



Corporate

magazine

PORTUGALNTN[®] **Uma referência no Turismo de Natureza**

PORTUGAL, NATURALMENTE:

(Re)descobrir o país

MULHERES INSPIRADORAS:

A liderar pelo exemplo



SOIL TO SOUL Alandroal

14 e 15
Maio

Agricultura.
Gastronomia.
Música.
Animação.

Somos o que comemos

Castelo de Alandroal
Entrada Livre



em colaboração:

SOIL
TO
SOUL

MADE  PORTUGAL

EDITORIAL

Do alto de uma montanha olhamos o horizonte que abre diante de nós espaço até ao infinito para respirar. É assim, mais perto do céu mas com os pés assentes em rocha bem segura que o recebemos nesta edição. A nossa capa lança-lhe o desafio para que se embrenhe nos contornos e relevos do nosso país e (re)descubra o tanto que este tem para lhe oferecer. De norte a sul, do litoral ao interior, a contrastante natureza de Portugal nunca deixa de surpreender. E há muito investimento por parte de autarquias, empresas e associações para que cada vez mais espaço natural seja visitável, em segurança, e garantindo a sustentabilidade dos ecossistemas.

Bastava que fosse pelo prazer de desfrutar de tanta beleza e o destaque que damos ao Turismo de Natureza em Portugal já seria justificado. Mas não podemos esquecer um outro fator da maior relevância – o peso do Turismo na nossa economia. Com vários anos consecutivos a representar cerca de 15% do PIB, estes valores só desceram devido ao enorme impacto que a pandemia teve no setor. É agora a hora de recuperar e “puxar” por uma atividade que tanto tem dado ao país, nomeadamente pela sua impressionante capacidade exportadora. Portugal continua a ser um dos países de eleição para turistas de praticamente todo o mundo, e também para cada vez mais portugueses. O turismo é muito apreciado por quem o pratica, nos seus períodos de férias e lazer, e tantas vezes demasiado criticado por aqueles que sentem nada ganhar com ele. Esquecem-se que todos ganhamos com um país valorizado e divulgado cá dentro e lá fora, e que há muito trabalho a ser (bem) feito por quem trabalha nesta área. Damos conta disso nesta edição e esperamos continuar a fazê-lo ao longo dos próximos meses.

Dos muitos destinos e caminhos que destacamos, há um que “une um país” de uma ponta à outra e que não posso deixar de assinalar. A Estrada Nacional 2, que liga Chaves a Faro ao longo de mais de 700 quilómetros, é uma ideia e um projeto turístico que merece toda a nossa atenção. Não é um só destino a visitar, são 35 municípios, com muitas viagens diferentes dentro de cada troço.

Ainda nesta edição destacamos várias “Mulheres INspiradoras” – novo nome, mais inclusivo, para uma rubrica já bem conhecida dos nossos leitores. As mulheres, o seu empreendedorismo, a sua capacidade de superação e liderança, as suas lutas e opiniões têm sempre espaço nas nossas páginas. E por falar em lutas e reivindicações, é impossível não assinalar que acabámos de celebrar os 48 anos do 25 de abril, com a democracia a ultrapassar assim já o tempo vivido em ditadura no nosso país. Amanhã, o 1 de maio continua a festa da liberdade, unindo os trabalhadores de todo o mundo, nesta altura particularmente bonita do ano. 

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 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 abril 2022

PORTUGAL, NATURALMENTE

(Re)descobrir o país

- 4 PORTUGALNTN
- 9 ASPIRING GEOPARQUE OESTE
- 12 MAIA - CAMINHO PORTUGUÊS DA COSTA PARA SANTIAGO

N2: PELA (NOSSA) ESTRADA FORA

A mítica e mais longa estrada de Portugal

- 24 AM ROTA DA ESTRADA NACIONAL 2
- 30 SANTA COMBA DÃO – EN2

EDUCAÇÃO E FORMAÇÃO

Pilar do futuro da Humanidade

- 33 QUEEN ELIZABETH'S SCHOOL
- 36 AWA

MULHERES INSPIRADORAS

A liderar pelo exemplo

- 40 FILIPA TAVARES DOS SANTOS – SCP POOL
- 42 MANUELA CIDADE – ALM OFTALMOLASER
- 44 MARIA VARELA MARQUES HUMANSKILLS – HR

PORTUGALNTN®

Uma referência no Turismo de Natureza

Criada há sete anos por dois militares na reserva, a PORTUGALNTN®, empresa de consultoria, desenvolvimento e dinamização de projetos no setor do Turismo de Natureza já se afirmou como uma referência nacional.

O profissionalismo, o conhecimento, a segurança e o brio no trabalho podem ser apontados como as razões que ditam o crescimento da empresa transmontana PORTUGALNTN®. Com apenas sete anos de vida, é apontada como um caso inequívoco de sucesso. Mas Domingos Pires e João Neves, os dois amigos, sócios e fundadores deste projeto, acrescentam a tudo isto “a formação, o espírito de equipa, o companheirismo, a entreaajuda e a dedicação de cada um dos 12 colaboradores da empresa”. Os recursos humanos são o grande trunfo da empresa e o fator verdadeiramente diferenciador.

A empresa está estruturada em três segmentos distintos: Adventure, onde são desenvolvidos essencialmente workshops, programas de trekking e atividades de Team Building em ambiente outdoor; Walking, que compreende programas de caminhadas com duração de vários dias, conjugadas com experiências relacionadas com produtos endógenos; e Consulting, consultoria em Turismo de Natureza, dedicada a estudos e projetos ligados à instalação de Percursos Pedestres Homologados, Percursos Pedestres Homologados acessíveis, Centros de Cyclin'Portugal, Centros de Trail Running, produção de Cartografia Temática, desenvolvimento de Aplicações Móveis ligadas ao turismo e soluções de Design de Apoio a Produtos Turísticos.

Nos últimos dois anos, período vivido em contexto de pandemia, a empresa cresceu

exponencialmente, em particular na área da consultoria, o que a levou a duplicar os recursos humanos. Foi a forma como se encontra estruturada que lhe permitiu ultrapassar a quebra brutal sentida nos segmentos de Walking e Adventure e orientar o foco para o segmento de Consulting, através da estruturação e implementação de projetos e infraestruturas por todo o país, mas com especial incidência na região Norte.

A PORTUGALNTN® é também referência nas políticas internas que implementa, trabalhando na criação de condições que aumentem os índices de felicidade dos colaboradores, confiando que uma equipa feliz, é uma equipa motivada, empenhada, que trabalha com prazer e com o objetivo constante de fazer sempre mais e melhor. Por exemplo, a empresa atribui incentivos à natalidade, premiando os colaboradores quando são pais com 500 €, no dia de aniversário cada membro da equipa recebe 100 € de bônus, os colaboradores gozam de um dia de folga no dia do respetivo aniversário, bem como dos cônjuges e filhos, não trabalham à sexta à tarde, nem na última sexta de cada mês, todos os contratos são sem termo, há prémios de desempenho, entre outras medidas diferenciadoras.



Caminhos para Sentir a Natureza

O segmento de Consulting é o segmento responsável pelo salto que a empresa deu nos últimos dois anos, em pleno contexto pandémico.

Foi o planeamento, produção de conteúdos, implementação e respetiva homologação dos Percursos Pedestres, que começou a diferenciar esta empresa, hoje como uma “assinatura” inequívoca em cada projeto que implementa.

Não há dois percursos iguais, mas todos eles obedecem aos mesmos critérios: a sustentabilidade ambiental, porque o respeito pela natureza é umas das grandes referências desta equipa, assim como a sustentabilidade económica e social. “Na criação de Redes de Percursos Pedestres é determinante envolver as populações locais e incluir um conjunto de componentes essenciais: a cultura, o património e os produtos endógenos. Desta forma, os nossos percursos pedestres passam a ser verdadeiros produtos turísticos com uma identidade, na qual as gentes desses territórios se reveem plenamente, estando prontos a ser trabalhados e vendidos por outras empresas, constituindo-se uma alavanca para outros setores e atividades económicas da região”, explica Domingos Pires.

“O que nos define é uma entrega total em cada projeto, de planeamento estratégico de cada desafio que nos colocam, sempre construído tendo por base o contexto local, a identidade regional,

os valores, e as crenças que nos transmitem os residentes. São eles a nossa permanente fonte de inspiração”, acrescenta João Neves.

Nos últimos tempos a PORTUGALNTN® abraçou também projetos ligados às Rotas Religiosas, nomeadamente os Caminhos de Fátima e os Caminhos de Santiago. Estes percursos, que além da componente técnica têm de integrar a espiritualidade inerente ao peregrino, são também estudados e implementados com enorme rigor pela empresa, sendo a segurança a palavra-chave em todo o processo. A sinalética direcional e informativa é trabalhada em detalhe, para que os peregrinos não tenham outra preocupação além da caminhada interior que se propõem a realizar.

A PORTUGALNTN® é a única empresa do Norte do país reconhecida no Anuário do Centro Cyclin'Portugal para implementação deste tipo de infraestruturas. Este é um sector que tem vindo a ganhar espaço e cada vez maior número de praticantes, potenciais utilizadores destas estruturas.

Nada disto acontece por acaso, a empresa assegura e exige a especialização dos seus colaboradores nas diferentes áreas de atuação, para que cada projeto que tenha a sua assinatura, tenha na base o know-how imprescindível para que a solução adotada em cada momento, em cada lugar, seja a melhor solução possível.



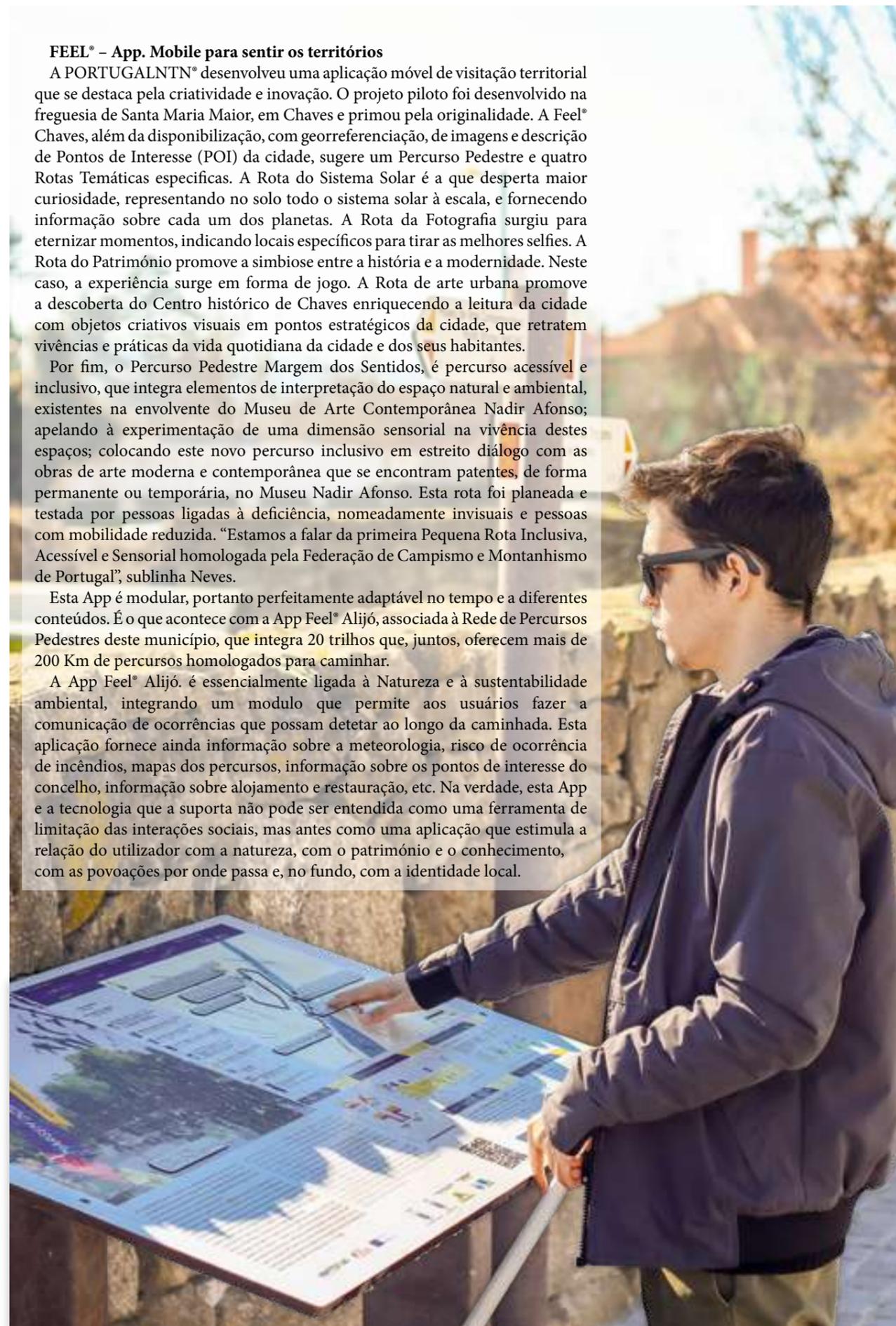
FEEL® – App. Mobile para sentir os territórios

A PORTUGALNTN® desenvolveu uma aplicação móvel de visita territorial que se destaca pela criatividade e inovação. O projeto piloto foi desenvolvido na freguesia de Santa Maria Maior, em Chaves e primou pela originalidade. A Feel® Chaves, além da disponibilização, com georreferenciação, de imagens e descrição de Pontos de Interesse (POI) da cidade, sugere um Percurso Pedestre e quatro Rotas Temáticas específicas. A Rota do Sistema Solar é a que desperta maior curiosidade, representando no solo todo o sistema solar à escala, e fornecendo informação sobre cada um dos planetas. A Rota da Fotografia surgiu para eternizar momentos, indicando locais específicos para tirar as melhores selfies. A Rota do Património promove a simbiose entre a história e a modernidade. Neste caso, a experiência surge em forma de jogo. A Rota de arte urbana promove a descoberta do Centro histórico de Chaves enriquecendo a leitura da cidade com objetos criativos visuais em pontos estratégicos da cidade, que retratam vivências e práticas da vida quotidiana da cidade e dos seus habitantes.

Por fim, o Percurso Pedestre Margem dos Sentidos, é percurso acessível e inclusivo, que integra elementos de interpretação do espaço natural e ambiental, existentes na envolvente do Museu de Arte Contemporânea Nadir Afonso; apelando à experimentação de uma dimensão sensorial na vivência destes espaços; colocando este novo percurso inclusivo em estreito diálogo com as obras de arte moderna e contemporânea que se encontram patentes, de forma permanente ou temporária, no Museu Nadir Afonso. Esta rota foi planeada e testada por pessoas ligadas à deficiência, nomeadamente invisuais e pessoas com mobilidade reduzida. “Estamos a falar da primeira Pequena Rota Inclusiva, Acessível e Sensorial homologada pela Federação de Campismo e Montanhismo de Portugal”, sublinha Neves.

Esta App é modular, portanto perfeitamente adaptável no tempo e a diferentes conteúdos. É o que acontece com a App Feel® Alijó, associada à Rede de Percursos Pedestres deste município, que integra 20 trilhos que, juntos, oferecem mais de 200 Km de percursos homologados para caminhar.

A App Feel® Alijó, é essencialmente ligada à Natureza e à sustentabilidade ambiental, integrando um módulo que permite aos usuários fazer a comunicação de ocorrências que possam detetar ao longo da caminhada. Esta aplicação fornece ainda informação sobre a meteorologia, risco de ocorrência de incêndios, mapas dos percursos, informação sobre os pontos de interesse do concelho, informação sobre alojamento e restauração, etc. Na verdade, esta App e a tecnologia que a suporta não pode ser entendida como uma ferramenta de limitação das interações sociais, mas antes como uma aplicação que estimula a relação do utilizador com a natureza, com o património e o conhecimento, com as povoações por onde passa e, no fundo, com a identidade local.



Segmento de Walking em fase de relançamento

A mobilidade turística foi um dos setores mais afetados pela pandemia e, no segmento de Walking, ligado ao turismo de experiências, a PORTUGALNTN®, que estava já lançada neste setor, sentiu a procura cair a pique.

Porque a estratégia faz parte da essência dos dois sócios, este tempo, até para rentabilizar os recursos humanos afetos a este segmento, foi aproveitado para reestruturar e para criar novos produtos.

“A retoma está agora a chegar e nós estamos completamente preparados para responder aos mercados mais exigentes”, garante João Neves, de olhos postos nos turistas estrangeiros.

Para o efeito criou pacotes standardizados, programas previamente definidos e organizados, que incluem deslocações, alojamento, alimentação, experiências temáticas, atividades de aventura, visitas ao património, entre outras, e, claro, passeios pedestres por trilhos preferencialmente homologados pela Federação de Campismo e Montanhismo de Portugal (FCMP).

Estas experiências podem ter a duração de um dia a duas semanas. Em simultâneo oferece a possibilidade de o visitante desenhar a sua

experiência “à medida”, escolhendo entre as várias parcerias que a empresa possui, onde ficar, onde comer, o que ver, o que fazer, etc.

A empresa reforçou também a presença nas redes sociais, nomeadamente no Twitter, Youtube, Instagram, Facebook e LinkedIn, e criou canais exclusivos para o segmento de Walking, no Instagram e Facebook. “Este segmento tem um lead específico, é direcionado para o mercado externo, e a comunicação tem de ser feita em inglês, porque o nosso objetivo é ir ao encontro direto do público que definimos como prioritário”, explica.

