du Portugal (Achères)  
Não se esqueça, mesmo os vinhos do Alveirão devem ser bebidos com moderação.

Bom apetite e até à próxima  
Cuidem de vós ...

Victor Ferreira

# **BLUETOOTH**

**Importers - Exporters of Mobile Phones,  
accessories and open market distributors  
Europe**

**Smart Phones, Tablets, Game consoles,  
Audio accessories from all relevant manufacturers**

**Best pricing and availability**

**Perfect logistics performance**

**Cordiality, reliability and professionalism**

**More than 20 years of EMEA market expertise**

---

## **FRANCE**

Bluetooth EURL: N° 6, avenue de la Resistance, 94430 - Chennevieres-sur-Marne - France  
Tel: +33 145 93 44 43 Fax: +33 145 93 45 09 Email: [contact@bluetoothlda.com](mailto:contact@bluetoothlda.com)

## **PORTUGAL**

Bluetooth Lda: Rua Ville de Langon, n° 60, 1º. Dt. Frt. 4410-234 Canelas · Portugal  
Email : [info@bluetoothlda.com](mailto:info@bluetoothlda.com)

REG OFFICE: Rua dos Penedos - Varzea, 4540-730 Arouca · Portugal  
Tel : +351 227 126 331 Fax : +351 227 141 145



Sofia Garriapa  
Advogada-estagiária



Vitor Furtado Sousa  
Advogado

## O Regresso às Origens II

Em Outubro de 2019 demos nota da adopção pelo Governo português de um conjunto de medidas que estabeleceram o “Programa Regressar” destinado a apoiar o regresso a Portugal de emigrantes ou luso-descendentes.

Considerando a necessidade de serem desenvolvidas as medidas anteriormente adoptadas, foi aprovado pela Resolução do Conselho de Ministros n.º 124/2020, de 31 de Dezembro, o reforço dos instrumentos de política pública integrados no Programa Regressar, tendo, em consequência, sido emanada a Portaria n.º 23/2021 de 28 de Janeiro.

Assim, importa salientar as três principais alterações levadas a cabo relativamente a esta medida de apoio ao regresso dos emigrantes a Portugal, com o objectivo de promover o seu alargamento, quer quanto aos destinatários, quer quanto ao período temporal e apoio concedido.

No que concerne aos emigrantes elegíveis para beneficiarem desta medida, alargou-se o leque de destinatários sendo que para além dos que celebram contratos de trabalho por tempo indeterminado, podem agora beneficiar também deste regime aqueles que tenham celebrado contratos de trabalho a termo, desde que os mesmos tenham uma duração inicial igual ou superior a seis meses. Paralelamente, são também elegíveis as situações em que os emigrantes regressem e iniciem uma actividade como trabalhadores independentes, com rendimentos profissionais ou comerciais, e/ou constituam entidades privadas sem fins lucrativos, cooperativas, ou ainda adquiram capital social numa empresa preexistente que decorra de aumento do capital social.

Salienta-se, no entanto, que quanto aos requisitos necessários para a elegibilidade dos destinatários se continua a exigir que sejam emigrantes que tenham saído de Portugal até 31 de

Dezembro de 2015, que tenham a sua situação contributiva e tributária regularizada e que não se encontrem em situação de incumprimento no que respeita a apoios financeiros concedidos pelo I.E.F.P., I.P.

Por outro lado, no que diz respeito ao período temporal abrangido pela medida, e que inicialmente se estabeleceu ser desde 1 de Janeiro de 2019 a 31 de Dezembro de 2020, houve lugar a uma prorrogação da mesma, sendo que as situações acima descritas poderão ocorrer até 31 de Dezembro de 2023.

