

# mais magazine



DECOR  
*Princesa*

## Duas gerações, um legado, o mesmo sonho

*Cidália Campos, fundadora da DecorPrincesa,  
e a sua filha, Teresa Lopes*

ESPECIAL CASAS  
COM ASSINATURA



ESPECIAL ENSINO  
INTERNACIONAL



NO INTERIOR

**Dia Mundial do  
Turismo 2026**

pág. 18 a 23

**Mercados  
de Portugal**

pág. 24 a 29

**Ensino  
em Portugal**

pág. 30 a 51



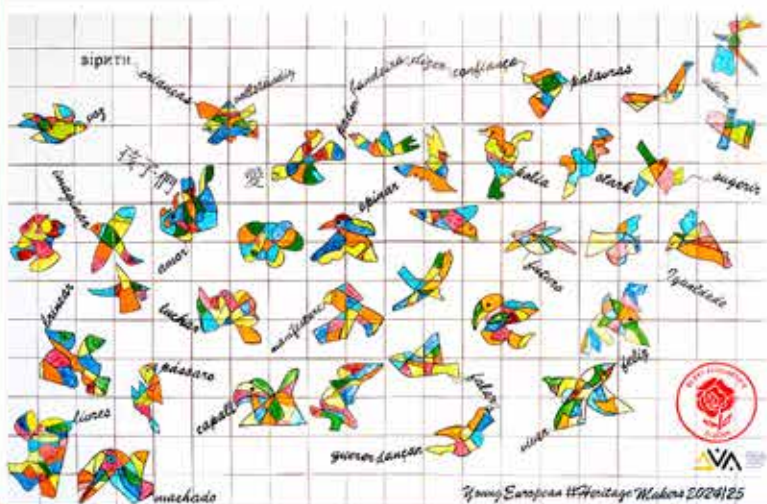
# FUNDAÇÃO DENISE LESTER QUEEN ELIZABETH'S SCHOOL

1935 *90* 1965

BERÇÁRIO | CRECHE | PRÉ-ESCOLAR | 1º CICLO DO ENSINO BÁSICO



**The Expression of Freedom (Tile Mural)**  
awarded young european #HeritageMakers  
(academic year 2024/25)



90 ANOS DE ENSINO BILINGUE



Cambridge English  
Exam Preparation Centre

UNIVERSITY of CAMBRIDGE  
International Examinations  
Cambridge International School



# ROTA DA FILIGRANA

TRADIÇÃO · JOALHARIA · MODERNIDADE

## 10 ANOS

2016 - 2026



GONDOMAR  
*e Dourado*

MUNICÍPIO DE GONDOMAR

[visitgondomar.cm-gondomar.pt](http://visitgondomar.cm-gondomar.pt)



## EDITORIAL

Em outubro de 2021, a Mais Magazine iniciou um percurso que chega agora ao quinto aniversário. Ao longo destes cinco anos, estas páginas acolheram empresas, marcas, universidades, instituições e profissionais de áreas muito distintas, compondo um retrato da diversidade de organizações que trabalham, investem, ensinam e desenvolvem projetos em Portugal.

Algumas edições reuniram uma presença particularmente expressiva de marcas e instituições, aproximando realidades que raramente encontramos lado a lado. A educação foi um desses territórios de encontro, tal como as edições de âmbito mais abrangente, em que setores e protagonistas muito diferentes partilharam o mesmo espaço.

Essa diversidade merece ser assinalada. Cada participação trouxe consigo uma realidade própria e objetivos concretos. É desse conjunto de presenças, tão distintas entre si, que se fez o percurso da revista. A longevidade e a regularidade dos projetos merecem sempre uma palavra de reconhecimento. Se começar algo novo é difícil, dar-lhe continuidade e consolidá-lo é ainda mais exigente.