“Queremos dar passos firmes e sustentados, estamos preparados com oferta de alta qualidade para nos posicionarmos de forma competitiva no mercado externo. Confiamos que 2022 é ano da verdadeira retoma no setor”, argumenta Domingos Pires.

A presença da empresa na BTL – Bolsa de Turismo de Lisboa veio confirmar as melhores expectativas dos dois sócios, confiantes que muito em breve não terão mãos a medir para proporcionar experiências inesquecíveis aos turistas, especialmente nos territórios com maior autenticidade e genuinidade. 

WWW.PORTUGALNTN.COM



Viver a Natureza

Com uma grande variedade de paisagens a curta distância – num “pulo” vamos da cidade ao campo ou à praia – não há desculpa para deixar de aproveitar o património natural do nosso país. O turismo de natureza está cada vez mais na moda, com uma oferta de grande qualidade.

No turismo de natureza viaja-se de forma responsável, o que implica conhecer o sítio e as pessoas onde se está. É o oposto da ideia do “turista de passagem”, já que está implícita a imersão na envolvente. Desta relação nasce o respeito pelo meio ambiente, incentivando a sua conservação, e melhora-se a qualidade de vida das comunidades locais.

Nos últimos anos, o ecoturismo tem-se tornado num potenciador económico de territórios de baixa densidade, transformando regiões outrora esquecidas em destinos de férias ou escapadinhas para viajantes. A observação de aves, observações astronómicas, campismo, pesca, montanhismo, fotografia ou visitas a parques são algumas das atividades mais comuns deste segmento do turismo.

Afinal Portugal é um país de grande beleza natural e cultural com uma enorme diversidade de paisagens. Parques e reservas naturais no litoral ou interior do país, muitos deles áreas protegidas, oferecem uma grande variedade de espécies de fauna e flora e atividades associadas. Para quem gosta de caminhadas ou de andar de bicicleta, há cerca de 3700 quilómetros de percursos pedestres de Grande ou Pequena Rota homologados em todo o país. E os passadiços, outrora raros e locais inacessíveis aos visitantes mais comuns, ganharam uma visibilidade internacional notável, tornando-se numa aposta de vários municípios.

Cada vez mais há oferta ao nível de acomodações para que se possa descansar literalmente no meio da natureza. Os eco resorts, o turismo rural, o “glamping”, um conceito que acrescenta “glamour” ao campismo, e o autocaravanismo são opções cada vez mais em voga.

Uma tendência emergente já antes da pandemia, o “turismo responsável” veio definitivamente para ficar. O mais recente Eurobarómetro da Comissão Europeia sobre os comportamentos dos cidadãos da União Europeia face às viagens assim o confirma. A grande maioria (82%) diz estar preparada para mudar os seus hábitos em nome de um turismo mais sustentável, através do consumo de produtos locais (55%), da escolha de meios de transporte mais ecológicos (36%), pagar mais para proteger o ambiente (35%) ou beneficiar a comunidade local (33%). Outro dado importante é que 38% dos europeus esperam fazer mais viagens domésticas num futuro próximo.

Citando a poetisa americana Mary Oliver, vencedora do Pulitzer, “Todas as ideias importantes devem incluir as árvores, as montanhas, e os rios”. Os planos para momentos de lazer e viagens também.



Aspiring Geoparque Oeste Um território por descobrir

Há muita(s) Histórias(s) para descobrir na zona Oeste de Portugal. É um território com uma imensa riqueza a vários níveis: patrimonial, histórico, cultural e geológico. É natural que esta zona tão associada aos dinossauros (mas não só) aspire legitimamente a ser um Geoparque Mundial da UNESCO. Os argumentos são-nos descritos por Bruno Pereira (geólogo) e Miguel Reis Silva (coordenador executivo) do Aspiring Geoparque Oeste.

O aspirante Geoparque Oeste (aGO) é um território que ambiciona o reconhecimento como Geoparque Mundial da UNESCO. Localizado no litoral de Portugal continental, é composto pelos municípios de Bombarral, Cadaval, Caldas da Rainha, Lourinhã, Peniche e Torres Vedras. Com cerca de 1154 km², fica a cerca de 30km a norte da cidade de Lisboa.

Este foi, e ainda é, um território importante para a nossa afirmação nacional, pela posição geoestratégica que ocupa e pela riqueza do seu património cultural. Por aqui passaram e enamoraram D. Pedro e D. Inês de Castro, um amor proibido que aqui encontrou refúgio. Mais tarde, foi aqui que a Rainha D. Leonor construiu o primeiro hospital termal do mundo, ainda em funcionamento após cinco séculos.

Alguns dos maiores feitos bélicos nas invasões francesas (Século XIX) aconteceram no aGO, onde foram travadas as principais batalhas que levaram ao fim da 1ª invasão francesa. Marcas de batalhas que chegam aos nossos dias através da toponímia, dos monumentos, mas também das estórias e lendas.

Este é um território marcado por inúmeros conventos e santuários, dos quais nasceram inúmeras tradições e costumes

que ainda hoje se refletem na forma de viver, sentir e celebrar das gentes locais. Na azulejaria e cerâmica, este território é uma referência nacional, tal como na pintura antiga.

Falar do aGO é também falar da agricultura, do vinho e da vinha. Este é um dos principais territórios agrícolas do país, com hortícolas e frutícolas como produtos de excelência. Tem também produtos únicos, como é o caso da Pera Rocha e da abóbora. Para além dos excelentes vinhos aqui produzidos, destacamos a Aguardente DOC Lourinhã, uma das três regiões demarcadas de aguardente vínica do mundo.

Com 72km de costa, a pesca, o peixe e os mariscos têm uma importância estratégica e territorial para as comunidades locais, as suas tradições e os seus cultos. Para além de uma dezena de pequenos portos espalhados pela costa, temos instalado um cluster da pesca, onde se destaca um dos maiores portos piscatórios, mas também, um polo científico e de investigação dedicado ao mar e aos recursos marinhos.

Não são só a tradição e a cultura que fazem um Geoparque Mundial da UNESCO, mas também o seu património natural. Aqui, destaca-se como património geológico de relevância internacional:

a) A Ponta do Trovão (Peniche), como uma referência mundial para o estudo do período de tempo do nosso planeta. Classificado internacionalmente como Global Boundary Stratotype Section and Point, em 2014, é uma referência mundial para estudar o limite entre dois andares geológicos, o Pliensbaquiano e o Toarciano. A Ponta do Trovão, juntamente com a restante Península de Peniche, é frequentemente visitada por investigadores de todo o mundo e utilizada para promover atividades de divulgação e educação.

b) Os dinossauros jurássicos, encontrados um pouco por todo o território do aGO. O primeiro fóssil de dinossauro português foi encontrado em 1863, na Praia da Peralta (Lourinhã), um conjunto de dentes atribuídos à espécie *Torvosaurus gurneyi*. Esta foi a primeira de milhares de outras descobertas no território aGO, sendo reconhecido



internacionalmente pelas 13 espécies de dinossauros definidas com base nos fósseis aqui encontrados. Também de grande relevância internacional, a descoberta de quatro ninhos de dinossauro neste território, facto bastante incomum em todo o

mundo. Algo que torna esta região no epicentro nacional para os dinossauros, achados com cerca de 150 milhões de anos (Jurássico Superior).

c) As flores fósseis do Cretácico deste território. Trabalhos científicos efetuados nas últimas décadas têm revelado vestígios fósseis das primeiras plantas com flor. Devido à sua natureza terrestre e ao tipo de tecidos biológicos, os seus fósseis são altamente relevantes, pois trazem luz à evolução deste grupo de plantas. Se este facto por si só não é cientificamente importante, mais de 20 novos géneros e 28 novas espécies foram descritas com base neste material.

d) Os afloramentos de classe mundial documentam a longa evolução do Oceano Atlântico e da evolução alpina. O território do aGO é também importante pelo seu rico registo geológico, desde o final do Triássico até ao Holocénico, mostrando-nos evidências de muitos momentos e fases diferentes da evolução da Terra. As falésias costeiras são geralmente um local privilegiado de observação, expondo continuamente unidades sedimentares mesozoicas numa paisagem fantástica.

Também o património biológico do aGO é bastante diversificado. As suas paisagens de contrastes, entre a serra e o oceano, proporcionam diferentes ecossistemas seminaturais para uma variedade de animais e plantas. A importância



destes habitats é reconhecida pelas três áreas protegidas e pelas três zonas especiais de conservação.

Frequentes viagens de campo científicas e técnicas visitam esta região, que demonstram a atenção de académicos e profissionais, durante muito tempo. Mas este é também um território de visita obrigatória para grupos escolares de vários graus de ensino.

Esta é notoriamente uma região com um património natural e cultural muito rico, em muitos casos, estreitamente

relacionados com as características geológicas do território. Estas incluem lagoas costeiras com rica fauna, paisagens cársticas com grutas pré-históricas, fortificações em vários topos de colinas, vinhedos e pomares em solos ricos em argila.

Quem o visita tem à disposição um conjunto de experiências que dão a conhecer as inúmeras valências deste território, quer através dos 20 percursos pedestres reconhecidos ou da gastronomia local única.

WWW.GEOPARQUEOESTE.COM | GERAL@GEOPARQUEOESTE.COM

Curso de GEOGUIAS
aspiring Geoparque Oeste
17 DE MAIO A 2 DE JUNHO

Formação online + visita de campo
Formação certificada de 40h

ejC Formação | GEOPARQUE OESTE

SESSÃO DE CAPACITAÇÃO DE PEDIGUIAS
13, 20 e 27 abril

GEOPARQUE OESTE | uniquePATHS



Cerimónia de assinatura do Memorando de Entendimento para a Promoção, Dinamização e Gestão do Caminho Português da Costa para Santiago. JUL 2021 - Mosteiro de Moreira - Maia

“Há um território a descobrir, há emoções a sentir, há experiências a viver”

O Caminho Português da Costa para Santiago de Compostela está certificado oficialmente. Este percurso liga o Porto a Valença, ao longo de dez municípios, antes de entrar na Galiza. A Maia é um desses concelhos e quisemos perceber a importância de que se reveste esta certificação para a autarquia. Para isso fomos entrevistar o Presidente da Câmara, António Silva Tiago, que nos deixa os principais destaques do troço que atravessa a Maia.

Qual é a relevância cultural e turística desta certificação do Caminho de Santiago pela Costa para o Município da Maia?

Do ponto de vista cultural, a certificação do Caminho Português de Santiago – Caminho da Costa, representa uma mais-valia na promoção do património, da arte e da cultura do Município da Maia. O facto de pertencermos a uma rede alargada sob a égide da Entidade Regional de Turismo do Porto e Norte e validada pelo Turismo de Portugal e Centro Nacional de cultura permite também o acesso a uma presença de forma continuada em projetos e programas de matriz regional, nacional e europeu.

Desta forma, dois dos três caminhos certificados em Portugal passam na Maia (para além do Caminho da Costa também o Caminho Central). É a prova da relação vincada que o Município tem com os Caminhos de Santiago?

Neste momento só o caminho da Costa é que é certificado. O Caminho Central está em processo de certificação. A Maia está profundamente ligada aos Caminhos de Santiago. Quer do ponto de vista histórico, cultural e religioso, mas também pelo facto de o Aeroporto Internacional Francisco Sá Carneiro se encontrar no nosso território e de o mesmo ser a porta de entrada preferida pelos peregrinos. Muito importante em todo este processo é a ligação à Igreja de Moreira, antigo mosteiro,

que acolheu durante séculos peregrinos que aqui procuravam, na sua hospitalidade, ajuda para curar as maleitas e a alma.

Como caracteriza o troço deste caminho ao longo da sua passagem pelo concelho da Maia?

O Caminho da Costa entra na Maia pela Rua da Estrada, curioso topónimo, que nos transporta para a passagem do caminho. Passa por lugares onde a história de Portugal aconteceu, como a Praça do Exército Libertador, passa próximo ao antigo Mosteiro de Moreira, já atrás referenciado, e sai do nosso território em Vila Nova da Telha, junto ao Aeroporto e à memória das ‘pinheiras’, mulheres de enorme valia, que contribuíram em muito para a economia do lar através da sua atividade, e que, de forma destemida, subiam aos pinheiros em busca das pinhas. Do ponto de vista da geografia do território, o caminho começa numa zona industrial, passa junto ao aeroporto, segue por uma zona urbana e sai através de uma área rural. Ou seja, apresenta-nos o Município da Maia nas suas diferentes características.

Com a certificação do Caminho Português da Costa, no seu percurso na Maia, o que vai mudar ao nível da informação, segurança e transitabilidade?

Ao nível da informação passamos a estar numa rede alargada com muito maior raio de influência / ação. Em termos de segurança, quer seja a pessoal ou a sanitária saem reforçadas pela dinâmica própria da rede e da importância estratégica do Caminho para o município e para a região, sendo obviamente, objeto de muito maior interesse e atenção por parte das autoridades e entidades responsáveis pela gestão do território.

Que impacto espera que esta medida venha a ter na economia local da Maia?

Espera-se um impacto muito positivo na economia local, não só nos agentes mais vocacionados para o turismo, mas também para os produtores locais com maior procura por bens agroalimentares e empresas de desporto e material de

apoio, assim como unidades de saúde e transportes. Espera-se claramente que traga vantagens para o território.

E ao nível da restauração e hotelaria?

Espero claramente uma maior procura por parte de peregrinos que, como se tem tornado norma, regressam ao Município da Maia como turistas.

A quem pretenda atravessar a Maia a pé, a caminho de Santiago de Compostela, que locais pode destacar como de visita “obrigatória”?

No Caminho da Costa, sem qualquer dúvida, a Igreja Conventual de S. Salvador, em Moreira. Não podemos esquecer que foi na Igreja de Moreira, que a 25 de julho de 2021 foi celebrado o Acordo Institucional entre a Entidade Regional de Turismo do Porto e Norte de Portugal e os 10 municípios do Caminho da Costa para a concretização do processo de certificação do Caminho. No Caminho Central aconselho vivamente uma visita ao Santuário Mariano de Nossa Senhora do Bom Despacho.

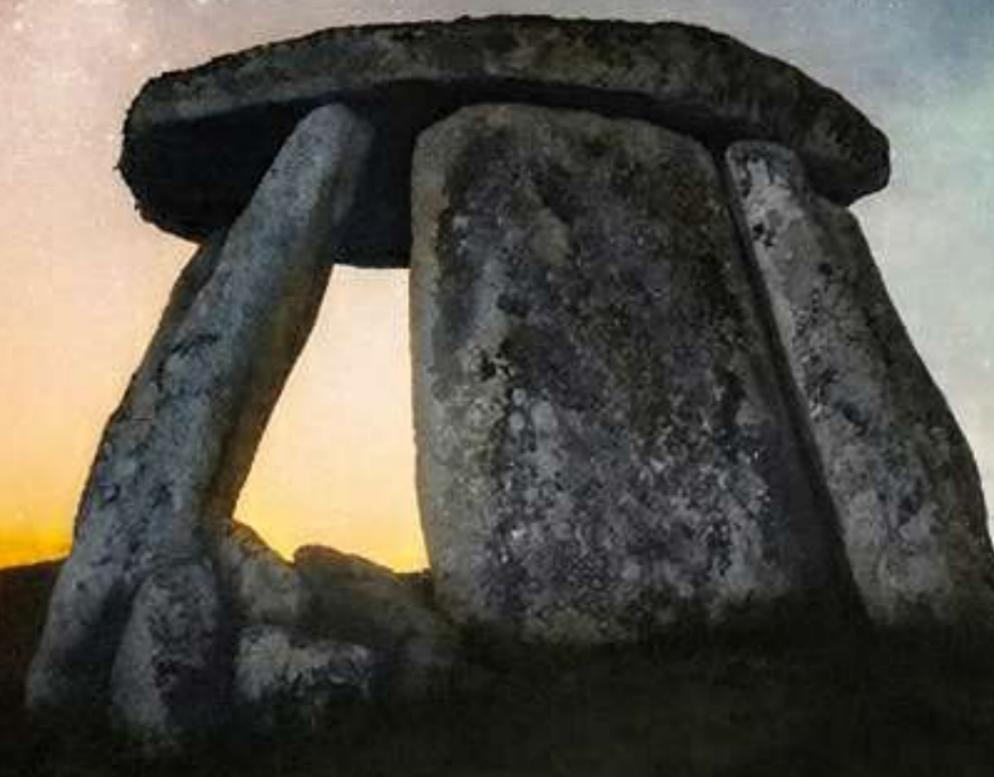
A Maia é uma porta de entrada do Grande Porto, desde logo porque tem no seu território o Aeroporto Francisco Sá Carneiro, e vias estruturantes como as autoestradas A3 e A41, ou as históricas estradas N13 e N14 a confluírem na Via Norte, por exemplo. É também atravessada por milhares de peregrinos a caminho de Santiago, tema principal desta nossa entrevista. Aproveito esta oportunidade para lhe perguntar quais são os argumentos para que as pessoas não se limitem a passar pela Maia, mas para que fiquem e visitem, com tempo, o património do concelho.

A Maia é muito mais do que o caminho de Santiago. É história, é gastronomia, é cultura, é arquitetura contemporânea, é desporto. Na Maia, o tempo e o espaço devem ser vividos não só por quem cá vive ou trabalha, mas também por quem nos visita. Há um território a descobrir, há emoções a sentir, há experiências a viver. 

