



Corporate

magazine

MULHERES INSPIRADORAS:
Carisma e iniciativa

ESTRADA NACIONAL 103:
A Estrada que liga o Norte

**Caminhos de São Bento
da Porta Aberta**
Fé, História, Património e Natureza

vale do
cávado
comunidade intermunicipal
do cavado



HELOISA CRUZ
IMOBILIÁRIA



*Vender
com Alma*

WWW.HELOISACRUZ.PT

WWW.FACEBOOK.COM/HELOISACRUZIMOBILIARIA

slide & splash®

PARQUE AQUÁTICO • WATER SLIDE PARK



BARCELOS

no Caminho
DE SÃO BENTO



EDITORIAL

O que é uma estrada? Rota, caminho, pretexto ou o próprio destino? Tudo isso e o que mais couber na mala. Impossível é não a fazer, os nossos olhos precisam de horizonte, de descobrir o que está para lá de cada curva, de cada colina. Em pleno pico do verão fomos até à zona mais verde de Portugal continental, respirar, contemplar, retemperar forças. Como já terão percebido temos uma edição muito minhoto, colorida, montanhosa, carregada de afeto, água fresca e vontade.

É com os Caminhos de São Bento da Porta Aberta que o convidamos a abrir também as nossas páginas. Estamos no distrito de Braga afinal, terra das portas abertas, as de São Bento e as da própria cidade. O segundo maior Santuário português, em plena Serra do Gerês, merece bem a devoção que lhe é dedicada, com o seu espírito eternamente hospitaleiro. Seja pela fé ou pelo amor àquela terra, àqueles encostas verdejantes, àqueles rios, caminhos e memórias. Como devido é também o respeito aos peregrinos que fazem estes caminhos de uma assentada, madrugada fora, vindos do baixo Minho e dos concelhos vizinhos de Trás-os-Montes, para ali chegarem à luz reveladora do amanhecer.

É também do Minho (Viana do Castelo) que parte a Estrada Nacional 103, cruzando-o latitudinalmente até entrar em Trás-os-Montes, por Montalegre, e só terminar no nordeste extremo, em Bragança. É uma estrada cujo traçado é mais antigo que o próprio país, e que não podemos deixar de sugerir que a faça. Desde logo para se aproximar do Gerês, a partir de Braga, por Vieira do Minho, e daí um pulinho de carro até Rio Caldo, onde se encontra o Santuário de São Bento. Mas também para conhecer a fundo o vasto concelho de Barcelos, para se embrenhar nas Terras do Barroso (Montalegre e Boticas) e seguir por Chaves até ao Parque Natural de Montesinho.

Este mês temos também, claro, o carisma e a iniciativa de mais Mulheres Inspiradoras que partilham connosco a sua visão do mundo empresarial e associativo.

E há um outro tema a merecer a nossa atenção, e que tudo leva a crer que crescerá nos próximos tempos no nosso país – o Turismo Industrial. Este baseia-se na evolução da paisagem industrial e na forma como podemos conhecer tão melhor uma cidade, uma região e um país através destes “monumentos” que nos remetem para a capacidade produtiva e trabalhadora de um povo. Para vidas de trabalho e sacrifícios geradores do progresso que vivemos hoje. Nesta edição destacamos esse lado menos conhecido de Almada. E deixamos ainda uma sugestão em registo de homenagem à resiliência da população de Vieira do Minho e Terras de Bouro (novamente o Gerês), com a impressionante obra de Vhils na barragem da Caniçada.

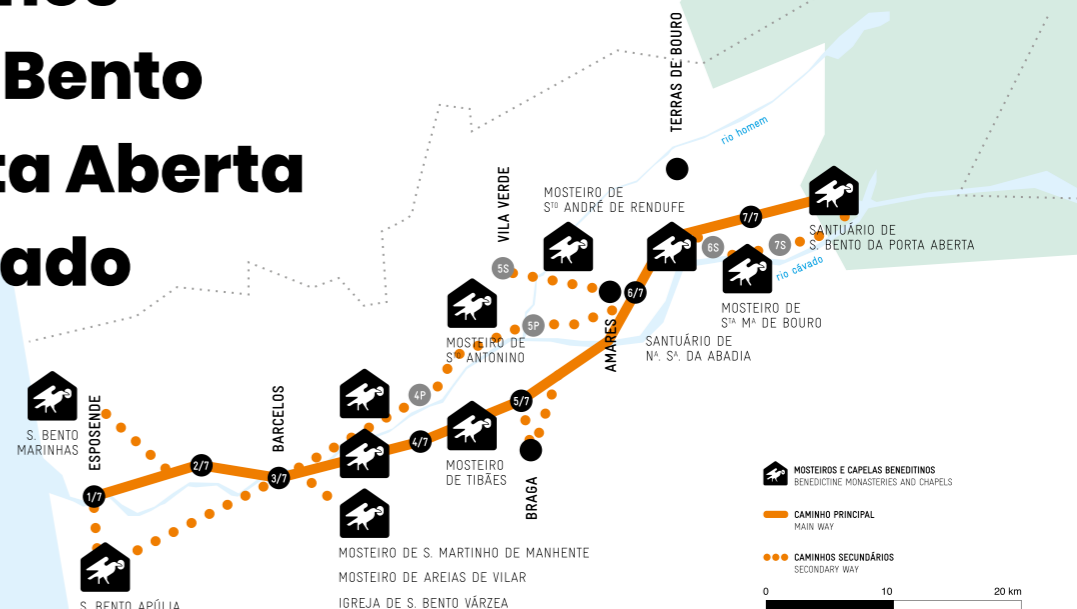
Do litoral ao interior temos um país que nos encanta sempre que temos tempo para o ver realmente. “Territórios que não são rivais nem adversários”, como nos lembra a Secretária de Estado do Desenvolvimento Regional, Isabel Ferreira, na entrevista que nos concedeu para esta edição.

FICHA TÉCNICA

Propriedade Litográfis – Artes Gráficas, Lda. **Sede/Editor** Litográfis Park, Pavilhão A, Vale Paraíso 8200-567 Albufeira NIF 502 044 403 **Conselho de Administração** Sérgio Pimenta **Participações sociais** Fátima Miranda; Diana Pimenta; Luana Pimenta (+5%) **Assessora de Administração** Carla Rodrigues **Diretor** João Malainho **Gestores de Comunicação** António Carlos; Goreti Vieira **Diretor Editorial** João Malainho **Jornalistas** Sara Dâmaso; Inês Dias; Érica Mesquita **Designer Gráfico** Departamento Criativo Litográfis **Redação e Publicidade** Rua Professora Angélica Rodrigues, nº. 17, sala 7, 4405-269 Vilar do Paraíso | Vila Nova de Gaia **E-mail** geral@incorporateagency.pt **Site** www.incorporatemagazine.pt **Periodicidade** Mensal **Estatuto Editorial** Disponível em www.incorporatemagazine.pt **Impressão** Litográfis – Artes Gráficas, Lda. **Depósito Legal** 455204/19 N.º. **Registo ERC** 127355 julho 2022

Caminhos de São Bento da Porta Aberta no Cávado

vale do cávado
comunidade intermunicipal do cávado



Do muito que há a unir Esposende, Barcelos, Braga, Amares, Vila Verde e Terras de Bouro, os Caminhos de São Bento da Porta Aberta destacam-se pela sua religiosidade, mas também pelo vasto património cultural, histórico e natural associado ao caminho. O trabalho de promoção, valorização e sinalização destes caminhos tem sido desenvolvido pela Comunidade Intermunicipal do Cávado, em estreita parceria com os seus municípios associados. Seja pela fé, pelo desafio, ou como pretexto para visitar uma das zonas mais bonitas do país, venha connosco à descoberta dos Caminhos de São Bento da Porta Aberta no Cávado.

Com uma leitura comum à escala da Região do Minho, os Caminhos de São Bento da Porta Aberta contam uma história antiga, com motivação religiosa. Recuando até ao século XII, eram muitos os peregrinos que partiam com sal nas mãos para oferecer ao santo. A rota, geralmente percorrida nos meses de verão juntava a fé católica com a profanidade popular. A tradição manteve-se até ao século XVIII, altura em que a afluência aos caminhos de São Bento proliferou. Desde então, o calendário da peregrinação estendeu-se a todo o ano.

Com o mote “peregrinar em segurança”, o percurso até ao Santuário de São Bento da Porta Aberta conta, nos dias de hoje, com uma reestruturada rota mapeada e pensada em parceria pelos concelhos que se encontram à volta do rio Cávado. São vários os caminhos que se interligam no território até São Bento da Porta Aberta. O itinerário principal percorre sete etapas – de Fão a Vila Cova, de Vila Cova a Barcelos, de Barcelos a Padim da Graça, de Padim da Graça a Adaúfe, de Adaúfe a Figueiredo, de Figueiredo a Abadia. E, por fim, a sétima, de Abadia até ao Mosteiro de São Bento da Porta Aberta. Com diferentes graus de dificuldade e

extensões também variáveis, quem percorre estes caminhos é agraciado pela riqueza do património cultural e natural.

A defesa da continuidade de uma jornada histórica e cultural aliada ao interesse na valorização e promoção deste caminho como um recurso ao longo do território, motivou a CIM do Cávado, os municípios de Esposende, Barcelos, Braga, Amares, Vila Verde e Terras de Bouro e a Irmandade de São Bento da Porta Aberta, no desafio de conjugar esforços na promoção, valorização e sinalização dos caminhos de São Bento da Porta Aberta na NUTS III Cávado, projeto já implementado e com muito potencial económico e turístico para o território.

Resultado deste objetivo comum, hoje é possível programar e fazer uma viagem-tributo a um santo que, sejamos ou não crentes, se tornou numa influência tão óbvia que uma ordem – a Beneditina – lhe foi dedicada. Ricos em património e beleza natural, a rede e caminhos de São Bento da Porta Aberta no Cávado, que contempla vários itinerários, são um cartão de visita ao território e uma fonte de desenvolvimento para todos os concelhos por ele atravessados, e um convite à sua exploração.

A última etapa de todos os caminhos de S. Bento

Situado na freguesia de Rio Caldo, o Santuário de São Bento da Porta Aberta é, desde há muitos anos, uma referência incontornável da vida de Terras de Bouro, no distrito de Braga. É aqui que vão dar todos os caminhos que destacamos nesta edição, presenteando quem ali chega com a maravilhosa vista das encostas da Serra do Gerês e as frescas águas da albufeira da Caniçada.

Localizado no lugar da Seara, freguesia de Rio Caldo / Terras de Bouro é um santuário com centenas de anos de tradição de romagem em honra de São Bento. O culto originou-se com a construção de uma pequena ermida do início do Séc. XVII. Como era normal naquela época, esta capela tinha um pequeno alpendre e as portas sempre abertas, pelo que servia de abrigo a todos os que ali passavam.

Com o crescimento do culto, existiu a necessidade de ampliar essa construção, sendo erigido então o templo a São Bento, uma obra que durou 15 anos, de 1880 a 1895. Importantes alterações foram feitas, tais como a colocação de um retábulo de talha dourada a ouro brunido, bem como a colocação de painéis de azulejos, pintados por Querubim Lapa, que retratam passagens da vida do santo.

São Bento, carinhosamente apelidado de “senhor são Bentinho”, ao longo dos séculos

ganhou a fama de “médico curandeiro para todos os males”, ganhando mais preponderância em fazer desaparecer os Cravos (Problemas cutâneos muito comuns), por isso, a oferenda de cravos (a flor) em molhos junto ao trono principal.

Com o crescente que o culto continuou a ter, em 1998 foi inaugurada uma nova cripta muito mais ampla, construída ao lado do templo do séc. XIX, obra do arquiteto Luís Cunha.

No mês de Abril de 2015 foi concedido, pela Santa Sé, o título de Basílica ao Santuário do S. Bento. Esse título é concedido a algumas igrejas, pela sua antiguidade ou por serem grandes centros de devoção e de peregrinações.

As principais datas de romagem são a 21 de março (Morte de São Bento), 11 de julho (Festa de Padroeiro da Europa) e de 10 a 15 de agosto (Grande Romaria Popular).



A caminho do Santuário, cantam os peregrinos:

"S. Bento, meu S. Bentinho,
Sarai-me a perna quebrada
Que para além do Formigueiro
Eu tenho de ir de Jornada."
E, quando partem:
"Perdoai, ó S. Bentinho
Que nós vamos p'rá Abadia
Para o ano, cá tornamos
Quando for o vosso dia."



A peregrinação é na sua maioria feita entre as serranias coagentes à Serra do Gerês. Da última etapa faz parte o caminho da Senhora da abadia a São Bento, com a última descida a ser conhecida pelo caminho do Formigueiro.

Os Caminhos de Peregrinação para São Bento da Porta Aberta têm origem em todo o Minho, com motivação predominantemente religiosa, mas por vezes também lúdica. Atendendo aos vários caminhos existentes na NUT III Cávado, o desafio passou por definir um caminho principal que unisse o território do Cávado, com origem em Esposende até São Bento da Porta Aberta, com cerca de 70 km e 3 trajetos variantes, unindo assim os 6 concelhos da NUT III Cávado.

Visitar Terras de Bouro Natureza, História e Gastronomia


Mesmo quem pense que nunca viu Terras de Bouro ou que por ali passou pode bem estar enganado. Algumas das mais famosas e impressionantes vistas da Serra do Gerês ficam neste concelho. Desde logo o miradouro da Pedra Bela, mas também o baloiço de São Bento e tantos outros que pode consultar no site da autarquia antes de se fazer ao caminho. Para além da Serra do Gerês temos ainda a Serra Amarela, integrantes de todo o Parque Nacional da Peneda-Gerês.

Para quem gosta de História a Geira, ou Via XVIII (Património Nacional), é de visita obrigatória também. Ao longo de 30 quilómetros é possível encontrar,

praticamente intactos, “pontes, muros e calçadas” deste itinerário Romano que ligava Bracara Augusta (Braga) a Asturica Augusta (Astorga, Espanha). Aqui pode recuar até ao século I, data das inscrições mais antigas encontradas em marcos miliários epigrafados – o equivalente Romano aos marcos de estradas de hoje em dia.

Mas há muito mais para descobrir, a justificar nova visita com mais tempo, a cada um destes destaques e muitos outros que as limitações de espaço não nos deixam agora detalhar. Desde as Termas do Gerês, aos desportos náuticos e passeios de barco na albufeira da Caniçada, a uma completa e apaixonante rede de trilhos pedestres pelos meandros do Gerês, com inspiração e homenagem a Miguel Torga.

E claro, estando no Minho, nunca poderíamos deixar de falar na fabulosa gastronomia local. O cabrito assado de origem biológica da Serra do Gerês é absolutamente irresistível, mas também o rico “Cozido à Terras de Bouro”, com as carnes de porco, o feijão amarelo e as couves-galegas, particularmente tenras e suculentas por virem “dos quinteiros das terras altas expostas ao frio”. O mel do Gerês dispensa apresentações, assim com os chás, mas não podemos esquecer a broa de milho.