Por último e no que diz respeito aos apoios financeiros concedidos, estabelece-se que:

- (i) Quando se trate de contratos de trabalho por tempo indeterminado, de contrato de trabalho a termo resolutivo certo com duração inicial igual ou superior a 12 meses, ou quando se trate de criação de empresas ou do próprio emprego, o apoio concedido corresponderá a seis vezes o valor do Indexante de Apoios Sociais (IAS) no montante actual de 2.632,86€
- (ii) Quando se trate de contrato de trabalho a termo certo resolutivo com duração inicial inferior a 12 meses, o apoio corresponderá a cinco vezes o montante do IAS, na quantia de 2.194,05€.
- (iii) Acresce que estes montantes serão majorados em 25% sempre que o local de trabalho contratualmente definido ou a actividade profissional desenvolvida por conta própria se situe em território do Interior (de acordo com a delimitação prevista na Portaria n.º 208/2017, de 13 de Julho).

O reforço destas medidas destina-se a tornar mais atractivo o regresso dos emigrantes ao território nacional, e apesar de os procedimentos de candidatura parecerem relativamente simples, aconselha-se o acompanhamento jurídico em ordem à sua elaboração de modo a que sejam cumpridos todos os requisitos legais, evitando problemas futuros.

Anastácios  
queijaria tradicional  
Tradição familiar desde 1948

Queijaria Anastácios - Seia - Portugal  
Quinta do Seixal - Catraia da Assamaça  
Telefone: +351 238 390 335 - Email: geral@anastacios.pt

# O melhor queijo de Portugal

Temos mesmo o melhor queijo de Portugal. E não somos nós que o dizemos, é a ANIL (Associação Nacional dos Industriais de Lacticínios), que nos elegeu o melhor queijo curado de ovelha em todo o país. Para nós, este é o reconhecimento pelo saber e sabor preservados por gerações na nossa família.

*Os segredos do nosso queijo*



## O processo artesanal para fazer o nosso queijo



## Resultado final



QUEIJO "ANASTÁCIOS"

**Somos representantes da marca em França**

Queijaria  
**Anastácios**  
Seia - Serra da Estrela

**LUSOCAMPOS**  
Wines & Spirits

Vendemos - Restaurantes, Empresas, Particulares  
0678849951 | 0160554743  
info@lusocampos.com - www.lusocampos.com



Sofia Garriapa  
Advogada-estagiária



Vítor Furtado Sousa  
Advogado

# Lay Off simplificado e apoio à retoma progressiva

- Alterações Regime de Lay off Simplificado
- Regime de Apoio à Retoma Progressiva
- Comparação de regimes
- Exemplos
- Conclusão

Fruto da renovação do estado de emergência a 13 de janeiro de 2021 pelo Decreto do Presidente da República n.º 6-B/2021, e da respectiva regulamentação efectuada pelo Governo pelo Decreto n.º 3-A/2021, de 14 de janeiro (alterado pelos Decretos n.º 3-B/2021, de 19 de Janeiro, e 3-C/2021, de 22 de Janeiro), foram alteradas as medidas de apoio ao emprego nomeadamente o Regime de Lay off Simplificado e o Regime de Apoio à Retoma Progressiva.

## Alterações Regime de Lay off Simplificado

No que diz respeito ao Lay off Simplificado, o Decreto-Lei n.º 6-E/2021 de 15 de Janeiro procedeu à alteração do Decreto-Lei n.º 10-G/2020 de 26 de Março, determinando que “A suspensão de atividades e o encerramento de instalações e estabelecimentos por determinação legislativa ou administrativa de fonte governamental, no âmbito do estado de emergência, confere ao empregador o direito a requerer, pelo número de dias de suspensão ou de encerramento, o apoio extraordinário à manutenção de contrato de trabalho em situação de crise empresarial, ao abrigo da alínea a) do n.º 1 do artigo 3.º e do n.º 4 do artigo 20.º do Decreto-Lei n.º 10-G/2020, de 26 de março, na sua redacção atual”.