WWW.CM-MAIA.PT



Com os pés envolvidos na terra e o olhar posto no céu



Emana da terra e daquilo que a terra dá o sentimento que caracteriza as experiências que o Vale do Tua nos oferece. Percursos Pedestres homologados para fazer o caminho, Miradouros fantásticos para sentir a paisagem, o voo e o cântico das aves que brotam da natureza, equipamentos culturais que nos ajudam a interpretar o território, património que testemunha a passagem da história, uma excelente gastronomia e vinhos para confortar o corpo e o espírito. E quando cai a noite, de olhos postos no céu, as estrelas cintilantes iluminam o Parque Natural Regional do Vale do Tua (PNRVT).

Dizem que é o “destino do AMOR”, porque “Quem cá vive ama o Tua, quem cá vem apaixonar-se também”, tal é a força que paira sobre este território que abrange cinco concelhos (Alijó, Carrazeda de Ansiães, Murça, Mirandela e Vila Flor), que integram o Parque Natural Regional do Vale do Tua. Mas o que é que o Vale do Tua tem?

“Tem paisagens deslumbrantes, um património único, gastronomia e vinhos, capazes de agradar aos mais esquisitos paladares, percursos pedestres para descobrir e miradouros para deixar o olhar viajar, tem espaços museológicos e centros interpretativos que lhe contam histórias e o convidam a explorar o território que, na sua essência, tem gente afável e hospitaleira, sempre pronta a partilhar este grande amor pelo Tua”, assim argumenta o diretor do PNRVT, Artur Cascarejo.

E pegando nestas características naturais, o PNRVT tem sabido criar uma dinâmica que visa dotar o território das melhores condições para receber os visitantes e, com isso, criar novas dinâmicas económicas locais. Um dos projetos mais recentes foi a certificação do Dark Sky Vale do Tua como

“Destino Turístico Starlight”. A total ausência de poluição luminosa garante um céu estrelado que ilumina todo o Vale do Tua, garantindo condições perfeitas para a observação das estrelas.

Em curso está também a implementação de percursos que atravessam locais privilegiados para a observação de aves, para trabalhar, do ponto de vista turístico, o produto Birdwatching.

Um dos projetos mais importantes do PNRVT é a rede de percursos pedestres, que convida a caminhar por locais fabulosos. Caminhadas que se cruzam com lugares de elevado interesse patrimonial, com aldeias e lugares de gente afável e acolhedora, com miradouros e pontos de excelência para contemplar a beleza deste território.

Os cinco concelhos que integram o PNRVT estão dotados de equipamentos culturais diversos, como centro interpretativos, museus, espaços de exposição, etc. Aqui assume um lugar de destaque o Centro Interpretativo do Vale do Tua (CIVT).

E claro, esta viagem de descoberta deve ser acompanhada pela boa gastronomia regional, abençoada pelos vinhos da Região Demarcada do Douro.

WWW.PARQUE.VALETUA.PT

Venha desfrutar do novo percurso pedestre de gavião, pr8-rota da sirga

O concelho de Gavião situa-se num enclave entre o Alentejo, o Ribatejo e a Beira Interior, o que lhe confere características únicas que resultam num potencial cultural e turístico. O Município apresenta-nos o novo percurso pedestre PR8-Rota da Sirga, e deixa-nos ainda outros destaques a não perder numa visita a Gavião.



Gavião possui um património vivo e ativo! Destacando-se o Museu do Sabão, único no país, não descurando o Castelo de Belver e o seu Centro Interpretativo localizado na Torre de Menagem ou o Núcleo Museológico das Mantas e Tapeçarias de Belver que é referência das artes locais.

Numa vertente da estruturação do produto Turismo de Natureza, que tem particularidades muito concretas, e que tem sido desenvolvido, nomeadamente na criação de percursos quer para pedestrianismo, quer para “birdwatching”.

Prova disso é o novo Percurso Pedestre (PR8) “Rota da Sirga” acompanhado, na sua totalidade, por uma visão deslumbrante sobre o Rio Tejo.

O PR8-Rota da Sirga é um percurso pedestre linear de pequena rota (6,5km), que faz a ligação entre o PR1-Arribas do Tejo através do famoso Passadiço do Alamal, ao PR 2-Corredor Ecológico das Ribeira de Alferreireira e Barrocas.

Parte do percurso, é feito sobre os muros de sirga, construções em alvenaria de pedra seca, construídos nas margens do rio, junto aos cachões, canais de águas revoltas, num tempo já passado, em que o rio corria em fúria para o mar. Os caminhos de sirga são testemunhos da tenacidade do homem em ultrapassar os elementos da natureza, tinham como objetivo principal rebocar os barcos que tentavam subir o rio, a partir das margens, com um cabo de sisal (sirga), puxado pela força do homem ou recorrendo, onde isso se tornava possível, à força de animais.

A galeria ripícola por onde se desenvolve o percurso é de uma riqueza única, composta por freixos, amieiros, vimieiros, salgueiros, entre outros. A paisagem natural é complementada pela intervenção humana, com a plantação de olival em calçadas, muretes de pedra seca que formam pequenos terraços nas encostas que recolhem a água e que facilitavam a colheita da azeitona.

As margens do Tejo albergam ainda duas importantes colónias de grifos, abutres de grande porte, de aspeto pré-histórico, necrófagos na sua alimentação, que observam sobranceiros quem percorre o trilho, do alto dos penhascos rochosos das margens do rio. Abandonam as fragas onde nidificam quando o sol raia, à procura de correntes térmicas ascendentes, permitindo observar o espetáculo do voo circular dos bandos locais.

Venha conhecer o encanto do novo Percurso Pedestre de Gavião!

Museu do Sabão

Local muito representativo da história da vila de Belver, uma vez que no século XVI a produção de sabão assumiu inegável importância económica e social na região. Onde também se contam as histórias que os antepassados foram deixando e que também testemunham as memórias dos “saboeiros de Belver”. É o único Museu do Sabão em Portugal, fazendo parte de uma lista de 4 a nível mundial.

Considerado pela National Geographic como “local de visita obrigatória”, neste lugar conta-se a história do sabão no mundo desde o seu aparecimento na mesopotâmia ao seu papel no Egito, até à sua utilização nos dias de hoje.



Núcleo Museológico das Mantas e Tapeçarias de Belver

Este museu tem como função primordial preservar a memória desta unidade de produção de tecelagem artesanal, recuperado e transformado do edifício da fábrica de Carpetes, Colchas, Tapetes e Linhos, salvaguardando um saber único que apenas aqui pode encontrar.

É um museu bastante interativo onde poderá conhecer e vivenciar o ciclo da lã, bem como o do linho.



Castelo de Belver

Um dos primeiros castelos defensivos erigidos pela Ordem dos Hospitalários em território português, traduzindo uma viragem na vocação marcadamente assistencial desta Ordem que assim assume, através da doação da vasta Herdade de Guidintesta pelo Rei D. Sancho I, em 1194, a defesa e povoamento do território ao longo do Tejo.

A localização do Castelo de Belver no topo da colina privilegia uma vista de deslumbrante panorâmica sobre as águas do Tejo.



Passadiço do Alamal

É “lado a lado” com o Castelo de Belver que se caminha por este passadiço. Liga a praia do Alamal com a ponte de Belver, um trajeto calmo e tranquilizante para todos os que ali passam.

Este faz parte do Percurso Pedestre-PR1 “Arribas do Tejo”, em que o itinerário segue as arribas do Tejo envolvendo as freguesias de Gavião e Atalaia. A paisagem é estonteante, junto ao Rio Tejo, e o percurso é cheio de surpresas com o cantar das aves que vivem livres na floresta envolvente.

Praia Fluvial do Alamal

De entre os vários encantos que o local dispõe, a vista privilegiada sobre o Castelo de Belver é sem dúvida um dos maiores deslumbres aos olhares mais curiosos. A envolvente natural que acolhe o local exibe uma beleza única num ambiente de calma, tranquilidade e sossego. De registar ainda as excelentes condições para a prática de desportos aquáticos, pesca e atividades ao ar livre.



WWW.CM-GAVIAO.PT

O melhor amigo de toda a família

Desde criança que Suzette da Mota Veiga sonhava em ter um jardim zoológico. Nasceu na Suíça, mas tornou-se portuguesa em 1970, quando se casou com um português. Foi viver para Angola nos três anos seguintes e depois mudou-se para Manteigas, onde iniciou a sua paixão. Desde então trata e faz criação de cães Serra da Estrela.

O Cão Serra da Estrela é uma raça muito independente, meiga, protetora e inteligente. É o cão ideal como animal de companhia, sobretudo se tiver crianças, e um competente guardião da sua propriedade. Afinal a sua função primordial era a proteção de rebanhos e pastores. Precisa de muito espaço, deve viver em quintas ou num local com um grande jardim, evitando sítios urbanos e apartamentos. Não são perigosos e revelam-se excelentes avaliadores da personalidade humana. Suzette Veiga dá-nos um excelente exemplo: “Tenho dois cães à porta da quinta e, sempre que tenho novas visitas, elas são analisadas. Depois, a cadela dá a pata e fecha os olhos para mostrar que não fará mal”.

A conversa foi fluído, com a criadora a partilhar algumas curiosidades sobre o tema. No início dos anos 80, estes cães não eram muito conhecidos, nem mesmo em Portugal. Além disso, não havia muitos criadores nem a divulgação era facilitada pela Internet. Segundo Suzette Veiga, a raça encontrava-se perto da extinção e os cães que existiam eram usados para proteção de rebanhos e como cães de guarda. Foi nesta altura que a entrevistada começou, pouco a pouco, a fazer criação e a conhecer melhor os belíssimos e robustos Serra da Estrela.



“Hoje a raça está muito longe da extinção, houve uma grande evolução nas últimas décadas”, conta, justificando que a mudança está precisamente na própria abertura dos portugueses. Os cães já não são maioritariamente usados para proteção dos rebanhos, mas tornaram-se parte da família. Tal como nas outras raças, eles não nascem agressivos e têm de ser corretamente educados. Relativamente às outras raças de grande porte, os Serra da Estrela duram mais tempo, cerca de 11/12 anos, e têm uma vida mais saudável, sem tantas doenças, típicas de grandes raças.

Na Alemanha existem cães muito parecidos a estes, os Leonberger, que não são tão antigos e saudáveis como os Serra da Estrela. “Já fui contactada para cruzar as raças, porque eles descobriram que o nosso cão tem muita saúde e qualidade”, afirma Suzette Veiga, adiantando que o objetivo é ajudar esta raça alemã a fortalecer a sua saúde.

Se ficou interessado, visite a Quinta de São Fernando, em Manteigas, e admire o tamanho e porte dos seus Serra da Estrela. Este bem pode ser o início de uma bela amizade. 

QUINTA DE S. FERNANDO, APARTADO 16, MANTEIGAS | TELM.: 91 946 53 18 | E-MAIL: SUZETTE.VEIGA@SAPO.PT

O Terroir de Trás-os-Montes em cada garrafa



Estávamos a meio do século XX quando nasceu, no coração de Trás-os-Montes, a Cooperativa de Olivicultores de Valpaços. Foi no verão de 1951 que vinte e oito agricultores se juntaram para se dedicarem, essencialmente, à transformação da azeitona. Hoje conta com mais de 2200 associados e produz cerca de treze milhões de quilos de azeitona por ano. É daqui, destas suaves colinas rodeadas de montanhas altas, que sai o muito apreciado Azeite Rosmaninho.

Este azeite é produzido num local especial, exatamente pelas características naturais que ali se encontram. Uma zona “abençoada pela natureza”, lê-se no site da Cooperativa. E percebe-se porquê, num ritmo próprio desta terra, onde o tempo parece passar mais devagar. É um perder de vista de oliveiras, num horizonte tranquilo, à medida que nos aproximamos de Valpaços.

A junção de um microclima e solo totalmente favoráveis, aliado ao grande cuidado no processo de produção dão ao Azeite Rosmaninho a certificação de Azeite Virgem EXTRA DOP. A denominação de Origem Protegida (DOP) deve-se à qualidade da zona demarcada onde é produzido. Por ser autêntico sumo puro de azeitona, com uma acidez inferior a 0,2%, adquire a categoria de Virgem Extra. Cada garrafa deste azeite leva um pouco de Trás-os-Montes, deste terroir único, às mesas de Portugal, Europa, Brasil ou Estados Unidos.

Apesar do sucesso das últimas décadas, o início da vida desta Cooperativa de Valpaços não foi fácil. Os primeiros cinquenta anos foram passados em instalações mais modestas, o que dificultava a rentabilidade do trabalho e o controle de qualidade. A partir do ano 2000 tudo mudou com a passagem para as novas e modernas instalações.

Hoje em dia, a cooperativa vende o Azeite Rosmaninho a clientes de pequena e grande distribuição. Um dos maiores objetivos é aumentar a exportação que, neste momento, representa cerca de 15% do total das vendas. Estas são as

palavras do presidente Paulo Ribeiro, e acrescenta que o sucesso desta cooperativa também é fundamental para o crescimento do setor oleícola regional. As características da região fazem do azeite “um dos melhores do mundo”, isto comprovado pelos prémios que, orgulhosamente, foram recebendo.

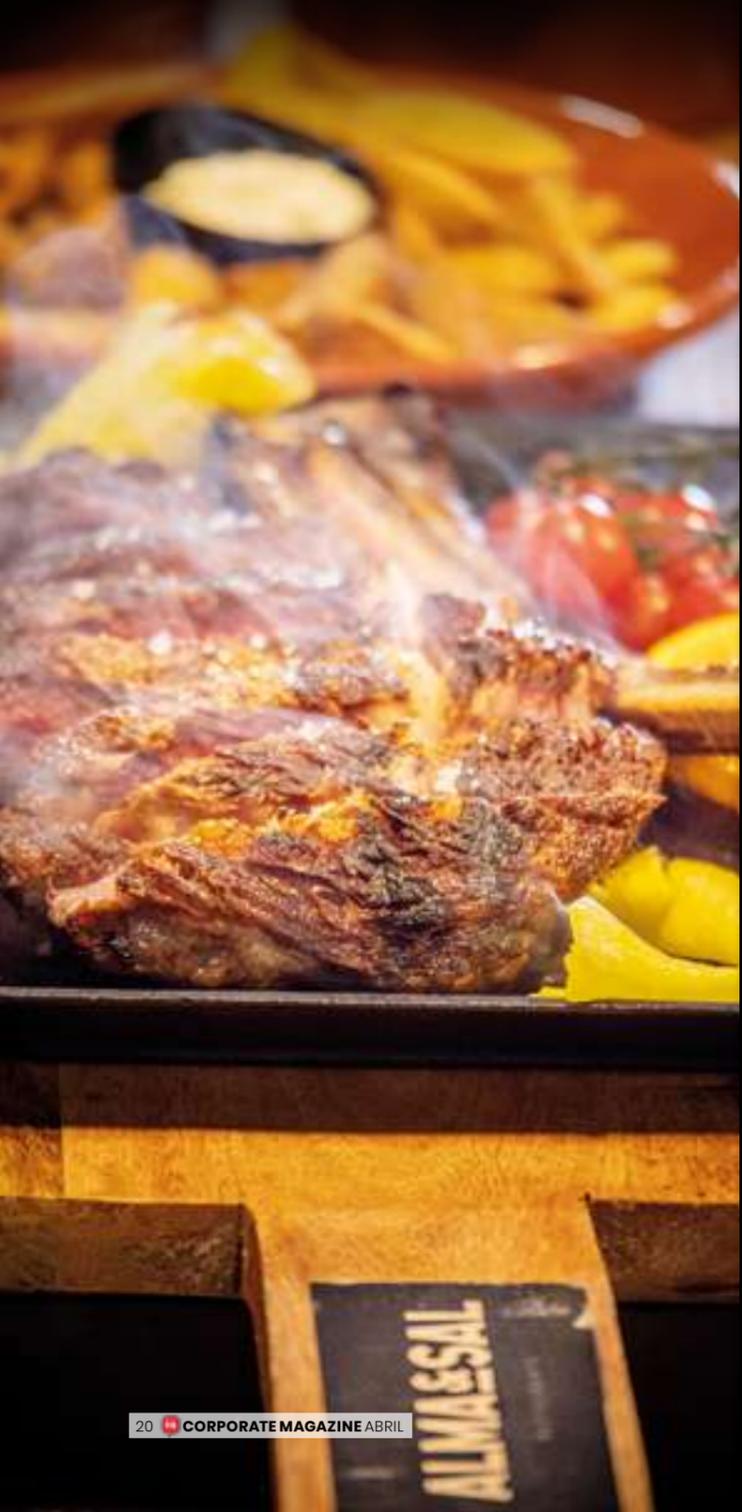
Mesmo com a situação económica em que vivemos, as perspetivas são muito positivas e estima-se um melhor ano comparativamente a 2021. Por trás deste sucesso está a solidez e força desta Cooperativa, mas é também devido ao apoio prestado aos seus associados. “O investimento tem sido fundamental no sucesso”, adianta Paulo Ribeiro, não descurando a importância das áreas de marketing e comercialização.

Este ano “a Cooperativa manter-se-á sólida, sustentável e financeiramente equilibrada”, garante o Presidente. Quanto a um futuro próximo, a esperança reside no crescimento do reconhecimento deste azeite pelo seu valor, preço e qualidade. As melhores estratégias comerciais estão sempre na mente de Paulo Ribeiro, tal como os diferentes tipos de clientes e a relação estreita que com eles mantém.