Cinco anos permitem olhar para trás com algum distanciamento e pensar naquilo que fica. Nem sempre é fácil estabelecer uma relação direta entre o que se faz e os resultados que se alcançam. Há coisas que acontecem por causa de determinadas escolhas, outras apesar delas. A realidade mostra-nos que a rentabilidade, nas mais diferentes áreas, sobrevive às contradições e que há histórias que se escrevem sem que todos os seus capítulos contem a mesma história. Os aniversários são também, inevitavelmente, momentos de balanço. Celebrar uma data não exige transformar o passado numa narrativa perfeita. Basta reconhecer que o tempo passou, que não foi em vão, que houve momentos de particular sucesso e que muitas pessoas e organizações fizeram parte desse caminho.

Para assinalar estes cinco anos, apetece recuperar o título da canção de Zeca Afonso, “Venham Mais Cinco”. Editada em 1973, pouco antes da revolução histórica, a canção transportava um apelo marcado pela urgência e pelo inconformismo. Fica o desejo de que haja novas histórias para contar, novas presenças e novos motivos para olhar em frente, sem dar o caminho por encerrado.

**FICHA  
TÉCNICA**

**Propriedade** Litográfis – Artes Gráficas, Lda. | Litográfis Park, Pavilhão A, Vale Paraíso 8200-567 Albufeira NIF 502 044 403 **Conselho de Administração** Sérgio Pimenta **Participações sociais** Fátima Miranda; Diana Pimenta; Luana Pimenta (+5%) **Assessora de Administração** Carla Rodrigues **Gestores de Conteúdo** Hugo Miguel Midão, Manuel de Melo **Diretor Editorial** João Malainho **Redação** Tiago Costa, Tatiana Martins **Design Gráfico** Departamento Criativo Litográfis **Redação e Publicidade** Rua António da Costa Viseu, 120 4435-104 | Rio Tinto E-mail geral@maismagazine.pt **Site** www.maismagazine.pt **Periodicidade** Mensal **Estatuto Editorial** Disponível em www.maismagazine.pt **Impressão** Litográfis – Artes Gráficas, Lda.  
**Depósito Legal** 490783/21  
Outubro de 2026

## ÍNDICE

**8 a 11** DecorPrincesa

Vasco Vieira Arquitectos **13 a 15**

**20 e 21** Município de Gondomar

Carlucci American International School of Lisbon (CAISL) **33 a 37**

**38 e 39** Queen Elizabeth's School

ISEC Lisboa **48 a 49**

**6 a 17** Exclusive Life - "Casas com assinatura"

**18 a 23** Dia Mundial do Turismo 2026 - "Sustentabilidade, territórios e comunidades que inspiram o mundo"

**24 a 29** Mercados de Portugal - "Da tradição à regeneração urbana"

**30 a 40** Ensino sem Fronteiras - "Portugal na rota internacional da educação, do talento e do conhecimento"

**41 a 45** Ensino Católico em Portugal - "Foco na identidade e valores sem deixar de acompanhar o futuro"

**46 a 51** Regresso às Aulas 2026: Ensino Superior em Portugal - "Um futuro sem fronteiras"

# A espalhar saúde mental pelo mundo



Chamo-me Eduarda Figueiras e sou psicóloga. Concluí em 2017 o Mestrado Integrado em Psicologia na Universidade do Minho. Durante o meu percurso académico, realizei o estágio curricular no Serviço de Psiquiatria do Hospital de Braga, uma experiência que contribuiu significativamente para o desenvolvimento das minhas competências clínicas e para a compreensão da complexidade da saúde mental.

Posteriormente, realizei o Ano Profissional Júnior em contexto de clínica privada, uma etapa particularmente marcante no meu crescimento enquanto pessoa, profissional e empreendedora. Foi um período de grande aprendizagem, que me permitiu consolidar conhecimentos, desenvolver a minha identidade profissional e aprofundar a minha paixão pelo trabalho clínico.

Poucos meses após concluir o estágio de acesso à Ordem dos Psicólogos Portugueses, concretizei um dos meus maiores sonhos: abrir o meu próprio consultório de Psicologia na cidade que me viu nascer e que acompanhou todo o meu percurso académico e pessoal.