Assim, as empresas e/ou estabelecimentos que se encontrem sujeitos ao dever de encerramento por determinação legislativa ou administrativa de fonte governamental poderão aceder ao regime de lay off simplificado, recebendo um apoio destinado ao pagamento das remunerações dos trabalhadores em períodos de redução do período normal de trabalho e/ou suspensão dos contratos de trabalho, enquanto o dever de encerramento se mantiver.

## Regime de Apoio à Retoma Progressiva

Por outro lado, a Medida de Apoio Progressivo à Retoma da Actividade, prevista no Decreto-Lei n.º 46-A/2020 de 30 de julho, foi alterada pelo Decreto-Lei n.º 6-C/2021, de 15 de janeiro, em ordem a abranger um maior número de empresas, a permitir um aumento da redução do período normal de trabalho e a prorrogar a duração deste apoio até ao final do primeiro semestre de 2021.

A situação de crise empresarial passou a ser considerada quando se esteja em face de uma quebra na facturação igual ou superior a 25%.

A quebra de facturação deve ser verificada:

- No mês civil completo imediatamente anterior ao mês civil a que se refere o pedido inicial de apoio ou de prorrogação;
- Ou face ao mês homólogo do ano anterior ou do ano de 2019;
- Ou face à média mensal dos seis meses anteriores a esse período;
- Ou, ainda, para quem tenha iniciado a actividade há menos de 12 meses, face à média da facturação mensal entre o início da actividade e o penúltimo mês completo anterior ao mês civil a que se refere o pedido inicial de apoio ou de prorrogação.

Paralelamente, a redução do período normal de trabalho dos trabalhadores poderá atingir os 100% nos meses de janeiro a abril de 2021 caso a quebra de facturação do empregador seja igual ou superior a 75%.

Acresce ainda que as empresas que estivessem a beneficiar do apoio à retoma progressiva e se encontrem sujeitas ao dever de encerramento, poderão “... desistir do período remanescente do apoio extraordinário à retoma progressiva, quando do mesmo se encontre a beneficiar, e a requerer subsequentemente

o apoio extraordinário à manutenção de contrato de trabalho pelo número de dias de suspensão ou de encerramento, nos termos previstos no Decreto-Lei n.º 10-G/2020, de 26 de março, na sua redação atual.” (lay off simplificado).

#### Comparação de regimes

Assim, urge elaborar uma análise comparatística entre estas duas medidas (o lay off simplificado e o apoio à retoma progressiva) em ordem ao esclarecimento sobre os custos que em cada situação o empregador terá que suportar, uma vez que o trabalhador terá direito a receber a totalidade da sua remuneração até ao limite máximo de 1.995,00€ (3xRMMG).

Em termos de flexibilidade de gestão importará notar que:

- No regime do lay off simplificado os empregadores poderão determinar a medida de redução dos horários ou mesmo a suspensão dos contratos de trabalho;
- No regime do apoio à retoma progressiva, os períodos de redução dos horários de trabalho encontram-se condicionados à respectiva quebra de facturação, nos seguintes termos:
  - a) quebra de facturação igual ou superior a 25 %, a redução do PNT, por trabalhador, pode ser no máximo de 33 %;
  - b) quebra de facturação igual ou superior a 40 %, a redução do PNT, por trabalhador, pode ser no máximo de 40 %;
  - c) quebra de facturação igual ou superior a 60 %, a redução do PNT, por trabalhador, pode ser no máximo de 60 %;
  - d) quebra de facturação igual ou superior a 75 %, a redução do PNT, por trabalhador, pode ser no máximo:
    - i) Até 100 % nos meses de janeiro, fevereiro, março e abril de 2021; e
    - ii) De 75 % nos meses de maio e junho de 2021;

No que diz respeito ao pagamento das horas trabalhadas:

- no regime do lay off simplificado, o empregador terá de efectuar o pagamento das horas trabalhadas;
- no regime do apoio à retoma progressiva, o empregador terá de efectuar o pagamento das horas trabalhadas, ex-