A Cooperativa junta olivicultores de Valpaços, claro, mas também dos concelhos vizinhos de Mirandela, Vinhais e Murça. As oliveiras deste maravilhoso nordeste transmontano teriam mil histórias para contar. Ouça-as em cada fio de Azeite Rosmaninho. 

WWW.AZEITE-VALPACOS.COM

“Os nossos colaboradores são a nossa Alma e os nossos clientes são o nosso Sal.”



O Minho é das zonas dos país onde melhor se come. Foi com essa certeza que fomos até Vila Nova de Famalicão conhecer um dos mais recentes restaurantes da cidade.

O Alma & Sal abriu em Maio do ano passado e é já um grande sucesso. Hugo Silva e Pedro Freitas, ambos com muita experiência na área da restauração, são os mentores deste projeto “inovador e ambicioso”. Hugo diz mesmo que praticamente “nasceu” atrás de um balcão de um café. Já Pedro tem na mãe, Maria Rosa, a grande inspiração, a quem ainda liga a pedir “uns truques culinários”. Esta ternura, muita alma e dedicação fazem deste restaurante uma visita obrigatória para quem gosta de apreciar a melhor carne, e não só.

Como surgiu a ideia de abrir este restaurante. Qual é a formação anterior dos seus mentores?

A ideia de abrir o Alma & Sal surgiu da nossa paixão pela área da restauração e por sentirmos que este projeto iria trazer valor acrescentado à gastronomia da nossa cidade de Vila Nova de Famalicão. Tivemos uma excelente conexão enquanto membros de uma brigada noutro restaurante e sentimos que deveríamos avançar para um projeto em conjunto onde pudéssemos partilhar o nosso Know-how e assim proporcionar experiências memoráveis a quem nos procura. Resiliência era a palavra-chave na altura e nós resolvemos ir com tudo pois acreditamos sempre que com muito amor, trabalho e dedicação atingiríamos os nossos objetivos. Colocamos a carne toda no assador (risos) como se costuma dizer e felizmente está a superar as nossas expetativas.

Hugo: Em relação à minha formação, em 2004 decidi aperfeiçoar os meus conhecimentos e inscrevi-me no curso de diretor técnico de restauração na Escola de Hotelaria e Turismo do Porto. Como fiquei a gostar, continuei a fazer mais e mais formações. Ficou o bichinho da procura pelo saber-saber, saber-fazer e saber-ser. Estamos sempre em constante aprendizagem e procuro estar sempre atualizado. Tenho 3 carteiras profissionais: Diretor de restaurante, Empregado de mesa de 1ª e Cozinheiro de 2ª. Fiz também formação em HACCP direcionada para a área alimentar. É um sistema de Análise de Perigos e Controlo de Pontos Críticos que tem na sua base uma metodologia preventiva através da eliminação ou redução de perigos e de forma a garantir que não sejam colocados alimentos não seguros à disposição do consumidor. Com o atual Vereador da Educação da Camara Municipal de Vila Nova de Famalicão, o Dr. Augusto Lima, fiz uma formação em Gestão e Liderança de equipas. Uma aprendizagem muito importante para lidar com a vertente profissional e humana quando somos empresários. E finalmente, fiz uma formação de Enologia com a Gabriela Albuquerque, enóloga de renome da região dos Vinhos Verdes.



Pedro: A minha formação é mais de experiência do saber-fazer. Não tive tantas oportunidades de fazer formações mas fui adquirindo conhecimento com o trabalho de algumas pessoas com quem trabalhei e das quais fui absorvendo conhecimentos e experiências. Mas a minha maior referência é, e será sempre, a minha mãe. Tudo o que sei é fruto do trabalho e da dedicação e coloco sempre muita alma no que faço. Quando colocamos amor no que fazemos, esse sentimento vai-se tornar o principal ingrediente do produto final. É uma espécie de tempero especial. Orgulhosamente, lançamos recentemente a minha versão do famoso "Bife Wellington" que tem tido um sucesso estrondoso. Aconselho vivamente que o experimentem, se me permitem a ousadia.

Qual o vosso passatempo preferido, se é que têm tempo para disfrutar desses prazeres?

Hugo: O meu passatempo preferido é praticar desporto. Tento arranjar tempo para fazer umas corridas ou ir ao ginásio. Tenho como lema mente sã, corpo são, mas confesso que esta área nos tira muito tempo e nos obriga a estar permanentemente focados no trabalho. Contudo, com boa vontade e algum esforço, tudo se consegue. Tenho a certeza que se não tivesse optado por esta área, teria tido uma profissão ligada ao desporto.

Pedro: Sou muito curioso e adoro carros. Gosto muito de tudo o que envolve o conceito automóvel. De quando em vez ainda arrisco em mexer na substituição de algumas peças. Para entrar na dinâmica do Hugo, se não fosse cozinheiro, muito provavelmente seria mecânico ou algo do género. (Risos)

Como definiriam o Alma & Sal? O que podem esperar os clientes ao visitar o vosso restaurante?

O Alma & Sal é um restaurante com um ambiente casual e descontraído onde, como o nosso nome indica, colocamos a nossa alma em tudo o que fazemos. Os nossos clientes podem esperar uma experiência diferente onde todos os seus sentidos serão desafiados. Queremos vender uma experiência gastronómica e não apenas comida. A nossa cozinha é aberta e tudo o que fazemos está à vista de todos. O nosso cliente é o centro das nossas atenções e quando superamos as expectativas de quem nos visita a nossa satisfação é enorme pois sabemos

que voltarão. Mas melhor do que a nossa definição do que é o Alma & Sal é o feedback que os nossos clientes nos dão pessoalmente e através dos comentários nas várias plataformas da Internet. Pesquisem por Alma & Sal restaurante e saberão. Ah... ao fim de semana funcionamos apenas com reservas de mesa e deixamos aqui o conselho para que efetuem as reservas com antecedência pois, apesar de termos bastantes lugares, felizmente estamos sempre cheios.

Que pratos nos podem destacar, desde os principais às sobremesas?

Sem dúvida que as nossas carnes maturadas premium de gado nacional são o nosso produto estrela. Compramos a carne fresca nacional e através de um expositor maturador fazemos todo o processo de amaciamento da carne. O nosso processo de corte da carne respeita o produto e faz com que esta chegue às mesas cheia de sucos e sabor. Não podemos deixar de destacar a nossa oferta de vinhos. Apostamos em vinhos “desconhecidos” pois acreditamos que estes são uma parte muito importante da experiência gastronómica e que não há nada como combinar um bom vinho com uma boa carne. Para as nossas sobremesas temos um Chef pasteleiro exclusivo que se dedica a uma série de deliciosas obras de arte da pastelaria moderna. No entanto não podemos esquecer o leite creme queimado da nossa Patrícia que é simplesmente divino!

Porque escolheram esta localização, em particular, para o restaurante?

(Risos) Na verdade a localização é fora do centro da cidade, mas as condições técnicas e estruturais do restaurante são ótimas. Temos uma super cozinha e três salas de refeição (uma delas privada e sob reserva). No fundo, estarmos fora do rebuliço citadino ajuda à experiência que queremos propor a quem nos visita. Um ambiente calmo e afável faz com que as pessoas se predisponham a ser mais recetivas ao que lhes queremos dar enquanto serviço de excelência. As pessoas, cada vez mais, se deslocam até ao fim do mundo para comer. A qualidade é a maior publicidade que podemos ter. Queremos agradecer ao Sr. Martins, o nosso senhorio, que tem sido uma pedra fundamental no nosso crescimento. Sempre apoiando e

fazendo-nos acreditar neste projeto.

Têm Parque estacionamento?

Sim, dispomos de um parque privado para 300 viaturas em frente ao restaurante.

A qualidade dos ingredientes é fundamental para o sucesso de uma boa cozinha. Como escolhem os vossos e quais são os vossos critérios nessa escolha?

A regra principal é trabalhar com produtos de qualidade e saber trabalhá-los, porque um mau Chef pode estragar um bom produto. Trabalhar com os melhores fornecedores também ajuda e estamos em constante testagem de qualidade. Para terem uma noção, o nosso Bife Wellington demorou cerca de três meses para chegar ao ponto que queríamos. Só depois é que passou a fazer parte da carta. Neste momento é um sucesso. Apostamos também na diversidade pois temos 15 variedades de sal. A última veio do Brasil, apesar da nossa preferência recair sobre o de Castro Marim.

Nota-se que há um cuidado grande com a imagem do restaurante e uma aposta muito sólida nas vossas redes sociais. Entendem que é essencial para qualquer empresa, hoje em dia, ter o devido cuidado com a imagem e com a divulgação do seu trabalho?

Vivemos numa altura de forte aceleração / transformação digital e nós sentimos que essa é uma área importante no nosso negócio, pois quem não é visto não é lembrado. Temos três pessoas responsáveis por essa área, o Ricardo, o Eduardo e a Joana. Estão sempre atentos e em constante análise do desempenho das redes sociais. Todos eles cuidam das publicações e respondem às mais variadas questões que são levantadas sobre o nosso restaurante. Falta o Tiago que foi o responsável pela primeira sessão fotográfica. Brevemente iremos fazer outra. As redes sociais têm cada vez mais importância no envolvimento das pessoas com as marcas e nós procuramos cultivar essa relação entregando conteúdos relevantes e de qualidade. No entanto, sabemos que as pessoas só farão parte das nossas redes se as suas experiências connosco forem positivas e esse é o nosso principal foco... proporcionar boas experiências para quem nos segue e visita.

Gostei particularmente de vários postagens em que mostram o vosso



staff, o qual é muito elogiado pelos vossos clientes nos comentários que vão deixando pela net. Grande parte do sucesso de um restaurante passa pela qualidade da equipa?

Sim, é de extrema importância ter uma equipa feliz e motivada. Temos mesmo muito orgulho na nossa equipa e trabalhamos todos os dias para lhes proporcionarmos as melhores condições para o desempenho das suas funções. Queremos que todos se sintam felizes naquilo que fazem e que acordem todos os dias com a motivação de fazer mais e melhor. Procuramos ouvir as suas opiniões e convidamo-los a darem sugestões de melhoria dos processos pois entendemos que só assim conseguiremos evoluir enquanto organização. Acreditamos que o todo é maior do que a soma das partes. De nada nos vale termos um grande serviço de salas se o serviço de cozinha não for de grande qualidade e vice-versa. O sucesso ou insucesso da experiência do cliente depende do espírito de equipa e portanto queremos que todos se sintam parte importante do processo. Eles são o nosso rosto e sem eles aquilo não passa de um espaço cheio de cadeiras, mesas e máquinas. Sentimo-nos gratos e lisonjados pelos elogios dos nossos clientes sobre a nossa equipa pois é o maior reconhecimento que poderíamos ter e para o qual todos trabalhamos. Os nossos colaboradores são a nossa Alma e os nossos clientes são o nosso Sal.

Querem deixar algum convite aos vossos leitores, alguma mensagem para fechar a nossa entrevista?

Sim. Gostaríamos de agradecer às nossas famílias pelo apoio neste projeto, pois temos estado muito ausentes. Neste tipo de negócio, principalmente por estarmos a começar, a dedicação tem que ser uma constante. Para que resulte tem que ser uma obsessão e temos que estar sempre de corpo e alma no projeto. Aos nossos filhos e às nossas mulheres, o nosso agradecimento. Queremos agradecer também à nossa outra família, ou seja, aos nossos colaboradores, por toda a dedicação, paixão e profissionalismo. Eles são a nossa força motriz. Por último, mas não menos importante, gostaríamos de agradecer a todos aqueles que nos têm visitado e que tanto contribuem para o nosso crescimento. Ficamos a aguardar a vossa visita... até breve! 

“Há sempre uma estrada em qualquer lugar, para qualquer pessoa, em qualquer circunstância.

Como, onde, porquê?”

Jack Kerouac
Escritor, autor do livro “Pela Estrada Fora”

Pela (nossa) Estrada fora

É, talvez, com demasiada facilidade que se apelida algo de “único”.

Mas quando sabemos que não há mais nenhuma estrada que atravesse o país todo, de norte a sul, dificilmente algum adjetivo caberá tão bem na Estrada Nacional 2 (EN2). Se a isso somarmos o facto de atravessar 35 concelhos, de Chaves a Faro, passando por algumas das mais bonitas regiões de Portugal, então podemos dizer com total segurança que ao longo destes 739km estará a percorrer uma estrada única.



É uma estrada mítica e muito acarinhada por todos os que a percorrem. Cheia de contrastes como o país que é ligado por ela, tão curvilínea a norte como espaiada a sul. Para termos uma noção da sua singularidade, a nossa EN2 é apenas comparável à Route 66, que liga Chicago à Califórnia (EUA), e à Ruta 40 que atravessa também longitudinalmente a Argentina.

Para representar e promover dignamente o património que esta estrada representa, foi constituída em 2016 a Associação de Municípios da Rota da Estrada Nacional 2 (AMREN2). Aqui estão representados os 35 municípios por ela atravessados, com Santa Marta de Penaguião a assumir a presidência. Para aí chegarmos temos mesmo de fazer alguns quilómetros pela EN2, aproveitando a oportunidade para nos deliciarmos com a sua envolvente. Não há outra forma de o dizer – este troço entre Vila Real e a Régua é imperdível – e o Alto Douro nunca deixa de surpreender por mais vezes que ali se passe.

Chegados ao largo em frente ao edifício da Câmara Municipal de Santa Marta de Penaguião, um enorme marco amarelo não deixa dúvidas sobre onde estamos. É uma réplica gigante e perfeita dos antigos marcos das estradas portuguesas, que se tornou o ícone desta EN2. Quem a desenhou “e a pensou de norte a sul, teve uma ideia tão avançada, que ainda hoje mantém esse diferenciação”, começa por nos dizer o Presidente da Câmara (e da AMREN2), Luís Machado. Na sua génese está uma ideia, um “projeto para

um país que a torna única.”

A atual designação de Estrada Nacional 2 foi instituída em 1945, sucedendo-se a séculos de história onde, em tempos, foi chamada de Estrada Real. Olhando para o mapa, percebe-se que a EN2 se estende centralmente no país como se fosse a sua coluna dorsal. “Foi uma referência durante muitos anos, talvez como um dos melhores meios de mobilidade de pessoas e mercadorias, que depois com a construção das autoestradas, dos IPs e dos ICs, perdeu essa relevância em termos de mobilidade, mas nunca perdeu a sua identidade.” É com uma notória convicção que Luís Machado defende a sua (e nossa) EN2, lembrando que quem a percorrer e “não conheça o país, fazendo-a devagar, quando sair daqui leva um país no coração. Conhece a sua cultura, a sua gastronomia, os seus produtos endógenos, e principalmente tem aquilo que mais nenhuma tem, que embora seja uma estrada de alcatrão é essencialmente uma estrada de pessoas”. Dificilmente se fazem mais de 30km nesta estrada sem que se vejam casas, povoações, “sem se cruzar com pessoas a pé, de bicicleta e de carro, ou pessoas a trabalhar”.

“Quem percorrer a EN2, quando sair daqui, leva um país no coração.”

Unir um país

O Presidente da Associação vai mais longe e afirma mesmo que a EN2 “consegue unir aquilo que nenhum projeto político consegue, que é unir um país”. Os autarcas que a representam são de áreas políticas diversas, mas valorizam os seus territórios em parceria e cooperação, divulgando e promovendo municípios que não se resignam a ficar esquecidos e isolados no interior.

A ideia da criação da Associação nasceu em Santa Marta de Penaguião, e hoje a EN2 é uma verdadeira marca nacional. Uma marca potenciadora dos “seus produtos e das suas pessoas”, que pretende “criar riqueza, fixar os que estão cá e atrair novos”.

Em boa hora o Turismo de Portugal viu neste projeto a oportunidade para promover os territórios de uma forma “linear, equitativa, transparente e próxima”. A Nacional 2 convida a essa proximidade, normalmente percorrida e visitada por pequenos grupos. Afirma-se sem ser concorrente do turismo de sol e mar, mas dando mais opções a quem queira visitar o nosso país de uma forma diferente, garantindo uma perspetiva complementar em todos os sentidos. Sintetizando, Luís Machado afirma que “os turistas podem vir cá usufruir das nossas praias e do nosso mar, e simultaneamente, fazer a Nacional 2”.

Esta oferta global que um pequeno país como Portugal consegue conciliar, de norte a sul, do litoral ao interior, é um fator que nos distingue no competitivo mercado turístico internacional.

Turismo Responsável

O perfil do turista que procura destinos de estrada, em estilo road trip, afasta-o claramente do turismo de massas. Aqui encaixam os que procuram o turismo de natureza, assim como o turismo gastronómico, ou os motards, por exemplo. Pessoas que têm à sua disposição ao longo desta estrada seis Patrimónios Mundiais reconhecidos pela UNESCO.

O respeito por este património está na génese da criação da AMREN2 e, seguramente, também no espírito de quem a visita. Não há aqui registos de qualquer incidente ou ato de vandalismo. Quem procura a EN2 é alguém que “gosta de fazer turismo em segurança, com proximidade, respeitador e amigo do projeto”.