Atualmente, disponibilizo consultas de Psicologia em formato presencial e online, procurando oferecer um acompanhamento próximo, humano e adaptado às necessidades de cada pessoa. Paralelamente à prática clínica, sou responsável por vários projetos na área da Psicologia e da Saúde Mental, trabalhando sobretudo com mulheres que desejam desenvolver uma relação mais saudável consigo mesmas, fortalecer a autoestima e promover o seu bem-estar emocional.

Acredito que cada pessoa possui recursos para crescer, transformar-se e construir uma vida mais alinhada com os seus valores. O meu compromisso passa por criar um espaço seguro, acolhedor e livre de julgamentos, onde essa mudança possa acontecer.

✉ [eduardafigueiraspsi@gmail.com](mailto:eduardafigueiraspsi@gmail.com)

📷 [@eduardafigueiras.psi](https://www.instagram.com/@eduardafigueiras.psi)

👤 Psicóloga Eduarda Figueiras



*Exclusive Life*

**"Casas com *assinatura*"**



Há espaços que impressionam pela dimensão, outros pela arquitetura, outros ainda pela sofisticação dos materiais ou pela riqueza dos detalhes. Mas existem casas que vão muito além de tudo isso: espaços que têm identidade, personalidade e uma linguagem própria. São casas que refletem quem as habita e que transformam a arquitetura e a decoração numa verdadeira forma de expressão.

É precisamente neste universo que a Mais Magazine se inspira para apresentar o “Exclusive Life — Casas com assinatura”, um especial dedicado às novas formas de viver, através da arquitetura, do design de interiores, da decoração e das escolhas que tornam cada espaço único.

Num momento em que o conceito de conforto se torna cada vez mais personalizado, já não basta falar de grandes áreas, materiais exclusivos ou peças de elevado valor. O luxo contemporâneo está também na autenticidade, na exclusividade e na capacidade de criar ambientes pensados ao detalhe. Está numa casa desenhada à medida, numa peça de mobiliário escolhida pela sua história, numa obra de arte que transforma uma divisão ou numa solução arquitetónica que consegue conjugar estética, conforto e funcionalidade.

Da arquitetura de linhas contemporâneas às casas que preservam a memória e o carácter dos edifícios originais; dos interiores minimalistas aos ambientes mais exuberantes; dos materiais naturais às soluções tecnológicas mais inovadoras, este especial reúne diferentes interpretações de um mesmo conceito: a criação de espaços verdadeiramente excecionais.

E é nesta procura pela singularidade que encontramos o verdadeiro significado de uma casa com assinatura. Uma assinatura que pode pertencer ao arquiteto que concebeu o projeto, ao designer que definiu o interior, ao artesão que criou uma peça exclusiva ou, simplesmente, aos próprios moradores, que imprimem no espaço a sua personalidade, as suas memórias e a sua forma de viver.

Porque uma casa não é apenas um conjunto de paredes, divisões e objetos. É o cenário onde acontecem as nossas vidas, onde recebemos, descansamos, criamos memórias e encontramos o nosso lugar no mundo. E quando a arquitetura, o design e a decoração conseguem traduzir tudo isso, nasce algo que ultrapassa a estética: nasce um espaço com alma.

Ao longo deste especial, a Mais Magazine dá a conhecer projetos, profissionais e marcas que ajudam a construir este universo. Arquitetos, designers de interiores, decoradores, ateliers, marcas de mobiliário, iluminação, revestimentos e soluções para a casa partilham uma visão sobre o presente e o futuro do habitar, revelando tendências, inspirações e conceitos que estão a transformar os espaços residenciais.

