

mais magazine

COM O APOIO: **alentejo**
ribatejo
ENTIDADE REGIONAL DE TURISMO

Deixe-se surpreender pela riqueza do património industrial do Alentejo e pela criatividade da sua indústria viva.

NO INTERIOR

**Visit Alentejo -
"Caiado de Fresco"**

Pág. 6 a 43

**Angola -
"50 Anos Depois"**

Pág. 44 a 53

**Saúde Mental -
"O Crescimento Preocupante
da Demência no Mundo"**

Pág. 54 a 62



“O segredo da força, está na vontade de cada um”

Manuel Mendão, fundador do restaurante El Cristo

A marisqueira El Cristo foi fundada há quatro décadas por Manuel Mendão, no ano de 1977, junto ao Santuário Sr. Jesus da Piedade, em Elvas. Desde o primeiro dia, o segredo do sucesso e distinção deste restaurante é a qualidade e a frescura do marisco e do peixe! Hoje em dia, o atual CEO do restaurante é Miguel Mendão, que continua com o trabalho erguido pelo seu pai, tendo alargado o negócio com a abertura do restaurante El Cristo de Troia e em Vilamoura. Esperemos que goste e desfrute da sua refeição!

Elvas: Parque da Piedade • Tel. 268 623 582

Troia: Marina de Troia L.M.1 • Tel. 265 490 705

Vilamoura: Avenida Tivoli, loja 11 • Tel. 289 246 161

www.elcristo.pt



CONVENTO
ESPINHEIRO

★★★★★
HISTORIC HOTEL & SPA

ÉVORA · PORTUGAL

THE KEY TO ÉVORA

O melhor resort da Península Ibérica



www.conventodoespinheiro.com

Para reservas: reservas@conventodoespinheiro.com

EDITORIAL

É inevitável lembrarmo-nos de planícies intermináveis quando pensamos no Alentejo. É uma das regiões mais emblemáticas de Portugal, com uma herança cultural profundamente enraizada. Contudo, há um aspeto ainda não tão explorado que está a merecer a atenção do Turismo do Alentejo e Ribatejo. Falamos do Turismo Industrial, uma vertente que não apenas revela a história e as memórias dos locais, mas também nos apresenta o pulsar da indústria contemporânea que molda a identidade da região.

Ao percorrer o Alentejo, deparamo-nos com um legado industrial que remonta a mais de dois mil anos. As antigas fábricas e minas, como as de mármore em Estremoz ou as minas de Aljustrel e S. Domingos, são testemunhas silenciosas de um tempo em que a extração de recursos era um pilar económico, desde os tempos da presença Romana na península Ibérica. A visita a esses locais, agora musealizados, é uma viagem ao passado que nos permite entender a evolução das comunidades locais e o impacto das indústrias no seu desenvolvimento.

Mais do que um olhar nostálgico sobre o que foi, o Turismo Industrial no Alentejo também nos oferece uma janela para o presente. As indústrias vivas, que ainda prosperam na região, abrem as suas portas aos visitantes, partilhando não apenas os processos de produção, mas também a paixão e a inovação que caracterizam os seus profissionais. Desde o fabrico do azeite em Galegos ao Centro Interpretativo do Vinho de Talha, cada experiência é uma imersão na riqueza cultural e na sustentabilidade que moldam o Alentejo moderno.

Particularmente fascinante é a interligação entre o passado e o presente que se observa na indústria têxtil e metalomecânica. A produção de lã em Portalegre e o fabrico de chocalhos em Alcáçovas exemplificam como as tradições se mantêm vivas, adaptando-se às exigências contemporâneas e à valorização do Património Cultural Imaterial.

Nesta edição, convidamos os nossos leitores a explorar o Alentejo sob esta nova perspetiva. O Turismo Industrial não é apenas uma forma de conhecer a região, mas uma oportunidade de se ligar de uma forma mais profunda à sua essência. Ao fazer isso, cada visitante torna-se parte da história, contribuindo para a preservação e valorização do que é genuinamente alentejano.

É também mais uma forma de lembrar que qualquer altura do ano é boa para visitar as várias regiões do nosso país. Faça-se à estrada, e boa viagem!



ÍNDICE



8-11

Entidade Regional de
Turismo do Alentejo
e Ribatejo (ERT)

ALENTEJO

CAIADO DE FRESCO



VINHOS DO ALENTEJO

12

CVR Alentejo



13-16

Duna Parque
Hotel Group



Duna Parque
Resorts & Hotels



GRUPO CUNHAS
EMPREITEIROS ANGOLA

46-49

Cônsul António
Cunha



56-57

Casa de Saúde de
Santa Catarina

CSSC

CasaSaúde Santa Catarina
NEUROLOGIA, SAÚDE MENTAL,
FISIOTERAPIA

6-43 Visit Alentejo - "Caiado de Fresco"

44-53 Angola - "50 Anos Depois"

54-62 Saúde Mental - "O Crescimento Preocupante da Demência no Mundo"

63-65 Cibersegurança - "Um Desafio Crítico na Era Digital"

66-67 Os Novos Desafios do Mercado de Trabalho

Visit Alentejo



"Caiado de Fresco"

O horizonte interminável, o calor que se faz sentir até à sombra de um sobreiro e o pôr do sol que se perde na imensidão das planícies, são apenas algumas das marcas identitárias quando se pensa no Alentejo. Sem nunca esquecer a gastronómica típica com um aroma inconfundível, de onde fazem parte as açordas, migas, peixe fresco e o porco preto. São inúmeros os tesouros culturais que dão vida ao extenso território alentejano, sendo que cada cidade e aldeia do Alentejo guarda memórias inesquecíveis da história da região, preservando um riquíssimo património histórico e natural e o que há de mais genuíno nas suas gentes.

Assim, estendendo-se desde o Rio Tejo até ao Algarve, o Alentejo é uma terra de cheia de oportunidades e com uma oferta turística muito diversificada, onde a serenidade das suas paisagens contrasta com a riqueza das suas cidades que são autênticos museus a céu aberto.

Por isso mesmo, neste especial sobre o Alentejo, pretendemos dar-lhe a conhecer as pessoas, empresas e entidades que são parte integrante do tecido empresarial e social alentejano e que diariamente depositam os seus esforços quer no aprimoramento dos seus serviços, quer na promoção das inúmeras valências do seu território, onde destacamos o turismo industrial, uma recente aposta na vertente turística da região.



Turismo Industrial no **ALENTEJO**

**Uma experiência inesquecível
para todos os visitantes**

**No Alentejo, o turismo industrial é uma oportunidade
de interação direta com profissionais que continuam
a tradição de excelência e inovação.**



Parque Mineiro de Aljustrel

Para aqueles que desejam mergulhar verdadeiramente na essência deste território, o Turismo Industrial revela-se uma oportunidade única. Esta forma de turismo convida-o a descobrir o Alentejo através da sua herança produtiva e do que ainda produz, explorando o património industrial e a vibrante indústria viva que define a identidade cultural da região.

A visita aos espaços industriais do Alentejo é uma verdadeira viagem no tempo. Desde antigas fábricas a minas desativadas, cada local oferece uma perspetiva única sobre o legado industrial da região. Os visitantes têm a oportunidade de conhecer de perto as máquinas e técnicas utilizadas outrora, compreendendo o impacto que estas indústrias tiveram nas comunidades locais e no desenvolvimento do Alentejo.

Além da herança, no Alentejo, o turismo industrial oferece também a experiência da indústria viva, que se traduz num convite a testemunhar a inovação



Fábrica de Chocalhos Pardalinho

em ação. Os projetos que integram a oferta do Turismo Industrial abrem as suas portas para mostrar os processos de produção, partilhar conhecimentos e dar a conhecer as suas modernas instalações. É uma oportunidade de interação direta com profissionais que continuam

a tradição de excelência e inovação.

A oferta de atividades relacionadas com o Turismo Industrial no Alentejo é vasta e atravessa toda a região, com especial enfoque nas indústrias extrativas, agroalimentar, têxtil e metalomecânica.

Indústria Extrativa

A indústria Extrativa tem no Alentejo uma história com mais de 2000 anos, quer seja na extração de diferentes minérios na zona da Faixa Piritosa Ibérica, quer seja na extração de mármore do anticlinal de Estremoz. Tanto os mármore como os minérios foram explorados nestes territórios, pelo menos, desde o período de ocupação romana.

Os programas turísticos da Rota do Mármore do Anticlinal de Estremoz, na área compreendida entre Estremoz, Borba e Vila Viçosa levam-no a conhecer todo o processo da transformação do Mármore.

Mais a sul, na zona da Faixa Piritosa Ibérica, a memória da extração de minérios ainda está presente na mina do



Fábrica Alentejana de Lanifícios



Museu da Farinha

Lousal, em Grândola, na vila de Aljustrel, ou na Mina de S. Domingos, em Mértola. Todos estes locais foram minas importantes no passado, sendo que em Aljustrel as minas ainda estão em laboração.

Na Mina do Lousal, explorou-se piritite entre 1900 e 1988, após o seu encerramento foram musealizadas várias infraestruturas de equipamentos fundamentais para a exploração mineira, designadamente, a unidade de produção elétrica, a unidade de produção de ar comprimido, a casa do gelo, ou a casa da saúde. A primeira galeria a ser explorada neste complexo também é visitável.

A Mina de S. Domingos, apesar de ter sido procurada para extração de minérios desde a antiguidade, é o período da exploração moderna que a torna conhecida, chegando a ser uma referência de produção mundial. Hoje podemos conhecer a casa do mineiro ou percorrer a Rota do Minério, num percurso de cerca de 14 km que cursa as principais fases do

ciclo do minério, através das ruínas do antigo complexo industrial.

No Centro interpretativo do Parque Mineiro de Aljustrel, podemos ver uma réplica das Tábuas de Bronze de Aljustrel, achado arqueológico descoberto em 1876, onde estão gravadas as regras de utilização e exploração da mina no tempo dos romanos. Neste Parque Mineiro poderá ter a experiência de descer à mina, percorrendo uma das galerias e ser surpreendido, ao cruzar-se com o holograma de algum mineiro do passado. Na mina não ficará indiferente à imagem de Santa Bárbara, a Padroeira dos Mineiros, que é homenageada no seu hino, o qual se pode ouvir, com emoção, nas vozes do Grupo Coral do Sindicato Mineiro de Aljustrel, a determinado momento da visita.

Indústria Agroalimentar

Se há algo que nos deslumbra no Alentejo são as paisagens, mas estas paisagens são também reflexo de ativi-

dades produtivas e dos processos agrícolas que se praticam.

Com o tema da produção de cereais pode-se visitar, em Ponte de Sor, a Fábrica de Moagem de Cereais e Descasque de Arroz e em Santiago do Cacém, o Museu da Farinha, instalado na antiga moagem de S. Domingos.

Na produção de azeite, o Centro de Interpretação do Azeite em Galegos (Marvão) é simultaneamente, um espaço de produção de azeite tradicional e um museu.

Mais a sul, em Ferreira do Alentejo, o Lagar do Marmelo, um equipamento com arquitetura moderna, que representa o expoente máximo da tecnologia ao serviço da qualidade do azeite e da sustentabilidade ambiental. Em Beja, podemos conhecer o lagar do Monte Novo e Figueirinha, uma exploração agrícola familiar.

Ainda na agroindústria, propomos experiências que mexem com os nossos sentidos no Centro de Ciência do Café,



Centro Interpretativo do Vinho de Talha



Museu da Tapeçaria de Portalegre Guy Fino

em Campo Maior, na Fábrica Museu da Ameixa, em Elvas, uma fábrica artesanal, que produz desde 1919 as famosas DOP Ameixas de Elvas e mais a Sul, a propriedade do produtor de uvas Vale da Rosa.

O Centro Interpretativo do Vinho de Talha, em Vila de Frades (Vidigueira), conduz-nos por um saber fazer que recentemente ficou inscrito no Inventário Nacional do Património Cultural Imaterial, a partir deste centro poderá conhecer as adegas que continuam a produzir vinho com uma técnica que conta já com dois mil anos de história.

Mais para o litoral, em Santiago do Cacém, conheça o primeiro parque temático do gin do mundo, o Black Pig, cuja destilaria ficou conhecida pela produção do gin de bolota.

Indústria Têxtil

A produção de lã, a sua fiação e transformação, foram desde sempre um ativo importante na região do Alentejo,

referenciada em variada documentação histórica, mas também nas vivências locais, a tecelagem era atividade doméstica, e a produção de mantas fundamental nas economias de muitas comunidades.

No norte alentejano, o Museu da Tapeçaria de Portalegre – Guy Fino, em Portalegre, representa uma parcela fundamental do património artístico nacional e vai surpreendê-lo pela forma como desde os anos 40 do séc. XX produz verdadeiras peças de arte utilizando a lã.

Referência ainda para o Núcleo Museológico das Mantas e Tapeçarias de Bover (Gavião), onde o acervo recuperado da fábrica Natividade Nunes da Silva, nos transporta a uma época em que o tear de pedal tinha tal importância nas comunidades que a sua presença e os seus sons faziam parte do quotidiano e cultura das populações rurais.

A prática da tecelagem continua ativa em Reguengos de Monsaraz onde a

Fábrica Alentejana de Lanifícios continua a produzir mantas em teares manuais associando a esta produção novos produtos, conceitos e cores. Um pouco mais a sul, em Mértola, na cooperativa da Oficina de Tecelagem, onde os motivos decorativos das mantas têm influências no passado islâmico.

No Alentejo, mais concretamente nas Alcáçovas (Viana do Alentejo), no âmbito da indústria metalomecânica, o visitante tem a oportunidade de acompanhar todos os momentos da produção de um chocalho, na Fábrica de Chocalhos Pardalinho. Aqui poderá ainda receber o desafio de ser chocalheiro por um dia, de colocar as mãos no ferro e produzir o seu próprio chocalho. Refira-se que o fabrico de chocalhos está inscrito na lista do Património Cultural Imaterial com Necessidade de Salvaguarda Urgente, da UNESCO.

Atreva-se a descobrir o Alentejo através da sua oferta de turismo industrial, além de novas aprendizagens ficará também com uma ligação mais profunda a esta região.

Saiba mais sobre a oferta de Turismo Industrial no Alentejo em: <https://www.visitalentejo.pt/pt/o-alentejo/cultura/rotas-culturais/turismo-industrial/>




Vale da Rosa

alentejo
ribatejo
ENTIDADE REGIONAL DE TURISMO

www.visitalentejo.pt

Descubra a Rota dos VINHOS DO ALENTEJO



A Rota dos Vinhos do Alentejo é uma experiência única que celebra a rica herança vitivinícola da região. Renovada em 2020 promove não apenas os vinhos, mas também a cultura, a gastronomia e a história local. Com um compromisso sólido com o enoturismo, a Rota transforma a visita ao Alentejo numa viagem inesquecível, atraindo os amantes do vinho e os curiosos pela cultura portuguesa.

No coração de Évora, encontra-se a nova Rota dos Vinhos do Alentejo, um local ideal para iniciar a exploração da região. Em frente à Sé e perto de importantes pontos turísticos como o Templo de Diana, encontra-se não só um espaço de provas, mas uma verdadeira janela para a cultura do vinho alentejano. O visitante pode aprender sobre as diferentes sub-regiões vinícolas, as castas cultivadas e a história da viticultura alentejana, tudo num ambiente interativo e imersivo.

O espaço de dois andares, que conta com uma zona de experiências sensoriais e uma sala multimédia, permite aos visitantes desenharem o percurso composto por adegas, restaurantes e hotéis, enquadrados no âmbito do enoturismo alentejano, que mais se adequa à sua viagem, bem como conhecer a história da viticultura alentejana, os tipos de solo ou castas mais comuns na região, a tradição ancestral do vinho de Talha, as práticas sustentáveis, e ainda saborear os diferentes néctares cá produzidos.

Atrações e Adegas

A Rota integra 70 adegas, cada uma oferecendo experiências únicas. Os visitantes podem participar em provas de

vinhos, tours pelas vinhas e até em eventos gastronómicos que combinam vinhos locais com a gastronomia alentejana. Os produtores, enquanto verdadeiros embaixadores, guiam os visitantes, recomendando não apenas vinhos, mas também os melhores restaurantes, hotéis e pontos de interesse nas proximidades.

Um encontro com a tradição

O Alentejo é conhecido pelos vinhos robustos e encorpados, refletindo o clima quente e os solos férteis da região. As adegas, muitas delas familiares, preservam técnicas tradicionais de produção, que se misturam com práticas modernas para garantir a qualidade e a autenticidade dos vinhos. Durante a visita, os turistas têm ainda a oportunidade de interagir com os enólogos, aprendendo como funciona o processo de vinificação e a paixão colocada em cada garrafa.

Um exemplo mundial na sustentabilidade vitivinícola


Conhecer a Rota é ainda descobrir o Programa de Sustentabilidade dos Vinhos do Alentejo, uma iniciativa pioneira em Portugal que garante que os vinhos

cá produzidos garantem os mais altos padrões de respeito pelo ambiente e que mantêm a região alentejana tal como a conhecemos hoje.

Se é um amante do vinho ou deseja explorar a cultura e a beleza do Alentejo, a Rota dos Vinhos do Alentejo é uma visita obrigatória. Com uma oferta diversificada que vai além da simples degustação de vinhos, a Rota proporciona uma verdadeira imersão na essência da região. Venha descobrir o que torna os Vinhos do Alentejo "Únicos por Natureza" e deixe-se encantar pela magia dos vinhos regionais!