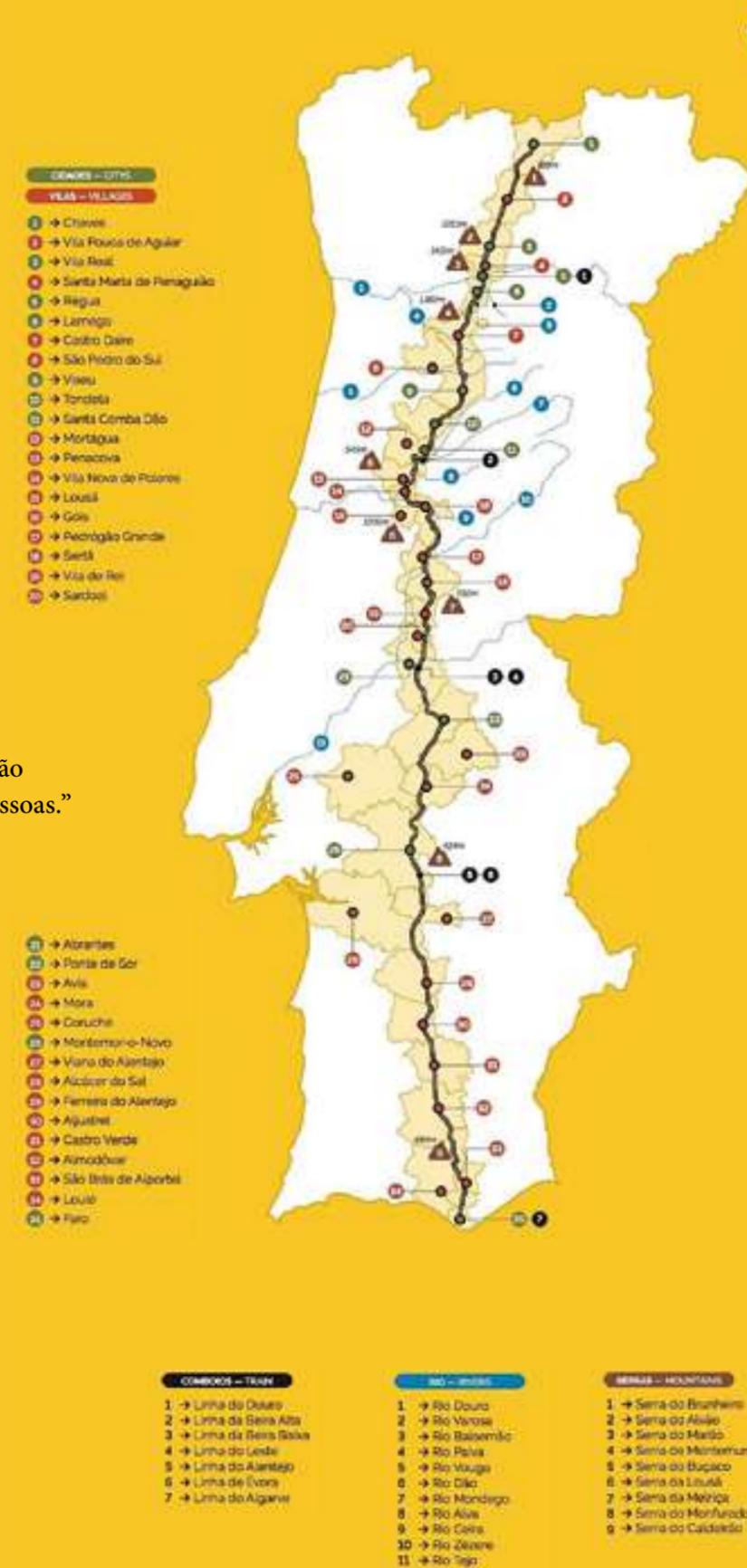
O acolhimento dos portugueses é sempre elogiado por qualquer turista que nos visite, naquela que é uma tradição impagável que não se pode realmente perder. Essa é, em todos estes territórios, uma constante.

“Embora seja uma estrada de alcatrão é essencialmente uma estrada de pessoas.”

Marca acarinhada pelos portugueses

“A Nacional 2 valoriza o alicate e o cabo” é uma das imagens mais curiosas e gráficas que nos foi transmitida pelo Presidente da AMREN2. As oficinas que se mantêm ao longo do seu traçado são o garante de assistência e apoio em qualquer situação. O desenrasque profissional que tanto caracteriza a melhor tradição nacional. Até nisso este projeto é inclusivo, já perfeitamente integrado na era digital, mas sem perder a autenticidade que caracteriza todo este trajeto.

Os portugueses acarinhos esta marca, “é dos pais, dos filhos, dos netos, dos bisnetos”, diz-nos Luís Machado, projetando um futuro promissor alicerçado no respeito pela memória viva: “aquilo que foram as nossas vivências nos anos 40, 50, 60 na Nacional 2 são a mais-valia no futuro”.



“Consegue unir aquilo que nenhum projeto político o consegue, que é unir um país.”



Santa Marta D'Ouro

Não podíamos sair de Santa Marta de Penaguião sem perceber o que está a ser feito pelo atual Executivo na promoção do município, para além deste “mundo” que é a Nacional 2. Passa muito pela recuperação da imagem da Padroeira da Região Demarcada do Douro e de Frei João de Mansilha, o mentor do Douro.

Surge assim a marca “Santa Marta D'Ouro”, a partir da qual a Autarquia está a lançar três grandes projetos de promoção turística: o Miradouro Douro Vivo, o Espaço Origem D'Ouro e o espaço Ligação de História D'Ouro.

O Miradouro Douro Vivo terá espaços dedicados à demonstração viva das castas mais importantes da região. Já o Espaço Origem D'Ouro terá um serviço de lazer e de conhecimento, com um auditório 4D que levará os visitantes a uma viagem de 1756 (ano da delimitação da Região Demarcada do Douro) até aos dias de hoje. Contemplará ainda uma cave com uma cápsula do tempo, lugar ideal para vinhos de referência e história, e ainda uma sala de leitura. O terceiro espaço “Ligação de História D'Ouro” contará com um espólio de informação aos visitantes sobre Frei João, uma personagem de grande relevância para promover a marca “Santa Marta” e o seu território como destino turístico de eleição.



Destaque ainda, claro, para a Serra do Marão - “O Gigante - Protetor do Douro”, responsável pelo microclima que distingue os vinhos desta região. A riqueza paisagística de toda esta zona tem sido igualmente merecedora de reconhecimento e dinamização por parte do Executivo, tanto na recuperação dos elementos patrimoniais locais como nos elementos paisagísticos e ambientais. Exemplo disso é a Caminhada Noturna, organizada pelo Município, que atrai centenas de caminhadores permitindo dar a conhecer as potencialidades turísticas do Marão.

O próximo projeto passa pela construção de um miradouro na Fraga da Ermida, um dos monumentos geológicos mais emblemáticos, que irá promover a Serra do Marão como um dos maiores destinos turísticos do país. 

WWW.CM-SMPENAGUIAO.PT



Estrada Nacional 2,
a rota turística
que une Portugal

Percorrer a Estrada Nacional 2 é uma viagem em que o final fica sempre em aberto. Para voltar mais tarde, recomeçar, sempre com novos pontos de interesse e geografias para descobrir. Bem no coração do nosso país, Góis é um dos 35 municípios atravessados pela EN2. O Presidente da Câmara, Rui Sampaio, deixa-nos o seu testemunho sobre a importância turística e económica da estrada “mais extensa do país”.



A Associação de Municípios da Rota da EN 2, a qual contou com a adesão imediata do concelho de Góis, permitiu converter esta estrada mítica, com mais de 70 anos de existência, num produto turístico concertado, que reflete a mais-valia de trabalhar em rede, com a missão de criar riqueza, divulgar o património, a paisagem e contribuir para o desenvolvimento de um território, à escala Nacional, para além dos limites geográficos de cada concelho, distrito ou nomenclatura das unidades territoriais.

Góis, um dos 35 municípios atravessados pela EN2, conta com mais de 40km de traçado desta que é a “nova” rota turística por excelência. Para além de ser um claro convite à fruição do interior de Portugal, a sua procura transcende uma época específica do ano, um produto turístico que se apresenta per si como um perfeito aliado ao combate à sazonalidade, que se sente e se faz refletir na economia local.

Num período em que o setor do turismo apresentou uma quebra da procura por parte de turistas estrangeiros, face à insegurança causada pela COVID-19, destacam-se os turistas nacionais que apostaram na descoberta do país pela estrada real, facto que se fez refletir nas estatísticas do Posto de Turismo Municipal, apresentando um aumento da procura turística em cerca de 29% (dados de 2020).

Cientes do nosso papel – autarquia, operadores turísticos e população de Góis – estamos empenhados e determinados em trabalhar ativamente na condição de stakeholders da Rota da EN2, defendendo a qualidade do seu património,

WWW.CM-GOIS.PT



permitindo que seja possível conciliar património, paisagem, cultura, criatividade, tradição, história e natureza. Mais ainda, comprometendo-nos a ir ao encontro das expectativas de todas e todos aqueles que reconhecem que “faça chuva ou faça sol” a EN2 foi feita para viajar, sozinho(a), em grupo ou em família, por etapas ou na sua totalidade.

Apesar da imprevisibilidade do futuro, estamos conscientes de que esta rota turística, pela via mais extensa do país, vai continuar a garantir 738,5km de riqueza e diversidade paisagística e patrimonial que saciará os “olhos e a alma”. 

Venha sentir Santa Comba Dão!

Ao quilómetro 213 da mítica Estrada Nacional 2 chegamos a Santa Comba Dão. Um dos melhores locais para sentir o espírito beirão e a hospitalidade que tanto caracteriza o povo português.



Santa Comba Dão é um verdadeiro tesouro a explorar em plena Nacional 2! A localização estratégica, a envolvente natural com os rios Dão, Mondego e Criz a moldarem a paisagem e a vista privilegiada para três serras, fazem do território um destino apetecível... aqui tão perto... "já aqui ao lado".

O nosso convite a cada um dos viajantes e novos exploradores que percorrem a rota desta estrada mítica, é para explorar... para sair da linha que o percurso ocupa no mapa. Para parar, relaxar e desfrutar! E sobretudo para sentir a genuinidade beirão das nossas gentes, os tesouros arquitetónicos, históricos e paisagísticos.

Com o objetivo de ampliar a experiência da rota da Nacional 2 (N2), o Município tem desenvolvido ações de valorização territorial, envolvendo estabelecimentos de restauração, unidades de alojamento e outros equipamentos, de modo a marcar pela excelência a passagem pelo nosso concelho.

No ano passado, abriu ao público um novo Posto de Turismo associado à imagem da Nacional 2. No mesmo largo, o visitante encontra um marco de grandes dimensões que "dá as boas-vindas" a todos os que visitam Santa Comba Dão, assinalando o quilómetro 213. Este marco da presença na route 66 portuguesa é um dos muitos pontos de paragem obrigatória neste concelho com tanto para oferecer.



Um outro exemplo a destacar na ação municipal de valorização turística e territorial é o investimento no segmento Walking and Cycling, com a criação de cinco percursos pedestres, que permitem a realização de caminhadas em contacto com a natureza. Está ainda projetada uma centena de quilómetros de traçados para a prática de cycling, o que vem exponenciar o conhecimento e a visita a este território vasto, diverso e bonito.

Além deste investimento, destaque também para outros projetos e investimentos - como por exemplo o parque verde da Ribeira das Hortas ou o Núcleo Museológico de Artes e Ofícios - que vão, decerto, aumentar a oferta turística, permitindo atrair o simples visitante, mas também o turista, que vem à procura de mais conhecimento.

Admirável mundo nómada digital

Mudar-se para um país para trabalhar remotamente e viajar é um estilo de vida abraçado sobretudo por jovens ocidentais. Mas num mundo pós-pandémico antecipa-se que o nomadismo digital cresça, com a Europa a apostar nesta tendência.

Uma jovem está sentada com o portátil ao colo enquadrada por uma paisagem bonita. É possível que trabalhe numa área específica como tecnologia, finanças ou marketing e que àquela “moldura” suceda uma diferente, meses depois, também apelativa. Os nómadas digitais são pessoas com emprego que se candidatam a Vistos para Nómadas Digitais, uma nomenclatura que varia consoante os cerca de 40 países pelo mundo fora que já oferecem este estilo de vida.

Os candidatos devem provar que têm um rendimento estável – a referência é €1800, embora em Portugal, por exemplo, seja €600 - e na Europa a maioria destes vistos permite a permanência até um ano com opção de renovação por um ou dois anos. Com dinheiro disponível para gastar nos países que escolhem, estes trabalhadores remotos são vistos como uma forma de ajudar no crescimento de economias debilitadas pelo efeito que a pandemia teve no turismo.

Aqui ao lado Espanha aprovou, em janeiro deste ano, um pacote legislativo conhecido como “Startups Act” onde estão previstas iniciativas para atrair nómadas digitais. Cerca de 30 cidades e vilas de Espanha aderiram à “Red Nacional de Pueblos Acogedores para el Teletrabajo” que encoraja a visita destes trabalhadores. Todas têm menos de 5 mil residentes e assim se espera atrair população para locais cujos habitantes tiveram de sair por falta de oportunidades de trabalho.

Em Portugal, onde o documento se chama Visto de Residência para o Exercício de Atividade Profissional Independente ou para Emigrantes Empreendedores, também houve alterações. Desde janeiro de 2021 que a autorização de residência temporária para o exercício de uma atividade profissional é válida pelo período de dois anos, e não apenas um como até então, e é renovável por períodos sucessivos de três anos ao contrário dos dois em vigor até àquela altura.

A Madeira é aliás um dos dez destinos mundiais mais procurados por nómadas digitais. Tudo graças ao programa “Digital Nomads Madeira Island” promovido pela Secretaria

Regional da Economia através da StartUp Madeira que, em maio de 2021, contava com 700 nómadas digitais. A iniciativa começou em Ponta de Sol e alargou-se a outros concelhos e ao Porto Santo. A hospitalidade e beleza natural das ilhas contribuem para o sucesso de um projeto que conta com milhares de candidatos.

Estão na moda as workcations que, como o nome em inglês indica, combinam férias com trabalho.

Uma nova força laboral nómada?

Se houve realidade a nível laboral que a pandemia normalizou foi o trabalho remoto: a partir de casa, numa segunda habitação ou casa alugada ou até em quartos de hotel transformados em escritórios. A experiência parece ter agradado aos trabalhadores, como demonstram estudos feitos um pouco por todo o mundo. Um deles, citado pela BBC, e feito pela YouGov no Reino Unido, mostrava que em maio de 2021 dois terços dos britânicos queriam continuar a trabalhar remotamente depois dos confinamentos. E que a opção pelo teletrabalho ou trabalho flexível era muito mais valorizada do que ter ações da empresa ou beneficiar de

Começa a ganhar terreno a ideia de que as pessoas não vivem onde está o seu trabalho, mas trabalham onde vivem.

programas de mentoria e almoços gratuitos.

Até pessoas com empregos convencionais tornaram-se trabalhadores remotos e há cada vez mais profissionais a definir-se independentemente do sítio onde trabalham. Começa a ganhar terreno a ideia de que as pessoas não vivem onde está o seu trabalho, mas trabalham onde vivem. E em muitos países onde a experiência da escola online foi positiva, há mais famílias a ponderar tornar-se nómadas digitais.

Aliás, as próprias plataformas de arrendamento de propriedades para férias sinalizam esta tendência. Entre julho e setembro de 2021, quase metade das reservas na Airbnb foram no âmbito de estadas de uma semana ou mais, e uma em cada cinco noites em estadas de um mês ou mais tempo. Estão na moda as workcations que, como o nome em inglês indica, combinam férias com trabalho.

O próprio CEO da empresa Brian Chesky disse em janeiro ao New York Post que passaria a trabalhar remotamente e a mudar de localização a cada duas semanas.

Mas a ideia de uma força laboral de nómadas digitais enfrenta barreiras como o tipo de trabalho, a posição na hierarquia, a demografia, a necessidade de construir raízes na comunidade onde se está inserido, ou as próprias exigências dos países recetores. Há uma ideia de privilégio associada a este estilo de vida que lhe retira universalidade. Por isso muitos especialistas consideram-no irrealista e antecipam antes uma modalidade híbrida em que o trabalho presencial venha a alternar com o teletrabalho.

O site Nomad Girl (www.nomadgirl.co) existe desde 2014 e publica informações atualizadas sobre vistos para nómadas digitais. Inclui o custo e tempo de obtenção do visto, o tempo máximo de permanência no destino, ou a velocidade da Internet. Não deixe de o consultar se está a pensar adotar um estilo de vida permitido pela tecnologia em que o mundo é, por esta ordem, a sua casa e local de trabalho. 

A Educação como chave para o futuro

A educação é o maior transformador do desenvolvimento social. O melhor caminho conhecido para combater assimetrias e desigualdades económicas. Para isso, é necessário investir e olhar para ela como um dos pilares do futuro da humanidade.

Falar em educação é muito mais do que um caminho para ter sucesso financeiro. A procura constante pelo conhecimento e crescimento pessoal é fundamental para o desenvolvimento do ser humano. É através dela que nos preparamos para o futuro.

A educação é um direito de todos os cidadãos e consiste num processo que compreende a formação familiar, escolar e social. Considerando estes três, os processos formais da educação, também os conhecimentos adquiridos pelas experiências de vida e interações com a sociedade são de extrema importância naquilo que faz de cada um de nós uma “pessoa”.

Quando pensamos no crescimento e desenvolvimento pessoal, percebemos que frases populares como “estamos sempre a aprender” ou “viva a vida para aprender a viver”, fazem sentido. É das experiências de vida que retiramos muitas das lições para o futuro que nos ajudam, não só a desenvolver o nosso potencial, como a crescer como seres humanos.

