



Corporate

magazine

TURISMO:
Industrial e Natureza

JUSTIÇA:
Grandes temas nos 50 anos do 25 de abril

CULTURA NO LOCAL DE TRABALHO:
Melhores Empresas para trabalhar em 2024

MULHERES INSPIRADORAS:
No Alentejo e por todo o país

À Redescoberta do Património Industrial de Castanheira de Pera

Da fábrica das neves aos lanifícios

*Exquisite Swiss
Chocolate
Handmade
in Portugal.*



CHOCOLATE
BLESS

uma onda de emoção

CLAUDETE TEIXEIRA

ADVOGADOS



www.claudeteiteixeira.com

CT

CLAUDETE TEIXEIRA

— ADVOGADOS —



MADE PORTUGAL

EDITORIAL

A idade certa para nos fazerem uma visita guiada, pela primeira vez, a uma fábrica, um estaleiro, uma oficina, é a infância. O cheiro a ferro e a ferrugem entranham-se na memória e de lá não saem mais. Assim como os sons, em cadência perfeita: o metálico da maquinaria, o frenético da soldadura, o ritmado do martelo, o contínuo da turbina, o zumbido elétrico da subestação ou o explosivo do motor de arranque.

Percebemos aí rapidamente o que faz andar o mundo. De onde vem a energia que ilumina as nossas noites, como são os braços e as mãos que criam e produzem tudo aquilo que nos dá conforto e que permitem que a civilização não seja “só” uma ideia, mas exista de facto.


São as mãos de trabalhadores, sejam eles e elas operários, mecânicos, mineiros, agricultores ou artesãos. Os guias certos para mostrarem a quem queira conhecer e visitar estes templos de trabalho. Ninguém revelará melhor do que eles o orgulho de fazer ou ter feito parte desta engrenagem incessante que começou com a invenção da roda e a descoberta do fogo.

Talvez nem precisem de palavras, bastará aquele olhar facilmente reconhecível, quando focam uma máquina parada que volta a ganhar vida, e as suas mãos calejadas começam a querer mover-se sozinhas. Elas que repetiriam sem esforço, de olhos fechados, os movimentos técnicos apurados necessários para que aquele torno mecânico voltasse a produzir um parafuso, ou saísse mais uma malha perfeita daquele tear.

O Turismo Industrial pode permitir-nos todas estas sensações, perpassando gerações, desde que o denominador comum esteja presente nos visitantes - a insaciável curiosidade pelo conhecimento.

Volto ao início, à “idade certa”, porque essas visitas precoces educam de uma maneira que nada substitui. Inculcem o respeito pelo trabalho, pelo trabalho dos outros, dos mais velhos, que dominavam tecnologias, que hoje parecem obsoletas, mas onde era preciso saber fazer e não bastava carregar num botão. Eles tiveram de inventar o botão!

E que bem que o fizeram, porque a vida foi sempre melhorando nas gerações seguintes, e hoje vivemos sentados confortavelmente naquilo que os filhos da Revolução Industrial criaram. Esses filhos são os nossos pais, os nossos avós. É justo e sabe bem dizer: obrigado!

Nota: em 2024 completam-se os 50 anos do 25 de Abril, facto que assinalamos nesta edição e esperamos continuar a fazê-lo ao longo das próximas. Uma celebração que é também uma forma de agradecimento a quem nos permitiu nascer num país livre. 

TURISMO INDUSTRIAL

6 CASTANHEIRA DE PERA

TURISMO DE NATUREZA

11 FIGUEIRÓ DOS VINHOS

MUNICÍPIOS AMIGOS DA LONGEVIDADE

12 COIMBRA

CULTURA NO LOCAL DE TRABALHO

15 AVENIDAS

ENTREVISTA (JUSTIÇA)

21 BASTONÁRIA ORDEM DOS ADVOGADOS

JUSTIÇA

22 CLAUDETE TEIXEIRA

24 KELLY NÓBREGA

26 LUDIMILA POIRIER

27 DIANA REIS

28 MARCELA CAMARGO

29 CLÁUDIA COSTA

MULHERES INSPIRADORAS

30 BRIGITTE BLESS (CHOCOLATE BLESS)

MULHERES INSPIRADORAS NO ALENTEJO

32 RITA SIMÃO (CAFÉ ALENTEJO)

34 ÂNGELA SOUSA (ESQUADRIA ESTÁVEL)

SAÚDE, ESTÉTICA E BEM-ESTAR

37 SKINCOSMETIC

HISTÓRIAS À MESA

41 IL NOSTRO SAPORO

ANTES DE CHEGAR AO COPO

44 VIENOL

46 J. BARROCA FILTROS

48 ÂNGELO COIMBRA

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; Sérgio Dinis; Ana Pimentel; Eugénia Magalhães **Diretor Editorial** João Malainho **Jornalistas** Ruben Marques; Bruna Pereira **Designer Gráfico** Departamento Criativo Litográfis **Redação e Publicidade** Rua Professora Angélica Rodrigues, n.º. 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 **Fotografia da capa** José Luís Jorge **fevereiro 2024**

À Redescoberta do Património Industrial de Castanheira de Pera

Da fábrica das neves aos lanifícios

Há sítios por esse mundo fora cujo magnetismo não deixa de nos surpreender. Assim que os visitamos pela primeira vez sabemos e sentimos que temos de voltar. Alguns desses sítios não ficam lá longe, no fim do mundo, “são já ali”. É o caso deste pequeno concelho de Castanheira de Pera, onde um olhar mais distraído correria o risco de passar ao lado e não mergulhar neste fantástico Pinhal Interior Norte. O dinamismo deste município convida-nos agora a conhecer os tesouros do seu Património Industrial, numa terra de grande tradição têxtil, onde encontramos também inúmeros lagares, açudes e levadas, e ainda os históricos Poços da Neve.

A Fábrica das Neves

Terá sido durante o domínio filipino que se difundiu entre a realeza o consumo de gelo, em sorvetes ou refrescos. Seria dos covões da Serra da Estrela a primeira proveniência das “neves”. Imaginemos o extenuante esforço, tanto para os homens como para os animais, empregue no transporte pelos tortuosos caminhos da montanha e as inevitáveis perdas do degelo. Mais próximo, a cinco dias de distância, os nevões nas serranias do Coentral-Lousã, ao cimo do Cabeço do Pereiro, permitiam uma melhor rentabilidade do negócio, ainda que para o armazenamento e conservação do gelo fosse necessária a construção dos “poços da neve”. Seguir-se-ia a edificação e ampliação da Real Fábrica do Gelo, na serra de Montejunto. Três diferentes métodos de fabrico de gelo provenientes de três locais distintos: na Estrela e no Coentral, através da recolha e compactação da neve, diferindo a edificação de

poços dos covões naturais, e, em Montejunto, por meio de um sofisticado sistema hidráulico de congelamento natural, em que a água retirada de um grande poço era distribuída pelas quatro dezenas de tanques rasos, formando durante a noite mantos de gelo, depois retirados e compactado num grande silo ou poço.

Não se sabe ao certo quando foram construídos os poços da neve no Coentral. O alvará de D. José remonta a sua existência a pelo menos 1757, fazendo prevalecer junto do Marquês de Pombal os privilégios concedidos a Julião Pereira de Castro para o exercício do ofício de neveiro, mediante a obrigação de fornecer a neve à casa real. O gelo era transportado em carroças até ao porto da Barquinha, descendo pelo Tejo até ao Terreiro do Paço. Refrigerado o requinte dos paladares da corte, o gelo tornar-se-ia luxuosa moda nas “casas das neves” e nos novos botequins de Lisboa.





A roda hidráulica

Se branca é a neve cobrindo a cumeada, branca é a lã dos rebanhos que correm as encostas serranas... antecipando mais de um século o tempo da industrialização, o território que se estende das cumeadas dos montes gémeos do Trevim e do Santo António da Neve, sobranceiros à Selada de Pera onde brotam as águas nascentes da Ribeira de Pera, não seria lugar inóspito distante do mundo. Os sulcos trilhados na rocha por onde desciam as carroças carregadas de gelo são os caminhos que levavam os pastores ao cimo da montanha.

Solos pedregosos, predominantemente xistosos, as pequenas leiras de solo fértil, duramente amanhadas entre botaréis e socialcos, eram de curto sustento para o desenvolvimento da agricultura familiar. Na base da economia agro-silvo-pastoril, as numerosas cabeças dos rebanhos laníferos cobrem os pastos nas serras, fornecendo a matéria-prima para a manufatura dos lanifícios, em especial a produção de burel.

O primeiro registo documental que atesta a importância da pastorícia no sustento dos povoados que habitam as margens da Ribeira de Pera é uma sentença judicial de 1467, no apelo feito a Afonso V por cinco casais de pastores deste lado da serra na contenda que os opunha aos juizes da Lousã, sobre o uso das pastagens nos terrenos baldios para lá dos termos do concelho. No cumprimento ao Regimento da Fábrica de Panos de 1573, promulgado por D. Sebastião, a Câmara de Pedrógão Grande procede no ano seguinte em ata à nomeação dos juizes e vedores encarregues de examinar os bons ofícios dos cardadores, tecedeiras, tecelões e pisoeiros na manufatura das lãs e do linho.

Atividades morosas que requeriam abundante mão-de-obra de cardadores e fiandeiras, é através da mecanização da cardagem e da fição das lãs que se dá, pelo movimento gracioso da roda

hidráulica, o arranque da industrialização dos lanifícios na Ribeira de Pera. Força motriz das novas engrenagens industriais, *“às correntes d’água artificialmente applicadas como potenciais actuantes e moventes pode-se dar-lhe o nome expressivo de ulha branca, em comparação com o carvão de pedra, quando applicada para os mesmos efeitos”* – assim era a espuma da água caindo nos açudes e correndo na levada, descrito na edição de agosto de 1902 do jornal «O Figueirense».

São avultados os investimentos na construção dos edifícios, alguns casos de difícil acesso no encaixe escarpado da ribeira, e na compra da maquinaria importada da França ou Bélgica, feita transportar, desde o ramal ferroviário da Lousã, por rudimentares caminhos na demorada e perigosa travessia da serra, que requeriam o esforço empreendedor e os cabedais de homens visionários. Em 1858, José Antão inicia a construção da primeira fábrica de lanifícios na Abelheira. Segue-se, por Domingos Correia de Carvalho e sócios, a fundação da fábrica da Retorta em 1864. Pertença de António Alves Bebianio, o empório industrial do Visconde de Castanheira de Pera começou a ser construído em 1866, concluindo-se a instalação da moderna tecelagem mecânica em 1879. À época do Inquérito Industrial de 1881, a terceira maior fábrica de lanifícios do país, com capitais fixos de 180.000\$00 réis, servia-se dos motores de *“duas rodas hydraulicas, com a força de 40 cavalos, duas turbinas com força de 32 cavalos, e 4 vapores com a força de 150 cavalos, dois d’estes vapores com a força de 50 cavalos substituem aquelles motores na estação do verão e um vapor da força de 100 cavalos trabalha diariamente”*. Por meio da instalação de uma turbina elétrica no açude do Pisão Novo, a luz elétrica ilumina as ruas da vila desde finais de 1912.



Laneiros, latiqueiros e fabricantes de barretes

«Castanheira de Pera é a primeira terra industrial do Districto de Leiria, é a cabeça de freguezia do Concelho de Pedrogam Grande, e está situada na Margem Direita da Ribeira de Pera; esta Ribeira é o principal motor de quatorze fabricas que se acham aqui installadas, havendo ainda 7 machinas a vapor. Todas estas fabricas são de lanificios, e nellas se fabricam as fazendas a que a industria Portugueza tem attingido. Empregam-se nas referidas fabricas 1300 operários e tem um movimento de salarios semanaes de 2.000.000 de reis, e a sua exportação é de 500.000.000.»

António Alves Bebiano,
Presidente da Câmara Municipal de Pedrógão Grande,
10 de julho de 1890

Pela força do progresso industrial, o pequeno vilarejo perdido nas serranias ascende à categoria de sede de concelho em 1914. Das cercas de quatro mil almas nas contagens de 1864, a população das freguesias de Castanheira de Pera e Coentral ultrapassa os 6500 habitantes por altura da emancipação municipal.

Da ancestralidade dos fabricantes e negociantes de tecidos nasceu, em data incerta, o laínte da Casconha. No fomento dos laços de solidariedade e de identificação socioprofissional, os latiqueiros (falantes de laínte) faziam uso da gíria deste socioleto ou linguagem paralela, transmitida secretamente entre iniciados, como forma de se protegerem no alerta codificado diante dos perigos nas longas viagens, carregando nas carroças as fazendas e outros artigos do seu sustento e escondidos no alforge os proventos dos negócios. Não percebido no regateio das feiras e mercados, tanto por compradores como por outros vendedores concorrentes, o domínio da linguagem codificada dava aos latiqueiros vantagens na concertação dos preços e na valoração dos seus produtos.

Até meados do século passado, os teares mecânicos das modernas fábricas coexistiram com as tramas e urdiduras das centenas de oficinas de tecelagem manual, que se dedicavam ao fabrico de buréis, saragoças, surrobecos, mantas, xailes, fantasias e artigos finos. Paralelamente à grande indústria de lanificios desenvolveu-se a fabricação de malhas: peúgas, meias, luvas





e gorros. Memória-viva da introdução da maquinofatura em finais de oitocentos, fazendo uso do centenário tear circular, ainda hoje continuam a ser confeccionados em Castanheira de Pera os tradicionais barretes de lã – do pescador, do campino e dos trajes típicos do folclore português – pelo único fabricante em atividade, José Augusto Tavares (JOTAV).

Nas engrenagens do turismo industrial

Fundada em 1927, da oficina de tecelagem ao moderno e sofisticado complexo fabril voltado à internacionalização no competitivo mercado global, a Albano Morgado, S.A. muito tem prestigiado a indústria-viva dos lanifícios de Castanheira de Pera. A abertura das portas da fábrica aos roteiros do turismo industrial, mostrando aos visitantes o ciclo completo da transformação das lãs, desde a entrada da matéria-prima em rama até à variedade de tecidos cardados, é um novo e estimulante desafio.