# DecorPrincesa: 23 anos a construir um sonho

**Fundada por Cidália Campos, a DecorPrincesa nasceu de um sonho antigo, concretizado num dos momentos de maior mudança da sua vida profissional. Hoje, mais de 20 anos depois, a empresa afirma-se no setor dos materiais de construção e decoração, mantendo uma identidade assente na qualidade dos produtos, na proximidade com os clientes e numa ideia de negócio que, para a sua fundadora, tem raízes muito mais profundas: trabalho, ambição e honestidade.**



*Cidália Campos, fundadora da DecorPrincesa, e a sua filha, Teresa Lopes*

Cidália Campos nasceu em 1962, no seio de uma família pobre e humilde, no Monte das Preguiças, uma pequena povoação da serra algarvia, no concelho de Alcoutim. Uma realidade marcada pela interioridade e pela falta de oportunidades. Na terra onde cresceu, os estudos ficavam-se pelos quatro anos da instrução primária. Para continuar a estudar seria necessário deslocar-se para Vila Real de Santo António, algo que as condições económicas da família não permitiam.

Mas foi precisamente desse contexto que Cidália Campos retirou alguns dos princípios que viriam a acompanhar toda a sua vida. “Pobreza não tem que gerar pobreza, é difícil fugir desse círculo vicioso, mas não é impossível. Aliás, nada é impossível.”

Para a fundadora da DecorPrincesa, a capacidade de construir uma vida diferente resulta de vários fatores, entre eles as capacidades individuais, a educação e a formação recebida no seio da família. E, neste capítulo, apesar das limitações económicas, os pais tiveram um papel determinante. “Os meus pais, embora analfabetos, transmitiram valores importantes de moral e civismo a todas as filhas. E isso, sim, é riqueza.”

É nesta convicção que assenta uma parte importante da identidade da empresária e, por consequência, da própria DecorPrincesa. “Uma pessoa vale por aquilo que é e não por aquilo que tem”.

São estas, explica, as raízes da empresa. Valores que, ao longo de mais de duas décadas, foram transportados para a atividade profissional e para a relação com clientes, fornecedores e parceiros.



### Um sonho adiado que encontrou o momento certo

A DecorPrincesa surgiu em 2002, num momento particularmente delicado da vida de Cidália Campos. O sonho de criar o próprio negócio e assumir o controlo do seu destino profissional já existia há vários anos, mas outros compromissos e projetos tinham acabado por adiar essa decisão.

O ano de 2002 acabaria, porém, por representar um ponto de viragem. Cidália Campos foi dispensada da empresa onde trabalhava, uma situação que, embora inicialmente pudesse parecer um revés, acabou por abrir a porta a uma nova etapa.

“Tive a “sorte” — embora, na altura, talvez não o visse dessa forma — de ser dispensada da empresa onde trabalhava.”

Foi nesse momento que decidi transformar o sonho antigo numa realidade. Uma circunstância inesperada acabou por proporcionar a oportunidade para iniciar um percurso empresarial que se prolonga até aos dias de hoje.

Ao longo dos anos, a empresa foi construindo o seu espaço no mercado dos materiais de construção e decoração, numa área que Cidália Campos descreve como exigente e desafiante, mas também profundamente gratificante.

“É uma área muito exigente, desafiante e, ao mesmo tempo, extremamente gratificante. Trabalhamos diretamente com aquilo que influencia o conforto, o bem-estar e a qualidade de vida das pessoas”, afirma Cidália.

É, aliás, essa ligação direta entre o trabalho desenvolvido e a satisfação de quem usufrui do resultado final que continua a funcionar como uma das principais motivações da empresária. “E, no final, nada é mais

estimulante do que ver pessoas felizes com o resultado do nosso trabalho.”

A atividade da DecorPrincesa está sobretudo ligada à área dos acabamentos, nomeadamente revestimentos, pavimentos e equipamentos sanitários. Ao longo do seu percurso, a empresa procurou afirmar-se através de uma oferta diversificada e criteriosa, representando marcas nacionais e estrangeiras reconhecidas no setor. Entre as marcas representadas encontram-se Cinca, ARCH Valadares, Bruma, Italbox, Bisazza, Grohe, Novellini, Viega, Azuvi, Navarti e Emil Ceramica, entre outras.

