



Corporate

magazine

MULHERES INSPIRADORAS:

Nos Açores e
Dia Internacional da Mulher

FORMAÇÃO:

Valorização do capital
humano

HABITAÇÃO:

Novos projetos e
desafios na construção

**“Organizar as casas é um meio.
Organizar encontros para viver a alegria
da vida torna-se um fim em si mesmo”**

Sónia Garcia | Personal organizer e organizadora
do Women Talks in Azores e Somos Casa®



spa urbano

Protocolos personalizados para corpo e rosto

Tecnologia de Estética Avançada

Depilação a Laser

City Spa: relaxamento e terapias

SPA URBANO - ilha Terceira/ Açores
Clínica de Estética Avançada e Bem-Estar

📍 Rua de São Pedro, nº55C - Angra do Heroísmo

☎ +351 295 217 170 / 963 608 477

📱 @spaurbano.ilhaterceira



Our Experience... in the Comfort of
Your Home!



ACADEMY JUDGE
The TASTE
AWARDS
17th ANNUAL

Sónia Melo
Private Chef



scan me!

We make it Happen
- since 2017 -

www.chezsoniaprivatechef.com

EDITORIAL

O ano passado recordei neste mesmo espaço a forma como cresci rodeado de mulheres e como isso continuou naturalmente na universidade e na vida profissional. Sugeri que talvez isso ajudasse a explicar o meu incômodo com a forma simplificada e retórica com que muitas vezes se fala delas. Tal como referi nessa crónica, a palavra Mulher (que é, diga-se, uma palavra particularmente bonita) não me remete para uma categoria abstrata nem para um elogio automático e fácil. Penso em mulheres concretas, naquelas de quem gosto, nas que marcam e marcaram a minha vida, e em tantas que admiro.

Creio que quem faz da comunicação e da escrita a sua vida acaba inevitavelmente mais sensível a clichês, fórmulas feitas e adjetivação automática. Essas palavras gastas, que distribuem mérito a todos apenas por pertencerem a uma categoria, mais não fazem do que retirar valor a quem verdadeiramente o tem. Não confundamos respeito com admiração. O respeito é devido a todas as pessoas. A admiração cada um de nós saberá a quem a atribuir. Há pessoas mais consensuais do que outras, mas os lampejos de genialidade raramente são compreendidos por todos, muitas vezes já fora de tempo.

A propósito disto, lembrei-me muitas vezes nos últimos dias de uma frase de António Lobo Antunes, que morreu este mês: “são precisas muitas mulheres para fazer esquecer uma mulher inteligente.”

Para quem vive da escrita, as palavras têm outro peso. Não há como fugir disso, por mais que o humor possa aligeirar conversas e a autodepreciação faça baixar barreiras. Na realidade, a forma mais simples de perceber quem temos à nossa frente já foi descoberta há muito tempo e não tem nada de sofisticado. Basta perguntar e, sobretudo, ouvir. Quanto mais honesta e sincera for a resposta, menos espaço sobra para interpretações erradas ou rótulos.

Esse hábito de colocar adjetivos onde deveriam estar ideias e argumentos sustentados costuma revelar insegurança ou uma vontade excessiva de agradar. Pode parecer um caminho mais fácil, mas a credibilidade raramente se constrói assim.

Num projeto editorial, essa é uma regra simples de higiene profissional. Cada história pede tempo, contexto e perguntas que geram novas perguntas. A notoriedade pode abrir portas, mas raramente dispensa o trabalho de compreender percursos, escolhas e circunstâncias. O critério tem de ser o mesmo para todos. É dessa coerência que nasce a confiança dos leitores. 

ÍNDICE

	MULHERES INSPIRADORAS NOS AÇORES
6	SÓNIA GARCIA
10	SÓNIA MELO
12	DIANA SIMÕES
14	ANABELA MOURA
16	ANDREIA MENESES
19	DEBORA COSTA
20	ANA MELO
22	LUÍSA PEREIRA
24	GORETI FREITAS
26	CATARINA ALVES
27	PAULA LIMA
28	CATARINA ANDRADE
29	SOFIA VALÉRIO
30	IRENE OLIVEIRA
31	PATRÍCIA CARREIRO
	OPINIÃO
32	SECRETÁRIA REGIONAL DA JUVENTUDE DO GOVERNO DOS AÇORES
	MULHERES INSPIRADORAS: DIA INTERNACIONAL DA MULHER
33	TÂNIA PEREIRA
36	IP BEJA
40	DOMINGAS TAVARES

43	VANESSA MOTTE
44	ELISABETE ELVAS
46	MILLA NDEVE
47	CATARINA REIS
48	RAQUEL SANTOS
	CORPORATE INSIGHTS
49	REDES SOCIAIS
	HABITAÇÃO
50	WANDER HOUSING
52	MODOLAR
54	APEXHAUSS
56	BLOC
58	EVAPLACE
	CORPORATE INSIGHTS
59	MATURIDADE TECNOLÓGICA
	OPINIÃO
60	DGERT
	FORMAÇÃO
62	CFPIC
	ADN CORPORATE
64	IMOVELUX
	TURISMO
66	AÇORES

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** Goreti Vieira; Vitor Santos; Marina Sobral; Aby Rodrigues; Ricardo Pastor **Diretor Editorial** João Malainho **Redação** Ruben Marques; Vitória Girão **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 **Tiragem** 25.000 exemplares **Estatuto Editorial** Disponível em www.incorporatemagazine.pt **Impressão** Litográfis – Artes Gráficas, Lda. **Depósito Legal** 455204/19 N.º. **Registo ERC** 127355 **MARÇO 2026**



~
“Ligar pessoas e projetos sempre esteve presente na minha vida e acentuou-se com a área de personal organizer”
 ~

Arrumar a casa para abrir espaço à vida

Entrar na casa de alguém é entrar também nas rotinas, nas histórias e nas pressões invisíveis da vida quotidiana. Foi a partir desse contacto íntimo com o espaço doméstico que Sónia Garcia construiu o seu trabalho como personal organizer nos Açores. Foi também daí que nasceu a vontade de criar encontros entre mulheres e momentos de conversa partilhada. Mais recentemente, essa experiência começou a ganhar forma numa comunidade onde procura transformar a ideia de casa num lugar de pertença e ligação entre pessoas.

O seu trabalho como personal organizer passa por entrar nas casas das pessoas, mexer nos seus espaços e, muitas vezes, no que está por trás deles. O que encontra com mais frequência quando chega a uma casa? Objetos a mais, tempo a menos ou vidas em processo de mudança?

Entrar na casa das pessoas é de muita responsabilidade e impacto, pois o meu propósito é facilitar a vida e poupar tempo aos meus clientes. No geral, é tempo a menos que têm e está tudo certo com isso. Para isso é que cá estou.

Trabalhar nos Açores tem um peso próprio. A proximidade, o ritmo das ilhas e a forma como o tempo se mede dão outra

textura à vida doméstica. Que diferenças sente na forma como os açorianos habitam as suas casas em comparação com outros contextos?

A vida nas ilhas também tem a sua agitação e rotinas com qualquer outra pessoa noutro ponto do planeta. A grande vantagem aqui é a proximidade e facilidade de acessos que nos poderão dar mais tempo para outras atividades que não o trabalho. E, nesta sequência, há mais oportunidade e vontade das pessoas viverem e conviverem com outras nas suas próprias casas, com jantares, convívios e celebrações que por estarmos mais perto pode proporcionar. Daí que as casas devem ser e transparecer a essência e objetivos dos seus habitantes, para

os facilitar. A casa organizada é só um meio, vivê-la para o que realmente importa é que é um fim em si mesmo.

Ao longo do seu percurso, já entrou em casas grandes e pequenas, muito vividas e outras quase vazias. Independentemente da dimensão, há gestos ou padrões humanos que se repetem e que dizem algo sobre a forma como nos relacionamos com o lugar onde vivemos?

No geral, sinto que há uma distribuição desigualitária de tarefas, que por norma, sobrecarregam a mulher. E é por isso que são mais as mulheres que me procuram. Há a crença de que são elas que devem gerir a casa. Isso poderia funcionar há 50 anos quando as mulheres não trabalhavam fora de casa. Atualmente, a maioria das pessoas, homens e mulheres trabalham, mas a distribuição das tarefas e rotinas domésticas não tem acompanhado totalmente essa evolução. E é por isso também que se torna pertinente a minha área, porque se a casa estiver organizada, funcional e os objetos estiverem visíveis e à mão de todos os elementos da família, têm todos mais tempo não só para estarem uns com os outros como tempo para outras atividades.

A certa altura, sentiu que organizar espaços não era suficiente e começou a criar momentos de encontro entre mulheres, dando origem ao Women Talks in Azores. De onde veio essa necessidade de levar a conversa para fora das casas e para um espaço partilhado?

Ao entrar na casa das pessoas, é preciso conhecer um pouco da sua história e rotinas e por isso dizia acima que é com responsabilidade que o faço, pois acabam por confiar em mim os seus pertences e um pouco de si próprios. A nível pessoal, tenho feito uma jornada de autoconhecimento complexa que me permitiu conhecer ferramentas, terapias e pessoas que me têm ajudado a evoluir. Nesta sequência e ao ouvir muitas histórias de pessoas, muitas delas clientes, principalmente mulheres, percebi que havia padrões que se repetiam, dilemas e ideias em comum que poderiam beneficiar ao conhecer as ferramentas e pessoas que me ajudaram a nível pessoal. Então, percebi que ligar pessoas e projetos sempre esteve presente na minha vida e acentuou-se com a área de *personal organizer*. Foi aí que senti essa necessidade de colocar algumas dessas pessoas que me ajudaram num palco para que pudessem chegar a mais mulheres.

A edição realizada em janeiro voltou a juntar mulheres com percursos muito diferentes. Que inquietações surgiram desta vez e o que revelam sobre o momento atual vivido por muitas mulheres nos Açores?

O que fiz em janeiro não foi um *Women Talks in Azores*, mas foi uma celebração de várias situações, celebrar a mulher, celebrar o meu aniversário e dois anos como *personal organizer*, a *Women's Celebration Party*. A intenção foi dançar, celebrar, descomprimir, conversar e conhecer pessoas novas num ambiente informal e de festa. Reforcei a ideia de que as mulheres querem e podem ocupar vários papéis na sua vida, não só de mães, trabalhadoras, mas donas de si e que merecem divertir-se e expandir-se. E tornei a sentir o que já tinha percebido com o “Conversas de mulheres” de março de 2025, a necessidade de criar uma comunidade, a “Somos Casa” para que não só mulheres como homens possam pertencer e sentirem-se acolhidos nas suas histórias. Nem sempre os nossos grupos de amigos ou família estão na mesma situação de vida ou têm tempo. Então vai ser uma forma dos membros conversarem com calma uns com



O que faz um personal organizer

O trabalho de um personal organizer passa por ajudar pessoas e famílias a reorganizar os seus espaços domésticos de forma funcional e adaptada às suas rotinas. Mais do que arrumar objetos, trata-se de criar sistemas simples que facilitem o dia a dia e permitam ganhar tempo dentro de casa. A organização do espaço doméstico pode também ajudar a equilibrar a distribuição de tarefas e tornar as rotinas familiares mais claras e acessíveis a todos.



os outros e aprendendo sobre as ferramentas que eu trazer através de convidados e de forma que os conhecimentos e conversas sejam integradas e feitas sem julgamento e com segurança.

O Women Talks in Azores procura afastar-se do modelo clássico de conferência e aproximar-se de um espaço de encontro e partilha. Porque foi importante, desde o início, pensar este formato dessa forma?

A ideia dos Talks é ter várias paletas de curta duração. Ao abordar vários temas ligados à mulher e feito por mulheres, há essa oportunidade de reflexão e de alguma interação entre todos. Ser mulher não cabe numa só categoria e foram essas várias áreas que também aprofundi a nível pessoal e que quis levar para este evento.

A vida nas ilhas cria uma tensão constante entre estar perto de todos e, ao mesmo tempo, precisar de espaço próprio. Como é que estes encontros trabalham essa fronteira entre comunidade e individualidade?

Tem de facto, as suas vantagens e desvantagens. Se por um lado, há oportunidade de conhecermos muitas pessoas do meio e nos



pode proporcionar no sentido positivo partilha e interajuda, por outro, há alguma falta de privacidade que nem sempre é por má intenção, mas que pode prejudicar processos individuais que cada pessoa possa estar a passar. Daí ter percebido a necessidade de criar uma comunidade como a “Somos Casa” para que este acolhimento seja feito de forma segura e protegida sem os processos e histórias de cada pessoa sejam julgadas em “praça pública”.

Olhando para o que já construiu, o seu trabalho liga o dentro e o fora, as casas e as pessoas, a arrumação e a escuta. Quando se tornou claro para si que esta prática estava a abrir uma reflexão mais ampla sobre a forma como queremos viver?

Se tiver de selecionar um momento “eureka” foi mesmo a partir do primeiro círculo de mulheres, o tal encontro “Conversas de mulheres”, a 8 de março de 2025. O que era para ser um teste para o *Women Talks in Azores*, acabou por inspirar-me a criar mais encontros intimistas. Como tenho dito, organizar as casas é um meio. Organizar encontros para viver a alegria da vida torna-se um fim em si mesmo.

É dessa perceção que começa agora a desenhar-se o projeto “Somos Casa”, que já referiu. O que quer abrir ou aprofundar com ele e o que traz consigo de tudo o que já viveu até aqui?

Como estava a dizer anteriormente, a “Somos Casa” é uma comunidade com encontros regulares, maioritariamente online, outros presenciais, onde não só os assuntos falados na *Women Talks in Azores* terão mais expressão e aprofundamento com algumas das oradoras, como outros do meu interesse e que fizeram parte do meu caminho. A *Women Talks in Azores* abriu as portas às mulheres e temas e a “Somos Casa”, através de subscrição vai aprofundar esses e outros temas com mais tempo de conversa e interação entre os membros. Também por isso, a “Somos Casa” é para mulheres e homens.

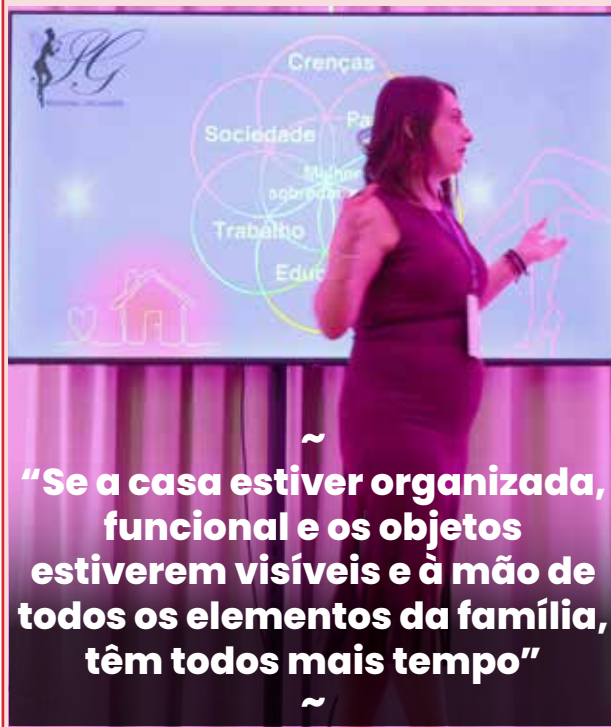
Neste sentido e para uma primeira abordagem, é já dia 29 de março que haverá o primeiro encontro de boas-vindas, o “Desperta a tua alegria”, onde os participantes terão a oportunidade de conhecer e aderirem, se assim o entenderem, a esta comunidade.

A palavra casa convoca ideias de raiz, pertença e memória, nos Açores e noutras geografias. Quando diz “Somos Casa”, está a falar de identidade. Que sentido gostaria que essa expressão ganhasse, para quem a encontra e para si própria?

Engraçado que os Açores são, na sua génese, uma mistura de nacionalidades que no seu povoamento chegaram às ilhas. Então, casa implica uma construção, alicerces para que possa ser um espaço e lugar comum, no sentido de pertença, de união, camaradagem, proteção e conforto onde podemos acolher e ser acolhidos por outras pessoas diferentes, cada uma com a sua história, sejam elas açorianas ou imigrantes, homens e mulheres, aqui ou noutros lugares, uma vez que a maioria dos encontros serão online. Todos são bem-vindos, pois somos todos casa, para que juntos possamos ser quem somos, na nossa individualidade, com verdade em prol de uma sociedade mais empática e justa. 🏠

“Somos Casa”

“Somos Casa” é a comunidade criada por Sónia Garcia a partir das experiências que tem desenvolvido nos encontros *Women Talks in Azores*. O projeto propõe momentos regulares de conversa e partilha, maioritariamente online, com convidados e participantes que refletem sobre diferentes dimensões da vida pessoal e relacional. A iniciativa pretende criar um espaço de pertença e acolhimento aberto a mulheres e homens, onde cada pessoa possa encontrar tempo para escutar, conversar e partilhar experiências.



~
“Se a casa estiver organizada, funcional e os objetos estiverem visíveis e à mão de todos os elementos da família, têm todos mais tempo”
~



O fio azul de São Miguel

Num arquipélago onde a identidade se transmite tanto à mesa como nas mãos que trabalham o linho, o bordado tradicional de São Miguel continua a atravessar gerações. Foi esse fio que levou a chef açoriana Sónia Melo ao encontro de Maria Cristina Borges, artesã que mantém vivo um saber-fazer nascido há quase um século.

Como surgiu o contacto com o bordado tradicional de São Miguel e de que forma esse encontro passou a integrar o seu percurso enquanto private chef?

Sónia Melo: O contacto surgiu num momento muito simbólico do meu percurso: a minha participação na cerimónia que assinava o fim do tirocínio da Confraria dos Gastrónomos dos Açores. Senti que precisava de vestir algo que representasse a

Região e a nossa cultura tão rica. Sabia que iam estar confrarias nacionais e internacionais e quis que a peça que eu fosse usar falasse dos Açores antes mesmo de eu o fazer. Procurei o bordado tradicional de São Miguel não apenas como elemento estético, mas como símbolo identitário. A partir daí nasceu uma bonita amizade com a minha querida amiga Maria Cristina Borges, que criou esta peça personalizada que respeita a nossa tradição. Tal como na gastronomia, também no artesanato existe património vivo que precisa de valorização. Percebi que o bordado de São Miguel não pode ficar confinado ao passado ou a peças meramente decorativas; precisa de ser integrado na vida contemporânea para continuar a existir. Ao integrá-lo na minha imagem e no meu percurso pessoal e profissional, senti que estava, à minha escala, a contribuir para essa valorização.

Que elementos históricos e técnicos tornam o bordado tradicional de São Miguel uma expressão singular do património açoriano?

Maria Cristina Borges (MCS): O Bordado Regional de São Miguel foi introduzido nesta ilha entre 1925 e 1930 pela família Bensaúde, mais precisamente pela Senhora Dona Lily Bensaúde. Utilizava serviços de loiça de porcelana de origem chinesa, muito fina e de tons azuis. Por questões de estética decidiu criar um desenho inspirado na composição dessas loiças. Assim surgiram desenhos estilizados compostos por cravinhos, avencas, folhas pequenas e flores, bordados sobre tecido de linho com dois tons de azul.

O bordado é executado com ponto matiz e ponto pé de flor ou ponto de haste, utilizando linhas de meadas de filosele da marca DMC vindas de França. O acabamento faz-se com ponto recorte em curvas viradas para o interior, com o tecido dobrado para o avesso e depois recortado.

Entretanto abriram duas fábricas de Bordado de São Miguel em Ponta Delgada. Desenhavam os padrões nos tecidos e distribuíam-nos pela ilha juntamente com as linhas, para serem bordados por senhoras que trabalhavam em casa.

Produziam-se naperons, toalhas de mesa para chá, jantar ou banquete e até lençóis. Esta indústria chegou a exportar grandes quantidades para toda a Europa e, mais tarde, para os Estados Unidos, Canadá, Brasil e Havai.

Muitas moças, com o que ganhavam com este trabalho, conseguiam obter o seu dote de casamento ou o enxoval de noiva.





Que impacto teve, na prática, o fecho da fábrica do bordado na continuidade deste saber-fazer e na comunidade ligada a ele?

(MCS): O impacto do fecho desta fábrica foi uma enorme surpresa para todos. Era uma referência na área do artesanato por se tratar de uma atividade única e identitária de São Miguel. Muitas famílias recorriam a esta empresa para lavar e engomar as peças bordadas à mão. O tratamento era de excelência.

Existem algumas artesãs certificadas que continuam a trabalhar nesta área e nas feiras de artesanato da ilha de São Miguel o bordado continua presente e muito apreciado. O Centro de Artesanato e Design dos Açores tem desenvolvido atividades para que este bordado continue.

O que considera hoje essencial para que o bordado de São Miguel continue vivo, valorizado e reconhecido?

(MCS): O essencial é que cada um de nós, enquanto visitante de feiras de artesanato, o adquira para que quem o executa continue

motivado. Da parte que me toca, apesar do meu estado de luto pelo encerramento da última fábrica, agarrei-me a um pedido feito nas redes sociais pela chef Sónia Melo, que procurava uma blusa com o Bordado de São Miguel.

Sugeri então criar uma peça exclusiva. A chef veio ao meu encontro, conversámos e depositou toda a confiança em mim. Tirei medidas, confecionei o molde personalizado e desenhei um padrão para a túnica em tecido de linho.

Não escondo que muitas vezes não contive as lágrimas, pois ainda estava no processo de luto.

Com as fotografias da chef e a divulgação nas redes sociais recebi o convite da Junta de Freguesia de São José, em Ponta Delgada, para dar um curso de Bordado Regional de São Miguel. Para minha alegria, a formanda mais nova tinha 15 anos.