Das centenárias fábricas novecentistas jazem as ruínas ao longo da ribeira, entre o esplendor das quedas de água e a exuberância da galeria ripícola, que entrecruzam as novas potencialidades do turismo industrial com a promoção do turismo de natureza e a dinamização de atividades de recreio e lazer. Lançado em 2023, *Doze Meses, Doze Caminhadas* é a grande aposta da Prazilândia E.M. na divulgação do pedestrianismo. O sucesso da *Rota do Açudes* justifica o mais recente investimento da autarquia na construção do novo percurso pedestre, com saída da Praia das Rocas e passagem nos imponentes açudes, ruínas fabris e moinhos dos Esconhais, Retorta, Pisão Novo, Abelheira, Souto Escuro, Rapos, Moinho da Luz, Moita e Linhares, num percurso linear de aproximadamente seis quilómetros.

No norte do concelho, a nova rota circular *Murmúrios da Floresta* ligará, no primeiro troço do trajeto, o Coentral Grande ao

futuro *Museu do Barrete*, nas Sarnadas. Inativa à cerca de uma década, a MAB – *Manuel Alves Barata* completa a narrativa da fabricação de meias e luvas, conservando-se até ao momento o cenário industrial que despertou o recente interesse de produtoras de cinema.

Os palacetes aburguesados construídos entre finais de oitocentos e as primeiras décadas de novecentos recordam os tempos áureos do progresso da indústria e do comércio no movimento da vila. No centro de Castanheira de Pera, próximo dos Paços do Concelho, da montagem dos caracteres tipográficos ao planográfico da impressão offset, as *Oficinas Gráficas da Ribeira de Pera* são outra *film location* de época numa viagem temporal a meados do século passado.

Longe dos olivais intensivos do Alentejo, combinando a predominância da azeitona galega com os métodos tradicionais de produção do ouro líquido (galgas, capachos e prensas), que conferem ao azeite a tipicidade da textura e do sabor desta região, Castanheira de Pera associou-se ao projeto Olive4All na promoção do olivoturismo. Na trilogia – oliveira, azeitona e azeite – ao redor do Dia Mundial da Oliveira, celebrado a 26 de novembro, o Lagar do Bolo abriu portas a visitas guiadas e o Núcleo Museológico do Lagar do Corga deu espaço a provas de azeite e à gastronomia, num programa a repetir em edições futuras.

O presente são narrativas de memórias nas teias do passado, em que se tecem as identidades investidas de futuro...


Visite Castanheira de Pera! 

Fragas de São Simão: o Percurso

Localizado nas Fragas de São Simão, nas margens da Ribeira de Alge, este percurso liga o Miradouro das Fragas de São Simão à Aldeia do Casal de São Simão e à Ermida de São Simão, atravessando o fundo da garganta da Ribeira de Alge, numa viagem por diversos espaços e tempos.

Aqui, a paisagem gravita entre a rudeza agreste das Fragas de São Simão e a paisagem agrícola do vale, que evoluiu de forma harmoniosa e interdependente ao longo dos séculos. Durante todo o percurso encontramos áreas naturais, com vegetação muito próxima daquela que seria a vegetação climática, ora em encostas declivosas, ora em fundos de vale, resquícios de Laurissilva, formação vegetal que em tempos ocupou parte do Portugal Continental.

Encontramos a praia fluvial, onde a Ribeira de Alge rasga o maciço rochoso e segue o seu caminho em direção ao Zêzere.

A pureza das águas da ribeira deixa vislumbrar as pequenas pedras no seu interior e a abundância de loureiros e sobreiros oferece uma fragrância reconfortante. Daqui subimos à Aldeia do Xisto de Casal de São Simão, onde se pode visitar a loja da aldeia e provar a qualidade gastronómica do restaurante Varanda do Casal. A aldeia é guardada pela ermida que lhe dá nome, Ermida de São Simão, com uma vista de onde se observa todo o vale do Além da Ribeira. 

WWW.FRAGASDESAOSIMAO.PT



FRAGAS DE SÃO SIMÃO

FIGUEIRÓ DOS VINHOS

ALDEIA DO XISTO
ERMIDA
MIRADOUROS
PRAIA FLUVIAL

a tua história começa aqui!

Financiado por
TURISMO DE PORTUGAL



Com o avançar da idade, o isolamento e a prevalência de demências são alguns dos problemas mais dramáticos. Sobretudo quando falamos de pessoas já aposentadas, em que deixam de ter as suas rotinas habituais, acredita que a sensibilização para a prevenção destas situações é particularmente importante?

Sim, de facto, o envelhecimento pode ser acompanhado por problemas de saúde, muitas vezes crónicos e incapacitantes, nos quais a qualidade de vida e o bem-estar biopsicossocial destas pessoas fica comprometido. A intervenção terá necessariamente de incidir na prevenção, por forma a que possamos ter pessoas que vivem mais, com saúde e que continuam a participar e a desempenhar um papel importante nas suas famílias e na sua comunidade.

Os mais idosos aderem com facilidade às vossas iniciativas e apelos? Qual é o retorno que têm recebido por parte da população?

A nossa experiência revela-nos que a adesão das pessoas mais velhas aos nossos programas, projetos e iniciativas está estritamente dependente, sobretudo, da articulação promovida, por exemplo, junto das famílias, IPSS e outras entidades: Universidades Sêniores, Juntas de Freguesia, Centros de Saúde, etc.

Julgo que estão a elaborar, em articulação com o Grupo de Trabalho “Pessoas Idosas” da Rede Social de Coimbra, um documento que reúne precisamente as universidades seniores, serviços, programas e projetos existentes em Coimbra direcionados para a população sénior. Quando esperam ter essa listagem pronta e que sinergias serão desenvolvidas com as instituições que disponibilizem esses serviços, como as universidades seniores, por exemplo?

O Gabinete de Gerontologia e Envelhecimento Ativo da CM de Coimbra está a preparar um diagnóstico social do concelho em matéria de envelhecimento, até ao final do 1º semestre de 2024, e que servirá de base para a elaboração da



Estratégia Municipal para o Envelhecimento Ativo, Saudável e Participativo do concelho, e para a georreferenciação das respostas e projetos existentes.

Permita-me só esta questão mais subjetiva. Tenho muitas vezes a sensação de que neste tempo em que já ultrapassámos tantos preconceitos, o do envelhecimento continua a ser dos mais difíceis. Há um constante fascínio pela juventude, na publicidade e nos media, e um tom algo condescendente com os mais velhos. Acha que distinções como esta da CCDR-C podem servir para dar mais visibilidade, e até dignidade, à nossa população mais idosa?

Este reconhecimento é, sem dúvida, essencial, dado que releva e dá importância ao envelhecimento e às suas repercussões a médio e longo prazo, conduzindo a uma reflexão sobre a integração e inclusão das pessoas mais velhas nos territórios, com vista a tornar os lugares age-friendly, com destaque para a dignidade e participação das pessoas e atentos às suas necessidades e expectativas.

Cinco tendências de marketing B2B que se vão destacar este ano


Nos últimos anos, o marketing digital B2B sofreu uma transformação impulsionada pela convergência tecnológica e pelas mudanças no comportamento do consumidor corporativo. Com a tendência a manter-se também em 2024, apresentamos as cinco tendências que a Martech Digital considera que vão ganhar destaque este ano.

Ao explorar os avanços tecnológicos e as mudanças no comportamento dos consumidores corporativos, a Martech Digital destaca cinco das tendências de marketing B2B que se vão destacar em 2024. A primeira passa pela ajuda que a inteligência artificial vai fornecer à personalização, visto que, neste contexto, a evolução, entre outros, irá remodelar a forma como as empresas se conectam com os seus públicos, organizam o seu atendimento, elaboram e distribuem conteúdo. “A abordagem vai tornar-se mais proativa, resultando em recomendações e interações mais eficientes. Este nível de personalização possibilita a transformação de dados, aumentando as hipóteses de conversão e mantendo os clientes satisfeitos”.

Aproveitar o poder dos (micro)influenciadores para alavancar as vendas é uma tendência que já surgiu há algum tempo, mas, ao que parece, veio para ficar, graças ao espaço que conquistou. A Martech Digital afirma ser “importante que os players no mercado B2B fiquem atentos a possíveis especialistas em nichos específicos, capazes de auxiliar na adoção de softwares, serviços e consultorias”.

Numa era em que tudo acontece a uma ‘velocidade cruzeiro’, o marketing conversacional irá ganhar ainda mais destaque este ano, especialmente em plataformas como o WhatsApp, dado que

possibilita respostas rápidas e eficientes em tempo real. Também o marketing de vídeo deverá manter-se como figura dominante no contexto B2B, pois “o formato audiovisual demonstra ser uma ferramenta poderosa para comunicar mensagens, estabelecendo conexões com o público, educando-o e promovendo a fidelização”. Também a hiperpersonalização do e-commerce é uma realidade que tem vindo a emergir e, inclusive, as empresas começaram já a ser desafiadas a oferecer experiências personalizadas a cada cliente. “A aplicação da hiperpersonalização no marketing digital B2B estende-se também ao comércio eletrónico”. A proposta consiste em explorar as capacidades da inteligência artificial e dos dados para antecipar os interesses e procura do consumidor, visando facilitar a aquisição de produtos e serviços.

Por fim, a diversidade no marketing de conteúdos deverá abranger não apenas os tipos de conteúdo a serem criados, mas também os canais de entrega e os formatos. A inclusão desta variedade nas estratégias de atuação “assume uma importância significativa no âmbito B2B, onde a jornada de compra é caracterizada pela sua complexidade e extensão em comparação a outros setores”. Assim sendo, além das tradicionais plataformas, como redes sociais, a exploração de formatos ao vivo e interativos, como podcasts, é recomendada. 



AVENIDAS, UM EXCELENTE LOCAL PARA TRABALHAR

OPEN, COMMITTED, FAMILY



O que faz da Avenidas um excelente local para trabalhar

Fundada em 2016, a Avenidas é uma empresa que atua nos setores da mobilidade, do turismo, da logística e dos empreendimentos e que, acima de tudo, é “um excelente local para trabalhar”. Quem o diz são os elementos da equipa. Em entrevista ao CEO, Manuel Salema Reis, ficamos a conhecer melhor a empresa e a perceber de que forma a felicidade e a sustentabilidade são promovidas neste local de trabalho.



Catarina Pereira, CFO da Avenidas

Para iniciar, gostaria que nos desse a conhecer a história e as motivações por detrás da criação da Avenidas.

A empresa começa em 2016, comigo e com outro sócio. Na altura tinha acabado de sair da licenciatura, estava no mestrado e depois acabo por desistir do mestrado para me dedicar só a isto. Foi uma altura em que estava um bocado na “berra” toda a gente colocar viaturas a render na Uber. Era uma altura em que não havia legislação, portanto, também era muito fácil fazê-lo, os requisitos eram simples e este meu sócio, que é broker bancário, é uma pessoa mais velha, já com experiência, e acabou por se aliar comigo para colocarmos uma viatura na Uber. Rapidamente percebemos que queríamos ter independência da plataforma e criámos os nossos próprios serviços, ou seja, uma rede de contatos, de amigos e de família. Fomos também fechando contas cliente para transporte particular de passageiros e focámo-nos no transporte de crianças para as escolas, que é um dos nossos produtos desse segmento até hoje. Basicamente, os nossos motoristas vão levar ou buscar crianças à escola, em regime de transporte particular. Com isso, fomos fazendo crescer organicamente a frota de carros e em 2018 começámos também a olhar para o turismo, basicamente a estabelecer parcerias para fazer transfers do aeroporto e experiências privadas, como por exemplo uma excursão privada a Sintra. Tentámos, desta forma, alavancar recursos humanos que nós tínhamos, que eram motoristas com conhecimentos linguísticos e com conhecimentos de história ou capacidade para os aprender e assim tornarem-se mais do que só motoristas, passaram também a ser motoristas guias. Foi isto que nos deu o primeiro grande boom, porque complementou muito a atividade core, que era a parceria que nós temos com a Uber. Com isto, crescemos até 19 carros em 2019 e tivemos uma faturação próxima de um milhão de euros.

“A Avenidas é uma verdadeira caixinha de surpresas. A minha experiência aqui tem sido incrivelmente enriquecedora, uma mistura de trabalho árduo e prazer, com a Avenidas a crescer todos os dias. Estou orgulhosa de fazer parte de uma equipa que faz acontecer.”

Porém, no ano seguinte, em março de 2020, a Pandemia de Covid-19, que teve um impacto bastante significativo na maioria dos setores de atividade, fez com que tivessem de se reinventar. Que estratégia adotaram para dar continuidade ao negócio?

As coisas estavam a correr bem, até que aparece a pandemia. De certa forma, nós vimo-nos na linha da frente das empresas que foram afetadas por isso, porque estávamos ligados a transporte de passageiros e ao turismo e tudo isto desapareceu. Mas nós fomos sempre uma empresa muito ágil e dinâmica e sempre fizemos um bocado de tudo.

Por exemplo, quando nós abrimos uma conta cliente para transporte de passageiros, as pessoas podiam-nos pedir para ir buscar uma chave, para ir comprar um qualquer objeto, tínhamos clientes que eram restaurantes e nos utilizavam para o transporte dos seus colaboradores. Isto, de certa forma, já nos posicionou para o que vem a seguir. Isto é, no caso dos restaurantes, nós tínhamos dois ou três clientes que nunca tinham trabalhado com o regime de entregas e pediram-nos ajuda porque passaram a ter essa solicitação por telefone dos seus clientes habituais. Nós, obviamente, fomos a jogo para não termos os carros parados e daí começa a nascer uma nova área de negócio, que hoje nós chamamos de Avenidas Send, onde passamos a fazer entregas de refeições para a restauração, mas também, mais do que isso, começamos a entregar cabazes, a fazer compras de supermercado, em que o cliente pagava um valor fixo de 20 euros, enviava a lista e o nosso motorista, em tempo real, ia às compras e dizia que produtos é que estavam esgotados, que produtos é que estavam disponíveis e havia ali uma experiência interativa, que teve bastante sucesso. E foi este tipo de coisas que nós fizemos para conseguir sobreviver.

E após este período pandémico, de reinvenção, mantiveram o modelo que tinham em prática ou, mais uma vez, decidiram que era boa altura para continuar a desenvolver o negócio?

Como em tudo na nossa forma de estar, fomos mais além e quando se dá a transição pós-pandémica, vemos que já não queremos ter as nossas viaturas de passageiros e os nossos motoristas, alguns que até eram guias, a fazer este tipo de serviço, nem eles queriam, mas também não queríamos perder aquilo que tínhamos criado e, portanto, investimos numa frota de motas, num software para gerir os pedidos dos restaurantes e investimos em carrinhas comerciais para levar avante outro tipo de entregas mais programadas e, hoje em dia, esse polo é composto por 30 carrinhas comerciais e faz entregas de e-commerce de produtos de empresas como Amazon, Inditex e Nespresso. Do outro lado temos uma rede de restaurantes, com quem temos parceria, para fazer as entregas deles.