Rota dos Vinhos do Alentejo: R. Cinco de Outubro n.º 88, 7000-854 Évora

Horário: 10h às 17h30 (Sábados das 11h às 13h, das 14h às 17h)

Preço prova de vinhos: 5,00 € 



www.vinhosdoalentejo.pt



Duna Parque Group: Onde começa a descoberta do litoral alentejano

O Duna Parque Group, em Vila Nova de Milfontes, está a mudar de mãos. Os atuais proprietários estão a transferir as suas participações para o grupo hoteleiro dos Países Baixos, Dormio. Para ficar a conhecer a nova administração que tomará as rédeas do grupo, a Mais Magazine entrevistou Roel de Boer, acionista e CEO da Dormio Resorts & Hotels, com Paul Rodrigues, o novo diretor do Duna Parque Group, e Jan Wiggert Kuijvenhoven, o atual administrador que está a passar o testemunho para a nova empresa.

Por que razão a Dormio quer expandir a sua marca para Portugal e porque é que optaram por adquirir o Grupo Duna Parque no Alentejo?

Roel de Boer: A Dormio gostaria de se expandir para Portugal e, mais especificamente, para o Alentejo, porque esperamos que esta área se desenvolva ainda mais em termos turísticos num futuro próximo. Conhecemos muito bem o Duna Parque e, para além de ser um local onde passamos muitas vezes férias, mantemos contacto com o atual proprietário há mais de 18 anos. Vemos no Grupo Duna Parque uma fantástica oportunidade de nos estabelecermos em Portugal e como uma espécie de trampolim para outras localidades do país. Vila Nova de Milfontes, em particular, é uma joia – e quem não gostaria de fazer parte de uma joia destas?

O que nos pode contar sobre a Dormio?

Roel de Boer: Originalmente, a Dormio era uma empresa que desenvolvia empreendimentos turísticos. Foi fundada em 2001 e, a partir de 2011, a Dormio também criou um departamento operacional. Desde então, os parques de férias e hotéis que construímos foram incluídos no nosso portfólio operacional. A Dormio tem três acionistas, todos apaixonados pela profissão, e a hospitalidade é a nossa principal prioridade. Atualmente, a empresa tem cerca de 20 mil camas para alugar, espalhadas por 45 localidades na Europa.

Quais as ambições da Dormio para o seu futuro em geral e para Portugal em particular?

Roel de Boer: A Dormio é uma organização prática, onde os acionistas têm uma mentalidade empreendedora saudável. Atualmente, estamos a construir novos resorts em três locais. Além disso, existem diversos planos de aquisição e expansão de mais unidades. Nesse sentido, vemos Portugal como um fantástico destino de férias, com um povo muito hospitaleiro e uma excelente mentalidade de trabalho. Esta vertente aliada à beleza natural, ao mar, e sem falar nas especialidades culinárias que o país tem para oferecer, leva a que Portugal seja um destino que não pode faltar no portfólio da Dormio.

Como surgiu a ideia de criar o Duna Parque Hotel Group? Por que razão o Alentejo foi o destino eleito para dar asas a este projeto?



À esquerda, Ben Suers: co-owner and CCO/Senior Developer Dormio Group; ao centro, Don van Schaik: owner/founder and CEO Dormio Group; à direita, Roel de Boer: co-owner and CEO Dormio Resorts & Hotels

JWK: O meu pai, Jan Gerard Kuijvenhoven, trabalhava nos anos 50 do século passado para uma “trading company” de Roterdão, a Internatio Muller, e apaixonou-se por Portugal durante as suas viagens em trabalho. Durante a sua lua de mel acabou por descobrir o Alentejo e Vila Nova de Milfontes.

Qual o motivo que levou a sua família a vender a empresa?

JWK: Foi o sonho dos meus pais. Como eles já não estão cá neste mundo, já não faz o mesmo sentido. Obviamente, colocámos muita coisa na balança antes de tomar esta decisão, mas penso que a empresa chegou a um patamar em que faz mais sentido que a gestão passe a ser feita por um grupo maior. Nos últimos anos, com cerca de 200 funcionários no verão e perto de mil pessoas hospedadas diariamente, chegámos a um ponto em que a nossa integração numa estrutura maior oferecerá melhores garantias para o nosso futuro. Eu tenho acompanhado a empresa Dormio, os seus acionistas, diretores e diversos técnicos, e estou convencido de que o projeto da minha família, os nossos muitos parceiros, hóspedes de longa data e funcionários, ficam bem entregues. A Dormio já é uma referência nos Países Baixos desde que o resort na cidade de Maastricht abriu as suas portas, por ser um empreendimento inovador e de grande qualidade. Quero aproveitar esta oportunidade para agradecer o apoio e confiança que a minha família e eu recebemos durante as últimas décadas (desde 1980). Sem todos eles a nossa viagem nunca teria chegado a este ponto.

Por onde passará o seu futuro em termos profissionais após a venda da empresa?

JWK: Vou continuar ligado à empresa de várias formas. Vou continuar a trabalhar na empresa, na área de desenvolvimento de projetos novos em Portugal, para a Dormio, visto que a empresa tem a ambição de desenvolver mais projetos a nível local e nacional. Alguns empreendimentos e apartamentos da minha família vão estar entregues à exploração da Dormio.

Desde novembro do ano passado, o Paul Rodrigues assumiu a função do Diretor do Duna Parque Group e começámos a trabalhar em conjunto com o Roel de Boer e com os outros técnicos da Dormio, de forma a facilitar a transição da operação em Milfontes. Penso que a escolha do Paul por parte da Dormio foi muito positiva. O Paul Rodrigues, para além de ter muita experiência profissional (Pestana Marraquexe, Penina Golfe e Donna Filipa, no Vale de Lobo), consegue colocar-se bem nas diversas perspetivas sociais e culturais, estabelecendo as pontes necessárias num ambiente cada vez mais internacional.

Quais as razões que levam a que o Duna Parque Hotel Group a ser o local ideal para quem procura pernoitar/re-laxar na região do Alentejo?

PR: O Duna Parque Hotel Group é composto por vários tipos de alojamento, como apartamentos e villas, hotéis e também moradias em espaço rural, constituindo uma oferta bastante heterogénea e interessante para os vários



tipos de visitantes. Tem hotéis e outros alojamentos junto à praia com uma vista deslumbrante para o mar ou empreendimentos com piscinas exteriores e interiores, sauna, jacuzzi e wellness centre com serviço de massagens, campo de padel e parque infantil.

A alguns quilómetros de Vila Nova de Milfontes, o Duna Parque Hotel Group tem também um pequeno resort com espaçosos quartos na Quinta Da Samoqueirinha, onde existe uma pequena quinta pedagógica com animais: aqui, é possível interagir com todos os animais da quinta e assistir à sua alimentação, diariamente, entre as 10h e as 11h da manhã, sendo especialmente divertido e interessante para famílias com crianças.

Mais para o interior, na Mina de S. Domingos, em Mértola, o grupo hoteleiro tem também um hotel de cinco estrelas, no espaço de um antigo palacete, situado junto à praia fluvial da Tapada Grande, considerada uma das melhores do país.

Do seu ponto de vista, quais as principais valências que o Alentejo, nomeadamente Vila Nova de Milfontes, tem para oferecer a quem por aqui passa?

PR: Há vários fatores que atraem as pessoas ao Alentejo. Muitas vezes, pro-

curam a segurança e a tranquilidade desta região, a comunhão com a natureza e, claro, a gastronomia local. A nível de oferta turística, já existe muito por onde escolher, aproveitando a proximidade do rio e do mar e também toda a paisagem rural. Há várias empresas que organizam passeios pedestres com grupos de pessoas que pretendem conhecer os vários caminhos e percursos da conhecida Rota Vicentina: é uma boa forma de ficar a conhecer o Sudoeste Alentejano. Existem também opções para todos aqueles que apreciam desportos náuticos com oferta de canoagem, surf, kitesurf e wingfoil ou, simplesmente, aproveitar as muitas praias desta parte do Alentejo.

Depois temos a gastronomia local que se pauta pela simplicidade, destacando-se os pratos de arroz de marisco, caldeirada, açorda de marisco, migas à alentejana, amêijoas à Bolhão Pato, entre muitas outras iguarias.

Quais as metas a curto e médio prazo que ambiciona implementar no Duna Parque Hotel Group?

PR: Pretendemos elevar as expectativas e experiências dos nossos clientes, fazendo com que se sintam em casa. Haverá um grande investimento financeiro no

que concerne à melhoria das nossas propriedades, começando pelo Duna Parque Beach Club, HS Milfontes Beach Hotel e The Blue Bamboo Hotel, modernizando tanto os alojamentos como os espaços públicos e exteriores.

Ambicionamos ainda realizar uma forte aposta na restauração, implementando um novo conceito no nosso Restaurante Panorâmico, tornando-o mais moderno e atrativo para todos aqueles que nos visitam, proporcionando uma experiência única e inesquecível.

Irá haver uma agregação a nível comercial e de marketing com a empresa mãe, Dormio Resorts & Hotels, contando com o seu "know how" de forma a atrairmos mais clientes internacionais, melhorando o nosso CRM e, conseqüentemente, os nossos resultados.

A nível de gestão, contando também com a ajuda da Dormio, queremos implementar novos modelos, tornando-a mais profissional e eficaz. Somos um grupo dinâmico e em constante crescimento, procurando sempre atrair novos métodos de gestão de modo a melhorar o nosso desempenho, tendo sempre como objetivo a satisfação, tanto dos nossos clientes, como do staff, já que são eles a verdadeira riqueza da nossa empresa. 🌟



O Duna Parque Hotel Group é composto por várias unidades, como:

Duna Parque Beach Club – Complexo turístico com apartamentos e casas com 1 ou 2 quartos, mais indicado para famílias com crianças. Dispõe de jardim com piscina exterior, piscina interior aquecida, sauna, jacuzzi, centro de wellness com massagens, parque infantil e campo de padel.



HS Milfontes Beach – Hotel de 4 estrelas situado em frente à praia. Dispõe de 37 quartos de hotel (alguns dos quais têm jacuzzi), piscina exterior e restaurante.

Quinta da Samoqueirinha - Quartos em espaço rural com piscina exterior e quinta pedagógica.



Alentejo Star Hotel - Localiza-se ao lado da praia do rio, o que torna fácil o desfrutar de uma variedade de desportos aquáticos e caminhadas.

Para relaxar na propriedade, temos uma piscina encantadora, um restaurante elegante e o nosso observatório com um telescópio de alta tecnologia para a visualização das estrelas mais incríveis.

Quinta Moinho de Vento – Quinta com quartos e apartamentos, piscina exterior e court de ténis.

Moinho da Asneira – A primeira unidade hoteleira que deu origem ao Duna Parque Hotel Grupo. Constituído por moradias em espaço rural com uma vista maravilhosa para o Rio Mira. Também tem piscina exterior.

Milfontes Guest House – Embora obedeça ao conceito de “guesthouse”, esta casa oferece todo o conforto aos seus hóspedes, sendo que cada um dos seus quartos tem casa de banho privativa. No jardim tem uma grande piscina coberta e um jacuzzi, que os hóspedes podem aproveitar ao longo de todo o ano.

Para além destas unidades principais, o grupo hoteleiro tem ainda vários alojamentos em Milfontes com quartos e/ou apartamentos, sempre com o intuito de agradar a todos os gostos e proporcionar boas experiências no Sudoeste Alentejano.



**Duna Parque
Resorts & Hotels**

PART OF
DORMIO GROUP

www.dunaparquegroup.com

FEIRA DE CHOCOLATE

GRÂNDOLA

2024

diariamente

Showcooking
Oficina Criativa

sexta-feira

8 NOV

18H00 - 22H00 **TEATRO DE RUA**

Malatitsch, Uh!topia, Água no Deserto, Estátua Viva

21H20 **Espectáculo Novo Circo - Malatitsch**

22H00 **Concerto com ROSINHA**

23H30 **Espectáculo de Fogo - Malatitsch**

Rosinha

sábado

9 NOV

14H00 - 22H00 **TEATRO DE RUA**

Companhias: Malatitsch, Uh!topia,
Água no Deserto, Estátua Viva

16H00 **Espectáculo Novo Circo - Malatitsch**

21H20 **Espectáculo de Fogo - Malatitsch**

22H00 **Concerto com BOCA DOCE**



domingo

10 NOV

14H00 - 18H00 **TEATRO DE RUA**

Malatitsch, Uh!topia, Água no Deserto,
Estátua Viva

14H20 **Instalação Caravana - Projeto EZ**

15H45 **Espectáculo Novo Circo - Malatitsch**

17H00 **Espectáculo de Rua "1 MILHÃO" - Enano**

PREÇOS

8 nov . 6ª feira » €1

9 e 10 nov . sábado e domingo » €1,5

Pulseira para os 3 dias » €3

Gratuito para crianças até aos 9 anos

HORÁRIO

8 nov . 6ª feira 14h » 24h

9 nov . sábado 12h » 24h

10 nov . domingo 12h » 20h

"Em Sines, não existe dicotomia entre época alta e época baixa"



Castelo de Sines durante o Festival Músicas do Mundo

Uma costa preservada, a "joia" Porto Covo, o património ligado ao mar e a Vasco da Gama e um denso programa de eventos culturais e desportivos ao longo do ano fazem de Sines um dos destinos mais atraentes para visitar tanto no verão como no inverno. Em entrevista à Mais Magazine, o presidente da Câmara Municipal de Sines, Nuno Mascarenhas, explica o que tem para oferecer e o que está a mudar no turismo do concelho.



Nuno Mascarenhas, Presidente da Câmara Municipal de Sines

No seu entender, quais são atualmente os principais trunfos de Sines do ponto de vista turístico?

O concelho de Sines tem um conjunto de ativos turísticos bastante diferenciadores. Desde logo, os produtos associados ao sol e mar, tendo uma das costas melhor preservadas da Europa. Todo o património natural, quer da Reserva Natural das Lagoas da Sancha e Santo André, quer do Parque Natural do Sudoeste Alentejano e Costa Vicentina, constitui um ativo muito relevante para todo o território. Além da procura gerada em torno da Rota Vicentina, uma das mais reconhecidas do País, sendo que diversos trilhos se iniciam em Porto Covo. Por outro lado, tem sido realizado um investimento relevante no património cultural: musealizámos as fábricas romanas, estamos a terminar o Observatório do Mar, recuperámos o Centro Recreativo Siniense e vamos ini-

ciar a reabilitação da Igreja de Nossa Senhora das Salas. Mantemos, ainda, um programa desportivo e cultural intenso. Com o Festival Músicas do Mundo à cabeça, mas também com a Mostra de Artes de Rua, o Festival Batuta, dedicado à música clássica, participando no Festival Terras Sem Sombra. Do ponto de vista desportivo, temos recebido diversas provas de âmbito nacional, quer no futsal, no basquetebol, no andebol, no triatlo, nos trails, entre outras modalidades. Este ano, por exemplo, vamos apostar na realização de uma passagem de ano na Avenida da Praia, com um concerto do Dino D'Santiago, fogo de artifício e depois DJs. Os eventos são, do ponto de vista da afirmação do produto turístico, muito relevantes, quer para a notoriedade, quer para a atração de novos públicos e públicos mais diversificados.



Praia da Samoqueira - Porto Covo

"Existe a preocupação de desenvolver projetos que sejam sustentáveis, comprometidos com os nossos valores naturais, culturais e patrimoniais, promovendo em seu torno uma oferta qualificada e diferenciadora"

Qual é o papel que a autarquia desempenha na promoção e qualificação dessa oferta?

A Câmara Municipal de Sines tem um papel muito importante na programação. Quer da programação em torno da qualificação do património natural e histórico, quer na programação cultural e desportiva. Mas não nos podemos esquecer que temos agentes culturais no concelho, temos associações de cultura, desporto e recreio e o trabalho por estas desenvolvido é muito importante e dá suporte, retaguarda, a muitas das iniciativas municipais.

Com os atrativos que Sines tem, nota-se um crescimento da procura de visitantes nos últimos anos?

Sim. Passámos de cerca de 50 mil dormidas em 2013 para cerca de 160 mil em 2023. Sines foi durante muitos anos um destino balnear reconhecido. Depois, com a construção do porto e o desenvolvimento industrial, houve um certo declínio dessa função. Contudo, nos últimos anos há uma notória recuperação da procura de Sines enquanto destino balnear. Ainda assim, a sazonalidade deste território é muito menor que a dos destinos tipicamente de sol e mar. Além dos eventos que realizamos ou recebemos ocorrerem ao longo de todo o ano, existe uma componente fortíssima do turismo de negócios e cada vez mais do setor corporate.

Até há alguns anos, a falta de alojamento era um constrangimento para

o crescimento do setor no concelho. Como tem sido a evolução neste ponto?

Um dos constrangimentos verificados em torno do potencial de crescimento turístico do concelho prendia-se, justamente, com a pouca oferta e com a oferta menos qualificada de alojamento. Essa realidade está, de facto, a mudar. Abriram novas unidades em Sines e em Porto Covo e estão novas unidades em construção e outras em fase de programação. Tínhamos cerca de 800 camas há 10 anos e nos próximos 4 a 5 anos teremos cerca de 2000 camas turísticas em operação. O mercado respondeu relativamente tarde aos sinais de crescimento turístico, mas tem respondido. De qualquer dos modos, é importante ter presente que não é, nem nunca foi, nossa intenção ter no concelho de Sines um turismo de massas, um turismo intensivo. E, de facto, não é essa a oferta

que tem chegado ao território. Existe a preocupação de desenvolver projetos que sejam sustentáveis, comprometidos com os nossos valores naturais, culturais e patrimoniais, promovendo em seu torno uma oferta qualificada e diferenciadora.