Estou lançando sementes. 🌱

Sónia Melo novamente distinguida pelos consumidores



A chef açoriana Sónia Melo voltou a ser distinguida com o Prémio Escolha do Consumidor, reconhecimento baseado na experiência e avaliação de clientes que recorreram ao seu serviço de private chef.

“Teve um significado muito especial no meu percurso pessoal e profissional, sobretudo por ser um reconhecimento baseado na experiência real de quem já viveu o meu serviço. Mais do que um prémio, é a confirmação de que o caminho que tenho seguido faz sentido. Mostra que é possível trabalhar a partir de uma ilha e alcançar padrões de excelência reconhecidos a nível nacional.”



“Para mim, a estética não é apenas melhoria da imagem. É saúde, autoestima, reabilitação emocional e, em muitos casos, reconstrução da identidade”

Escutar sempre fez parte do seu trabalho. Do jornalismo trouxe o hábito de compreender pessoas e da vida a vontade de as ajudar. É em Angra do Heroísmo que se encontra o espaço de Diana Simões, o SPA Urbano - Ilha Terceira, “um refúgio de equilíbrio”, onde cada tratamento estético valoriza a saúde, bem-estar e autoestima. Prestes a concluir a licenciatura em Enfermagem, conta em primeira mão que, em breve, o projeto ganhará novas valências clínicas.

Com uma carreira construída entre palavras e notícias, escolheu reinventar-se e dedicar-se à área da estética e bem-estar. O que a motivou a seguir este caminho tão diferente e quais são as perspetivas de futuro?

Durante muitos anos vivi das palavras, das histórias e da procura pela verdade. O jornalismo e as relações-públicas ensinaram-me a escutar, a interpretar pessoas e a compreender contextos, competências que continuam muito presentes na minha prática atual.

A minha transição para a área da estética e do bem-estar foi evolução natural.

Trabalhei sete anos na área da Comunicação, fora da Região Autónoma dos Açores, mas decidi voltar, na perspetiva de investir na Estética Avançada, uma vez que era uma área em ascensão e comecei por realizar várias formações ao nível dos tratamentos faciais e corporais.

Sempre senti uma forte vocação para o cuidado e para o impacto direto na vida das pessoas. Foi nesse contexto que iniciei, em 2023, a licenciatura em Enfermagem, precisamente para sustentar a minha prática com bases clínicas sólidas e uma visão integral da saúde. Assim que concluir a licenciatura, pretendo avançar para a competência em Enfermagem Estética que está em desenvolvimento, neste momento, pela Ordem dos Enfermeiros, consolidando formalmente uma área, na qual já trabalho com profundo sentido de responsabilidade e compromisso com a segurança.

Para mim, a estética não é apenas melhoria da imagem. É saúde, autoestima, reabilitação emocional e, em muitos casos, reconstrução da identidade.

O nome do seu projeto sugere algo mais do que estética. Convida a uma experiência, um sentimento. Como chegou a esta escolha e que impacto espera ter em quem o visita?

O nome Spa Urbano - Clínica de Estética Avançada e Bem-Estar nasceu de uma reflexão muito consciente sobre aquilo que eu queria que o espaço representasse. Estamos localizados em Angra do Heroísmo. Foi precisamente daí que surgiu o conceito de *city*

spa: um refúgio de equilíbrio e cuidado integrado no coração da cidade. No entanto, o projeto está a atravessar uma fase muito especial de evolução. O percurso que estou a fazer ao nível da formação em Enfermagem está a influenciar, naturalmente, a visão estratégica do espaço. Por esse motivo, no próximo ano, o espaço irá entrar numa nova fase com um *rebranding* que refletirá esta maturidade e esta expansão de visão. Vamos manter os serviços que já nos caracterizam, mas iremos integrar novas valências direcionadas para a área da saúde e do cuidado clínico especializado. Posso dizer que será um passo muito alinhado com o futuro da estética, em Portugal, e acredito que irá surpreender quem nos acompanha.

Os serviços estéticos são, muitas vezes, vistos apenas como uma questão de aparência. Quais cuidados do Spa Urbano - Ilha Terceira considera essenciais para fortalecer a confiança e o empoderamento pessoal de quem os procura?

Hoje, olho para cada procedimento com uma perspetiva mais consciente, com respeito pela individualidade e pela valorização da beleza natural de cada pessoa.





Entre os cuidados que considero fundamentais para fortalecer a confiança, estão os tratamentos de pele personalizados, porque uma pele saudável impacta diretamente a forma como nos apresentamos ao mundo. Relativamente aos protocolos corporais, ajudam na reconexão com o próprio corpo, mas acima de tudo, o acompanhamento responsável, com orientação honesta sobre expectativas reais.

Depois de sair do seu spa, qual é a sensação que deseja que os clientes levem consigo? Como consegue transmitir essa experiência única em cada serviço que oferece?

Depois de sair do espaço, quero que cada pessoa sinta que fez algo por si. Para transmitir essa experiência única, tudo começa muito antes do tratamento em si. Começa na escuta, na avaliação personalizada, na criação de um plano ajustado à realidade de cada pessoa. Independentemente da vertente clínica e técnica que sustenta cada procedimento, preservo aquilo que considero essencial: a dimensão humana do cuidado. Muitas vezes, o nosso espaço torna-se também um lugar de partilha. No contexto do cuidado estético, surgem confidências, inseguranças e histórias de vida que exigem muita sensibilidade. Sem substituir outras áreas da saúde, assumimos esse momento com maturidade, sabendo que, para muitas pessoas, sentir-se ouvida já é parte fundamental do processo de transformação.

Ao longo destes 13 anos de trabalho, existe algum caso ou experiência com um cliente que a tenha marcado de forma especial e que ainda hoje a incentiva no seu trabalho?

Sim, existem várias histórias que me marcaram. Recebi clientes que, infelizmente, sofreram diferentes tipos de violência psicológica relacionadas com o seu corpo, mas também pessoas que chegaram após momentos de grande fragilidade emocional, como divórcios ou a perda de familiares. Estes acontecimentos deixam marcas profundas e, muitas vezes, essas pessoas chegam com uma vontade enorme de cuidar de si e recuperar a autoestima, mas também

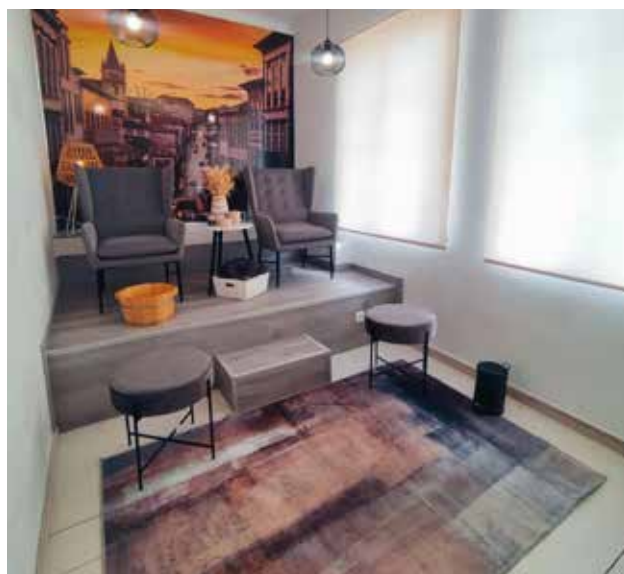
com receio, vergonha ou dificuldade em mostrar o próprio corpo. Acompanhá-las, exige mais do que técnicas estéticas: exige escuta, paciência e empatia. É emocionante e inspirador ver alguém que chegava insegura ou fragilizada e, pouco a pouco, reencontrar a coragem de sorrir, olhar-se ao espelho e reconhecer a própria beleza.

Certamente, ter um projeto nos Açores coloca desafios e oportunidades diferentes de qualquer outro lugar. Como essa realidade influencia a forma como trabalha?

A dimensão insular exige planeamento cuidadoso, atenção à logística e adaptação constantes, mas oferece algo que não se encontra em qualquer outro lugar: uma relação próxima e genuína com a comunidade e um contacto direto com a natureza e o ritmo único da ilha. A ligação à comunidade tem um impacto enorme na nossa atividade empresarial. Apesar de trabalharmos com as redes sociais e até termos uma presença bastante ativa no desenvolvimento de conteúdos, costumamos dizer que são os nossos clientes que nos trazem clientes. Felizmente, na nossa realidade “de ilhéu” ainda funciona muito por recomendação a pessoas conhecidas. Sempre que posso, procuro investir em novas formações, tratamentos e tecnologia, para garantir que está alinhado com os padrões mais avançados e que cada cliente tenha acesso ao melhor, sem sentir a necessidade de sair da ilha.

Como define o legado que deseja deixar, não apenas como empresária, mas como alguém que cuida do bem-estar das pessoas?

O legado que desejo deixar vai muito além do sucesso empresarial. Como empreendedora feminina, procuro mostrar que é possível aliar excelência, ética e inovação com empatia e proximidade. O meu verdadeiro legado será medir o impacto positivo que conseguimos criar na vida das pessoas. Não, apenas, nos resultados visíveis, mas na diferença silenciosa que fazemos na vida delas. Cuidar é mais do que uma profissão: é uma missão. E é essa missão que quero que permaneça. Espero, num futuro muito próximo, poder partilhar o meu conhecimento e experiência com outros profissionais da área, ajudando-os a crescer de forma. 



Quando empreender é um compromisso com a cultura



Entre a solidez de uma carreira consolidada e a coragem de recomeçar, Anabela Moura trocou a segurança pela inquietação de criar algo com assinatura própria, ao lado do marido. No coração de Ponta Delgada, o L'Epicure Azores afirma-se hoje como um projeto cultural e empresarial que une visão estratégica, compromisso local e o prazer em cada detalhe.



~
**Não mudei por insatisfação.
Mudei por inquietação.**
~

Para termos a oportunidade de a conhecer melhor, o que gostava de destacar do seu percurso profissional até à atualidade?

Construí a minha carreira na gestão operacional durante mais de duas décadas, num grupo empresarial exigente onde aprendi disciplina, rigor e responsabilidade. Trabalhei com equipas grandes, metas ambiciosas e decisões que tinham impacto real. Mas o que mais destaque não são os cargos. É a coragem de mudar. Aos 52 anos terminei um Executive MBA e percebi que segurança não podia ser o único critério das minhas decisões. Não mudei por insatisfação. Mudei por inquietação. Precisava de sentir que estava a construir algo com a minha assinatura, que arriscava, que aprendia novamente. Essa vontade de viver de forma mais inteira foi determinante.

Quais as motivações que a levaram a mudar de vida e a construir um projeto tão arrojado em conjunto com o seu marido?

A decisão foi simples e exigente ao mesmo tempo: ou fazíamos agora, ou ficávamos sempre com a pergunta do “e se”.

Os Açores são um lugar onde temos casa, presença e onde nos sentimos verdadeiramente bem. Não foi uma escolha estratégica fria. Foi uma decisão emocional consciente. Sentimos que aqui podíamos contribuir de forma autêntica.

Queríamos criar algo nosso, com identidade e impacto local. Não queríamos apenas falar de desenvolvimento regional. Queríamos participar nele. Construir o L'Epicure Azores com o meu marido é mais do que um negócio. É um compromisso com o território, com as pessoas e com a cultura da cidade.

Localizado no icónico Coliseu Micaelense, o L'Epicure Azores é um ponto de referência no centro de Ponta Delgada. Que história conta este espaço?

Este espaço tem memória. Ao longo dos anos viveu diferentes fases e conceitos, entre restauração, bar e projetos ligados à música. Muitos micaelenses ainda o associam a outros tempos que ficaram na história da cidade. O mais recente antes de nós foi o Lava Jazz, que já tinha uma ligação forte ao jazz e à programação cultural. Quando chegámos, sabíamos que não estávamos a começar do zero. Estávamos a entrar num lugar com passado. Estar dentro do Coliseu Micaelense é uma honra, mas sobretudo uma responsabilidade. É um símbolo cultural de São Miguel, no coração de Ponta Delgada. Sentimos que estar aqui é estar no centro da vida cultural da ilha. O nosso objetivo nunca foi apagar o que existiu. Foi respeitar essa história e elevar o padrão. O L'Epicure nasce com essa consciência: reforçar a ligação à música ao vivo, abrir espaço a vários géneros musicais, promover lançamentos de livros, encontros corporativos, workshops e momentos culturais que tragam consistência à oferta da cidade.

Música, arte, gastronomia de qualidade e cocktails de excelência é o que pode encontrar quem vos visitar. Para quem não conhece, de que forma descreve este conceito adotado?

É um conceito simples e exigente: coerência. A música é o coração do espaço, mas não vive sozinha. Não fazemos programação para preencher calendário. Escolhemos artistas da região e



também convidados internacionais que possam enriquecer o nosso palco e elevar a experiência cultural da cidade. Temos uma equipa estável, comprometida e alinhada com a nossa visão. Num setor onde a rotatividade é frequente, acreditamos na continuidade. Formamos pessoas, criamos cultura interna e valorizamos quem cresce connosco. Essa estabilidade sente-se no atendimento e na forma como recebemos quem entra. Criámos uma carta pensada para acompanhar cada momento da noite. Trabalhamos com cuidado, valorizando produtos regionais e oferecendo refeições ligeiras que permitem ficar, conversar e desfrutar sem pressa. Temos hambúrgueres preparados com produto selecionado, pequenos snacks para partilhar e opções bem executadas que equilibram simplicidade e qualidade. A ementa contempla também opções vegetarianas, porque queremos responder às diferentes escolhas de quem nos visita. Na vertente de bar, trabalhamos bebidas com e sem álcool. Temos cocktails clássicos, mas também cocktails de assinatura que refletem identidade e criatividade. Cada bebida é pensada para surpreender, sem excessos desnecessários. O objetivo é claro: quem entra pode vir pela música, pela conversa, por uma refeição leve ou apenas por um bom cocktail. Acreditamos que é possível fazer bem feito em Ponta Delgada e estamos determinados a provar isso todos os dias.

“O prazer em cada detalhe” é o slogan do vosso espaço. Que significado tem este lema e como se reflete na experiência que procuram proporcionar a quem vos visita?

O nome L'Epicure nasce da ideia de que o prazer não está no excesso, mas no detalhe. Inspirámo-nos em Epicuro, que defendia que a felicidade reside nas pequenas alegrias da vida. É isso que queremos proporcionar. Não falamos de luxo vazio. Falamos de qualidade sentida. Queremos que quem entra sinta o prazer de ouvir boa música ao vivo, com som equilibrado. O prazer de um cocktail pensado e harmonioso. O prazer de uma conversa que flui porque o ambiente ajuda. O prazer de se sentir confortável e respeitado.

Nos Açores tudo tem intensidade própria. A natureza, o silêncio, a proximidade entre pessoas. Tentamos traduzir essa energia numa experiência completa. “O prazer em cada detalhe” significa que cada escolha — da programação à luz,

da carta ao atendimento — existe para que o cliente viva esses pequenos prazeres de forma consciente. Se no final da noite alguém disser “soube mesmo bem estar aqui”, então cumprimos o nosso propósito.

O que gostava que cada pessoa sentisse quando entra no L'Epicure Azores pela primeira vez?

Que entrou num espaço com alma. Que não é apenas mais um bar. Gostava que sentisse pertença. Que se deixasse envolver pela música e pelo ambiente. Que percebesse que aqui há trabalho sério, mas também emoção. E que saísse com vontade de regressar.

Que balanço faz deste percurso desde a abertura e até aos dias de hoje?

Tem sido intenso e muito real. Empreender nos Açores não é romântico. É exigente. Impacto da sazonalidade, mercado pequeno, mas também uma exposição maior. Houve noites difíceis, decisões duras e momentos de dúvida. Empreender nunca é linear. Mas cada obstáculo confirmou que a decisão foi certa. Também há uma força enorme: os açorianos. Temos clientes que nos defendem, músicos que acreditam e parceiros que caminham connosco. Crescemos de forma sustentada, aprendemos com erros e consolidámos o nosso posicionamento. Hoje somos mais estratégicos, mais conscientes e mais ambiciosos.

Relativamente ao futuro, o que sente faltar ainda concretizar no desenvolvimento do espaço?

Quero consolidar o L'Epicure Azores como referência cultural no Atlântico. Trazer mais artistas internacionais, criar pontes com outros territórios e integrar o espaço em circuitos culturais que projetem Ponta Delgada além da sazonalidade turística. Queremos atrair turismo cultural durante todo o ano e afirmar a cidade como destino contemporâneo, não apenas paisagístico. Os Açores têm talento extraordinário. Têm mulheres a liderar projetos com firmeza e visão. Acredito que estamos numa fase de afirmação coletiva. E nós queremos fazer parte dessa elevação. Com trabalho consistente, ambição equilibrada e visão a longo prazo. 



los em algo que pudesse cuidar do corpo e da mente. Foi assim que comecei a explorar o potencial do basalto, uma pedra que faz parte da nossa geografia e que tem características térmicas terapêuticas. Quis criar algo verdadeiramente único, onde a natureza dos Açores não fosse apenas inspiração, mas parte ativa da experiência terapêutica e daí nasce o meu novo conceito de Spa com a Terapia de Basalto.

Um dos elementos mais distintivos do conceito é a marquesa de basalto aquecido. Transformar a pedra vulcânica, tão identitária da paisagem açoriana, num objeto de cuidado do corpo é uma ideia muito singular. Como surgiu essa intuição?

Este projeto nasceu há 17 anos, quando frequentei o curso de Gestão de SPAs, no qual o meu trabalho e conclusão final consistiram na criação de um SPA e de um conceito inovador e diferenciador para o mercado da saúde e bem-estar. Sendo eu dos Açores, apaixonada pelas minhas origens, defensora da exuberância e do valor das nossas ilhas, e com espírito empreendedor, pensei em criar um SPA que se tornasse uma referência para quem nos visita. A ideia era proporcionar a possibilidade de sentir os Açores na pele, no corpo e na mente, através de elementos específicos, biológicos e geológicos, compatíveis e com possíveis efeitos fisiológicos no organismo, já comprovados. O basalto aquecido fornece calor e vibrações minerais que promovem o relaxamento muscular, o alívio de dores, a melhoria da circulação sanguínea e linfática, a oxigenação dos tecidos, a eliminação de toxinas e uma sensação de enraizamento.

Assim, a criação de uma Marquesa sensorial aquecida, talhada em basalto, tornou-se, sem dúvida, o ex-libris deste SPA. É desta forma que nasce a Sala Balsâmica, onde se encontram duas peças únicas para tratamentos terapêuticos, talhadas em basalto milenar da Ilha Terceira: a marquesa balsâmica e a banheira balsâmica. Neste espaço, é possível, através da energização vulcânica e do poder mineral do basalto aquecido, usufruir de tratamentos únicos e massagens de assinatura exclusivas do nosso SPA, como a Vulcanic IUNIQUE Massage e o Azorean UNIQUE Ritual Massage, tornando-se assim uma novidade para os Açores e para o mundo.

Desenvolver uma peça dessas implicou resolver questões técnicas pouco comuns num spa. Como foi o processo até chegar a uma solução que funcionasse do ponto de vista terapêutico?

Estudadas, criadas e desenhadas por mim, definindo todos os aspetos do design e da funcionalidade, concebidas especificamente para este conceito, a Marquesa Balsâmica, com 2,11 metros por 0,95 metros e peso aproximado de 450 kg, foi talhada com precisão mecânica e acabamento manual, num processo artesanal de cerca de 200 horas, integrando mecanismos elétricos e de canalização para experiências sensoriais avançadas de termoterapia e hidroterapia. A Banheira Balsâmica, com 1,90 metros por 0,95 metros e peso de aproximadamente 1000 kg, tem uma superfície interna polida para conforto máximo, permitindo banhos prolongados e intensificando os efeitos terapêuticos. Foi um processo longo e muito desafiante. Trabalhar com basalto não é simples, sobretudo quando queremos utilizá-lo de forma terapêutica. Tivemos de estudar como a pedra reage ao aquecimento, como distribui o calor e como garantir que a experiência fosse confortável e segura para o corpo. Foram necessários vários testes, adaptações e melhorias até chegar à solução ideal. O objetivo era que o calor fosse transmitido de forma equilibrada, permitindo relaxar profundamente a musculatura e estimular a circulação. Hoje sabemos que estas peças têm efeitos terapêuticos muito interessantes e que além disso, o contacto com a pedra tem também uma dimensão sensorial e energética que torna a experiência ainda mais envolvente.

Cada peça é única e irrepetível, resultado da combinação entre arte, ciência mineral e engenharia, tornando-se instrumentos terapêuticos e esculturas vivas que refletem a autenticidade, sustentabilidade e memória ancestral do basalto açoriano.



O turismo açoriano transformou-se profundamente na última década, com uma procura internacional crescente e um discurso muito centrado na natureza e na autenticidade. Onde quis posicionar o Luxus Azorean Spa Concept dentro dessa evolução?

Os Açores têm vindo a afirmar-se como um destino muito especial precisamente pela sua autenticidade. Quem visita as ilhas procura natureza, tranquilidade e experiências que não encontra noutros lugares. O Luxus Azorean Spa Concept nasce exatamente nesse contexto. A ideia foi criar um espaço de bem-estar que refletisse essa identidade única do arquipélago, oferecendo algo verdadeiramente diferente. Não queríamos apenas um Spa tradicional, mas uma experiência inspirada na própria essência das ilhas. Ao integrar elementos naturais como o basalto e ao desenvolver peças terapêuticas únicas, conseguimos criar um conceito que liga o bem-estar à identidade açoriana. Isso faz com que muitos visitantes sintam que estão a viver algo que só pode acontecer aqui na ilha Terceira e que desta forma pudessem sentir os Açores no seu corpo e na sua pele.