A diversidade de opções acompanha uma realidade que mudou significativamente ao longo dos últimos anos. O mercado tornou-se mais abrangente, tanto no que diz respeito ao design como aos próprios materiais, oferecendo aos consumidores um número crescente de possibilidades.

Para Cidália Campos, contudo, perante esta multiplicidade, há um princípio que continua a manter toda a sua importância: a qualidade.

# fiora



“O mercado está cada vez mais diversificado, tanto ao nível do design como dos materiais. As opções são muitas e as tendências estão em constante evolução, mas escolher qualidade continua a ser a aposta mais segura e aquela que, a longo prazo, faz a diferença, e o caminho para obter resultados duradouros”, declara a fundadora da DecorPrincesa.

### O showroom como espaço de encontro

Se os produtos são uma parte essencial da atividade da DecorPrincesa, a relação humana é, para Cidália Campos, igualmente determinante. A empresa dispõe de um showroom de apoio à atividade, onde recebe

©Emilceramica





A proximidade é, aliás, uma das características que Cidália Campos identifica como “umas das imagens de marca da empresa”, uma vez que “as pessoas gostam de se sentir valorizadas e de se sentir especiais, e a DecorPrincesa mostra que se preocupa com os seus clientes.”

#### Arquitetos e designers: parceiros desde o início

A relação com os profissionais ligados à arquitetura e ao design de interiores constitui também uma dimensão importante do trabalho desenvolvido pela DecorPrincesa.

Para Cidália Campos, “arquitetos e designers de interiores são parceiros imprescindíveis no desenvolvimento do nosso trabalho. São áreas complementares, que se enriquecem mutuamente, e faz todo o sentido trabalharmos em conjunto, desde a fase de projeto, para garantir que cada escolha contribui para um resultado final coerente, funcional e de qualidade.”

A colaboração desde uma fase inicial permite, assim, cruzar diferentes competências e antecipar decisões que podem ter impacto no resultado final. Num setor em constante evolução, em que materiais, texturas, equipamentos e soluções se multiplicam, o diálogo entre os diferentes intervenientes assume uma importância crescente.

#### O digital mudou a forma de escolher

A evolução tecnológica trouxe também novas formas de pesquisar, comparar e escolher produtos. No setor dos materiais de construção e decoração, o digital passou a desempenhar um papel cada vez mais importante. Muitos clientes chegam hoje ao showroom depois de terem pesquisado previamente na internet, trazendo consigo imagens, referências, ideias e conceitos que encontraram nas plataformas digitais.

“Na realidade, o digital veio “revolucionar” a forma como hoje vivemos e trabalhamos. Transformou a maneira de operar em praticamente todas as áreas e o setor dos materiais de construção não é exceção, assume Cidália.

A internet tornou-se, assim, uma espécie de primeira etapa do processo de decisão. Antes de entrar numa loja ou visitar um showroom, o “cliente já traz ideias bem definidas, resultado das pesquisas e referências que encontra online. O digital passou, assim, a ser uma importante fonte de inspiração e informação no processo de escolha.”

A DecorPrincesa acompanha essa transformação através da presença nas principais plataformas digitais, nomeadamente Facebook e Instagram, e através da sua loja online. A presença digital não substitui, contudo, aquilo que continua a ser central na identidade da empresa: a relação direta com as pessoas. O objetivo é aproximar a marca





dos clientes, facilitar o acesso aos produtos e soluções e, simultaneamente, manter a possibilidade de um contacto próximo e personalizado.

### O futuro: um legado entre a inovação e a tradição

Quando olha para o futuro da decoração, Cidália Campos identifica a sustentabilidade como uma das premissas que continuará a marcar o setor. “Por força das circunstâncias, a sustentabilidade continua a ser uma premissa essencial no futuro do mundo da decoração. Cada vez mais as pessoas têm preocupações ambientais e valorizam o natural nos ambientes.”