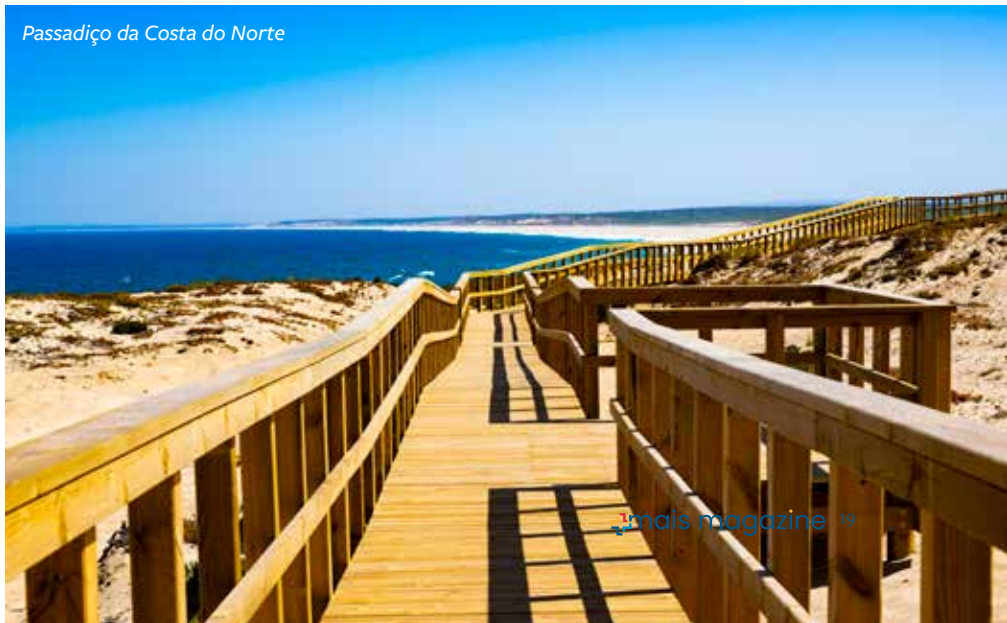
Entrámos agora na chamada “época baixa”. Há motivos para visitar Sines e Porto Covo nos próximos meses?

Como referi, não existe em Sines essa dicotomia entre época alta e época baixa. Naturalmente que os meses estivais registam maior procura, mas o turismo em torno da cultura e do desporto, bem como o turismo de negócios, ocupam a totalidade do ano. A nossa programação manterá a mesma intensidade e a mesma cadência, e as amenidades do território, aquilo que de facto faz de Sines e de Porto Covo sítios excelentes para relaxar, são intrínsecas. A própria meteorologia joga a nosso favor, Sines e Porto Covo não são nem extremamente quentes no verão nem severamente frios no inverno. E, nomeadamente do ponto de vista do património natural, todas as épocas são boas, existem paisagens magníficas todo o ano. O passadiço que fizemos na Costa do Norte, que é um ex-libris paisagístico magnífico, tem uma beleza no verão e tem outra beleza do inverno. E em qualquer das estações oferece um passeio de cerca de um quilómetro e pouco em cada sentido que deve mesmo ser experienciado. 🌿



www.sines.pt

Passadiço da Costa do Norte



SANTIAGO DO CACÉM: Um destino onde serra, planície e mar se encontram



Com uma estratégia focada em valorizar o seu rico património histórico, cultural e natural, o município de Santiago do Cacém trabalha para se consolidar como um destino turístico de destaque. Promovendo eventos e iniciativas que realçam as suas paisagens e a diversidade gastronómica, a região oferece experiências que vão desde as rotas culturais aos festivais tradicionais, tornando-se um ponto imperdível para quem deseja conhecer o melhor do Alentejo.

De que forma a Câmara Municipal de Santiago do Cacém tem trabalhado para promover o turismo na região e consolidar o município como um destino de referência no Alentejo?

A Câmara Municipal Santiago do Cacém tem desenvolvido uma política turística muito equilibrada entre a zona costeira e o interior de serras e planícies e a dimensão ligada à cultura, à história, ao património e à gastronomia. A nossa estratégia aposta na promoção do Concelho na participação em eventos como a Bolsa de Turismo de Lisboa, a criação da Rota dos Museus, a parceria com a Direção Regional de Cultura do Alentejo para a dinamização das Ruínas Romanas de Miróbriga, ser membro fundador da Associação de Municípios do Portugal Romano. O Concelho faz parte dos Caminhos de Santiago e é ponto de partida da Rota Vicentina. A revisão do Plano Diretor Municipal possibilitou um considerável conjunto de investimentos, nomeadamente, de turismo em espaço rural.

Para quem visita a região, quais considera serem os locais de visita obrigatória?

Destaque para a Rota dos Museus, criada

da pela Câmara Municipal. A não perder o Festival da Enguia da Lagoa de Santo André, a Santiago – Feira Agropecuária e do Cavalo, a Feira do Monte e o Alvalade Medieval. De referência a nível nacional encontramos o Badoca Safari Park e a Vila Do Gin da Destilaria Black Pig. A visita à Reserva Natural da Lagoa de Santo André e da Sancha é obrigatória.

E, no que diz respeito à gastronomia, que iguarias recomenda experimentar?

O bolo Santiago, as alcomonias, os rebuscados de pinhão, o mel de rosmaninho, o pão, os queijos, os enchidos e o azeite de Abela e o do Lagar do Parral. As enguias, os pratos de caça, as migas com carne de porco, a açorda à alentejana, sabores acompanhados pelos vinhos das adegas da Herdade do Cebolal, do Des.apego, da Carochinha, do Almejado e de Conqueiros, e os gins das destilarias Black Pig e Botico.

Há algum evento que irá decorrer em breve no município e que gostaria de destacar?

O 8.º Festival Gastronómico da Lagoa de Santo André, que decorre de 23 de outubro a 3 de novembro nos restaurantes

aderentes na freguesia de Santo André.

Há mais iniciativas em destaque na agenda do Município que podem ser consultadas no nosso website.

Qual é a sua visão para o futuro de Santiago do Cacém e quais considera serem os principais desafios que o município enfrentará?

Santiago do Cacém tem um enorme potencial de crescimento nas mais variadas áreas e estamos a fazer o caminho para consolidar esse futuro. Reunimos condições para sermos cada vez mais uma referência no turismo, somos um território que reúne serra, planície e mar. A nossa localização privilegiada permite-nos acreditar no desenvolvimento e fixação de empresas de apoio e prestação de serviços ao Complexo Industrial e Portuário de Sines, que serão geradoras de riqueza a vários níveis. 🌱



www.cm-santiagocacem.pt



nisa[®]
énisa énoosso

Visite-nos!

CASA DAS MEMÓRIAS
House of Memories



ÉNISA CASA^{das}
MEMÓRIAS
Centro Histórico de Nisa



Centro de Artes & Oficinas
Município de Nisa



CÂMARA MUNICIPAL
NISA





CAMPO MAIOR

Onde tudo se faz flor



WWW.CAMPOMAIOR.PT

Ponte de Sor: Um núcleo de património natural e industrial

Visitar a bela cidade de Ponte de Sor irá brindá-lo com uma coleção de paisagens deslumbrantes, ora com as típicas extensas planícies repletas de sobreiros, ora com a Albufeira de Montargil como pano de fundo. Seja pela cultura, natureza ou desporto, Ponte de Sor é um destino de paragem obrigatória em todos os roteiros pelo Alentejo, tendo no turismo industrial uma das suas grandes bandeiras, convidando à visita do Museu Municipal de Ponte de Sor e do Centro Interpretativo de Molinologia de Foros de Arrão.

Ponte de Sor destaca-se pelo seu património natural. O concelho é marcado pelo montado de sobreiro e também pela água (Ribeira de Sor e Albufeira de Montargil). Por esse motivo, destaca-se o percurso pedestre PR1 – Percurso da Ribeira de Sor, cuja parte do trajeto é junto à margem da ribeira de Sor, na Zona Ribeirinha de Ponte de Sor, passando por antigos moinhos de água de rodízio. O PR2 – Olhar Montargil, tem uma componente urbana, dentro da vila de Montargil e passando pelos principais pontos históricos, nomeadamente no que respeita ao património religioso. Tem ainda uma componente rural que leva o visitante pelo meio da natureza permitindo vistas fabulosas sobre a Albufeira de Montargil, sendo este um dos pontos fortes da cidade, graças à possibilidade de se praticarem aí diversos desportos náuticos, atraindo muitos turistas. A Albufeira de Montargil é ladeada pela Estrada Nacional 2, sendo que Ponte de Sor faz parte da Rota da Estrada Nacional 2 que, nos últimos anos, tem sofrido uma grande intensificação trazendo muitos turistas ao nosso território. É, sem dúvida, um ativo que permite canalizar muitos visitantes, seja aqueles que vêm em busca de um carimbo no seu passaporte, seja aqueles que ficam por um tempo e desfrutam do que

de melhor temos para oferecer

Também a nível cultural, Ponte de Sor tem vindo a ganhar atrativos significativos, seja através do Centro de Artes e Cultura (antiga fábrica de moagem de cereais e descasque de arroz, atualmente convertida em espaço cultural – salas de exposição, biblioteca municipal, Centrum Sete Sóis Sete Luas, Arquivo Histórico Municipal, Museu Municipal, arte urbana e o Maior Mosaico do Mundo em Rolhas de Cortiça – record do Guinness), seja pelo Centro Cultural de Montargil e o recém inaugurado Centro Interpretativo de Molinologia de Foros de Arrão.

Este último, pretende dar a conhecer a sua inserção no contexto molinológico mundial, nacional e regional, fazendo a ligação ao moinho de vento de Foros de Arrão, próximo do espaço do Centro Interpretativo e aos espaços museológicos existentes no município, como o Museu Municipal. Neste espaço é ainda enfatizada a vertente da sustentabilidade e da educação ambiental, pois os moinhos usavam a água e o vento como fonte, energias renováveis, estabelecendo-se aqui a relação com as energias limpas, mudanças climáticas, a descarbonização e as novas tecnologias. Neste espaço são abordadas





algumas temáticas, entre as quais Imaginários (dos moinhos), Saberes (dos moinhos), Moinhos do Mundo, Moinhos do Alto Alentejo e Moinhos do Futuro.

Neste Centro existe ainda o espaço do Funlab, uma sala lúdico-pedagógica, cujas atividades são organizadas de modo a que se adequem às várias faixas etárias, especialmente, ao Jardim de Infância, 1º ciclo do ensino básico e ao 2º ciclo do ensino básico que abordará a “Ciência dos moinhos” com uma cenografia de um laboratório futurista/nave espacial contendo elementos como o túnel do vento que permite a experimentação e aprendizagem do comportamento do ar como fluido, o seu movimento e aplicações técnicas.

A Caixa de Areia interativa com realidade aumentada e o chão interativo jogável que permite a projeção de jogos no chão e a respetiva interatividade quando este é pisado, com 3 níveis de dificuldade e menus temáticos. E as bancadas de apoio e plintos que servem para realizar outras atividades ou de apoio às mesmas, por exemplo relacionadas com a experimentação e diversão das crianças, contendo também, um micro-ondas para fazer cupcakes, um pequeno forno elétrico para cozer pequenos pães e uma máquina de pipocas



Conheça a riqueza histórico-patrimonial desta cidade alentejana através do Museu Municipal de Ponte de Sor

O Museu Municipal de Ponte de Sor nasceu da necessidade de dar o devido enquadramento museológico ao património industrial do já centenário edifício da Fábrica de Moagem de Cereais e Descasque de Arroz de Ponte de Sor (1920-1980's), no qual se instalou o seu núcleo central. Tratando-se de um Museu polinucleado, que inclui também dois núcleos externos. O núcleo central é constituído por duas salas de referência e por duas antigas secções industriais da Fábrica. A Sala 1 é dedicada à história e ao património do território concelhio em geral, numa perspetiva temática, que vai desde a sua ocupação no período da pré-história até aspetos ligados à cultura e à educação na época contemporânea, passando pela ocupação e configuração do território e pela sociedade através dos séculos. Na Sala 2 são abordados mais especificamente a história e o património da agricultura e da indústria do arroz no concelho, nos séculos XIX e XX, incluindo aspetos de economia, a ligação entre a cultura do arroz e a saúde pública e o caso concreto da Fábrica de Moagem e

Descasque. Fazem também parte do núcleo central do Museu as antigas secções de moagem de farinha em rama e de descasque de arroz da Fábrica, que permitem um contacto próximo com o passado deste equipamento industrial. Para além do núcleo central, o Museu Municipal inclui dois núcleos externos, o do Mercado Municipal e o núcleo do Moinho da Zona Ribeirinha. O Museu Municipal de Ponte de Sor tem como principal objetivo a valorização e a divulgação do património e da história do território correspondente ao atual concelho de Ponte de Sor, estimulando ao mesmo tempo a contínua produção de conhecimento naqueles domínios. É, portanto, sem qualquer dúvida, o local ideal de promoção histórico-patrimonial para os visitantes de Ponte de Sor.

Ateste o seu paladar com as iguarias típicas de Ponte de Sor

Paralelamente a todo o património presente em Ponte de Sor, a cidade destaca-se ainda pela gastronomia tipicamente alentejana, com as migas (coentros e espargos) e a carne de porco, com destaque para os enchidos e o porco preto. Também o peixe do rio aqui é rei nas suas mais variadas formas: assado, frito ou sopa. O tradicional ensopado de borrego é de prova obrigatória, assim como a açorda alentejana, o sarrabulho, entre uma panóplia de iguarias bem apetecíveis. No final da refeição, para doçar a boca, não deixe de provar os doces de amêndoa e de gila, o bolo da bacia, os doces elaborados a partir de bolota, o bolo de mel, o bolo cigano de Montargil e a boleima de Ponte de Sor. 🍷



www.cm-pontedesor.pt

ARRONCHES

Um tesouro alentejano por descobrir

O município de Arronches possui um vasto património que merece ser explorado e que começa logo pelo contacto com a natureza, uma vez que parte do seu território se encontra no Parque Natural da Serra de São Mamede. A simbiose entre natureza e património é uma das grandes valências desta região alentejana, local onde pode ainda encontrar um conjunto de pinturas rupestres e um importante acervo material religioso, sem nunca esquecer a típica gastronomia da região e a autenticidade e hospitalidade das gentes de Arronches.



A vila raiana de Arronches, localizada no distrito de Portalegre, é um tesouro a céu aberto com um grande portfólio de património material e imaterial de visita obrigatória. Epicentro de um dos mais notáveis conjuntos de pinturas rupestres do país, classificadas como Monumento Nacional, Arronches está recheado de freguesias rurais onde pode presenciar a beleza da Igreja de Nossa Senhora de Esperança rodeada do Casario Típico Alentejano e, um pouco mais distante, da Ponte Internacional de Marco (a mais pequena a separar dois países), em Esperança, ou da Igreja de Nossa Senhora da Graça e da Zona de Lazer de Mosteiros ou ainda da Ermida do Rei Santo, a meio caminho entre as referidas aldeias. Na sede de concelho, é novamente um Monumento Nacional que, bem no coração da vila, chama a atenção,

tal é a imponência da Igreja Matriz, só comparada à beleza do renovado Convento de Nossa Senhora da Luz. Daí, percorrer o caminho que passa pela Fonte de Elvas, pela Torre Medieval do Castelo e a Fortificação Abaluartada, pela Zona Ribeirinha, pelo Passeio do Vassalo que envolve uma fonte secular, pela Ponte do Crato, entre outros pontos, é praticamente obrigatório.

Numa típica terra alentejana não podem faltar bons pratos que agucem o paladar de quem por aqui passa. Por isso mesmo, Arronches é, sem dúvida, uma referência no que ao nível gastronómico diz respeito, sendo por demais referenciados na região e além-fronteiras pratos como sopa de tomate, sopa de cação, migas de batata com entrecosto frito, assado ou grelhado, ensopado de borrego, lão assado, cachola, enchidos, açorda, sopa de

batata com feijão, presinhas de alguidar, gaspacho rico e pobre, entre outros.

De braços abertos para o receber nesta vila alentejana estão os arronchenses, povo que nutre um orgulho muito vincado pela sua terra e pelas suas raízes, sendo prova disso mesmo a permanência de muitos dos jovens no concelho e, no caso dos que saem, da vontade de regressar para aqui se fixar. As suas gentes que, tão bem sabem receber, são o que mais importante esta terra tem e cuja identidade se encontra preservada, por exemplo, no Centro Interativo da Ruralidade de Arronches, mas também no Centro Interpretativo de Identidade Local de Esperança e no Museu de (a) Brincar ou ainda no Museu de Arte Sacra, espaços museológicos que guardam as memórias de um povo.

Em parceria com várias instituições, entre as quais a Entidade Regional de Turismo do Alentejo, a Comunidade Intermunicipal do Alto Alentejo ou a Associação de Municípios da Serra de São Mamede, a autarquia local procura promover toda a região em feiras e outros eventos espalhados por todo o país e no estrangeiro. Já a nível local, a realização da Feira de Atividades Económicas e das festas de São João, os dois maiores eventos do concelho, bem como de quatro quinzenas gastronómicas, e da coorganização de competições nacionais são também determinantes para alavancar a economia local, sobretudo no que à hotelaria e restauração diz respeito. 🍷



ARRONCHES

UM TERRITÓRIO
A DESCOBRIR

cm-arronches.pt



Museu da Tapeçaria de Portalegre: Um património tecido com tradição

O Museu da Tapeçaria de Portalegre – Guy Fino é um museu especificamente dedicado à apresentação, conservação e estudo de uma parcela fundamental do património artístico nacional representado pelas Tapeçarias de Portalegre, que dispõe de uma exposição permanente que conta com 17 salas com obras de uma grande variedade de autores, nacionais e estrangeiros, que estão representados em Tapeçaria em Portalegre.

A Tapeçaria de Portalegre parte sempre de um original de um pintor. É uma obra de arte única pelas suas qualidades intrínsecas e pela técnica utilizada para traduzir o modelo original. As peças são tecidas manualmente em teares verticais, começando pela base e sempre do lado do avesso, sendo que a sua técnica permite realizar detalhes muito pequenos de onde resultam formas muito precisas.