O seu percurso acabou por cruzar áreas que raramente aparecem integradas no mesmo projeto empresarial: estética, saúde, bem-estar e hospitalidade. Em que momento percebeu que essa visão podia transformar-se num conceito mais abrangente?

Essa visão foi surgindo de forma muito natural ao longo dos anos. No início estava muito focada na área da estética, mas com o tempo fui percebendo que a ilha tinha várias necessidades e uma delas era a falta de um Spa que era muito procurado pela comunidade americana que vivia na Base das Lages e também pelo turismo que estava em crescimento. Mais tarde vem a necessidade de evoluir na área da Estética e da Medicina que cada vez mais andam de mãos dadas e assim abro a primeira Clínica médica de medicina estética e terapias da ilha.

O cuidado com o corpo, o bem-estar emocional e o ambiente onde nos encontramos estão profundamente ligados. Muitas vezes os clientes procuram não apenas um tratamento, mas uma experiência de pausa, de equilíbrio e de reconexão então a área do alojamento e hospitalidade era também a combinação perfeita. Foi a partir dessa percepção que comecei a integrar diferentes áreas no mesmo universo. A Medicina, a Estética, o Spa e a hospitalidade passaram a fazer parte de uma visão mais ampla, onde o objetivo é proporcionar experiências de cuidado e bem-estar em diferentes dimensões.

Hoje lidera três projetos com identidades distintas: o Luxus Azorean Spa Concept, a Luxus Clinic e o alojamento local Luxus Charming. Em que momento percebeu que estes diferentes espaços podiam funcionar como partes de uma mesma visão?



Com o crescimento dos projetos comecei a perceber que todos estavam ligados pela mesma filosofia. Cada um tem a sua identidade, mas todos partilham a mesma intenção: criar espaços onde as pessoas se sintam cuidadas, acolhidas e em equilíbrio. A clínica representa a vertente mais técnica e especializada, o spa explora a dimensão sensorial e terapêutica do bem-estar, e o alojamento oferece um ambiente de tranquilidade e conforto. Juntos formam um conceito que reflete aquilo que sempre procurei construir.

Depois do que já construiu até aqui, que ambição continua a orientá-la e a inspirá-la todos os dias?

A minha maior ambição continua a ser criar projetos com alma e identidade. Gosto de pensar que cada espaço que desenvolvo tem uma ligação profunda ao lugar onde nasce e às pessoas que o vivem. Ainda sinto a mesma curiosidade e vontade de inovar que tinha no início. Há sempre novas ideias, novas formas de explorar o bem-estar e novas maneiras de valorizar os recursos naturais dos Açores. Se há algo que aprendi ao longo do caminho é que os projetos mais fortes são aqueles que nascem com confiança, propósito e autenticidade. Acreditar em mim é a peça chave e é isso que continua a inspirar-me todos os dias.. 

 ANDREIA_MENESESLUX
 LUXUSAZOREANSPA
 LUXUSCLINIC
 LUXUSCHARMINGALOJAMENTOS

Abrandar, respirar e reencontrar o próprio poder interior

Deborah Costa é empreendedora, ceramista, especialista em pestanas, escritora infantil e mentora, o que faz com que transforme vidas, ideias e histórias em coragem e poder. Enquanto organizadora do evento de empreendedorismo feminino Azores Girl Power, explica como e com que propósito nasceu a iniciativa, que soma já duas edições de sucesso.

No Dia Internacional da Mulher, a 8 de março, aconteceu a segunda edição do Azores Girl Power. Para quem não conhece, no que consiste este evento?

O AGP é muito mais do que um evento: é um espaço seguro e inspirador onde mulheres e também homens se juntam para aprender, questionar, partilhar e crescer, pessoal e profissionalmente. Durante um dia inteiro, reunimos oradores e histórias reais que abordam temas como empreendedorismo, finanças, marketing, crescimento sustentável, crenças limitantes e equilíbrio entre vida pessoal e profissional.

É um encontro pensado para mulheres comuns com ambições extraordinárias, que querem tomar decisões mais conscientes e construir negócios e vidas, alinhadas com quem são.

Em que momento da sua vida sentiu que era necessário criar uma iniciativa desta envergadura?

Na primeira vez que participei num congresso assim pensei logo: precisamos disto na ilha! Mas regresssei à ilha e não o fiz, só passados anos de trabalhar diretamente com muitas mulheres, e em confidências, percebi que estavam a fazer tudo “certo”, mas ainda assim sentiam-se sozinhas, inseguras e duvidavam do seu valor. Foi aí que me deu o clique: é desta! É desta que crio um espaço real, fora das redes sociais, onde podemos falar de dinheiro, medo, ambição e crescimento sem filtros. O AGP nasce exatamente dessa inquietação, da vontade de criar um momento onde pudessem sentir o seu valor e ver o seu percurso com outros olhos.

O que torna o movimento, que descreve como “inspiracional e transformador”, diferente de outros também de empoderamento feminino?

A diferença está na verdade e na proximidade. Não quero promover um empoderamento vazio, cheio de frases feitas e autopromoção. Ali falamos de decisões difíceis, de erros, de números reais, de limites e de coragem prática.

Não colocamos mulheres num pedestal, sentamo-las à mesa. O AGP é transformador porque inspira, mas também confronta ao mesmo tempo que acolhe. Leva cada participante a sair não só motivada, mas mais consciente, mais informada e mais dona das suas escolhas.

Depois de participarem neste retiro de um dia, que feedback lhe deixam as pessoas que se desafiam a pensar, questionar e sair a decidir melhor?

O feedback mais recorrente é: “passei a ver o meu negócio com outros olhos”.

Dizem-me que ganham clareza, confiança e, acima de tudo, coragem para tomar decisões que estavam a adiar, seja no negócio, na carreira e até na vida pessoal. Muitas referem que, finalmente, tiveram o empurrão que lhes faltava. Amo “empurrar” pessoas! Nasci para isto! O feedback mais marcante que recebi foi, curiosamente, de um homem que me disse: “O AGP mudou a energia da ilha!”

É esse impacto que confirma que o AGP está a cumprir o seu propósito. 🍷

A arte de transformar espaços para eternizar momentos

Ana Melo encontrou, na organização de eventos e no design de interiores, a expressão natural da sua criatividade e sensibilidade estética, duas vocações que sempre fizeram parte do seu olhar atento. É com a AME Eventos e AME Interiores que, a partir dos Açores, dá forma a sonhos, espaços e celebrações que se tornam memórias para a vida.



É inegável que, no seu percurso profissional, o design de interiores e a organização de eventos caminham lado a lado. O que despertou o seu interesse por estas áreas?

Desde muito cedo que a organização faz parte de mim. Sempre tive um olhar atento aos espaços, à composição de uma mesa, à forma como uma festa é pensada ao detalhe ou como um espaço pode ser transformado e valorizado.

Quando chegou o momento de escolher o meu percurso académico, o Design de Ambientes surgiu naturalmente — a união entre criatividade e funcionalidade, dois pilares que continuam a orientar o meu trabalho.

Hoje, estas áreas complementam-se de forma orgânica. A minha formação permite-me analisar cada espaço de forma estratégica, não apenas do ponto de vista estético, mas também na circulação, na luz, na harmonia e na experiência que proporciona. Porque, no final, são as sensações e as memórias que permanecem.

Os casamentos são memórias para a vida e, muitas vezes, o momento mais importante de quem os vive. Convidamo-la, assim, a partilhar uma memória de um casamento que tenha transformado o sonho de um casal num momento inesquecível.

Após 10 anos a organizar eventos, felizmente acumulo muitas histórias emocionantes. Desde filhos de emigrantes que escolhem casar-se na terra dos pais ou dos avós, até inúmeras surpresas. Mas há uma história recente que marcou profundamente toda a nossa equipa.

Em setembro de 2025, com a agenda já completamente preenchida, recebemos o contacto de um casal que pretendia casar em outubro — teríamos cerca de um



mês e meio para organizar tudo. Inicialmente parecia impossível. No entanto, quando a noiva nos explicou o motivo da urgência, tornou-se claro que não podíamos recusar. A mãe da noiva enfrentava uma doença oncológica, e para ela era impensável casar sem a sua presença. Para os noivos, foi a concretização de um sonho. Para a nossa equipa — já exausta de uma época intensa — foi um verdadeiro exercício de propósito. Todos deram o máximo, com uma dedicação comovente. Foi um daqueles momentos que nos lembram porque fazemos o que fazemos.

Muitas pessoas desconhecem a importância de um organizador de eventos. Que valor este profissional traz a um dia tão especial? Acima de tudo, tranquilidade.

Um casamento é um dia profundamente emocional. Para que os noivos possam viver cada segundo em plenitude, alguém tem de garantir que tudo o resto está controlado. A organização de um evento envolve dezenas de processos invisíveis: contratos, gestão de fornecedores, decisões logísticas, imprevistos, coordenação de equipas, gestão de expectativas familiares... O nosso papel é sermos o porto seguro. A presença serena no meio da intensidade. Mais do que experiência técnica, oferecemos confiança.

Os Açores são o cenário das vossas festas. Que elementos da ilha tornam cada evento impossível de ser realizado em qualquer outro lugar?

Os Açores são, por natureza, um cenário mágico. A combinação entre paisagens arrebatadoras, luz natural única, mar, verde intenso, hospitalidade genuína e um clima simultaneamente ameno e imprevisível cria uma atmosfera impossível de replicar noutro lugar. Cada evento aqui carrega uma energia própria. A natureza não é apenas pano de fundo — é protagonista.

Já receberam vários prémios e reconhecimentos. O que significam estas conquistas?

São a confirmação de que o caminho que escolhemos — focado na personalização, no detalhe e na experiência humana — faz sentido. Mas, acima de qualquer prémio, o que realmente nos move é o reconhecimento dos clientes. Quando sabemos que tocamos alguém, que criámos uma memória que ficará para sempre, é aí que sentimos que estamos exatamente onde devemos estar.

Recentemente partilharam o projeto AME Interiores. Pode falar-nos sobre ele?

Os Interiores sempre fizeram parte do meu percurso, mas durante anos o foco esteve nos eventos, dada a exigência do setor. Com a consolidação da AME Eventos e o crescimento da equipa, tornou-se natural dar espaço a este projeto. Nos Açores, esta é uma área em ascensão, e o design de interiores deixou de ser visto como um luxo e passou a ser entendido como qualidade de vida.

A AME Interiores nasce dessa consciência: criar ambientes personalizados, harmoniosos e funcionais, que acolhem e refletem quem lá vive.

Qual é o método de trabalho da AME Interiores?

O nosso processo inclui consultoria, conceção e apresentação de projeto, bem como acompanhamento opcional da implementação, permitindo ao cliente escolher o nível de intervenção adequado à fase do seu projeto.

Atualmente temos reuniões e apresentações à distância, o que nos tem proporcionado oportunidades de trabalho em novos mercados. Tivemos o gosto de projetar e implementar interiores nas áreas de habitação, restauração, corporate, hotelaria e entretenimento. Os resultados têm sido francamente agradáveis para nós e para os nossos clientes. 

Uma vida a valorizar o património termal dos Açores

Empresária, investigadora e autora, Luísa Sousa Pereira tem dedicado a carreira à valorização do termalismo nos Açores, unindo património natural, ciência e inovação. À frente da gestão das Termas das Caldeiras da Ribeira Grande e das Termas do Carapacho, acredita que as águas termais podem afirmar-se como um dos setores estratégicos da economia regional.

A ligação de Luísa Sousa Pereira ao setor termal nasceu de um percurso marcado pela resiliência e pela capacidade de acreditar que o futuro pode ser construído para além das circunstâncias iniciais. Os desafios enfrentados desde a infância moldaram profundamente a sua forma de estar e a sua visão de liderança, ensinando-lhe desde cedo a tomar decisões e a procurar caminhos diferentes.

Crescer numa ilha contribuiu igualmente para essa construção pessoal. Rodeada pelo mar e pela imprevisibilidade das condições naturais, aprendeu a lidar com adversidades de forma serena e persistente. A insularidade, longe de ser um limite, transformou-se numa fonte de inspiração e numa escola de paciência e coragem.



Apesar das dificuldades, mantém a convicção de que faria todo o percurso novamente. A paixão pelo termalismo e pela valorização deste património natural continua a ser um dos principais motores do seu trabalho. “Sonhei muito para lá do mar, para além da realidade que tinha à minha volta, e essa capacidade de acreditar e persistir tornou-se uma das bases da minha liderança”.

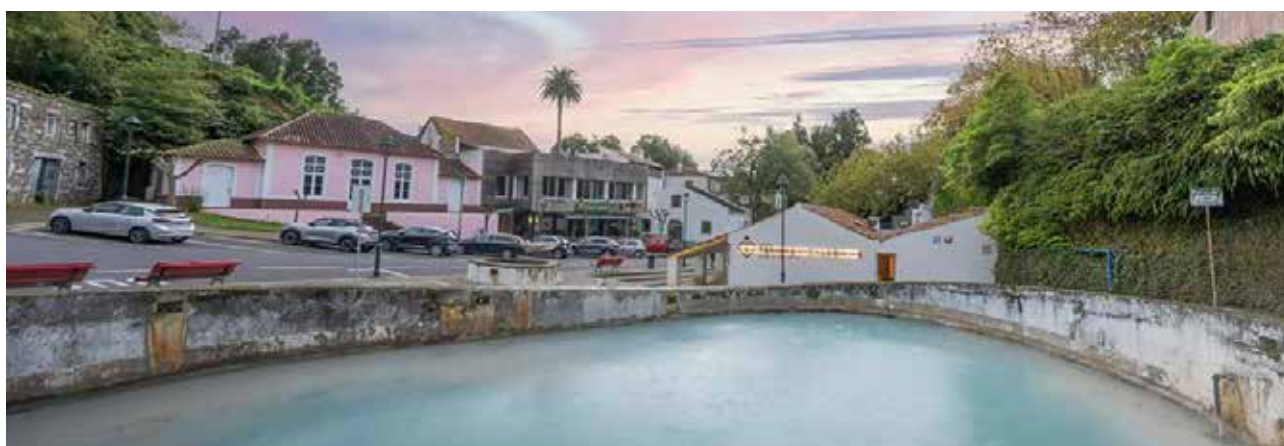
Para a própria, o termalismo representa muito mais do que uma atividade económica, visto que é um setor profundamente ligado à identidade açoriana, que cruza saúde, bem-estar, turismo e património cultural. A origem vulcânica das ilhas, responsável pela riqueza das águas termais, está no centro dessa relação entre natureza e comunidade. “O termalismo é, no meu entendimento, um dos setores mais

Uma liderança moldada pela resiliência

Ao longo de mais de uma década ligada ao setor termal, enfrentou diversos desafios profissionais, desde questões de mercado à gestão de equipas e recursos. Entre todos, o período da pandemia destacou-se como um dos mais exigentes, obrigando a decisões difíceis num contexto de grande incerteza. Nessa fase, reconhece que o sentido de humanidade se sobrepôs muitas vezes à lógica puramente financeira, procurando preservar pessoas e projetos.

transversais dos Açores”.

Além de responder às necessidades da população local, o setor tem também potencial para reforçar a atratividade turística da região e contribuir para reduzir a sazonalidade. As experiências termais podem ser vividas durante todo o ano, transformando as características climáticas do arquipélago num fator diferenciador. “Valorizar o termalismo é, por isso, também preservar e projetar essa herança, afirmando uma identidade única que nasce da força da terra e da ligação profunda entre a natureza e as pessoas”.



Património que se projeta no futuro

A responsabilidade de gerir dois espaços emblemáticos nos Açores é encarada como um compromisso com o passado e com o futuro. Nas Termas das Caldeiras da Ribeira Grande, cujo balneário foi construído em 1811, encontra-se um dos mais antigos patrimónios termais do país.

Já nas Termas do Carapacho, na ilha Graciosa, a utilização das águas é conhecida desde o século XVIII, testemunhando a longa relação entre as comunidades locais e este recurso natural. “Liderar a concessão de dois espaços termais tão emblemáticos nos Açores representa, antes de mais, uma enorme responsabilidade e um profundo compromisso com a preservação do património”. É neste equilíbrio que assenta a estratégia de desenvolvimento que tem vindo a ser implementada. Nos últimos anos foram criadas experiências terapêuticas e de bem-estar que procuram valorizar as propriedades únicas das águas terapêuticas açorianas. Entre os projetos mais inovadores destaca-se um Baby Spa Termal, concebido para a saúde da pele infantil, bem como um spa capilar desenvolvido a partir das características mineralógicas da água. Outro elemento distintivo destas termas é a utilização de lama vulcânica natural em tratamentos, um recurso geotérmico profundamente ligado à origem vulcânica do arquipélago. Na ilha Graciosa, está igualmente em desenvolvimento um conceito inovador que pretende transformar as Termas do Carapacho no primeiro balneário termal a funcionar com três águas distintas: a nascente tradicional, uma água ferruginosa e a talassoterapia. Paralelamente, encontra-se em curso um projeto para criar a primeira Vila do Bem-Estar dos Açores, numa visão mais ampla que ambiciona afirmar a ilha Graciosa como destino de referência no turismo de saúde e bem-estar.

Para que o setor termal açoriano atinja plenamente o seu potencial, considera essencial reforçar o investimento na recuperação do património termal e aprofundar o conhecimento científico associado às águas. Projetos de investigação desenvolvidos em parceria com instituições académicas procuram precisamente certificar as competências clínicas destes recursos naturais.

A dimensão educativa também integra esta missão de valorização. Foi com esse propósito que escreveu o livro infantil “A magia das

~
“Valorizar o termalismo é afirmar uma identidade única que nasce da força da terra e da ligação profunda entre a natureza e as pessoas”
~

termas dos Açores”, uma obra que procura explicar o termalismo de forma acessível às gerações mais jovens e despertar nelas curiosidade e orgulho por este património. “Sendo o termalismo uma expressão tão profunda da identidade açoriana e do nosso património natural e cultural, senti que era importante criar um contributo que ajudasse a dar-lhe maior visibilidade e compreensão”.

Enquanto mulher em posição de liderança, Luísa Sousa Pereira acredita igualmente na importância de inspirar outras mulheres a acreditarem nos seus projetos. Para si, os sonhos são fundamentais, mas só se concretizam com trabalho consistente, clareza de propósito e coragem para enfrentar os desafios. “O meu desejo profundo é que as mulheres não se resignem às circunstâncias. Que sonhem, que acreditem na vida e nas suas próprias capacidades. Que tenham coragem para imaginar futuros diferentes e determinação para os construir”. 



Uma liderança com alma, resiliência e coerência

Entre as raízes de uma infância marcada pelo esforço e a coragem de reinventar o seu caminho, Goreti Freitas construiu uma liderança assente em consistência e autenticidade. Hoje leva essa visão ao turismo, criando experiências que não se visitam apenas, sentem-se e permanecem.

Se recuarmos às suas origens, que momentos e aprendizagens sente que mais contribuíram para moldar o seu carácter e os valores que hoje defende?

Cresci num ambiente onde o essencial nunca faltou, mas onde tudo era conquistado com esforço. Foi aí que aprendi o valor do trabalho, da palavra dada, da luta constante e da resiliência. No seio familiar ensinaram-me, sem grandes discursos, que a força pode ser silenciosa e, ainda assim, inabalável. Recordo, com saudade, algo que o meu pai dizia com frequência: “o melhor dote que podemos dar aos nossos filhos são os estudos, pois através deles conseguem alcançar tudo o que quiserem”. Trago comigo essa herança todos os dias.

Como surgiu a sua ligação ao empreendedorismo e, mais especificamente, ao turismo?

Sempre tive uma inquietação natural para criar e fazer acontecer. Com 15 anos de banca e aos 40 anos de idade, percebi que precisava de dar um novo sentido à minha vida. Na verdade, todos nós somos empreendedores, mesmo quando trabalhamos por conta de outrem, mas sentia necessidade de fazer mais e diferente. Olhei para o contexto que atravessávamos e percebi que era importante acrescentar valor ao turismo. Rapidamente entendi que não podia fazer mais do mesmo. Foi então que atravessei o Atlântico à procura de formação que me permitisse entregar qualidade e, simultaneamente, capacitar outros profissionais. Foi no coaching que encontrei essas ferramentas.

Em algum momento do seu trajeto profissional sentiu que teve de provar mais do que os outros, especialmente por ser mulher?

Sim, senti isso inúmeras vezes. Infelizmente, ainda existem contextos onde as mulheres têm de provar as suas competências de forma mais intensa. No entanto, nunca permiti que isso me travasse. Pelo contrário, deu-me mais foco e determinação. Inicialmente, ficava triste e, por momentos, até bloqueava, mas rapidamente transformava essa sensação em alavanca. Com o tempo, aprendi que não precisamos de provar nada a ninguém, precisamos, sim, de acreditar em nós e seguir o nosso caminho com consistência.



Quando a subestimam, sente que fica fragilizada ou mais forte para provar o contrário do que possam pensar a seu respeito? Verdadeiramente, foi um processo de amadurecimento. Hoje, vejo isso como um desafio. Não me fragiliza, antes pelo contrário, fortalece-me. Prefiro responder com trabalho, resultados e coerência. No final, isso fala sempre mais alto do que qualquer preconceito.

Na sua opinião, o que precisa de mudar nas mentalidades empresarial e social, para que mais mulheres liderem sem qualquer tipo de barreiras?

Precisamos de normalizar a liderança no feminino, sem a tornar exceção. Ainda existem muitos estereótipos e expectativas distintas para homens e mulheres. É essencial que as novas gerações cresçam a ver mulheres em posições de decisão, sem que isto seja questionado. E, acima de tudo, que nós próprias “MULHERES” não duvidemos do nosso lugar.

Já ponderou desistir em algum ponto da sua trajetória? Como acaba por gerir os seus medos e encontra força para continuar?