Porque “inovar não significa esquecer o tradicional”, a empresária acredita que o futuro passará igualmente pela capacidade de conjugar diferentes referências. Uma visão que traduz, de certa forma, a própria evolução de um setor onde as tendências

se renovam constantemente, mas onde determinadas referências permanecem.

A DecorPrincesa conta atualmente com 23 anos de existência. Para a sua fundadora, olhar para este percurso é olhar para uma “verdadeira viagem”, feita de “momentos fáceis e difíceis, de aprendizagens e de obstáculos ultrapassados”.

“Olhando para todo o percurso, não mudaria uma vírgula. Nem sequer as dificuldades que fomos encontrando, porque também foram elas que nos fizeram crescer, aprender e chegar até aqui”, afirma a empresária.

Há ainda uma dimensão particularmente pessoal quando Cidália Campos fala do futuro da DecorPrincesa. Depois de mais de duas décadas de percurso, o futuro da empresa pode também passar pela continuidade dentro da própria família.

A fundadora tem uma filha, Teresa Lopes, que está atualmente a terminar o curso de Arquitetura. A formação da filha abre uma

possibilidade particularmente significativa para a empresa: a continuidade do projeto familiar e a entrada de uma nova geração na liderança da DecorPrincesa.

Uma perspetiva que deixa Cidália Campos particularmente feliz. “Olho para o futuro da DecorPrincesa com muito entusiasmo e esperança. A minha filha pode representar uma continuidade natural deste projeto, o que é uma possibilidade que me deixa particularmente feliz: saber que aquilo que construímos ao longo de 23 anos poderá continuar a crescer e a ser levado para a frente pela próxima geração.”

Teresa Lopes surge, assim, como a próxima geração ligada ao projeto familiar, com a sua formação em Arquitetura a criar uma ponte entre a experiência acumulada pela mãe ao longo de mais de duas décadas e uma nova etapa que poderá ser construída no futuro.

Mais do que uma empresa, a DecorPrincesa é o reflexo de uma história construída ao longo de 23 anos com trabalho, coragem, proximidade e uma profunda crença de que nada é impossível. Um percurso que começou com o sonho de Cidália Campos e que irá deixar um legado feito de valores, relações e conquistas, pronto para inspirar os próximos capítulos. Porque, no final, aquilo que verdadeiramente perdura não são apenas os projetos que se constroem, mas os princípios que lhes dão sentido e as pessoas a quem se passa o testemunho.

DECOR  
Princesa

[www.decorprincesa.com](http://www.decorprincesa.com)

# Sabia que?

## ... a decoração contemporânea não significa ter uma casa fria e minimalista?

Embora seja frequentemente associada a linhas simples, espaços amplos e poucos objetos, a decoração contemporânea é bastante versátil. Combina materiais, cores e texturas de acordo com as tendências atuais, sem obrigar a abdicar do conforto ou da personalidade. Uma casa contemporânea pode integrar madeira natural, tecidos suaves, peças de design e objetos com valor sentimental, criando ambientes equilibrados e acolhedores.

## ... misturar estilos pode tornar uma casa mais interessante?

Combinar peças contemporâneas com elementos vintage, mobiliário clássico ou objetos artesanais é uma das formas de criar interiores únicos. O segredo está em encontrar pontos de ligação, como uma paleta de cores comum, materiais semelhantes ou proporções equilibradas. Uma cadeira antiga pode ganhar destaque numa sala moderna, enquanto uma peça de arte contemporânea pode transformar uma divisão de inspiração clássica.

## ... uma casa bem decorada também pode ser mais funcional?

A organização é uma parte essencial do design de interiores. Mobiliário multifuncional, soluções de arrumação integradas e peças adaptadas à dimensão de cada divisão permitem aproveitar melhor o espaço. Numa sala pequena, por exemplo, uma mesa extensível ou um sofá com arrumação pode fazer a diferença. O objetivo não é preencher todos os cantos, mas garantir que cada elemento tem uma função e contribui para o equilíbrio do ambiente.