De crescimento horizontal na sua produção, dando origem a peças planas, e de trama decorativa 100% lã, as Tapeçarias de Portalegre são notórias por serem a representação integral de um original de reconhecido mérito e pela capacidade de execução dessa obra em grandes dimensões.

É através do trabalho das desenhadoras e das tecedeiras, das suas correções, da atenção aos contornos, formas, tonalidades de cores e pequenos detalhes, que existe esta relação entre o original e a obra final tecida.

Para além da sua exposição permanente, o Museu tem ainda duas Galerias de Exposições Temporárias, estando patente, neste momento, “A Gare Marítima de Alcântara, de Almada Negreiros”, até 31 de outubro e “Tissages, de Conceição Abreu”, até 24 de novembro de 2024.

Na exposição “A Gare Marítima de Alcântara, por Almada Negreiros”, a Sala



Tapeçaria “Quedas de Água”, de António Charrua –
Coleção Manufatura de Tapeçarias de Portalegre

Manuel do Carmo Peixeiro recebe o olhar acutilante do artista que abarca o mundo, converte a existência quotidiana em arte e pinta o sonho de uma vida melhor, através de referências à cultura e à história portuguesa, a emigração e a vida da capital ao domingo, repletas da humanidade da gente comum que “passeia, trabalha, grita e sonha”.

“Tissages, de Conceição Abreu”, é uma proposta expositiva que apresenta um conjunto de desenhos, fotografias e instalações que procuram integrar-se no discurso narrativo do museu, enquadrando-se na categoria de arte têxtil, onde as

peças se revestem da contemporaneidade desafiadora de expectativas e convenções.

Até à data, mais de duas centenas de artistas já colaboraram com a Manufatura de Tapeçarias de Portalegre, entre os quais João Tavares, Almada Negreiros, Guilherme Camarinha, Maria Keil, Júlio Pomar, Vieira da Silva, Maria Velez, Costa Pinheiro, Sá Nogueira, Lourdes de Castro, Eduardo Nery, Menez, Graça Morais, José de Guimarães ou ainda Jean Lurçat e Le Corbusier, além de muitos outros.

O Museu da Tapeçaria de Portalegre – Guy Fino é um ponto de interesse único que deve ser apreciado por todos os que visitam o Alto Alentejo e para qualquer pessoa que queira ter conhecimento desta arte tão distinta em Portugal. Estas portas estão abertas de terça-feira a domingo, incluindo feriados e, pode ainda, usufruir de uma visita guiada sem qualquer custo adicional sobre o bilhete adquirido..

Visite Portalegre, visite a Tapeçaria de Portalegre! 📍



Tapeçarias “Pão Azeite e Vinho” e “Proclamação da Independência”,
de João Tavares – Coleção do Município de Portalegre



Câmara Municipal
Portalegre



Portalegre
além do alentejo

www.cm-portalegre.pt

Elvas: Um tesouro histórico entre muralhas



Na cidade onde o vibrante e corajoso passado, marcado por históricas batalhas, contrasta em absoluto com a atual vida pacata dos habitantes, não faltam vestígios de um importante e vasto património material, classificado pelo UNESCO como Património da Humanidade, em 2012. Localizada bem perto da fronteira com Espanha, na cidade raiana de Elvas podemos encontrar um local tipicamente alentejano onde a gastronomia local e a hospitalidade dos elvenses se assumem como uns dos seus principais cartões de visita.

Elvas tem um património incrível a todos os níveis. Estão classificadas como Património da Humanidade todas as fortificações, as muralhas abaluartadas, as fernandinas e as duas cercas islâmicas, o centro histórico, o Forte da Graça, o Forte de Santa Luzia, o Fortim de São Pedro, o Fortim de São Mamede, o Fortim de São Domingos e o Aqueduto da Amoreira. Só estes monumentos com o selo UNESCO atribuem uma riqueza enorme à cidade, mas há muito mais a apreciar: 20 igrejas e sete conventos que nos contam a história de arte desde o século XIII, os museus, os restantes edifícios militares, a Casa da História Judaica, as judiarias, a mouraria, as vielas medievais merecem a visita de todos. Um património histórico que é o reflexo do passado glorioso de Elvas, várias vezes palco de importantes acontecimentos de relevo para a história de Portugal.

O melhor local para apreciar as gentes, os costumes e o território é o novo Mu-

seu de Arqueologia e Etnografia de Elvas, onde se conhece a história e a tradição da cidade desde o paleolítico até à atualidade. Pontos altos são também o Santuário do Senhor Jesus da Piedade com o seu valioso núcleo de milhares de ex-votos desde o século XVIII e também a Semana Santa e o Natal, quando as roncas, instrumento musical típico da região, saem à rua com os cantares alentejanos.

Paralelamente a todo este acervo, e como não poderia deixar de ser numa típica cidade alentejana, a gastronomia é sobejamente conhecida e Elvas acompanha essa qualidade e tradição. O Bacalhau Dourado, o porco alentejano, o borrego e a doçaria conventual com a sericaia e as ameixas de Elvas deixam água na boca.

O selo UNESCO que a Cidade-Quartel Fronteiriça de Elvas e suas fortificações ostentam há mais de uma década leva a que o turismo seja, cada vez mais, uma importante alavanca para a economia lo-

cal. Poucas são as atividades que crescem quase 10% ao ano e isso mexe com todas as áreas, dos restaurantes aos hotéis e ao comércio local. Por isso mesmo, o turismo em Elvas é e tem que continuar a ser uma missão de todos, liderada pela autarquia e tendo como parceira a Entidade Regional de Turismo. Todos contam, porque o património é dos elvenses e tem vários proprietários: as paróquias, os militares e os privados. 🇵🇹



cm-elvas.pt

Alter do Chão e os seus encantos

Com um vasto património cultural e religioso, uma gastronomia única e a prestigiada Coudelaria de Alter, berço do Cavalo Lusitano, Alter do Chão convida a uma experiência autêntica, onde a arte de bem receber é marca distintiva.



O concelho de Alter do Chão é uma verdadeira preciosidade, situado estrategicamente no centro do Alto Alentejo. É composto por 4 freguesias: Alter do Chão, Seda, Chança e Cunheira, além do lugar de Alter Pedroso, um recanto de pureza e cuidado, de onde se avista grande parte da planície alentejana e os belos montados de azinheiras e sobreiros. Com uma área de 361km², o concelho é o lar de cerca de 3 000 habitantes, pessoas boas, honestas e trabalhadoras.

Este é um concelho que valoriza a cultura como um fator de desenvolvimento, alicerçado na riqueza do seu património histórico. Destaca-se, por exemplo, a Estação Arqueológica da Casa da Medusa, onde se pode admirar um mosaico ro-

mano que retrata o encontro entre Alexandre Magno e o Rei Poro na Batalha de Hidaspes, em 326 a.C., um mosaico único no mundo “in situ”.

Outros marcos incluem a Ponte Romana de Vila Formosa, situada sobre a Ribeira de Seda, e o Castelo de Alter do Chão, mandado construir no século XIV por D. Pedro I. O concelho abriga ainda a Casa e Jardim do Álamo, datados do século XVII, atualmente musealizados, e a Fonte Renascentista do século XVI, toda em mármore, que exhibe os brasões da Casa de Bragança e da Vila de Alter do Chão.

O património religioso é vasto, com destaque para a Igreja da Misericórdia, a Igreja de Santo António, e as Igrejas de Nosso Senhor Jesus do Outeiro, de São Francisco e de Nossa Senhora da Alegria.

A gastronomia de Alter do Chão é também muito rica, baseada em produtos locais. O Ensopado de Borrego com Arroz Amarelo é um prato tradicional, indispensável nos casamentos antigos e ainda hoje muito apreciado em épocas festivas como a Páscoa.

Nos últimos anos, graças ao investimento privado, Alter do Chão registou um crescimento notável no setor do turismo, aumentando significativamente a sua capacidade hoteleira e de restauração.

Um dos grandes orgulhos de Alter do Chão é a sua Coudelaria. Fundada em 1748 por D. João V, a Coudelaria de


Alter é o berço do Cavalo Lusitano, em especial da linha Alter Real, cujos cavalos participam em exibições da Escola Portuguesa de Arte Equestre por todo o mundo.

Os cavalos Alter Real têm também uma forte presença no desporto equestre, particularmente na disciplina de Dressage. Exemplo disso é o cavalo Rubi, que adquiriu uma maior notoriedade nos Jogos Olímpicos de Londres, em 2012. Mais recentemente, nos Jogos Olímpicos de Tóquio, em 2021, quatro cavalos Lusitanos qualificaram a equipa portuguesa, dos quais dois eram Alter Real: Beirão e Coroado.

Além da sua importância turística, a Coudelaria de Alter é reconhecida internacionalmente pelo trabalho do seu Laboratório de Genética Molecular, que há 28 anos desempenha um papel crucial na preservação genética da Raça Lusitana, assegurando a credibilidade dos registos dos Livros Genealógicos de Equinos, propriedade do Estado Português.

A Coudelaria oferece visitas guiadas durante todo o ano, bem como várias experiências de turismo equestre.

O concelho de Alter do Chão é também rico em festas e tradições. A Feira de São Marcos, realizada anualmente a 25 de abril, é o seu maior evento, destacando-se pelo tradicional Leilão de Cavalos na Coudelaria, que acontece no dia 24 de abril. Esta feira tem como objetivo promover e valorizar os produtos locais, a gastronomia e o artesanato, impulsionando o desenvolvimento económico e turístico da região.

Com todo este legado patrimonial, e considerando que o maior tesouro de Alter do Chão são as suas gentes, convidamo-lo a visitar-nos e a experienciar a nossa arte de bem receber, com os bons costumes alentejanos. 



www.cm-alter-chao.pt



Herdade Papa Leite: Um sonho tornado realidade

Começou com a criação de gado, mas hoje é conhecida pela produção de vinhos de elevada qualidade. Na Herdade Papa Leite, tudo é pensado ao pormenor, desde as vinhas até ao engarrafamento.

Filipe Barreiros esteve ligado ao setor bancário durante muitos anos, mas, a certa altura, apercebeu-se de uma paixão que já estava enraizada na sua família: os vinhos. Além de os seus pais terem sido proprietários de uma quinta na zona do Dão, quando era jovem também costumava visitar amigos com herdades no Alentejo. O seu interesse pela indústria vitivinícola foi crescendo gradualmente e, em 2000, surgiu a oportunidade de adquirir uma propriedade no Alentejo – a Herdade Papa Leite.

Tudo começou com a criação da já existente, ainda que limitada, raça de vacas alentejanas, tendo depois introduzido a raça Aberdeen-Angus. Mais tarde, Filipe Barreiros decidiu apostar na produção de vinhos. “Eu sou um grande apreciador de vinhos brancos e comecei a perceber que, em Portugal, não existia nenhum branco

que eu adorasse”, conta. Por isso, começou por fazer vinhos brancos e, posteriormente, avançou para os tintos.

Após a plantação das vinhas, o primeiro grande avanço da propriedade foi a construção de uma adega própria, visto que não fazia sentido cultivar uvas sem dispor de uma estrutura adequada para o processo de vinificação. Filipe Barreiros considera esse um passo fundamental, pois “sem uma adega é impossível controlar totalmente a qualidade e o momento ideal da vindima”. Como ele próprio explica, utilizar adegas de terceiros implica enfrentar atrasos ou limitações de disponibilidade, o que pode comprometer a maturação perfeita das uvas. Além disso, ter uma adega permite, por exemplo, realizar análises durante a fermentação e controlar as barricas onde estagiam os vinhos, o que assegura o acompanhamento de todo o processo com precisão, garantindo maior controlo e flexibilidade.

Atualmente, a herdade, que se estende por 12 hectares de vinha divididos entre seis castas brancas e seis castas tintas, é reconhecida pela produção de vinhos de elevada qualidade, resultado de uma criteriosa seleção. Para os vinhos brancos, as castas predominantes são Chenin Blanc, Viognier e Moscatel. Já nos tintos, destacam-se Merlot, Cabernet Sauvignon, Cabernet Franc, Syrah e, claro, a típica alentejana Alicante Bouschet. Esta escolha foi fortemente influenciada pelas viagens de Filipe Barreiros, onde adquiriu um vasto conhecimento sobre o que se faz além-fronteiras. “O conjunto das nossas castas faz com que os nossos vinhos sejam bastante diferentes dos demais que são produzidos em Portugal”, afirma.

Outro fator distintivo são os rótulos,

até porque “quando olhamos para a prateleira de uma garrafeira, a primeira coisa em que reparamos são os rótulos”. Inspirado por ideias que viu durante as suas viagens aos Estados Unidos, e com o apoio da sua esposa, começou a pensar em rótulos que realmente chamassem a atenção e contassem histórias. Esse foi o seu principal objetivo. Para concretizá-lo, contou com a ajuda de um artista alterense.

Mais recentemente, decidiu começar a apostar no enoturismo, oferecendo um pequeno alojamento local situado no centro da vila de Alter do Chão. Lá, os visitantes podem não só pernoitar, mas também passear pelas vinhas, visitar a adega, conhecer a gastronomia local, entre outras experiências.

Reconhecendo a importância das pessoas, valoriza o empenho da sua equipa ao longo dos anos. “São pessoas qualificadas e, acima de tudo, muito dedicadas”, revela, sublinhando a importância da formação contínua para garantir uma constante evolução.

Quanto ao futuro, a aposta será no aprimoramento da qualidade e não na quantidade. Além disso, alerta para a necessidade de eventualmente começar a aumentar os preços, de acordo com a elevada qualidade dos produtos vinícolas portugueses. 🍷



Hotel Villa Alter



www.herdadepapaleite.pt



Situado no coração do Alentejo, junto à Barragem de Montargil, o Montes de Argila é um restaurante que combina a rica tradição gastronómica da região com um ambiente de tranquilidade e beleza natural. Privilegiando os produtos locais, oferece pratos que exaltam os sabores genuínos da cozinha alentejana, sempre com uma apresentação sofisticada. A sua esplanada, com vista panorâmica para a paisagem envolvente, é ideal para quem deseja desfrutar de uma refeição relaxante ao ar livre, seja ao almoço ou ao jantar. Para além da gastronomia, o Montes de Argila é um ponto de encontro para quem procura uma experiência completa de sabores e paisagens alentejanas, oferecendo um espaço perfeito para convívios em família ou entre amigos, tudo envolto pelo charme e serenidade da região de Montargil. Este equilíbrio entre a autenticidade dos sabores e a tranquilidade do local faz do Montes de Argila o destino perfeito para os amantes da boa comida e da natureza.

ESTRADA NACIONAL 2, KM 462, BARRAGEM DE MONTARGIL
7425-147 MONTARGIL
EVENTOS: MontesdeArgila.Events@gmail.com
RESERVAS RESTAURANTE: 242010442 / 964088599



Alentejo volta a ser palco do maior festival de balões de ar quente

Entre os dias 7 e 13 de novembro, o Alto Alentejo vai receber pelo 27.º ano consecutivo, o maior e mais antigo Festival Internacional de Balões de Ar Quente.

O evento vai realizar-se em Alter, Fronteira, Monforte, Ponte de Sor, Montargil e na Fundação Abreu Callado, em Benavila, e os céus vão ganhar vida, pois serão preenchidos de balões de todas as cores. Ao longo da semana, se as condições meteorológicas forem favoráveis, serão realizados voos livres, com 30 equipas de vários países, como Portugal, Espanha, França, Holanda e Bélgica.

Qualquer pessoa pode participar neste momento verdadeiramente inesquecível e, para isso, basta adquirir uma das pulseiras solidárias que serão disponibilizadas brevemente no site da organização. O valor das mesmas varia entre os 75€ e 90€.

Organizado pela Publialão, o Festival Internacional de Balões de Ar Quente teve a sua primeira edição em 1997 e hoje é um dos maiores e mais importantes festivais da Europa. O objetivo é promover o balonismo em Portugal entre a comunidade local e, em simultâneo, apoiar causas sociais.

Todos os anos, as receitas dos voos são destinadas a campanhas solidárias, cujos fundos são integralmente revertidos para os Bombeiros Voluntários dos concelhos participantes.

“Tesouros do Alentejo”: um evento que marca pela diferença

A Comissão Vitivinícola Regional Alentejana (CVRA) está prestes a transformar os eventos v\u00ednicos em Portugal com a estreia do “Tesouros do Alentejo”.

Hoje, pelas 20h00, o Museu do Tesouro Real (Calçada da Ajuda, em Lisboa) vai ser palco de uma noite inesquec\u00edvel, onde 15 grandes vinhos do Alentejo s\u00e3o harmonizados com pratos t\u00edpicos da gastronomia alentejana, durante quatro horas repletas de muitas surpresas.

O evento, que procura posicionar-se como algo completamente inovador no setor, contar\u00e1 com proje\u00e7\u00f5es de v\u00eddeo e um concerto de Global Club Music, apresentado por Branko, um dos Djs e produtores mais conhecidos do mundo. Este ir\u00e1 demonstrar de que forma a sua m\u00fasica se integra perfeitamente com a natureza e com os Vinhos do Alentejo. No “Tesouros do Alentejo”, tamb\u00e9m haver\u00e1 uma inesperada performance de Cante Alentejano, em parceria com o evento Fever Original, al\u00e9m dos ic\u00f3nicos concertos de Candlelight de m\u00fasica cl\u00e1ssica. Tudo isto ocorrer\u00e1 num local de refer\u00eancia na capital, o Museu do Tesouro Real, onde se encontra uma das maiores cole\u00e7\u00f5es de joias do pa\u00eds.