Mobilidade, logística e turismo são três das unidades de negócios que movem a empresa. De uma maneira mais geral, no que consiste cada uma?

A empresa segmenta-se em três áreas distintas que nós, após um rebranding recente, chamamos, no caso dos passageiros, Avenidas Ride, no caso das entregas, Avenidas Send, e no caso do turismo, Avenidas Tour.

O Avenidas Ride especializa-se em soluções de mobilidade, desde private drivers e TVDEs à gestão de frotas e contas corporate.

O Avenidas Send é a nossa Business Unit de logística. Os nossos estafetas e distribuidores transportam todo o tipo de encomendas do ponto A ao ponto B.

“apostamos muito na progressão interna dos nossos colaboradores”

“A Avenidas salvou-me. Esta empresa reparou em mim, apostou nas minhas competências e sorriu enquanto enfrentávamos uma fase pandémica e difícil. O valor da Avenidas traduz-se pela forma como acarinha os seus colaboradores e os aceita enquanto pessoas e profissionais da área. Para mim, é um privilégio estar neste lar e ter colegas incríveis que tanto me ajudam a evoluir, a enfrentar desafios e me ensinam a ser uma melhor pessoa. Confio nesta família. Aqui sou feliz!”



Joana Cristóvão, Head of Avenidas Tour

“Identifiquei-me desde o início com a abordagem inovadora da Avenidas, e também com o compromisso que a empresa tem para com a promoção da ambição dos próprios colaboradores. Na Avenidas, somos bastante ágeis nos processos de tomada de decisão. Estamos sempre prontos para nos adaptarmos a todas as mudanças do dia-a-dia, e os desafios são sempre bem-vindos.”



André Belo, Head of Avenidas Grow

No Avenidas Tour temos dois segmentos, um que é B2B (business-to-business), onde fazemos parcerias com hotéis, e outro que é B2C (businesses-to-consumer), que é a nossa marca Swingo. Nós sentimos a necessidade de criar uma marca muito mais facilmente reconhecível pelos turistas. Avenidas até é um nome facilmente traduzível para outras línguas, mas não tem a mesma conotação e possibilidade de ficar colado à memória de um estrangeiro que vem cá e pode referenciar a nossa empresa. Portanto, tivemos a necessidade de “dar uma cara” mais virada para o turista estrangeiro que não fala português.

Mais recentemente, em 2022, criaram uma quarta unidade de negócio, que põe em prática ideias e planos para impulsionar empresas até ao sucesso, a Avenidas Grow. Como surgiu esta ideia?

Em 2022 nasceu esta quarta área, que nós chamamos a nossa unidade de negócio sem rodas. Nós fomos contactados por uma startup americana para fazer a ativação da marca deles em Portugal. Basicamente, contrataram-nos para ser o braço operacional deles e ter equipas de promotores de vendas no terreno, em centros comerciais e estações de comboios, por exemplo, para angariar utilizadores para a aplicação.

Nós utilizamos muito o nosso know-how operacional e de recrutamento para montar equipas nisto, mas, obviamente, foge um bocado ao resto dos nossos negócios, que têm todos, de certa forma, alguma coisa a ver com a mobilidade, seja de pessoas ou de coisas. E à volta disto criamos o Avenidas Grow, que pretende ser um apoio a empresas para o seu crescimento, seja com business operations, em que montamos operações, ou como consultoria de vendas, através da ativação de marca ou de ligação de contactos e networking para outras empresas ou, como nós fazemos muito dentro do nosso próprio grupo, para as outras unidades.

Por quantos elementos é composta a equipa da Avenidas?

Temos 33 pessoas no escritório e no total cerca de 300 recursos humanos, com todos os estafetas, distribuidores, motoristas, guias e promotores de venda que temos no terreno, de norte a sul do país.

Sendo a sustentabilidade um dos pilares fundamentais da Avenidas, que medidas têm vindo a pôr em prática, com o objetivo de contribuir para a redução da poluição e conseqüente preservação do meio ambiente?

Por exemplo, como parte desse compromisso, priorizamos o uso de veículos de oito lugares, reconhecendo o potencial para acomodar mais passageiros e minimizar as emissões de carbono. Também desde 2021 que não adquirimos viaturas que não sejam totalmente elétricas, todo o nosso crescimento tem passado por investimento em frota elétrica e, neste momento, mais de 70% das nossas viaturas já são “verdes”.

Em que zonas do país é possível encontrar a Avenidas a exercer funções?

Nas Áreas Metropolitanas de Lisboa e do Porto. Apesar de termos todas as nossas unidades no Porto, podemos dizer que lá temos apenas um “pezinho”, o que faz com que um dos grandes objetivos do nosso crescimento para este ano seja, de facto, tornar o Porto tão próximo quanto possível da dimensão que nós temos em Lisboa.

A ideia passa por ter um armazém/escritório por causa do Avenidas Send e porque temos oportunidades de negócio nessa vertente que acabarão ser

“Eu acredito muito que as pessoas devem ser o mais possível humildes e transparentes”

o que nos dará o primeiro impulso. No entanto, por causa do nosso cliente Worldcoin, também estamos presentes noutras localizações e prevemos estar em mais porque é fácil a nossa expansão neste segmento uma vez que envolve pouco investimento. Basicamente, são stands em centros comerciais e quem os constrói é o nosso cliente, nós só temos de montar a equipa e depois geri-la.

Relativamente à cultura organizacional da empresa, que motivou esta curiosidade na vossa empresa, de que forma promovem a felicidade no local de trabalho?

Nós temos desde sempre três valores pelos quais nos regemos, que são open, committed e family e acho que isto nos descreve bastante bem. Eu acredito muito que as pessoas devem ser o mais possível humildes e transparentes, porque só assim é que conseguimos continuar a melhorar pessoal e profissionalmente. Se toda a gente tiver este espírito, todos se vão ajudar a crescer mutuamente e vão estar dispostos a ajudar em vez de criar barreiras ou de colocar os egos à frente do grupo.

Eu não dou ordens a ninguém. Eu posso sugerir ou recomendar um caminho, mas não vou forçar ninguém. Isto é muito valorizado aqui, porque as pessoas sentem que podem ter sempre uma opinião, que têm autonomia.

Também apostamos muito na progressão interna dos nossos colaboradores. Temos inúmeros casos de pessoas que eram estafetas, que eram motoristas e que agora estão a trabalhar no escritório, algumas delas, inclusive, já subiram vários níveis. Por exemplo, revisão salarial ou de performance, fazemo-lo duas vezes por ano, porque achamos que não deve ser feita só uma vez. Se sentimos que há uma pessoa que está a merecer reconhecimento, nós sentamo-nos e queremos estar sempre em cima do acontecimento porque sabemos que é assim que se aumenta a retenção e, sobretudo, apostamos em profit sharing. Nós oferecemos, ainda, a cada membro que integra a equipa, um Welcome Book, onde constam informações sobre a empresa, uma caneta, uma chávena de café e uma garrafa de água personalizadas.

Por último, há dois anos apostámos na certificação Great Place to Work, que é uma certificação que envolve surveys aos nossos colaboradores, para perceber, em várias vertentes, qual é o nível de felicidade deles dentro da nossa empresa. Da renovação que fizemos em dezembro de 2023, tivemos um score de 93% no total de todas as métricas, sendo que há uma que, normalmente, é distinguida como principal, que é a percentagem de pessoas que afirmam que a Avenidas é um excelente local para trabalhar e tivemos 100% neste parâmetro.

Obviamente, é algo que nos orgulha muito e que nós apostamos de forma a conseguirmos olhar e trabalhar sobre o que as pessoas nos estão a dizer anonimamente.

Que objetivos e expectativas têm para o futuro da Avenidas?

Nós somos muito ambiciosos, queremos crescer rapidamente, em todas as áreas, pelo que analisámos estrategicamente para este ano achamos que vamos conseguir duplicar a faturação de 2023. Se fizermos uma ligação à parte cultural do nosso pessoal e à capacidade de crescimento que isto traz é, obviamente, muito importante a empresa continuar a crescer, ganhar escala e nós conseguimos fazer mais com menos recursos humanos, uma vez que significa que podemos pagar melhor, por um lado, e que estes recursos humanos se estão a desenvolver em termos de competências e de progressão de carreira, por outro. Queremos, tal como já disse anteriormente, lançar um escritório no Porto que, possivelmente, acabará o ano com três a cinco colaboradores da nossa equipa de escritório. 🇵🇹



“A Avenidas é diferente de qualquer outra empresa que conheço. São jovens, flexíveis e acessíveis. Comecei como motorista, passei a assistente de operações e agora sou controlador financeiro e de sistemas.”




Carlos Mourita, Financial & Systems Controller



50 anos do 25 de Abril Justiça

Sabemos que este ano ficará marcado por vários acontecimentos, mas poucos terão a preponderância dos 50 anos do 25 de Abril. As comemorações iniciaram-se já em 2022 e terminarão só em 2026, mas será agora, em 2024, que se concentram todas as expectativas em torno deste momento fundador da democracia portuguesa.

Esta é a maior celebração de sempre da Revolução dos Cravos, o que se percebe pela data “redonda”. Depois desta, só o centenário terá mais efeito histórico. Mas aí já não teremos intervenientes vivos dessa madrugada tão esperada, “o dia inicial inteiro e limpo”, nas tão citadas palavras de Sophia de Mello Breyner.

Este é então o momento de lembrar e homenagear, mas também de questionar e refletir. Iremos, por isso, tentar abordar ao longo deste ano alguns temas fundamentais da nossa vida democrática. Nesta edição, começamos pela Justiça. 

“Exigir a concretização de políticas e meios para a justiça”

Em 2024 assinalam-se os 50 anos do 25 de Abril, pretexto ideal para abordarmos temas fundamentais da nossa Democracia. Começamos pela Justiça, e desde logo com esta entrevista à Bastonária da Ordem dos Advogados, Fernanda de Almeida Pinheiro, que nos lembra que “não há Estado de Direito sem Justiça e é função do Governo da Nação garantir que a justiça e os seus operadores dispõem de meios para servir as populações e as empresas”.



50 anos após o 25 de Abril, com a conquista e consolidação da Democracia e de liberdades fundamentais, quais foram, no seu entender, as mudanças mais relevantes na Justiça, em Portugal?

As mudanças mais significativas foram a possibilidade de maior acesso, por parte das populações, à mesma. Efetivamente, pese embora exista ainda muito que fazer nesta matéria, no sentido de garantir na sua plenitude o que preceituado pelo artigo 20^a da CRP, (tendo em conta que muitas pessoas são completamente arredadas da justiça, por via dos seus enormes custos), não temos como negar que foi feito um longo e consistente caminho, ao longo destes 50 anos de democracia, no sentido de dar cumprimento às promessas de abril.


Muitas das mudanças de que falamos tiveram impacto em toda a população, mas este terá sido ainda maior nas mulheres, uma vez que tínhamos leis que limitavam particularmente as suas liberdades e direitos, antes de 1974. Apesar de tudo, neste campo, 50 anos volvidos, ainda há muito para evoluir? Muito. Na realidade em termos de legislação (que é o menos complicado), até por via das imposições europeias, foram corrigidas

muitas verdadeiras aberrações, como a impossibilidade de acesso das mulheres às magistraturas judiciais e do MP, ou a necessidade de autorização dos seus maridos para poderem sair do país. Ainda assim, ao contrário do que muitos acreditam, o género é ainda uma das principais formas de discriminação no nosso país. Conseguimos ver isso a nível da gestão política do país, na gestão empresarial e institucional, na forma como educamos as nossas crianças, nas responsabilidades domésticas e parentais, nos salários e em muitas outras questões que parecem invisíveis para quem não as sente na primeira pessoa. E na advocacia, por exemplo, as mulheres ainda não conseguem exercer os mais básicos direitos sociais, como seja o direito à proteção na maternidade.

Disse recentemente que a Justiça nunca foi uma prioridade política no nosso país. Em vésperas de eleições legislativas, tem esperança de que este tema seja debatido, durante a campanha, com seriedade?

Disse e mantenho. No entanto, a questão aqui é mais que uma simples esperança, é um imperativo que essa discussão seja feita. Os operadores judiciais têm o dever que exigir que esse debate seja feito e, mais que isso, têm que exigir a concretização de políticas e meios para a justiça. É preciso não esquecer que não há Estado de Direito sem Justiça e é função do Governo da Nação garantir que a justiça e os seus operadores dispõem de meios para servir as populações e as empresas pacificando a sociedade e fazendo cumprir a lei a todos/as. A Ordem dos Advogados vai promover esse debate e pugnar para que seja respeitado um caderno de encargos para a Justiça por parte daqueles que nos irão governar no futuro.

Qual deveria ser, para si, a principal prioridade do país neste momento, particularmente na Justiça?

A principal prioridade é a de garantir recursos humanos, meios logísticos e de investigação, sem nunca esquecer um acesso à justiça digno desse nome às populações e empresas, assegurando a sua segurança jurídica e aconselhamento qualificado, garantido por profissionais certificados, porque só através do acesso ao serviço dos Advogados e advogadas portuguesas se cumpre abril e a constituição. 

Sem Justiça não há Liberdade.

Por Claudete Teixeira, Advogada

O 25 de Abril de 1974 trouxe-nos uma liberdade que não tínhamos e eu já conheci Portugal como um Estado democrático e livre. Mas temos de ter consciência que a Liberdade só se concretiza plenamente quando a conseguirmos aplicar na vida concreta de cada indivíduo. Quando nos podemos manifestar nas ruas, mas ainda temos números tão elevados de situações de violência dentro de casa pergunto-me onde é que está a liberdade das vítimas de violência doméstica. Ou quando os adultos decidem que os filhos são sua propriedade ou a melhor forma de atingir o outro, onde é que está a liberdade das crianças vítimas do conflito parental? Não basta dizer que somos livres e esperar que todos saibam usar essa liberdade sabiamente.

É preciso educar para a Liberdade.

“A liberdade tem de ser exercida com responsabilidade”. Em algum momento já todos ouvimos, ou usámos, este chavão, mas será que o conseguimos plenamente aplicar nas alturas mais exigentes? Não é preciso pensar em grandes cenários globais para perceber a dificuldade que ainda existe em respeitar o outro, especialmente se o outro for especialmente vulnerável, como é o caso das crianças. A liberdade que temos hoje de decidir os nossos destinos e, nomeadamente, de não nos mantemos num casamento ou relação, que frustrou a nossa expectativa de amor eterno, deve ser exercida com responsabilidade e respeito pelo outro, em particular para com as crianças fruto dessa relação.