# Connosco, tem mais tempo para si.



## O que fazemos

Os nossos escritórios encontram-se em França (Paris) e também em Portugal. Somos profissionais juristas há mais de 25 anos com competências notariais em várias áreas de importância relevante para os cidadãos portugueses na Diáspora, garantindo múltiplos serviços, administrativos e jurídicos, entre os quais:

- Heranças e Partilhas em Portugal, realizando todas as diligências e obrigações, incluso a realização de escrituras e/ou inventários judiciais, mantendo contacto permanente com os nossos parceiros notários franceses;
- Constituição de Empresas, promoção da sua instalação, acompanhando os seus projetos em Portugal;
- Gestão de Patrimónios Imobiliários e Investimentos em Portugal;
- Elaboração de Procurações e Traduções;
- Cuidamos das suas preocupações no âmbito da Fiscalidade;
- Agora, renovar o seu cartão de cidadão, a sua carta de condução e tratar de outros assuntos pessoais, também já é possível no nosso escritório em Champigny.

Para tal contacte-nos, e a nossa colaboradora Rita Monteiro tratará do agendamento de uma reunião.

**Confie-nos os seus assuntos e ganhe mais tempo para si!**



**SOLICITORS**  
INTERNATIONAL  
OFFICE

#### Contactos:

81, Avenue de la République, 94500 Champigny-sur-Marne  
Telef. +33 608 777 022 | +33 626 063 809 | +351 968 427 675  
rita.monteiro@solicitorspl.com geral.pl@solicitorspl.com

[www.solicitorspl.com](http://www.solicitorspl.com)





cepto nos casos em que se verifique uma quebra de facturação igual ou superior a 75%, prevendo-se nestas hipóteses o direito a um apoio adicional

correspondente a 35% da retribuição normal íliquida pelas horas trabalhadas devidas a cada trabalhador com redução do PNT.

No que diz respeito ao pagamento das horas não trabalhadas:

- no regime do lay off simplificado, o empregador suportará um custo correspondente a 30% do valor necessário para que em conjunto com o pagamento das horas trabalhadas seja atingido o montante de  $\frac{2}{3}$  da retribuição do trabalhador;
- no regime do apoio à retoma progressiva, o empregador deverá suportar o custo resultante de 30% de 80% da compensação pelas horas não trabalhadas. No entanto, na situação de existir uma redução em mais de 60% do período normal de trabalho a empresa receberá da segurança social um apoio correspondente à totalidade da retribuição do trabalhador.

Já no que concerne às contribuições para a segurança social:

- no regime de lay off simplificado está prevista a sua isenção total;
- no regime de apoio à retoma progressiva existe apenas uma isenção de 50% do pagamento das contribuições relativas aos trabalhadores abrangidos e calculadas sobre o valor da compensação retributiva, no caso das micro, pequenas e médias empresas. Daí que, as grandes empresas terão de suportar o pagamento da totalidade das contribuições para a segurança social.

#### Exemplos a considerar:

1) Considerando um trabalhador que auferia uma retribuição de 1.000,00€ que tenha o seu contrato suspenso ao abrigo do regime de lay off simplificado ou cuja redução do período normal de trabalho seja de 100% ao abrigo do regime de apoio à retoma progressiva, teremos que:

- a) No regime de lay off simplificado o empregador terá que pagar 30% dos  $\frac{2}{3}$  de 1.000,00€, num montante de 200,00€ não tendo que pagar contribuições sociais;

b) No regime de apoio à retoma progressiva como a redução do período de trabalho é de 100%, a remuneração do trabalhador é assegurada na totalidade pela segurança social.

No entanto a empresa deverá pagar as contribuições para a segurança social no montante de 237,50€ (23,75% de 1000€) se se tratar de uma grande empresa, e no montante de 118,75€ se se tratar de uma micro, pequena ou média empresa (dada a isenção de 50% acima referida).