Vila Viçosa | Sede Ducal

CANDIDATA A PATRIMÓNIO MUNDIAL DA UNESCO



Vila Viçosa
Câmara Municipal

Um tesouro cultural no coração do Alentejo



Estremoz, uma verdadeira joia do Alentejo, convida-o a explorar um destino onde tradição e modernidade se entrelaçam de forma única. Com o seu famoso Mercado de Sábado, onde produtos frescos e artesanato local apelam aos sentidos, e a arte do Figurado de Barro, reconhecida como Património Imaterial da Humanidade, a cidade revela a sua riqueza em termos culturais. Em 2025, Estremoz, em conjunto com outros 4 municípios alentejanos, será Cidade do Vinho, celebrando a excelência vitivinícola da região, oferecendo diversas experiências neste âmbito. Descubra ainda a sua gastronomia, os monumentos históricos e a beleza das paisagens que fazem de Estremoz um concelho inesquecível.

Estremoz, uma joia no coração do Alentejo, distingue-se pelos seus usos, costumes e tradições. Situado numa região rica em cultura, Estremoz destaca-se pelo seu mercado de sábado, onde a história e a modernidade se entrelaçam. O Mercado de Estremoz é o ponto de encontro do mundo rural, que oferece uma variedade de produtos locais frescos que, aliados ao artesanato, e à feira antiguidades, proporcionam uma verdadeira experiência de cores, cheiros, sabores e saberes.

Estremoz é também singular na produção do famoso Figurado de Barro, uma arte secular, Património Cultural e Imaterial da Humanidade, que encanta visitantes e residentes. Cada peça é única, refletindo a habilidade artesanal dos artesãos, fazendo

estes, parte essencial da alma de Estremoz.

Em 2025, Estremoz será a Cidade do Vinho, numa candidatura conjunta com os municípios de Alandroal, Borba, Redondo e Vila Viçosa, cinco concelhos unidos pela Serra D'Ossa e que irão celebrar a tradição vitivinícola da região e a excelência dos seus vinhos. Aqui, é possível visitar adegas únicas, com possibilidade de degustação de vinhos de excelência com vista para paisagens deslumbrantes que envolvem a cidade e o campo.

Para além do barro e do vinho, a gastronomia e o património são também pontos-chave deste concelho. Desde o magnífico castelo que vigia a cidade, às igrejas, aos espaços museológicos de excelência, às casas caiadas de branco, e aos maravilhosos sa-

bores da verdadeira doçaria e cozinha tradicional alentejana, a visita a este concelho proporciona uma experiência completa.

Visite Estremoz e descubra um destino onde o passado e o presente se encontram, onde o sabor do vinho, da gastronomia e da doçaria se cruzam com a arte e com a história de um povo com tradição.

Venha Visitar, Investir e Viver Estremoz!
#VIVEEstremoz



www.cm-estremoz.pt



Uma
história
que nunca
acaba

www.cm-alandroal.pt

Paixão em cada garrafa



Sob o lema "Every drop, a drop of perfection" (cada gota, uma gota de perfeição), a Quinta do Zambujeiro combina tradição e inovação para produzir vinhos de alta qualidade, de forma sustentável, proporcionando uma experiência única a cada degustação.

A Quinta do Zambujeiro foi fundada em 1999 e, desde então, através de esforços contínuos em melhorar os padrões de qualidade, tornou-se num dos produtores de vinho com mais prestígio e carácter em Portugal, sendo considerada como uma marca de culto, tanto a nível nacional como internacional.

Situada no concelho de Borba, na região norte alentejana, em plena Serra D'Ossa, procura tirar o melhor partido da sua altitude e microclima para a produção de vinhos de grande qualidade.

A Quinta do Zambujeiro, tem enfrentado constantes desafios no mercado, como a situação económica atual, a redução do poder de compra a nível nacional e internacional, e até mesmo a elevada concorrência neste segmento de mercado, onde cada vez há mais produtos de elevada qualidade.

Para fazer face a esses desafios, aposta na qualidade, com processos de produção que lhe conferem uma diferenciação no produto final.

Embora se consuma menos álcool, o consumidor pede mais qualidade. Por isso, em cada desafio está uma oportunidade que a Quinta do Zambujeiro gosta de aproveitar, procurando sempre a excelência.

Há mais de 15 anos que a empresa tem vindo a adotar práticas sustentáveis, nomeadamente a não utilização de herbicidas nas vinhas, bem como uma atuação preventiva no controlo fitossanitário. Dentro destas práticas, destaque para a utilização de produtos biológicos no controlo de pragas e doenças, de forma a fortalecer e preservar o equilíbrio do ecossistema. A rega eficiente ajuda-os a reduzir o desperdício de água, para minimizar o impacto ambiental.



Recentemente, fizeram um investimento na aquisição de painéis solares para uma maior eficiência energética da empresa.

A Quinta do Zambujeiro, respeitando todo o conhecimento e tradição da atividade vitivinícola da região do Alentejo, optou pela inovação na produção de vinhos de excelência, apostando na utilização de castas tradicionais, mas com uma abordagem diferente durante o processo produtivo, de forma a atingir um perfil de consumidor mais exigente, para tal conta com a preciosa ajuda da mão de obra experiente e qualificada dos seus colaboradores nos processos inovativos, como a monda de cachos no campo ou a escolha manual e criteriosa das uvas na adega.

Para além da linha regular, ocasionalmente é feita uma edição especial do seu vinho topo de gama "Zambujeiro Especial".

A Quinta do Zambujeiro vai lançar bre-

vemente um novo vinho, "Parcela Pequena", para reforçar o seu portefólio.

Em termos de expansão de mercado está empenhada em aumentar as vendas nos diversos países em que está presente, e explorar novos mercados.

Além disso, está a construir um Boutique Hotel em espaço rural, anexo à adega, com 2 apartamentos totalmente equipados, 3 quartos e piscina. Com abertura prevista durante o próximo ano. Querendo, assim, complementar e diversificar a sua oferta de enoturismo na Quinta, dando a oportunidade aos hóspedes de pernoitarem na propriedade e explorarem tudo o que a região tem para oferecer. ✦

 *Quinta do Zambujeiro*

www.quintadozambujeiro.com

2024-2025

MONSARAZ

DO NATAL AOS REIS

1 de dezembro a 6 de janeiro



Presépio de Rua

Cerca de 50 figuras em tamanho real

Escultora: Teresa Martins

REGUENGOS

MUNICÍPIO DE
REGUENGOS
DE MONSARAZ



NATAL EM REGUENGOS

Fins-de-semana de

1 A 22 DEZEMBRO 2024

REGUENGOS DE MONSARAZ
PRAÇA DA LIBERDADE

Fotografias com o Pai Natal . Comboio de Natal . Animação de Rua
Cinema . Concertos . Cante ao Menino . Mercado de Natal



CASA MUSEU INTERATIVA DE BORBA

Um legado de história dedicado ao vinho de talha

No tecer das histórias, há um legado que se ergue em fios de memória e tradição. Em Borba, a antiga adega de Vinho de Talha do século XIX é hoje um Museu interativo focado na produção de Vinho de Talha no Alentejo. Uma experiência autêntica e inovadora, que brinda ao futuro sem nunca esquecer a herança, tradições e verdades do passado.



Movidas pelo sonho, em plena pandemia, Maria Amélia e Maria Teresa Rézio, decidiram unir forças e dar início a um novo projeto na casa e terra que as viu crescer: a Casa Museu Interativa de Borba. Uma casa com passado, do seu passado, à qual quiseram dar um futuro, um futuro com história!

Com o desafio de inovar com tradição, as portas da adega de vinho de talha, legado deixado pelos avós Esmeralda e Mariano à família, voltaram a abrir-se para nos levar numa viagem à descoberta desta técnica milenar de produção de vinho em potes de barro e história de gerações. Tratava-se de uma adega tradicional, intacta, mas fechada, com 46 talhas de barro originais de olaria alentejana, anteriores ao século XIX.

Esta casa datada do século XIX, tem no seu piso térreo, para além da adega de talhas, a adega de vinagre, o pátio com poço e a antiga cavalariça. Atualmente, é um museu privado, localizado na cidade Borba, no distrito de Évora, que laborou

até 1957, data de início do funcionamento da Adega Cooperativa de Borba, da qual Mariano Rézio foi um dos sócios fundadores em 1955.

Este Museu é um espaço único, com valor histórico e patrimonial para a região, onde o Vinho de Talha tem um destaque especial. Constitui um local de interação e promoção do património cultural da sub-região do Alentejo Central, nomeadamente da produção ancestral do Vinho De Talha.

A Tradição de produção de vinho em potes de barro, através de leveduras ancestrais, é uma técnica milenar que remonta à época romana, trazida para a península ibérica há mais de 2.000 anos e que o Alentejo nunca perdeu. A forma de produção do vinho de talha, apesar de haver variantes locais que conferem características diferentes aos vinhos, mantém-se inalterada desde que foi introduzida na região.

O seu processo não começa com a apanha da uva, mas sim com a produção da talha, um recipiente em barro poroso em que o seu interior é impermeabilizado por pez de louro e cera de abelha, de forma a isolar o vinho do contacto com o barro. A aplicação desta camada deve ser repetida a cada 10 ou 15 anos.

A visita através de conteúdos multimédia e de interações digitais dá a conhecer o processo da atividade vinícola e técnica milenar de produção de vinho de talha. Permite ao visitante experienciar as vivências passadas, sentir e imaginar os cheiros, conversas e trabalhos que diaria-

mente passeavam por esta adega. Todo o espólio inclui os acessórios e instrumentos antigos utilizados na atividade vinícola e as talhas de diferentes tamanhos, originais de olaria alentejana de São Pedro do Corval e de Campo Maior.

A partir daqui as hipóteses são variadas: provas de vinhos acompanhadas de tábua de queijos e enchidos regionais, prova de azeite com pão alentejano, refeições com Cante Alentejano, roteiros guiados pela Batalha de Montes Claros em Moto Sidecar. A configuração do espaço do museu permite a sua utilização de forma versátil, sendo possível a realização de eventos de cariz empresarial e pessoal. Periodicamente são apresentadas exposições temporárias, bem como dinamizadas ações culturais como contributo do museu para a dinamização cultural da região, como concertos, workshops, provas e degustações de vinhos com produtores da região, jantares vnicos, sunsets, entre outros. Durante todo o ano, o Serviço Educativo tem a desafiante responsabilidade de transmitir o conhecimento sobre a história, vivências e o ciclo produtivo do Vinho de Talha no Alentejo, bem como a divulgação dos bens patrimoniais à sua guarda e informação que lhe está associada, através de atividades lúdico-pedagógicas, como visitas interativas, jogos e variados ateliers de pintura.

Durante os períodos de férias escolares, o programa de atividades de tempos livres, promove semanas repletas de atividades, de modo a ocupar os tempos livres dos mais pequenos. O objetivo deste museu é dar a conhecer e sensibilizar todos os que nos visitem para os aspetos característicos da atividade vinícola, designadamente vinho de talha, numa perspetiva histórica e cultural regional através de conteúdos multimédia e de interações digitais.

Horário A Casa Museu funciona de quarta-feira a domingo, das 10h00 às 13h00 (última entrada 12h15) e das 14h00 às 17h30 (última entrada 16h45).

Contactos Telefone: + 351 925 076 864 - Correio Eletrónico: geralmrezio.pt
Website: www.emrezio.pt · Morada: Rua 1º de Maio, nº2 7150-140 Borba, Évora, Portugal
Instagram: @em.rezio · Facebook: EM Rézio – Casa Museu Interativa de Borba

EM Rézio
Casa Museu
Interativa de Borba



Terra Mãe Azeite do Alentejo

Moura



MOURAmobile



#camaramunicipaldemoura

<http://www.cm-moura.pt>

Vidigueira: Vinhos de excelência e Cante Alentejano no Coração do Alentejo



Vidigueira é uma vila que surpreende pela sua tranquilidade e pelas suas paisagens, combinando natureza, cultura e grandes vinhos. Um dos locais mais recomendados para quem visita o município é o Parque Verde Urbano. Este espaço, ideal para momentos de lazer em família ou entre amigos, oferece zonas de sombra, áreas de piquenique e equipamentos para atividades ao ar livre, sendo um verdadeiro refúgio de calma no coração da vila. Outro ponto de visita obrigatória é o Centro Interpretativo do Vinho de Talha (CIVT), localizado em Vila de Frades, onde se pode conhecer o processo de produção deste produto identitário do território, além de explorar exposições interativas sobre o processo de produção do vinho, desde a vinha até à talha. As ruínas da Villa Romana de São Cucufate também não podem ser esquecidas, sendo um testemunho da história e riqueza arqueológica da Vidigueira que permitem uma leitura e compreensão temporal da herança romana.

No município, a gastronomia de Vidigueira é uma verdadeira celebração dos sabores do Alentejo, com pratos que refletem a simplicidade e a riqueza dos produtos locais. Um dos pratos mais emblemáticos é o ensopado de borrego,

confeccionado com carne de qualidade, cogumelos silvestres e ervas aromáticas. A açorda alentejana, à base de pão, alho, azeite e coentros, é outro clássico da região. Não podemos esquecer as migas, que variam desde as migas de pão às de espargos, normalmente acompanhadas de carne de porco. Deverão ainda destacar-se as sopas de espinafres que, em conjunto com o vinho de talha, representaram a Vidigueira em 2018 no concurso das 7 maravilhas à mesa.

A vitivinicultura é uma parte essencial da identidade de Vidigueira, e a produção de vinhos aqui remonta a séculos. Graças ao clima quente e ao solo fértil, a vila é conhecida pelos seus vinhos de qualidade superior. As castas mais comuns incluem a Antão Vaz, casta autóctone e que encontra por cá a sua expressão máxima, que dá origem a vinhos brancos frescos e aromáticos, e a casta Aragonez, que proporciona vinhos tintos encorpados e elegantes. Vidigueira é também famosa pela produção de vinhos de talha, uma tradição ancestral que utiliza grandes recipientes de barro para a fermentação, conferindo características únicas aos vinhos. Anualmente, os meses de novembro e dezembro são palco de diversos eventos onde se pode conhecer melhor

esta tradição e provar os vinhos novos.

O Cante Alentejano é um património que abraça todo o Alentejo, e no município da Vidigueira esta é uma tradição de grande relevância. O Cante Alentejano é uma tradição profundamente enraizada na cultura dos vidigueirenses. Em Vidigueira, esta forma de canto tem uma história longa, passada de geração em geração, sendo um elemento central nas festividades e momentos de convívio da comunidade. Durante o evento Vidigueira Vinho, realizado no fim de semana da Páscoa, os grupos corais locais partilham esta tradição, mantendo-a viva. No entanto, é em novembro que o Cante Alentejano ganha maior destaque, com a comemoração da sua inscrição como Património Imaterial da Humanidade pela UNESCO. Neste mês, ocorre o evento Vidigueira Encante, onde os grupos corais de toda a região do Alentejo são os protagonistas. Além disso, ao longo de novembro, há ensaios abertos, workshops de cante e tertúlias dedicadas a esta expressão cultural, que acontecem em todas as freguesias do concelho. 🍷

cm-vidigueira.pt



Vidigueira **EN Cante**

**10 ANOS
DE RECONHECIMENTO
DO CANTE ALENTEJANO
A PATRIMÓNIO
IMATERIAL
DA HUMANIDADE**

**23&24
NOVEMBRO
2024**



Conheça o único hotel da Europa com avião privado

O The Wine Hotel, situado entre as vinhas da Quinta do Paral, na Vidigueira, abriu oficialmente as portas com uma proposta de “quiet luxury”. Este é o único hotel na Europa a oferecer aos seus hóspedes a possibilidade de chegar num avião privado, o Pilatus PC12.

Quando o avião desceu sobre o hotel durante a inauguração, muitos pensaram que fosse um erro, mas era na verdade uma receção planeada pelo proprietário, Dieter Morszeck, um alemão apaixonado pelo Alentejo. Dieter, herdeiro da marca de malas de luxo Rimowa e fundador da construtora de aviões Junker Aircraft, descobriu a região e decidiu investir no que considera ser a “Toscana portuguesa”.

Em 2017, adquiriu 85 hectares de terra na Vidigueira para a produção de vinhos de alta qualidade e azeite.

O The Wine Hotel, que integra a rede Leading Hotels of the World, oferece uma experiência de luxo tranquilo, combinando a simplicidade do Alentejo com detalhes sofistica-

dos. Além do transfer aéreo até Beja, os serviços incluem mordomo, jantares privados, observação de estrelas em camas balinesas, passeios a cavalo e provas de vinho.

Com 22 quartos e suítes, alguns localizados na antiga casa senhorial do século XIX, o hotel apresenta uma decoração cuidada, com casas de banho escondidas atrás de espelhos e duchas ao ar livre. A oferta gastronómica, sob a curadoria do chef José Júlio Vintém, destaca os sabores tradicionais do Alentejo, complementados pelos vinhos produzidos na Quinta do Paral, sob a orientação do enólogo Luís Morgado Leão, que prioriza a sustentabilidade e a preservação da biodiversidade.

O The Wine Hotel acolheu os primeiros hóspedes em junho, e foi inaugurado oficialmente em setembro, sob um céu que refletia a essência do local: simplicidade exterior e luxo interior.



Receitas turísticas dispararam no Alentejo em agosto

Os estabelecimentos de alojamento turístico no Alentejo registaram um aumento de 12,6% nos proveitos totais em agosto deste ano, em comparação com o mesmo mês de 2023, segundo dados do Instituto Nacional de Estatística (INE). Os proveitos de aposento subiram 13,3% face ao período homólogo.

O INE destaca que “todas as regiões registaram aumentos nos proveitos”, com os maiores crescimentos observados nos Açores e no Alentejo.

O rendimento médio por quarto ocupado (ADR) atingiu valores elevados, com o Algarve a liderar com 205,7 euros, seguido pelo Alentejo, que alcançou 162,5 euros.

Obrigado!