A educação está implícita nas ações, crenças e ideais de cada pessoa, tudo o que vivemos pode ser levado como uma aprendizagem, ou seja, podemos copiar, corrigir ou melhorar, de modo a atingirmos o melhor de nós. A verdade é que, chegamos a um ponto nas nossas vidas em que somos responsáveis por construir o nosso caminho. É da nossa responsabilidade escolher e definir o que para nós está certo ou errado, e qual o rumo que queremos dar às nossas vidas.

Chegar à plenitude das nossas capacidades parece difícil de atingir, com a constante atualização e crescimento do mundo em que vivemos. Por isso é que viver é aprender a cada segundo e, enquanto cada um de nós desenvolve as suas capacidades e as partilha, a sociedade evolui.



QUEEN ELIZABETH'S SCHOOL: 86 anos de Tradição, Prestígio e Inovação ao serviço da educação

O título da autobiografia da fundadora da Queen Elizabeth's School, Margaret Denise Eileen Lester O.B.E. (Order of the British Empire), “Look Up - There's Always a Star”, reflete a visão e valores da sua mentora, que continuam a ser reforçados pela atual direção liderada por Conceição Oliveira Martins, Maria de Lourdes Cabral e Ana Maria Nunes. Convidamo-lo a conhecer a Queen Elizabeth's School que é uma escola de referência de ensino bilingue em Portugal.

Com sede em Lisboa, a Queen Elizabeth's School iniciou as suas atividades educativas em 3 de novembro de 1935 com 3 alunos, numa sala e jardim cedidos na casa de Sofia e Fortunato Abecassis, tendo contado com o apoio do então Ministro dos Negócios Estrangeiros Senhor Dr. Armindo Monteiro. Em 1936 esta escola foi oficialmente reconhecida pelo Ministério da Educação Nacional.

A fundadora Denise Lester sempre foi uma grande defensora da Aliança Luso-Britânica, tendo a Queen Elizabeth's School sido criada de raiz como uma escola bilingue para crianças portuguesas e nativas de língua inglesa a residir em Portugal. Esta Escola tem





vindo a acompanhar os programas de ensino vigentes nas escolas britânicas a par das Orientações Pedagógicas para a Creche, Orientações Curriculares para a Educação Pré-escolar e Programa Curricular do Primeiro Ciclo do Ensino Básico Português.

Os ideais delineados pela Fundadora desta Instituição de preservar os laços históricos e culturais entre o Reino Unido e Portugal têm sido mantidos, sendo dado um papel de primordial importância à aprendizagem precoce do Inglês. O ensino desta segunda língua e a cultura britânica são introduzidos aos alunos de uma forma intuitiva e natural, assim como é assegurada a existência de docentes nativos da língua inglesa. As bandeiras de Portugal e do Reino Unido são habitualmente hasteadas no edifício escolar nas datas emblemáticas e solenes da história destes dois países.

A Queen Elizabeth's School tem apostado na internacionalização do seu currículo, com a adoção de um modelo integrado de ensino bilingue Português - Inglês nas valências que oferece e recorrido a uma nova metodologia no âmbito da Aprendizagem Integrada de Línguas e Conteúdos (AILC) / Content Language Integrated Learning (CLIL). Nesta perspetiva, a língua inglesa tem sido utilizada na aprendizagem de certos conteúdos disciplinares e temáticas transversais a todas as áreas curriculares.

Na Creche e Educação Pré-



A Quaresma é um período de 40 dias. Durante esses 40 dias devemos, principalmente, pensar em Paz e Amor.

Francisca – 4º ano

A Quaresma é o período de quarenta dias correspondente aos dias que Jesus esteve no deserto, antes da última ceia. Na Quaresma, devemos fazer jejum e orações. Esta começou na quarta-feira de cinzas e acaba com a entrada de Jesus em Jerusalém no domingo de Ramos.

Henrique – 4º ano

A Quaresma é uma parte do ano litúrgico, em que o Padre se veste de roxo. A Páscoa é comemorada, porque Jesus foi crucificado e, ao fim de três dias, ressuscitou.

Assunção – 4º ano

escolar o ensino da língua inglesa é feito tal como o da língua mãe, através do desenvolvimento da compreensão e expressão oral, privilegiando a Expressão Dramática e Musical. Os alunos do Pré-escolar são submetidos a um exame de Artes Performativas "Trinity College London - Trinity Stars Young Performers in English Award" (Stage 2 e Stage 3).

No 1º Ciclo do Ensino Básico é dada uma especial relevância à leitura e à escrita. A Direção deste Estabelecimento de Ensino introduziu no plano curricular da língua inglesa o Programa Primário da Cambridge Assessment International Education, e as disciplinas de Mathematics, Science e English as a Second Language. Os conteúdos programáticos ministrados neste currículo são suscetíveis de uma avaliação interna e externa através dos Cambridge Primary Progression Tests e Cambridge Primary Checkpoint Tests (cambridgeinternational.org), sendo estes últimos apenas realizados no 4º ano de escolaridade. Os alunos que realizem com aproveitamento os Cambridge Primary Checkpoint Tests recebem um Statement of Achievement emitido pela Cambridge Assessment International Education.

Esta escola tem participado em parcerias no âmbito de programas de intercâmbio educativo e cultural a nível nacional e internacional, considerando-as essenciais num percurso formativo de qualidade,



numa sociedade global e inclusiva que valoriza a riqueza da diversidade.

A Queen Elizabeth's School é uma "Cambridge International School", assim como Centro de Preparação de Exames da Cambridge English preparando os seus alunos para a realização dos Young Learners English Tests (Pre A1 Starters, A1 Movers e A2 Flyers), e os antigos alunos que frequentam os Clubes de Inglês, em horário extra letivo, para o B1 Preliminary for Schools, B2 First for Schools, C1 Advanced e C2 Proficiency; Centro de exames do Trinity College London e membro do Instituto Britânico do Programa de Parceria de Exames "Addvantage".

Os alunos do pré-escolar e 1º ciclo que têm aulas de piano podem realizar um exame de Música adequado à sua faixa etária, que vai do nível preparatório até ao nível 2 da Associated Board of the Royal Schools of Music, líder mundial na área de avaliações e exames de quatro dos mais prestigiados conservatórios do Reino Unido.

Tendo presentes os princípios defendidos pela sua fundadora, o projeto educativo desta Escola visa o desenvolvimento pleno dos seus alunos a nível pessoal e social, dando

uma especial importância à educação para os valores e ao exercício de uma cidadania ativa com um forte sentido de responsabilidade social. Neste contexto, esta escola tem estado envolvida em várias ações de voluntariado com Organizações Não Governamentais e Instituições de Solidariedade Social, em campanhas de angariação de fundos para o apoio a lares de terceira idade, a crianças desfavorecidas e a jovens portadores de deficiência.

A política educativa da Queen Elizabeth's School assenta nos ideais de humanismo cristão e numa pedagogia holística de desenvolvimento integral dos alunos, respeitando a sua individualidade, realização pessoal e sucesso escolar, preparando-os para os desafios da sociedade do conhecimento.

A Educação Moral e Religiosa é indissociável da formação de caráter que acompanha o crescimento das crianças. A maioria dos nossos alunos professam a religião da Igreja Católica Apostólica Romana, sendo no entanto incentivado o diálogo ecuménico e o respeito por outras confissões religiosas. Os alunos são preparados para receber os sacramentos da iniciação cristã - Batismo, Confirmação e Eucaristia.



A Páscoa é importante para estar com a família e não importam os chocolates. Feliz dia de Páscoa!

Pedro – 3º ano

Família, eu desejo uma boa Páscoa e espero que estejam sempre felizes. Eu amo-vos muito!

Ben – 2º ano

Querida família, vocês ajudam-me sempre e são a melhor família do mundo. Eu quero desejar-vos um feliz dia de Páscoa. Com muito carinho.

Ethan – 3º ano

Espero que todas as famílias tenham uma boa Páscoa, paz e amor. Para a minha família também!

Luísa – 2º ano





AWA - A fazer "crescer" ASAS há 14 anos

A AWA (Aeronautical Web Academy) é uma das mais relevantes escolas de aviação em Portugal, com uma forte aposta na qualidade da formação e na seleção dos profissionais mais qualificados. Neste texto, o Administrador Renato Pinheiro apresenta-nos o grupo, que conta com uma nova empresa - a AWA Technics, e fala-nos das suas próximas metas. Muito em breve a AWA terá pronta a sua nova "casa operacional", no Aeroporto de Cascais.

Importa, nesta altura de grande perturbação social, destacar o que de bom se faz em alguns domínios. Em Portugal existem cinco Escolas de Aviação com relevo, entre as quais a AWA ganhou o seu lugar. Em primeiro lugar pela diferença que marcou, logo em 2008, quando foi fundada, pelas inovações que trouxe ao panorama formativo em Portugal e depois, em 2010, quando abriu o primeiro curso de pilotagem de aviões, como Escola certificada e já com meios próprios e em instalações que, já na altura, eram de qualidade reconhecida.

Agora, com quase 14 anos de atividade, mais importante que falar de si própria, é avaliar o impacto que temos na formação aeronáutica em Portugal e verificar que, na realidade, temos colocado no mercado nacional e internacional Oficiais de Operações de Voo (OOV-FOO) e Pilotos de Linha Aérea que desempenham, com destacada qualidade, as suas funções profissionais.

Os profissionais da AWA

A Equipa da AWA foi crescendo, pautando-se a seleção dos seus colaboradores pela escolha das pessoas mais qualificadas para a função a desempenhar (ver nosso site - www.awa.pt). Desde os Pilotos Instrutores (FI), passando pelos Instrutores Teóricos (TI), pelo nosso pessoal de operações de voo e planeamento, pelo staff da secretaria e, fazendo uma alusão obrigatória aos NP's (nominated persons) estruturais nomeados de acordo com as regras



EASA, todos estão focados na função. Somos hoje uma Equipa multidisciplinar de cerca de 100 pessoas (Pilotos, Professores Teóricos, NP-Nominated Persons, NP's "deputies", Staff da Secretaria, e Staff das OPS/PLN). Costumamos dizer que o que é visível é a ponta da lança, as horas de voo produzidas, mas para as cerca de 1500 horas de voo mensais que produzimos, temos uma estrutura organizada, a que chamamos simbolicamente espinha dorsal. Não sendo visível, permite manter firme a AWA, pois essa estrutura é constituída por reputados profissionais. Discretos mas sabedores.

O que faz a AWA

A AWA, em síntese, forma profissionais da área da aviação, com foco nos OOV's e nos Pilotos, profissionais e privados. Na AWA os alunos podem almejar uma formação de qualidade. Apostamos na formação presencial, pela mais-valia que representa a este nível de transmissão de conhecimentos. Não nos preocupamos em preparar os alunos apenas para os exames teóricos, mas sim em prepará-los para as profissões que escolheram. As matérias são exigentes, os conhecimentos necessários para desempenhar as funções são tão vastos, que não há possibilidade de deixar esta missão (é isso que achamos que é a função do professor, uma missão), entregue a explicações automáticas e a demonstrações que não tenham entrega profissional com abnegação pessoal.

Os meios da AWA

Estamos em 3 locais (Figo Maduro, e em dois aeródromos - Cascais e Évora), com a Sede nas instalações onde decorre a teoria em Figo Maduro, nas imediações do Aeroporto de Lisboa. Aqui temos também um simulador de voo (FNPTII) e um simulador de comunicações aeronáuticas. Este último foi uma "invenção" da AWA, pois de uma forma simples mas realista, colocamos os alunos dentro de uma aeronave, com filmes alusivos a determinadas fases de voo, onde são efetuadas as comunicações rádio num ambiente muito próximo daquele que vão encontrar quando passam à fase de voo. No nosso curso de OOV, os alunos fazem também voo em FNPTII, onde podem

ter contacto com as sensações de voo e até verificar a importância dos elementos/parâmetros de planeamento de voo. O estágio curricular é assegurado numa Companhia Aérea, ou Empresa, com as quais a AWA tem protocolo.

Para além destes dois simuladores, temos em fase de entrega um outro FNPTII ainda mais complexo e avançado, com instalação prevista para início de Maio. Já é nosso, está pronto na fábrica à espera de "ordem" para vir, apenas aguardamos que as obras em curso no nosso Hangar no Aeroporto de Cascais estejam em fase adequada para o poder receber. Este hangar será a nossa "nova casa operacional", que dentro em breve será alvo da necessária e conveniente divulgação. Agora fica apenas a referência, pois é oportuno fazê-la.

Dispomos ainda de 22 aeronaves na nossa frota orgânica, tendo sido recentemente adquiridos vários Cessnas 150/152, um Bimotor Tecnam P2006T e quatro aeronaves novas Bristell B23, fabricadas com as especificações requeridas pela AWA, e que são uma estreia em Portugal, tendo as primeiras duas aterrado em LISBOA no dia 10 de março.

Nova empresa do grupo

Recentemente aprovada, a AWA-Technics recebeu dia 17 de janeiro deste ano a certificação PT.CAO.051, da ANAC. Permite ao grupo Escola/Engenharia/Manutenção avançar de forma mais robusta e independente, para alcançar com mais garantias de sucesso os objetivos traçados. A AWA pugna por solidificar a sua reputação como Escola de Qualidade, não almejando ser a maior Escola em termos de alunos em curso, mas sim a Escola que forma profissionais de qualidade reconhecida, com número de vagas anuais autolimitadas e publicamente anunciadas no início de cada ano. Como ideia-força final, o Grupo AWA/AWA Technics mantém firmeza na qualidade de formação e das operações de manutenção, determinação em escolher e manter os melhores colaboradores e a responsabilidade de formar os melhores profissionais. 



WWW.AWA.PT

*"Todas as mulheres, em toda a parte,
têm os mesmos objetivos:
queremos ser autossuficientes e criar
uma vida melhor para nós e para os nossos."*
Melinda Gates

Melinda Gates, antiga funcionária da Microsoft e filantropa americana, cofundadora da Fundação Bill e Melinda Gates. Foi considerada em 2020 uma das 100 referências femininas da história global nos últimos 100 anos pela revista Time. 

*"Uma mulher com uma voz é,
por definição, uma mulher forte.
Mas encontrar essa voz
pode ser extraordinariamente difícil."*
Melinda Gates

Mulheres  spiradoras

Sofia Lourenço: “Não viemos ao mundo para fazer sombra”

Mulher dos sete ofícios, Sofia Lourenço é brasileira, paulistana e filha de pais portugueses. Radicada na Beira Baixa, é Sócia-Gerente da Clinibeira há mais de duas décadas, em Castelo Branco. A empresária tem trilhado um percurso recheado de trabalho e de dedicação a iniciativas sociais. É isso que lhe damos a conhecer nesta entrevista.

A formação e o conhecimento podem fazer a diferença na vida de uma mulher e mudar o rumo do seu futuro. Sofia Lourenço é disso exemplo - formada em Direito, preparadora física, acupuntora com especialidade em medicina ortomolecular e fitoterapia. Natural de São Paulo, Sofia Lourenço é Sócia-Gerente da Clinibeira há mais de duas décadas. “Mesmo não sendo a minha primeira formação académica, escolher enveredar pela área da saúde foi a opção, para ir ao encontro das necessidades da cidade naquele momento.” Fruto de muito trabalho, a Clínica Médica Dentária e de Medicinas Naturais distingue-se pela relação de proximidade que mantém com os pacientes. “Ser empresária no interior tem prós e contras, como em qualquer parte. Mas a proximidade dos pacientes, tratá-los pelo nome, a disponibilidade que podemos dispensar, faz toda a diferença.”

O percurso da empresária tem-se destacado pela sua persistência e dedicação. “Me sinto líder, responsável, focada, confiante, controladora também, assumo. Nunca dou um passo sem estudá-lo.” Orgulhosa do caminho que tem trilhado, Sofia Lourenço não tem dúvidas sobre qual é a fórmula do sucesso: “ser um líder de sucesso depende da equipa, nós não vivemos e não produzimos sozinhos e este é o maior segredo.”

A história que tem vindo a escrever, recheada de sucesso e de conquistas, levou a empresária a abraçar projetos de voluntariado em Cabo Verde. “Tive a oportunidade de conhecer as Aldeias SOS Cabo Verde que acolhem crianças e a Fazenda Esperança, uma instituição com o objetivo de tratar

homens com algum tipo de adição. “Na ação social, Sofia Lourenço contribui para um interior melhor, principalmente na qualidade de vida dos idosos. “Atividade física adaptada, passeios culturais e melhoria de hábitos do dia-a-dia são alguns dos meus compromissos que enchem o meu coração.”

Dinâmica e entusiasta, a empresária pretende dar continuidade aos projetos nas áreas da promoção da saúde através da clínica e da ação social, pelas iniciativas de comunidades menos favorecidas. “Se cada um de nós contribuir com uma gota temos um oceano cada vez mais justo e perfeito.” Mulher empreendedora, Sofia Lourenço acredita que “querer é poder” e deixa um conselho a todas que queiram apostar no seu próprio negócio: “nunca se sinta inferior por ser mulher, a capacidade está na nossa essência. Se tem uma ideia, um sonho, um projeto definido, vá em frente, seja feliz, se sinta realizada. Quem realmente está no mesmo caminho que você apoiará e se orgulhará de fazer parte da sua vida.” 