Seja em peregrinação até São Bento da Porta Aberta, numa escapadinha ao Gerês, ou numa estadia mais prolongada, não deixe de aproveitar tudo o que Terras de Bouro tem para lhe oferecer. 



Todos os caminhos vão dar a Roma, mas passam primeiro em Barcelos a caminho de São Bento da Porta Aberta

É bem conhecida a devoção das gentes de Barcelos a São Bento. Todos os anos, entre os meses de junho e de setembro, os romeiros cumprem os seus votos e promessas calcorreando os caminhos e estradas do concelho, atravessando-o desde as quatro partidas em direção ao santuário que se localiza em Rio Caldo, em plena serra do Gerês.



É impressionante o fervor da fé destas mulheres e homens que, desde Balugães ou Viatodos, Vila Seca ou Perelhal, saem às últimas horas do dia para chegar a São Bento da Porta Aberta às primeiras horas da manhã, partilhando conversas e orações, dores nos músculos e da vida, e bolhas nos pés, num misto de tradição, devoção e contemplação da paisagem.

Há peregrinos que fazem o trajeto há vinte, trinta, quarenta anos. A fé move-os sempre pelas mesmas paragens e já não se contam os sessenta quilómetros de distância pelos marcos das estradas: à meia-noite já andam perto de Prado ou de Braga; às duas da manhã passam por Amares; e às cinco, aproximam-se da Senhora da Abadia.



São Bento

Barcelos tem um centro de devoção a São Bento na freguesia da Várzea. Os peregrinos da região afluem ali em grande número durante todo o ano, mas mais assíduos na proximidade da festa celebrada a 11 de julho, atraídos pela notoriedade do santo padroeiro. São Bento tem aqui boa fama de curar os cravos das mãos. No templo paroquial de traça recente, cujas origens estão bem documentadas desde o século XI, é venerada uma imagem de São Bento em pedra anã de grande qualidade artística. Mas é na vizinha Capela da Tentação de São Bento onde se assiste ao aspeto mais curioso da devoção. O conjunto escultórico representa o Santo diante de uma rapariga de boas cores, e entre eles a figura do diabo. Daí os populares chamarem à pequena construção a Capela do Diabo. Alguns devotos vão dando esmolas tanto ao santo, como ao demónio, e é frequente encontrarem-se maços de tabaco aos seus pés, para agradecer o abandono do hábito de fumar.



O Caminho de São Bento sinalizado entra em Barcelos por Perelhal, seguindo entre os núcleos rurais bem consolidados até à capela de São Cirilo, a uma centena de metros da igreja. Daqui segue ao largo da Capela de Nossa Senhora do Alívio, um dos locais mais emblemáticos da religiosidade desta região, com festividades em meados de setembro. Segue-se, então, em direção a Creixomil, num troço muito interessante entre campos agricultados do alvéolo do Reguengo. À entrada de Mariz, encontramos as Alminhas de Jesus Cristo, onde Nossa Senhora do Carmo e São Bento intercedem pelas almas do purgatório. Cruzando-se a estrada nacional, entra-se no traçado da estrada primitiva de Esposende para Barcelos, em terra batida, e pela zona de mata de grande frescura, a melhor forma de se entrar na parte urbana de Barcelos, pela zona industrial de São Pedro de Vila Frescainha. A passagem nas poldras do Rio da Vila é um dos locais mais pitorescos do percurso, junto à azenha antiga e zona de lavadouros.

Entra-se, então, em Barcelos pelo Casal de Nil e Fonte de Baixo, junto ao paredão onde antigamente se cruzava o Cávado de barco. Subindo a Rua do Arco, vira-se para a ponte medieval, passando-se diante do Solar dos Pinheiros, da igreja Matriz de Barcelos, e do Paço dos Condes. A ponte medieval marca a coincidência do Caminho de São Bento com o Caminho de Santiago. Em Barcelos não deixe de visitar os painéis de azulejo da Igreja do Terço tematizados à vida de S. Bento.

Em Barcelinhos, junto à capela de Nossa Senhora da Ponte e do seu carvalho, vira-se para Vessadas, onde encontramos um parque de lazer junto aos muros da quinta, com uma fonte e as alminhas com painel de azulejo. Para trás, ficou a Casa do Egito, uma imponente construção do século XIX, com fachada de azulejo.

Junto à Capela de Santo António de Vessadas, o percurso vai abandonar a estrada nacional e segue para Rio Covo, por caminhos agrícolas entre os muros da Quinta da Tomadia, até se encontrar a estrada municipal que segue para Areias de Vilar. Em Rio Covo Santa Eugénia, encontra-se o nicho das Alminhas dos Carvalhos, numa zona ajardinada que funciona como centro cívico da freguesia e onde os peregrinos podem encontrar algum refrigério. Dali continua-se até ao Lugar da Madalena, em Areias de Vilar, que foi uma antiga paróquia, até se chegar ao parque de lazer do Senhor do Socorro, situado numa colina arborizada que convida ao descanso.

Mais adiante surge o imponente conjunto arquitetónico do Convento de Vilar de Frades, cuja igreja é Monumento Nacional e um dos melhores exemplares do gótico Manuelino. Vale bem uma visita.

O caminho segue então pela Veiga do Rio, junto ao Cávado, num cenário de rara beleza natural, passando junto às azenhas de Vilar e pelo parque das Lagoas de Caíde até se chegar junto à Barragem de Penide. Dali segue por uma mata com o sugestivo nome de Penedo da Moura, até se entrar na Pousa, e passando-se o Rio Labriosque, começa-se a subir o Monte da Graça para se entrar em Braga, em direção a Mire de Tibães.

Esposende no itinerário dos romeiros a S. Bento da Porta Aberta



Peregrinar ao Senhor S. Bentinho ou como, também, se dizia ir ao S. Bento da Porta Aberta, era prática corrente das gentes da beira-mar nomeadamente das que habitavam nas terras de Esposende. É certo dizer-se que “nenhum dos habitantes do norte de Portugal ignorava”, ou ignora, a existência desta importante romaria.

Os preparativos para a romagem faziam-se com antecedência e entre os dias 10 e 15 de Agosto todos os caminhos iam dar a Rio Caldo – o mesmo que dizer a S. Bento. De Bragança a Esposende, da Galiza às Beiras – por todo o lado surgiam romeiros conduzidos pela devoção e penitência. Mas, falar de S. Bento da Porta Aberta sem lhe ligar a Senhora da Abadia não faz sentido. Foi desta que partiram os monges no intuito de edificarem, em local mais ermo, mais meditativo, uma pequena ermida e a dedicaram a S. Bento.

A ligação da Senhora da Abadia e de S. Bento da Porta Aberta a Esposende é muito antiga. Há um documento do século XII que faz referência ao dízimo do sal produzido nos talhos de Fão. O sal era precisamente um dos produtos usados como paga das promessas, desde tempos medievais, tanto para os romeiros da Abadia como para os de S. Bento. À promessa associavam-se dois propósitos – o sal deveria ser pedido e nunca deveria ser pousado no chão durante o caminho.

O percurso entre Esposende e Barcelos


Não é difícil traçar a rota dos romeiros que de Fão e Esposende rumavam a São Bento da Porta Aberta. Saídos daqui, e antes de ser construída a Ponte D. Luís Filipe sobre o Cávado, inaugurada em 1892, o caminho seguia via Fonte Boa e daí encaminhava-se para a passagem do Cávado na Barca do Lago.

A travessia hoje, pela ponte, permite também desbravar

outros caminhos, pois estes itinerários, movem-se com o tempo e com as pessoas pelos ritmos da História. Com a premissa da segurança e pelas facilidades de travessia, o percurso segue devidamente sinalizado junto ao rio para ali atravessar e posteriormente seguir pelas freguesias de Gandra e Gemeses até entrar em Barcelos pela Estrada 103-1, passando por caminhos cheios de património: históricos, arquitetónicos, naturais e religiosos.

Mas, para além do trilho principal, há outros dois caminhos que não estão ainda sinalizados. Da freguesia de Marinhas parte outro caminho importante, desde a Capela de S. Bento em direção a Palmeira de Faro, para contornar a linha granítica de montes que formam a Arriba Fóssil e juntar-se ao traçado principal em Vila Cova, já em Barcelos. O outro percurso começa na capela de S. Bento, em Apúlia, e segue para nordeste até entrar também no concelho de Barcelos.

E, se os motivos para a aventura são outros, existem neste município mais 13 trilhos marcados, em todo o território, motivos para explorar as paisagens e conhecer as diferentes faces de um concelho tão rico e diversificado. Com uma rede de miradouros, acessíveis por trilhos e caminhos florestais, é possível percorrê-los a caminhar, de bicicleta ou mesmo a correr. Nestes percursos, recheados de castros, dólmenes, igrejas e alminhas desfrutamos da companhia das aves, das sombras das árvores e do som das águas dos rios e regatos.

Esposende é, assim, palco para grandes aventuras pelo território, onde a natureza e a paisagem se misturam com a história e a tradição. 

WWW.MUNICIPIO.ESPOSENDE.PT

§ S. BENTO DA PORTA ABERTA FÉ E A BELEZA DA NATUREZA

por Cón. Roberto Rosmaninho Mariz, da Irmandade de São Bento



Quando chegamos ao Santuário de S. Bento da Porta Aberta, ficamos deslumbrados com a beleza da natureza que nos envolve, contemplando a magnífica paisagem do parque da Peneda-Gerês. Uma envolvência maravilhosa que nos ajuda a tranquilizar o espírito e a repousar o corpo.

Quem entra no Santuário de S. Bento da Porta Aberta levanta intuitivamente olhar para S. Bento que se eleva na tribuna.

São Bento nasceu na Úmbria, uma região da Itália central, no ano de 480, filho de uma nobre família romana e faleceu em 547. É proclamado “Pai e Padroeiro da Europa”. Desde pequeno manifestou um gosto especial pela oração. Desiludido com a decadência moral da cidade de Roma resolveu retirar-se a uma vida de oração, silêncio e sacrifício. Passou três anos a viver numa gruta de difícil acesso no monte Subiaco. Depois parte para Montecassino, onde funda um Mosteiro, de onde irradiaram outros Mosteiros. Escreveu uma Regra para monges que, posteriormente deu origem a várias vivências monásticas como a Ordem de Cluny e Cister.

Situemos a origem e evolução deste magnífico Santuário, servindo-nos dos elementos fornecidos pelo historiador, Cón. Doutor Avelino de Jesus da Costa.

“Em 1614, o Rev.º Cónego Miguel Pinheiro Figueira, visitador das freguesias de Entre Homem e Cavado, foi à de Rio Caldo, onde verificou que o lugar da Seara da Forcadela ficava muito distante da igreja paroquial, o que tornava difícil a administração dos sacramentos aos seus moradores. Para obviar a esta dificuldade, ordenou ao abade da freguesia, P. João Rodrigues, que, até ao Natal seguinte, mandasse construir uma ermida no referido lugar «por ser muito necessário e do serviço de Nosso Senhor».

“O abade pôs logo mãos à obra e, em Junho de 1615, requeria licença para celebrar missa na ermida, que dedicara a S. Bento, pois ela estava «muito bem acabada, de fermosa parede, e bem caiada».

“Em 1758, porém, a ermida já era centro de grande devoção, segundo se depreende das

informações que neste ano mandou para Lisboa o cura de Rio Caldo, que escreveu: «À ermida de S. Bento acodem muitos devotos e é frequentada a sua imagem nos dias do seu orago e em muitos mais dias do ano, pelos muitos milagres que obra em sua imagem».

Podemos resumir:

1) A capela de S. Bento foi construída por indicação do visitador.

2) O pároco, P. João Rodrigues, teve a providencial inspiração de a dedicar a S. Bento, dando origem ao atual santuário.

3) O grande desenvolvimento do culto a S. Bento deu-se a partir de meados do séc. XVIII, data em que a capela se chamava apenas de S. Bento, a que, anos mais tarde, se acrescentou «da Porta Aberta», por a sua porta se manter sempre aberta, como disse o arcepreste, P. João José Peixoto, em Dezembro de 1845.

4) Depois de meados do séc. XIX, a capela foi substituída por ampla e bela igreja, ultimamente muito valorizada.

No tempo atual temos dois momentos marcantes:

1) Em 21 de Março de 2015, na comemoração dos 400 anos do Santuário, o Papa Francisco elevou o santuário à categoria de Basílica.

2) Junto da Basílica, temos a magnífica Cripta. Atendendo às diminutas dimensões da igreja existentes, foi decidido no ano de 1994, erigir um novo espaço muito próximo do primeiro, tendo sido entregue ao arquiteto Luís Cunha a preparação do projeto. A inauguração foi em 1998, ficando concluída, no ano de 2002.

Em S. Bento da Porta Aberta somos convidados a abrir as portas da nossa vida à importância da espiritualidade, do lugar a Deus na nossa vida e, simultaneamente, somos interpelados a sermos obreiros de uma paz sincera, autêntica e profunda com todos.

“Ora et Labora” – Oração e trabalho – eis o lema dos monges beneditinos, o lema que S. Bento nos deixa.

Deixemo-nos maravilhar pela beleza e inundar pela graça do alto. 



Caminhos de S. Bento no Ave



No território do Ave, o início do verão é marcado pelos passos fortes e pela conversa de grupos de peregrinos que cortam animadamente o silêncio das noites, nas localidades que ficam nos caminhos para o S. Bentinho.



FOTOS: COMUNIDADE INTERMUNICIPAL DO AVE

O território do Ave confina imediatamente a norte com Terras de Bouro, onde há 400 anos se ergue um dos mais importantes santuários de Portugal e o segundo mais concorrido em número, logo depois de Fátima: o Santuário de S. Bento da Porta Aberta, carinhosamente conhecido como S. Bentinho.

Para Ventosa, no extremo norte de Vieira do Minho, junto à ponte sobre a albufeira da Caniçada, convergem os peregrinos de Vieira do Minho a que se somam os que vêm desde as alturas de Mondim e Cabeceiras de Basto e parte dos que vêm das áreas montanhosas de Fafe. Pela Póvoa de Lanhoso, chegam ao mesmo ponto a maior parte dos que vêm de Famalicão, Vizela, Guimarães e os que provêm da zona mais ocidental de Fafe.

Os peregrinos de S. Bento são aos milhares e vêm, as mais das vezes, pelas estradas principais, muito embora, desde 2015, haja uma tentativa de orientar estes fluxos de crentes para percursos que ofereçam maior confiança e extensões mais curtas, por corresponderem a caminhos antigos, usados tradicionalmente por tráfego pedestre ou de tração animal, que correspondiam a trajetos de menor esforço, hoje muitas vezes substituídos pelos itinerários que permitem maior velocidade, adaptando-se ao tráfego automóvel.

Este esforço, resultando do encontro das Comunidades Intermunicipais do Alto Minho, Cávado e Ave, foi concertado no sentido de desenvolver uma imagem comum para os Caminhos de S. Bento e a partir dela, selecionar e sinalizar um conjunto de percursos que reduzissem o risco de uma



peregrinação noturna. Esse trabalho já está feito na CIM do Cávado.