2) Caso estejamos perante um trabalhador cuja retribuição mensal é de 1.000,00€, mas em que apenas haja lugar à redução do período normal de trabalho em 50%, teremos que:

a) O empregador em qualquer dos regimes terá que pagar as horas trabalhadas no montante de 500€;

b) Quanto às horas não trabalhadas no regime de lay off simplificado o empregador terá que suportar 30% do valor necessário para que em conjunto com o pagamento das horas trabalhadas sejam atingidos os  $\frac{2}{3}$  da compensação retributiva. Ou seja:  $\frac{2}{3} \times 1000 = 666,67€$ ; como se retiram os 500€ pagos pelas horas trabalhadas faltará o valor de 166,67€, sendo que 30% deste valor corresponde a um custo de 50€ para o empregador;

c) No apoio à retoma progressiva o empregador terá que pagar 30% dos 80% da compensação retributiva. Assim, teremos que o empregador terá um custo de 120,00€ ( $30\% \times 80\% \times 500€$ ). Acrescerá a este custo o montante das contribuições para a segurança social que no caso de uma grande empresa é de 237,50€.

#### Em conclusão:

- O regime de lay off simplificado denota ser mais vantajoso o que o regime do apoio à retoma progressiva da actividade desde que os empregadores/ empresas sejam elegíveis para aquele);
- Os empregadores que se encontrem a beneficiar do regime do apoio à retoma progressiva da actividade e que tenham passado a estar sujeitos a um dever de encerramento, poderão desistir do período remanescente da medida de apoio à retoma da actividade económica e apresentarem uma candidatura ao (novo) regime de layoff simplificado, por tal se lhes poder afigurar como mais vantajoso.

# SŌ VILLAS

Agence 91 : 89, route de Corbeil, 91390 MORSANG-sur-ORGE



CONCEPTION ET RÉALISATION

Tél.: 01 69 51 17 21  
Fax: 01 69 51 17 54

**CARNEIRO ( 21/3 a 20/4 )**

O momento é de muita atenção em tudo, são vários os acontecimentos e estes se interrelacionam e influenciam uns aos outros. Procure estar sempre presente. Os números são 26 e 61. AMOR - Aquelas discussões do passado devem acabar e ser esclarecidas de uma vez por todas. Uma nova e melhor fase deve começar agora.

**TOURO ( 21/4 a 20/5 )**

Procure ser amável com as pessoas com quem convive. O poder da atenção, do carinho e do amor consigne exorcizar o mal-estar e eliminar os fluídos negativos. AMOR - Você já sabe que seu estilo extremamente espontâneo deixa a pessoa amada um pouco assustada às vezes.

**GÊMEOS (21/5 a 20/6)**

Procure alterar sua rotina, dê mais atenção à sua intuição que às regras do dia a dia. Saia do casulo dos horários rígidos, e atividades que tenham data e hora para serem executadas. Siga a rota mais tranquila e agradável. AMOR - Você conquistará atenção da pessoa amada, no entanto será necessário certo empenho e criatividade.

**CARANGUEJO ( 21/6 a 20/7 )**

Evite ações precipitadas e procure não decidir nada enquanto estiver nervosa (o) ou muito agitada (o). É momento de encontrar espaço para reflexão e planejamento. Aja e decida com moderação e conservadorismo. As cores são o amarelo aurora e branco lua. Os números de sorte 20 e 49. AMOR - Procure não fantasiar ou extrapolar os sentimentos. As coisas deverão acontecer do jeito que você deseja, de forma gradual e deliciosa.

**LEÃO ( 21/7 a 22/8 )**

Período excelente para resolver pendências e esclarecer assuntos que estavam inacabados ou distorcidos. A Lua nova transmite alegria nesta noite. AMOR - Momento de possível carência por parte da pessoa amada. Dê o seu melhor em termos de carinho e afeição, vai ser importante.

**VIRGEM (23/8 a 22/9)**

Segure um pouco este ímpeto e tenha cuidado em não magoar as pessoas com este seu jeito firme e espontâneo. Perceba que as pessoas reagem às mesmas coisas de forma muito diferente e, muitas vezes, podem se machucar com sua forma de ser.