Nas últimas duas edições da Mais Magazine navegámos por entre as maravilhas que compõem as belas localidades do Ribatejo e Alentejo. Levamos até si o de que melhor estas regiões têm para oferecer nas mais variadas áreas, desde o património material, imaterial e paisagístico, passando pela gastronomia e vitivinicultura, não esquecendo a hospitalidade e genuinidade que fazem parte das gentes alentejanas.

Dado a conhecer a beleza e potencial ribatejano e alentejana, resta-nos agradecer, em primeiro lugar, à Entidade Regional de Turismo do Alentejo e Ribatejo, na pessoa do Dr. José Manuel Santos, que desde o primeiro instante demonstrou total abertura e empenho em depositar os seus esforços na realização destes especiais.

Agradecemos ainda a todos os municípios e empresas que também acreditaram nestes projetos e apresentaram-se como parte fundamental para o sucesso destas duas edições.

Desejamos que para o ano voltemos a contar com toda a vossa ajuda a levar o nome do Alentejo e Ribatejo mais longe.

Até 2025!

Angola -



Angola: A Juventude dos 50!

Celebrar meio século de independência é como celebrar um aniversário pessoal - a experiência acumulada torna-nos mais sábios, mas a sede por novos desafios e conquistas permanece. Angola, ao longo dessas cinco décadas, experimentou altos e baixos, aprendendo com os erros e moldando o seu próprio futuro. Assim como um indivíduo amadurece e se transforma, o país também evoluiu, adquirindo a maturidade necessária para enfrentar os desafios complexos do século XXI.

Nesta jornada, a economia de Angola esteve sempre perto da portuguesa e as respectivas relações empresariais sempre foram relevantes na relação entre os dois países. E aqui falamos numa relação de meio século em que se desenvolveu uma verdadeira bilateralidade, não obstante os fluxos financeiros sejam condicionados pelo contexto a cada momento. Angola teve momentos em que foi um importante exportador e investidor em Portugal. O mesmo aconteceu relativamente a Portugal para Angola. Porém, para além dos ciclos económicos, a capacidade de empresas angolanas e portuguesas conseguirem criar parcerias tão duradouras é um fenómeno verdadeiramente único no contexto da Lusofonia e da União Europeia. Há sem dúvida um “ingrediente secreto” desenvolvido ao longo dos últimos 50 anos que dá um sabor especial a esta relação. Uma relação que existe apesar das diferenças entre as duas economias, sendo a de Angola mais centrada nos recursos naturais e a de Portugal com maior vocação para os serviços.

Mas onde há uma grande diferença é na demografia. Segundo um estudo do INE de Portugal, datado de 2020, a população residente diminuirá dos atuais 10,3 milhões para 8,2 milhões em 2080. Prevê-se, ainda, uma redução dos jovens de 1,4 para 1,0 milhões e que o índice de envelhecimento quase duplicará, passando de 159 para 300 idosos por cada 100 jovens. Por muitas medidas que se tomem, é uma tendência difícil de inverter. Como compara esta realidade com Angola? Estima-se que a população de Angola fosse, em 1975, de 7 milhões. O Censo de 2014 concluiu que a população tinha crescido para cerca de 26 milhões e, presentemente, deve rondar 39 milhões segundo o Fundo das Nações Unidas para a População. Não é necessário fazer muitas contas para concluir que a população angolana é bastante jovem, tendo cerca de 60% da população menos de 24 anos.

Surpresa: aos cinquenta Angola é, afinal, jovem. Esta juventude representa futuro, iniciativa e vontade. E também, muitos consumidores e muitos trabalhadores. Uma ótima oportunidade para a continuidade e o aumento das parcerias entre empresas angolanas e portuguesas. Para que ao festejarmos os 60, os 70, os 80, esta jornada seja ainda mais rica em oportunidades!

Parabéns, Angola! Parabéns a todos os angolanos!

João Luís Traça, Presidente da Direção da Câmara de Comércio e Indústria Portugal - Angola

"50 Anos Depois"

"O dia 11 de novembro de 1975 marcou o nascimento de uma nova Nação Independente, Angola, e ao assinalarmos mais este aniversário da Independência Nacional, é imperativo recordar e pagar o justo tributo de reconhecimento a todos aqueles que se entregaram à luta e consentiram imensos sacrifícios pela emancipação de Angola e dos seus filhos.

É com satisfação que o Estado regista a existência de mais de quatro mil empresas portuguesas que desenvolvem as suas atividades em Angola, senão que o governo angolano vem desenvolvendo esforços porfiados para que o investimento provado direto em Angola tenha um crescimento mais impetuoso, sobretudo nas áreas prioritárias definidas por Angola e em que as empresas portuguesas detêm significativa experiência.

Angola planeia atingir a meta de 70% de energia proveniente de fontes não poluentes até 2025, privilegiando energias limpas de barragens hidroelétricas e energia solar. Neste sentido, têm sido feitos muitos e significativos investimentos em infraestruturas económicas e sociais para mitigar os efeitos da seca prolongada que afeta a região Sul de Angola, com destaque para a inauguração em 2022 do aqueduto na província do Cunene, que assegura o acesso à água a 350 mil cidadãos numa extensão de 160 quilómetros.

A par disso, a República de Angola não tem medido esforços em contribuir para a paz e estabilidade da região, sobretudo na mediação do conflito na República Centro-Africana e na resolução do conflito entre o Ruanda e a República Democrática do Congo ou ainda entre o Uganda e o Ruanda onde tem procurado, modestamente, fazer o seu melhor, uma vez que, como sabemos, a solução depende sempre e sobretudo da vontade política das partes envolvidas."

Maria de Jesus dos Reis Ferreira, Embaixadora Extraordinária e Plenipotenciária da República de Angola em Portugal

Fonte: Jornal de Angola| RFI| E-Global



"Portugal e Angola têm uma relação de excelência, em todos os domínios, graças aos laços afetivos que unem os nossos povos. Estamos decididos a reforçar as parcerias já existentes e a explorar novas formas de cooperação que contribuam para a consolidação da nossa relação bilateral."

Paulo Rangel, Ministro dos Negócios Estrangeiros

Fonte: Jornal de Angola



A PONTE DIPLOMÁTICA ENTRE ANGOLA E AS BEIRAS E TRÁS-OS-MONTES

Criado no norte de Portugal e apaixonado pelo povo angolano, António Cunha tem dedicado a sua vida à nobre missão de auxiliar as comunidades angolanas e garantir o seu desenvolvimento, tal como conta à Mais Magazine. Foi com esse pensamento em mente que se tornou Cônsul-Honorário da República de Angola para os distritos de Vila Real, Viseu, Bragança e Guarda, e fundou a sua empresa, o Grupo 7 Cunhas, responsável pela criação de milhares de postos de trabalho.



António Cunha, Cônsul-Honorário da República de Angola para os distritos de Vila Real, Viseu, Bragança e Guarda



Luís Montenegro, Primeiro Ministro de Portugal, e António Cunha, Cônsul-Honorário da República de Angola

De que forma o seu Consulado é um importante meio para aproximar e cimentar as relações entre Angola e os distritos de Vila Real, Viseu, Bragança e Guarda?

Uma das principais funções a que me propus, na condição de Cônsul-Honorário da República de Angola, foi ajudar para a resolução dos problemas das comunidades angolanas que vivem nestas regiões do interior e que têm menos acesso às representações diplomáticas das grandes cidades. As áreas abrangidas pelos distritos onde exerço funções têm muitos estudantes angolanos, a frequentar universidades e institutos superiores. Por outro lado, pretendo também dar a conhecer aos empresários e empreendedores portugueses oportunidades em Angola, onde foi criado um ambiente de negócios, mais transparente e amigável do investimento com as medidas implementadas pelo Presidente João Lourenço. Além disso, também quero abrir portas a investidores angolanos para projetos empresariais que existem nestes distritos portugueses.

Quais as principais áreas de negócio existente entre Angola e os distri-

tos portugueses que defende? De que forma o Consulado é uma voz ativa na procura de investimentos de Portugal para Angola e vice-versa?

O objetivo fulcral da minha ação diplomática consiste em aumentar o número de empresários e investidores, oriundos e baseados nestes distritos, que estejam preparados para investir na economia angolana, bem como facilitar a ação de empresários e investidores angolanos nestas regiões de Portugal. Temos empresas inovadoras a funcionar em variados domínios, temos os vinhos, o azeite, com formas de produção que podem ser aplicadas em Angola ou que podem contar com investimento angolano. Por outro lado, estes projetos podem ser replicados na República de Angola. E

pretendo, também, alargar a atividade diplomática com o estabelecimento de contactos regulares com a comunidade estudantil angolana, que frequente as Universidades e Institutos Politécnicos destas regiões, e à qual será prestado todo o tipo de suporte diplomático, consular e informativo. Aliás, um dos compromissos mais importantes do Cônsul-Honorário da República de Angola é o estabelecimento de parcerias culturais que permitam a identificação e captação de talentos destas universidades portuguesas e que possam vir a protagonizar, muito em breve, uma efetiva transmissão de conhecimentos a jovens estudantes e empreendedores angolanos.

Quais as principais metas a curto/médio prazo que o seu Consulado Honorário pretende alcançar?

Um dos aspetos mais importantes da minha missão é dar a conhecer, a todos os que habitam e trabalham nestes distritos, a realidade atual da República de Angola. É, seguramente, um país diferente do que muitos pensam. Sua Excelência, o Presidente da República e chefe do Executivo, João Lourenço, implementou desde o início do seu mandato um conjunto de reformas económicas e sociais para mitigar a excessiva dependência da economia angolana do sector petrolífero. A prioridade dos investimentos passou a ser direcionada para outras áreas fundamentais para se alcançar a sustentabilidade económica como sejam a agricultura, agropecuária,



mineração, produção de energia e abastecimento de água. Foram implementadas uma série de medidas para combater a corrupção e criar um bom ambiente de negócios, mais transparente, que foram, aliás, amplamente elogiadas por organizações internacionais como o FMI e Banco Mundial e organizações não governamentais.

Virando agora o foco para o lado pessoal, dê-se a conhecer melhor aos nossos leitores. Qual o seu trajeto profissional? De eu forma surgiu a oportunidade de chegar a Cônsul? Por que razão decidiu juntar-se ao Consulado Honorário de Angola em Portugal para os distritos de Vila Real, Viseu, Bragança e Guarda?

Iniciei a minha atividade profissional muito cedo. Entre os 16 e os 18 anos conciliei os estudos com trabalhos administrativos e outros negócios, quando fundei a Tintas Europa no Distrito de Vila Real, empresa que ainda hoje constitui uma referência no mundo empresarial da região norte do território português, que comecei a afirmar-me como um empresário bem-sucedido, respeitado pelos meus pares e, sobretudo, pelos meus trabalhadores, clientes e fornecedores.

A expansão da atividade empresarial levou-me até Angola, na década de 80, do século passado, onde fundei o Grupo 7 Cunhas que se notabilizou pela capacidade de erigir infraestruturas indispensáveis ao desenvolvimento da República de Angola. Há poucos anos alargámos o ramo empresarial aos seguros, com a criação da Trevo Seguros, já uma referência no sector em Angola, e que vem mantendo uma relação exemplar com os clientes e com os colaboradores.

Em 2016, foi-me concedida a nacionalidade angolana, mais tarde cheguei a Cônsul-Honorário por candidatura através do Ministério das Relações Exterior (MIREX), o que muito me honrou.

Em mais de 30 anos de vivência na República de Angola conheci a fundo a sociedade angolana, a sua estratificação etária, económica, social e política, e fui



dos poucos que não saiu quando surgiu a crise que se viveu a partir de 2015. Reduzimos as atividades, mas o Grupo 7 Cunhas continuou a trabalhar, especialmente nos projetos mais urgentes e que eram vitais para a segurança, bem-estar e melhoria das condições das populações angolanas.

Mesmo com o agravamento da crise, e apesar dos confinamentos e estabelecimento de cercas sanitárias, devido à pandemia da Covid-19, viajei muito pelo território angolano de forma a inteirar-me, pessoalmente, dos problemas que afetavam as populações, e a apresentar soluções que minorassem o impacto negativo de uma das mais complicadas situações com que a espécie humana se confrontou nos últimos anos.

A instalação do Consulado Honorário, nos distritos de Vila Real, Bragança, Guarda e Viseu tem a ver com as minhas origens a nível empresarial. Nasci em Caíde de Rei, e penso que posso ajudar a melhorar a fluidez das relações entre os povos português e angolano. Temos a sede em Vila Real e, brevemente, teremos a nossa presença em Bragança, Guarda e Viseu.

Foi em solo angolano que abriu a sua própria empresa: o Grupo 7 Cunhas. Como surgiu essa oportunidade?


A 7 Cunhas surgiu do meu espírito empresarial em Angola e espalhou-se por províncias tão díspares como: Luanda, Lunda Sul, Lunda Norte, Moxico, Malange, Uíge, Zaire, Namibe e Cuanza Norte. Tem esta designação porque fomos 7 irmãos e optamos em estar em 7 Provín-

cias, os valores familiares sempre tiveram grande importância para mim. Criamos mais de 3 mil empregos, na sua grande maioria de nacionalidade angolana já que tive sempre a preocupação que mesmo os técnicos expatriados, por mais qualificados que fossem, dispusessem parte do seu tempo para transmitir conhecimentos aos colaboradores angolanos.

Quais os serviços que a sua empresa disponibiliza no mercado?

O Grupo 7 Cunhas dedicou-se à área da construção e obras públicas, na construção de hospitais, postos médicos, escolas, estradas e vias urbanas, águas e saneamento, combate e estancamento de ravinas, recolha de lixo e hotelaria. Mais recente, entrámos no ramo dos seguros com a criação da companhia Trevo Seguros.

O Grupo 7 Cunhas desde sempre teve uma preocupação especial com a educação em Angola, preservação ambiental e proximidade com a comunidade. Fale-nos sobre os projetos que a sua empresa mantém nestes campos.

Um dos vetores que norteou sempre a nossa atividade em Angola foi a transmissão de conhecimento. Todos os nossos quadros, sejam engenheiros, técnicos especializados, operários e operadores especializados, além das funções que exercem têm a obrigação de transmitir os seus conhecimentos profissionais aos colaboradores angolanos que trabalham nas diversas empresas do grupo 7 Cunhas. Além do mais, esforçamo-nos por ganhar concursos, sob a visão "construir bem e nos prazos", mesmo que sejam nas zonas mais recônditas do imenso território angolano, colaborando com vários governos provinciais na política ambiental de recolha de lixo e resíduos que implica também uma transformação de mentalidade da população que, aliás, tem vindo a verificar-se de forma gradual nos últimos anos. 



A Trabalhar para o Futuro
Com **Qualidade** e cumprindo os **Prazos**

www.7cunhas.com



A **Trabalhar** para o **Futuro**
Com **Qualidade** e cumprindo os **Prazos**

Há 30 anos a contribuir para o desenvolvimento de Angola



Terraplanagens



Vias urbanas



Estancamento Ravinas

www.7cunhas.com

7CUNHAS - CONSTRUTORA E OBRAS PUBLICAS , Lda.
Rua António Assis Junior, nº 321 - Alvalade - Luanda - Angola
Tel. +244 926 492 658 E-mail: geral@7cunhas.com

KWANZA NORTE - LUANDA - LUNDA NORTE - LUNDA SUL - MALANGE - MOXICO - NAMIBE - UIGE - ZAIRE



TREVO

• SEGUROS •

Tomamos conta!

TREVO Seguros

Rua Comandante Kwenha, 263 - Luanda - Angola

Tel. +244 222 026 808

geral@trevoseguros.co.ao | www.trevoseguros.co.ao

Uma vida dedicada a Angola

A viver há quase 40 anos em Angola, Coutinho Duarte é uma personalidade reconhecida não apenas pela sua dedicação e contribuição no desenvolvimento da comunidade angolana, como também pelo papel de liderança nas relações comerciais entre Angola e Portugal. Foi em solo africano que fundou a sua própria empresa, a Aero Atlantic Service (AAS), e não esconde o seu desejo de "contribuir para uma sociedade melhor do que aquela que encontrou".



Coutinho Duarte - Fundador da Aero Atlântic Service


A jornada do engenheiro Coutinho de Duarte pauta-se por uma história de compromisso e empenho para com a comunidade onde se insere e pelo trabalho árduo na área da gestão de negócios. Bem conhecedor do mercado angolano e português, o engenheiro fundou em terras angolanas a sua própria empresa, a Aero Atlantic Service (AAS), uma entidade prestadora de serviços capaz de facilitar o comércio e colaboração não apenas entre Angola e Portugal, como para o resto do mundo. "É uma empresa vocacionada para a prestação de serviço, com relevância para aquelas que pretendem colocar os seus produtos no mercado angolano ou que o fabriquem em Angola e pretendem comercializar para outras paragens fora do país". Deste modo, a Aero Atlantic Service fornece serviços que vão desde o aconselhamento e a obtenção das

diversas licenças para a realização de importações e exportações, passando pelo desembaraço aduaneiro (aéreo ou marítimo) e legalização dos produtos até à entrega no destino final. Tendo em vista garantir que todos os processos estão revestidos de qualidade e eficácia, a empresa angolana realiza um acompanhamento de todos os procedimentos, o que confere aos empresários "uma tranquilidade absoluta no desenvolvimento do processo de legalização e comercialização da sua mercadoria".

Radicado em Angola há quase quatro décadas, Coutinho Duarte é já um profundo conhecedor dos meandros do panorama empresarial e social de Angola. Ainda que o engenheiro reconheça um enorme potencial no país africano, admite que Angola ainda é um país que se encontra à procura de um rumo. "A sociedade precisa, a meu ver, de optar por um modelo que venha ele próprio a readquirir a confiança perdida entre o mundo empresarial. Creio que numa sociedade sem livre iniciativa privada, sem uma moeda e um câmbio estável, o desenvolvimento e a criação de riqueza serão mais difíceis de atingir". Neste sentido, Coutinho Duarte acredita que a solução para a criação de uma sociedade mais estável e desenvolvida passará, primeiro, por captar mais mão de obra qualificada e, depois, por estabilizar a área dos negócios através da implementação de garantias de investimento para os investidores em solo angolano, visto que frequente o país é alvo de oscilações que perturbam as firmas dos empresários.