Por outro lado, a sinalização de percursos mais seguros e com qualidade paisagística, permitirá que numa perspetiva de médio prazo alguns peregrinos sejam atraídos por uma peregrinação diurna, que torne possível uma outra fruição da paisagem.

Esse objetivo, sem evidentemente excluir a peregrinação noturna para quem o preferir, possibilitará o conhecimento de uma série de espaços culturais e naturais da região e permitirá uma peregrinação por etapas e por isso com possibilidade de ser mais extensa e incluir pernoitas, aumentando a qualidade da experiência, ao mesmo tempo que garante uma maior segurança aos peregrinos pelo simples facto de existir muito mais visibilidade.

WWW.CIM-AVE.PT

Em Vieira do Minho

prepare-se para desligar do dia-a-dia e abraçar a natureza

Para os aficionados da natureza, a passagem por este município proporciona uma experiência capaz de lavar a alma.

A Serra da Cabreira, as várias linhas de água, principalmente o Rio Ave que nasce a cerca de 1200 metros de altitude, são cenários perfeitos para quem gosta de usufruir da natureza e da paz que esta transmite. Aqui, os garranos e o gado de raça barrosã pastoreiam livremente pelas vertentes da serra, onde encontram as condições propícias ao seu desenvolvimento e bem-estar.

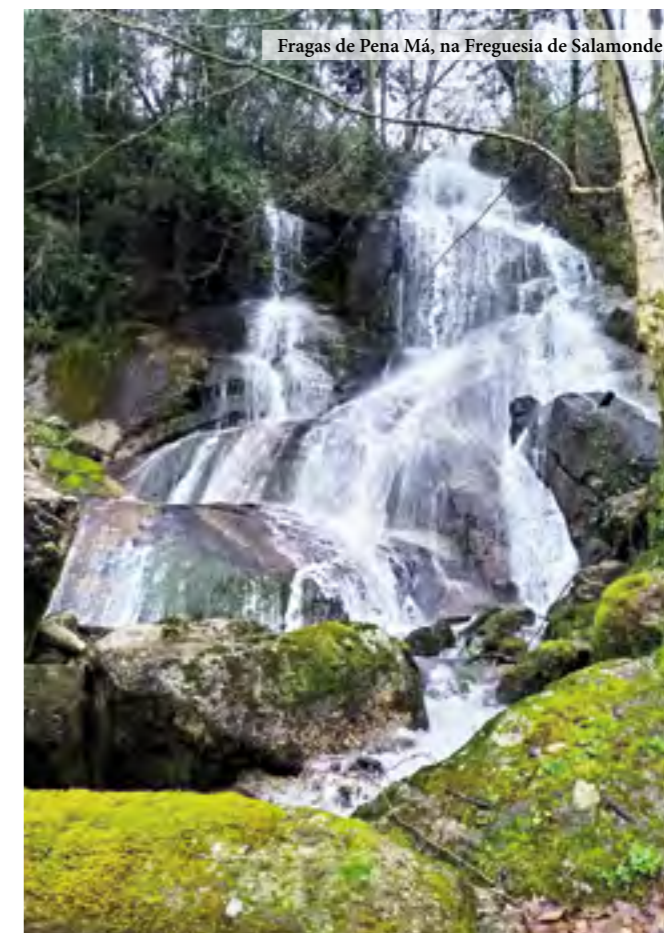
Ao verde pujante da vegetação da Serra da Cabreira junta-se o azul fresco de várias albufeiras espalhadas por todo o território. Se a Albufeira do Ermal é conhecida pelo teleski, um equipamento cada vez mais procurado pelos amantes do ski aquático e por aqueles que procuram uma dose forte de adrenalina, a Albufeira da Caniçada é famosa por se situar às portas do Parque Nacional da Peneda-Gerês.

Para descobrir este magnífico espelho de água, observar as imponentes pontes de Rio Caldo, as belas encostas das serras da Cabreira e do Gerês, contemplar as várias peças de arquitetura habitacional, como as moradias pertencentes a ilustres portugueses, e a obra do conceituado artista português Vhils, denominada “Visceral”, o visitante poderá viajar a bordo do Barco Turístico de Vieira do Minho.

Nas imediações do percurso são vários os pontos de interesse turístico a não perder. São de destacar a Capela de N. Sra. da Lapa, a cascata de Fagilde, as Fragas de Pena-Má, a Ponte do Bôco, a capela de N. Sra da Conceição, a única capela em Portugal dedicada à N. Sra de Begonha, várias praias fluviais... E porque fazer o caminho pode ser também a oportunidade de descobrir novos sabores, os caminhantes poderão degustar os mais típicos paladares vieirenses, desde a vitela assada às couves com feijão amarelo, ao cabrito, ao anho, aos barquilhaes, entre outras especialidades da terra.

Em Vieira do Minho é neste cenário, digno de cartão-postal, que o peregrino poderá caminhar para chegar ao Santuário de São Bento da Porta Aberta.

Fragas de Pena Má, na Freguesia de Salamonde



Barco Turístico de Vieira do Minho, na Albufeira de Caniçada



WWW.CM-VMINHO.PT

Mais seguro e mais bonito: assim é o caminho alternativo a São Bento na Póvoa de Lanhoso

É já muito longa a tradição da romaria ao “São Bentinho” a partir da Póvoa de Lanhoso. Uma peregrinação quase sempre noturna, percorrendo estradas que, durante o dia, são muito movimentadas. A pensar nas muitas pessoas que a fazem, todos os anos, a Câmara Municipal propõe um itinerário alternativo em que os peregrinos nada perdem da experiência e ganham muito em segurança e comodidade. A intenção é que o caminho passe a poder ser feito durante o dia, desfrutando da paisagem e do contacto direto com a população.



A Póvoa de Lanhoso oferece, no seu território, um itinerário alternativo para os peregrinos de São Bento da Porta Aberta. O traçado, que liga Santo Emilião a Serzedelo, proporciona mais segurança e comodidade, fazendo-se praticamente na totalidade fora das estradas nacionais. Desta forma, os devotos, enquanto cumprem a sua motivação religiosa ou lúdica, podem apreciar melhor o caminho e toda a sua envolvente.

De facto, são milhares as pessoas que, todos os anos, atravessam o concelho da Póvoa de Lanhoso a pé, em direção ao “São Bentinho” e isso acontece sobretudo nesta altura do ano, entre os meses de julho e agosto ou mesmo setembro.

Caminhando quase sempre em grupos, de noite e calcorreando, maioritariamente, as estradas nacionais ou municipais, estes peregrinos correm os perigos inerentes à utilização pedonal das referidas vias, até chegarem ao Santuário de São Bento da Porta Aberta, no concelho de Terras de Bouro.

A pensar em aumentar a segurança, sobretudo para quem caminha à noite, a Câmara Municipal da Póvoa de Lanhoso decidiu implementar este percurso e obteve, junto da Irmandade de São Bento da Porta Aberta, autorização para utilizar a imagem de marca dos caminhos de São Bento,

aplicada já em concelhos vizinhos, para sinalizar o itinerário alternativo existente dentro das fronteiras do território Povoense.

Assim, o caminho liga Santo Emilião a Serzedelo, numa extensão de aproximadamente 18 quilómetros (altimetria: 658 metros de acumulado positivo), e apresenta sinalética que utiliza o símbolo de São Bento da Porta Aberta (o corvo com o pão no bico) e setas direcionais, tudo em azulejo cor de laranja.

Em Santo Emilião (freguesia onde inicia o percurso alternativo à estrada nacional 310), existe ainda um painel informativo, que apela à utilização deste caminho, mais seguro, cómodo e agradável para os peregrinos. Este suporte apresenta ainda as informações genéricas relativas a este traçado, como por exemplo a sua extensão, acumulado, entre outras. Apresenta também um QR Code, através do qual se pode descarregar o mapa do percurso. Recentemente, a marcação foi retificada devido a atos de vandalismo e à degradação dos materiais utilizados, de forma a renovar a sinalética direcional deste trajeto alternativo.

Este itinerário contempla estradas secundárias e caminhos rurais, evitando as movimentadas estrada nacional 310



e estrada nacional 103. As pessoas apenas necessitam de percorrer um trecho da estrada nacional 310, numa extensão de aproximadamente um quilómetro, na chegada à Vila da Póvoa de Lanhoso, vindas do lado das Caldas das Taipas.

O traçado alternativo que é proposto pela Autarquia da Póvoa de Lanhoso não acrescenta, em termos de distância, uma extensão muito significativa (menos de um quilómetro), mas representa por si só uma experiência diferente, para além da segurança e comodidade que proporciona.


Permite uma interação com os habitantes locais e a observação da paisagem rural (com destaque para os campos cultivados, hortas e vinhas), do património tradicional minhoto (espigueiros, canastros, fontanários, tanques, casas senhoriais, por exemplo), do património religioso (igrejas, alminhas e capelas) e do património natural (bovinos, caprinos, aves, árvores autóctones). Entre as freguesias de Calvos e de Serzedelo, os peregrinos que escolherem esta alternativa têm ainda oportunidade de calcorrear um trecho da Via Romana XVII, importante eixo viário que ligava Bracara Augusta (Braga) a Asturica Augusta (Astorga, província de

Leão, Espanha) numa extensão de aproximadamente 350 quilómetros.

Toda a beleza deste património natural e edificado ajuda, certamente, a aliviar o peso que o peregrino carrega ao longo desta sua procissão de fé e espiritual, em território Povoense.

No futuro, serão estudadas outras possibilidades de itinerários alternativos para os peregrinos que atravessam o concelho da Póvoa de Lanhoso provenientes de Guimarães, através de Garfe; de Fafe, através de Sobradelo da Goma; e de Braga, através de Covelas, para dar alguns exemplos.

A intenção é que estes percursos alternativos permitam ao peregrino fazer a sua jornada durante o dia, em vez de o fazerem de noite, desfrutando do território de forma mais segura e contemplativa.

As aldeias de Santo Emilião, Campos, Vilela, Galegos, Calvos, Serzedelo e a Vila sede de concelho, a Póvoa de Lanhoso, são as localidades abrangidas por este primeiro traçado alternativo. As informações básicas e características técnicas estão disponíveis na página eletrónica do Município (www.povoadelanhoso.pt). 

WWW.POVOADELANHOSO.PT



Não há total consenso sobre o verdadeiro traçado dessa estrada muito antiga que ligaria Bracara Augusta (Braga) a Astúrica Augusta (Astorga, Espanha) por Aquae Flaviae (Chaves). Mas muitos defendem que grande parte do traçado em território português faz parte daquela que hoje conhecemos por Estrada Nacional 103.

Quanto mais antiga é a história de um país mais arrepiante se torna percorrer alguns caminhos. O caso mais óbvio será o da Via Ápia em Roma, começada a construir em 312 a.C., e onde muitos troços estão ainda transitáveis nos nossos dias. Essa fantástica civilização romana também chegou a Portugal, séculos mais tarde como sabemos, e algumas das nossas estradas mais famosas têm percursos, pontes ou outros marcos que nos remetem para esse tempo. É o caso da Estrada Nacional 103.

Para muitos é a estrada de Braga a Chaves, mas começa mais no litoral e prolonga-se ainda mais para o interior. Atravessa assim todo o norte do país de uma extremidade à outra. O quilómetro zero fica numa rotunda de ligação à EN13 em Neiva, no concelho de Viana do Castelo, daí segue rapidamente para Esposende e, um pouco mais à frente, entramos já em Barcelos. Aqui sim, atravessamos todo o concelho e a própria cidade, cruzando o Cávado na ponte medieval. Depois é seguir até Braga, num dos troços mais movimentados dos seus mais de 260 quilómetros de extensão.

Em plena cidade de Braga ainda nem a meio do percurso chegámos. É preciso começar a subir a Serra do Carvalho em direção à Póvoa de Lanhoso. Podemos fazer um pequeno desvio para visitar o centro da vila e o seu castelo que, do alto do impressionante maciço granítico, parece zelar por nós à distância enquanto seguimos para Vieira do Minho. No entroncamento das Cerdeirinhas fica uma das mais difíceis decisões – virar à direita rumo à sede do concelho e à Serra da Cabreira ou, um pouco mais à frente, descer em direção às pontes do Rio Caldo e à Serra do Gerês. Ou ainda, claro, seguir em frente e continuar pela EN 103 fora. São muitas as curvas e de rara beleza as deste troço que nos leva do Minho a Trás-os-Montes. Em cada escapatória da estrada, que nos recorda o antigo traçado, encontramos facilmente um miradouro para o Gerês com a Cabreira a guardar-nos as costas. Depois das barragens da Caniçada e Salamonde, é com a albufeira da Venda Nova em fundo que entramos então em Montalegre. No topo do “Reino Maravilhoso” há muitos quilómetros a fazer ao longo das terras do Barroso, já num ritmo mais calmo, contornando o imenso espelho de água da albufeira do Alto Rabagão. Começamos então a descer em direção a Boticas, sempre com um horizonte a perder de vista, antes de entrar em território de Chaves. Mais uma cidade e um rio para atravessar nestas terras frias, agora o Tâmega. Tempo ainda para “espreitar” o extremo norte de Valpaços antes de entrar em Vinhais. A nossa road trip termina então em Bragança, décimo segundo município desta rota nortenha. Uma estrada de memórias vivas que tem tanto para contar. Esperamos continuar a partilhar algumas ao longo dos próximos meses.

Visitar Barcelos pela “estrada que liga o Norte”

Ligando o Norte de uma extremidade à outra, do litoral ao interior, a Estrada Nacional 103 tem todas as condições para se afirmar como uma das melhores road trips de Portugal. De Viana do Castelo a Bragança, atravessa o Minho e Trás-os-Montes ao longo de muitas e apetecíveis curvas. Fomos percorrê-la com o tempo que uma rota destas merece. A nossa primeira paragem é em Barcelos, no coração do Minho.

Com tanta História para contar ao longo destes mais de 250 quilómetros, em boa hora o Turismo do Porto e Norte de Portugal se lembrou de juntar esforços com os 12 municípios atravessados pela Estrada Nacional 103 para a promover. Tudo leva a crer que o lançamento oficial se faça nos últimos meses deste ano, avança-nos uma fonte da Câmara Municipal de Barcelos. Esta é uma das autarquias que mais se tem esforçado por levar o projeto para a frente, e nós iremos acompanhar todo o processo.

O quilómetro zero fica numa rotunda em Neiva (Viana do Castelo), na ligação com a nacional 13. Daí vai descendo em direção a Esposende e rapidamente entramos em Barcelos. Um dos municípios que está na base da criação deste projeto da Rota da Nacional 103, e um dos que tem mais quilómetros desta estrada ao longo do seu território. É também aqui que cruzamos o rio Cávado pela primeira vez, nesta estrada que o acompanha desde o concelho onde desagua (Esposende) até aquele onde nasce, na Serra do Larouco (Montalegre). E se é certo que o podemos atravessar confortavelmente pela nova variante da cidade, a melhor opção é fazê-lo pela Ponte peregrinos de Santiago, claro. É um dos símbolos de Barcelos, com os seus arcos góticos e quase 700 anos de História.