AMOR - Faça tudo o que tem direito e vontade. Junto à pessoa amada seja meiga (o) e sensual.

**BALANÇA (23/9 a 22/10)**

Período de grandes realizações, mas também de grandes desafios. Será necessário muito empenho para que tudo dê certo, mas o resultado deverá chegar e será muito comemorado. AMOR - Momento de reflexão sobre a relação a dois. Tome a decisão que mais lhe trará felicidade.

**ESCORPIÃO ( 23/10 a 21/11 )**

Os sentimentos necessitam de amadurecimento antes de serem colocados à prova, não acelere os acontecimentos nem se abra totalmente antes de vivenciar um pouco mais as situações deste período. AMOR - Procure encontrar tempo para estar, sair, se divertir e relaxar junto à pessoa amada. Você necessita deste tempo, é a sua melhor terapia.

**SAGITÁRIO (22/11 a 21/12)**

Procure ter especial cuidado e carinho ao lidar com as pessoas que realmente preza. Os relacionamentos que temos e a forma com os conduzimos e cultivamos reflete o nosso próprio caráter e personalidade. AMOR: Sua presença ativa e comunicativa será importante para manter a pessoa amada segura e confortável com a situação do casal.

**CAPRICÓRNIO ( 22/12 a 20/1 )**

A sua mente deverá apresentar-se leve e em harmonia com seus sentimentos. Aquilo que racionalmente se entende como o melhor caminho será também o que mais lhe dá prazer e satisfação. AMOR Se a pessoa amada aparecer de "cara fechada" querendo iniciar uma discussão cubra-a de beijos e carinhos e amoleça seu coração. Afaste os momentos ruins.

**AQUÁRIO (21/1 a 19/2)**

É muito importante que exista um aprendizado sobre você mesma (o). Entender aquilo que realmente lhe é importante, saber como você normalmente reage às situações, quais os lugares que lhe trazem paz e alegria é fundamental para uma trajetória de vida feliz e realizadora. AMOR - Faça loucuras e surpresas para a pessoa, não se prenda demais a padrões de comportamento.

**PEIXES (20/2 a 20/3)**

Não deverá ser um mês muito simples, algumas demandas de última hora poderão aparecer e atrapalhar todo o seu planejamento. Administre bem seu tempo. AMOR: Relaxe vá com calma, busque e faça carinhos, não deixe a atribuição dos dias contaminar os momentos de lazer e cumplicidade ao lado de seu amor.



**FRANCE <-> PORTUGAL**

*La solution pour vos transports...*

*A solução para os seus transportes...*

Transports journaliers, France / Portugal  
Deux sites (au Nord et au Sud de Paris),  
espaces de stockage sécurisés  
Des solutions logistiques pour vos  
transports.



**SERVIÇO ESPECIAL EMIGRANTES**

**A PARTIR DE 10€**

**Carros • Malas • Cartões • Garrações ....**



Transportes diários entre França e  
Portugal

Oferecemos aos nossos Clientes  
soluções logísticas à medida das suas  
necessidades, no transporte de carga,  
armazenagem e distribuição.  
Projetamos e implementamos soluções

**FRANCE**

65 Avenue de Valenton  
94 450 Limeil Brévannes  
Téléphone : 01.45.98.91.68  
Fax: 01.45.98.21.25  
E-mail: exploit@europe-express.fr



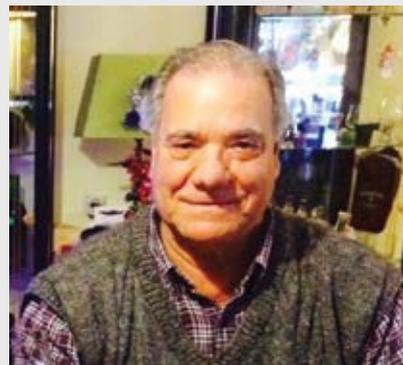
**PORTUGAL**

Rua Cabo das Casas  
2150-028 Azinhaga - Golegã  
Tel. 249 957 085  
Fax 249 957 062  
E-mail: geral@europe-express.pt