Para o empresário estas são condições imperativas para apoiar as empresas já fixadas em Angola e, simultaneamente, dar confiança para que mais pessoas invistam em Angola e

nas suas potencialidades. "É preciso pensar em políticas que levem a que o ramo empresarial, nacional e internacional, tenha confiança para fazer investimentos em Angola. É perfeitamente normal que qualquer nação tenha as suas próprias dores de crescimento, mas todas essas inconveniências devem ser alvo de reflexão, de forma a que sejam tomadas atitudes consentâneas que venham ao encontro das necessidades do país e que provoquem um crescimento da sociedade como um todo."

Com um olhar sobre o futuro, Coutinho Duarte ambiciona continuar com a sua nobre missão que o orienta desde que pisou em solo angolano: continuar a contribuir para o desenvolvimento da sociedade de Angola. "Pessoalmente, terei sempre o maior gosto e a maior dedicação em contribuir para que o país encontre o rumo pretendido, uma sociedade estável, com equilíbrio social, e onde as pessoas e as Organizações se sintam confortáveis. No fundo, ajudar a que Angola seja um lugar onde cada um se possa sentir útil e com oportunidades de contribuir para uma sociedade cada vez melhor". 



www.atlanticoservice.com



ACTUARIADO

Avaliamos com rigor, caso a caso.

Clientes

ÁREA DE SEGUROS

Seguradoras do Ramo Não Vida | Seguradoras do Ramo Vida | Associações Mutualistas | Auditores

ÁREA DE FUNDOS DE PENSÕES

Bancos | Empresas de Transportes | Empresas de Engenharia e Construção | Farmacêuticas | Hospitais | Planos de Pensões Individuais

Fatores Diferenciadores

- Experiência de 30 anos na área de consultoria atuarial
- Membro da Abelica Global, rede internacional de atuários
- Sócia coletiva do Instituto de Atuários Portugueses
- Presente no acompanhamento dos seus clientes nacionais e internacionais
- Postura pró-ativa e de partilha de conhecimento com o cliente



Carmen Oliveira, Managing Partner da Actuariado

Serviços

CONSULTORIA ATUARIAL

- Relatório da avaliação atuarial das provisões técnicas do ramo não vida e vida
- Aconselhamento sobre a adequação e suficiência das provisões técnicas
- Estudos de adequação e suficiência tarifária
- Apoio na configuração de produtos vida em sistemas informáticos

ATUÁRIOS RESPONSÁVEIS

- Vida e não vida no âmbito de Solvência II
- Fundos de Pensões

FUNDOS DE PENSÕES

- Apoio no desenho e implementação de um plano de pensões
- Acompanhamento atuarial de planos de pensões de benefício definido ou de contribuição definida
- *Asset and liability management*

AUDITORIA

- *Due diligence*
- Avaliação de Seguradoras

ESTUDOS DE SUSTENTABILIDADE DE SISTEMAS DE SEGURANÇA SOCIAL

Fundada em 1988, a Actuariado é uma empresa especializada em consultoria atuarial, que se tem afirmado como uma referência não só em Portugal, mas também no mercado internacional. Um dos seus principais casos de sucesso é Angola, onde está presente há vários anos mantendo uma estreita colaboração com as Seguradoras de referência nesse mercado. A empresa tem respondido aos desafios impostos pela nova lei da atividade seguradora angolana e este *know-how*, permite à Actuariado fornecer soluções atuariais que garantem a conformidade e segurança na atividade seguradora.

Contactos

carmen.oliveira@actuariado.pt



www.actuariado.pt

Angola irá investir cerca de 6,4 mil milhões de euros para abastecimento de água e combater a seca

Num comunicado feito pelo ministro da Energia e Águas de Angola, João Baptista Borges, o país ficou a saber que o seu governo planeia investir cerca de 6,4 mil milhões de euros na construção de projetos de abastecimento de água por todo o país. Com este projeto o governo angolano tenciona combater aquele que é um dos graves problemas que assola o país, a seca, tendo já investido quase 3 mil milhões de euros.

O ministro angolano adiantou que “no domínio do combate à seca temos um orçamento global de cerca de 4 mil milhões de dólares”, explicando que, atualmente, está já em marcha, no valor de 900 milhões de euros, o projeto no Cunene, província do sul de Angola, que inclui “a construção do Canal do Cafu e de outras infraestruturas para o fornecimento de água à população e ao gado”.

Os dois principais empreendimentos que fazem parte deste projeto governamental são os projetos do Qui-longa Grande, em construção no município do Icolo e Bengo, e Bitá, em construção no município de Belas, obras que devem estar concluídas no primeiro trimestre de 2025. Segundo o ministro, estas construções “vão cobrir o défice de abastecimento de água a Luanda e eliminar o comércio informal de água em Luanda e, com isso, disponibilizando água para a maior parte da população”.

“Neste momento, o défice de abastecimento de água em Luanda é mais de 50%, por essa razão é que vemos camiões-cisternas a circular por todo o lado e as pessoas que vivem nos novos bairros a comprar água em camiões-cisternas, inclusive temos condomínios do sul de Luanda que não têm água”, afirmou João Baptista Borges.

Por fim, o ministro angolano fez um apelo à população que vive junto aos traçados das condutas de água que serão alvo de intervenção para que não impedissem o bom funcionamento das obras. “Não reivindicuem os espaços a troco de indemnizações, colocando muitas vezes dificuldades no andamento dos trabalhos. Nós estamos disponíveis para dialogar com toda a gente que se sinta prejudicada, por eventual ocupação de espaço, mas temos de ter um espírito colaborativo para que os projetos não parem ou sejam suspensos por litígios”, finalizou.

Economia de Angola cresce em 2025

Segundo as previsões do Fundo Monetário Internacional (FMI), a economia angolana deverá crescer 3,2% até ao final do presente ano e, em 2025, a expectativa é que haja uma aceleração de 2,9%. São sinais muito positivos depois de a economia de Angola ter crescido apenas 1% no ano transato.

Na ótica dos economistas do Banco Mundial, este crescimento substancial deve-se sobretudo à “melhoria dos gargalos que estrangulam o aumento da produção petrolífera, como suspensões de exploração para manutenção dos principais poços”. Ainda assim, o grupo económico alerta que as perspetivas para 2025 e 2026 são ainda limitadas, graças à “lenta implementação das reformas estruturais que podiam fomentar a diversificação económica”.



Parabéns, Angola!



A Miranda Alliance associa-se às celebrações dos 50 anos da independência da República de Angola.



Miranda Alliance

www.mirandaalliance.com

MEMBROS ANGOLA / CABO VERDE / CAMARÕES / COSTA DO MARFIM
GABÃO / GUINÉ-BISSAU / GUINÉ EQUATORIAL / MACAU (CHINA)
MOÇAMBIQUE / PORTUGAL / REPÚBLICA DEMOCRÁTICA DO CONGO
REPÚBLICA DO CONGO / SÃO TOMÉ E PRÍNCIPE / SENEGAL
TIMOR-LESTE ESCRITÓRIO DE LIGAÇÃO EUA (HOUSTON)

Saúde Mental: "O Crescimento

M₃

E₁

N₁



"A saúde mental não é apenas a ausência de doença, é, sim, um estado de bem-estar global. Há que identificar fatores de proteção e eventual risco, para definirmos medidas de mitigação e recomendações ao nível biopsi-cossocial. A manutenção de estilos de vida saudáveis e atividades de lazer, o apoio sociofamiliar e a elevada resiliência são fatores protetores. Os preditores de sofrimento incluem ser mulher e haver dificuldades na conciliação entre trabalho e família. É urgente uma intervenção concertada, com implementação de políticas públicas promotoras da saúde, baseadas na melhor evidência científica disponível."

Maria João Heitor, Presidente da Sociedade Portuguesa de Psiquiatria e Saúde Mental (SPPSM)



"As três reformas anteriores de saúde mental que houve em Portugal abortaram todas por motivos políticos. Ou há um apoio sustentado do ponto de vista político ou então é tudo muito difícil. A reforma da saúde mental em Portugal deve ser a mais atrasada da Europa e aquela que tem mais retrocessos. Estamos na quarta tentativa e muitíssimos preocupados em garantir que não tenha retrocessos. As verbas disponíveis dão para alguns remendos, mas não dá para tudo. Temos 15% da carga da doença mental em Portugal e temos um orçamento de 5%. Enquanto isto não mudar, não muda nada. É por isso que faltam psicólogos nos centros de saúde, faltam equipas comunitárias completas e vários serviços do nosso país ainda não têm unidades de internamento."

Miguel Xavier, Diretor do Programa Nacional para a Saúde Mental

Fonte: Observador

Preocupante da Demência no Mundo"

As perturbações psiquiátricas e os problemas de saúde mental tornaram-se a principal causa de incapacidade e uma das principais causas de morbilidade e morte prematura, especialmente nos países ocidentais industrializados. A Organização Mundial de Saúde (OMS) aponta que o conceito de saúde é bem mais abrangente que a simples ausência de doença: resulta da conjugação de um estado de bem-estar físico, mental e social. Nesse contexto, a promoção da saúde mental é essencial para que o indivíduo tenha a capacidade necessária de executar as suas habilidades pessoais e profissionais.

Uma das maiores barreiras ao tratamento da saúde mental continua a ser a presença de alguns estigmas e preconceitos associados à mesma, dificuldades de acesso aos serviços de saúde, problemas económicos e assimetrias regionais, o que impede que as populações recebam cuidados de qualidade de forma equitativa.

O Governo está comprometido com a adoção de políticas que promovam a saúde mental de todas as gerações. Portugal é o país da Europa que envelhece mais rapidamente e, por isso, a saúde mental na terceira idade é um tema da maior importância. É uma etapa repleta de desafios constantes, como a perda de entes queridos, a reforma, alterações na saúde física e de mobilidade. A própria aceitação do envelhecimento acarreta, por vezes, riscos para a saúde emocional do indivíduo. Estes fatores, entre outros, podem originar reduções significativas na qualidade de vida, originando comportamentos depressivos, um início ou progressão acelerados de doenças degenerativas, um aumento do risco de mortalidade e outros resultados adversos. A demência é também um problema de saúde que afeta muitos idosos, sendo importante que seja diagnosticada e tratada o mais cedo possível. Nesse sentido, estão em curso processos de contratação de mais psicólogos para os cuidados de saúde primários, com vista à prevenção, diagnóstico e tratamento junto das populações.

Contudo, estamos também comprometidos com a saúde mental dos jovens portugueses, uma vez que a adolescência e o início da vida adulta são fases cheias de desafios, privilégios e expectativas e um período de múltiplas transições. Por isso, por vezes vêm associadas a problemas de saúde mental como a ansiedade e a depressão. Nesse sentido, o Governo criou a iniciativa do cheque-psicólogo, para facilitar o acesso a cuidados de saúde mental aos estudantes de instituições do ensino superior.

Para concluir, a saúde mental é uma das prioridades de atuação do atual Governo, tal como ficou plasmado no Plano de Emergência e Transformação da Saúde, em que surge como um dos eixos estratégicos de atuação. O Ministério da Saúde está assim comprometido na adoção de medidas condizentes com as boas práticas internacionais e em linha com as necessidades locais, uma vez que não há saúde sem saúde mental.

Ana Povo, Secretária de Estado da Saúde



Um novo capítulo na história da CSSC



A CSSC (Casa de Saúde de Santa Catarina), cujo público-alvo são pessoas com patologias neuropsiquiátricas de todas as idades, está em plena expansão. Em entrevista, o diretor clínico João Palha aborda o novo projeto, que trará melhorias significativas no atendimento aos pacientes.

A CSSC, focada no cuidado de pessoas com patologias neuropsiquiátricas em todas as faixas etárias, está prestes a dar um passo significativo na ampliação dos seus serviços. Devido às limitações da atual estrutura física, e às crescentes necessidades da população (pacientes e famílias), a CSSC desenvolveu um novo projeto que aumentará e diversificará a sua capacidade de atendimento. Em 2025, a sua estrutura será transferida para a estrada interior da Circunvalação, nº 14569, junto ao Hospital CUF, numa localização de fácil acesso.

A CSSC orgulha-se de contar com uma equipa multidisciplinar de referência, que reúne especialistas em psiquiatria, pedopsiquiatria (psiquiatria da infância e da adolescência), geriatria, psicologia, enfermagem especializada, neurologia, medicina geral e familiar, terapia ocupacional, entre outros. O acompanhamento é oferecido em diversos formatos, incluindo consultas de especialidade e subespecialidade, internamento, e um novo centro de atendimento integrado (CAI).

Nas consultas, a atuação da CSSC abrange a avaliação, diagnóstico e de-

envolvimento de programas de recuperação, para pessoas com problemas de saúde mental, além de intervenções de promoção da saúde mental e prevenção de doenças.

A CSSC destaca-se também no âmbito do internamento, sendo pioneira no primeiro serviço de internamento privado de pedopsiquiatria do país, preenchendo uma lacuna relevante. O internamento para adultos inclui modalidades de curta e longa duração. O de curta duração destina-se ao tratamento de patologias psiquiátricas descompensadas, enquanto o de longa duração, para pacientes residentes, foca-se principalmente em patologias neurodegenerativas, como demências, com ênfase na população idosa.

Com a abertura das novas instalações, será inaugurado um centro de atendimento integrado, especializado em reabilitação psicossocial, focado nas doenças mentais graves e demências. Este centro funcionará nos moldes de um Centro de Dia e Hospital de Dia.

Além disso, o novo espaço contará com um departamento de formação e investigação, com parcerias estabeleci-

das com diferentes instituições académicas. Destaca-se o investimento previsto em tecnologias inovadoras, como a realidade virtual, aplicadas ao tratamento de ansiedade, fobias e à remediação neurocognitiva em casos de demência. A nova estrutura da CSSC integra também um departamento de neuromodulação, que incluirá neurofeedback, biofeedback e estimulação magnética transcraniana, complementando as terapias já oferecidas, como a eletroconvulsivoterapia.

O objetivo da CSSC é continuar a prestar um serviço necessário, único e integrado, alinhado com as melhores práticas, que abrange todas as fases da vida, desde a infância até à velhice. O novo projeto reforçará a capacidade de responder aos desafios da saúde mental e neuropsiquiatria, oferecendo um serviço de qualidade, de fácil acesso, e que combate o estigma associado a essas patologias.

A CSSC aguarda com expectativa a oportunidade de continuar a oferecer os seus cuidados nas novas instalações, a partir de 2025.



João Palha, Diretor Clínico da CSSC

Como começou e se desenvolve este projeto?

Este projeto foi um sonho que se concretizou. Há anos que sentíamos a necessidade de criar instalações que, além dos cuidados clínicos de excelência, proporcionassem um atendimento acolhedor e de qualidade, tanto para os nossos pacientes quanto para os seus familiares.

A concretização deste sonho foi possível graças à união de um grupo de profissionais dedicados e inspirados, que, de forma quase improvável, abraçaram este desafio e o transformaram em realidade. Eu e o meu pai, António Palha, na área da psiquiatria, Sara Melo e João Guerra, especializados em pedopsiquiatria, e Paulo Pessanha, na Medicina Geral e Familiar (MGF), juntamos forças para dar vida a este projeto. Também João Preto, através do grupo Tensai, teve um papel fundamental, acreditando e abraçando o projeto desde a primeira hora, através de apoio financeiro significativo e indispensável.

Sabendo nós do drama que é ter um familiar com demência, o que a Casa de Saúde pode oferecer para minorar este grave problema?

A CSSC posiciona-se como o local ideal para o tratamento da demência, desde as fases iniciais até as mais avançadas. O processo começa com uma consulta de diagnóstico, que orienta o paciente e a família sobre as próximas etapas a seguir. Dependendo da situação, o paciente pode continuar a ser acompanhado em consulta ou ser encaminhado para o nosso Centro de Atendimento Integrado (CAI), que promove atividades de reabilitação cognitiva e suporte diário.

Em situações mais complexas, disponibilizamos a opção de internamento de curta duração, especialmente útil para a gestão de fases de maior agitação ou para proporcionar um descanso aos cuidadores familiares, seja durante períodos de maior exaustão ou para férias programadas.

Nas fases mais avançadas da doença, quando manter o paciente em casa se torna extremamente difícil devido a uma série de fatores emocionais e práticos, oferecemos a possibilidade de internamento de longa duração, proporcionando um ambiente seguro, acolhedor e de confiança.

Finalmente proporcionamos através de parcerias, apoio domiciliário.

Queremos que a CSSC seja vista como um lugar seguro e acolhedor, onde o contacto entre os nossos profissionais e os familiares do paciente seja contínuo e próximo.

O que destacaria neste novo projeto?

Eu diria que a integração de saberes e de ambientes terapêuticos. É a capacidade de cobrir as necessidades de qualquer patologia, em qualquer fase da doença e em todas as idades, através de um corpo clínico multidisciplinar, experiente e muito diferenciado. Podemos tratar todos os elementos de uma família: um avô com demência, e tê-lo connosco no CAI ou no internamento de longa duração; o filho a tratar uma depressão, tanto na consulta, como no internamento, como usufruindo de diferentes tratamentos diferenciadores; e um neto com um problema de desenvolvimento seguido em consulta de pedopsiquiatria e com necessidade de intervenção por terapia ocupacional em integração sensorial numa sala especializada para esse efeito.

Também o departamento de formação e investigação que permitirá consolidar conhecimento e alavancar novas áreas de trabalho.