A localização do concelho de Barcelos é bastante curiosa, podemos mesmo dizer estratégica. A cidade de Braga fica ali mesmo ao lado (Este), a uma curta viagem de 15 minutos, enquanto a poente ficam as praias de Esposende. Conflui a

norte com o alto Minho (Viana do Castelo e Ponte de Lima), e a sul já com o distrito do Porto (Póvoa de Varzim). Tem por vizinhos ainda Famalicão e Vila Verde. Por esta descrição se percebe que estamos na presença de um vasto território com a particularidade de ser o município com mais freguesias de todo o país – 61 – sendo que eram 89 antes da reorganização administrativa.

Com a EN103 a atravessar a cidade, muito do trânsito que tradicionalmente ali passava (e continua a passar) leva gente de Braga rumo às praias de Esposende, ou pessoas do litoral a caminho de Braga ou do Gerês, por exemplo. Mas desengane-se quem pense que Barcelos ocupa “apenas” um lugar de charneira nesta confluência de caminhos em todas as direções da Rosa dos Ventos. É um concelho com uma enorme riqueza cultural, patrimonial, natural e gastronómica.

Desde logo destacamos o centro histórico da cidade. Faz-se facilmente a pé e é uma autêntica gema de História e bom ambiente. Recantos, esplanadas, cafés e pastelarias cruzam a antiguidade deste espaço com a juventude que se respira nas ruas.

A Igreja Matriz, o Cruzeiro do Galo, a Torre Medieval, o Largo do Apoio, o Paço dos Condes de Barcelos e o Templo do Bom Jesus da Cruz (Palco central da Festa das Cruzes, em maio) são apenas alguns dos locais que não pode mesmo deixar de conhecer e são também argumentos capitais do caminho Português de Santiago.





O Galo e o Figurado de Barcelos

Mesmo quem nunca tenha estado em Barcelos conhecerá, de certeza, o seu símbolo mais identificativo – o Galo de Barcelos. Um ícone da cidade e da portugalidade cujas origens remontam ao campo das lendas (ver caixa) e que identifica o país em qualquer parte do mundo. Não estivéssemos nós na região que viu e fez nascer Portugal.

A internacionalização desta simpática e colorida figura de barro terá começado em 1935, na Exposição de Arte Popular Portuguesa, em Genebra. A partir de meados do século passado a sua ascensão como símbolo turístico nacional é óbvia. Com o passar dos anos o ícone não se perdeu e soube modernizar-se, como podemos ler no site da Câmara Municipal, o Galo de Barcelos ultrapassou o “contexto que o forjou e reinventa-se como símbolo de um país que, acima de tudo, oferece ao mundo Liberdade.” É um Portugal “moderno, empenhado na sua universalização, enquanto destino turístico” aquele que se revê neste Galo que é, afinal, de todos nós.

Hoje, em vários pontos da cidade, o Galo de Barcelos, nas mais diversas variantes estéticas, vai dando uma cor e um ambiente muito particulares a Barcelos. Ele e muitas outras réplicas gigantes que fazem parte do roteiro (obrigatório) do Mundo Maravilhoso do Figurado de Barcelos. São 18 peças emblemáticas espalhadas pela cidade (uma delas do outro lado do Cávado, em Barcelinhos) da autoria do escultor Albino Miranda. Há de tudo um pouco, desde a Junta de Bois, uma Cabra, o Casal de Minhotos ou uma Diaba. Ainda os Santos Populares (S. João e Sto. António) ou o delicado Presépio da Bilha, entre outros. E claro, não podemos deixar de visitar o Museu da Olaria com as suas mais de nove mil peças de cerâmica e olaria do Minho e de todo o país. Há até workshops e sugestões para meter as mãos literalmente na massa que “dá vida” a estas belíssimas peças do nosso imaginário. É esta cultura criativa das gentes de Barcelos que elevaram a cidade a membro da Rede Mundial das Cidades Criativas da Unesco, no domínio do Artesanato e Arte Popular, em 2017.

Lenda do Galo de Barcelos

É um dos símbolos mais imediatamente reconhecíveis de Portugal - o Galo de Barcelos, que salvou a vida a um peregrino de Santiago. Este seria galego e acabou por se tornar suspeito de um crime que ninguém conseguia resolver na cidade. Apesar de clamar pela sua inocência acabou condenado à forca, desacreditado por todos os que o ouviram. Num último recurso pediu para ser apresentado ao juiz antes da execução. Como último desejo do condenado, acabaram por lhe conceder a audiência, levando-o a casa do magistrado. Este estava a oferecer um banquete a alguns amigos, e foi aí que voltou a ouvir as juras de inocência do peregrino. Perante a incredulidade geral proferiu a célebre frase, apontando para um galo assado que estava sobre a mesa de jantar: “É tão certo eu estar inocente, como certo é que esse galo vai cantar quando me enforcarem”. Os risos e a troça iniciais deram lugar ao maior espanto quando, pouco depois, o galo se levantou mesmo e começou a cantar! O Juiz correu então à forca e mandou soltar o homem, que estava já com a corda ao pescoço, mas acabou por se salvar porque o nó estaria mal feito.

Anos mais tarde o peregrino regressa a Barcelos e manda erguer o Cruzeiro do Senhor do Galo, em homenagem a Santiago e à Virgem Maria. Este monumento é um dos espaços nucleares do Caminho Português de Santiago.



À mesa em Barcelos: um regalo para os sentidos

Para além do artesanato a expressão máxima do Galo de Barcelos faz-se à mesa. Aqui o galo assado é uma iguaria verdadeiramente única, e são muitos os excelentes restaurantes em que o pode apreciar devidamente. Esta receita recria o galo da lenda do Galo que salvou o peregrino da forca. Mas as sugestões gastronómicas não se ficam por aqui. O Minho é a terra do Sarrabulho e as papas, em Barcelos, são diferentes. Há ainda a Lampreia do rio Cávado ou o arroz pica no chão, e as muitas variações do bacalhau. Há mesmo quem chegue a dizer que o melhor bacalhau do mundo se come em Barcelos. Uma coisa podemos afirmar - pelo menos a Mista de Bacalhau com Polvo vai ter mesmo de provar numa das vezes que visite Barcelos.

E para acompanhar estes pratos divinais o melhor emparelhamento só pode ser um bom Vinho Verde de Barcelos. E aqui começa outra demanda – as opções são muitas e destacam-se pela qualidade. Há ainda quem pense que o Vinho Verde é só para beber muito gelado não o apreciando devidamente. Peça-o à mesa, ou ainda melhor, visite uma quinta e prove alguns dos melhores Loureiros e Arintos (entre outros) que se produzem no nosso país. O enoturismo continua a crescer na região e vai perceber facilmente porquê.



A Feira de Barcelos

Qualquer dia é um bom dia para visitar Barcelos, mas se o fizer a uma quinta-feira tem a oportunidade de visitar a “feira das feiras de Portugal”. Muito famosa, sobretudo no norte do país, faz-se, pelo menos, desde inícios do século XV, e mantém a sua identidade tradicional e rural, com produtos de grande qualidade. Realiza-se, claro está, no Campo da Feira, bem no centro da cidade, e aqui negoceia-se de tudo um pouco, com destaque para o artesanato, louças de Barcelos, olaria, cestaria, têxteis e trabalhos em madeira ou ferro. O ambiente, a dimensão, a cor e a vida desta feira garantem uma verdadeira experiência de imersão popular e cultural.

Do muito mais que há para descobrir e viver em Barcelos, sugerimos que visite o site da Câmara Municipal, onde poderá encontrar guias, roteiros e contactos que o vão ajudar certamente a planear da melhor forma a sua visita à Capital do Artesanato, Cidade Criativa da UNESCO e Creative Friendly Destination.



WWW.CM-BARCELOS.PT

“A Valorização do Interior não “desapareceu”, muito pelo contrário”

Isabel Ferreira foi Secretária de Estado da Valorização do Interior na anterior legislatura, passando agora a assumir a pasta do Desenvolvimento Regional. Uma alteração dentro do mesmo Ministério da Coesão Territorial, que lhe dá mais instrumentos para encontrar soluções mais eficazes para as várias regiões. Garante-nos que o Interior continuará a ser uma prioridade deste Governo, mas quer ultrapassar a dicotomia Litoral/Interior, porque “estes territórios não são rivais nem adversários”.

Com o “desaparecimento” da Secretaria de Estado da Valorização do Interior, passando agora a assumir a pasta do Desenvolvimento Regional, as regiões do interior sairão a perder com esta alteração?

A Valorização do Interior não “desapareceu”, muito pelo contrário. A experiência mostrou-nos que esta valorização, este olhar atento sobre o Interior, este debruçar sobre os seus problemas visando encontrar as melhores soluções, faz-se de forma mais eficaz se tiver ao seu serviço os instrumentos financeiros necessários. No caso, os fundos europeus, que são essenciais para a criação e implementação de medidas, através das Comissões de Coordenação e Desenvolvimento Regionais e dos Programas Operacionais Regionais. Na anterior legislatura, estes fundos estavam noutra Secretaria de Estado, embora, na prática, esses recursos já estivessem ao serviço do Interior através de uma estreita colaboração entre as duas áreas. Agora – por uma questão de coerência e funcionalidade – passa a estar tudo debaixo do mesmo chapéu. Só é possível termos Desenvolvimento Regional se considerarmos as diferentes especificidades e necessidades dos territórios, com estratégias de atuação diferenciadas para as grandes cidades e para as pequenas e médias cidades do Interior privilegiando a dimensão urbano/rural.

Esta mudança ajuda também a ultrapassarmos a dicotomia Litoral/Interior, porque estes territórios não são rivais nem adversários. Passamos assim a pensar o desenvolvimento do território de uma forma integrada, obviamente atentos, como já mencionei, às especificidades e necessidades de cada um.

A Valorização do Interior continua, por isso, a ser um objetivo e uma missão prioritária deste Governo, até porque sabemos por experiência própria e acumulada que podemos fazer a diferença nesses territórios.

Ao falarmos genericamente do interior deparamo-nos com realidades muito distintas. Há seguramente cidades

de média dimensão, como as capitais de distrito, onde a qualidade de vida é invejável. Mas temos também outras regiões, muito vulneráveis, onde continuam a faltar infraestruturas básicas. Como se conseguirá atingir um maior equilíbrio entre estas duas realidades?

Não é possível, como se compreende, ter um hospital ou mesmo um centro de saúde em todas as freguesias. Seria economicamente irracional e duvido mesmo se teria grande eficácia. Mas é inadmissível que haja um português sem acesso a cuidados de saúde, independentemente do sítio onde viva. Seja porque a sua localidade é mais isolada, porque tem menos acessibilidades ou porque a sua mobilidade está condicionada, a solução passa sempre por levar a Saúde até ele. Temos viaturas móveis de saúde que já asseguram a cobertura de alguns territórios, fazendo o acompanhamento médico em casos de doenças crónicas e fazendo uma medicina preventiva. Para os casos que requeiram exames médicos ou consultas de especialidade que obriguem a deslocações ao hospital, há soluções como o transporte a pedido – que funciona como um transporte privado, por marcação. E grande parte dos cuidados médicos encontrará resposta na telemedicina num futuro próximo. A lógica é um bocado como “se a montanha não vai a Maomé, Maomé vai à montanha”.

Usei a saúde como exemplo, já que porventura é uma área que muito preocupa os cidadãos, mas são vários os serviços de interesse geral que já funcionam à la carte em vários territórios, seja de forma experimental ou regular, e com grande sucesso. Chamam-se serviços de proximidade, ou porta-a-porta, e é objetivo deste Governo conseguir expandi-los ao máximo, permitindo o acesso de todos os cidadãos a serviços de qualidade.

A promoção da cooperação transfronteiriça é um dos quatro eixos fundamentais do Plano de Valorização do

Interior, que continuará em vigor nesta legislatura. Esta é uma excelente forma de passarmos a olhar para os territórios do interior como mais centrais do que periféricos, numa lógica ibérica e europeia?

Nenhum país consegue viver isolado dos seus vizinhos. Portugal tem a enorme vantagem de possuir uma das maiores e mais estáveis fronteiras da Europa. Partilha-a com um país amigo e parceiro, com quem se identifica em termos de cultura, história e ambição. Esta fronteira, que durante anos foi vista apenas como um ponto de passagem, é agora uma aposta estratégica para os dois países. Situa-se no coração da Península Ibérica, aberta a um mercado de 60 milhões de consumidores. E há territórios, de um lado e outro, que podem tirar partido dessa localização. Territórios que já partilham estruturas, equipamentos e projetos de investimento e que querem continuar a fazê-lo, aumentando até essa cooperação com vantagens inegáveis para os cidadãos. Evidentemente que desenvolver a zona da raia não é possível apenas com uma mudança de perspetiva ou mentalidade. Tem de ser também uma aposta económica e financeira. A decisão política que culminou com a Estratégia Comum de Desenvolvimento Transfronteiriço, assinada na Guarda em outubro de 2020, comprometeu os Governos de Portugal e Espanha numa série de medidas destinadas a garantir essa cooperação.

Nos últimos anos, muito por causa da pandemia, o teletrabalho passou a ser uma realidade habitual para muitas pessoas. Gerou também novas oportunidades tornando a vida em localidades do interior uma possibilidade para um maior número de pessoas. A esse respeito em que ponto está a Rede Nacional de Espaços de Teletrabalho / Coworking nos Territórios do Interior? Tem havido adesão por parte de empresas privadas também?

É verdade que as mudanças no mercado de trabalho, que já estavam em curso, foram aceleradas pela pandemia. Muitas

empresas já nem vão voltar ao antigamente, ao tradicional funcionamento clássico em escritórios, ou optam agora por funcionar num modelo híbrido, com dias alternados entre escritório e casa. Esta mudança permitiu a redução de custos fixos nas empresas e um maior nível de satisfação dos trabalhadores. E todos sabemos como a satisfação e felicidade se reflete diretamente na produtividade.

A Rede Nacional de Espaços de Teletrabalho/Coworking veio dar resposta a um problema concreto dos trabalhadores. Muitos não tinham espaço dedicado em casa para poderem trabalhar, ou esse trabalho interferia com a sua vida familiar. A ideia de criar espaços dedicados, onde equipamentos e alguns serviços pudessem ser partilhados, com colegas em vez de isolamento, permitindo a cada um escolher a geografia em que o faz, foi uma ideia muito bem acolhida pelos nossos municípios. As Comissões de Coordenação e Desenvolvimento Regional fizeram um intenso trabalho de articulação com os municípios, com vista a identificar instalações que poderiam ser adaptadas e equipadas, preferencialmente no centro das vilas ou cidades e próximas de instalações desportivas ou equipamentos de lazer que pudessem melhorar a vida destes trabalhadores. De norte a sul do país, temos 89 municípios que já aderiram à Rede de Espaços de Teletrabalho/Coworking no Interior e 65 espaços já em funcionamento, com capacidade para acolher 730 trabalhadores. Nem todos ocupam estes espaços de forma permanente, o que dificulta o apuramento da taxa de ocupação, mas os municípios dão-nos um feedback muito positivo do programa em termos de procura. Tão positivo que temos, nesta altura, mais municípios à espera de integrar esta Rede.