**Disponibile 24h/24h et 7j/7j ■ 24 horas por dia, 365 dias por ano.**

# Um homem de valor

## António Cabral Ferreira



No dia 8 de Fevereiro às 22h30, o coração do “Cabral” (como era conhecido em toda a região saloia), deixou de bater cansado de lutar durante 39 dias contra o maldito COVID-19.

Com 77 anos de idade e uma vida cheia de paixões, apesar de já estar aposentado, mantinha-se muito activo apoiando o filho na empresa familiar.

Paralelamente à longa carreira como empresário no ramo da construção civil, era muito conhecido e admirado em toda a região saloia, por ser um grande defensor e benévolo dos seus valores culturais etnográficos.

As suas pesquisas sobre a “Alma” do povo saloio no que respeita à autenticidade dos hábitos e tradições, das suas músicas e cantares populares levou-o a fazer parte desde muito jovem de vários Ranchos Folclóricos, nos primeiros tempos como dançarino e mais tarde como ensaiador / coreógrafo.

Foi também um dos fundadores e ensaiador de três Ranchos Folclóricos: Os Ceifeiros da Bemposta-Bucelas, os Hortelões da Ervideira-Mafra e o Do Livramento-Mafra no qual teria dançado ainda jovem a conhecida animadora de televisão Cristina Ferreira.

António Cabral Ferreira era natural da aldeia de Lumiares no Distrito de Viseu, terra natal do pai e residia há muitos anos na Bemposta - Bucelas, região saloia. Sentia orgulho em dar a conhecer aos portugueses a “Voz do Povo Saloio” através dos seus cantares, músicas e trajos regionais, mas não só, viajou até à França onde actuou na região de Paris, participou ao primeiro festival de folclore na Alemanha e fez várias exposições em Espanha.

Com os diferentes Ranchos, participou em vários programas televisivos, festivais de folclore, nas romarias e festas das aldeias em todos os cantos de Portugal.

Durante alguns anos foi Director Artístico da Antiga Feira Popular de Lisboa, onde organizava espectáculos para promover as danças e cantares regionais com Ranchos Folclóricos vindos de todo o país, uma forma de fazer descobrir aos lisboetas e turistas estrangeiros as raízes folclóricas de Portugal.

O seu trabalho em prol da divulgação dos valores da cul-

tura popular da região saloia, viria a ser reconhecido e recompensado com a atribuição da medalha da cidade de Loures e a edição de um livro dos Ceifeiros da Bemposta que retrata a sua história.

A juventude “Salóia” ficará eternamente agradecida ao “Cabral” por lhes ter ensinado a dançar e a amar o folclore da região, muitos deles, hoje sentem-se órfãos e choraram a sua morte.

Um Homem com um carácter festivo e dum saber viver fora do comum, o “Cabral” tinha uma alegria exuberante e contagiosa, ninguém ficava indiferente à sua forma peculiar de contar histórias e anedotas, sempre disponível e o convidado ideal para os momentos de convívio entre amigos, o seu gosto pela dança tornou-o no “par” desejado nas salas de baile de toda a região de Lisboa que frequentava assiduamente...

A morte inesperada de António Cabral Ferreira, provocou uma onda de choque e uma profunda dor nos filhos Joaquim e Bruno Ferreira, que consideram uma grande injustiça o pai morrer no hospital nesta horrível circunstância. É uma enorme tristeza a sua partida para toda a família e amigos que não esperavam um desfecho trágico em tão pouco tempo.

Apesar das restrições sanitárias, muitos amigos com uma grande representação do Motoclube do Oriente e alguns familiares quiseram estar presentes para o último adeus. As suas cinzas encontram-se no gavetão familiar no cemitério de Bucelas - Loures.