Por fim destacaria o novo espaço físico com condições excecionais para o desenvolvimento de todo este novo projeto, incluindo um espaçoso jardim, indispensável para o conforto que se pretende oferecer.

E que reserva o futuro?

Para já temos de consolidar este passo. Garantir um funcionamento fluido, eficiente e competente, num ambiente que se pretende de grande conforto, familiar e muito empático.

Também consolidar a nossa relação com outros clínicos, que podem usar as nossas instalações para dar consulta e tratar os seus pacientes.

Mas sempre com os olhos no futuro, continuando a crescer e a atualizar, a par da evolução dos conhecimentos, orientados por uma forte dimensão médica e humana. ✚



www.cssc.pt

**Envelhecimento e demência não são sinónimos,
mas muitas vezes estão associados...**

É para lá que caminhamos todos!

O envelhecimento da população mundial é um facto incontornável e provavelmente uma das transformações sociais mais relevantes deste século, com efeitos transversais a toda a sociedade. A previsão da Organização Mundial de Saúde (OMS) de 275 milhões de pessoas com demência até 2050 é avassaladora.



Lúcia Leite, Presidente da ASPE

O mais recente relatório da Organização para a Cooperação e Desenvolvimento Económico (OCDE) "A sociedade em resumo 2024 - Indicadores sociais da OCDE" - O desafio demográfico e o Papel do PESSOAS 2030, traça o retrato da evolução demográfica deixando alertas muito importantes sobre a necessidade de políticas, designadamente da adaptação dos serviços de saúde para acomodar as necessidades das populações e proporcionar uma vida com qualidade aos idosos.

O Serviço Nacional de Saúde (SNS) é, no contexto nacional, o pilar que ga-

rante a universalidade de cuidados de saúde aos portugueses e, pese embora, se sucedam programas de promoção do envelhecimento ativo, programas e planos de promoção de saúde, o pendur do SNS ainda assenta essencialmente no tratamento da doença aguda.

Envelhecimento e demência não são sinónimos, mas muitas vezes estão associados pelo processo degenerativo simultâneo!

Embora as demências tenham etiologia variada, as manifestações são comuns e traduzem-se em perdas de memórias recentes, perda de objetos do quotidiano, desorientação no tempo e no espaço, dificuldades na comunicação, alterações de humor, perda de iniciativa e interesse, dificuldade em realizar as atividades de vida diária e consequente perda de autonomia.

Os cuidados de saúde primários e os serviços hospitalares estão vocacionados e dimensionados para o tratamento da doença aguda com o objetivo claro de minimizar o tempo de internamento - como recomendam as boas práticas. Contudo, no atual cenário sócio demográfico é cada vez mais difícil garantir esta meta e, não raras as vezes, os internamentos prolongam-se para além do tratamento da doença ou da resolução cirúrgica do problema que originou o internamento.

Os utentes do SNS são cada vez mais velhos, com várias doenças e incapacidades, o que obriga a abordagem multiprofissional, a respostas adequadas em contexto de internamento, mas sobretudo a respostas de proximidade que assegurem a permanência destes doentes em ambiente familiar, mas com apoio profissional.

Os constrangimentos que o enve-

lhhecimento e as demências causam na prestação de cuidados a doentes agudos também não podem ser ignorados! As instituições terão que se adaptar para tratar destas pessoas que, muitas vezes, exibem destreza física e até bastante mobilidade, mas que pela degradação das suas funções cognitivas necessitam de espaços e equipamentos adequados, bem assim como reforço das horas de cuidados por cuidadores profissionais e informais.

Demora nos internamentos, falta de enfermeiros no SNS, e enfermarias sem condições são grandes entraves ao tratamento de doenças mentais

É no cuidar que se agudizam as dificuldades! E em serviços de internamentos que funcionam com indicadores que asseguram o financiamento, como é o caso das taxas de ocupação de camas ou os tempos de demora média dos internamentos, onde as pessoas dementes são um entrave aos resultados de eficiência que as políticas promovem. Bem sabemos todos que a friza dos números não considera as necessidades individuais de pessoas que, não necessitando de tratamento médico, precisam de apoio e cuidados diários que as suas famílias não conseguem proporcionar.

No SNS, os enfermeiros já são poucos para assegurar o tratamento da doença que motivou o internamento. Como se poderão desdobrar para prestar a assistência necessária a idosos dependentes, com demência, que necessitam de apoio para as suas atividades de vida diária mais básicas, como alimentar-se, lavar-se, vestir-se, caminhar, cuidar da higiene pessoal e até realizar atividades que promovam a atenção, a concentração e a memória.



A situação agrava-se quando estas pessoas idosas e com demência são mantidas em enfermarias sem o mínimo de condições, misturados com doentes agudos jovens ou adultos em fase ativa com necessidades assistenciais tão diferentes. É tão difícil cuidar de todos com a qualidade e a atenção que precisam!

E, muitas vezes tratada a causa do internamento, subsiste a necessidade da pessoa se manter internada por falta de resposta para a sua condição de dependência, por isso a permanência de pessoas idosas e com demência no serviço de internamento, para além do estritamente necessário, acarreta riscos e degrada mais rapidamente as poucas capacidades autónomas ou interdependentes que ainda possuem.

O ambiente hospitalar é hostil, tudo está pensado para ser simples, eficaz, fácil de limpar e manter controlo de infeção. As cores e o mobiliário tendem a ser monocromáticos, a alimentação vem preparada nos mesmos recipientes, eles também monocromáticos e pensados para a eficácia, tudo é impessoal. Os rostos dos profissionais mudam constantemente, pela dinâmica das equipas e do trabalho por turnos. As pessoas idosas internadas perdem as suas referências e os profissionais, principalmente os enfermeiros, focados no que é urgente e imediato não dispõem do tempo necessário para cuidar destas pessoas como seria necessário.

Por vezes, dispomos de equipamentos tecnologicamente diferenciados, mas escasseiam os enfermeiros e assistentes operacionais, escasseia o tempo e os recursos materiais mais simples



para proporcionar os estímulos que mitiguem o “desenraizamento”, a solidão e a progressão da perda cognitiva. É pelo tempo que lhes dedicamos e pela proximidade, que lhes conhecemos o nome, as histórias de vida, as angústias, os arrependimentos, o desejo de regressar à sua casa, os pequenos prazeres que já não podem ter.

Urge tomar medidas que, por um lado, ajudem a melhorar os ambientes onde os doentes são tratados e, por outro, deem melhores condições de trabalho aos enfermeiros para poderem colocar em prática os seus conhecimentos

A perda não se limita aos utentes, os enfermeiros são constantemente confrontados com a decisão de omitir

os cuidados adequados para assegurar o que é urgente, imediato e inadiável. O sofrimento ético dos enfermeiros é constante pela consciência da sua impotência para corresponder às necessidades das pessoas que vão cuidando como podem, sem cuidar como sabem que deviam e os utentes precisam!

Todos os dias o cenário se repete! Urge agir e criar respostas alternativas nos contextos da comunidade e até institucionais, com redes de apoio, que possam acolher estas pessoas em ambientes adequados que promovam a sua saúde e bem-estar na velhice.

Este tem que ser um desígnio de todos!

Até porque, esse é o fim que nos espera se não fizermos nada para alterar esta visão industrializada da saúde que se preocupa mais com a produção do que com as pessoas.



www.aspe.pt

NOVO

A Win-Fit[®] METABOLIC

METABOLISMO ATIVO E SAUDÁVEL



30
cápsulas

L-CARNITINA | ÁCIDO ALFA LIPÓICO | CRÔMIO

A Win-Fit[®] - COMPOSIÇÕES EQUILIBRADAS | DOSAGENS ADEQUADAS

Disponível em Farmácias e Espaços de Saúde

Suplemento alimentar.

Os suplementos alimentares não devem ser utilizados como substitutos de um regime alimentar variado e de um modo de vida saudável.

Saiba mais



Acreditamos em Self Care

winfitemetabolic.pt

A Win-Fit[®] mc



FUNÇÃO CEREBRAL

memória / concentração

30
CÁPSULAS
GELATINOSAS



**NOVA
APRESENTAÇÃO**

60
CÁPSULAS
GELATINOSAS

+ ECON.

A CÁPSULA INTELIGENTE PARA
MENTES QUE BRILHAM

A Win-Fit[®] - COMPOSIÇÕES EQUILIBRADAS | DOSAGENS ADEQUADAS

Disponível em Farmácias e Espaços de Saúde



Acreditamos em Self Care

www.ampliphar.com

winfitmc.pt

Saiba mais



O estigma em torno da saúde mental

Em entrevista à Mais Magazine, Pedro Mota, psiquiatra na Casa de Saúde de Santa Catarina, alerta para a necessidade de quebrar o estigma em relação à saúde mental, facilitando o acesso ao tratamento e promovendo uma melhor compreensão dessas doenças.



Pedro Mota, Psiquiatra na Casa de Saúde de Santa Catarina

Como é que o estigma em torno da saúde mental afeta o diagnóstico precoce e o tratamento adequado, e o que pode ser feito para o ultrapassar?

O estigma continua a ser um dos maiores obstáculos ao diagnóstico e tratamento precoces no domínio da saúde mental. Muitas pessoas têm relutância em procurar ajuda devido ao receio de serem julgadas, incompreendidas ou discriminadas. Este estigma pode fazer com que os indivíduos interiorizem a vergonha, encarando os seus problemas de saúde mental como fraquezas pessoais e não como preocupações legítimas de saúde. Ultrapassar o estigma associado à saúde mental requer uma abordagem multifacetada, combinando educação, defesa e apoio comunitário. Ao abordar o estigma, podemos melhorar o diagnóstico precoce, facilitar o tratamento adequado e, em última análise, melhorar a qualidade de vida das pessoas afetadas por problemas de saúde mental.

Tendo em conta que a população está a envelhecer cada vez mais, como é que estes doentes que sofrem de doenças mentais e demência coexistem?

Com o envelhecimento da população, os problemas de saúde mental, como a depressão e a ansiedade nos adultos mais velhos, estão a aumentar, juntamente

com a demência. Estas doenças agravam-se frequentemente umas às outras. Por exemplo, a depressão pode agravar o declínio cognitivo e a deterioração cognitiva pode aprofundar os sintomas depressivos. Os cuidados integrados que envolvem profissionais de saúde mental, neurologistas e prestadores de cuidados são fundamentais.

Quais são os avanços mais recentes no tratamento da demência e qual é a importância de uma abordagem multidisciplinar destes doentes idosos com perturbações mentais e do papel dos prestadores de cuidados?

Os recentes avanços no tratamento da demência incluem o lecanemab, um anti-corpo anti-amiloide que retarda o declínio cognitivo na fase inicial da doença de Alzheimer, atuando sobre as placas amilóides. Os ambientes de apoio, como as "salas sensoriais" que oferecem estimulação sensorial, também podem ajudar a gerir a agitação e a confusão, melhorando a qualidade de vida. Uma abordagem multidisciplinar dos doentes idosos com perturbações mentais é essencial para prestar cuidados abrangentes que respondam às suas necessidades físicas e psicológicas, que frequentemente se sobrepõem a questões sociais. A colaboração entre médicos, psicólogos e assistentes sociais permite uma assistência mais eficaz e adaptada a estes casos complexos. Neste contexto, o papel dos cuidadores informais é crucial, uma vez que prestam apoio diário e monitorizam o estado do doente. No entanto, é necessário melhorar o estatuto e as condições dos

cuidadores informais, assegurando que recebem apoio emocional, financeiro e de formação para desempenharem as suas funções de forma eficaz e sustentável.

Como podem as políticas de saúde pública ser melhoradas para promover a sensibilização para estas doenças e combater o estigma que as rodeia?

As políticas de saúde pública devem tornar os serviços de saúde mental mais acessíveis e integrá-los nos cuidados primários. O rastreio das condições de saúde mental deve ser uma norma, especialmente para os adultos mais velhos, e os programas de literacia em saúde mental nas comunidades devem ser alargados. A integração da educação para a saúde mental também nas escolas pode ajudar a cultivar a compreensão desde tenra idade, reduzindo o estigma ao longo do tempo. As políticas devem dar prioridade à investigação e à acessibilidade de novos tratamentos. As campanhas públicas que promovem a saúde mental como vital para o bem-estar geral podem ajudar a reduzir o estigma e promover a intervenção precoce. As iniciativas de literacia em saúde mental podem capacitar os indivíduos para reconhecerem os sintomas em si próprios e nos outros, encorajando-os a procurar ajuda mais cedo. Além disso, o envolvimento de pessoas com experiências vividas nos esforços de sensibilização pode criar narrativas que desmistificam os problemas de saúde mental e ilustram a importância do tratamento. Estas histórias pessoais podem ter um impacto profundo nos outros, promovendo a empatia e a compreensão. 🌱



teva

www.tevapharm.com

Cibersegurança – "Um Desafio Crítico na Era Digital"

Gerar confiança num ciberespaço seguro

A cibersegurança encontra novos desafios todos os anos. O ciberespaço é dinâmico, as tecnologias transformam-se e as ameaças renovam-se. Esta é uma área em constante adaptação a situações mais ou menos previstas, mas também a acontecimentos difíceis de prever.

A pandemia da Covid-19 mostrou uma capacidade de reação ímpar por parte das organizações. A guerra na Ucrânia obrigou a comunidade a uma atenção redobrada. Hoje, sabe-se que, além das práticas recorrentes de cibersegurança, é importante estar preparado para reagir em contextos de incerteza.

A preparação do ciberespaço para a incerteza só é possível com a colaboração de todos. Por isso, é preciso confiança. A geração de confiança ocorre através da capacitação das organizações e do reconhecimento social dessa capacitação. O cumprimento da regulamentação, a formação de recursos humanos e a certificação formam um triângulo virtuoso para esta geração de confiança, na medida em que criam capacidades e mecanismos para a sua validação pela sociedade. É neste sentido que o Centro Nacional de Cibersegurança tem trabalhado. Por mais difícil que seja controlar o futuro, é pelo menos possível reforçar o presente.

Lino Santos, Coordenador do Centro Nacional de Cibersegurança



ARTVISION®

As suas práticas de segurança funcionam?

Apenas uma credencial comprometida já é suficiente para prejudicar seriamente ou até mesmo suspender as atividades de uma organização!

A falta de proteção de dados nas empresas pode levar:



Garanta a segurança da sua empresa!

- > Adote uma estratégia de segurança de Confiança Zero
- > Implemente processos de cibersegurança
- > Invista em soluções de Autenticação de Duplo Fator
- > Usufrua de acompanhamento profissional

Cibersegurança e Autenticação Duplo Fator

A sua informação merece ser protegida



Mais informações

Rua Alto do Montijo, 15, 2790-012
Carnaxide, Portugal

Tel: (351) 217 107 240
(Custo para rede fixa nacional)

E-mail comercial@artvision.pt



Portugueses com contrato temporário correm três vezes mais riscos de pobreza

O relatório “Portugal, Balanço Social 2023” revelou dados preocupantes sobre o número de trabalhadores temporários em risco de pobreza. Segundo este documento, a diferença da taxa de risco de pobreza entre trabalhadores com contratos temporários e trabalhadores com contratos permanentes é de quase quatro vezes mais. O relatório revelou ainda que, durante o ano transato, mais de 50% dos trabalhadores entre os 18 e 24 anos possuem contratos temporários nos seus trabalhos, um índice que mostra de forma clara a vulnerabilidade dos mais jovens no mercado de trabalho.

“O facto de os jovens em idade ativa terem uma maior probabilidade de contratos temporários, mas também de estarem no desemprego mostra que estão mais vulneráveis à pobreza do que a restante população adulta”, explica Susana Peralta, professora da Nova SBE e coordenadora do relatório “Portugal, Balanço Social”, salienta Susana Peralta, professora da Nova SBE e coordenadora do relatório “Portugal, Balanço Social”.

Os dados permitem ainda perceber que em 2023 a taxa de risco de pobreza subiu para 17%, o que significa que existem mais 60 mil pessoas em risco de pobreza. Outros aspetos relevantes dos estudos predem-se com o facto de a taxa de pobreza ter aumento com maior vigor entre as mulheres (mais 0,9 pontos percentuais), a taxa de pobreza registada entre os empregados foi de 10% e entre os desempregados registou-se uma subida de 3 pontos percentuais, fixando-se nos 46,4%.

“A desaceleração da economia, bem como o aumento das taxas de juro e um comportamento menos favorável do mercado do trabalho poderão estar por detrás deste aumento que é, de todo o modo, ligeiro”, afirma Susana Peralta.

Portugal é o segundo país da Europa com mais contratos precários

Segundo dados do Eurostat, Portugal ultrapassou a Espanha (17,1%) e a Itália (16,2%) no ranking de países com maior número de contratos temporários. Segundo as contas do ‘Jornal de Negócios’, baseado em dados do Eurostat, em Portugal cerca de 17,4% dos contratos são considerados precários, um valor apenas superados pelos Países Baixos, que registam um valor que atinge os 27,3%. Em sentido inverso, Letónia (2,6%), Roménia (2,5%) e Lituânia (1,9%) são os três países com menos contratos precários.



TIME PEOPLE

Consigo a construir soluções

TRABALHO TEMPORÁRIO

RECRUTAMENTO E SELEÇÃO

GESTÃO DE RECURSOS HUMANOS

CONSULTORIA

FORMAÇÃO PROFISSIONAL (certificada)

OUTSOURCING

**Rua Júlio Dinis, 947 – 1º Esq. 4050-327 Porto
T. 222 439 936 • M. 912 890 343**

**Rua Manuel Alves Soares, nº 143 – 1º Andar Sala 7 • 3720-243 Oliveira de Azeméis
T. 222 439 936 • M. 938 666 573**



Duna Parque Resorts & Hotels

PART OF
DORMIO GROUP