São espaços abertos tanto a funcionários públicos, como privados. Por exemplo, a Fujitsu, multinacional que dispensa apresentações, já utiliza neste momento os espaços de Vila Real, Portimão, Bragança e Satão e pretende expandir a colocação dos seus trabalhadores por várias outras cidades.

Pela sua experiência governativa e percurso de vida académica e profissional tem uma sensibilidade particular relativamente a todas as questões relacionadas com o interior. Muitas vezes estas regiões são referidas por pessoas que as conhecem pouco de forma meramente bucólica. Por isso, aproveito para lhe perguntar de que forma é que espera que as pessoas venham a olhar para o interior do nosso país?

Não tenho dúvidas de que o Interior é o nosso futuro. Para mim foi também a melhor opção no passado e é no presente. Não só porque os territórios do Litoral estão mais sobrecarregados, com uma densidade populacional que não permite qualidade de vida, com preços mais elevados na habitação devido ao excesso de procura, mas também – e sobretudo – porque as prioridades das pessoas mudaram.

As pessoas querem, mais do que nunca, espaço, segurança e qualidade de vida. Tempo para levar os filhos à escola e chegar ao trabalho sem trânsito, sem stress. Viver em territórios onde possam fazer exercício físico ao fim do dia porque estão próximos da natureza.

Esses locais já existem. Não são ainda perfeitos, mas o Governo vai continuar o seu trabalho de os dotar de oportunidades de emprego, meios, serviços e todas as condições necessárias.



§
**POLUIÇÃO ZERO:
 ÁGUAS BALNEARES INTERIORES
 AINDA LONGE DESTE OBJETIVO.**

por Sara Correia, Gestora de Projetos e Analista de Políticas Públicas



Até 2050, a poluição ambiental deverá ser reduzida para níveis que não comprometam a saúde humana e a saúde dos ecossistemas. Este é o principal e ambicioso objetivo do Plano de Ação para a Poluição Zero que a Comissão Europeia adotou em maio de 2021.

Hoje, a luta contra a poluição é vista como uma urgência, seja por questões ambientais ou de saúde pública, no entanto, quando falamos em Poluição Zero é natural que nos questionemos se a fasquia não estará a ser colocada demasiado alta e se não estaremos perante um objetivo pouco realista. Considerando que, anualmente, a poluição é responsável por nove milhões de mortes prematuras, em todo o mundo, e uma das principais causas da perda de biodiversidade e da redução da capacidade dos ecossistemas para prestarem serviços indispensáveis à vida, rapidamente compreendemos a urgência da mudança e de uma visão de poluição zero.

Os dados mais recentes divulgados pela União Europeia, referentes a 2021, indicam que a qualidade das águas balneares europeias é elevada, com cerca de 85% a apresentar excelente qualidade. Portugal não é exceção no que respeita à excelência na qualidade das suas águas balneares aparecendo em décimo lugar numa lista de

30 países (União Europeia, Albânia e Suíça), com uma percentagem de águas balneares de qualidade excelente superior a países como Espanha, França ou Itália.

Ainda assim, na lista de Praias ZERO Poluição, recentemente divulgada pela Associação ZERO, figuram apenas 58 das 643 águas balneares portuguesas, onde apenas uma corresponde a uma praia interior, ou seja, foi a única praia interior a cumprir o requisito de não apresentar qualquer indício de contaminação microbiológica nas últimas três épocas balneares, o que é revelador dos problemas que afetam a qualidade da água na generalidade dos rios portugueses.

Após décadas de investimentos em redes de saneamento e em infraestruturas de tratamento de águas residuais, apesar das melhorias significativas na qualidade das nossas águas, os níveis excessivos de poluentes nos rios portugueses continuam a existir e a ser agravados pelos efeitos das alterações climáticas, afastando-nos daqueles que são os objetivos de qualidade estabelecidos a nível europeu. Identificar as causas e implementar medidas adequadas para prevenir, reduzir ou eliminar essas causas são essenciais para acelerarmos a redução da poluição e caminharmos para o tão necessário objetivo de poluição zero.

Almada na Rota do Turismo Industrial

Almada é costa, sol, luz, é mar e rio, vértice de união entre o Tejo e o Atlântico. Na nossa última edição destacámos o #ADN de Almada, desde logo os seus impressionantes 13 quilómetros de praias limpas (Qualidade Ouro e Bandeira Azul) de areia branca e fina. Mas também o seu património histórico e os seus espaços verdes (e são tantos neste concelho!). Para esta edição preparámos algo diferente, como que o outro lado do muito que este município tem para oferecer a quem o visita. Convidamo-lo assim a mergulhar na memória e na identidade de Almada (e do país) através desta rota industrial pelo concelho.

Usufruindo de uma localização geográfica privilegiada, com o rio e o mar como principais vias de acesso, ao longo de toda a margem do Tejo proliferaram fábricas ligadas à indústria conserveira, à construção naval, à cortiça ou à produção e armazenamento de vinhos e alimentos. A história industrial do Concelho de Almada remonta aos primórdios da indústria em Portugal, no século XIX. Contudo, da era de ocupação romana, no século I d.C., encontram-se vestígios arqueológicos de salgas de peixe com capacidade de produção em grande escala e, da era mourisca podem visitar-se as Covas de Pão, estruturas onde eram transformados e armazenados cereais.

Os itinerários propostos oferecem a oportunidade de ver e visitar alguns espaços de arqueologia industrial, apreciar as melhores vistas sobre Lisboa, conhecer o vasto património cultural e religioso, ou usufruir dos jardins e extensos parques urbanos que fazem de Almada uma das dez cidades mais verdes de Portugal.

Após uma emblemática viagem de Cacilheiro, numa rota circular, começamos no Chafariz de Cacilhas, no coração da freguesia, de onde se pode ver a localidade a 360°. Logo ali, está a Salga de Peixe Romana, operacional entre os séculos I e III D.C., que tinha grande capacidade de produção para a época. Junto ao rio, debruçado sobre o Mar da Palha desde 1886 está o Farol de Cacilhas; mais adiante, em doca seca, a Fragata D. Fernando II e Glória, permite-nos viajar no tempo e 'experimentar' a vida a bordo no século XIX. Ao lado, notamos o submarino Barracuda que nos seus 42 anos de vida operacional percorreu o equivalente a 36 voltas ao mundo! Vemos também a igreja de Nossa Senhora do Bom Sucesso, reconstruída após o terramoto de 1755 e, ao cimo da rua pedonal, onde se encontra

a melhor oferta gastronómica da cidade, está o antigo edifício dos Bombeiros Voluntários de Cacilhas onde funciona agora um posto de atendimento turístico.

Podemos ir de metro de superfície e apreciar as avenidas ladeadas de jacarandás até ao centro histórico de Almada. Da Praça São João Batista podemos caminhar até à Rua Capitão Leitão, passando pela moderna Igreja da Nossa Senhora da Assunção. Esta igreja é um dos exemplos da arquitetura moderna em Portugal, cujo projeto é dos arquitetos Nuno Teotónio Pereira e de Nuno Portas, construída em 1969. Depois, subimos pelo Jardim Dr. Alberto Araújo, onde é de apreciar o painel de cerâmica do pintor e ceramista Manuel Cargaleiro, e vamos até à Rua Capitão Leitão onde se situa a Fábrica Nacional de Relógios Monumentais - "Boa Construtora", prestigiada pelo fabrico de famosos relógios e maquinismos de carrilhão para monumentos nacionais e estrangeiros. Aqui, foram fabricados os relógios do Arco da Rua Augusta, do Museu Militar, do Mercado 24 de Julho e foi também reparado o maquinismo do carrilhão da torre sul do Convento de Mafra, entre outros exemplos.

Na mesma rua, ergue-se o edifício da Sociedade Filarmónica Incrível Almadense, fundada em 1848 - esta é a segunda coletividade mais antiga do país; e a Academia de Instrução e Recreio Familiar Almadense, fundada em 1895, como resultado de uma cisão entre associados da Incrível Almadense, que prosseguiu objetivos comuns. Ambas as coletividades desenvolveram, ao longo dos anos, relevantes valências culturais e desportivas que marcaram e marcam profundamente a história de Almada. Ao fundo está o belo edifício dos Paços do Concelho, cuja construção remonta ao século XVIII.

Penetrando nas ruas de casas baixinhas da Almada Velha, chegamos à Casa da Cerca que é de visita obrigatória. Não só é o Centro de Arte Contemporânea de Almada, com exposições de artistas de renome, como também alberga o Jardim Botânico Chão das Artes, que explora a relação entre a flora e as artes plásticas e permite descansar o corpo e a alma com vistas esplendorosas sobre Lisboa.

Mais abaixo, descendo pelo Elevador Panorâmico da Boca do Vento, encontramos um belíssimo espaço de fruição junto à água, o Jardim do Rio, a partir do qual é possível aceder ao Museu Naval, que conserva um dos mais importantes espólios de memória e de identidade na área da construção e reparação naval. Logo ao lado, encontra-se a Companhia de Fiação de Tecidos Lisbonense, fábrica de algodão considerada a primeira instalação industrial do concelho de Almada. Nas zonas da Arealva, Olho de Boi e Ginjal, encontramos algumas das mais relevantes companhias e armazéns ligados às indústrias pesqueira, conserveira, vinícola, têxtil, corticeira, entre outras, que procuravam a facilidade de acesso à capital do país. Também os barcos da pesca do bacalhau, depois de benzidos no Mosteiro dos Jerónimos antes de saírem para

a campanha, vinham abastecer-se de combustível e da boa água da Fonte da Pipa, que deu de beber aos marinheiros desde os Descobrimentos portugueses.

Novamente em Cacilhas, inicia-se uma outra rota rumo à Cova da Piedade. Seguimos em direção à Margueira, destacando os Estaleiros Navais Hugo Parry & Son, onde se fabricaram os primeiros navios de ferro e aço para a Marinha de Guerra Portuguesa no século XIX, e a Lisnave, uma das principais empresas de construção e reparação naval portuguesas, que marcaram indelevelmente a cidade de Almada, exponenciando o crescimento industrial, urbanístico e demográfico do Concelho e de Portugal. Estes e outros espaços portuários e recantos panorâmicos, com vistas para o Tejo e o Mar da Palha, têm servido de palco a vários eventos culturais, desportivos e produções cinematográficas nacionais e internacionais.

Mais adiante, na Cova da Piedade, as zonas da Romeira e Caramujo guardam a memória de uma vida industrial plena, sobretudo na primeira metade do século XX. Aqui se localizou o núcleo corticeiro e a antiga Fábrica de Moagem que é o exemplo mais representativo da arquitetura industrial





modernista, um testemunho etnográfico da vivência fabril e portuária. Outro Imóvel de Interesse Municipal é uma nora de ferro de grandes dimensões que evoca o passado rural e industrial do território. O desenvolvimento industrial da zona deve-se sobretudo a António José Gomes - o principal proprietário e impulsionador da atividade agroindustrial do Concelho de Almada.

Os anos 70 do século XX trouxeram o encerramento destas fábricas, mas nos últimos anos tem-se assistido à revitalização da antiga zona industrial: os armazéns converteram-se em ginásios, ateliers e espaços de lazer e restauração; as paredes e os muros são também base para criações de arte urbana, num espaço onde se respira novamente inovação e modernidade.

Ainda na Cova da Piedade, o Museu de Almada – Casa da Cidade, completa a rota industrial, oferecendo uma visão geral da História de Almada e dos almadenses. A dois passos encontramos o Parque da Paz, o “pulmão da cidade”, com 60 hectares de bosque, sobreiros, lagos, pinheiros mansos, clareiras e jardins de grande biodiversidade em fauna e flora,

convidando todos à contemplação, ao lazer e ao desporto. No extremo norte do parque, uma ponte pedonal e ciclável ligam ao Pragal, onde o Santuário do Cristo Rei, ex-libris do Concelho, se ergue a mais de 100 metros de altura e permite apreciar a paisagem a 360° para terminar o percurso em beleza.

Para além do património industrial existente na cidade de Almada, também noutras partes do Concelho a atividade industrial teve, e ainda tem, grande expressão, sendo apreciáveis os elementos industriais que se destacam na paisagem. São exemplo os silos do Terminal de Granéis Alimentares da Trafaria, pertencentes à Silopor, que se destinam a receber os maiores navios graneleiros do mundo.

Almada na Rota do Turismo Industrial é complementada por muitos outros pontos de interesse, que são parte integrante de um destino onde se respira ar puro, arte, cultura e modernidade. Convidamo-lo, assim, a explorá-lo através da página cm-almada.pt/visitar ou descarregando a APP Descubra Portugal, selecionando o município de Almada:

DESCUBRA
a Arte Urbana em Almada

portal.descubra.pt

CMA

WWW.CM-ALMADA.PT



"Visceral", por Vhils, na Barragem da Caniçada (Vieira do Minho), visto da margem direita do Rio Cávado (Terras de Bouro). Pretende homenagear a resiliência da população local face ao êxodo rural e mostrar o diálogo entre o homem, o edificado e a natureza envolvente.

stantâneos

Slide & Splash 2022

“Diversão para todas as idades”

O parque aquático Slide & Splash, em Lagoa, no Algarve, abriu as portas já em abril para esta nova época 2022. Depois de dois anos conturbados, a gerência espera voltar ao normal funcionamento do parque, cumprindo o habitual calendário de sete meses, até finais de outubro.

Diversões aquáticas

Entre as diversões do parque, destacam-se as mais icónicas como o Tropical Paradise, um mundo de fantasia para os mais pequenos, o aliciante Big Wave onde se atinge a gravidade zero, a discoteca deslizante do Disco River, as divertidas Pistas Brandas, a escuridão do Black Hole e tantos outros que dão cor e alegria aos visitantes. Para além dos escorregas, há também espetáculos de apresentação de aves de rapina e araras, centro de massagens e fish-spa, seis pontos de restauração e uma loja de conveniência e lembranças.

Novidades 2022

Após remodelação da maioria das diversões nos últimos sete anos, o parque inaugura este verão a primeira

fase de um projeto ambicioso que ocupará uma nova área com o total de seis hectares. O parque passa assim a dispor de mais área de lazer com relvado e espreguiçadeiras, seis zonas reservadas para grupos entre quatro a dez pessoas e uma torre com três tipos de escorregas: o Boomerang, uma viagem de boia com efeitos luminosos e um surpreendente vaivém a toda a velocidade; no Race as seis pistas coloridas lançam o desafio para uma corrida cronometrada à centésima de segundo; e a experiência única do Big Fall, a “viagem-cápsula” mais rápida do parque, só mesmo para os mais corajosos! É muito mais que adrenalina!

Sendo o parque com mais tempo em funcionamento do Algarve, o Slide & Splash conta com 36 anos de visita obrigatória para um dia em família

ou com amigos, tendo como lema “Diversão para crianças de todas as idades”.

Promoções

Para além dos 10% de desconto online no website oficial e reserva imediata do dia de visita, existe a possibilidade de adquirir o bilhete de segundo dia, por 12€, na receção interna do parque.

Foco na Segurança

A equipa do parque está permanentemente alerta, tendo como principal objetivo a segurança e saúde de todos os visitantes e colaboradores.