Difícilmente se encontrará um pai ou mãe que não diga que daria a vida pelo seu filho. Contudo, em situações de elevado

conflito parental, por vezes, não conseguem praticar os pequenos gestos de que os filhos realmente precisam. Coisas simples, como não falar mal do outro progenitor em frente à criança. Mais do que não envolver os filhos no conflito parental, trata-se de não permitir, sequer, que as crianças se apercebam desse conflito. Os filhos, em princípio, não irão precisar que ninguém morra por eles. Por vezes, precisam apenas que respeitem a sua infância. Os danos provocados pelo conflito parental nas crianças são graves e irão refletir-se na sua vida futura. Atendendo ao elevado número crianças envolvidas em conflitos parentais que existe atualmente a situação é preocupante. A concretização do direito à Liberdade na criança passa por assegurar o seu direito a ser criança. À preservação da sua inocência.

É certo que ninguém nos ensina a ser pais. E menos ainda nos ensina a ser pai ou mãe quando todo o projeto de vida que levou ao nascimento daquele filho se desmoronou, e surge a incerteza acerca do futuro, a par, via de regra, de um elevado sofrimento emocional. Não nos podemos esquecer que a seguir à morte de um ente querido, o divórcio é a maior causa de stress no ser humano.

É muito difícil estar a passar por um divórcio e ter de tomar decisões acerca de questões que, até então, eram desconhecidas. É preciso que se tenha consciência que nessa altura é preciso ajuda. É importante procurar a ajuda de um psicólogo e é preciso a ajuda de um advogado, que trabalhe na área da família, para que possa orientar para as questões jurídicas e orientar os pais acerca do que devem ou não fazer, no que se refere ao relacionamento com o outro e com os próprios filhos. Quanto mais esclarecidos os pais estiverem, menos erros cometerão e mais protegidos ficam os filhos.

~

“Difícilmente se encontrará um pai ou mãe que não diga que daria a vida pelo seu filho. Contudo, em situações de elevado conflito parental, por vezes, não conseguem praticar os pequenos gestos de que os filhos realmente precisam. (...) Os filhos, em princípio, não irão precisar que ninguém morra por eles. Por vezes, precisam apenas que respeitem a sua infância.”

~


Na fase da rutura conjugal surge uma grande indefinição de papéis, direitos e deveres. É importante que a procura de apoio especializado surja o mais precocemente possível. A mediação familiar é também uma opção e uma forma de resolver, por acordo, questões como a regulação do exercício das responsabilidades parentais, ou outras, com foco no diálogo e na diminuição dos níveis de conflito.

As alterações legislativas levadas a cabo em 2015 vieram refletir uma mudança de paradigma, no sentido de se passar a colocar o foco nos direitos e proteção da criança, como titular dos interesses que se visam proteger nos processos que os envolvem, e isso foi muito positivo.

Contudo, é preciso que o Estado assegure verdadeiramente o direito das pessoas a ter acesso à justiça, com celeridade e qualidade. A delonga no acesso à justiça é por si só uma denegação dessa mesma justiça. Os tribunais não dispõem de meios suficientes: faltam magistrados e oficiais de justiça, faltam salas, faltam meios técnicos, e os processos acumulam-se, com a conseqüente falta de resposta e de ajuda às famílias que dela necessitam.

O tempo das crianças não é o tempo dos adultos, e muitas vezes, quando o tribunal consegue intervir já é tarde. Embora

tenha de se ter consciência que os tribunais não conseguem resolver tudo. Assim como não é possível existir um polícia em cada esquina, também não é possível ter um juiz em cada casa. Mas deveria ser possível ter acesso a um advogado e a um psicólogo sempre que é preciso e, em casos de conflito parental, tal torna-se necessário muitas vezes. Também por esta razão é importante que a intervenção do advogado seja precoce e contínua, de modo a orientar os pais e a resolver os problemas que vão surgindo a cada dia. Não obstante, este tipo de acompanhamento ainda não é acessível a todos. A nomeação dos advogados no âmbito do apoio judiciário é também demorada e limitada no seu âmbito de intervenção, e enquanto os valores pagos aos advogados que prestam o serviço público de apoio judiciário for ofensivo da sua dignidade, como é, há um grande desincentivo a que estes profissionais se inscrevam no mesmo. Mas há, acima de tudo, uma grande falta de dignificação da justiça, facto com o qual nunca nos devemos conformar.

Sem Justiça não há Liberdade. 



Claudete Teixeira é advogada, licenciada pela Faculdade de Direito de Lisboa - pré-Bolonha. Ao longo dos anos tem apostado na sua formação: frequentou várias pós-graduações, em especial, na área do Direito da Família e das Sucessões. Tem um curso de mediação familiar e, atualmente, está a frequentar uma pós-graduação em Direito do Trabalho, também na Faculdade de Direito de Lisboa.



A violência doméstica a nível internacional e o acolhimento de países europeus a mulheres vítimas desse flagelo.

Por Kelly Nóbrega, advogada criminalista em âmbito nacional e internacional

A violência doméstica é um problema de todos nós, isso porque todos temos mães, irmãs, filhas, tias, avós, primas, namoradas, esposas ou amigas. E não falarmos sobre este problema que, infelizmente em pleno século XXI, tem números maiores e crescendo a cada dia que passa, é o reflexo de uma sociedade doente. Sim, doente, como disse a ministra do Supremo Tribunal Federal (STF) do Brasil, Cármen Lúcia, “O grau de civilização de uma sociedade pode ser medido pela forma como se trata as mulheres.”

Quando falamos de violência doméstica, importa ressaltar que este crime não abrange só as mulheres, mas hoje, neste artigo, irei focar em um grupo específico que são as mulheres.

Recentemente tivemos a decisão do Tribunal de Justiça Europeu que reconheceu as mulheres como um grupo social, e desta feita, considerou que as mulheres que são vítimas de violência se cumpridos os requisitos da diretiva 2011/95, poderão buscar proteção internacional.

Como funciona e quais os requisitos?

Muitas mulheres são perseguidas, vítimas de violência doméstica e/ou violência sexual, na maioria dos casos havendo uma ameaça real de serem mortas por um membro de sua família ou da sua comunidade do país de origem, em razão de normas culturais, religiosas ou tradicionais. Nestes casos preenchem os requisitos.

Essa decisão foi um salto para a evolução e melhoria da sociedade, isso porque trata-se de uma importante decisão que reconheceu o direito das mulheres que sofrem com a violência doméstica de se valerem de proteção internacional, podendo desta forma sair do meio tóxico em que vivem.

Outro ponto importante a ressaltar é a possível aprovação da nova Lei abrangendo a UE e os Estados-Membros, todos deverão trabalhar em conjunto para prevenir e combater a violência contra as mulheres, bem como proteger as vítimas e punir os agressores.


Atualmente não existe legislação específica da UE relativa à violência contra as mulheres nem à violência doméstica, apenas convenções. A nova lei irá trazer novos actos de criminalidade que acompanham a evolução do mundo do crime, como por exemplo, a ciberviolência, que refere-se à partilha não consentida de imagens íntimas, à ciberperseguição, ao ciberassédio e ao ciberincitamento ao ódio ou à violência.

Eu sou advogada criminalista em âmbito nacional e internacional e vejo inúmeros casos em que as vítimas por vezes não conseguem pedir socorro porque estão sendo vigiadas, por isso é de extrema importância que todos saibamos minimamente o sinal que se tornou mundial de pedido de socorro.

O gesto abaixo foi criado por uma fundação canadense - Canadian Women's Foundation, para vítimas de violência doméstica ou sequestro, pudessem pedir ajuda durante a pandemia.

Acontece que o sinal é silencioso e é um simples gesto com a mão que permite comunicar discretamente. Este sinal salvou a vida de inúmeras mulheres pelo mundo e, por isso, se tornou viral e hoje é reconhecido mundialmente como um pedido de socorro, sem deixar rastros digitais ou usar a voz.

O Signal For Help – Sinal de Ajuda:

1. Palma da mão aberta e polegar dobrado para dentro;
2. Fechar os outros quatro dedos sobre o polegar, encapsulando-o para se referir a sentir-se presa ou confinada. 

✉ KELLYNOBREGA-62389L@ADV.OA.PT

📧 KELLYNOBREGA.ADVOGADA

O silêncio
mata!



Contribuir na luta contra à
violência doméstica é um
dever de todos nós.
Não se cale!



APRENDA O SINAL UNIVERSAL DE AJUDA CONTRA A
VIOLÊNCIA DOMÉSTICA E SEQUESTRO
E SALVE VIDAS

Por Dra. Kelly Nóbrega - Advogada Criminalista

“As mulheres imigrantes são vítimas de dupla discriminação”



Ludimila Poirier chegou a Portugal há seis anos para continuar os seus estudos e trabalhar, vinda do Brasil. Concluiu entretanto um mestrado em Ciências Jurídico-Forenses na Universidade de Coimbra, onde está a tirar agora o doutoramento em Direito Civil. Especializada em Direito da Família e Direito da Filiação, é advogada em Portugal e no Brasil e deixa-nos um testemunho importante sobre a realidade da imigração feminina na União Europeia através da sua própria experiência profissional.

A Ludimila Poirier é advogada no Brasil e em Portugal. São realidades jurídicas muito diferentes? É difícil a adaptação entre os dois lados do Atlântico?

Existem institutos parecidos, mas o Direito é permeável à mudança social, e por isso, em sociedades diferentes, temos normas diferentes. A realidade jurídica reflete a necessidade de cada grupo social. Em ambos ordenamentos jurídicos há pontos positivos que podem servir de paradigma para um ou para outro país. A adaptação é difícil na medida que existem muitas leis esparsas da União Europeia que são de conhecimento obrigatório, mas não é nada que não se resolva com estudo e dedicação.

Como é que olha para o papel específico da mulher imigrante, em Portugal, através da sua experiência pessoal enquanto advogada?


Eu cheguei no país com visto de estudante de ensino superior, e logo comecei a trabalhar. Em casos assim, o processo de integração, obtenção de documentos é mais eficaz. Mas o meu caso é uma exceção, pois o Relatório sobre a imigração feminina (A6-0307/2006, do Parlamento Europeu), traça um perfil do papel e da posição das mulheres imigrantes na UE. As mulheres representam 45% dos imigrantes nos países desenvolvidos. Com tendência para um aumento constante da imigração feminina, com uma percentagem de cerca de 54% do total dos imigrantes. O Conselho da Europa informa que as mulheres imigrantes são vítimas de dupla discriminação por razão do sexo e por razões de origem étnica, e isto a dois níveis: no âmbito da sociedade de acolhimento e no âmbito da comunidade imigrante em que vivem. Estas são informações muito importantes e que devem ser consideradas quando tocamos no tema de migrações.

Quais são os problemas mais habituais com que se deparam os seus clientes imigrados em Portugal, e no espaço da EU em geral?

Existem vários tipos de imigração na EU: a familiar, a económica, os refugiados, e claro, a imigração ilegal. Apesar de todas as políticas que foram aplicadas, um grande número de imigrantes

vive à margem da sociedade. Com limitações ao acesso à vida pública, política e económica. Por isso, muitos clientes chegam com vontade de trabalhar, com boas economias para investir no país, mas as dificuldades na obtenção da documentação necessária para viver regularmente, são impeditivos para a concretização de muitos sonhos. Basta o exemplo do reagrupamento familiar: há meses não há vagas. Com isso há casos em que o progenitor está legalmente autorizado a viver e trabalhar, enquanto a esposa e o filho nunca obtiveram êxito na conclusão do processo de permanência aqui em Portugal.

No ano em que se completam 50 anos de democracia em Portugal, qual lhe parece ser o principal problema do país, no campo da Justiça, e o que poderia ser feito com vista à sua resolução?

Ruy Barbosa disse que: “A justiça atrasada não é justiça; senão injustiça qualificada e manifesta”. Isto significa que do ponto de vista daqueles que necessitam uma prestação jurisdicional, não há nada pior do que uma justiça lenta. A lentidão é agravada pela falta de Funcionários Judiciais, Magistrados e técnicos. Acredito que a desmaterialização dos processos, as audiências virtuais são pontos positivos para alcançarmos um judiciário de excelência em que sobretudo são respeitados os pilares da democracia: a igualdade, a liberdade e por absoluto, o Estado de Direito. 

LUDIMILA POIRIER

OAB RJ 176237 / OA 58745C

 (24)98129-2880 / +351 937 444 045
(Chamada para móvel nacional)

 +351 937 444 045

 souzapoirier@gmail.com
ludimilapoirier-58745c@adv.oa.pt

 @ludimilapoirier

 Rua da Liberdade n.º 27 · Lj 05 Buarcos
Figueira da Foz · Código Postal 3080-168.

“A atualidade continua a mostrar um fosso de desigualdades”



Após 50 anos de Democracia em Portugal, e apesar dos muitos direitos conquistados, há ainda um longo caminho a fazer rumo à igualdade. É disso que nos fala a advogada Diana Reis, nesta entrevista, exemplificando com situações concretas e com a sua própria experiência profissional. Deixa-nos ainda as suas expectativas relativamente à próxima legislatura, e um apelo à Ordem dos Advogados.

Como é que a Diana Reis olha para o a evolução do papel das mulheres, particularmente na advocacia, desde o 25 de abril de 1974? Quais considera terem sido os principais desafios enfrentados e os progressos alcançados nestes 50 anos?

A revisão do código civil de 1978 foi o primeiro grande progresso para as mulheres no pós 25 de abril: a mulher casada deixou de ter estatuto de dependência do marido, desapareceu a figura do "chefe de família" bem como as disposições que atribuíam aos homens a administração dos bens do casal. Em 84 com a lei da maternidade deu-se um novo e significativo avanço. Todavia a atualidade continua a mostrar um fosso de desigualdades. O principal desafio continua a ser a conciliação da vida profissional e familiar e aí é necessário educar para a igualdade, o que não tem sucedido. Há ainda uma pesada herança social que é preciso desmistificar.

Na advocacia em particular necessitamos de um sistema previdencial adequado à mulher e à maternidade, o que não se coaduna com o sistema atual pensado quase exclusivamente para a reforma, para quem lá chegar. É ainda necessário que esse mesmo sistema previdencial garanta direitos básicos como licença de maternidade e assistência à família, o que atualmente não acontece e que tem reflexos inexoráveis na vida de milhares de mulheres advogadas.