Já tive momentos difíceis, claro! Fases em que tudo parecia pesado, incerto, quase impossível. Mas nunca pensei verdadeiramente em desistir. Nessas alturas, lembrava-me: “nos momentos difíceis, ou crescemos ou morremos”. E a minha resposta era sempre: “eu não vou morrer!”. Quando o propósito é maior do que o medo, encontramos sempre forma de continuar. A família é um pilar fundamental, que nos lembra quem somos e porque começamos. E há também uma fé que sempre me guia.

Ser mãe e empresária exige equilíbrio, e gerir esta dualidade nem sempre é fácil. Já sentiu culpa por, em algum momento, priorizar a vertente profissional em detrimento da pessoal?

Queremos estar presentes em tudo, mas aprendi que o equilíbrio não é perfeito, é dinâmico. Há fases em que o trabalho exige mais e outras em que a família precisa mais de nós, e está tudo bem. Percebi que podemos desempenhar vários papéis e entregarmo-nos por inteiro em cada um. O importante é estarmos presentes quando realmente importa e sermos mais generosas connosco. Educar pelo exemplo é fundamental. Se os meus filhos crescerem a ver uma mãe que luta pelos seus sonhos, isso será a maior aprendizagem. E esta resignificação transforma a possível culpa em clareza.



Lançou recentemente o novo projeto de “turismo emocional e espiritual”. Pode explicar como funciona na prática e, especialmente, como é que esta abordagem poderá transformar a experiência turística nos Açores?

No passado dia 13 de março, reabrimos ao público a primeira unidade hoteleira de 4 estrelas sob gestão da Azores Five Project, os Apartamentos Turísticos Baía da Barca, na ilha do Pico. O espaço é fantástico pelas suas condições, mas também por uma vista privilegiada sobre a imponente montanha do Pico e proximidade ao mar. Descemos alguns degraus e mergulhamos literalmente no oceano. É como se tratasse de um cruzeiro atracado no porto, mas repleto de singularidades. Ora, o “turismo emocional e espiritual” parte de um princípio que já é conhecido no setor, que é o turismo de experiência. Contudo, acreditamos que possa ir um pouco mais além. Cada vez mais, as pessoas não se lembram apenas dos sítios que visitam, lembram-se do que sentiram. O nosso objetivo é criar experiências autênticas, ligadas às pessoas, à cultura e à essência dos Açores. Queremos que quem nos visita leve memórias com significado.

Na prática, trabalhamos três dimensões: conexão com a natureza, ligação à cultura local e impacto emocional da experiência. É a união entre duas paixões: turismo e coaching. Aplicado aos Açores, este conceito pode ser transformador. O destino já tem uma base fortíssima, o que fazemos é potenciar esses recursos de forma intencional, criando uma identidade diferenciadora. Em vez de apostar na quantidade, privilegiamos a qualidade e a sustentabilidade. Este projeto representa muito mais do que um marco profissional. É a prova de que é possível crescer sem perder a identidade... como mãe, filha e mulher. Mais do que um espaço físico, é um projeto com propósito, com alma. E isso faz toda a diferença. 🇵🇹

“A cada conceito que crio surge uma história associada à grandiosidade desta natureza e à simplicidade dos usos e costumes da minha ilha”

Cansada de viver na zona de conforto, Catarina Alves descobriu na pedra vulcânica dos Açores um campo de possibilidades. O percurso, que começou na bijuteria artesanal, deu lugar à Pedras de Lava by Catarina Alves, uma marca de joalheria com peças sem distinção de género, produzida com rocha reaproveitada e sobras de carpintaria.

A marca Pedras de Lava by Catarina Alves nasce da vontade de transportar a essência da natureza açoriana para cada criação. Como é que surgiu a ideia de levar este conceito além-fronteiras?

Viver numa ilha é inspirador, mas igualmente desafiante. Viver da arte continha limitações, tendo regressado da Faculdade de Belas Artes, em 2004, inicialmente poderá ter sido limitativo. Comecei a desenvolver as primeiras criações na bijuteria artesanal, passando por vários processos de evolução, aliando a joalheria à escultura enquadrando-me no conceito de joalheria escultória, mas a verdadeira essência de Pedras de Lava by Catarina Alves é oferecer um pedaço da natureza açoriana ao mundo. A participação em eventos fora da ilha, sair da minha zona de conforto aproveitando as oportunidades que foram surgindo, criou uma visão mais alargada dessa essência, provocando a vontade de ir à procura de novos mercados e, aos poucos, ir expandindo os limites da “minha ilha”, este é o objetivo.

Ao criar peças sem distinção de género e a partir de matéria-prima local, como a madeira e a rocha vulcânica, qual é a importância do reaproveitamento de materiais no seu processo criativo?

Um dos desafios da nossa sociedade é lidar com o desperdício nas suas diversas vertentes, pelo que reaproveitar os desperdícios de pedra das minhas esculturas, surgiu como uma solução para este desafio. Também o aproveitamento do desperdício resultante da produção dos carpinteiros locais pareceu-me uma oportunidade de obter, mais facilmente, a matéria-prima que precisava, pois

procuro ter uma produção consciente e sustentável a vários níveis e que seja apreciada pelas pessoas em geral, independentemente do seu género.

A sua mais recente coleção inspira-se nas mantas de retalhos e inclui peças como alfinetes, colares, pulseiras, botões de punho e prendedores de cabelo, para homens e mulheres. Como consegue assegurar a identidade da ilha em objetos tão pequenos?

O meu processo criativo é intrínseco à materialidade, acredito que Pedras de Lava by Catarina Alves é sinónimo de Açores. A cada conceito que crio surge uma história associada à grandiosidade desta natureza e à simplicidade dos usos e costumes da minha ilha, todo o pormenor é pensado, independentemente do tamanho é uma experiência sensitiva, não esquecendo a essência de criptoméria que é adicionada a cada bolsa de tecido.

Que emoções ou sentimentos espera que alguém vivencie ao usar uma peça sua?

Primeiro, gostaria que as pessoas sentissem alegria, paz e serenidade, pois são essas as intenções que coloco aquando da produção de cada uma das minhas peças. Espero também que se sintam empoderadas e livres, que se conectem com a sua verdadeira essência, porque cada peça de Pedras de Lava by Catarina Alves é um statement piece, ou seja reveladoras da natureza interior. 



WWW.PEDRAS-DE-LAVA.COM

GERAL.PEDRASDELAVA@GMAIL.COM

 PEDRASDELAVA  PEDRASDELAVA

Fotos: ©Paulo Goulart

“Quando colocamos uma intenção ao acender uma vela, algo muda dentro de nós, e é essa experiência que procuro criar”



Entre o Brasil, que a viu crescer, e os Açores, a que hoje chama casa, Paula Lima transformou a saudade e a distância em força interior para criar a Azoriel, uma marca de velas que, através do aroma e da luz, desperta a memória afetiva. Na sua coleção, destaca-se a Vela do Alguidar, inspirada na tradicional alcatra da Ilha Terceira, disponível em fragrâncias como Azores Breeze, que evoca a brisa marítima e a frescura da floresta açoriana.

A Azoriel nasce de uma história pessoal. Como as suas raízes dão vida a velas como a Azores Breeze, capazes de reavivar memórias e o sentimento de pertença?

Sendo os Açores o arquipélago das minhas raízes, e unindo a vontade de ter um negócio próprio com a minha paixão por velas e a minha fé, nasce a Azoriel, cujo nome é a junção de Azores com o anjo Azriel, que significa “Deus é o meu refúgio”.

Nasci no Brasil, filha de pais Terceirenses, e sei na primeira pessoa o que é sentir saudade e estar longe da família. Essa vivência despertou em mim a vontade de criar algo que fosse mais do que uma vela. Foi assim que, em 2024, nasceu a vela do alguidar, uma homenagem à Ilha Terceira, inspirada na alcatra, o nosso prato típico mais conhecido. Aromas como o “Azores Breeze” foram cuidadosamente escolhidos para transportar a brisa do mar e o frescor da floresta açoriana. O alguidar de barro é confeccionado na Olaria local, em São Bento, e, depois de pronta, a vela é decorada com hortênsias colhidas e desidratadas artesanalmente.

É, sem dúvida, um abraço simbólico para os nossos emigrantes e para quem nos visita, permitindo-lhes levar com eles um pedaço da ilha.

As suas velas, feitas a partir de óleos essenciais e de natureza eco-friendly, procuram preencher os espaços de forma muito particular. Como consegue transformar uma vela numa experiência sensorial?



Desde muito nova, senti que ajudar as pessoas era algo que me movia. Fazer velas é criar pequenos momentos de paz e de bem-estar, que começam no simples gesto de acender uma chama. Por utilizar ceras vegetais, a queima é limpa e lenta, permitindo que o aroma preencha o espaço de forma suave.

Elas trazem luz e alegria às grandes celebrações, mas também aconchego e conforto nos momentos de reflexão e oração. É no silêncio que a experiência da vela ganha

ainda mais significado.

São cheias de simbolismo. Quando colocamos uma intenção ao acender uma vela, algo muda dentro de nós, e é essa experiência que procuro criar.

Muitas pessoas apreciam velas, mas poucas percebem o impacto ambiental das escolhas que fazem. Como educa ou desafia o seu público

a olhar além da beleza imediata e valorizar escolhas mais conscientes?

Na Azoriel, a estética e a sustentabilidade trabalham lado a lado, e sempre foi uma prioridade oferecer produtos ecológicos, reutilizáveis e que reduzem o plástico. Queremos que cada pessoa sinta a importância de escolhas conscientes. Oferecemos recipientes que possam ganhar uma nova vida na casa de cada cliente.

Sempre desejei deixar o mundo um pouco melhor, seja através do cuidado com o ambiente ou das nossas atitudes. Quando colocamos “AMOR” em tudo o que fazemos, esse é o maior legado que podemos deixar... 

O melhor da natureza açoriana para a pele da mulher

Natural da Ilha do Corvo, Catarina Nascimento Andrade transformou uma experiência pessoal de sensibilidade e reatividade da pele na criação de cosméticos naturais. Fê-lo através do lançamento da SAZOREA, uma marca de skincare natural e vegan, que se distingue pela autenticidade dos ingredientes açorianos que compõem os produtos.

A vontade de impactar positivamente o mundo e a sociedade levaram-na a licenciar-se em Fisiologia Cardíaca e a exercer na área. Porém, hoje a sua ocupação profissional é outra. O que motivou esta mudança?

Sempre tive uma vontade genuína de fazer a diferença na vida das pessoas, o que naturalmente me levou a estudar Fisiologia Cardíaca e a trabalhar em hospitais na República da Irlanda, onde cuidei de muitos pacientes. Contudo, apesar de ser uma carreira que inicialmente me realizava, comecei a sentir-me infeliz, esgotada e profundamente desmotivada. Ao mesmo tempo, notei mudanças significativas na minha própria pele — sensibilidade, desidratação e falta de brilho — que me fizeram questionar tanto a minha rotina de cuidados, como o impacto que o stress e ingredientes cosméticos pouco naturais podiam ter na nossa saúde. Essa reflexão transformou-se numa paixão por estudar cosmética natural, unir ciência e natureza e, por fim, criar a minha própria marca — algo que realmente refletisse os meus valores e propósito de vida.

Em junho de 2024 lança, oficialmente, a SAZOREA. No que consiste a marca e o que faz com que se distinga das restantes do mesmo segmento?

A SAZOREA é uma marca de skincare natural e vegan nascida da beleza única das Ilhas dos Açores, com o objetivo de trazer o melhor da natureza açoriana para a pele da mulher moderna. Criámos fórmulas de alta performance, eficazes, sustentáveis e baseadas em ingredientes botânicos, cuidadosamente selecionados, que respeitam tanto a saúde da pele, como o meio ambiente. O que nos distingue é a autenticidade dos ingredientes açorianos, a combinação entre ciência e natureza, e uma abordagem minimalista que valoriza fórmulas com propósito — onde menos é mais. Cada produto é inspirado na natureza bruta dos



Açores e desenvolvido com rigor técnico e sensorialidade, criando experiências que cuidam da pele e elevam o bem-estar.

Com a chegada da primavera, que cuidados considera serem necessários ter com a pele?

Com a primavera, a pele começa a reagir às mudanças de temperatura, maior exposição solar e novos ritmos de vida. É fundamental reforçar a hidratação natural, fortalecer a barreira cutânea e manter uma rotina suave que promova a renovação celular. Nunca se deve esquecer do protetor solar, mesmo em dias nublados, pois ele é essencial para proteger a pele dos raios UV e reduzir significativamente o risco de cancro de pele. Uma rotina simples, mas eficaz — limpeza suave, hidratação e proteção — ajuda a manter a pele equilibrada, luminosa e saudável, pronta para enfrentar a nova estação com brilho e segurança.

A nossa gama inicial é minimalista e composta por três produtos essenciais que cobrem as necessidades principais de uma rotina eficaz de skincare.

- The Gentle Renewing: uma mousse de limpeza suave que remove impurezas e células mortas, preparando a pele para o resto da rotina.
 - The Wonder Complexion: um sérum regenerador e multifuncional que atua em profundidade para hidratar, regenerar, iluminar e proteger a pele.
 - The Dream Glow: um óleo facial nutritivo e anti-idade que fortalece a hidratação, melhora a textura e combate os sinais prematuros de envelhecimento.
- Todos os produtos foram pensados para responder às necessidades de hidratação, regeneração celular e proteção contra o envelhecimento.

“Acredito que as joias podem ser âncoras emocionais”

No novo atelier da SV Azores, Sofia Valério convida a olhar de forma diferente para a joalharia. Cada peça, cuidadosamente trabalhada em prata, nasce de histórias vividas e inspirada pela natureza viva dos Açores. O processo só se dá por concluído, segundo a designer, quando a joia consegue traduzir a emoção que lhe deu origem.



O que representa para si a abertura do atelier da SV Azores e que novidades traz aos clientes?

A abertura do novo atelier representa a consolidação de um sonho que nasceu de forma muito pessoal e artesanal. É um passo de maturidade da marca, mas também um compromisso reforçado com a identidade açoriana que sempre me inspirou. O novo espaço foi pensado para ser mais do que uma loja: é um lugar de experiência. Os clientes podem conhecer de perto o processo criativo, perceber as texturas, os detalhes e a história por trás de cada peça.

É um espaço que traduz exatamente aquilo que somos: natureza, identidade e design contemporâneo.

As suas joias refletem a paisagem açoriana. Qual elemento natural dos Açores nunca sai das suas coleções?

O mar é presença constante. Viver numa ilha significa viver em diálogo permanente com ele — na força, no movimento e nas texturas que molda.

As lapas, as formas orgânicas, as superfícies irregulares inspiradas na rocha vulcânica surgem naturalmente nas minhas coleções. Mesmo nas peças mais minimalistas, existe sempre uma curva ou uma imperfeição intencional que remete para a natureza viva dos Açores.

A coleção Lapa é um exemplo claro dessa ligação: nasce de um elemento real encontrado na costa açoriana e transforma-se numa peça contemporânea, mantendo a sua essência natural.

Como uma peça sua ganha vida, desde a ideia inicial até se tornar o resultado final? Qual é o processo criativo?

Tudo começa com observação. Pode ser uma caminhada junto ao mar ou um detalhe numa textura natural.

Desenho, estudo volumes e avanço para a modelação manual. Trabalho maioritariamente em prata, num processo artesanal que envolve fundição, imagem, texturização e acabamento. Gosto que cada peça preserve alguma organicidade, porque é isso que lhe confere autenticidade.

Só considero uma peça concluída quando sinto que transmite a emoção que a inspirou.

Há alguma história ou segredo que já inspirou uma criação sua?

Muitas peças nascem de histórias pessoais — minhas ou de clientes. Já criei joias que simbolizam filhos, recomeços e momentos marcantes.

Mais do que objetos, acredito que as joias podem ser âncoras emocionais. Talvez esse seja o “segredo”: cada criação carrega intenção, significado e identidade. 



Uma referência na personalização de eventos e de espaços autênticos

Entre o rigor do Direito e a sensibilidade do design, Irene Oliveira encontrou no detalhe a sua verdadeira assinatura criativa. A fundadora da The Detail transforma eventos e espaços em extensões autênticas da identidade de quem os vive, provando que são os pormenores que criam memórias duradouras.

Apesar de ter construído o seu percurso académico e profissional na área do Direito, um universo que “exige também muita criatividade e visão estratégica”, sempre sentiu uma inclinação natural para criar experiências com significado. Desde a infância que organizava surpresas, idealizava peças de teatro e pensava ao detalhe as festas de família, até porque sempre considerou que criar ambientes e memórias nunca foi apenas um gosto, mas sim uma forma de expressão.

“Em 2021 comprei a nossa primeira casa e, felizmente para mim, tive ‘carta branca’ para a remodelar totalmente. Percebi o impacto real que o espaço tem na forma como vivemos e sentimos”. Esta experiência levou-a a aprofundar conhecimentos técnicos através de formação em design de interiores, consolidando uma sensibilidade que já existia de forma intuitiva. Em paralelo, a preparação do seu casamento revelou-lhe a força transformadora dos detalhes na criação de momentos únicos e emocionalmente memoráveis.

A The Detail nasce, assim, da convicção de que personalizar é muito mais do que executar. Num mercado onde a oferta é vasta, a mentora do projeto acredita que a verdadeira diferenciação está na escuta ativa, na interpretação da essência de cada pessoa e na tradução dessa identidade em conceitos autênticos. “Percebi isso de forma muito clara no meu próprio casamento. Quando perguntei às pessoas o que mais tinham gostado, ninguém me



falou da decoração ou da comida, mas sim do nome que atribuí a cada mesa, inspirado nas pessoas que lá se sentaram, da música que escolhi para dançar com cada grupo, da envolvimento e da autenticidade do momento”.

Os valores fundacionais da marca – detalhe, elegância, autenticidade, emoção, dedicação e genuinidade – funcionam como critérios estratégicos em todas as decisões, bem como influenciam os projetos que aceita, a forma como comunica e a relação que constrói com clientes e parceiros. Para si, este conceito não procura volume, mas sim profundidade. Não ambiciona apenas estética, mas também identidade. “Queremos que as pessoas entrem num espaço e digam: ‘isto é mesmo a tua cara’, que saiam de um evento e pensem: ‘cada detalhe estava pensado com

tanto carinho”.

Para o futuro, Irene Oliveira pretende que o negócio cresça de forma sustentada, desenvolvendo projetos cada vez mais diferenciadores e com propósito. Entre eventos de bem-estar e a diversificação no design de interiores, incluindo escritórios, estúdios criativos e casas antigas com história, a visão mantém-se clara: criar experiências e espaços com alma. “O que me move é a convicção de que cada evento e cada espaço devem ser pensados como uma extensão da identidade de quem os vive”. Mais do que uma marca, a The Detail afirma-se como uma assinatura de autenticidade. 

*The
Detail* 
by Irene Oliveira

 THEDETAIL.BY.IRENEOLIVEIRA

“Mais do que formar técnicas, formamos profissionais preparados para uma carreira longa, segura e com identidade própria”



Paixão, transformação e crescimento definem o percurso de Patrícia Carreiro. Quando percebeu que a profissão que havia escolhido já não a realizava, reinventou o seu caminho. Ao acompanhar o crescimento de outras profissionais, encontrou no ensino e na formação o seu novo propósito. Hoje em dia, é o rosto da Nail Academy by Patrícia Carreiro, com a convicção de que trabalhar nesta área é, acima de tudo, cuidar de pessoas.

Em que momento percebeu que queria tornar-se Nail Artist e partilhar o seu conhecimento numa academia?

A minha carreira começou fora da estética. Trabalhei durante anos como vendedora de automóveis, até que, num momento de mudança pessoal, comecei a experimentar a área das unhas em casa, com familiares e amigas. Rapidamente percebi que não era apenas curiosidade — havia paixão, gosto pela Arte, pela criatividade e um impacto real na autoestima das pessoas. Tornar-me Nail Artist foi um passo natural. O ensino surgiu mais tarde, quando comecei a ver outras profissionais crescerem através do meu acompanhamento. Foi aí que compreendi que o meu propósito ia além do atendimento: partilhar conhecimento, elevar padrões e formar profissionais com identidade e consciência.



Como ensina os alunos a lidar com a exigência de um trabalho onde não há margem para erros?

Ensino-os a respeitar o processo. A exigência começa na preparação, na higiene e na atenção ao detalhe. Cada aluno tem a sua identidade, mas todos precisam de uma base técnica sólida. Através de prática supervisionada e feedback constante, aprendem que a exigência não é pressão, é responsabilidade e profissionalismo. Quando isso acontece, a confiança surge naturalmente.

O seu trabalho é mais técnico, artístico ou emocional?

É um equilíbrio dos três. A técnica garante segurança, a arte diferencia e a componente emocional cria ligação. Tento transmitir

aos meus formandos que trabalhar nesta área é cuidar de pessoas. Quando existe conhecimento, sensibilidade e empatia, o serviço deixa de ser apenas estético e passa a ser uma experiência de confiança e bem-estar.

Enquanto formadora e empreendedora, tem tido um papel ativo no associativismo. Qual a importância dessa vertente para si e para o setor da estética?

Acredito que o crescimento individual só é sustentável quando existe crescimento coletivo. O envolvimento no associativismo surge dessa visão. A ACBEA (Associação de Cabeleireiros, Barbeiros e Esteticistas dos Açores) nasce como uma iniciativa pioneira em contexto insular em Portugal, com o objetivo de unir profissionais, promover formação, elevar padrões e dar voz a um

setor que durante muitos anos trabalhou de forma isolada. Sinto-me lisonjeada por ter sido convidada pelo Tiago Canto e a Laura Rodrigues a pertencer a esta Associação como Representante de Esteticistas nos Açores e Presidente de Assembleia.

O que distingue a Nail Academy by Patrícia Carreiro num setor em constante mudança?