Foco na Sustentabilidade

A sustentabilidade está na ordem do dia e para continuar a diminuir a sua pegada ecológica o Slide & Splash aderiu este ano à mobilidade verde com a aquisição de uma viatura elétrica para a distribuição de stock e recolha de lixo. Desde 2008, o parque dispõe de uma estação de tratamento de água que reaproveita a lavagem dos filtros das piscinas para os sanitários, jardins e relvados, conseguindo reciclar cerca de 125 mil litros por dia. De salientar também, a contínua substituição dos descartáveis em plástico para opções recicláveis e investimento em energia solar para aquecimento de água para os vestiários e para produção de energia elétrica.



WWW.SLIDESPLASH.COM | INFO@SLIDESPLASH.COM | +351 282 340 800



Mulheres  spiradoras

Heloísa Cruz

Uma mulher que concretiza o que parecia impossível

Foi numa conversa informal e cativante que ficámos a conhecer Heloísa Cruz. Uma mulher que procura realizar sonhos, tal como conseguiu fazer na sua vida, repleta de boas energias e com um enorme orgulho no que alcançou. A IN Corporate dá-lhe a conhecer a Imobiliária Heloísa Cruz, símbolo de inspiração e coragem, símbolo de feminismo.



Donata Maio - Consultora

Começou a trabalhar nesta área em 2016, numa empresa onde aprendeu e desenvolveu, na área do imobiliário, as competências necessárias para, com todo o empenho e dedicação, conseguir alcançar o que tem hoje. Num momento de coragem e muito empenho, decidiu abrir a sua própria imobiliária, que tem o seu nome porque a representa com total transparência. Estávamos no início da pandemia quando tudo começou na Heloísa Cruz Imobiliária. Durante um ano trabalhou sozinha na angariação de clientes e, em simultâneo, trabalhava na abertura da sua loja, um projeto realizado em abril de 2021, na Póvoa de Varzim. Hoje conta com 22 colaboradoras, todas elas com diferentes personalidades e formas de trabalhar, mas unidas e com o objetivo de atingir as suas metas e as dos clientes. “Vamos sempre trabalhar de uma forma profissional e com mais dedicação aos nossos clientes”, afirma Heloísa Cruz.

Era bastante notório que falávamos com uma mulher que defende a emancipação feminina e que diariamente o transmite para a sua empresa. Fala por experiência própria e afirma que todas as mulheres têm de lutar pelo que querem. “Achei engraçado chegar a um patamar da minha vida, que antes achava ser impossível, e aperceber-me que afinal consigo, da mesma forma que outras mulheres conseguem”, inspira-nos a empresária. Para Heloísa, todas as mulheres têm o direito de querer mais, de ter objetivos e de não se contentarem com o básico, “precisamos de crescer e acreditarmos que conseguimos melhor”.

O orgulho na sua equipa, totalmente feminina, é bastante óbvio. Pessoas extremamente dedicadas, com brio profissional, perfeccionistas, mas que não deixam de ser humildes. Um dos lemas da empresa é “vender com alma”, ou seja, não se trata apenas de vendas,

mas sim, numa relação que criam com os clientes. Para tal, as características de todas estas mulheres enquadram-se na perfeição.

Esta dedicação faz com que os clientes de Heloísa Cruz a descrevam como “a mulher que faz o impossível”, algo que nos conta com um grande sorriso. É exatamente a pensar neles que nos falo do seu novo projeto, a HC Créditos, algo que abrirá em breve, em Vila do Conde. O futuro também passará pela abertura de novas lojas espalhadas pelo país.

No final da entrevista deixa ainda uma palavra especial de homenagem a uma das suas colaboradoras: Donata Maio. Trata-se de uma pessoa que transmite alegria e boa energia, uma mulher que atingiu o que achava ser inalcançável. Estas mulheres são uma inspiração para muitas outras no nosso país e Heloísa Cruz conclui com apenas uma certeza, “as mulheres merecem mais e se forem à luta, conseguem”.

WWW.HELOISACRUZ.PT



ATLAW

O sonho concretizado de Patrícia Azevedo Lopes



Transparência, rigor e responsabilidade são os pilares da atividade jurídica desenvolvida pela Boutique Law firm ATLAW. O rosto e Managing Partner deste escritório de advocacia é Patrícia Azevedo Lopes. Uma Mulher Inspiradora cuja trabalho fomos conhecer melhor.

De uma forma um pouco introdutória e para dar a conhecer a empresa aos nossos leitores, como surgiu a ATLAW e porquê?

A ATLAW é a concretização de um sonho. A partir de um conceito boutique de direito, o projeto visa aproximar e traduzir, de uma forma simples, a complexidade das leis ao cliente e ao caso em concreto. Ao longo de quase duas décadas, de forma gradual e em amadurecimento constante, tem sido criada uma estrutura capaz de oferecer um serviço de excelência, procurando soluções adequadas aos desafios apresentados pelos nossos clientes.

O nosso objetivo tende a esclarecer o nosso cliente, elucidativa e diretamente, envolvendo-o na perceção do seu próprio processo, o que, em nossa opinião, apenas sucede quando o serviço é prestado de forma personalizada e próxima ao nosso cliente, fazendo com que se sinta em casa com a lei – ATLAW Azevedo Lopes Lawyers – cuja designação seguiu inevitavelmente as tendências da globalização, acompanhando o nosso mercado, também ele, com uma forte componente internacional.

“É enriquecedor apercebermo-nos que o acompanhamento que fazemos aos nossos clientes perdura no tempo.”

Quais os principais direitos dos cidadãos, nas diversas áreas em que a empresa atua, que normalmente não são de sabedoria geral? Gostaria de partilhar algum conselho para os portugueses?

Esta questão é bastante pertinente. Atualmente, o mundo em que vivemos tem vindo a transformar-se, a cada dia que passa, num mundo mais tecnológico e digital. Veio, assim, permitir que o cidadão partilhe informações sobre os seus comportamentos à escala global. E, apesar de apostar numa transformação digital, também na área da Advocacia, é crucial existir uma maior consciencialização da informação que cada um partilha de forma a proteger e salvaguardar a privacidade dos seus dados.

A ATLAW decidiu apostar na formação especializada na área da Proteção de Dados, podendo prestar orientação na prevenção e apresentação de soluções relacionadas com o direito digital e o uso de tecnologia, nomeadamente, na implementação do Regulamento Geral da Proteção de Dados (RGPD) bem como, a título privado, no que ao tratamento dos dados pessoais diz respeito.

“Sou oriunda de uma família com imensas mulheres, habituadas a poder dar a sua opinião.”

FOTOS: INÉS LOPES | WWW.INSTAGRAM.COM/IPESLONES | Y (IPESLONES.ME)



Aconselharíamos sempre a acautelar devidamente a partilha dos dados pessoais, verificando as entidades que os solicitem, prestando a informação mínima e indispensável, solicitando esclarecimentos quanto ao tratamento que aquela entidade fará com esses dados e qual a finalidade pretendida.

“É crucial existir uma maior consciencialização da informação que cada um partilha de forma a proteger e salvaguardar a privacidade dos seus dados.”

Tratando-se de uma firma de advogados, quais são os motivos mais comuns dos clientes que vos procuram? Que tipo de relação mantêm enquanto trabalham com eles?


A nossa Boutique Law Firm presta serviços jurídicos em diversas áreas do Direito, atuando sobretudo em duas grandes vertentes: o Direito Imobiliário e o Direito da Imigração. Por vezes, estas duas vertentes ou áreas de atuação complementam-se entre si e geram a necessidade de prestar apoio jurídico noutras áreas como o Direito comercial e societário, laboral e, portanto, assegurando uma assessoria jurídica transversal a todas essas necessidades. Temos clientes investidores, particulares ou empresas a quem, inicialmente, prestamos serviços jurídicos numa determinada área e que depois vem a necessitar apoio em outras áreas.

A nossa equipa está sempre atenta às necessidades dos nossos clientes, o conceito de proximidade é dos nossos principais compromissos. Assinalamos com caráter de prioridade, aquilo a que designamos por gestão de

expectativas e aplicamo-la ao relacionamento entre Advogado e Cliente. É enriquecedor apercebermo-nos que o acompanhamento que fazemos aos nossos clientes perdura no tempo e que somos recomendados, por vezes, por situações que aconteceram pontualmente, mas que, de uma forma irrepreensível, gerou uma memória seletiva. Aliás, algumas dessas ligações ainda hoje se mantêm.

Sente algum tipo de discriminação por ser uma mulher nesta área? Na sua opinião, ainda há um longo caminho a percorrer em Portugal?

Felizmente, no ano da minha agregação (2004) o número de mulheres advogadas já era expressivo. Reconheço que exista ainda a necessidade de percorrer caminho, mas não creio que o objetivo seja de equiparar a mulher ao homem enquanto advogados.

É evidente que em momentos no exercício da nossa profissão ocorressem situações menos positivas, contudo não as relaciono ao facto de ser mulher e advogada. Sou oriunda de uma família com imensas mulheres, habituadas a poder dar a sua opinião. Ao confrontar-me com algum tipo de discriminação por ser mulher, a melhor forma de as encarar é admitir que essas situações são característica de uma mentalidade retrógrada que não se adaptou aos tempos atuais. Nem se tratará de uma questão de resignação com a sua existência, apenas a constatação de um facto. Há que considerar esses momentos menos positivos transformando-os em motivação para que contribuam para o nosso crescimento pessoal e profissional. O facto de ser Mulher, pela nossa natureza, potencia o sentimento de acolhimento social, a defesa pela igualdade de oportunidades, o empreendedorismo que almeja um lugar de destaque na sociedade como porta-voz de temas vulneráveis. E é neste caminho que revejo o meu percurso, quer pessoal, quer profissional. 

WWW.ATLAW.PT

“Gosto muito do que faço, sou feliz a trabalhar”

Teresa Ponce de Leão é uma mulher com um trajeto profissional excepcional. À IN Corporate, a Presidente do Conselho Diretivo do Laboratório Nacional de Energia e Geologia (LNEG), falou do seu percurso e do trabalho que o Laboratório desenvolve.

Apassionada pelo seu trabalho e sempre pronta a abraçar novos desafios, Teresa Ponce de Leão, assume o cargo de Presidente do Laboratório Nacional de Energia e Geologia (LNEG) desde 2009. Um desafio que trouxe mudanças à sua vida. “Obrigou-me a passar muito mais tempo em Lisboa do que na minha cidade, o Porto, onde nunca deixei de habitar,” conta-nos.

Sob o lema “construir um futuro mais limpo e melhor” o Laboratório pretende contribuir para o desenvolvimento sustentável. Através de parcerias e do trabalho em rede, o LNEG procura dar uma resposta eficiente ao nível das respostas públicas, com reflexos positivos na sociedade. Neste momento, o Laboratório está a analisar qual a melhor forma de introduzir a metodologia da United Nations Resource Management Systems (UNRMS), uma estrutura unificadora para a gestão integrada de recursos. “Estamos a estudar como introduzir a metodologia da UNRMS, baseada em princípios que pretendem vir a ser um guia para os decisores na gestão dos projetos.”

Numa altura crucial para a transição energética o LNEG criou mecanismos internos que garantem a colaboração das áreas de competência, dando respostas aos desafios interdisciplinares ao nível da modelização dos sistemas de energia para avaliação dos impactos das decisões para a Transição Energética. “Estamos a trabalhar, através do conhecimento dos nossos recursos endógenos, no apoio ao Estado e à sociedade nos sectores emergentes, com conhecimento nas matérias-primas críticas, no sector do hidrogénio e biogás e na economia circular.”

Hoje, o hidrogénio é um vector energético que traz a complementaridade e a flexibilidade que ainda falta para assegurar a total descarbonização do sistema de energia. A importância do tema levou à criação de um grupo de trabalho transversal, com parceiros públicos e privados, que tem trabalhado “em toda a cadeia de valor com resultados no apoio à Estratégia para o Hidrogénio, no apoio a empresas do sector e na preparação de um Atlas para o H2.” Um instrumento de trabalho que o LNEG acredita ser um importante guia, não só para o investimento, mas também para as medidas de política e regulação para o sector. Ser flexível e estar em estado de prontidão para dar resposta eficaz às soluções, necessárias para mitigar as incertezas são, na opinião da Presidente do LNEG, os maiores desafios futuros.

Orgulhosa do caminho que trilhou, Teresa Ponce de Leão considera que o facto de ser mulher nunca a impediu de perseguir os objetivos delineados. “Não tendo ligação ao facto de ser mulher, os meus maiores desafios foram e são mudar mentalidades, explicar e aplicar o princípio de que tudo se gere, em tudo temos que ser eficazes e eficientes e ser capazes de medir os impactos dos investimentos, sejam eles na produção de ciência ou na gestão do dia-a-dia.”

WWW.LNEG.PT



LICENÇA AMI 9632



BRAGANÇA



COORDENAÇÃO NORTE 2
2º TRIMESTRE 2022
CONSTRUÇÃO DE IMÓVEIS
1º LUGAR

MEDIAÇÃO IMOBILIÁRIA | CONSTRUÇÃO DE IMÓVEIS | MEDIAÇÃO DE OBRAS
MEDIAÇÃO DE SEGUROS | INTERMEDIAÇÃO DE CRÉDITO

INTERMEDIÁRIO DE CRÉDITO DEVIDAMENTE VINCULADO PELO BANCO DE PORTUGAL COM O N.º 0004208

SERVIÇO PERSONALIZADO COM SOLUÇÕES 360º
decisoesesolucoes.com

TELF.: 273 326 361 | TELM.: 935 620 113 | AG.BRAGANCA@DECISOESESOLUCOES.COM

Isabel Caldeira Cardoso apresenta-nos a APPE



Filipe Costa, Presidente da Comissão Executiva da aicep Global Parques; Gonçalo Pimenta, Presidente da Madeira Parques - MPE; Rogério Gouveia, Secretário Regional das Finanças; Miguel Albuquerque, Presidente do Governo Regional da Madeira; Bernardo Ivo Cruz, Secretário de Estado da Internacionalização; Rui Barreto, Secretário Regional da Economia; Isabel Caldeira Cardoso, Vice-Presidente da Comissão Executiva da aicep Global Parques; Teresa Pereira, Vogal do Conselho de Administração da Madeira Parques - MPE.

APPE - Associação Portuguesa de Parques Empresariais, um player valioso para a qualificação de áreas de localização empresarial em todo o território nacional que promove a angariação de mais investimento.

A APPE - Associação Portuguesa de Parques Empresariais resulta do esforço coletivo de gestores de áreas de localização empresarial de todo o país, privados e públicos, e da sua vontade em colaborar na qualificação e promoção dos territórios, contribuindo para uma maior atração e fixação de investimento produtivo.

Através da reflexão sobre temas primordiais do setor - a gestão eficiente e sustentável de parques empresariais, a qualificação das áreas de acolhimento empresarial, a sua adequada infraestruturção, a articulação eficaz das diversas entidades licenciadoras e a promoção de políticas de desenvolvimento - a APPE quer contribuir para um ambiente competitivo na atração de investimento sustentável, para todas as regiões nacionais, contribuindo para a concretização da estratégia do Governo definida pelo programa Internacionalizar 2030.