Ainda que se tenham conquistado muitas liberdades e direitos sociais e individuais desde a implementação da democracia em Portugal, este é um caminho ainda a ser feito, sobretudo quando falamos da igualdade de direitos entre mulheres e homens. Como está esse equilíbrio na sua área em concreto? O que lhe diz a sua experiência pessoal?

Não vislumbro que haja equilíbrio na minha área em concreto, mantendo-se uma ideia predominantemente masculina na advocacia, não obstante o crescente número de mulheres advogadas. Começamos com coisas básicas como meritocracia, conciliação de

vida profissional e pessoal/familiar e o papel que as mulheres ainda têm de desempenhar sobretudo familiarmente na assistência aos filhos e cuidados do lar (a “dupla jornada”).

Não beneficiando sequer de licença de maternidade, sendo mãe e tendo diligências agendadas, ou invoco justo impedimento apelando à cortesia e colaboração do tribunal (que pode não aceitar, até porque não há base legal que o obrigue), ou não terei qualquer dispensa do ato. Acrescidamente, os prazos para prática dos atos também não se suspendem, o que igualmente sucede em caso de doença, pelo que o melhor mesmo é nem ser sujeita a internamento.

Roçamos em aspetos básicos de humanidade e dignidade que nunca foram acautelados para as mulheres advogadas e que fazem muita diferença quer no acesso à profissão, quer no seu exercício.

Neste ano em que teremos dois atos eleitorais, com as legislativas já em março, quais são as suas expectativas relativamente a um novo governo? Particularmente, o que espera que possa trazer de novo o(a) próximo(a) ministro(a) da Justiça?

Seria importante que conseguisse encontrar consensos nas classes judiciárias, pudesse efetuar recrutamentos e agilizasse processos que estão há demasiado tempo à espera de movimentação, sobretudo por falta de recursos humanos para o efeito. Espero ainda, no que à minha Ordem concerne, que possa concretizar a expressão que deixámos no referendo de junho de 2021, pelo qual ficou expresso (por um número superior à maioria dos votos) que desejamos escolher qual o sistema previdencial pelo qual nos queremos reger. Quase três anos volvidos sem que se tenham tomados as providências administrativas e legislativas nesse sentido é desrespeitar uma vontade legal, legítima e expressa. Gostava ainda de acreditar que a legislação vai deixar de ser feita para o momento, tomando por base os princípios que deveriam presidir a sua redação (geral e abstrata) e não os casos concretos. 🇵🇹



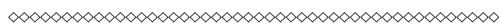
963 363 004 | 964 171 347
geral@reiseassociados.pt

www.reiseassociados.pt | @reiseassociadosadvogados

Rua João de Deus Ramos, 146 - Girassolum Piso 3 Loja 333 Coimbra



O “último e maior alicerce” dos seus clientes



Advogada com mais de dez anos de experiência, Marcela Camargo sempre se identificou com o Direito Criminal. Depois de construir uma sólida carreira no Brasil escolheu Portugal para ter uma experiência internacional, concluir um Mestrado em Ciências Criminais e iniciar o Doutoramento na Universidade de Coimbra. É também Diretora da Associação Brasileira de Advogados (ABA) em Coimbra. Nesta entrevista revela-nos como é ser advogada, estrangeira e criminalista em Portugal e de como, em muitos casos, é o “último e maior alicerce do cliente”.

Quais são, para si, os principais desafios enfrentados atualmente por uma mulher na advocacia, em Portugal?

Ser mulher já é, em si, um desafio constante. Infelizmente, a despeito de mudanças, ainda vivemos em um mundo predominantemente machista, e a mulher, em muitos momentos, precisa provar a todo tempo sua capacidade.

Ser mulher, estrangeira e criminalista ainda é um triplo desafio que, porém, tenho aprendido a vencer muito bem. Quando mostramos nossas habilidades, conhecimento e comprometimento com nossos clientes, com as causas e com o serviço conseguimos ultrapassar conceitos pré-concebidos, e passamos da desconfiança à confiabilidade em nossas competências, independentemente de gênero, cor ou nacionalidade.

Que diferenças observa entre o ambiente jurídico no Brasil e em Portugal, particularmente em relação à igualdade de gênero e oportunidades para mulheres advogadas?

Ambos os países, como muitos outros, ainda precisam percorrer um caminho até a igualdade que nos é devida. Claro que advogando autonomamente, como meu caso, não se possui um chefe ou colegas que venham a praticar ou fomentar alguma discriminação, mas em um geral, acredito que muitos cargos de chefia, direção, ainda são conquistados por mulheres com muito mais esforço do que os homens.


Qual a importância de contactar um(a) advogado(a) sempre que alguém tem uma dúvida ou se sente vulnerável em relação a questões legais, particularmente quando falamos de uma área tão sensível como o Direito Criminal?

O direito penal possui os mais sensíveis bens jurídicos, e o que está em causa em um processo criminal é o segundo bem (e há quem sustente ser o primeiro), mais precioso ao ser humano: sua liberdade.

Dentro de inúmeras nuances que podem ocorrer em um processo penal: seja a privação da liberdade, seja imposição de medidas de coação, seja o comparecimento a interrogatórios judiciais, audiências... tudo possui um enorme peso e relevância aos direitos fundamentais da pessoa, e ainda mais, do arguido, que, muitas vezes, pode vir a ter seus direitos cerceados sem uma boa defesa.

Por isso o advogado criminal assume especial importância, sendo, em muitos casos, o último e maior alicerce do cliente, frente ao rolo compressor estatal. Ter ao seu lado um profissional especializado e comprometido resultará em uma grande diferença durante essa fase que, pelo que vejo e vivo ao longo de mais de uma década na área, é a pior fase, ou uma das piores, que muitos passam, incluindo toda a família da vítima ou do arguido.

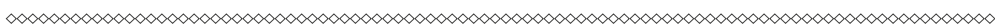
Quais são as suas maiores expectativas para o futuro e para a sua carreira?

Gostaria de expandir cada vez mais meu escritório, e não apenas em Portugal. Pretendo atender no meu escritório todos aqueles que precisam de justa e competente defesa, bem como atuar com o direito penal preventivo, nomeadamente nos programas de compliance criminal, necessários às empresas aqui em Portugal. Minha expectativa é ser a melhor profissional que possa ser, bem como ajudar outros colegas que queiram atuar na área, a atingir suas metas com excelência e compromisso. 

+351 914 017 603

 MARCELACAMARGO.ADVCRIMINAL  MARCELACAMARGO-ADV

“A IA é uma excelente oportunidade para um crescimento coletivo”



Quando falamos em Inteligência Artificial (IA) são muitas as questões éticas e sociais que se levantam, mas também as legais. Sendo assim, quem melhor do que uma advogada especializada nesta área para nos esclarecer um pouco sobre o que aí vem? Para isso convidámos Cláudia Lima Costa, licenciada em Criminologia e Direito, e que está a fazer um doutoramento precisamente em Inteligência Artificial e Direito.

A sua comunicação, seja através do site, das redes sociais ou do podcast (disponível no Youtube e no Spotify), é bastante arrojada e diferente daquilo a que estamos habituados na área da advocacia. Diria que é algo que surgiu naturalmente, fruto da sua personalidade?

Sim, sem dúvida. Eu adoro aprender, por isso, eu própria procuro desafios que me permitam evoluir. Eu coloco em tudo o que faço, o que sou e o que pretendo transmitir. Além disso, acredito que a advocacia precisa reaprender a comunicar numa sociedade que está a mudar radicalmente. É preciso uma maior transparência e proximidade com as pessoas.


A sua área de especialização tem sido a Inteligência Artificial, um tema extremamente atual e também polémico. Como é que surgiu o seu interesse por esta área e, como nos diz na abertura do seu podcast (IA Para Todos), a necessidade de desmistificar a IA?

O cérebro humano foi sempre um tema que me interessou desde a licenciatura em Criminologia. A IA surgiu na minha vida como o casamento perfeito entre as duas licenciaturas, o que já conhecia do cérebro humano, com a tecnologia, e juntando-lhe o Direito. Acho que existe um grande desconhecimento do que é a IA e o meu principal foco foi trazer diferentes pessoas para uma conversa fluída e informativa. Enquanto advogada e investigadora, é o meu papel criar debate sobre o tema e torná-lo acessível a um maior número de pessoas.

Este ano teremos, seguramente, uma presença constante da IA na agenda noticiosa. Aguardamos que os vários órgãos da União Europeia aprovem aquela que será a “primeira lei de inteligência artificial do mundo”. O que podemos esperar desta regulamentação?

Como costumo dizer, este regulamento é louvável como princípio de conversa, vai dar-nos com o que trabalhar, refletir, testá-lo com as empresas, mas julgo que se desatualizará facilmente, criará importantes desafios na sua implementação, e em muito pouco tempo estaremos a revê-lo e a ajustá-lo.

Olha para a IA, e para os seus inevitáveis avanços, com entusiasmo ou tem uma visão mais distópica desse futuro?

Com entusiasmo, acho que a IA é uma excelente oportunidade para um crescimento coletivo. Ela obriga-nos a refletir sobre o que é o Homem, a comunidade, e o papel do Direito na sua regulação. Vários institutos jurídicos terão que ser alargados, revistos ou até criados, espelhando uma sociedade em grande mudança e com um instrumento tecnológico muito sofisticado ao seu dispor. 



Unir a tradição portuguesa ao requinte do chocolate suíço

Directamente da Suíça, Brigitte Bless trouxe a sua prática de chocolateira para abrir, na Nazaré, a própria fábrica - a Chocolate Bless. É aí que produz chocolates artesanais suíços com produtos tipicamente portugueses, como a ginja. No ano passado abriu, nas Caldas da Rainha, o seu primeiro Café, com os famosos chocolates, infusões de cacau e café de origem única.



O Chocolate pode ser irresistível e uma perdição para muitos, mas para Brigitte Bless é uma paixão, utilizando todos os seus sentidos para o “descobrir, observar, sentir o seu aroma, tocá-lo e degustá-lo para que ele revele os seus segredos”. É assim que descreve como chegou até aos “Premium Handmade Chocolates” da sua fábrica Chocolate Bless, trabalhando sempre para realçar as suas características.

Brigitte Bless viajou da Suíça até Portugal para virar uma página na sua vida, tendo o objetivo de vir aprender a pintar em óleo em tela, mas os planos rapidamente se alteraram. O seu marido apresentou-lhe a ideia da fábrica de chocolate e com alguns argumentos conseguiu convencê-la. “Ninguém me conhece melhor do que ele”, diz-nos. Brigitte já tinha aprendido a trabalhar com chocolate numa fábrica bastante conceituada na Suíça, país conhecido por ter dos melhores chocolates do mundo.

A Chocolate Bless abriu em 2019, na Nazaré, e desde aí tem registado um crescimento exponencial que foi além das expectativas da chocolateira. Esta nunca mudou os seus objetivos e tudo parece correr bem: “A alegria de fazer e criar novidades para o prazer dos meus clientes”.

Desde a sua abertura que tinha definido misturar os produtos do seu país, a Suíça, com o país de acolhimento, Portugal. São chocolates suíços que incluem sempre um produto típico de uma cidade ou região em Portugal – a Ginja, o Vinho do Porto, o azeite, o vinagre balsâmico envelhecido em Sintra, as peras,

o Sal da Marinha Grande, as laranjas e limões do jardim de Brigitte, os grãos de café que são torrados a lenha no Chiado, a aguardente de um destilador de Seia e, com muita confiança diz, “e claro, a Canela”.

“A culinária, seja ela qual for, é a transmissão de diversos sabores, mas também de tradição”, explica assim Brigitte a união das duas culturas e os “olhos brilhantes” dos clientes que voltam para comprar para si ou para oferecer. Estes recorrem até si em épocas festivas, ou porque a descobriram nas redes sociais ou no google e ficaram intrigados. Os seus comentários são sempre “gentis e agradáveis”, demonstrando o seu prazer ao saborear os chocolates, o que para Brigitte é a maior recompensa pelo seu trabalho.

Os segredos dos chocolates Bless

A produção, o fator artesanal, a inovação e paixão são os segredos dos chocolates de Brigitte Bless. Na produção, a chocolateira trabalha a “técnica de variação de temperaturas”, com o objetivo de derreter e estabilizar o chocolate à temperatura adequada. Seguem-se os moldes e a preparação das ganaches que vão recheiar os bombons, sendo feitas com ingredientes naturais, sem adição de açúcar ou aditivos sintéticos e químicos. Estando prontos, são decorados à mão um a um. No seu laboratório também produz pastas para barrar, orangettes, trufas, ursinhos de marshmallow caseiros e bolos de chocolate suíços.

Brigitte Bless descreve os seus chocolates como “instintivos, impulsivos e resultado de paixões por sabores”. A chocolateira explica que tanto podem ter sido previamente pensados e testados para alcançarem o resultado ideal como podem ter sido criados por impulso, por uma paixão descoberta por uma especiaria, fruta ou outro produto que se destacou pelo seu sabor. Um dos casos foi a barra de chocolate negro Rio Huimbi do Equador, com 62% de cacau e combinada com pimenta oferecida por um amigo que a descobriu numa plantação da Tailândia.


A construção de ambições e desejos

Em setembro de 2023 decidiu ir mais longe e tornar-se mais próxima dos seus clientes ao abrir um pequeno café nas Caldas da Rainha. É lá que os amantes de chocolates podem degustá-lo,



experimentar as diversas infusões de cacau e o café de origem única. Futuramente o objetivo passa por abrir mais duas ou três lojas noutras cidades de Portugal para poder dar a conhecer a cada vez mais pessoas o seu “tesouro”.

Um dos desejos da chocolateira, trabalhar cada vez mais com chocolates que tenham uma ligação com Portugal, já está em andamento. Há cerca de um ano que colabora com um produtor de cacau orgânico dos Camarões. “Ele produz um chocolate excepcional, um pequeno tesouro, um grande ‘coup de coeur’ (fascínio em português) a primeira vez que experimentei”. Também se encontra a trabalhar com chocolate orgânico de São Tomé e Príncipe e ainda quer trazer o chocolate de uma produtora de cacau do Brasil.

“Cada origem tem a sua especificidade de sabor, cada degustação é um convite à viagem e à contemplação”, explica. No entanto, o maior sonho de todos é poder ter a sua própria linha de produção em que o processo de fabricação seja controlado desde a origem do cacau. 