Distinguimo-nos pela profundidade do ensino. Não seguimos apenas tendências — construímos bases sólidas. Apostamos num acompanhamento próximo, metodologias atuais, testadas e estruturadas e na valorização do percurso individual. Mais do que formar técnicas, formamos profissionais preparados para uma carreira longa, segura e com identidade própria. 



Por **Maria João Carreiro**, Secretária Regional da Juventude, Habitação e Emprego do XIV Governo dos Açores

Licenciada em Matemática (Ensino de) e em Direito, Doutorada em Ciências Económicas Empresariais, casada e mãe de cinco filhos, Maria João Carreiro, Secretária Regional da Juventude, Habitação e Emprego do Governo dos Açores é o rosto de uma governação que conduziu a Região ao pleno emprego e que está a fazer um forte investimento na valorização e emancipação dos jovens residentes nos Açores.

Durante demasiado tempo, falar de juventude nos Açores foi, muitas vezes, falar de partida. Partida para estudar. Partida para trabalhar. Partida por falta de oportunidade. Hoje, o Governo dos Açores está a inverter esta narrativa. Fixar jovens não é apenas um objetivo político – é uma causa coletiva! É uma escolha estratégica para garantir vitalidade demográfica, sustentabilidade económica e coesão social. É, acima de tudo, um compromisso com uma geração que quer construir o futuro na sua terra.

Com efeito, reforçámos o investimento em medidas fortes e disruptivas de qualificação e valorização do talento açoriano, para que cada jovem

encontre nos Açores um espaço para crescer profissionalmente. Aumentámos os estímulos à qualificação e estamos a canalizar mais investimento para medidas que aproximam os jovens do emprego estável e mais bem remunerado.

A competitividade da economia açoriana depende da preparação dos seus recursos humanos.

É também por isso que atribuímos um prémio entre dois mil e oito mil euros aos jovens qualificados que decidam iniciar a sua vida profissional na Região, além de outro apoio correspondente a 100% do valor apurado da coleta líquida, durante cinco anos.

Nenhum projeto de vida se consolida sem estabilidade habitacional. Neste pressuposto, a habitação é também uma área decisiva para fixar jovens nos Açores.

O aumento dos custos da habitação é um desafio global, mas nos Açores temos respondido com medidas concretas, como o reforço do apoio ao arrendamento jovem, o reforço da oferta de lotes infraestruturados para cedência e o reforço dos incentivos à construção de primeira habitação. Estamos a criar condições para que reduzir o esforço financeiro das famílias e permitir que

os jovens deem o passo decisivo para a sua emancipação e autonomia.

Nos Açores, é comum dizer-se que existem poucos lugares no País e no Mundo com a qualidade de vida que as nove ilhas do Atlântico têm para oferecer aos seus residentes.

Estamos a duas horas de distância de Lisboa, a capital do País, e dali a um passo do centro da Europa. A economia dos Açores está hoje a modernizar-se, criando oportunidades de emprego em áreas como a agricultura, as pescas, o turismo, os serviços de I&D, sendo hoje um território onde estão fixadas empresas que trabalham para diferentes geografias.

Enquanto decisores públicos, temos o dever de ampliar as razões e condições para que os jovens estudem, viajem, conheçam o Mundo, mas saibam que nos Açores têm futuro, têm espaço e têm apoio para concretizar os seus sonhos pessoais, profissionais e familiares.

Investir na juventude é o mais seguro e estratégico investimento que podemos fazer enquanto Região. Porque quando um jovem decide ficar, trabalhar e construir família na sua terra, ganha ele, ganha a comunidade e ganham os Açores. 

MULHERES INSPIRADORAS

Dia Internacional da Mulher

“Quando uma mulher cria o seu próprio projeto, acaba por inspirar outras a acreditarem também no seu caminho”

Tânia Pereira Correia | Fundadora do salão Her. by Tânia Pereira

Um espaço pensado e criado para valorizar a mulher



HER.

BY TÂNIA PEREIRA

No início do ano nasceu, no Porto, um espaço que pretende ir além do conceito tradicional de salão de beleza. No Her. by Tânia Pereira, cada detalhe foi pensado para criar uma experiência de cuidado e, acima de tudo, valorização da mulher.



Abrir o próprio salão foi um passo que surgiu de forma natural no percurso de Tânia Pereira. Depois de vários anos a trabalhar no setor da beleza, sentiu que tinha chegado o momento de criar um espaço que refletisse plenamente a sua visão profissional e estética. “Depois de vários anos a trabalhar na área e a crescer como profissional, comeci a sentir que estava na altura de criar algo verdadeiramente meu, um espaço que refletisse a minha visão e a forma como acredito que as mulheres devem sentir-se quando entram num salão”.

A ideia foi amadurecendo com o tempo, até ganhar forma no início deste ano com a abertura do Her. by Tânia Pereira, no Porto. Para a fundadora, este projeto é também o resultado de um percurso feito com apoio e confiança. “Houve também um grande incentivo dentro de casa. O meu marido teve um papel importante nesse processo, porque sempre acreditou muito no meu trabalho e incentivou-me a dar este passo”.

Mais do que um espaço dedicado ao cabelo, o objetivo foi criar um ambiente capaz de proporcionar uma experiência completa a quem escolhe e confia no profissionalismo da equipa. Desde o início, Tânia quis que cada cliente se sentisse acolhida e valorizada, num espaço que convida a abrandar o ritmo do quotidiano. “Quis criar muito mais do que um salão de cabeleireiro. Quis um espaço pensado para a mulher, onde beleza, ambiente e experiência caminham juntos”. Essa filosofia traduz-se num serviço profundamente personalizado, uma vez que cada atendimento começa com a escuta e a compreensão da pessoa que está do outro lado da cadeira. “Gostamos de começar sempre por ouvir, perceber quem é aquela mulher, o seu estilo de vida e aquilo que a faz sentir mais confiante”. O ambiente desempenha um papel importante na identidade do espaço. Moderno, feminino e acolhedor, o salão foi concebido para ser um lugar de pausa e cuidado. “Acredito que ir ao cabeleireiro não deve ser apenas um serviço, mas um momento de cuidado, pausa e valorização pessoal”. A arte da cor e a experiência personalizada

Uma das áreas em que Tânia Pereira mais se destaca é a coloração capilar, uma especialidade que foi aperfeiçoando ao longo dos anos. Para a profissional, a cor tem um papel transformador na forma como uma mulher se vê e se sente. “A cor sempre foi uma das áreas que mais me apaixonou dentro da profissão. Através dela conseguimos transformar a forma como uma mulher se vê ao espelho, muitas vezes de forma subtil e elegante”.

Entre as técnicas que domina, a balayage assume um lugar de destaque, pela capacidade de criar resultados naturais e personalizados. No entanto, para a fundadora deste espaço, alcançar um resultado verdadeiramente sofisticado vai muito além da técnica. “Para mim, um resultado premium assenta em três pilares: técnica, escuta e detalhe”. Criar um projeto com identidade própria num mercado competitivo foi um dos principais desafios do percurso. Empreender implicou sair da zona de conforto e acreditar no projeto mesmo nos momentos de maior incerteza. “Desde o início tive muito claro que não queria abrir apenas mais um salão, mas sim construir um espaço com conceito, onde cada detalhe tivesse intenção”.

Um conceito onde a mulher está no centro

O próprio nome do salão reflete essa intenção. “Her” é uma palavra simples, mas carregada de significado. Representa a vontade de colocar a mulher no centro da experiência e de criar um espaço que a valorize. “Quero que cada cliente que entra no salão sinta que aquele espaço foi pensado para ela, para a valorizar e realçar a sua beleza”. Aqui, o cuidado vai além da estética, visto que o espaço integra também outras áreas de bem-estar, incluindo terapias de medicina tradicional japonesa, desenvolvidas pelo marido da fundadora, que complementam o conceito do salão. “Acreditamos muito numa experiência completa, onde o cuidado com o cabelo se liga também ao cuidado com o corpo e a mente”. Num mês em que se assinala o Dia Internacional da Mulher, Tânia Pereira reflete também sobre o crescimento da liderança feminina no mundo dos negócios. Para si, cada projeto criado por uma mulher tem um impacto que vai além do próprio negócio. “Quando uma mulher cria o seu próprio projeto, acaba sempre por inspirar outras mulheres a acreditarem também no seu caminho”.

Quanto ao futuro, a empreendedora quer continuar a consolidar a identidade do Her. e a reforçar a experiência que oferece às clientes. O objetivo passa por afirmar o espaço como uma referência no cuidado do cabelo e no bem-estar, ao mesmo tempo que investe no crescimento da equipa e na evolução profissional. “Quero continuar a crescer com consistência e, no futuro, também apostar na área da formação, partilhando conhecimento com outros profissionais”.



Mulheres que constroem futuro no Instituto Politécnico de Beja

No Instituto Politécnico de Beja, a liderança constrói-se todos os dias através de diferentes áreas, responsabilidades e desafios. À frente de serviços essenciais, há mulheres que, com visão, rigor e sentido de missão, contribuem para fortalecer a comunidade académica. Neste conjunto de testemunhos, partilham a marca que procuram deixar na instituição e o futuro que desejam ajudar a construir para as próximas gerações.



Presidente do IPBeja **Dra. Maria de Fátima Carvalho**



Ser Mulher Dirigente no IPBeja significa ser mulher visionária, resiliente, altamente ambiciosa e uma excelente esposa e mãe. Significa ser mulher turbo capaz de estar disponível para a família e simultaneamente para a Instituição.

Significa ter alma e espírito altruísta capaz de lutar por causas e sentir-se corresponsável por tornar o mundo melhor. Ser mulher Dirigente no IPBeja é responder aos desafios das novas gerações abertas a um mundo cada vez mais global e exigente. Como Presidente e como líder desta grande equipa de mulheres, congratulo-me por trabalhar e aprender diariamente com cada uma delas no abrir caminhos, mudar destinos e construir futuros de sucesso pessoal e profissional. Sinto-me, em cada dia, desafiada e honrada por trilhar esta vereda em prol de uma comunidade académica mais conectada, zelosa e preparada, nomeadamente: numa liderança assente na colaboração e na procura constante da melhoria contínua, na integração dos estudantes oferecendo-lhe mais alojamento, com qualidade e a custo acessível, na oferta de serviços de Biblioteca onde o conhecimento circule, inspire e transforme pessoas e comunidade, numa gestão mais eficiente, alicerçada nas novas tecnologias e em modelos inteligentes de gestão pública, na adoção sistemática de uma política de gestão da qualidade e melhoria contínua da identidade do IPBeja, numa gestão estratégica da comunicação interna e externa, da reputação institucional e da imagem de marca da instituição.

Administradora dos Serviços de Ação Social **Dra. Maria Cristina Palma**



A forma como atuamos decorre, na minha opinião, daquilo em que acreditamos e que ambicionamos para nós próprios. Enquanto dirigente, procuro promover uma liderança colaborativa, orientada para o bem-estar emocional e a valorização profissional dos colaboradores.

Os Serviços de Ação Social permitiram-me testemunhar o quão desafiante é para um(a) jovem a “entrada no ensino superior” e como esta fase pode influenciar o seu sucesso académico, o seu crescimento pessoal e o futuro profissional. Enquanto Administradora dos Serviços de Ação Social, procuro contribuir para que a integração dos estudantes no IPBeja, em particular os estudantes de primeiro ano e os estudantes deslocados do seu contexto familiar, decorra da forma mais tranquila possível, num contexto inclusivo e de respeito pelas diferenças. Para este objetivo, estou empenhada em garantir que as próximas gerações de estudantes do IPBeja têm acesso a mais alojamento, com qualidade e a

custo acessível, dispõe de um programa de bolsas e apoios sociais diversificado e beneficiam de iniciativas promotoras de bem-estar e de integração na cidade de Beja.

Diretora de Serviços Administrativos e Financeiros **Dra. Célia Ricardo**



Enquanto dirigente intermédia no IPBeja, procuro contribuir para um ambiente de trabalho mais humano, assente no respeito, na entreajuda, na responsabilidade e na orientação para resultados, promovendo a melhoria contínua dos serviços e contribuindo para a concretização da missão da instituição no ensino, na investigação e no serviço à comunidade. Acredito que coordenar é criar condições para que todos possam crescer, pessoal e profissionalmente, partilhar conhecimento e trabalhar com confiança em torno de objetivos comuns. Para o futuro, espero contribuir para uma gestão mais eficiente, alicerçada nas novas tecnologias e em modelos inteligentes de gestão pública, promovendo a desmaterialização de processos e o planeamento estruturado das atividades.

Chefe de Divisão da Biblioteca **Dra. Elisete Sepanas**



A educação abriu-me caminhos e preparou-me para o desafio que hoje abraço como dirigente da Biblioteca. Foi uma descoberta progressiva, construída sobre leituras, experiências e aprendizagens constantes. Hoje, encaro a Biblioteca como um ecossistema estratégico e dinâmico de conhecimento, onde o acesso, a partilha e a democratização da informação são instrumentos de transformação que fortalecem a comunidade académica, fomentam a inovação, apoiam a investigação e ampliam o impacto na sociedade. Jorge Luis Borges imaginou o universo como uma biblioteca onde o ser humano é um “imperfeito bibliotecário”. Gosto de pensar-me assim: uma imperfeita bibliotecária, movida pela curiosidade, pela vontade de aprender continuamente e pelo compromisso de transformar cada experiência numa oportunidade de crescimento pessoal e institucional. Procuro afirmar a Biblioteca como um ecossistema aberto e colaborativo, promovendo a literacia da informação, o acesso aberto à ciência e a ligação entre investigação, academia e sociedade – para que o conhecimento circule, inspire e transforme pessoas e comunidade.

O Instituto Politécnico de Beja integra o sistema público de ensino superior, com foco na formação aplicada e na ligação ao território.

Chefe de Divisão Financeira e Patrimonial **Dra. Fátima Cravinho**



Enquanto Chefe de Divisão da Divisão Financeira e Patrimonial, procuro deixar no IPBeja uma marca assente no rigor, na transparência e na construção de uma gestão financeira integrada e sustentável, capaz de responder com eficiência, inovação e responsabilidade aos desafios do futuro.

Defendo uma gestão responsável, organizada e orientada para resultados, sempre em alinhamento com o plano estratégico da instituição e com o princípio da responsabilidade na gestão dos recursos públicos.

O meu contributo para o futuro do IPBeja passa por reforçar uma cultura de planeamento financeiro sólido, suportada pela inovação tecnológica, pela automatização de tarefas, pela integração de processos e pela modernização dos métodos de trabalho de forma a garantir qualidade da informação, análise de dados e maior celeridade na resposta às necessidades do Instituto.

Acredito numa liderança assente na colaboração e na procura constante da melhoria contínua, onde a competência, a integridade e o uso de ferramentas tecnológicas são fundamentais para IPBeja responder de forma eficaz às exigências de uma sociedade cada vez mais dinâmica.

Chefe de Divisão Académica **Dra. Fernanda Sousa**



Depois de 40 anos a trabalhar no IPBeja, sinto que esta Instituição faz parte de quem sou. Aqui cresci profissionalmente, aqui construí relações que levo para a vida e aqui tive o privilégio de acompanhar gerações de estudantes a descobrir o seu caminho.

Ao longo destes anos aprendi que uma instituição se constrói, acima de tudo, pelas pessoas. Pelos laços de confiança, pelo respeito, pela ajuda e pelo sentimento de pertença que nos faz sentir que estamos todos a trabalhar por algo maior do que nós próprios.

Como mulher, sinto também que trago uma forma de estar muito assente na escuta, na proximidade e na valorização das pessoas. Acredito numa liderança humana, colaborativa e próxima, onde todos contam e onde cada voz pode fazer a diferença.

A marca que gostaria de deixar é a de um IPBeja ainda mais unido – uma comunidade onde todos se sintam parte do mesmo projeto e onde cada estudante encontre não apenas formação para a sua profissão, mas também apoio para crescer como pessoa, com confiança no seu futuro.

Para as próximas gerações, o meu maior desejo é ajudar a construir um IPBeja mais inovador, mais aberto ao mundo e profundamente ligado à nossa região. Um IPBeja que

continue a transformar vidas através da educação e que inspire os jovens a acreditarem no seu potencial e na sua capacidade de fazer a diferença na sociedade. Porque, no fundo, é isso que a educação faz: abre caminhos, muda destinos e constrói futuro.

Chefe de Divisão de Infraestruturas e Equipamentos **Eng.ª Filomena Ramos**



Como mulher líder nesta área, a marca que pretendo deixar é a de uma gestão humanizada, sustentável, onde as infraestruturas deixam de ser meros edifícios para se converterem em tipos de “habitat” que potenciam o talento humano.

Uma das ações da minha marca será a sensibilização da comunidade académica. Acredito que a qualidade das infraestruturas não depende apenas de quem as gere, mas de quem as vive. Pretendo promover uma cultura de responsabilidade partilhada, sensibilizando alunos, docentes e funcionários para a importância de preservar os espaços de trabalho e de convívio. Cuidar do que é de todos é um ato de cidadania.

Quero que as futuras gerações olhem para este período e reconheçam que houve uma preocupação genuína em criar um campus seguro e moderno, onde a preservação do espaço foi o reflexo do respeito mútuo entre todos.

Em suma, a minha marca será a de uma líder que não construiu apenas paredes, mas sim os alicerces para uma comunidade académica mais conectada, zelosa e preparada.

Chefe de Divisão de Ação Social **Dra. Piedade Ramires**



Enquanto mulher líder e Chefe de Divisão da Divisão de Ação Social, gostaria de deixar no IPBeja a marca de um serviço próximo das pessoas, onde a dimensão humana esteja sempre no centro das decisões. Ambiciono contribuir para um SAS humanizado, profissional e responsável, capaz de apoiar os estudantes com rigor, empatia e sentido de missão, um serviço integrador e multicultural, que valorize a diversidade da nossa comunidade académica e promova a igualdade de oportunidades. Ao mesmo tempo, acredito num SAS moderno, com uma visão jovem, aberto à inovação e preparado para responder aos desafios das novas gerações, construindo uma realidade mais inclusiva, dinâmica e adaptada às necessidades reais dos estudantes, potenciando o seu sucesso académico, bem-estar e desenvolvimento pessoal.

**Coordenadora do Gabinete de
Relações Internacionais
Dra. Ana Mestre**



Enquanto mulher e Coordenadora do Gabinete de Relações Internacionais gostaria de deixar no Instituto Politécnico de Beja uma marca de abertura, proximidade, sensibilidade e igualdade. Num mundo em constante mutação e onde a incerteza reina, pretendo

fortalecer redes de colaboração que aproximem culturas, promovam a mobilidade acadêmica e criem oportunidades reais para estudantes, docentes e investigadores. Mais do que ampliar parcerias, quero consolidar um ambiente inclusivo, onde a diversidade de perspectivas seja valorizada e onde as mulheres possam continuar a ter voz e espaço para se expressar livremente. O futuro que desejo ajudar a construir é o de uma instituição cada vez mais global, sustentável e socialmente responsável, capaz de preparar as próximas gerações para atuar num mundo cada vez mais exigente, com espírito crítico, sensibilidade intercultural e compromisso com o desenvolvimento das suas comunidades.

**Coordenadora do Gabinete
da Qualidade
Dra. Isabel Candeias de Oliveira**



Decorrente da dinâmica e mutação constantes nas áreas do ensino superior, da investigação, da transferência de conhecimento e interação com a sociedade, as Instituições de Ensino Superior enfrentam atualmente novos e diversos desafios, quer a nível nacional

quer a nível internacional, neste contexto a Qualidade e a Gestão da Qualidade apresentam-se como parte de uma resposta consistente a estes desafios.

Ao Gabinete da Qualidade, cabe implementar e desenvolver iniciativas tendentes à adoção sistemática de uma política de gestão da qualidade e melhoria contínua, promovendo uma cultura e práticas institucionais que garantam a sua efetiva e permanente concretização. A consolidação e certificação do Sistema Integrado de Gestão da Qualidade do IPBeja, como instrumento estruturante de governação institucional que contribui para o fortalecimento da confiança institucional e representa o compromisso do IPBeja com a comunidade académica e parceiros externos na concretização da sua missão, representa a visão estratégica e participada que tenho para o futuro enquanto Coordenadora do Gabinete da Qualidade.

**Coordenadora do Gabinete de Imagem
e Comunicação
Dra. Paula Monteiro**



O meu percurso no IPBeja tem sido marcado por uma aprendizagem constante e por um profundo sentido de responsabilidade para com a instituição e com as pessoas que dela fazem parte. Ao longo destes anos fui recebendo, cada vez mais, a importância

que uma instituição de ensino superior tem na sociedade e no futuro das novas gerações. O que mais prazer me dá neste caminho é conhecer pessoas, criar ligações e construir redes de trabalho em equipa, porque acredito que são as pessoas que verdadeiramente dão vida às instituições.

Na coordenação do Gabinete de Imagem e Comunicação procuro contribuir para afirmar a identidade do IPBeja, através de uma gestão estratégica da comunicação interna e externa, da reputação institucional e da imagem de marca da instituição. Dar visibilidade ao trabalho desenvolvido, às histórias das nossas pessoas e aos projetos que aqui nascem é, para mim, uma forma de fortalecer o sentido de pertença e de projetar o valor do IPBeja junto da comunidade e do território.

Para o futuro, gostaria de continuar a contribuir para um IPBeja cada vez mais unido, onde as pessoas se reconheçam num objetivo comum: levar mais longe o nome, o conhecimento e o impacto desta instituição que nos orgulha. 

O IP Beja desenvolve a sua atividade na interseção entre ensino, investigação aplicada e cooperação institucional, mantendo uma relação estreita com o tecido económico e social da região. A participação em projetos financiados e redes de cooperação, incluindo programas europeus como o Erasmus+, tem reforçado a sua capacidade de internacionalização e de transferência de conhecimento.