WWW.CLINIBEIRA.COM



“Temos de assumir as nossas diferenças, honrar o facto de sermos mulheres e diferentes”

Filipa Tavares dos Santos é o rosto que está, desde 2001, à frente da SCP Pool Portugal, do grupo americano Poolcorp, líder mundial do setor. A diretora-geral considera que as mulheres têm características, que aplicadas no meio empresarial, resultam em equipas mais coesas e mais empenhadas, e colaboradores mais felizes.

Filipa Tavares dos Santos, Diretora-geral da SCP Pool Portugal, é uma mulher inspiradora num “mundo de homens”. Está na empresa desde 2001 – como tem sido este percurso ao longo de mais de 20 anos? É difícil ser mulher neste setor?

É uma realidade que este setor é maioritariamente masculino, há 22 anos quando iniciei o meu percurso profissional nesta área, era muito raro uma mulher liderar uma empresa. Neste momento já se nota uma mudança, mas continua a ser um “mundo de homens”. Felizmente não sofri nenhum tipo de discriminação dentro da organização. A SCP Pool Portugal faz parte de um grande grupo americano, que não permite discriminação. No entanto lembro-me de

quando a empresa dos meus pais foi comprada pela Poolcorp, o meu chefe perguntou a todos os colaboradores se teriam algum tipo de problema em reportar a uma mulher. Fora da empresa nem sempre foi fácil, mas acredito que temos de aceitar que somos diferentes, que é precisamente nessa diferença que existe a grande mais-valia. Muito trabalho, dedicação e principalmente ter um objetivo claro de onde queremos levar a empresa, e fazê-lo com gosto. Não há fórmulas mágicas, mas há muito foco e dedicação.

Na sua opinião, há diferenças entre organizações lideradas por mulheres ou por homens?

Sim, as mulheres têm características que, aplicadas no meio empresarial, resultam em equipas mais coesas e mais empenhadas, e colaboradores mais felizes. A resiliência, a empatia, o humanismo, a sensibilidade, e o chamado “sexto sentido”, acabam por ser trazidas para as empresas.

Independentemente do género, quais entende serem as características que distinguem um bom líder?

Empatia, proximidade, resiliência, capacidade de ouvir, intermediar a equipa nas decisões e muita consciência da implicação das nossas decisões.

Está também à frente da Associação Portuguesa de Profissionais de Piscinas, Instalações desportivas e lazer (APP). Há bastante cooperação entre os corpos sociais e profissionais representados? Quais são as vossas princi-

pais reivindicações?

Apesar de ter 20 anos de existência, a APP tem tido muito pouca representatividade. É um setor muito pouco profissionalizado, e as empresas têm muita dificuldade em encarar o concorrente como parte do mesmo grupo dentro da associação. No entanto estamos a tentar mudar esta mentalidade. É necessário este sentido de pertença a um setor, é necessário que os profissionais entendam que só nos conseguiremos proteger enquanto empresas, se nos associarmos para um bem maior - o reconhecimento da profissão, o reconhecimento deste mercado, para podermos então ter assento na legislação nesta área. Este setor, está deixado completamente ao abandono a nível de legislação. Temos de ser ouvidos como especialistas nesta área, as piscinas são um tema de saúde pública, não podemos deixar crianças, jovens, idosos, utilizar piscinas de câmaras, de hotéis, piscinas interiores, sem qualquer tipo de legislação. A água e o ar interior são elementos transmissores de doenças, qualquer piscina interior ou exterior mal tratada pode ser um foco de infeção. A segurança é também um fator importante. Qualquer arquiteto ou engenheiro, não tem grande apoio nesta área da piscina e Wellness. Felizmente a APP fez parte integrante do projeto da tradução da única norma que existe para piscinas públicas, mas não é suficiente. Qualquer empreendedor que inicie o seu negócio não tem onde ir conhecer as normas básicas e melhores práticas na construção nem manutenção de uma piscina. Felizmente a APP já iniciou o curso que era fundamental para darmos um passo no reconhecimento dos profissionais.

A SCP Pool pertence ao grupo Poolcorp, líder mundial do setor. Como é que decidiu integrar este projeto? O que a cativou neste mundo das piscinas?

A SCP Pool Portugal nasceu através da aquisição de uma empresa familiar que pertencia aos meus pais. Desde nova que quis seguir Gestão de Empresas para ajudar os meus pais a desenvolver o negócio. Atualmente há uma preocupação transversal a todas as áreas de negócio, que é a preocupação com o bem-estar e a saúde. Há 20 anos uma piscina era construída para satisfazer as crianças e jovens. Hoje o paradigma mudou e continua a mudar. Passamos por uma fase em que se começou a construir piscinas mais pequenas, com mais equipamentos de conforto para ser utilizada durante mais meses, com maior comodidade e com uma manutenção mais acessível. A preocupação com o bem-estar e a saúde leva-nos a um tipo de piscina diferente, que pode ser usufruída por qualquer faixa etária.

A vossa missão é expandir o crescimento global do mercado das piscinas e Wellness, proporcionando aos clientes uma vasta oferta de produtos e serviços exclusivos. Pode dar-nos alguns exemplos concretos?

A SCP distingue-se pelo serviço de excelência. Somos uma empresa que, mais do que atingir resultados, se preocupa também com o desenvolvimento do mercado. O meu drive, enquanto diretora da SCP, sempre foi deixar a nossa marca no mercado. A nossa missão é dar um serviço de excelência aos clientes, dar excelentes oportunidades aos colaboradores e um excelente retorno aos acionistas e fornecedores. Tentamos

estar presentes, trabalhar com um sentido de missão, valorizando sempre a transparência e a comunicação. Somos considerados líderes a nível de serviço ao cliente, temos entregas em 24/48h, stock permanente nas instalações, um serviço pós-venda e apoio ao cliente muito próximo. Além disso, temos um centro de Wellness 100% ativo e disponível para os clientes experimentarem, um showroom dedicado à apresentação dos produtos, uma academia certificada pela DGERT e um jardim para dar apoio nas formações práticas. Damos ainda aconselhamento técnico, presença em obra e apoio em qualquer tipo de projetos especiais à medida.



Instituíram a Academia SCP para desenvolver competências técnicas e profissionais dos vários agentes ligados ao mercado das piscinas. Reflete a vossa aposta e convicção de que a formação, o conhecimento e a especialização são fulcrais para o sucesso de qualquer empresa?

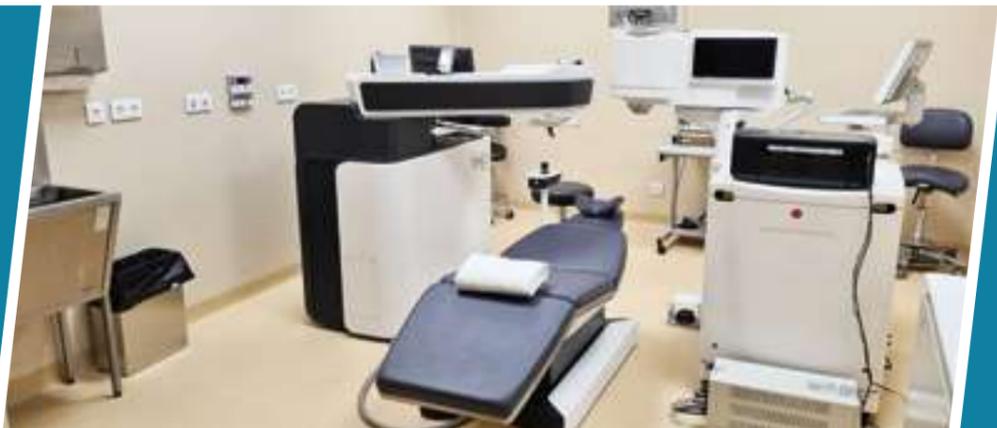
Sem dúvida alguma. O projeto da academia nasceu com o intuito de trazer conhecimento aos nossos clientes. Este é um mercado bastante técnico, de conhecimento específico e com complexidade técnica. Somente quem se especializar nesta área e tiver capacidades de aprendizagem, conseguirá manter o seu percurso e crescer.

Pode deixar-nos algum conselho que sirva de inspiração a outras mulheres para que consigam singrar no mundo empresarial?

Em primeiro lugar nunca desistir, temos de ter consciência de que somos tão boas ou melhores que qualquer homem, e temos a vantagem de trazemos connosco uma “bagagem” genética que nos caracteriza, e devemos utilizá-la em ambiente empresarial. Temos de assumir as nossas diferenças, honrar o facto de sermos mulheres e diferentes, e passar precisamente essa diferença para as empresas e para a maneira como definimos a estratégia e ao mesmo tempo cuidamos da nossa equipa. É precisamente esta diferença na liderança que está a fazer mudar o paradigma nas empresas. E é esta diferença que tem de ser assumida e aceite, por incrível que pareça, em primeiro lugar por nós mesmas.

WWW.SCP EUROPE.PT





“Sinto que posso dar mais alegria e qualidade de vida às pessoas”

Manuela Cidade, médica oftalmologista, é atualmente administradora da ALM OftalmoLASER e diretora clínica da unidade de Almada. Nesta entrevista fala-nos do seu percurso, dos avanços científicos nesta área, e lembra que “tratar dos olhos é tratar de si”.

Em 1994 nascia a Oftalmolaser, empresa dedicada exclusivamente à correção por laser de doenças refrativas. Com o sucesso da clínica, o espaço onde exerciam tornou-se insuficiente, e “eram numerosos os doentes que, satisfeitos com os resultados e com a qualidade do atendimento, nos pediam insistentemente que alargássemos a nossa atuação às restantes áreas da oftalmologia. Da nossa parte havia a vontade de adotar práticas de excelência e inovadoras e de as tornar acessíveis a toda a população”, começa por nos contar.

A ALM surge em 1999. Nesta clínica já é possível diagnosticar e tratar todas as doenças oftalmológicas, tanto médicas como cirúrgicas, sendo hoje em dia, a maior clínica privada de Oftalmologia da Grande Lisboa. “É com orgulho que posso dizer que a qualidade e diferenciação dos nossos colaboradores é elevadíssima e abrange todas as áreas da oftalmologia. Mantemo-nos firmes no propósito de inovação constante. Fazemo-lo não só através da introdução das mais recentes tecnologias e da aquisição de equipamentos topo de gama, como através da requalificação dos espaços físicos existentes. Por exemplo, o nosso atual bloco operatório foi construído de raiz, num novo espaço e segundo as mais exigentes especificações”.

Depois do início da pandemia em Portugal “houve repercussões negativas evidentes e a ALM, logo em março de 2020, implementou um programa de contingência rigoroso com o objetivo de manter alguma atividade, de modo a dar resposta às situações urgentes e aos doentes graves que necessitavam de seguimento regular. Pouco a pouco, fomos retomando a atividade normal, embora sempre mantendo as restrições que, em cada momento, a pandemia tem exigido”.

Quanto à evolução da Oftalmologia, a Dr.ª Manuela Cidade considera que “hoje se fazem diagnósticos mais precoces e tratamentos médicos e cirúrgicos mais eficazes e seguros”, tendo surgido fármacos que permitem o tratamento de



doenças antigamente consideradas incuráveis e que “é muito provável que nos próximos anos, com a crescente utilização da nanotecnologia, da inteligência artificial e da robótica se venha a assistir a uma evolução ainda mais rápida desta especialidade”.

Para a Dr.ª Manuela Cidade, o gosto pela especialidade surgiu quando teve oportunidade de estagiar num serviço de oftalmologia, “é uma especialidade em que podemos melhorar substancialmente a qualidade de vida das pessoas e em que as componentes médica e cirúrgica estão muito equilibradas sendo que na maior parte das situações patológicas temos acesso visual às estruturas alteradas”.

Foi chefe de serviço no Hospital São José e diretora do serviço de oftalmologia no Hospital Garcia de Orta, “no H.S. José não senti os vários momentos de transição na carreira como desafios, foram várias etapas que percorri com prazer. É claro que a chefia de algumas áreas, sobretudo aquelas que organizei de raiz, foi exigente”. Enquanto diretora do serviço de oftalmologia do Hospital Garcia de Orta sentiu-se realmente desafiada, até porque “implicou sair completamente da minha área de conforto e o serviço tinha poucos recursos e uma lista de espera para consultas de seis anos”.

Hoje faz parte do Conselho de Administração (CA) da ALM OftalmoLASER, e confessa que durante muito tempo tentou evitar essa responsabilidade. “A empresa já tem mais de 25 anos e pelo seu CA já passaram todos os atuais

acionistas assim como o Diretor Clínico e a Diretora da área Administrativa. Eu própria já tinha estado no CA. A dinâmica da empresa apontava-me mais uma vez para este cargo e eu entendi que era chegada a hora de o aceitar novamente”.

Para a Dr.ª Manuela Cidade, “o corpo humano é um todo e os olhos não são exceção”. É por isso muito importante que nos mantenhamos globalmente saudáveis. O meio ambiente está cada vez menos adequado à saúde visual. A poluição atmosférica e luminosa e a crescente digitalização da sociedade colocam riscos acrescidos. “A função visual deve ser avaliada logo desde a infância a fim de despistar e corrigir algum defeito existente, garantindo assim uma acuidade visual normal. O acompanhamento por um oftalmologista deve ser feito com regularidade, dado que há doenças que só dão sintomas quando já se encontram em fases avançadas e de difícil tratamento, pelo que o seu diagnóstico precoce é extremamente importante”.

Como conselho às mulheres que queiram fazer uma carreira nesta área a oftalmologista realça que “a medicina exige um trabalho constante de estudo e aperfeiçoamento que obriga a um envolvimento que vai muito para lá das horas de trabalho habituais”. Esse esforço é recompensado ao sentirmos que podemos dar “mais alegria e qualidade de vida às pessoas”. Com décadas de experiência numa área de tão elevada exigência, continua a sentir “uma enorme alegria e prazer no trabalho que faço.”

“Apoiar as organizações na gestão das pessoas”

A proximidade com o cliente e candidatos é a imagem de marca da HumanSkills - HR, uma referência na área dos recursos humanos. A sua gestora e fundadora, Maria Varela Marques, destaca a importância da liderança autêntica e da segurança na comunicação, como fatores fundamentais para a competitividade e para o bom ambiente empresarial.

Com formação na área de gestão de recursos humanos, Maria Varela Marques criou a marca HumanSkills - HR há sete anos. Inspiradora e batalhadora, a empreendedora começou a trabalhar aos 15 anos no setor têxtil e atingiu o topo da carreira ao fim de um ano. A paixão por direito e psicologia levaram-na a escolher a área de gestão de pessoas. “Comecei a ter gosto pela gestão de pessoas porque eu sempre gostei de defender e ajudar os outros, e se realmente tivesse feito o percurso normal teria optado por direito ou psicologia, mas ainda bem que segui gestão de pessoas, gosto bastante do que faço.” Com a missão “E porque trabalhadores felizes fazem uma empresa feliz, a nossa missão é apoiar as organizações na gestão dos seus recursos mais importantes – as Pessoas!”, a HumanSkills - HR apresenta-se no mercado com um leque diversificado de serviços. “Fazemos o recrutamento e seleção, a formação e desenvolvimento e o outplacement.”

O acompanhamento personalizado é o que diferencia a empresa. “Nós somos muito próximos do cliente e dos candidatos, começamos com um serviço de recrutamento e seleção, temos clientes com quem trabalhamos há cinco anos. O serviço é tão personalizado e diferente que fidelizamos automaticamente.” A HumanSkills - HR trabalha lado a lado com o cliente e dá resposta às necessidades reais, desde a formação, a gestão de carreira interna, a identificação de situações de risco e o trabalho da motivação das equipas. “Chegamos a determinada altura em que eu sinto que já sou parte das empresas e visto duas camisolas, a da HumanSkills-HR e a do cliente.”

O trabalho de terreno é um dos pontos essenciais para conhecer o clima organizacional da empresa cliente e acompanhar as pessoas. “Muitas vezes, em vez de pedirmos às pessoas que venham cá eu vou às instalações do cliente e faço as entrevistas no local de forma a facilitar e aprender um pouco



“Chegamos a determinada altura em que eu sinto que já sou parte das empresas e visto a camisola do cliente.”

mais. Desloco-me às instalações do cliente, acompanho-o, vejo e acompanho também as pessoas. É importante para nós o acompanhamento do candidato, mesmo depois de ser colaborador, após a integração. Esse acompanhamento começa no primeiro contacto e caminhamos lado a lado até à integração, e quando digo lado a lado significa que estamos realmente presentes em todas as fases do processo.” O foco principal é manter as pessoas motivadas e felizes. Fatores que, para além do lado humano, garantem uma melhor produtividade e rentabilidade às empresas.

A valorização do capital humano apresenta-se como fator de diferenciação e de sucesso empresarial, e Maria Varela Marques considera que já existe essa consciência. “Há muitas empresas que começam a ter uma preocupação real pelas pessoas. Já há empresas a recrutar para a área de desenvolvimento de recursos humanos e a apostar em gabinetes de felicidade organizacional, o já conhecido Chief Happiness Officer começa a fazer todo o sentido e ainda bem”. A empresária aponta como principais fatores para a competitividade e para o bom ambiente empresarial a liderança autêntica e a comunicação. “É fundamental trabalhar a segurança psicológica, a união das equipas e saber ouvir as pessoas, mas há muito mais, mas ficaríamos aqui umas boas horas porque o tema é verdadeiramente vasto e interessante.”



“É fundamental trabalhar a segurança psicológica, a união das equipas e saber ouvir as pessoas.”