**CHOCOLATE
BLESS**

uma onda de emoção

WWW.CHOCOLATEBLESS.COM

 [CHOCOLATEBLESSVIOLET](https://www.instagram.com/chocolateblessviolet)  [CHOCOLATEBLESSVIOLET](https://www.facebook.com/chocolateblessviolet)

Café Alentejo: história e riqueza gastronómica tipicamente alentejana

Quem desce a Rua do Raimundo, em Évora, para além de vários edifícios tradicionais, encontra à esquerda o centenário Café Alentejo. No interior do restaurante, Rita Simão, a atual proprietária, e uma vasta equipa preparam e servem um conjunto de iguarias alentejanas que contribuem para manter viva a gastronomia portuguesa e, acima de tudo, a da região.



Apesar de ter passado parte da infância em Lisboa, Rita Simão nasceu e viveu até aos três anos na cidade de Évora, onde regressou quando decidiu fazer a licenciatura em gestão na Universidade de Évora. Enquanto estudante, frequentava muitas vezes o Café Alentejo e, certo dia, agradada com toda a envolvimento do espaço, disse à 'Dona Isabel', que era quem geria o estabelecimento na altura: "assim que se faltar do negócio eu tomo conta".

Em 1999, eis que surge a tão desejada oportunidade de ficar com o Café Alentejo, um espaço emblemático inserido num edifício do século XV, que serviu de estalagem à família real quando visitava a cidade. Se em 1900 começou por ser uma casa de pasto e, outrora, foi uma taberna, atualmente é um restaurante tipicamente alentejano. O gosto que Rita Simão tem pela cozinha, e que lhe foi passado na infância, fez com que, ao

longo da vida, em festas com amigos, se disponibilizasse sempre para confeccionar as refeições, ao mesmo tempo que contribuiu para adensar a vontade de gerir um restaurante. "Na minha família houve sempre uma grande tradição de estar à mesa, de fazer quilómetros para ir comer e também de saber cozinhar. Por exemplo, eu aprendi com a minha avó e com a minha mãe".

25 anos a servir comida de conforto com qualidade

Foi a 9 de junho de 1999 que o Café Alentejo, apesar de manter o icónico nome e a singular estrutura arcoense, ganhou uma nova 'vida'. Ainda que o início tenha sido marcado por alguma inexperiência "porque ninguém tinha formação na área", com o decorrer dos anos, a trajetória foi-se encaminhando para fazer jus ao próprio nome e tornou-se numa montra do que de melhor

se faz na região. “Atendendo às tendências da restauração, a ideia de partilhar e experimentar sabores e de ter uma experiência com o que de melhor há no Alentejo é um bocadinho o nosso conceito”.

Para além dos queijos, enchidos, presuntos, cogumelos, espargos verdes salteados unicamente em azeite, farinheiras, linguiças, ovos mexidos e gambas panadas, dispõem ainda de vários tipos de sopas, um dos ex-líbris alentejano, que aqui é confeccionado “como se fosse nas nossas casas”, uma vez que estamos perante uma “cozinha de conforto”. São elas a sopa de cação, açorda alentejana e sopa de peixe com hortelã da ribeira, “que é incrível porque tem o sabor das ervas que conjugadas dão um toque delicioso”. Servem ainda migas e porco alentejano, “que é uma receita que também vem de família”, bochechas assadas no forno, carne frita de alguidar, e as especiais: rabo de boi estufado em vinho tinto do Alentejo, arroz de pato tostado e Bacalhau à Brás. Relativamente às sobremesas, não faltam os doces conventuais tradicionais da região, como é o caso da sericá, da encharcada e do torrão real de Évora, bem como bolo de chocolate e mousse. “Chegámos a ganhar um prémio com o pudim de queijo de Serpa, com creme de laranja e hortelã, que é diferenciador, bom para vir provar”. Muitos dos produtos utilizados no Café Alentejo são de produtores locais, uma vez que a proprietária tenta contribuir para uma economia circular e valorizar o que de melhor ali é produzido.

Existe um espaço no restaurante onde se encontra uma garrafeira climatizada que alberga os melhores vinhos de cada zona do país, além do Honoris, a marca da casa. “Como sou uma apaixonada por vinhos, uma coisa que me dá imenso prazer é produzir e andar à procura de vinhos de produtores diferentes para partilhar com quem nos visita”.


O passado, o presente e o futuro

Se nos primeiros dez anos, às quintas-feiras, Rita Simão organizava noites de fado, hoje em dia dá espaço ao cante alentejano. A par disto, proporciona experiências gastronómicas onde qualquer pessoa pode participar através de inscrição prévia. “É uma experiência de proximidade e de mostrar um bocadinho o que aqui há no Alentejo”. Também a nove de cada mês “há sempre algo especial, de um determinado tema, a acontecer”. Por exemplo,



no dia 9 de março vai ser lançado um novo vinho.

Ao fim de mais de duas décadas, o balanço feito pela proprietária é “muito positivo”. O facto de o espaço ser “bonito e descontraído e de oferecer o que de melhor se faz e existe no Alentejo” é, na sua opinião, a par da resiliência, perseverança, entusiasmo, dedicação, autenticidade, veracidade e inovação, o que tem contribuído para o sucesso. De forma a mantê-lo, o objetivo de Rita Simão passa por dar continuidade ao que tem vindo a fazer, adaptando-se às pessoas que visitam o espaço.

“Em primeiro lugar, desafio as pessoas a virem a Évora, uma cidade muito bonita, que é património da humanidade e tem uma luz espetacular. Em segundo, desafio as pessoas a virem conhecer o Café Alentejo, a terem uma experiência à mesa num sítio de encontros e de partilha”. O convite fica feito e nós prometemos voltar. 



“A persistência será sempre um dos nossos melhores aliados”

Querer ter o próprio negócio numa área onde os homens ainda são predominantes foi o que motivou Ângela Sousa a fundar, em 2016, a Esquadria Estável. Esta empresa, sediada em Évora, demonstra uma notável versatilidade, uma vez que não só constrói, reabilita, compra e vende imóveis, como também aluga maquinaria.



Ângela Sousa estudou Gestão na Universidade de Évora e começou por desempenhar funções nos setores administrativo e financeiro da própria instituição. Posteriormente, foi Consultora Financeira e Gestora de Equipas numa empresa de intermediação de crédito, formadora na área em que se instruiu e também Gestora de Recursos Humanos e de Serviços Administrativos num hotel.

Em 2016 decidiu dar asas à vontade que sentia de ter um negócio próprio, num setor onde a presença do sexo masculino é preponderante, como é o caso da construção civil, e fundou a Esquadria Estável. A grande inspiração de Ângela Sousa para dar este passo foi o marido, que exerce na área há já mais de 25 anos. “Enfatizo a importância dele no sucesso da empresa/meu sucesso. Destaco sempre a contribuição e o apoio que me tem dado ao longo da minha jornada enquanto empreendedora”. O que mais lhe desperta interesse e a fez investir numa empresa do setor da construção, em particular, foi o facto de nunca existir uma obra igual à outra e de se cruzar sempre com clientes diferentes, “o que torna esta área bastante diversificada e nada monótona”. Porém, não deixa de realçar o contentamento que lhe dá acompanhar a obra do início ao fim, bem como a satisfação do cliente, quer numa construção de raiz, quer numa remodelação, por mais simples que seja.

A versatilidade e a prosperidade de uma ‘jovem empresa’

A Esquadria Estável, que se localiza em Évora, manifesta uma evidente multifuncionalidade ao envolver-se em atividades que abrangem desde a construção e reabilitação de imóveis até ao aluguer de máquinas e à compra e venda de propriedades. Apesar de ser recente no mercado, a empresa conta “com uma vasta experiência” na execução de obras públicas e privadas, “destacando-se pela adoção de uma postura vanguardista, no que concerne à utilização de tecnologias e equipamentos de ponta. Esta aposta contínua na inovação é um testemunho do empenho da Esquadria Estável em proporcionar um serviço de excelência aos seus clientes”.

Se quando iniciou funções a empresa tinha, somente, quatro colaboradores, atualmente, emprega 26 funcionários. Segundo a CEO, o que leva a Esquadria Estável a distinguir-se de outras



empresas do ramo é o facto de a conduta de todos os que nela atuam se guiar pelos valores que servem de alicerce à estrutura: a honestidade, a integridade e a lealdade. “A partir daqui, torna-se mais fácil fazer cumprir a nossa missão de realizar os sonhos dos clientes e satisfazer as necessidades deles, com base na qualidade e no atendimento personalizado”.

A empresa de Ângela Sousa conquistou, pelo segundo ano consecutivo, o certificado “TOP 5% Melhores PME Portugal”, concedido pela Scoring. Esta distinção foi recebida “com uma enorme satisfação” por toda a equipa pois viram o esforço, o empenho, a estratégia, a gestão e a dedicação serem reconhecidos. “Sendo esta uma empresa jovem que tem vindo a crescer, sabemos que para alcançar o sucesso é fundamental uma solidez financeira e são distinções como esta, baseadas no mérito, que nos permitem reforçar a motivação e a confiança do nosso trabalho junto do mercado e progredir no bom desempenho empresarial”.



É por motivos como este, fruto de um “trabalho diário e árduo”, que o balanço da conduta da Esquadria Estável é positivo. “Tenho tido uma equipa fantástica, em termos de funcionários, fornecedores e parceiros financeiros, que tem feito com que, todos juntos, consigamos alcançar o patamar em que estamos hoje”.


Relativamente ao futuro profissional, as expectativas da CEO são positivas, “iguais ou melhores que em 2023”, tendo em conta as obras a decorrer, que transitaram do ano passado para este, as que estão em carteira, o volume de pedidos de orçamentos que já têm desde o início deste ano e os contratos em carteira até 2027.



A visão de uma empreendedora de sucesso

Na opinião de Ângela Sousa, a desigualdade de género, ainda bastante evidente na sociedade, só vai diminuir para percentagens insignificantes quando a mentalidade das pessoas for educada para tal desde “tenra idade”.

Se esta disparidade acaba por ser mais evidente em determinados setores, no da construção civil ser uma mulher a CEO da empresa “é desafiante em vários aspetos. Isto porque é uma profissão ainda com um olhar bastante masculino, que resulta, por vezes, na subestimação das capacidades da mulher”. Contudo, segundo a própria, nos últimos anos, ainda que de forma gradual, tem-se vindo a notar uma evolução positiva e há cada vez mais mulheres em lugares de destaque nas empresas em que operam. “Assim se espera que continue no futuro”.

Enquanto empreendedora de sucesso, de forma a motivar outras mulheres a seguirem os próprios sonhos, Ângela Sousa afirma que o mais difícil passa por decidir o que escolher para o futuro. A partir daqui é seguir em frente e não desistir perante os desafios. É ver neles uma motivação para continuar, uma oportunidade para fazer a diferença, considerando sempre que vão existir obstáculos no caminho. “A persistência será sempre um dos nossos melhores aliados”. 



Violência não é Amor!

Acredito que todos trazemos algo que nos diferencia, logo desde a nascença, e embora não sejamos educados a dar atenção às coisas vulgares da vida, são essas que nos tornam especiais e capazes de fazer algo de novo e transformador.

Demorei 50 anos a perceber isso! Desde muito nova que sentia um vazio, uma constante inquietude em querer saber mais e não me conformar. Na minha profissão como professora continuei a andar de escola em escola e a perceber que apesar da evolução tecnológica havia muitas coisas que não mudavam e, sentindo-me incapaz, comecei a ficar cada vez mais triste ao ponto de adoecer. Depois do meu divórcio, de perder amigos para o suicídio e perceber alguns padrões que se repetiam nos meus filhos, comecei a canalizar toda a minha energia na pintura acabando por realizar quatro exposições.

Mas não chegava. Precisava chegar a mais pessoas e aceitei o convite para participar como coautora num livro com o título “Juntas es mejor, Resiliência feminina em tempos de incertidumbre”, juntamente com mais 59 mulheres de 17 países diferentes. A minha história de vida e proposta de superação começou a correr mundo, em língua espanhola.


As histórias contidas nesse livro e as preocupações comuns aumentaram a minha curiosidade e a minha vontade de saber mais e decidi participar numa formação, ao longo de aproximadamente quatro meses, promovida por Women 4 Solutions, onde eu e mais 66 mulheres aprendemos e falámos sobre o impacto da economia do cuidado, das empresas B, e de outros fatores que não são contabilizados para o PIB de um país, mas que tem um impacto gigantesco na sociedade. No final da formação fui convidada para ser membro da rede global de mentores e, nesse momento, percebi que tinha encontrado o meio para poder ajudar-me a mim e ajudar outras pessoas através da mentoria. Comecei a organizar e moderar vários fóruns de debate sobre as temáticas ligadas à igualdade de género onde para além de incluir os homens, também me preocupei em ouvir pessoas de várias idades na tentativa de encontrar a raiz das desigualdades e encontrar



algumas propostas de atuação no que diz respeito à igualdade de género. Em outubro de 2022, no primeiro congresso global de Mentoring, em Buenos Aires, fui reconhecida por esse meu trabalho.

No entanto, nem tudo era fácil e percebi que ainda havia muito a curar dentro de mim, e que a melhor forma de o fazer poderia ser através da escrita. Escrevi “Eva entrega a Costela a Adão” que atualmente já tem a sua versão em espanhol “Eva le Devuelve la costilla a Adán”, um livro que me levou a olhar para as minhas feridas e para aquelas que constatei nas escolas e nos fóruns que organizei. É um livro apaixonante, que prende o leitor desde o primeiro momento e, o leva a identificar-se com as personagens, para além de perceber que muitas das vezes justificamos o abuso sexual na infância, o bullying nas escolas, ou a violência

doméstica, como uma forma de amor.

Violência não é Amor! Foi com esse grito na minha cabeça que fundei a associação Amar Eva, da qual sou presidente. Falar de igualdade e não discriminação vai muito mais além decretar que somos todos iguais. Cada um de nós é único e especial e o foco deve ser na capacidade de cada um aceitar a diferença em si e nos outros e usá-la para criar um mundo mais harmonioso e feliz. Fui eleita, no início desde mês de dezembro, por voto popular, uma das melhores empreendedoras do mundo de 2023, e isso dá-me um novo impulso e uma responsabilidade maior para 2024. 

Fernanda Ferreira
Mentora Social e Familiar,
autora do livro Eva entrega a costela a Adão,
fundadora e presidente da associação Amar Eva.

Skincosmetics, a linha premium de cremes de rosto portuguesa, amiga dos animais, que não vai querer perder!

Laçada em 2023 e com imensa procura, a Skincarecosmetics promete revolucionar as rotinas de beleza de qualquer um de nós.