Irmão do colaborador da nossa Revista Victor Ferreira, a Lusopress quis-lhe prestar esta pequena homenagem e apresenta as suas sinceras condolências aos filhos e a toda a família enlutada.

Paz à sua Alma no repouso eterno.



**PRIM LAND**  
Depuis 1988

**Primeur, Traiteur, Boucherie, Epicerie, charcuterie et Cremerie**



**Prim'Land, empresa de renome desde 1988 continua a evolir, venha descobrir as nossas novas instalações. Brevemente...**



  @PrimlandRomainville  
 Contact@PrimlandRomainville.fr  
 +33 (0) 1 49 88 06 85



**88 Boulevard Edouard Branly, 93230 Romainville**



# ALFYMA

À VOTRE SERVICE DEPUIS 1974

**Sede social**

ZAC du Prieuré

17 avenue Christian Doppler | 77700 Bailly-Romainvilliers - France

Tél. : 01 60 04 21 28 · Fax : 01 60 04 14 25 · E-mail : contact.bailly@alfy.ma.fr

**Agence Amiens-Croixrault**  
Somme - tél. +33 (0) 3 2 89 19 01

**Agence Alençon - Argentan**  
Orne - tél. +33 (0) 2 33 67 80 60

**Agence Bordeaux - Coutras**  
Gironde - tél. +33 (0) 1 30 54 23 61

**Agence Chartres - Le Coudray**  
Eure-et-Loire - tél. +33 (0) 2 37 26 50 13

**Agence Cholet - La Tassoualle**  
Maine-et-Loire - tél. +33 (0) 2 41 56 45 47

**Agence Compiègne - Verberie**  
Oise - tél. +33 (0) 3 44 40 99 56

**Agence Concarneau - Rédééné**  
Finistère - tél. +33 (0) 2 98 96 39 39

**Agence Dijon - Orville**  
Côte d'or - tél. +33 (0) 1 30 54 23 61

**Agence Epinal - Chavelot**  
Vosges - tél. +33 (0) 1 30 54 23 61

**Agence Lyon**  
Rhône - tél. +33 (0) 1 30 54 23 61

**Agence Mantes-la-Jolie**  
Yvelines - tél. +33 (0) 1 30 94 35 62

**Agence Marne-la-Vallée - Val d'Europe**  
Seine-et-Marne - tél. +33 (0) 1 60 04 21 28

**Agence Nantes - Vigneux de Bretagne**  
Loire-Atlantique - tél. +33 (0) 2 40 92 16 00

**Agence Nice**  
Alpes-Maritimes - tél. +33 (0) 1 30 54 23 61

**Agence Nîmes - Saint-Ambroix**  
Gard - tél. +33 (0) 1 30 54 23 61

**Agence Orléans - Marcilly-en-Villette**  
Loiret - tél. +33 (0) 2 38 56 02 46

**Agence Rennes - Doumloup**  
Ille-et-Vilaine - tél. +33 (0) 2 99 37 58 50

**Agence Sens - Saint-Clément**  
Yonne - tél. +33 (0) 3 86 83 33 09

**Agence Toulouse - Saint-Gaudens**  
Haute-Garonne - tél. +33 (0) 1 30 54 23 61

**Agence Versailles - Plaisir**  
Yvelines - tél. +33 (0) 1 30 54 23 61

**Agence Lisbonne**  
Portugal - tél. +33 (0) 1 60 04 21 28

**Agence Tunis**  
Tunisie - tél. +33 (0) 1 60 04 21 28

→ [www.alfy.ma.fr](http://www.alfy.ma.fr)



**INSTALLATION ET REMPLACEMENT  
DE BANDES TRANSPORTEUSES  
SPÉCIALISTE DES SYSTÈMES  
DE CONVOYAGE  
SERVICE 24h/24**

**La garantie  
de votre productivité**