No que diz respeito às matérias do eficiente licenciamento industrial, a APPE conta estabelecer parcerias com as entidades relevantes nestas matérias, promovendo desta forma a

competitividade nacional. Outro dos parceiros de elevada importância é a ANMP - Associação Nacional de Municípios Portugueses, que tem sido fundamental na recolha de informação de qualidade para a plataforma Portugal Site Selection, a plataforma de referência da APPE para a promoção igualitária de todas as áreas de localização empresarial nacionais.

A APPE, fundada no final de 2021, iniciou a sua atividade com seis importantes entidades: a aicep Global Parques - Gestão de Áreas Empresariais e Serviços, S.A., a Baía do Tejo, S.A., a Madeira Parques Empresariais, S.A., a SAPECbay, a TecParques - Associação Portuguesa de Parques de Ciência e Tecnologia e o TERinov - Parque de Ciência e Tecnologia da Ilha Terceira. Em 2022, juntou-se o TagusPark, mais uma referência internacional no setor. A APPE quer alargar o número de associados e contar com a adesão dos Municípios que têm uma larga atuação na gestão de áreas para acolhimento empresarial.

Em maio de 2022 a Associação



Isabel Caldeira Cardoso
Presidente da Direção da APPE

fez a sua apresentação na Região Autónoma da Madeira, evento que contou com a presença do Presidente da Região Autónoma da Madeira, Miguel Albuquerque e do Secretário de Estado da Internacionalização, Bernardo Ivo Cruz, o que demonstra o reconhecimento da importância da APPE para o desenvolvimento económico nacional.

O sítio na web www.appeportugal.pt constitui um fórum fundamental e, espera-se, agregador, de mais entidades nacionais com o mesmo objetivo.

WWW.APPEPORTUGAL.PT



PROSEGUR
ALARMS

Malas prontas para ir de férias?

Vá de férias descansado com a sua família. Com o Kit Videoalarme, esteja onde estiver, pode controlar 24 horas por dia a sua casa através do seu smartphone, de forma prática, rápida, segura e muito confortável!



707 22 23 22
prosegur.pt

Alvará 248 A) e C) do MAI



“Paixão, luta e perseverança lideram o caminho para o sucesso”

Gonçalo Rigaud, gerente da Plano Corte – Gabinete Técnico de Moda, conta-nos como tudo aconteceu desde o nascimento da empresa. Uma história de inovação, modernização e sustentabilidade. A aposta na diversificação de mercados é para manter num futuro que se espera de contínuo e sólido crescimento.



Quando era pequeno Gonçalo Rigaud sonhava em trabalhar com automóveis, “foi uma paixão desde as minhas primeiras memórias, tracei o rumo que queria seguir, e andava entre ser corredor de F1 ou engenheiro mecânico e trabalhar numa marca de automóveis”. Como na altura ser corredor em Portugal era difícil, seguiu uma vida ligada à engenharia mecânica.

Aos 17 anos, durante umas férias de verão, surgiu a oportunidade, a partir “de uma grande amiga”, de tirar um curso de modelista na CITEX - Centro de Formação Profissional do Têxtil e do Vestuário, e ir trabalhar com ela. Depois de visitar a empresa, ficou “fascinado com os computadores” e, entusiasmado com a ideia, decidiu aceitar a oferta, ligando o seu caminho à moda, onde está até hoje.

O nascimento da Plano Corte

A história da Plano Corte começa em 1987. Um dos sócios da empresa ouviu falar dos sistemas CAD da Lectra, “uma grande evolução” que iria aumentar a produtividade e a eficiência dos consumos de matérias-primas, conjugando tudo isso com as máquinas automáticas de corte. A desconfiança

numa tecnologia de ponta era grande, o valor das máquinas era extremamente alto. A ideia principal passava por adquirir uma empresa especializada, que conseguisse condensar todas as encomendas e rentabilizar o equipamento.

Foi essa a base da ideia de abrir um centro de serviços, e assim nasceu a Plano Corte. Uma ideia “arrojada para a altura”. Os computadores estavam no início e estavam muito longe de ter as capacidades e funcionalidades de hoje em dia, “não conseguíamos fazer o primeiro molde, só as escalas de tamanhos e os planos para o corte do tecido”, lembra Gonçalo Rigaud. Mas foi assim que a empresa cresceu nos primeiros doze anos, “fomos passando a nossa ideia e construindo a nossa carteira de clientes”. Com a evolução da tecnologia, conseguiram tratar todos os moldes em computador e aumentar a qualidade e a produtividade.

“Uma marca muito forte”

Em 2014 completaram os serviços de corte automático e, hoje em dia, o cliente pode encomendar um molde e sair com as peças cortadas. A Plano Corte “é uma marca muito forte, sinónimo de qualidade e conhecimentos”. Os 35 anos

de história trouxeram “uma experiência muito grande à nossa equipa e os clientes sabem disso”.

Quando começaram a atividade “chamavam-me louco, diziam que indústria estava a sair do país e que tinha os dias contados”, conta-nos Gonçalo Rigaud, confessando ainda que “foi preciso muita resiliência e paixão pela atividade” para chegar onde chegou.

A diversificação de clientes foi também importante para a empresa. Aqui todos são tratados da mesma forma. “Não fazemos distinção dos clientes que estão a começar, dos pequenos e dos grandes, todos são importantes para nós. O grande objetivo é que eles se sintam únicos e em sua casa”.

A indústria de vestuário em Portugal tem passado por uma grande transformação ao longo dos anos. Hoje existem fábricas modernas e adaptadas tecnologicamente às exigências atuais, mas muito caminho teve de ser trilhado para “podermos chegar até aqui”. As transformações no mundo da moda levam a que as empresas procurem ter uma grande variedade nas suas coleções e que se adaptem para poder dar resposta a todo o tipo de clientes.

As camadas jovens não têm muito interesse nesta área, segundo o gerente da Plano Corte, “a renovação de ativos não se tem feito. A média de idades dos trabalhadores é muito alta e não estamos a passar todo o know-how às camadas mais jovens”. Alterar o panorama e promover o gosto pela atividade é importante para Gonçalo Rigaud. Algo que pode ser feito através de reportagens como esta, mostrando os bons exemplos e promovendo “as novas gerações de fábricas, menos viradas para a produção intensiva, mas mais adaptadas ao vestuário de qualidade e luxo”.

Com uma fábrica cada vez mais moderna e em prol do desenvolvimento comunitário, a aposta da Plano Corte está na maior internacionalização e na procura de novos mercados e mais diversificados. O futuro espera-se de crescimento, com crescente investimento na modernização e na sustentabilidade, “somos amantes da História e tentamos aprender com ela para não cometermos erros do passado. Estes últimos dois anos deram-nos razão em matérias pelas quais sempre lutámos. A diversificação foi sempre um cavalo de batalha, e será por isso um grande objetivo”.



WWW.PLANOCORTE.COM

“No nosso ADN está otimismo, adaptação e reinvenção.”



O Grupo Atlantic (ASP GROUP) é uma multinacional em franco crescimento, com sede em Palmela, assumindo-se como uma das grandes exportadoras nacionais, presente em mais de 26 países. Quisemos conhecer melhor esta empresa especializada em fornecimento de peças e serviços para as áreas marítima e energética, e para isso entrevistámos o seu CEO, Hélder Pinto.

Fazendo uma pequena introdução e dar a conhecer a empresa aos nossos leitores, peça-lhe que nos apresente o Grupo Atlantic (ASP GROUP) e o porquê do seu surgimento.

O Grupo Atlantic (ASP GROUP) foi constituído em 2006 por dois irmãos com experiência em engenharia naval. O projeto iniciou-se com recursos limitados, sempre acreditámos no nosso valor, mas o patamar que hoje alcançamos não estava planeado, as oportunidades foram surgindo e hoje somos uma multinacional.

É notório que um dos principais valores da empresa é manter uma boa relação com os clientes. Sendo este um mercado competitivo e em constante mudança, é esta qualidade que vos distingue das outras empresas? Existem mais características diferenciadoras que justifiquem o sucesso deste grupo?

Valorizamos as relações e nunca adequamos o conceito de cliente ou fornecedor, para nós os clientes e fornecedores são parceiros, e é por isso que trabalham connosco num compromisso de confiança.

Estamos a atravessar um período preocupante e alarmante no setor da energia. Como é que esta crise tem afetado o Grupo Atlantic (ASP GROUP) e como têm contor-


nado as dificuldades pelas quais possam estar a passar?

O Grupo Atlantic (ASP GROUP) é uma referência entre as maiores empresas exportadoras. No nosso ADN está otimismo, adaptação e reinvenção, fazemos questão de impor objetivos e de os ultrapassar, acreditando sempre num futuro promissor e de sucesso.

Estando enquadrada nas questões anteriores sobre a importância dos clientes e o setor da energia, fale-nos um pouco sobre a ATLANTIC ALL – ENERGY SOLUTIONS.

A ASP Energy já existia mas, face ao crescimento do Grupo, foi renovada com o intuito de atender aos mercados de geração de energia a gás/cogeração. É uma empresa que se distingue da sua sister ASP Marine que responde ao mercado naval.

O futuro é certamente incerto, mas pode ser planeado. Mesmo com esta crise mundial que atravessamos, quais são os projetos que mais gostaria de ver realizados?

Pretendemos continuar a ser empresa líder nas nossas áreas de atuação na América Latina, continuar a crescer, consolidar clientes, criar parcerias, e trabalhar em novos projetos que vão suceder. Somos uma equipa de pessoas dinâmicas e pró-ativas, e estamos sempre à procura de novos desafios e oportunidades de negócio. 

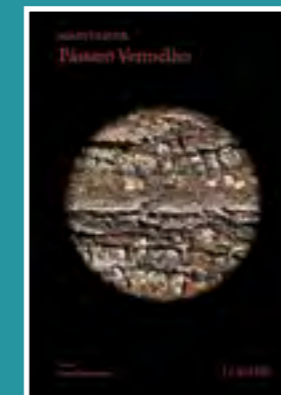
WWW.ATLANTIC.COM.PT

Verão com livros


Descansar com um poema, uma homenagem de uma filha ao pai, ou, por que não, melhorar as suas qualidades enquanto profissional. Deixamos-lhe sugestões de leituras de vários géneros e para todas as idades para acompanhar as suas férias de verão.

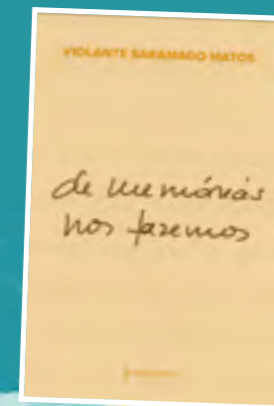
“Pássaro vermelho”

A observação do mundo natural e a gratidão pelas suas dádivas, mas também a estrutura de poder que ameaça o planeta, perpassam estes poemas de Mary Oliver que a livraria e editora portuense Flâneur lançou em maio deste ano. O livro tem tradução de Tomás Sottomayor, o design é de José Luís Dias e as fotografias da capa, da contracapa e do miolo são da artista plástica Marsha McDonald. A edição de 180 páginas é bilingue (inglês e português), mantendo assim os originais da escritora americana vencedora do Pulitzer. Esperamos que versos como "E lá não havia nada/para além da água, do céu, da relva" encontrem o leitor num cenário o mais próximo possível daquele que descrevem.



“De memórias nos fazemos”

Para não ser vista como "a filha de", como contou numa entrevista, acrescentou o apelido Matos adquirido pelo casamento. Violante Saramago Matos partilha momentos vividos com o pai, José Saramago, cujo centenário do nascimento se tem vindo a celebrar desde novembro do ano passado. Neste livro de memórias, a autora recorda vários episódios, entre os quais uma visita do pai à prisão de Caxias onde a também ativista esteve presa três meses, em 1973. A forma peculiar como foi educada pelos pais teve episódios que Violante Saramago Matos decidiu partilhar com o público aos 74 anos. Com formação em biologia, a autora foi professora do ensino secundário e técnica de controlo laboratorial de alimentos e desempenhou ainda cargos políticos. Este é o seu quinto livro que assume como uma homenagem ao seu pai. 



“O futuro não é mais como antigamente”

Andrea Iorio é autor de best-sellers e palestrante de referência sobretudo no Brasil e na América latina. Escreve sobre um tema essencial para as empresas de hoje, o da transformação digital, o que aliás se encaixa no seu percurso empresarial. Economista de profissão, o autor foi diretor do Tinder e Diretor Digital na L'Oréal Brasil. Com o livro "6 Competências da Transformação Digital" alcançou o primeiro lugar na Amazon dentro do seu segmento. "O futuro não é mais como antigamente" foi lançado em 2021 e é um ensaio breve sobre os novos traços do líder no mundo COVID-19. Se quiser aprofundar o trabalho do autor italiano pode ouvi-lo no seu podcast "Metanoia Lab" - "Metanoia" em grego antigo significa "Mudar radicalmente a sua forma de pensar". E é mesmo esta a proposta de Andrea Iorio.





Para miúdos e graúdos, o Zoomarine é o local ideal para descobrir as magníficas criaturas que vivem no oceano. O parque oferece um leque variado de opções lúdicas e educativas que, além de garantirem um dia divertido, têm como objetivo consciencializar os visitantes das ações a tomar para, gota a gota, contribuírem para salvar o oceano e o planeta.

O Zoomarine dispensa apresentações. É desde há 31 anos uma referência para o turismo do Algarve, um dos melhores parques temáticos do Mundo e oferece um programa único e exclusivo de interação com golfinhos na Europa.

O parque temático situado na Guia, em Albufeira, mantém o mesmo objetivo desde a sua fundação a 3 de agosto de 1991: transportar adultos e crianças para um mundo de sonho e fantasia, criando emoções e sensações únicas, ao mesmo tempo que promove o conhecimento, a preservação e a educação ambiental de forma divertida.

Neste que é considerado um verdadeiro 'mar de diversão', são várias as opções, com mais ou menos adrenalina, para miúdos e graúdos. Conhecido pelas fabulosas apresentações zoológicas com golfinhos, focas, leões-marinhos, aves tropicais e aves de rapina, o Zoomarine tornou-se uma referência a nível internacional, ao dar a conhecer aos seus visitantes os aspetos mais significativos da vida destes animais e de que forma é que cada um de nós pode contribuir para melhor proteger e preservar estas espécies.

Em 2022, o Zoomarine apresenta um novo e impressionante habitat zoológico: o **Butterfly Garden**. Neste jardim tropical, com mais 300m², encontram-se variadas espécies de borboletas, originárias de diferentes pontos do planeta, desde a América Central até à Ásia, mas também mais de 70 espécies de plantas, onde é possível testemunhar o fascinante ciclo de vida destes graciosos insectos.



Para além das apresentações, o parque conta ainda com o **habitat de imersão Américas**, onde habitam várias espécies endémicas do continente americano, e às quais se juntaram recentemente novos habitantes: uma preguiça-real, o **Seb**; dois aracaris-limão, o **Tutti** e a **Frutti**, e o **Poco Loco**, um tatu-bola. Para além de ser uma verdadeira viagem à descoberta da natureza, aqui os visitantes podem conhecer de perto várias espécies, especialmente com o programa de interação com caturritas, através do qual os participantes poderão alimentar estas aves naturais da América do Sul.