Liderar com propósito para transformar vidas através da educação e da saúde mental



Num percurso marcado pela superação pessoal e pela coragem de reinventar caminhos, Domingas Tavares Francisco transformou desafios profundos em propósito, dando vida a projetos com forte impacto social e humano. Entre a fundação do Colégio Luar do Saber e a criação da marca terapêutica LumineArt: Luz & Essência, a socióloga defende a saúde mental como pilar essencial para uma liderança mais consciente, equilibrada e transformadora.

Que etapas do seu percurso profissional gostava de destacar, de forma a inspirar outras mulheres a não terem medo de arriscar?

O meu ponto de viragem aconteceu quando percebi que sou a única pessoa responsável e capaz de criar a minha própria realidade. Quando percebi que apenas eu tinha a permissão de mudar o que fosse em mim, tudo começou a verdadeiramente a mudar: a minha relação com a comida, com as chefias, no meu casamento, na educação dos meus filhos, nos relacionamentos interpessoais e nos empreendimentos.

Em 2022 fundou o Colégio Luar do Saber, em Luanda, Angola. O que a motivou a fazê-lo?

Antes do Colégio Luar do Saber nascer, existia um desejo profundo e maior em fazer algo além do “ter um bom emprego e um bom salário numa reputada empresa”.

Para mim e para o meu esposo, na altura ainda namorados, não era possível deixar uma marca positiva e transformadora no mundo sem que isso partisse da nossa própria visão. Existia o sonho, mas não sabíamos “o quê”, “o como” e nem “o quando”. E, por mais de dez anos, fomos sonhando juntos, sem dinheiro para investir, sem projeto algum; somente com a certeza de que teria de ser algo que contribuísse para o crescimento e desenvolvimento humano em Angola, com uma vertente fortemente social e comunitária. Em 2022 nascia a marca Luar do Saber.

Que particularidades fazem com que a instituição, da qual também é diretora geral, se distinga das demais?

Quando o projeto Luar do Saber me “caiu nas mãos”, a primeira ideia que me veio em mente foi: eu quero ter um colégio onde os meus filhos possam estudar, ser amados, abraçados e vistos. Quero uma estrutura física e humana onde o “sentir”, o “expressar” e o “brincar” estejam acima do “cumprimento do programa”.

Aprendi, por via da dor, que o choro de uma criança é tão somente um grito desesperado por um abraço, um conforto emocional e, por esse motivo, era preciso levar esse entendimento a toda equipa, sem exceção. É a partir dessa visão que as nossas equipas pedagógica e administrativa orientam a sua atuação em sala de aula e no atendimento ao cliente, e que nos torna diferenciados no mercado.

Atualmente, é socióloga, vocacionada para a Saúde Mental Integrativa e Sistémica. Que razões a levaram a enveredar por este caminho?

A saúde mental entrou na minha vida após vários esgotamentos nervosos, seguidos de um quadro depressivo profundo que quase me tirou a vida. Estudei a sociologia até ao doutoramento, trabalhei em empresas de renome, casada, com filhos e com uma vida financeira estável: ou seja, segui o que o protocolo manda, no entanto, a determinada altura, nada fazia sentido, era como se estivesse a viver uma vida paralela, sem qualquer prazer ou propósito.

Estive vários anos em terapia, percebi o poder que a mente, as crenças e o nosso pensamento têm sobre a construção da nossa realidade e decidi juntar à sociologia toda essa vivência de renascimento e, assim, ajudar outras pessoas (que, por sinal, são imensas e cada vez mais) a atravessar os seus desertos e a renascerem.

A Organização Mundial de Saúde estima que mais de mil milhões de pessoas vivem com perturbações mentais, como ansiedade e depressão. Como é que família, trabalho, escola e comunidade influenciam negativamente o equilíbrio emocional?

Essa influência negativa tem origem, notadamente, ao nível das crenças! Os nossos diálogos internos moldam o modo como encaramos o mundo, o outro, o problema e as oportunidades. Se, a média das cinco pessoas com as quais mais convivemos, experimentam e valorizam constantemente a dor, a angústia, o ressentimento, o medo, as perdas, as desilusões, é muito provável que ao fim de alguns anos, o nosso olhar para a vida seja totalmente amargo. E o contrário também é, de igual modo, verdade. O ambiente em que convivemos tem o poder de nos adoecer ou nos dar mais saúde.

Enquanto profissional da área, o que considera que deve ser feito para priorizar o bem-estar mental e, consequentemente, diminuir problemas relacionados com esta questão?

De forma muito direta: cada um de nós tem de ter a capacidade de se escolher todos os dias, sem exceção. Mas, para isso acontecer, a pessoa tem de saber quem é, o que quer, o que não quer para que, diariamente, possa ir fortalecendo a sua identidade. Quando colocamos as prioridades alheias à frente das nossas necessidades, cedo ou tarde, a sobrecarga e a exaustão ocuparão os nossos discursos, o nosso corpo e a nossa mente.

Se lhe fosse dada a permissão para mudar algo na forma como a sociedade encara e, por vezes, negligencia a saúde mental, o que seria?

Começaria por explicar a importância de olharmos o tema numa vertente mais individualizada, pois não acredito em soluções gerais para questões individuais: não deveríamos prescrever o mesmo medicamento para pacientes distintos, só porque, aparentemente, apresentam os mesmos sintomas. Depois, explicaria que a construção da realidade começa na mente: uma mente doente, distorcida, infeliz, incapaz de perdoar dificilmente alcançará resultados duradouros e com impacto positivo.

Em terceiro lugar, demonstraria que cuidar da mente é tão, ou mais importante quanto cuidar do corpo: é necessário que haja um equilíbrio, para que os ganhos de saúde sejam estáveis e equilibrados.

Mais recentemente, decidiu reinventar-se novamente e criar um negócio que, em breve, vai ser lançado. Do que se trata esta nova aposta?

É verdade. A maternidade tirou-me a liberdade e, ao mesmo tempo, abriu-me um mundo de inúmeras possibilidades e reinvenções. Existem dois grandes questionamentos que me acompanham desde que me tornei mãe e que têm me levado a questionar o modo como as questões da maternidade têm sido tratadas no plano social, financeiro e das crenças culturais: quem sou eu como mãe, mulher e esposa? Porque é que tenho de escolher entre realizar-me profissionalmente e cuidar dos meus filhos? Há 14 anos que vivo com a culpa em ter de fazer escolhas que nunca deveriam ser questionadas e foi nesse desconforto que nasceu a LumineArt: Luz & Essência – uma marca de produtos artesanais com foco terapêutico. Nasceu de uma mãe que tem procurado por si enquanto mulher e profissional. A necessidade de conciliar trabalho, família e vida pessoal, fez-me criar esse projeto a pensar em outras mulheres e mães que estejam a fazer o mesmo caminho de autoconhecimento.

De que forma os aromas das velas, sabonetes e escalda-pés que está a produzir podem ser terapêuticos?

A linha de produtos selecionada é produzida à base de três abordagens terapêuticas naturais que ajudam a promover um bem-estar físico, mental, emocional e espiritual de forma integral e integrada, fazendo um paralelismo entre a ancestralidade, a

espiritualidade e a modernidade. São eles: a fitoterapia, conhecida pela utilização de plantas, chás, extratos e óleos para ajudar a tratar questões de saúde física e mental, a aromaterapia, igualmente, usada como uma abordagem terapêutica natural que usa os óleos essenciais extraídos de plantas aromáticas, e os cristais de cura energética, que através da vibração que emitem, ajudam a limpar, equilibrar e a proteger o campo energético e, desse modo, promover um bem-estar integral.

Se cada um dos produtos pudesse transmitir uma mensagem à pessoa que o vai adquirir, qual gostaria que fosse?

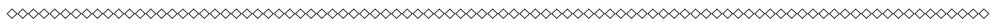
São várias as mensagens que quero muito levar à essas mulheres e mães. Mas, se pudesse comunicar com elas diretamente, dir-lhes-ia o seguinte: não tens de cumprir com as expectativas alheias e nem tens de te comparar com quem quer que seja. Cada uma de nós, mães, nasceu com um livro interno que precisa de tempo e calma para ser lido, apreciado e integrado na nossa rotina educativa com cada filho gerado. Encontra esse tempo para o leres, enquanto cuidas de ti e dos teus rebentos com amor, empatia e verdade.

Não tens de escolher entre ser boa mãe e excelente profissional, só tens de descobrir as inúmeras possibilidades que a maternidade te trouxe e que está a convidar-te a descobrir! 



LumineArt
LUZ & ESSÊNCIA

Reinventar o movimento com método e visão



Num setor cada vez mais atento ao equilíbrio entre bem-estar físico e mental, a Prescription – Dynamic Pilates afirma-se como um projeto que procura reinventar a forma como o movimento é vivido. Por detrás da marca está Vanessa Motte, empreendedora que transformou uma relação profundamente pessoal com o desporto numa proposta contemporânea no universo do pilates, disponível em Lisboa e no Porto.



Para Vanessa Motte, o movimento sempre foi mais do que uma prática física. Ao longo dos anos, o desporto assumiu-se como uma ferramenta de disciplina, estrutura e equilíbrio, capaz de organizar tanto o corpo como a mente. Depois de experimentar diferentes modalidades, foi durante a sua estadia no Reino Unido que o reformer pilates ganhou um novo significado no seu percurso. “O que me fascinou foi a sua inteligência, a ideia de que cada detalhe importa, de que é possível treinar intensamente sem nunca perder o controlo”. Ao mesmo tempo, descobriu uma nova geração de estúdios que começava a reinterpretar o método de exercícios tradicional. As aulas tornavam-se mais dinâmicas, fluidas e energéticas, criando uma experiência coletiva mais envolvente. Foi dessa reflexão que nasceu a sua marca, que junta precisão técnica, intensidade, ritmo e ambiente numa abordagem contemporânea. Mais do que um simples espaço de treino, os estúdios foram concebidos para proporcionar uma experiência imersiva. Minimalistas, mas acolhedores, sofisticados, mas acessíveis,

aqui, da iluminação ao som, passando pela organização do espaço, cada detalhe foi pensado para criar um ambiente onde seja possível desligar do exterior e concentrar plenamente no movimento. As aulas seguem a mesma filosofia, com sessões estruturadas e progressivas que desenvolvem força, resistência e controlo, respeitando os princípios fundamentais do pilates, como respiração, alinhamento e precisão. “No fundo, o objetivo é simples: quando alguém sai do estúdio, deve sentir-se mais forte, mais centrado e mais conectado com o seu corpo”.

Um dos elementos que distingue a marca é a sua metodologia dinâmica. Na Prescription, o reformer pilates é trabalhado num fluxo contínuo que combina força, cardio, resistência e controlo. A música assume também um papel central, visto que mais do que acompanhar a aula, estrutura o ritmo das sequências e reforça a energia coletiva dentro da sala. “As pessoas chegam à espera de um treino, mas muitas vezes descobrem algo mais imersivo. Uma prática que é fisicamente desafiante e mentalmente estimulante”.

Com vários estúdios já em funcionamento, a expansão surge como um passo natural. Mais do que multiplicar espaços, a ambição passa por levar esta filosofia de movimento a novas comunidades, preservando a qualidade e a identidade do método. A formação dos instrutores, através da Prescription Academy, garante que a experiência se mantém consistente em todos os estúdios. 



WWW.PRESCRIPTION.PT

📍 LISBOA: SÃO BENTO, SALDANHA, ALCÂNTARA, PARQUE DAS NAÇÕES 📍 PORTO E CASCAIS (BREVEMENTE)

"Ser saudável através da homeopatia significa fortalecer o organismo de forma natural"

Ao acompanhar de perto o sobrinho com autismo, Elisabete Elvas descobriu o potencial da homeopatia e como podia ajudar outras crianças. Nesta entrevista, fala-nos da influência que esta medicina tem na qualidade de vida e do trabalho que desenvolve no projeto Saudável com Homeopatia, em complemento ao acompanhamento médico convencional.

Dedica-se à homeopatia com o objetivo de transformar vidas. O que despertou em si a missão de cuidar do equilíbrio e do bem-estar das pessoas?

Foi ao acompanhar de perto o percurso terapêutico do meu sobrinho, no contexto do autismo, que me deparei com a relevância da homeopatia aplicada ao neurodesenvolvimento — uma realidade que, até então, me era praticamente desconhecida. Hoje sabe-se que o autismo é uma condição do neurodesenvolvimento de natureza multifatorial, resultado de uma complexa interação entre fatores genéticos e ambientais. Entre estes fatores ambientais, destacam exposição a medicamentos, doenças ou eventos traumáticos ocorridos durante a gravidez ou nos primeiros anos de vida — períodos especialmente críticos para o desenvolvimento cerebral.

Perante esta complexidade, torna-se cada vez mais evidente que a compreensão e o acompanhamento do autismo exigem uma abordagem ampla e aberta a diferentes perspectivas terapêuticas. É neste contexto que algumas abordagens complementares, como a homeopatia, têm vindo a despertar interesse entre profissionais e famílias que procuram caminhos adicionais de apoio no campo do neurodesenvolvimento.

Diante da estagnação que sentíamos naquele momento, decidimos dar uma oportunidade à homeopatia como abordagem complementar, sempre mantendo o acompanhamento médico convencional. Não sabíamos exatamente o que esperar. Sabíamos apenas que noutros países, existia mais informação e experiência sobre tratamentos biomédicos e sobre a homeopatia — caminhos que queríamos conhecer melhor e explorar.

O que aconteceu a seguir marcou-nos profundamente. Após a primeira toma do medicamento homeopático — preparado a partir de um medicamento que a mãe tinha utilizado durante a gravidez — começámos a notar algo que, naquele momento, nos pareceu extraordinário. Em apenas uma semana, uma criança que até então não se exprimia verbalmente começou a articular frases de três palavras.

Ao longo dos meses seguintes, os progressos tornaram-se consistentes e visíveis. Observámos avanços na comunicação, na interação e em várias outras áreas do desenvolvimento. Para nós, enquanto família, chegou um momento em que a transformação se tornou inegável — não no sentido de “apagar” o autismo, mas de ampliar possibilidades, reduzir dificuldades e abrir espaço para novas conquistas.

Que lições podemos retirar da experiência de uma família que decidiu explorar, de forma responsável, abordagens complementares no cuidado de uma criança no espectro do autismo?

Essa experiência mostra que o cuidado com crianças no espectro do autismo vai muito além de protocolos rígidos: exige atenção, sensibilidade e a disposição para explorar caminhos complementares quando apropriado. Não se trata de substituir o tratamento convencional, mas de reconhecer que o cuidado integral e individualizado pode integrar diferentes abordagens, sempre com responsabilidade e conhecimento.



Talvez esta seja a maior lição que a experiência do meu sobrinho nos ensinou: estar abertos a novas possibilidades é, muitas vezes, o primeiro passo para abrir caminho a grandes conquistas.

Que benefícios a homeopatia pode trazer quando usada como complemento no acompanhamento do autismo?

Muitos pais relatam efeitos positivos da homeopatia quando utilizada como abordagem terapêutica coadjuvante no acompanhamento do autismo. As melhorias são frequentemente descritas ao nível dos sintomas comportamentais e do desenvolvimento global da criança. Em diversos casos observa-se uma redução significativa da ansiedade e da irritabilidade, fatores que contribuem para níveis elevados de stress e que afetam o bem-estar quotidiano das crianças e das famílias.

Começam também a surgir mudanças noutras dimensões do desenvolvimento: melhora a qualidade do sono, a comunicação torna-se mais fluida, o comportamento social mais equilibrado e a capacidade de concentração e aprendizagem tende a aumentar. Paralelamente, muitos pais referem uma diminuição das estereotipias, dos comportamentos repetitivos e da agitação motora.

Em grande parte dos casos, os progressos constroem-se gradualmente, ao longo do tempo e precisamente essa evolução progressiva e consistente que reforça a confiança das famílias no processo terapêutico e as encoraja a dar continuidade ao acompanhamento.

“Saudável com Homeopatia” é o mote do seu trabalho. Na prática, o que significa, para si, ser saudável através da medicina alternativa?

Ser saudável através da homeopatia significa fortalecer o organismo de forma natural, promovendo equilíbrio, vitalidade e capacidade de autorregulação, de modo que corpo, mente e emoções funcionem em harmonia. 

“Quando identidade, imagem e postura estão alinhadas, cria-se presença e presença é o que permanece”



Gosta de se considerar uma mulher consciente e grata pelo impacto que tem na vida das pessoas que acompanha. Para Milla Ndeve, a forma como nos apresentamos é, muitas vezes, a primeira mensagem que transmitimos. Nesta entrevista, revela como o estilo, a postura e a imagem podem ajudar homens e mulheres a descobrir a sua melhor versão.



Tendo iniciado a sua formação em Gestão de Empresas, o que a levou a direcionar a sua carreira para a consultoria de imagem e personal stylist?

A Consultoria de Imagem e Estilo nasce de um momento de consciência e maturidade, em que senti a necessidade de criar algo que refletisse plenamente quem sou hoje, como pessoa e como mulher. Pela primeira vez no meu percurso empreendedor, dei o meu nome a uma marca, porque estilo, para mim, é identidade assumida e responsabilidade autoral. Embora tenha iniciado a minha formação em Gestão de Empresas, foi o percurso nas áreas da comunicação, marketing, cultura e artes que me conduziu

naturalmente à consultoria de imagem. Compreendi que imagem é estratégia e que estilo é posicionamento. Hoje, uma visão estratégica e sensibilidade estética para trabalhar a identidade como expressão consciente e diferenciadora.

Existe o estigma de que o estilo é uma preocupação exclusivamente feminina. Como ajuda homens a descobrir a sua identidade?

O estilo nunca foi exclusivo do universo feminino — pertence à esfera da identidade. Os homens também reconhecem o impacto da sua presença, sobretudo em contextos profissionais exigentes, ainda que se expressem de forma distinta. O meu papel é ajudá-los a estruturar essa presença com clareza e elegância, traduzindo identidade em linguagem visual coerente. Quando compreendem que imagem é comunicação, passam a afirmar confiança, liderança e propósito.

Por outro lado, a consultoria de imagem costuma ser associada à aparência. No seu trabalho, o que pesa mais: o que se vê ou como cada um se sente?

Reduzir a consultoria de imagem à aparência é ignorar o seu verdadeiro alcance. O que pesa não é apenas o que se vê, mas o alinhamento entre o que se sente e o que se projeta. A roupa é um instrumento; a mensagem é identidade. A forma como nos vestimos, nos posicionamos e nos comportamos comunica continuamente. Quando há consciência, a imagem deixa de ser superficial e transforma-se numa assinatura pessoal, autêntica e estratégica.

Se o seu lema diz que o estilo é sobre ser lembrado e não apenas visto, onde começa, afinal, a verdadeira transformação no seu trabalho?

Se afirmo que o estilo é sobre ser lembrado e não apenas visto, é porque a transformação começa na decisão de comunicar com intenção. Vestir com confiança é um ato de empoderamento. Quando identidade, imagem e postura estão alinhadas, cria-se presença e presença é o que permanece. O estilo deixa então de ser estética e torna-se marca pessoal. 

MILLANDEVESTYLUS.COM

 MILLANDEVE.STYLUS

“O imobiliário tornou-se, para mim, o ponto de encontro entre estratégia e sensibilidade, números e pessoas”

Numa área marcada por prazos exigentes, negociações constantes e decisões rápidas, Catarina Reis escolhe trabalhar a um ritmo diferente: o das pessoas. Para si, a consultoria imobiliária não começa nas casas, mas nas histórias que procuram um lugar onde possam acontecer. Em entrevista à IN Corporate Magazine, partilha como é exercer no setor imobiliário e o que a distingue na RE/MAX.

O mercado imobiliário vive de decisões, mas também de emoções. Em que momento percebeu que queria enveredar pela área da consultoria imobiliária?

Percebi que queria dedicar-me à consultoria imobiliária quando compreendi que uma casa é muito mais do que um ativo — é o espaço onde as histórias ganham forma.

Sempre tive uma ligação profunda às pessoas, às relações humanas e à construção de experiências com significado. A minha formação em Turismo e Gestão Hoteleira deu-me rigor e foco na excelência. A especialização em Organização de Eventos ensinou-me a gerir momentos marcantes. Posteriormente, a formação em Coaching e Coaching de Casais trouxe-me ferramentas para compreender decisões emocionais e dinâmicas familiares. Paralelamente, aprofundei conhecimentos em Psicologia aplicada ao Marketing e à Comunicação, o que me permite interpretar comportamentos, expectativas e padrões de decisão.

O imobiliário tornou-se, para mim, o ponto de encontro entre estratégia e sensibilidade, números e pessoas.

Esta profissão coloca-a diariamente perante histórias muito distintas e grandes expectativas. Como se constrói a confiança necessária para que alguém lhe entregue uma das decisões mais importantes da sua vida?

A confiança constrói-se com coerência e consistência.

Escuto antes de aconselhar. Analiso mercado com rigor. Explico cada etapa com transparência. A formação em coaching permite-me

gerir emoções e decisões complexas com equilíbrio. A psicologia aplicada à comunicação ajuda-me a adaptar a abordagem ao perfil de cada cliente.

Quando existe verdade, competência técnica e alinhamento entre discurso e ação, a confiança estabelece-se naturalmente.

Quando o seu trabalho exige urgência, que competências considera que a distinguem?

Distingo-me pela combinação entre inteligência emocional, disciplina e visão a longo prazo. Tomo decisões sustentadas em análise de mercado, contexto financeiro e perfil do cliente. Acredito que resultados consistentes nascem da preparação, do método e da responsabilidade.

A sua profissão continua, muitas vezes, associada à ideia de instabilidade. Se tivesse de desconstruir um mito ligado à RE/MAX, qual seria?