Este creme facial antirrugas é cruelty free, ou seja, não é testado em animais. A sua composição, de origem orgânica, contém ingredientes como: óleo de argão, sementes de sacha inchi, de rosa mosqueta e abacate. O retinol vegetal e o ácido hialurónico estão também aqui presentes. Estes ingredientes promovem a produção de colagénio, protegem a exposição da pele ao envelhecimento e reduzem as rugas e linhas de expressão.



Indicado para todo o tipo de peles, desde as mais secas às mais maduras, este creme destaca-se pelo sistema de bomba push up, em formato sérum – ao mesmo tempo que pressiona o aplicador, o creme que se encontra no fundo da embalagem sobe com a pressão exercida, permitindo o uso de forma prática, completa e higiénica sem quaisquer desperdícios. A sua textura é cremosa, de fácil aplicação e aderência e possui um aroma leve a amêndoa, bastante agradável e fresco.



No formato 50ml, prático e fácil de aplicar, este creme de rosto foge dos formatos tradicionais, sendo aconselhável para homens e mulheres. Está disponível para aquisição online, com um PVPR de 37,80€. Para além de todas estas mais valias, saiba que se preparam para lançar excelentes novidades à grande e à portuguesa, repletas de glamour e recheadas de descobrimentos que não irá querer perder! Embarque nesta experiência e fique atento aos próximos capítulos! 📺

Filipa Pantaleão assume cargo de Secretária-Geral do BCSD Portugal




O BCSD Portugal – Conselho Empresarial para o Desenvolvimento Sustentável conta, desde janeiro deste ano, com uma nova Secretária-Geral. Trata-se de Filipa Pantaleão, uma profissional com um vasto percurso nas áreas dos resíduos e da energia.

Responsável, até ao final do ano passado, pela área técnica da EGF (Mota-Engil), com o objetivo de melhorar a qualidade ambiental das empresas do Grupo, Filipa Pantaleão, ao longo da sua carreira, tanto a nível nacional como internacional, dedicou-se aos setores da água, logística, energia e resíduos. No início de 2024 assumiu o cargo de Secretária-Geral do BCSD Portugal – Conselho Empresarial para o Desenvolvimento Sustentável, uma organização sem fins lucrativos que reúne e representa mais de 140 empresas de referência em Portugal, as quais estão ativamente empenhadas na transição para práticas mais sustentáveis.

“É com muita motivação que abraço este novo desafio profissional no BCSD Portugal, no qual terei a oportunidade de pôr a minha experiência ao serviço de causas às quais tenho vindo a dedicar-me ao longo do tempo”, afirma Filipa Pantaleão, em comunicado de imprensa.

Para além de uma licenciatura em Engenharia do Ambiente, pela Faculdade de Ciências e Tecnologia da Universidade Nova de Lisboa, possui um MBA (Master Business Administration), pela Faculdade de Ciências Económicas e Empresariais da Universidade Católica Portuguesa.

Filipa Pantaleão, cofundadora da iniciativa “Women in ESG”, descobriu na área do ESG (Environmental, Social, and Corporate Governance) o seu propósito, tendo como objetivo contribuir para um futuro mais positivo ao promover a igualdade, a inclusão e a desmistificação dos temas ESG, que têm vindo a ganhar uma presença cada vez mais significativa na sociedade e nas empresas, a nível mundial. Com uma preferência especial pelo ambiente, acredita que a sua missão passa por promover um alinhamento mais eficaz entre a qualidade de vida das pessoas e a preservação e conservação do ambiente.

“Nesta fase de mudança, de crescimento e de evolução, acreditamos que o perfil e as competências da Filipa Pantaleão são as mais adequadas para que o BCSD Portugal possa cumprir o seu propósito, enquanto agente de realização da Agenda para a Sustentabilidade junto das empresas”, assume António Pires de Lima, Presidente da Associação. 



Uma “escola” que ensina a conseguir ter mais dinheiro na carteira


O livro “Escola de Finanças Pessoais”, de Andreia Melo e Tânia Matos, é uma abordagem inovadora à literacia financeira. Esta obra pretende, acima de tudo, explicar como é possível alcançar nota máxima nesta temática, mesmo sem ser especialista na área.

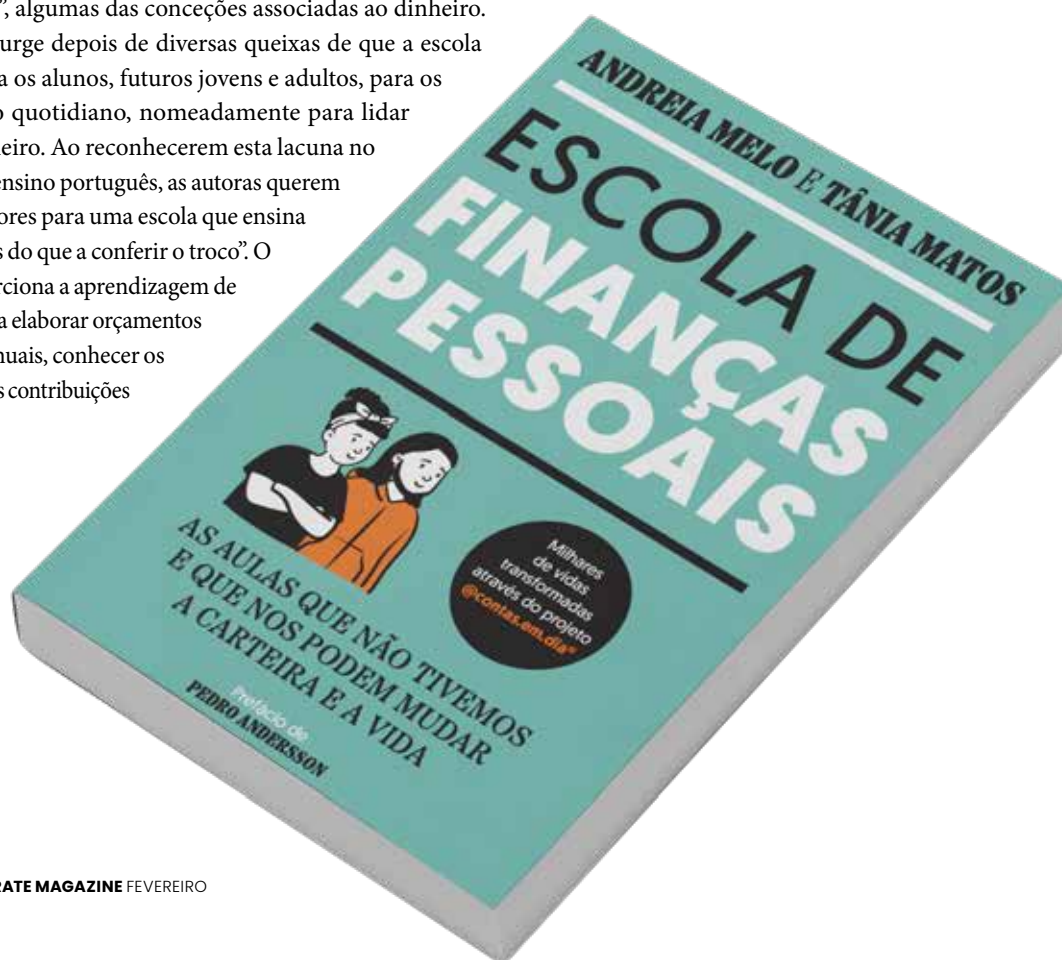
Numa altura em que as questões financeiras estão bastante presentes na cabeça da maioria dos portugueses, Andreia Melo e Tânia Matos, criadoras do projeto “Contas em Dia”, lançaram o livro “Escola de Finanças Pessoais”, em janeiro deste ano. A obra, com a chancela da editora Contraponto, procura contribuir para um maior conhecimento sobre a área financeira em Portugal e, tal como o nome indica, direcionar as finanças pessoais até um patamar de sucesso, mesmo sem a pessoa “ser especialista em ‘banquês’ ou ‘financês’, ‘dialetos’ praticamente incompreensíveis para a maioria dos portugueses”, sublinha a editora, em nota de imprensa.

Escrito com o público mais jovem em mente, mas contendo informações úteis para pessoas de todas as idades, o livro “Escola de Finanças Pessoais” desmistifica, “de uma maneira simples e interativa”, algumas das conceções associadas ao dinheiro. Esta obra surge depois de diversas queixas de que a escola não prepara os alunos, futuros jovens e adultos, para os desafios do quotidiano, nomeadamente para lidar com o dinheiro. Ao reconhecerem esta lacuna no sistema de ensino português, as autoras querem levar os leitores para uma escola que ensina “muito mais do que a conferir o troco”. O livro proporciona a aprendizagem de técnicas para elaborar orçamentos mensais e anuais, conhecer os impostos e as contribuições

a pagar, perceber o que implica trabalhar a recibos verdes, os prós e os contras dos vários tipos de crédito, gerir despesas e compreender como alcançar a independência financeira através de um planeamento do futuro.

À medida que vão “lecionando a matéria”, as autoras esclarecem dúvidas e, no final de cada capítulo, apresentam um resumo de toda a matéria abordada na parte em questão. São mais de 110 ilustrações, esquemas e gráficos e QR codes exclusivos a fazerem parte do processo de aprendizagem.

“O ditado ‘o dinheiro não é de quem o ganha, mas sim de quem o poupa’ é um grande ensinamento que podes levar para a vida. Mas nós fizemos um update que vais compreender na perfeição neste livro”, afirmam as autoras. 



Uma viagem pela gastronomia italiana sem sair de Portugal

David Cardoso e Joana Ribeiro fundaram, em outubro de 2022, o Il Nostro Sapore Pizzeria, um restaurante que serve variadíssimos pratos de comida italiana, em Vila Nova de Gaia. Assim que visitámos este espaço acolhedor, pudemos comprovar que a qualidade dos produtos, o cuidado na sua confeção e a estima pelo cliente são os fatores que contribuem para o sucesso do negócio.




Em 2022, depois de casarem, Joana Ribeiro e David Cardoso conseguiram encontrar o espaço certo para dar asas a uma vontade antiga. Coincidência ou não, o Il Nostro Sapore Pizzeria nasceu num antigo restaurante, situado por baixo da casa onde David Cardoso viveu na infância. Motivo que os levou a “ter a certeza” de que estariam a fazer a escolha certa. O espaço teve de ser totalmente requalificado pelo casal, que se complementa na vida e no trabalho. David assume totalmente a cozinha, onde faz uso da sua criatividade e já longa experiência na área, e Joana é a energia contagiante por trás de toda a promoção do restaurante. E se os primeiros meses foram mais difíceis, como qualquer arranque, o que é certo é que “o passa a palavra”, o feedback dos clientes e a divulgação, essencialmente, nas redes sociais, alavancaram o negócio.

Sensivelmente um ano depois de terem inaugurado o restaurante, os proprietários fizeram uma visita a Itália e na bagagem trouxeram

algumas ideias para colocarem em prática. “Trouxemos a lasanha, que era uma coisa que o David já queria há muito tempo, as bolonhesas, o tiramisú de pistachio e algumas cervejas italianas. Se já estávamos a ter uma rampa de crescimento, desde setembro tem sido sempre a correr muito bem. Os clientes vêm, gostam e repetem”. Ainda de acordo com Joana Ribeiro, a fórmula para o sucesso deste estabelecimento é formada pela experiência, pela constante inovação e pela entrega de David Cardoso, o pizzaiolo do Il Nostro Sapore Pizzeria, que participou, pela primeira vez, no ano passado, no “Campeonato Português de Pizza” e alcançou o 5º lugar, na categoria “pizza clássica”.

Quando se olha para a carta disponibilizada aos clientes, é possível perceber que há uma grande diversidade de pratos. A oferta vai desde pizzas, tradicionais e à moda da casa, até à lasanha e aos risottos. Para além disto, disponibilizam vários tipos de pasta, de saladas e de sobremesas, em que os produtos utilizados para a confeção são maioritariamente de origem italiana, o que acaba por aproximar o restaurante do conceito base. “Diferenciamos-nos das outras pizzarias em pormenores, como a pizza quatro queijos com acabamento de mel, que não é muito comum”.

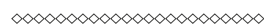
Quanto ao futuro, o casal pretende continuar a fazer a marca crescer e admite a abertura de um novo espaço, o qual até poderá ser fora do Grande Porto. 



 RUA CONSELHEIRO VELOSO DA CRUZ 94 4400-094 VN GAIA
 +351 224062318  ILNOSTROSAPOREPIZZERIA



A jornada do vinho



A produção do vinho é um processo complexo que envolve várias etapas, desde o cultivo das vinhas até ao momento em que a bebida chega ao copo do consumidor. Ora, cada fase desse processo é essencial para garantir a qualidade e o carácter distintivo de cada vinho.



Tudo começa nos vinhedos, onde as uvas cuidadosamente cultivadas absorvem os elementos da terra e do clima. A colheita, realizada no momento ideal da maturação, é o ponto de partida para a transformação. As uvas são então levadas para a vinícola, onde passam por minuciosos processos de prensagem e fermentação.

Durante a fermentação, os açúcares convertem-se em álcool, dando origem ao mosto. Em seguida, o vinho repousa em barricas de carvalho ou tanques, desenvolvendo complexidade de sabor. O trabalho do enólogo é fundamental nessa fase, pois é ele que decide o tempo de maturação e as técnicas apropriadas.

Após a maturação, segue-se a etapa de clarificação e filtragem, refinando o líquido. A escolha do tipo de engarrafamento também influencia o carácter do vinho. Finalmente, as garrafas são armazenadas, permitindo que o sabor do vinho evolua.

O caminho para o copo está completo quando a garrafa é aberta e o vinho é servido. Cada gole representa o terroir, a história e a paixão envolvidas na produção do vinho.





Messinagro

Agricultura · Jardinagem · Petfood

A dar vida à sua terra

FARO · MESSINES · TAVIRA · SÃO TEOTÓNIO

MESSINAGRO.PT

GERAL@MESSINAGRO.PT

289 815 270*

*Custo de chamada para rede fixa nacional

VIENOL: Lado a lado com os vinhos de Portugal desde 1982

Desde a sua génese que a Vienol se apresenta no mercado enológico como uma empresa visionária, uma vez que os seus fundadores detetaram neste setor uma lacuna no fornecimento de soluções aos diversos desafios da produção vinícola. Foi nesse âmbito que surgiu a Vienol, a qual, após mais de 40 anos de experiência no mercado português, se apresenta como uma marca de referência do setor enológico em Portugal e tem caminhado junto dos vinhos de eleição no nosso país.