Felicidade organizacional

Continuar a crescer na área do desenvolvimento das pessoas é o principal desígnio da HumanSkills - HR. “Este é o meu foco principal e o que transmito às minhas equipas. Ajudar as pessoas a crescer.” A felicidade organizacional é outra das prioridades, sendo que hoje, no mundo empresarial, essa é já uma preocupação crescente. A HumanSkills - HR está já a pensar em criar um departamento com esse serviço. “Eu estou a frequentar agora um MBA e pretendo desenhar um novo serviço dentro dessa área para empresas que tenham real interesse em trabalhar a felicidade organizacional.”

Mulher e empreendedora, Maria Varela Marques confessa que o caminho inicial não foi fácil. “Ser mulher e criar empresas em Portugal ainda é um caminho de pedras.” Mas considera que já há um reconhecimento do seu trabalho. “Nós, para conseguirmos o mesmo, temos de fazer o dobro, mas quando conseguimos o reconhecimento é maior.”

A HumanSkills - HR trabalha com clientes do norte do país até Lisboa, para além de multinacionais. “Neste momento são empresas do Reino Unido, Espanha, França, Holanda, Itália e Estados Unidos da América. Tivemos também um projeto para os Emirados Árabes Unidos.” Enquanto estrutura a empresa pretende continuar com uma dimensão pequena, aumentar a equipa sim, mas sem ultrapassar os dez colaboradores em território nacional e aumentar a presença internacional.

A título pessoal a empreendedora pretende criar um departamento ligado a ações de voluntariado internacional para apoiar a educação de crianças. Falta ainda definir onde, “talvez o país mais necessitado nesse âmbito, provavelmente África pelo gosto pela cultura. O objetivo passa por, através da empresa e de parceiros, alavancar uma organização e criar uma escola que trabalhe na educação e na integração dessas crianças noutros locais do mundo de forma a proporcionar oportunidades que não teriam.” Em suma, criar oportunidades para um futuro mais feliz. 

WWW.HUMANSKILLS-HR.COM

ESCRITÓRIO PORTO: EDIFÍCIO BRASÍLIA, PRAÇA MOUZINHO DE ALBUQUERQUE, Nº 113 - 5º, 4100-359, PORTO

ESCRITÓRIO LISBOA: LAGOAS PARK, EDIFÍCIO 7, 1º ANDAR, PORTO SALVO, OEIRAS 2740-244, PT

E-MAIL: GERAL@HUMANSKILLS-HR.COM | TELEF.: 221 200 274 | TELM.: 963 789 841

REDES SOCIAIS: FACEBOOK.COM/HUMANSKILLSHR | LINKEDIN.COM/COMPANY/HUMANSKILLS-HR



“A persistência e a paciência são o caminho.”

Um acaso levou-a ao setor imobiliário que se transformou numa paixão. Há quatro anos a trabalhar neste mercado, Carla Ferreira é um dos rostos nortenhos da My House, garantindo profissionalismo e tratamento personalizado a todos os seus clientes. Às mulheres que, como ela, têm um espírito empreendedor, a empresária deixa uma sugestão: não ter medo de arriscar.

Se está a pensar em comprar, vender ou arrendar casa, lembre-se deste nome: Carla Ferreira. A trabalhar no setor há quatro anos, foi um acaso idiomático que a levou a ser consultora imobiliária, conta.

Carla Ferreira é agente imobiliária na My House que tem neste momento cinco agências no norte de Portugal e consultores a trabalhar em todo o país. A credibilidade e transparência fazem parte do ADN da imobiliária que ajuda os clientes a concretizar projetos de vida. O caminho que Carla Ferreira tem trilhado é fruto da determinação, persistência e do trabalho desenvolvido ao longo dos anos: “Passei dos arrendamentos às vendas e do trabalho em part-time para full-time”, afirma. Para esta evolução contribuíram o apoio e a confiança que Renato Rodrigues e Nilza Ferreira, proprietários da My House, depositaram no seu trabalho. A empresária fundou também a empresa Semana Aveludada Unipessoal Lda, ligada à angariação imobiliária: “Criei-a em outubro de 2021 para ter alguma garantia no futuro”, justifica.

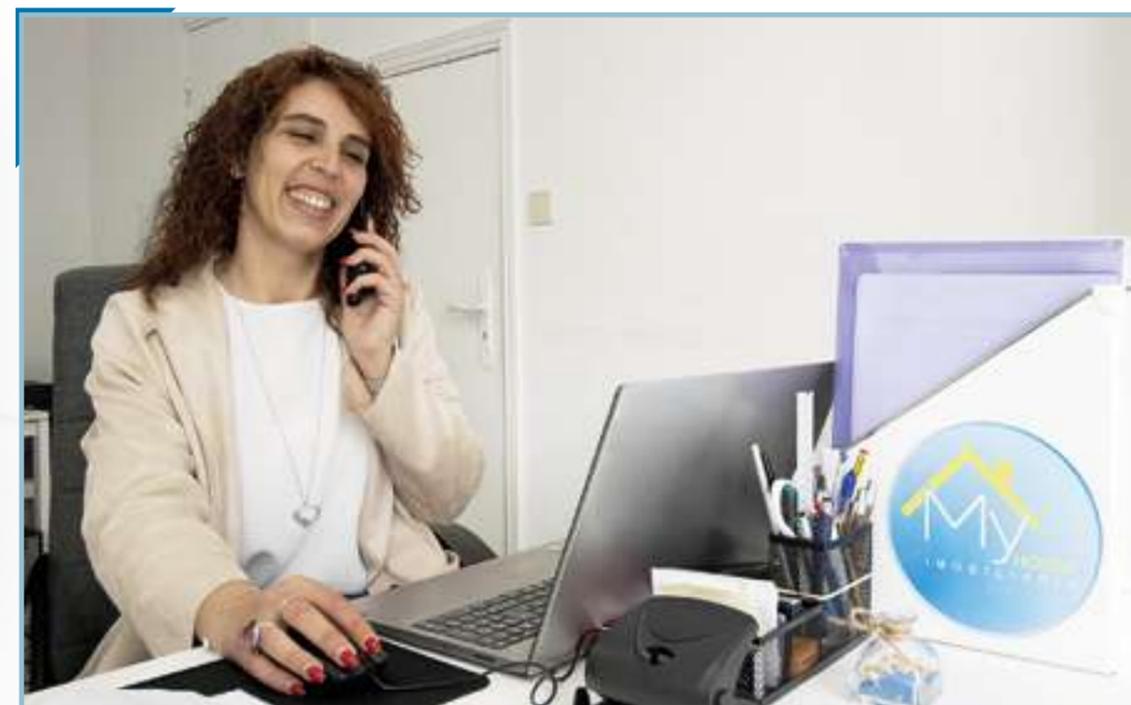
Apaixonada pelo setor imobiliário, Carla Ferreira assume como lema “Se gostares daquilo que fazes não precisas de trabalhar um único dia”. Na sua atividade de empresária viu uma oportunidade de contribuir e contactar diariamente com pessoas diferentes. “Gosto de andar, de tratar com o público, de ouvir os clientes e que eles me ouçam a mim e de ajudar, que é o mais importante: ajudar quem compra, vende ou arrenda”.

Numa altura em que o mercado imobiliário está cada vez mais competitivo, Carla Ferreira distingue-se pelo profissionalismo e tratamento personalizado

que oferece ao cliente. “Eu ajudo desde o início ao fim, em aspetos como a burocracia da casa: créditos, seguros, apoio-os em todos estes sentidos”, sublinha. Uma relação de confiança que se mantém até depois de o negócio estar finalizado. “Tenho muitos clientes que já estão fidelizados, que vêm ter comigo para me visitar e isso é muito gratificante.”

A pandemia obrigou o mercado imobiliário a adaptar-se, mas o impacto acabou por ser positivo. A procura por moradias em localidades mais pequenas e afastadas dos centros urbanos continua a crescer exponencialmente. “Em termos de vendas, o ano passado, destes últimos quatro, foi o melhor. Mesmo com a pandemia a procura aumentou”, esclarece. Esta tendência ainda hoje se mantém: “A maioria dos meus clientes vendeu o apartamento para comprar moradias, porque com a pandemia sentiram que precisavam de espaço exterior.”

Empreendedora e mãe de três filhos, Carla Ferreira confessa que nem sempre o caminho é simples: “Se fosse fácil não seria para mim, eu sou uma pessoa de arriscar muito. Tento não pensar na parte má.” Orgulhosa do seu percurso, a empresária sente que o esforço valeu a pena. “Eu estou satisfeita com o que já alcancei e quero continuar a satisfazer os clientes, como tenho feito até agora.” E deixa um conselho a todas as mulheres com espírito empreendedor que querem apostar no seu próprio negócio. “As mulheres devem pensar em si e não ter medo de arriscar. Abram um negócio. Tenham um foco e sigam-no, a persistência e a paciência são o caminho.”



WWW.MYHOUSEIMOBILIARIA.COM

Por um futuro energético mais verde

No âmbito da sua paixão e liderança nata, Graça Gomes lidera a Lowjoule, uma empresa ligada à otimização de recursos energéticos, com foco na sustentabilidade ambiental. Foi numa pequena conversa com a empresária que ficámos a conhecer melhor este projeto que pretende deixar “um legado mais eficiente e verde para o país e para o mundo”.

Estão há treze anos no mercado. Como é que surgiu a Lowjoule e quais foram os principais objetivos da sua criação?

Trabalhar na área da formação sempre foi um sonho que quis realizar, desde que saí da universidade de Coimbra, e isso tornou-se no meu objetivo profissional. A área industrial é muito estimulante pois confronto-me diariamente com novos desafios e é sistematicamente necessário estar atualizada.

O que mais a apaixona por esta área?

Quando faço uma auditoria energética fico empolgada com o desenvolvimento de soluções de economia energética e carbónica. Sinto que estou a acrescentar valor aos meus clientes, às “minhas empresas”, e simultaneamente a contribuir para um futuro mais verde.

É engenheira química, auditora energética a indústrias, reconhecida pela DGEG, com 15 anos de experiência em otimização industrial. Quando é que decidiu abraçar este projeto?

Sou uma pessoa muito intuitiva e ao mesmo tempo muito objetiva. Quando senti que na posição que ocupava enquanto diretora geral não podia acrescentar valor, por não ter a possibilidade de implementar novos projetos, foi o momento em que soube que estava na altura de dar os primeiros passos no projeto que tanto pretendia. Foi uma decisão muito ponderada e estruturada, num período de intensa incerteza no mercado industrial. Contudo transformei um obstáculo numa oportunidade de abraçar novos desafios profissionais.



“Não há sorte no caminho, há trabalho duro e árduo.”

Quais são os principais serviços que a empresa disponibiliza ao mercado?

Dada a formação técnica da Lowjoule, desenvolvemos trabalhos de auditoria energética para a avaliação de medidas de racionalização de energia, acompanhando a implementação e aferição dos projetos. Na área da descarbonização da indústria, incentivamos a instalação de medidas com fontes renováveis e determinamos a pegada carbónica segundo o GHG Protocol. Desenvolvemos o nosso primeiro projeto de produção de hidrogénio verde numa instalação no centro para substituir parte do gás natural, promovemos a utilização de outras fontes de biomassa, incluindo a valorização energética de resíduos endógenos. O nosso objetivo é que os nossos clientes fiquem mais competitivos por via da otimização energética e carbónica, podendo comunicar internamente e externamente o Carbon Footprint da sua instalação ou dos seus produtos.

Neste momento quais são os vossos principais projetos?

São os projetos de auditoria energética ex-ante, reveladores de medidas de descarbonização da indústria que têm tido economias superiores a 50% da quantidade anual de CO2 por trabalho, e períodos de retorno de investimento inferiores a 2 anos. O ritmo de trabalho tem sido muito intenso, mas compensador.

A Lowjoule é uma empresa certificada como TOP 5% melhores PME Portugal na Edição 2020. É o reconhecimento do vosso trabalho?

É o reconhecimento pela forma como a gestão da empresa é feita. O rigor na Lowjoule é transversal no que concerne aos serviços prestados e à sustentabilidade económica e financeira. O cuidado com os indicadores é constante e são monitorizados trimestralmente desde 2009. Foi importante perceber que a Lowjoule se enquadra nos 5% das PME com ótimos rácios financeiros.

Os vossos técnicos são reconhecidos pela Agência para a energia (ADENE) e pela Direção Geral de Energia e Geologia (DGEG). Qual é a importância deste prémio? Há uma obrigação de uma permanente atualização e formação?

O reconhecimento pela DGEG é obtido pelo cumprimento de requisitos técnicos, experiência demonstrada, formação adequada e demonstração da capacidade para executar e desenvolver as medições necessárias, apresentando os documentos dos equipamentos de monitorização. Os trabalhos devem evidenciar melhorias contínuas.

Estabelecem relações de longo prazo com os clientes. É resultado da qualidade dos vossos serviços e da confiança no vosso trabalho?

É a nossa mais-valia enquanto parceiros estratégicos na otimização energética. O acompanhamento em todos os momentos - mais e menos prósperos. A Lowjoule está presente para superar o atual cenário de crise energética que a fileira têxtil e cerâmica atravessa, e que está a ser severamente penalizada por estar muito exposta ao consumo



“Somos o que propomos. Sustentáveis!”

de gás natural. Para apoiar, incentivar e apresentar medidas que contrariam os obstáculos que ultimamente estão a ser experienciados.

Têm o cuidado de apresentar os serviços a potenciais clientes?

A área comercial é, em qualquer empresa, um dos aspetos mais importantes a ter em conta e é muito importante o desenvolvimento de carteira de novos clientes. Com o Plano de Resolução e Resiliência, na sua vertente da Descarbonização, a nossa carteira de clientes tem vindo a crescer e em boa parte porque os nossos atuais clientes são os nossos melhores comerciais.

A empresa tem alguma preocupação com a sustentabilidade?

A nossa missão é tornar as empresas mais sustentáveis e isso só é possível quando se inicia esse processo dentro da nossa própria organização. Somos o que propomos. Sustentáveis!

É fácil uma mulher jovem abrir a sua própria empresa? Quer deixar algum conselho às mulheres que queiram ingressar nesta área?

É fácil quando o planeamento é estruturado e não se saltam passos. A análise tem de ser crítica e realista, não deixando lugar para qualquer tipo de “sorte”. Não há sorte no caminho, há trabalho duro e árduo. Planear, formar e inovar tem de ser sempre o foco. A grande satisfação é deixar um legado mais eficiente e verde para o país e para o mundo.

Quais são os vossos principais projetos para o futuro?

Em primeiro lugar aumentar a equipa Lowjoule, melhorar a comunicação nas redes profissionais, continuar a acompanhar os nossos atuais clientes e ter a possibilidade de aumentar a carteira de clientes a nível nacional. Aumentar a sustentabilidade energética e carbónica continua a ser o nosso principal objetivo. 📌

WWW.LOWJoule.PT

Sugestões de leitura “no feminino”

São livros escritos por mulheres, sobre mulheres e as suas lutas por justiça e direitos elementares. Inspire-se nas “Mulheres Sem Medo”, de Marta Breen ou na biografia da nossa contemporânea Angela Merkel.

Mulheres Sem Medo

Este livro evidencia valores como liberdade, igualdade e sororidade em 128 páginas destinadas a quem quer aprender o máximo possível sobre a história do feminismo de uma forma “condensada”. A novela gráfica, cujas ilustrações são assinadas por Jenny Jordahl, cobre 150 anos da história recente e celebra a luta pelos direitos das mulheres um pouco por todo o mundo. São abordados tópicos como o movimento sufragista, a luta pelo direito à educação, ao trabalho remunerado, à contraceção, à interrupção voluntária da gravidez, ao casamento entre pessoas do mesmo sexo e ainda o movimento #MeToo. A escritora norueguesa Marta Breen nasceu em 1976 e é autora de um conjunto de biografias e obras não ficcionais, entre eles o best-seller “60 mulheres que devia conhecer”, também em colaboração com Jordahl. Além de escritora e jornalista, é considerada uma das principais figuras do feminismo na Noruega.



A Chanceler, A Notável Odisseia de Angela Merkel

Ao longo do livro são realçadas o caráter de exceção da personalidade e governação de Merkel. Foi a primeira mulher chanceler da Alemanha, a primeira a igualar os 16 anos à frente dos destinos do seu país no pós-guerra (o record pertencia ao seu mentor Helmut Kohl), e foi a primeira a deixar a política por decisão própria ao fim de um último mandato cumprido até ao fim.

Filha de um pastor criada na Alemanha de Leste, então controlada pela União Soviética, Merkel começou a fazer investigação na área da química para entrar na política apenas após a queda do Muro de Berlim. Demoraria apenas 15 anos até se tornar na chanceler da Alemanha.

Este livro é uma biografia política, um retrato humano intimista e apresenta um olhar revelador sobre uma liderança bem-sucedida em ação, segundo o Los Angeles Review of Books. A forma como Merkel geriu a crise dos refugiados ou conseguiu estabelecer pontos de contato entre os dois sistemas da cortina de ferro podem fazer com que fique para a História. Ou então por causa de uma certa forma de estar na política que está em vias de extinção, de “supressão do ego”, como escreve a biógrafa Kati Marton, e que contrasta com a postura dos principais líderes mundiais.



alicecostore.com

O caminho.

Caminho Português de Santiago Caminho Central



“Visitmaia” é uma marca registada da Câmara Municipal da Maia, para a promoção e convite à visita do território, suas gentes e história.

www.visitmaia.pt