O setor imobiliário, quando exercido com estrutura e método, é altamente estratégico e sustentável.

Integro a RE/MAX, na Equipa MV, uma estrutura reconhecida pela sua organização e profissionalismo. A marca oferece visão global, forte posicionamento no mercado, formação contínua e ferramentas que apoiam o crescimento consistente.

A base está construída. O que diferencia cada profissional é a consistência, a disciplina e o compromisso com a excelência.

“Uma casa é mais do que um investimento — é o início de um novo capítulo, e cada capítulo merece estratégia, serenidade e responsabilidade”. 

WWW.REMAX.PT/PT/AGENTE/CATARINA-REIS/123991266



“Nunca deixei de cuidar de pessoas. Apenas mudei a forma de o fazer”

No mês em que se celebra o Dia Internacional da Mulher, a história de Raquel Santos revela que mudar de rumo é também uma forma de continuar a cuidar. Da enfermagem ao setor imobiliário, a diretora da One Star Coimbra levou consigo a proximidade, a dedicação e a sensibilidade, provando que recomeçar pode ser o ponto de partida para se reencontrar.

O seu percurso começou na enfermagem, uma profissão centrada no cuidado e na proximidade. Quando percebeu que estava na hora de virar a página e levar essa dedicação para a One Star Coimbra?

Durante 17 anos fui enfermeira. Mais do que uma profissão, foi uma forma de estar na vida. Aprendi a cuidar, a escutar e a acompanhar pessoas em momentos muito importantes das suas histórias. Mas chegou um momento em que percebi que, apesar da dedicação, já não me sentia a crescer. Sentia falta de novos desafios e de objetivos que me voltassem a motivar.

O meu marido já tinha um projeto imobiliário num grupo empresarial criado por ele, com marca própria, e comecei a olhar para esse mundo como uma oportunidade de me reinventar. Saí do hospital com receios, mas também com muita vontade de voltar a sentir propósito. Formei-me em intermediação de crédito e mediação imobiliária e fui ultrapassando, passo a passo, as minhas próprias barreiras. Hoje percebo algo muito simples: nunca deixei de cuidar de pessoas. Apenas mudei a forma de o fazer. Porque uma casa não é apenas um imóvel — é o lugar onde a vida acontece.

Assumir um novo rumo profissional já é, por si só, um grande desafio. Como define a sua liderança e que valores orientam o seu trabalho?

A minha liderança nasce daquilo em que mais acredito: as pessoas. Acredito que cada pessoa é única, com valor próprio e com algo importante para acrescentar. Liderar, para mim, não é mandar — é inspirar, acompanhar e ajudar cada pessoa



a descobrir o melhor de si. Procuro criar um ambiente de proximidade, confiança e crescimento. Cada pessoa que cruza o meu caminho acrescenta-me valor e ajuda-me a evoluir, tanto a nível pessoal como profissional. Por isso lidero com empatia, verdade e exemplo. Porque no final, as grandes equipas não se constroem apenas com talento — constroem-se com confiança.

Quais são, na sua opinião, os maiores desafios e oportunidades deste setor?

O setor imobiliário vai muito além de negócios. Estamos a falar de casas, e uma casa é sempre mais do que quatro paredes. É onde nascem sonhos, crescem famílias e se constroem memórias. O grande desafio é honrar a responsabilidade de acompanhar decisões tão importantes na vida das pessoas. Mas é também isso que torna este setor tão especial.

Se pudesse falar com a versão de si mesma que dava os primeiros passos no ramo imobiliário, que conselho lhe daria?

Diria simplesmente: acredita em ti. No início tive muitas dúvidas e medos. Deixar uma profissão de tantos anos não foi fácil. Mas hoje sei que cada obstáculo foi uma oportunidade para crescer. Diria também para nunca perder aquilo que sempre me definiu: acreditar nas pessoas. E, acima de tudo, para valorizar quem caminha ao nosso lado. Quando fazemos as coisas com amor, não existem limites para o que podemos alcançar.

Repensar a habitação para a realidade contemporânea

Num momento em que o setor imobiliário procura respostas para uma crise de oferta sem precedentes, novas abordagens à construção começam a ganhar relevância. A Wander Housing, fundada por Bruna Raquel, surge neste contexto com a ambição de transformar o conceito de habitação através de um modelo industrializado, flexível e orientado para as novas formas de viver.



A ideia da Wander Housing não nasceu apenas de uma leitura estratégica do mercado imobiliário, mas também de uma experiência profundamente pessoal da sua fundadora e gestora de projetos, Bruna Raquel. Ao observar as mudanças sociais e profissionais que marcam a vida contemporânea, da mobilidade profissional às novas estruturas familiares, foi identificando uma tensão cada vez mais evidente entre dois desejos aparentemente opostos: liberdade de movimento e necessidade de pertença. “A mobilidade profissional, a evolução dos modelos familiares e a procura crescente por estilos de vida mais flexíveis revelam uma tensão entre dois desejos aparentemente opostos: liberdade de movimento e necessidade de pertença”.

Mas foi num momento particularmente transformador da sua vida que a visão começou a ganhar forma. “Curiosamente, a empresa começou a tomar forma numa das fases mais vulneráveis

que já vivi: o pós-parto”. Recorda que foi “um período de grande transformação pessoal”, que a fez refletir “profundamente sobre o significado de casa, segurança e pertença”. Foi nesse momento que percebeu que aquilo que procurava para si poderia também responder a uma necessidade mais ampla da sociedade.

A partir desta reflexão, a Wander Housing começou a estruturar-se como um projeto empresarial com o objetivo de repensar a habitação de forma mais humana, adaptável e alinhada com a realidade contemporânea.

Industrialização e eficiência na construção

No centro da proposta da empresa está uma abordagem que procura romper com os métodos tradicionais de construção. Mais do que um exercício estético ou arquitetónico, trata-se de repensar todo o processo produtivo associado à habitação através de sistemas modulares e pré-fabricados que permitem uma lógica industrializada.

Esta metodologia introduz maior previsibilidade no processo construtivo e permite melhorar o controlo de qualidade, uma vez que grande parte da produção ocorre em ambientes de fábrica. Ao reduzir a dependência de processos complexos em obra, diminui-se também o risco de atrasos e de variações inesperadas nos custos, dois fatores que historicamente têm marcado o setor da construção. “A industrialização introduz um nível de planeamento e precisão difícil de alcançar na construção tradicional, traduzindo-se em prazos mais curtos e maior previsibilidade de custos”.

Além disso, a padronização dos sistemas permite otimizar continuamente os processos produtivos, tornando cada novo projeto mais eficiente do que o anterior. Este modelo abre igualmente novas possibilidades para aumentar a capacidade de resposta do setor habitacional, sobretudo num contexto em que a escassez de oferta continua a pressionar o mercado português. Ao mesmo tempo, a industrialização permite uma melhor articulação entre arquitetura, engenharia e produção, reduzindo a fragmentação que tradicionalmente caracteriza o setor da construção. O resultado é um processo mais integrado, capaz de combinar rapidez de execução com elevados padrões de qualidade.



Sustentabilidade e habitação adaptável

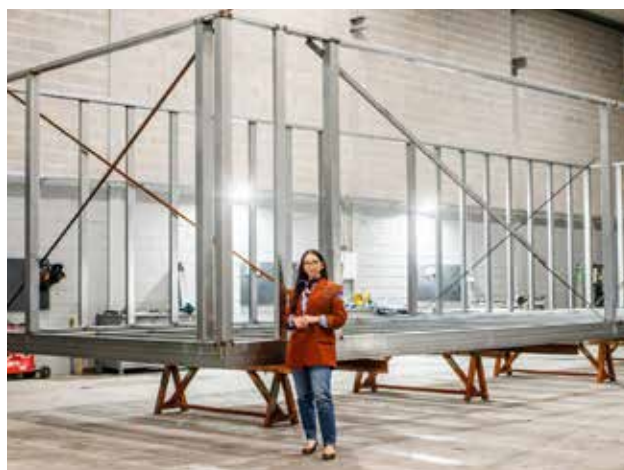
Outro dos pilares centrais da Wander Housing é a sustentabilidade, encarada como um princípio estruturante do projeto e não apenas como um elemento complementar. A preocupação ambiental começa na seleção de materiais e prolonga-se ao longo de todo o ciclo de vida das habitações, desde a fase de concepção até à utilização. O modelo industrializado permite um controlo mais rigoroso sobre o uso de recursos, reduzindo desperdícios e melhorando a gestão de resíduos. Paralelamente, as casas são concebidas para alcançar elevados níveis de eficiência energética, podendo integrar soluções renováveis e sistemas que promovem maior autonomia energética.

Contudo, a sustentabilidade do projeto não se limita à eficiência ambiental. A adaptabilidade das habitações é igualmente uma componente essencial da estratégia da empresa. Através de sistemas modulares e configuráveis, as casas podem ser ajustadas às necessidades dos seus habitantes, seja através de ampliações, reconfigurações ou mudanças de contexto. “A chave está em pensar a habitação como um sistema adaptável, e não como um objeto fixo”.

Esta abordagem permite que a habitação acompanhe as transformações da vida das pessoas, desde mudanças familiares até alterações profissionais ou geográficas. Ao prolongar o ciclo de durabilidade das estruturas e evitar intervenções construtivas desnecessárias, este modelo contribui também para reduzir o impacto ambiental associado à construção.

Para a fundadora, a ambição passa por contribuir para uma transformação mais profunda na forma como se pensa e se produz habitação, promovendo soluções que conciliem eficiência, sustentabilidade e qualidade de vida.

A médio prazo, a empresa pretende expandir a aplicação destes princípios a projetos de maior escala, incluindo construção em altura, ampliando a presença da construção industrializada no tecido urbano e na forma como as cidades respondem às necessidades habitacionais do futuro. “Se conseguirmos demonstrar que é possível construir melhor, mais rápido e com maior responsabilidade ambiental, acreditamos que estaremos a contribuir para uma mudança positiva no setor”.



“Soluções simples, funcionais e adaptadas às necessidades atuais”

Construir uma casa já não tem de ser um processo longo e complexo. Fundada em 2012, em Ponte da Barca, por Artur Freitas, e com a entrada posterior de Lucília Pinto, a ModularAV, Lda apresenta uma nova forma de habitar, com casas modulares inteligentes, produzidas maioritariamente em fábrica, o que permite uma instalação mais rápida no terreno, prazos mais curtos e soluções ajustadas a cada cliente.



Nos últimos anos, as casas modulares têm ganho destaque como soluções inteligentes e sustentáveis para a habitação. O que distingue este tipo de construção?

As casas modulares destacam-se pela rapidez de execução, com grande parte da obra produzida em fábrica e posteriormente colocadas no local. Este método oferece maior controlo de qualidade, nomeadamente em prazos, mão de obra e qualidade. As condições atmosféricas, ou condicionantes no terreno, não afetam o prazo de obra. Com linhas minimalistas e contemporâneas, apresentam soluções simples, funcionais e adaptadas às necessidades atuais. A combinação de eficiência, rapidez e design moderno explica o crescente interesse por este modelo.

Entre os aspetos diferenciadores destas casas está a produção dos módulos em ambiente controlado. Como este método

influencia a qualidade, a segurança e a precisão da construção?

Produzir os módulos em fábrica garante qualidade, segurança e precisão. O planeamento é rigoroso desde a compra da matéria-prima, (estrutura encomenda por medida, com desperdício zero), garantindo otimização de mão de obra. Outra vantagem muito importante é que este tipo de construção pode ser designado por uma construção “seca”, este método é constituído pela aplicação de camadas de materiais fixados entre si.

O processo de construção envolve seis etapas distintas. Poderia explicar como funciona este processo e qual a importância de cada fase?

Planeamento do projeto: definição de necessidades, soluções construtivas e desenhos técnicos e encomenda de matérias-primas. Produção em fábrica: construção dos módulos.



Preparação do terreno e fundações: adaptação do terreno vs criação da base.

Transporte e montagem: colocação e ligação dos módulos no local.

Ligação de infraestruturas e acabamentos: Ligação das redes e termino de acabamentos sempre que necessário.

Verificação final e entrega: Verificação teste de todos os requisitos técnicos e funcionais.

Por outro lado, a construção modular é, frequentemente, associada a maior rapidez na execução das obras. O que torna possível encurtar os prazos face à construção tradicional? A rapidez resulta de um detalhado planeamento, dos materiais a utilizar, e ausência de tempos de espera entre tarefas. O detalhe rigoroso e o controle durante o processo permitem que todas as especialidades trabalhem consecutivamente sem paragens.

Que vantagens para o cliente oferece este sistema de casas construídas por módulos em fábrica?

As principais vantagens com maior peso na tomada de decisão é sem dúvida, o prazo de obra, e a ausência de derrapagens de custos durante o processo de obra.

Outras características interessantes destas casas são a possibilidade de expansão e possuírem bom isolamento térmico. Como são garantidas estas condições durante o planeamento e conceção?

Neste tipo de construção é sempre possível, a ampliação do projeto inicial, (já fizemos várias ampliações através da instalação de mais um modulo, para por exemplo um suite).

A nível térmico, como a construção é constituída por camadas de materiais que possuem uma boa resistência térmica, garante uma melhor eficiência energética da construção.

Para quem está a considerar construir uma casa, mas ainda tem dúvidas sobre este modelo, por que devem optar pela ModolarAV, Lda?

Com a ModolarAV, Lda, os módulos podem ser adaptados às condições de acesso de cada terreno e é sempre possível alterar ou personalizar modelos já executados, oferecendo soluções ajustadas a cada cliente. O sistema modular proporciona prazos curtos, soluções personalizadas e possibilidade de expansão, mantendo design moderno, eficiência e conforto, uma alternativa prática e segura à construção tradicional. 





reduzir desperdícios e evitar retrabalho. Em obra, a intervenção é significativamente mais curta e limpa.

Ao contrário da construção convencional, onde existem perdas consideráveis, no nosso modelo tudo é pensado para maximizar eficiência.

O resultado é uma construção mais sustentável, não apenas na execução, mas também no desempenho ao longo da vida útil do edifício.

A rapidez de execução é frequentemente apontada como uma vantagem-chave, podendo reduzir significativamente os prazos face à construção tradicional. Como conseguem garantir essa eficiência sem comprometer a qualidade?

A chave está na separação entre produção e execução em obra. Enquanto no modelo tradicional tudo acontece sequencialmente, nós trabalhamos em paralelo.

Grande parte da construção é realizada em ambiente controlado, com equipas especializadas e processos padronizados. Isto permite não só acelerar prazos, mas também garantir consistência e rigor técnico.

Quando o projeto chega ao terreno, entra numa fase de montagem altamente eficiente. Ou seja, não estamos a construir do zero, estamos a montar algo que já foi previamente validado. Rapidez, no nosso caso, não é um risco. É um resultado de organização e engenharia.

Ainda existe algum ceticismo no mercado relativamente à durabilidade e valorização das casas modulares. Que mitos gostariam de desmistificar junto de investidores e futuros proprietários?

O principal mito é associar construção modular a soluções temporárias ou de menor qualidade.

Hoje, isso não corresponde à realidade. As nossas soluções são desenvolvidas com materiais de elevada performance e engenharia rigorosa, garantindo durabilidade equivalente ou superior à construção tradicional.

Além disso, o mercado começa a valorizar fatores como eficiência energética, qualidade construtiva e previsibilidade – elementos onde a construção modular se destaca claramente. Modelos como o BÔBECO refletem essa evolução: não são apenas soluções habitacionais, são produtos com identidade arquitetónica e valor de mercado.

A personalização tem-se tornado cada vez mais relevante para o cliente final. Até que ponto é possível conciliar projetos à medida com processos industrializados?

A personalização é perfeitamente compatível com a industrialização – desde que o sistema seja bem estruturado.

Na APEXHAUSS, desenvolvemos modelos base que permitem adaptação ao nível de layout, acabamentos e linguagem arquitetónica. Isto garante flexibilidade para o cliente sem comprometer a eficiência do processo.

Conseguimos, assim, equilibrar duas dimensões que normalmente são vistas como opostas: escala e individualidade.

Olhando para o futuro, que papel acreditam que as casas modulares irão desempenhar na resposta aos desafios habitacionais e ambientais em Portugal nos próximos anos?

Acreditamos que vão deixar de ser alternativa para se tornarem referência.

Portugal precisa de construir mais, melhor e mais rápido – mas também precisa de construir com consciência. E isso exige uma mudança estrutural no setor.

A construção modular permite responder a esses desafios com uma abordagem mais inteligente, mais sustentável e mais adaptável. Na APEXHAUSS, vemos o futuro com ambição, mas também com responsabilidade. Queremos contribuir para um novo padrão de habitação em Portugal – onde qualidade, eficiência e emoção coexistem.

Porque, no final, não se trata apenas de construir casas, trata-se de criar lugares onde as pessoas queiram viver. 



Simplificar a compra de casa com rapidez e sustentabilidade

Num mercado imobiliário marcado por custos imprevisíveis e burocracias complexas, a habitação modular afirma-se como uma solução cada vez mais relevante. Em entrevista à IN Corporate Magazine, António Ferreira, engenheiro e CEO, explica como a plataforma BLOC-Online pretende simplificar o processo de compra de casa, combinando rapidez, previsibilidade de custos e soluções sustentáveis.



Com mais de uma década de experiência em casas modulares personalizadas, a BLOC evoluiu para a BLOC-Online: uma estrutura digital desenhada para simplificar e desburocratizar o acesso à habitação. Ao industrializar processos, a empresa elimina as incertezas de prazos e custos que marcam a construção tradicional. Segundo o CEO António Ferreira, o foco é a eficiência: “Para crescer, tínhamos de industrializar no sentido de repetir e facilitar o acesso à habitação”, garantindo soluções de alta performance com total transparência para o investidor. A ideia passa por reduzir a complexidade associada à construção de uma habitação e facilitar a tomada de decisão por parte de quem pretende investir.

“Chegámos a um ponto em que percebemos que, para crescer, tínhamos de industrializar no sentido de repetir e facilitar o acesso à habitação”.

António Ferreira adianta que, “A compra de uma casa continua a ser um processo exigente para muitas famílias, sobretudo devido

às incertezas associadas aos prazos, custos e procedimentos burocráticos”.

A BLOC-Online surge precisamente para responder a essas dificuldades, introduzindo uma abordagem mais direta e organizada. “O objetivo desta plataforma é transformar a compra de uma casa numa forma o mais simplificada possível para as pessoas”.



Garantias e previsibilidade

A grande vantagem do modelo BLOC-Online é a previsibilidade financeira e temporal. Enquanto a construção tradicional é vulnerável a imprevistos e flutuações de preços, o nosso valor inicial mantém-se inalterado até à entrega: “Sem surpresas de última hora”, garante António Ferreira.

Além do controlo de custos, a empresa diferencia-se pela gestão do licenciamento: uma rede nacional de arquitetos assegura a conformidade legal em simultâneo com a fabricação da casa. Esta execução paralela reduz drasticamente os prazos, permitindo que a instalação no terreno ocorra com toda a preparação técnica concluída.



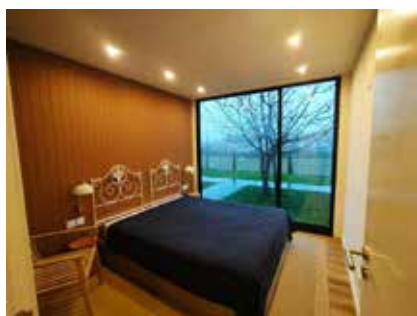
Sustentabilidade, Eficiência Energética e Resiliência

A eficiência energética é um pilar da BLOC-Online. Projetadas com isolamento reforçado e vidros de alta performance, as casas mantêm a temperatura interior estável com um consumo mínimo de energia. “Uma casa eficiente precisa de muito pouca energia para se ajustar ao clima”, reforça António Ferreira. Além do conforto térmico, a durabilidade é garantida por uma estrutura em aço tratado, calculada para um ciclo de vida mínimo de 50 anos, assegurando a valorização do ativo em qualquer contexto ambiental.

Credibilidade e Rigor

Para a BLOC-Online, a confiança conquista-se com transparência. A experiência de dez anos no mercado permite oferecer um modelo de habitação modular consolidado, onde custos claros e prazos definidos são a regra. A plataforma nasce para democratizar o acesso a imóveis de alta performance, utilizando a tecnologia para transformar a compra de casa num processo simples e seguro, focado na máxima valorização do ativo para o cliente. 

Descarregue aqui o seu
dossier de INVESTIDOR



WWW.BLOC-ONLINE.PT

 BLOC_CASA_MODULAR

“O cliente recebe uma habitação licenciada, com elevado desempenho energético e construída segundo normas técnicas rigorosas”

Consciente das limitações inerentes aos métodos de construção tradicionais, a Evaplace desenvolve soluções habitacionais a partir de madeira e Light Steel Frame (LSF). Diogo Loureiro, o gerente, explica a abordagem da empresa, onde a precisão e a rapidez dos projetos é assegurada, em grande parte, antes da montagem, o que diminui riscos e potencia a sua durabilidade e rendimento energético.



Utilizam madeira e LSF nas vossas construções. Quais são os principais benefícios destes materiais, comparativamente com a alvenaria tradicional?

O Light Steel Frame e a madeira estrutural fazem parte de uma lógica de construção industrializada. Em vez de depender de processos executados inteiramente em obra, grande parte da precisão é garantida antes da montagem, o que permite maior controlo técnico e menor margem para erro. Outra diferença importante é a leveza da estrutura. Uma parede em LSF pesa muito menos do que uma parede em alvenaria, o que reduz as cargas nas fundações e melhora a eficiência estrutural. Ao mesmo tempo, a composição das paredes permite integrar isolamento térmico de forma contínua, reduzindo pontes térmicas e aumentando o desempenho energético da habitação.