Com origem na década de 80, a Vienol privilegiou da experiência dos seus fundadores. Tendo liderado a Vinipal, Quinta do Cardo e Quinta do Grifo, cimentaram a posição da Vienol na área vinícola e enológica. Por isso mesmo, desde o seu começo, a Vienol garante, aos seus clientes, as melhores soluções para enaltecer os seus vinhos. Uma nobre missão que se mantém muito atual.

A última década mostrou-se de grande importância para a progressão da entidade, dado que foi alvo da entrada de uma nova geração, liderada por Maria Luíza Lima, que garantiu um novo fôlego à empresa.

Atualmente, a Vienol disponibiliza um vasto leque de produtos enológicos, para cada fase da criação de um vinho. Paralelamente, a empresa dá ainda a possibilidade de os seus clientes terem ao seu dispor um aconselhamento enológico fundamentado por uma vasta experiência. Fatores como a credibilidade, dedicação, lealdade e profissionalismo são as grandes bandeiras da Vienol, assegurando que o serviço prestado seja de qualidade, rápido e sempre a um preço competitivo.

Para que, ao longo de 40 décadas, a Vienol tenha registado números que refletem o seu sucesso no mercado, é extremamente importante a empresa saber adaptar-se aos desafios impostos pelo mercado. Por isso mesmo, um dos grandes segredos da

longevidade da empresa portuguesa é a sua capacidade de criar estratégias que contornem os desafios, tal como, por exemplo, a questão da sazonalidade. Ainda que a marca seja requisitada ao longo de todo o ano, tal como seria de esperar, a época das vindimas é sempre quando se regista uma maior procura, sendo até difícil dar resposta a todos os pedidos. Por isso mesmo, a Vienol compromete-se em dar solução aos desafios impostos pela sazonalidade, sendo que a otimização tem sido a chave para o crescimento e sucesso da firma.

Já com os olhos postos no futuro, a Vienol não esconde a sua veia ambiciosa, pretendendo aumentar a sua presença a nível nacional para que, deste forma, possa chegar a mais pessoas e a mais vinhos. Acima de tudo, para a Vienol, o foco passará sempre por ajudar e fazer parte de muitas histórias, servidas num copo. 

VIENOL
Produtos Enológicos, Lda.



VIENOL

Produtos Enológicos

COM OS VINHOS DE PORTUGAL DESDE 1982

ACIDIFICAÇÃO • CLARIFICAÇÃO • COLORAÇÃO
CONSERVAÇÃO • ESTABILIZAÇÃO • FERMENTAÇÃO
FILTRAÇÃO • FORTIFICAÇÃO • SUPLEMENTAÇÃO

Como surgiu a ideia de abrir uma empresa neste ramo de atividade? Sempre foi um objetivo seu ou foi uma oportunidade que surgiu?

A paixão pela enologia associada à experiência individual e vontade de me especializar, tornou-me um pioneiro no mercado da filtração agroalimentar em Portugal. Assim, o gosto aliado a um conhecimento profundo da prática fez nascer a oportunidade de implementar a JBarroca filtros no mercado e fornecer aos seus clientes uma ampla gama de soluções de filtração nas diversas áreas.

Quais os produtos/serviços que a sua empresa disponibiliza, principalmente ao nível do vinho?

A JBarroca é um distribuidor global de microfiltração, nomeadamente de cartuchos de membrana, de profundidade, placas, módulos lenticulares e que trabalha para uma gama diversificada de parceiros na indústria agroalimentar.

A JBarroca filtros tem ao dispor dos seus clientes, um conjunto de produtos para o ajudar a garantir que o equipamento selecionado opera de forma confiável. Assim, e de uma forma geral, trabalha com todo o tipo de soluções de filtração que utilizam as mais avançadas tecnologias como: descalcificação, ultravioletas, osmose inversa, entre outras.

A aplicação de soluções críticas de clarificação, estabilização e esterilização para líquidos nas indústrias como: os azeites, vinagres, cerveja, água, vinhos (entre outras), constitui-se também como um dos focos desta empresa.

Qual a missão da JBarroca Filtros?

Disponibilizar aos seus clientes soluções de filtração adaptada a cada objetivo, com recurso às mais avançadas tecnologias e ao savoir-faire technique imprescindível para a escolha acertada em cada indústria.

Quais os valores que marcam o vosso serviço e que, desta forma, torna a JBarroca Filtros diferenciada no mercado?

A relação e compromisso com cada cliente é única, o que faz da JBarroca Filtros ímpar na resposta personalizada a cada situação. Por detrás do nome da empresa, está uma equipa disponível, profissional e experiente, sempre pronta a oferecer a melhor solução para quem os consulta. Este profissionalismo é atestado continuamente pelos clientes ao longo dos anos, o que representa um testemunho fundamental e diferenciador no mercado da microfiltração.



Quais os principais desafios do setor que a sua empresa enfrenta e de que forma a sua empresa os consegue contornar?

Atualmente, a área da microfiltração continua a ser um mercado altamente especializado e que requer uma experiência técnica muito alargada para responder aos mais diversos desafios. Assim, é essencial continuar a acompanhar os desenvolvimentos tecnológicos que visam melhorar a microfiltração na indústria agroalimentar.

Quais as metas para curto/médio prazo que gostava de implementar na sua empresa?

A JBarroca é um nome que assessoria tecnicamente grandes e pequenas indústrias, particularmente no ramo vitivinícola. As principais metas da marca passam por continuar a crescer sem perder a qualidade que a distingue de outros concorrentes. Acompanhar os passos da inovação científica e fidelizar os clientes pelo rigor e profissionalismo que caracterizam a empresa JBarroca, são sem dúvida os principais propósitos.



Há 75 anos ao serviço do Setor Enológico

Somos uma empresa familiar de comércio e distribuição de químicos, enológicos, especialidades biotecnológicas, barricas e equipamentos para o setor vinícola. Este ano estamos a celebrar os nossos 75 anos, pelos quais estamos muito gratos. A presença na ENOTÉCNICA fez parte duma das primeiras iniciativas para brindarmos esta data. Nesta caminhada, agradecemos a todos os que têm estado ao nosso lado, que nos apoiam e fazem crescer.

É numa filosofia de crescimento sustentado, baseado numa cultura de satisfação de todos os intervenientes, privilegiando relações de longo prazo, que assenta a política da Ângelo Coimbra (AC). É neste quadro que a empresa procura aportar inovações que estejam em harmonia com as boas práticas e premeiem a preservação da natureza e o bem-estar de todos os seres vivos, em particular, do ser humano.

Assim, apresentamos soluções para todas as etapas de produção do vinho, desde a uva à garrafa, dando particular atenção a ferramentas que enalteçam e respeitem a nobreza da uva e do terroir. Temos uma gama abrangente, que privilegia produtos que se destinam a uma enologia preventiva. Mas, também, temos instrumentos de retificação e valorização enológica para os diferentes desafios que o enólogo enfrenta no seu dia a dia. Em AC encontra uma equipa tecnicamente bem formada e uma logística expedita, para além, de um atendimento simpático e profissional.

A Ângelo Coimbra conta com 2 instalações com armazéns, uma a norte (Maia: 5000 m² totais) e outra a sul (Vila Moreira: 9000 m²), certificadas e devidamente equipadas, com acessos simples e estratégicos, que facilitam a logística e distribuição em todo o país.



Consideramos que a Enotécnica, nos passados dias 7 e 8 de fevereiro, na Exponor, foi um sucesso. De facto, foi com agrado que assistimos a uma franca adesão de diversos produtores das diferentes regiões do país, que muito gentilmente nos visitaram, animando assim o nosso stand. Tivemos oportunidade de dar a conhecer alguns produtos, em destaque no nosso stand, tais como:

LIBRASOR® MX: Solução inovadora desenvolvida pela Filtrox, com benefícios únicos. Tem como alvo eliminar, com toda a precisão, compostos específicos responsáveis por sabores a mofo e brettanomyces com auxiliares de filtração altamente seletivos incorporados em profundidade nas folhas de filtro, garantindo que o vinho mantenha o seu sabor e aroma distintos.

REMOND: É uma tanoaria artesanal de topo de gama da Borgonha que fabrica barricas feitas à medida de cada vinho para melhor adaptar as características da barrica às necessidades do vinho. Para isso, oferece uma seleção das melhores madeiras de origem francesa, diferentes grãos e uma variedade de tostas de assinatura Medium Toast Long, tudo montado na perfeição para um resultado único.

OVOÏD: Os Ovoïds são tanques fáceis de utilizar e manusear, que permitem fazer uma micro-oxigenação natural, de forma controlada, com garantias de qualidade e de higiene. A forma de ovo e as dimensões dos Ovoïds estão otimizadas para favorecer a movimentação natural das borras, acentuando os movimentos de convecção provocados pela diferença de pressão e temperatura, o que resulta num vórtice que mantém as borras finas sempre em suspensão. Assim, o vinho fica mais uniforme, com taninos mais polidos e suavizados pelas porosas paredes do OVOÏD.


OENOBOIS®: Fabricante de Bordéus com critérios estritos de seleção de madeira de alta qualidade, desde a origem, com um sistema de rastreabilidade total. Têm um parque próprio de madeira, no qual as madeiras permanecem armazenadas ao

ar livre 24 meses, no mínimo. Dado o vasto conhecimento do potencial organoléptico das diferentes variedades de carvalho, permite-lhes ser muito precisos na seleção e criação dos diversos produtos, adequando da melhor maneira a cada perfil de vinho. **WineLab®Touch:** É um equipamento de análise simples, de precisão, fiável e flexível. Os resultados da análise estão disponíveis em minutos. WineLab pode ser utilizado para analisar em simultâneo o mesmo parâmetro de 16 amostras diferentes, ou para fazer várias análises sobre a mesma amostra de vinho. Não há desperdício, pois utiliza kits enzimáticos e não requer manutenção.

EXCELLENCE®ROSÉ: É uma estirpe de levedura *Saccharomyces cerevisiae* selecionada pela LAMOTHE-ABIET através da técnica de Breeding, para produção de vinhos rosés, com perfil aromático fresco e intenso. Foi selecionada pelo seu alto consumo de SO₂ e pela sua baixa produção de compostos indesejáveis durante a fermentação alcoólica (acetaldeídos e compostos de enxofre). A “revelação” de ésteres fermentativos, combinado com o seu alto consumo de SO₂, permite assim que a levedura revele uma paleta aromática rica e intensa. Os vinhos têm um perfil aromático marcado por notas de fruta fresca e flores, realçada por uma intensa frescura na boca.

VINIFLORA® NoVa™: É um inóculo puro concentrado de *Lactobacillus plantarum* produzido pela CHR-HANSEN. É uma bactéria malolática homofermentativa, que assegura a bioproteção, para além de uma fermentação maloláctica rápida e segura.

Aqui deixamos alguns momentos da ENOTÉCNICA, à qual fazemos votos de voltar na próxima edição! Aproveitamos para felicitar a organização pela iniciativa.

Para mais informações consultem o nosso site: www.angelocoimbra.pt 



Fundação de Serralves apresenta Ciclo Manoel de Oliveira Espectador

Com a chegada do mês de fevereiro, tiveram início os Domingos na Casa do Cinema, com o Ciclo Manoel de Oliveira Espectador. De fevereiro a abril de 2024, ao longo de dez sessões realizadas aos domingos, às 17 horas, a Fundação de Serralves tem vindo a exhibir os filmes que marcaram a vida do cineasta enquanto espectador.

Até ao dia 14 de abril, a Fundação de Serralves, no Porto, está a homenagear Manoel de Oliveira, com um ciclo que revisita alguns dos filmes que marcaram o cineasta enquanto espectador, oferecendo uma visão geral através das suas referências cinematográficas, começando pelas mais antigas.

De acordo com a organização, “quando, pouco antes da Primeira Guerra Mundial, o jovem Oliveira foi pela primeira vez ao cinema, não tinham ainda decorrido sequer vinte anos sobre a primeira sessão pública do cinematógrafo Lumière, apresentado em Paris, em finais de 1895”.

Se a linguagem ainda em desenvolvimento daquela que viria a ser conhecida como a “sétima arte” estava em formação, muitos dos filmes que marcaram os primeiros passos do cinema foram, também para o ovacionado, essenciais na formação do seu olhar enquanto cineasta. Outros, mais contemporâneos, revelam semelhanças com obras e realizadores que, em alguns casos e de diversas maneiras, enfrentaram o desafio, tal como Manoel de Oliveira, de testar tanto as fórmulas consolidadas pelo cinema clássico como os recursos estéticos que moldaram o cinema

moderno. “É sabido que uma das singularidades da relação de Oliveira com o cinema, seja como espectador ou realizador, se prende com a extraordinária longevidade do seu percurso”.

Tendo atravessado mais de um século e produzido uma filmografia iniciada em 1931, desenvolvendo-se ao longo de mais de oito décadas de trabalho e acompanhando, por isso, a transição do cinema mudo para o sonoro, do preto e branco para a cor, da película para o digital, a obra do cineasta resume, de forma cumulativa, toda a história do cinema, assim como a sua experiência enquanto espectador sintetiza o que pode ser entendido “como uma história da cinefilia”.

Os dez filmes que compõem a iniciativa vão “do burlesco cómico de Max Linder, em Sete Anos de Pouca Sorte (1921), ao vanguardismo político de Deus e o Diabo na Terra do Sol (1964), de Glauber Rocha, do modernismo de A Desumana (1924), de Marcel L’Herbier, até ‘hino à vida’ como Oliveira qualificou As Noites de Cabíria (1957), de Federico Fellini, e do asceticismo de Mouchette (1967), de Robert Bresson, ao lirismo de Abbas Kiarostami e do seu O Vento Levar-nos-á (1999)”.



SWIMRUN TÂMEGA

MERIT RACE 2024

4ª EDIÇÃO

5000€ EM PRÉMIOS

1 DE JUNHO

CRIANÇAS
(DOS 4 AOS 18 ANOS)

2 DE JUNHO

SPRINT INDIVIDUAL
STANDARD INDIVIDUAL
STANDARD EQUIPAS
MARATONA EQUIPAS
(MERIT RACE)



ÖTILLÖ

PAREDES
AVENTURA

MARCO
MARCO DE CANDAYES

sentir  pensafiel
desporto

ARK

MADAM
Linda Lourenço



ASSOCIAÇÃO
LICEANUS SEM PLÁSTICOS

BOGANI
CAFÉ
BOUTIQUE



swimruntamega