A juntar à vasta e completa coleção zoológica que conta atualmente com 259 espécies, o Zoomarine oferece ainda um conjunto de atrações aquáticas e mecânicas que prometem deliciar todos aqueles que procuram uma verdadeira aventura em família. Com atividades para todos os gostos, destacam-se o **lazy river** mais longo da Europa Continental, o relaxante **Rio dos Côcos**, cujo percurso é feito em boias ao longo de 400 metros de vegetação e cascatas, transportando-nos para um local verdadeiramente paradisíaco; e a **Zoomarine Beach**, uma praia de areia branca com 5 tipos de ondas constantes. Para os fãs de adrenalina, o Zoomarine criou o incrível **Jurassic River**, um rio rápido no qual é feita uma viagem até à impressionante época jurássica, e onde o percurso está repleto de dinossauros à escala real, que prometem intimidar até os mais corajosos! Quando estiver no parque, visite também o **Harakiri**, um escorrega com quatro pistas, cuja queda de 12 metros só pode ser descrita como instável e vertiginosa.



O Zoomarine tem ainda várias áreas aquáticas dedicadas aos mais novos, quer sejam jogos de água, piscinas ou playgrounds aquáticos infantis, das quais se destacam a **nova Ilha da Fantasia**, que conta com um conjunto de mini-escorregas para os mais novos, e a divertida a **Ilha do Tesouro**, um playground aquático interativo que promete deliciar as crianças. Na componente mecânica, também não faltam opções, desde o **Twist Manta**, ao **Ferry Boat**, à montanha-russa **Buffalo** ou à **Torre Farol**, entre muitos outros.

Ao visitarem o parque, o bilhete dos visitantes inclui ainda acesso ao **cinema 4D**, à impressionante apresentação de acrobacias e novo circo **Baía dos Piratas**, e ao grande aquário **Oceanus**, onde habitam algumas das espécies mais misteriosas dos nossos oceanos.



Focado em oferecer a melhor experiência possível a todos os seus visitantes, o Zoomarine dispõe de todos os serviços necessários, incluindo vários restaurantes, lojas, balneários e cacifos. Com novidades também no campo da restauração, o Zoomarine criou o novo restaurante **Bamboo** que funciona em regime de buffet all you can eat. O parque oferece ainda excelentes acessos para viaturas, estacionamento gratuito e é acessível a cadeiras de rodas.

O Zoomarine não é apenas uma referência no universo dos parques temáticos, mas também uma verdadeira referência na conservação da natureza, ciência e educação em Portugal desde a sua fundação há 30 anos, pois tem tido uma participação muito ativa no campo da conservação e proteção da vida nos oceanos e fora deles, das suas espécies e dos seus habitats. A abordagem de conservação do Zoomarine “Together We Protect” é algo que vai muito além daquilo que os visitantes habitualmente conhecem durante as visitas ao parque. Para além da estratégia basal de envolvimento da comunidade (desde os mais jovens aos mais experientes na vida) através dos programas e abordagens de

sensibilização ambiental, nos últimos anos o Zoomarine decidiu abraçar dois grandes projetos internacionais - World Parrot Trust (América Central) e Marine Megafauna Foundation (Moçambique), através da angariação de fundos através de donativos e merchandising, com parte das receitas dos programas de sensibilização a reverterem para aquelas instituições. Estes projetos fornecem suporte especializado na proteção de muitas espécies ameaçadas de extinção, as quais não funcionarão sem apoio financeiro exterior. Dois claros exemplos do papel ativo que o Zoomarine tem desempenhado junto da comunidade são a **Operação Montanha Verde** e a **Operação Praia Limpa**. A operação Montanha Verde teve o seu início em 2016 e, desde então, cresceu de forma muito natural aumentando o número de concelhos envolvidos e árvores plantadas. À data, e em apenas 4 anos, esta iniciativa já plantou mais de 79 mil árvores em oito concelhos algarvios. A Operação Praia Limpa iniciou-se em 2017, e desde então, o Zoomarine envolve um cada vez maior número de voluntários e concelhos, nestas limpezas de praias. Esta iniciativa tem como objetivo fundamental despertar em todos nós a necessidade de proteção do ambiente marinho.



Para todos aqueles que queiram tornar a visita ao Zoomarine ainda mais especial, foi criada a experiência **Dolphin Emotions**. Este exclusivo programa dá a conhecer os grandes embaixadores dos oceanos: os golfinhos-roaz. Esta experiência inicia-se com uma palestra educativa, seguindo-se de momentos de ternura e muita magia, em que os participantes vão poder conhecer de perto esta espécie e criar memórias verdadeiramente inesquecíveis.



Situada a 3 quilómetros das Termas do Gerês, a pensão dispõe de 20 quartos duplos, 6 suítes e 8 bungalows, bar e esplanadas, sala de jogos e mini-ginásio. Na zona envolvente, poderá ainda usufruir da piscina, court de ténis e de um vasto espaço verdejante em pleno ambiente campestre.



Desfrute do descanso em plena natureza, numa situação geográfica privilegiada, rodeada pela mancha montanhosa protegida do Parque Nacional da Peneda-Gerês, que se ergue sobre as águas da Albufeira da Barragem da Caniçada.



PENSÃO MANUEL PIRES

WWW.PENSAOMANUELPIRES.COM



LUGAR DE PEREIRÓ, 75
4845-076 GERÊS
TELF.: 253 391 139 | FAX: 253 391 874
E-MAIL: GERAL@PENSAOMANUELPIRES.COM

Há ainda muita estrada pela frente, conhece de cor os noticiários, e apetece-lhe ouvir algo que não seja música, com um ritmo de narrativa. Neste caso os podcasts podem ser a companhia que faz com que o tempo passe mais depressa.

A grande vantagem destes programas de áudio online é que cobrem praticamente todos os temas, pode ouvi-los a qualquer hora, e na maioria dos casos fazer download gratuitamente ou simplesmente aceder ao formato a partir das plataformas de streaming.

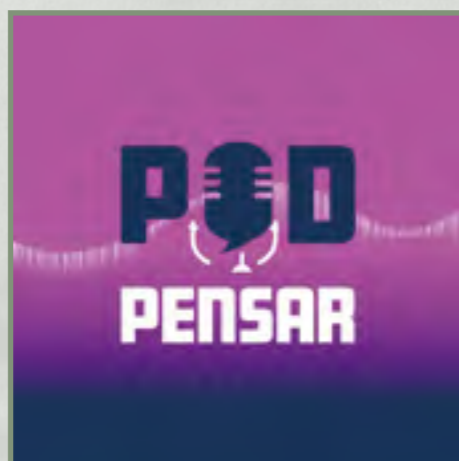
O termo podcast vem da junção de "ipod", o dispositivo de áudio da apple e "broadcast", ou seja, "transmissão", e é um mercado em pleno crescimento. Um estudo da Reuters Digital News Report dá conta que 41,5% dos portugueses que utilizam a Internet ouviram algum podcast no mês anterior, face a uma média global de 31%. Um número que coloca Portugal à frente de países como os Estados Unidos (37%) e sobretudo do Reino Unido (22%), dois países onde o fenómeno ganhou popularidade na primeira década do milénio.

Sendo já ou não utilizador deste formato, deixamos-lhe sugestões de podcasts que pode ouvir em férias (e não só). Mas lembre-se de criar a sua playlist até porque é possível que encontre aqui alguns dos seus programas favoritos. Emissões de culto encontraram neste formato uma nova forma de distribuição e em países como os Estados Unidos há podcasts que se tornaram programas de televisão.

“POD Pensar”

Um dos mais recentes programas do POD Pensar, o podcast da DECO PROTESTE cujo mote é "o podcast de ideias para consumir", é precisamente sobre férias. Ao moderador do programa, Aurélio Gomes, juntaram-se convidados com o objetivo de conversar sobre como planear as primeiras férias livres de muitas das restrições ao fim de dois anos.

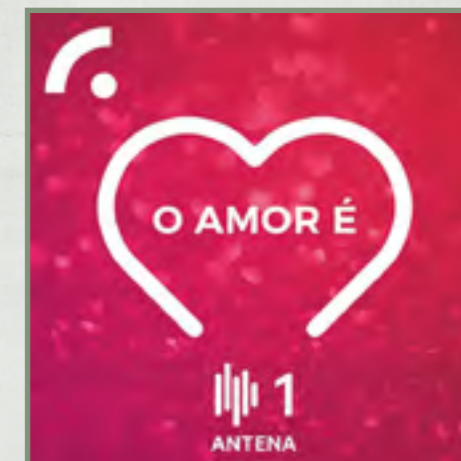
Nesta proposta de "reflexão sobre o que dá norte à missão de defesa do consumidor" não faltam temas de interesse para o consumidor e cidadão que quer estar informado. O primeiro programa foi sobre poupança, o mais recente sobre direitos de animais de companhia, e no alinhamento destes 20 episódios entraram temas como "Burnout, semana de 4 dias e novos modelos de trabalho", "Ciberataques, os temas que pararam o mundo", ou "É o fim dos carros de combustão?".



Podcasts: ouvir quando e onde quiser

“O amor é”

A versão longa de "O Amor É" acontece ao fim de semana e junta os episódios dos dias úteis emitidos na Antena 1. O psiquiatra Júlio Machado Vaz e Inês Meneses conversam sobre amor e sexualidade a partir, por exemplo, de uma notícia ou de uma música. Mas entram também outros temas neste programa como trabalho, política, cultura. Sente-se a cumplicidade entre os dois comunicadores que faz fluir este formato de forma natural e nos conduz por entre temas tão importantes, muitos dos quais intemporais.



“Biblioteca Pública”

Os escritores Afonso Reis Cabral, Dulce Maria Cardoso e Richard Zimler conversam sobre os livros que os próprios propõem - é um livro por semana - à volta do qual refletem. A riqueza do programa vem precisamente daí: de gerações com percursos de vida diferentes, o comentário dos autores às obras reflete isso mesmo. É frequente ouvirmos um "nunca tinha visto o livro dessa forma", e assim se confirma como uma boa conversa nos pode acrescentar novos olhares. Por estes 19 episódios passaram livros como "Se isto é um homem", de Primo Levi, "Um quarto que seja seu", de Virginia Wolf, "Memórias do Subterrâneo", de Fiódor Dostoiévski, sem faltar a literatura portuguesa com "Bichos", de Miguel Torga, ou "Todas as Palavras", de Manuel António Pina.



“TED Talks Negócios”

O formato das "TED Talks" é conhecido em todo o mundo pela sua eficácia em termos de comunicação: palestras de curta duração, de oradores com know-how na área. Por isso é bem provável que ao fazer uma busca no YouTube, esta rede social lhe devolva como resultado algumas destas apresentações. As TED Talks Negócios são um podcast com uma coleção de apresentações sobre o mundo empresarial cujos principais conteúdos são debates sobre empreendedorismo, dicas comportamentais e tópicos sobre liderança. E se é daquelas pessoas que mesmo em férias pensa em trabalho, esta é uma forma leve de quebrar o ócio sem prejudicar o descanso.



Vinhos com História


É em Vila Franca das Naves, no concelho de Trancoso, que encontramos a Cooperativa Beira Serra, que produz e distribui para todo o país, alguns dos melhores vinhos da região. Joaquim Gamboa, administrador da Beira Serra Vinhos, falou-nos um pouco sobre a história e sobre os produtos vínicos de grande qualidade desta Cooperativa.

Movidos pela paixão pelos vinhos, em 1956, um grupo de produtores decidiu formar a Cooperativa Agrícola Beira Serra. “Durante os primeiros anos produzimos e comercializamos grandes vinhos a granel”, começa por contar Joaquim Gamboa. “Marcas conceituadas, compravam o nosso vinho branco e o nosso rosé para comercializarem depois em garrafa.” Hoje, com cerca de 400 associados, a Adega Cooperativa Beira Serra labora anualmente quatro milhões e meio de quilos de uvas que, mais tarde, se vão transformar nos mais variados vinhos, das melhores castas, que são comercializados por todo o país: “Fomos evoluindo ao longo dos anos, nesta altura fazemos e comercializamos grandes vinhos, todos premiados.”

A Cooperativa coloca ao dispor dos seus associados, e do público em geral, vinhos tintos, brancos, rosés e espumantes, todos pautados pela qualidade do terroir dos vinhos da Beira Interior. Nascidos de uvas naturais, os tintos e os rosés apresentam aromas florais bravios, a frutos silvestres e especiarias intensas e vêm de castas como a Rufete, Touriga Nacional, Touriga Franca e Tinta Roriz. Os Brancos e os Espumantes proporcionam-nos aromas exuberantes e a frescura obtida de castas como Síría, Fonte Cal, Malvasia e Arinto, entre outras. Vinhos como o “Óptima Pergunta”, o “Boa Pergunta”, o “Bodas Reais”, o “Portas D’El Rei” e o “Beira Serra” respiram qualidade e revelam-nos a história longínqua

das terras da Beira. “A entrada principal na zona muralhada da cidade de Trancoso dá o nome ao vinho Portas D’El Rei. O Bodas Reais, tinto e branco, surge em homenagem ao casamento do Rei D. Dinis com a Infanta Isabel de Aragão, Rainha Santa Isabel de Portugal.”

A contínua aposta na divulgação dos vinhos em concursos internacionais, nacionais e regionais, faz parte do desenvolvimento dos padrões de produção, mantendo o rigor nos níveis de qualidade. Isso tem permitido a internacionalização dos vinhos em França, Alemanha, Brasil, China, Espanha e Angola. “Temos crescido em notoriedade e temos conseguido promover a Beira Interior. Prova disso são os prémios que legitimam a qualidade dos nossos vinhos.” Os prémios mais recentes foram atribuídos no 15.º Concurso de Vinhos da Beira Interior. Aí, o Bodas Reais Síría Grande Escolha 2019 foi considerado o melhor vinho a concurso no feminino. O Beira Serra Rosé 2021 e o Óptima Pergunta – Private Selection Tinto, foram ambos distinguidos com a medalha de ouro.

Quem quiser comprar os vinhos da Cooperativa Agrícola Beira Serra pode fazê-lo no posto de vendas da adega, através dos seus agentes distribuídos por todas as cidades do país ou através da loja online, em www.store.cooperativabeiraserra.pt. “A loja online é a forma mais fácil e se nos contactarem terão todas as indicações”, remata Joaquim Gamboa. 



Sabor e carácter.

Para pôr à prova, na Península de Setúbal.



Um destino seguro,
um Portugal exclusivo.
visitsetubal.com





PROSEGUR
ALARMS

Vá de férias com o seu negócio protegido

Aproveite as férias tranquilamente, com o Kit Videoalarme. Esteja onde estiver, pode controlar 24 horas por dia a segurança do seu negócio através do seu smartphone, de forma prática e confortável.

707 22 23 22
prosegur.pt

Alvará 248 A) e C) do MAI