Ao assumirem a sustentabilidade como eixo central da vossa atuação, como avaliam o impacto ambiental dos projetos, desde a produção até os imóveis se tornarem habitáveis?

A sustentabilidade deve ser analisada ao longo de todo o ciclo de vida do edifício. O aço utilizado no LSF contém frequentemente uma elevada percentagem de material reciclado e pode ser totalmente reciclado no fim da vida útil. A produção industrializada reduz

desperdícios de material e melhora a eficiência dos recursos. Em obra, a construção a seco diminui o consumo de água e a produção de resíduos.

A redução do tempo de construção é um fator de grande relevância. Que implicações tem essa celeridade ao nível do controlo da qualidade?

A rapidez resulta da industrialização do processo, não da simplificação. Parte da estrutura é preparada em ambiente controlado, com maior precisão e planeamento, o que reduz improvisações em obra e melhora o controlo da execução. Prazos mais curtos também reduzem riscos associados a atrasos, exposição às condições meteorológicas e custos indiretos para o cliente.

Persistem dúvidas quanto à resistência ao fogo e à durabilidade. Que garantias oferecem e o que pode um cliente esperar?

O comportamento ao fogo depende da composição completa da parede. Nos sistemas LSF utilizam-se placas de gesso e isolamentos incombustíveis que funcionam como proteção passiva ao fogo e cumprem as exigências regulamentares. Quanto à durabilidade, o aço galvanizado utilizado na estrutura é projetado para ter uma vida útil longa quando corretamente encapsulado. O cliente recebe uma habitação licenciada, com elevado desempenho energético e construída segundo normas técnicas rigorosas.



Metade das empresas prevê maturidade tecnológica até 2026, mas só 11% já lá chegou

A ambição digital continua a crescer nas empresas, mas a execução ainda revela fragilidades estruturais. A expansão da Inteligência Artificial está a acelerar a transformação das operações empresariais, ao mesmo tempo que levanta novos desafios na medição do retorno e na gestão da complexidade tecnológica.

A promessa de maturidade tecnológica atravessa hoje grande parte do discurso empresarial, mas os dados mostram que a distância entre intenção e realidade continua significativa. Um estudo internacional indica que metade das empresas acredita atingir níveis máximos de maturidade tecnológica até ao final de 2026, embora apenas 11% considere já estar nesse patamar. As conclusões constam do *Global Tech Report 2026: Liderança na era de AI*, relatório da KPMG que analisa anualmente decisões estratégicas, financiamento e modelos de governação tecnológica em 27 países. O estudo revela um cenário de forte aceleração do investimento em tecnologia e Inteligência Artificial, acompanhado, contudo, de dificuldades estruturais que continuam a condicionar a transformação desses investimentos em resultados consistentes.

Segundo os dados recolhidos, mais de metade das empresas reconhece não dispor ainda do capital humano necessário para concretizar os seus objetivos de transformação tecnológica. Em paralelo, 63% admite que o custo de corrigir a chamada dívida técnica acumulada nos sistemas existentes está a limitar novos investimentos, revelando como decisões tecnológicas do passado continuam a condicionar a capacidade de inovação no presente. A evolução da Inteligência Artificial ocupa um lugar central na análise. O estudo indica que 88% das empresas já investe na integração de agentes de IA capazes de executar tarefas de forma autónoma dentro dos sistemas empresariais, sinalizando a transição para uma nova fase da transformação digital, em que a IA começa a assumir funções comparáveis a uma força de trabalho digital.

Apesar desta expansão, a medição do retorno permanece um desafio. Embora 74% das empresas considere que a Inteligência Artificial já cria valor para o negócio, apenas 24% consegue demonstrar retorno consistente do investimento em múltiplos casos de uso.

Embora o estudo não apresente dados específicos para Portugal, as conclusões refletem desafios particularmente relevantes para o tecido empresarial nacional, marcado por limitações de escala, pressão sobre custos e escassez de talento especializado em várias áreas tecnológicas. 🇵🇹





FORMAÇÃO QUE CONTA: O FATOR INVISÍVEL DA COMPETITIVIDADE QUE TRANSFORMA PESSOAS E EMPRESAS

Por Fernando Catarino José, Subdiretor-Geral da DGERT

Num mercado em mudança permanente, aprender deixou de ser uma etapa da vida para se tornar um processo contínuo. Empresas e trabalhadores sabem-no bem. Num contexto de alterações profundas, novas tecnologias, exigências ambientais e novos modelos de organização do trabalho, há uma certeza: quem não aprende continuamente fica para trás e a formação de qualidade assume o papel de fator invisível que transforma pessoas e empresas, mola impulsora da competitividade.

Mas investir só em formação já não é suficiente. O verdadeiro desafio é garantir que a formação tem qualidade, utilidade e resultados mensuráveis. Sem isso, o investimento perde impacto e a promessa de qualificação transforma-se numa oportunidade falhada. O investimento em upskilling e reskilling é, pois, uma condição de competitividade, mas que só cria valor quando assenta num ecossistema formativo fiável, transparente e orientado para resultados. Ora, é aqui que entra a missão da DGERT: garantir padrões de qualidade que reforcem a confiança de trabalhadores, empregadores e financiadores e que tornem a formação um verdadeiro motor de produtividade e de progresso.

No cumprimento dessa missão, em 2026, daremos passos decisivos na modernização do Sistema Nacional de Qualificações, reforçando o modelo de garantia da qualidade e a certificação de entidades formadoras. O objetivo é claro: simplificar onde é possível, exigir onde é necessário, focando-nos no que realmente importa — a qualidade pedagógica, a relevância das ofertas, a competência dos formadores e os resultados de aprendizagem obtidos pelos formandos. Paralelamente, continuaremos a alinhar o nosso referencial com as melhores práticas europeias de qualidade, promovendo monitorização regular, melhoria contínua e maior transparência.

Este caminho responde a desafios bem concretos que as empresas sentem todos os dias: Agilidade com rigor: reduzir burocracia desnecessária e concentrar evidências no que prova eficácia; Escala com inclusão: acomodar a diversidade do tecido empresarial, das grandes organizações às micro e PME, e diferentes setores de atividade e Digitalização com interoperabilidade: integrar processos e dados para que a qualificação seja mais legível, comparável e útil na gestão de talento.

Para os decisores a mensagem é simples: qualidade certificada significa menor risco, maior retorno e talento mais preparado para responder às transições digital e verde e aos ciclos de inovação cada vez mais curtos. Para as entidades formadoras, reafirmamos o compromisso de uma regulação exigente, previsível e cooperante, com foco em resultados e auditorias proporcionais ao risco, incentivando a inovação pedagógica e a atualização contínua dos profissionais de formação.

A valorização do capital humano é uma prioridade nacional e uma responsabilidade partilhada. A DGERT estará ao lado das organizações que investem na qualificação das suas pessoas, assegurando que cada hora de formação conta e se traduz em competência aplicável no trabalho. 

CONCLUSÃO

Estudos e Formação



FORMAMOS TALENTOS ILUMINAMOS CARREIRAS

SOMOS LÍDERES DE FORMAÇÃO!

Delegações de Norte a Sul do País
Acreditações Governamentais/Sectoriais
Certificados no âmbito do Sistema da Qualidade



LOJA ONLINE **FORMAÇÃO**

LOJA.CONCLUSAO.PT



FORMAÇÃO
EMPRESARIAL
À MEDIDA



SEGURANÇA
E HIGIENE
NO TRABALHO



FORMAÇÃO
DE FORMADORES
E PROFESSORES



CURSOS COM DUPLA
CERTIFICAÇÃO
9ºANO E 12ºANO

EDUCAÇÃO E FORMAÇÃO
DE ADULTOS

CURSOS DE APRENDIZAGEM
CURSOS DE ESPECIALIZAÇÃO
TECNOLÓGICA (Nível 5)

UNIDADES DE FORMAÇÃO
CURTA DURAÇÃO

FORMAMOS

TALENTOS

ILUMINAMOS

CARREIRAS



www.conclusao.pt

✉ geral@conclusao.pt

☎ 239 497 990

“Estes 60 anos celebram a valorização das pessoas e do conhecimento, com o objetivo de formar não apenas profissionais de excelência, mas cidadãos éticos e socialmente responsáveis”



No 60.º aniversário do CFPIC – Centro de Formação Profissional da Indústria do Calçado, Susana Nogueira, que dirige o centro desde 2024, assinala as conquistas da instituição numa conversa com a IN Corporate Magazine. Nesta entrevista, são também apresentados os projetos de modernização, a inovação tecnológica já implementada e o investimento de 8 milhões de euros no âmbito do PRR.



A indústria do calçado tem vivido uma forte transformação tecnológica nos últimos anos. Como o CFPIC tem acompanhado essa evolução?

De facto, a indústria do calçado tem vivido uma evolução muito significativa nas últimas décadas, e o CFPIC tem procurado acompanhar e antecipar essas mudanças. O nosso objetivo não é apenas responder às necessidades imediatas do setor, mas também preparar o futuro, integrando áreas como a Inteligência Artificial e a Digitalização no nosso ADN formativo.

Para concretizar esta visão, o CFPIC contou com o apoio estratégico do PRR, que permitiu um investimento de 8 milhões de euros

destinado à modernização das instalações de S. J. Madeira e Felgueiras e à aquisição de tecnologia de ponta. Entre os principais investimentos destacam-se equipamentos digitais e novos laboratórios nas áreas de eletrónica, pneumática, hidráulica e automação. Foi também reforçada a componente de manufatura especializada no fabrico de calçado e marroquinaria, criando um ecossistema tecnológico que permite formar profissionais preparados para os desafios da indústria moderna.

No âmbito das qualificações e competências, este investimento permite reforçar a oferta formativa de elevado valor acrescentado, com destaque para os Cursos de Especialização Tecnológica (CET) de nível 5, que constituem uma das nossas principais apostas em termos de política de formação, bem como para a requalificação de ativos, assegurando profissionais altamente qualificados para um setor cada vez mais tecnológico e sustentável.

A oferta formativa do CFPIC é alinhada com a necessidade de inovação contínua do setor?

A nossa estratégia de inovação assenta numa articulação rigorosa entre o tecido empresarial e entidades públicas como a ANQEP e o IEF, responsáveis pela definição das qualificações e das políticas públicas de emprego. Este esforço refletiu-se numa profunda atualização do Catálogo Nacional de Qualificações, onde o CFPIC teve um papel determinante, designadamente, na área do Têxtil, Vestuário, Calçado e Couro.

Esta modernização abrangeu diferentes níveis de formação, incluindo a atualização das competências técnicas nos cursos de Aprendizagem e EFA. Contudo, realçamos o impacto nos CET, onde foram reforçadas áreas como a digitalização, a Indústria 4.0, as tecnologias CAD/CAM, a prototipagem digital, a impressão 3D, a economia circular e a internacionalização, substituindo qualificações desatualizadas por perfis mais alinhados com as atuais exigências da indústria.

Este alinhamento é reforçado pela atualização contínua da nossa equipa de formadores, garantindo que acompanham a evolução das tecnologias e metodologias de produção. Assumimos o compromisso de que quem ensina deve estar na linha da frente da inovação.



De que forma os investimentos do PRR se traduzirão em melhorias no ensino?

Os investimentos do PRR funcionam como um acelerador da modernização da formação. A introdução de robótica e automação permite que os formandos utilizem tecnologia semelhante à das fábricas mais avançadas do cluster. O ensino torna-se assim mais tecnológico, permitindo aos formandos programar parâmetros e gerir ficheiros digitais complexos.

Esta evolução é também essencial para atrair novas gerações, que procuram trabalhar com tecnologia avançada e não apenas desempenhar tarefas repetitivas; eles querem ser os programadores e gestores de máquinas de alta tecnologia. Esta transição digital permite que o setor compita através da eficiência e da inovação, e não apenas pelo custo da mão de obra.

Ao equipar o CFPIC com tecnologia de última geração, a formação passa a refletir a realidade da Indústria 4.0, tornando as carreiras no setor mais atrativas.

Para ter sucesso, não basta ter bom domínio técnico. Que competências considera fundamentais para quem quer ingressar na indústria do calçado?

Para além do domínio técnico, o “formando do futuro” deve possuir visão de mercado e capacidade para analisar tendências. Competências como liderança, trabalho em equipa e literacia digital são cada vez mais valorizadas. A sustentabilidade e a ética também assumem um papel central, refletindo as exigências do consumidor, e os percursos do CFPIC refletem esta necessidade. Para competir globalmente, é imperativo formar técnicos flexíveis e resilientes. O CFPIC aposta no programa Erasmus+, incentivando o intercâmbio cultural e a mobilidade dos formandos, preparando-os para uma carreira de sucesso numa indústria sem fronteiras.

O verdadeiro impacto do saber acontece quando é colocado em prática. Como é apoiada a transição dos formandos para o mercado de trabalho?

A integração profissional é facilitada pela Formação em Contexto de Trabalho, realizada em parceria com empresas do setor. Durante este processo, os formandos têm contacto



direto com a realidade industrial. O CFPIC promove também um acompanhamento individualizado na definição do projeto de carreira e atua como mediador entre empresas e formandos, divulgando oportunidades e encaminhando perfis adequados às necessidades das empresas. Este trabalho garante um ajuste eficaz entre a oferta e a procura.

Convidamo-la agora a fazer uma retrospectiva. Que resultados destacaria ao longo destes 60 anos?

Ao longo de seis décadas, o CFPIC afirmou-se como um pilar na modernização da indústria do calçado, qualificando milhares de profissionais e adaptando continuamente a sua oferta às transformações tecnológicas do setor. Para além da vertente formativa, destaca-se também o compromisso social com as comunidades de S. J. Madeira e Felgueiras, através de parcerias com autarquias, escolas e outras instituições.

Estes 60 anos celebram a valorização das pessoas e do conhecimento, com o objetivo de formar não apenas profissionais de excelência, mas cidadãos éticos e socialmente responsáveis, preparados para o futuro da indústria. 🇵🇹



“Mais do que vender imóveis, queremos compreender as necessidades de cada cliente e garantir um acompanhamento contínuo e confiável”

Procurar uma casa de sonho é imaginar a vida que cada espaço pode oferecer. À IN Corporate Magazine, Fábio Raimundo, CEO da Imovelux, explica como a empresa acompanha todas as etapas da compra e venda de imóveis, em Portugal ou no estrangeiro, mantendo a proximidade com os clientes mesmo após a escritura.

Comprar uma casa é, para muitos, uma das decisões financeiras mais importantes da vida. Na Imovelux, além da venda de imóveis, o trabalho desenrola-se com base no conhecimento, na proximidade e na confiança. É esta abordagem que orienta Fábio Raimundo, CEO da empresa e também o responsável pela exportação da Bacalhau Pascoal & Filhos.

“Pretendemos diferenciar-nos num setor extremamente competitivo. O nosso compromisso é com as pessoas. Estamos atentos às suas necessidades e expectativas, dando-lhes soluções seguras e reais”, sublinha.

Para o CEO, a confiança assenta em três princípios fundamentais: transparência, honestidade e responsabilidade. “Estes pilares permitem que o cliente se sinta convicto em todas as fases da negociação, desde a visita inicial até à escritura. Mantemos um acompanhamento pós-venda que garante apoio e tranquilidade, mesmo após a conclusão do negócio”. A proximidade, presencial e digital, tem contribuído para a notoriedade da empresa que começa a ser reconhecida não só nas redes sociais, mas também por recomendações espontâneas dos clientes.

A distância já não é um obstáculo

A Imovelux trouxe uma inovação ao setor imobiliário. Os clientes, residentes em qualquer parte do mundo ou do país, podem visitar imóveis através de videochamadas, acompanhados pela mesma atenção e transparência que teriam presencialmente.

“Temos clientes que vivem no Reino Unido, Inglaterra, Bélgica ou França e que, muitas vezes, não se podem deslocar a Portugal. Nesses casos, entram em contacto connosco e realizamos visitas através de videochamada. Tentamos mostrar todos os detalhes do imóvel, mantendo a sinceridade que existe quando um cliente está presente”.

Fábio acredita veemente que a forma como cada imóvel é apresentado pode ser decisiva. Cada espaço é demonstrado de forma cuidada, para que o cliente consiga imaginar-se a usufruir desse ambiente. “Através de uma comunicação atenciosa, imagem profissional e marketing, que realçam os seus pontos fortes,

o nosso objetivo é despertar no cliente a sensação de já se imaginar a viver ali, ajustando a abordagem às suas intenções. Para tal, ouvimos atentamente o cliente e, só depois, percebemos o que lhe podemos oferecer”.

Por detrás de cada venda está um leque diversificado de moradias e apartamentos, situados em diferentes pontos do país. “Cada imóvel é tratado de forma singular e analisado com rigor, considerando localização, acessibilidade, desenvolvimento urbano e combinando várias dimensões, estilos arquitetónicos, funcionalidades e tendências. A nossa missão é simplificar decisões e transformar objetivos em realidade”.

Sabendo que nem todos os imóveis se destinam à habitação permanente e muitos clientes pensam na valorização futura, seja para residência, investimento ou estadias temporárias, a sua prioridade é assegurar decisões conscientes.





Uma força coletiva além-fronteiras

Aos olhos do CEO, seria injusto falar da sua liderança ou do seu projeto, sem reconhecer a equipa que lhes confere vida. “O crescimento e a reputação da Imovelux resultam do trabalho conjunto, da dedicação e do profissionalismo de todos os colaboradores. Sem a nossa equipa, seria impossível manter o nível de rigor e proximidade que caracteriza a nossa atuação. Confio plenamente nos meus colaboradores que asseguram a consistência do serviço, mesmo quando as minhas responsabilidades me exigem deslocações frequentes ao estrangeiro”, refere.

O alcance da empresa ultrapassa Portugal continental. Para além de Cascais, Torres Novas, Tavira e Entroncamento, a Imovelux estende a sua atuação à ilha da Madeira e a Sesimbra, mantendo simultaneamente parcerias internacionais, nomeadamente com o Brasil. “Tratamos cada imóvel com os mesmos padrões de rigor, independentemente da sua localização. A nossa missão é estar presente, onde houver oportunidades de oferecer excelência”.

Quanto à mensagem que gostaria de deixar a potenciais clientes, Fábio Raimundo é direto e assertivo: “Profissionalismo, transparência e atenção constante ao cliente são os alicerces do nosso trabalho. Acreditamos que os melhores resultados nascem de relações de confiança duradouras”, conclui. 



Açores querem crescer com mais valor e menos sazonalidade

Depois de um novo recorde de dormidas em 2025, os Açores querem reduzir a sazonalidade e aumentar o valor gerado por visitante este ano, reforçando a operação no inverno e mantendo equilíbrio nos meses de maior pressão turística.

O posicionamento estratégico foi assumido pela VisitAçores no arranque do ano e esteve em destaque na última edição da BTL – Better Tourism Lisbon Travel Market, realizada entre 25 de fevereiro e 1 de março, em Lisboa. A presença na maior feira nacional do setor serviu para consolidar a ideia de crescimento, mas com estabilidade ao longo do calendário e maior impacto económico por visitante.

“Queremos crescer com mais valor e maior estabilidade ao longo do ano. O reforço da procura no inverno é fundamental para reduzir a diferença entre épocas e dar previsibilidade às empresas e à economia regional”, enquadrou Luís Capdeville, presidente da VisitAçores, numa estratégia que articula promoção externa, qualificação da oferta e gestão territorial.

Reforçar a época baixa

A aposta passa por intensificar a promoção de produtos disponíveis durante todo o ano nas nove ilhas do arquipélago, nomeadamente hiking, turismo ativo, natureza, geoturismo, cultura e gastronomia. Ao distribuir melhor a procura, o destino pretende reduzir a

concentração da atividade no verão, estabilizar o emprego no setor e aumentar a receita média anual por visitante.

Crescer sem ampliar a pressão nos períodos de maior intensidade é o grande objetivo. Para isso, a estratégia consiste em consolidar os Açores como referência internacional em turismo de natureza e experiência autêntica, preservando simultaneamente o equilíbrio entre território, comunidade e atividade económica.

Valor em vez de volume

Paralelamente ao reforço da época baixa, a região aposta na valorização da experiência turística, promovendo segmentos com maior propensão ao consumo qualificado e estadias tendencialmente mais longas. A integração de património natural, identidade cultural e autenticidade humana sustenta o posicionamento do arquipélago como destino premium de natureza. O crescimento mantém como princípio estruturante o bem-estar dos residentes, assumindo que a qualidade da experiência do visitante depende da forma como o turismo é integrado na comunidade local. 



L'EPICURE AZORES

"Pleasure In Every Detail."



HORÁRIO DE INVERNO

(1 DE OUTUBRO A 31 DE MARÇO)

DE TERÇA A QUINTA: 18H - 24H

SEXTA E SÁBADO: 18H - 02H

HAPPY HOUR: TERÇA A SEXTA | 18H - 20H

-

HORÁRIO DE VERÃO

(1 DE ABRIL A 30 DE SETEMBRO)

DE DOMINGO A QUINTA: 18H - 24H

SEXTA E SÁBADO: 18H - 02H

HAPPY HOUR: SEGUNDA A SEXTA | 18H - 20H



[HTTPS://LEPICUREAZORES.COM/](https://lepicultureazores.com/)



[L_EPICURE_AZORES](https://www.instagram.com/L_EPICURE_AZORES)



[LEPICUREAZORES](https://www.facebook.com/LEPICUREAZORES)



[@LPICUREAZORES](https://twitter.com/LPICUREAZORES)

Telemóvel: +351 917 350 418

E-mail: bar@lepicultureazores.com

Morada: Av. Roberto Ivens,
Ponta Delgada, Açores 9500-239

O SOL DA PRIMAVERA ESPERA POR SI! *já tem planos?*