## ... as plantas são muito mais do que um elemento decorativo?

Além de introduzirem cor e textura, as plantas ajudam a criar uma ligação visual ao exterior e tornam os ambientes mais naturais. Espécies de diferentes alturas podem dar profundidade a uma sala, enquanto pequenos vasos acrescentam vida a prateleiras, cozinhas ou escritórios. A escolha deve ter em conta a luz disponível, a humidade e os cuidados necessários para cada espécie.

## ... o verdadeiro luxo pode estar na simplicidade?

Num estilo de vida contemporâneo, o luxo nem sempre está associado a materiais dispendiosos ou a grandes dimensões. Pode revelar-se na qualidade de uma peça, na escolha criteriosa dos materiais, no conforto de um sofá ou na tranquilidade de um quarto bem pensado. Valorizar menos objetos, mas escolher aqueles que fazem sentido, permite criar casas mais pessoais, intemporais e adaptadas ao quotidiano.

## ... a decoração ideal é aquela que acompanha quem vive na casa?

As tendências podem inspirar, mas não devem determinar todas as escolhas. Uma casa deve refletir hábitos, gostos e necessidades reais, adaptando-se às diferentes fases da vida. O equilíbrio entre estética, funcionalidade e conforto é o que transforma um espaço num verdadeiro lar.

"Casas com assinatura"

mais magazine

"A boa arquitetura deve  
resistir ao tempo"

VASCO VIEIRA  
▪ ARQUITECTOS



# “O luxo está nos detalhes, na qualidade e, acima de tudo, na sensação de bem-estar que uma casa nos transmite”

Com mais de duas décadas de experiência, Vasco Vieira, fundador do atelier Vasco Vieira Architectos, nasceu em Joanesburgo, na África do Sul, em 1969, e revelou desde cedo interesse pela arquitetura. Em entrevista à Mais Magazine, reflete sobre a evolução do luxo na habitação, a sustentabilidade e a importância de criar casas intemporais, adaptadas ao lugar e à identidade de quem as habita.



Ao longo de mais de 20 anos, o mercado imobiliário e o próprio conceito de luxo mudaram bastante. O que significa hoje, para si, uma casa de luxo? É ainda uma questão de dimensão e materiais ou está cada vez mais relacionada com conforto, privacidade, natureza e experiência?

Para mim, o verdadeiro luxo nunca esteve apenas na dimensão de uma casa ou nos materiais utilizados. Está sobretudo na qualidade dos espaços, no conforto, na privacidade e na forma como vivemos a casa.

Uma casa de luxo deve proporcionar uma experiência de vida excecional, onde a arquitetura, a natureza e os espaços interiores funcionam em perfeita harmonia. O luxo está nos detalhes, na qualidade e, acima de tudo, na sensação de bem-estar que uma casa nos transmite.

A sua arquitetura procura uma relação muito forte entre o edifício e o lugar onde este se insere. Quando começa um

novo projeto, o que observa primeiro: o terreno, a paisagem, a luz, o cliente ou a própria arquitetura que imagina?

Tudo começa com o lugar. A orientação solar, a topografia, a paisagem e a envolvente são fundamentais para definir o conceito de um projeto.

Mas é igualmente importante conhecer o cliente, perceber a sua personalidade, as suas necessidades e a forma como pretende viver a casa.

A arquitetura surge da combinação destes fatores. Não acredito em soluções iguais para terrenos e pessoas diferentes.

Costuma dizer que cada projeto deve refletir a “alma” do proprietário. Até que ponto um arquiteto deve impor a sua visão e até que ponto deve adaptar-se à personalidade e ao modo de vida de quem vai habitar o espaço?

Uma casa não deve ser apenas a expressão do arquiteto. Deve, acima de tudo, refletir quem a vai habitar.

O nosso papel é interpretar aquilo que o cliente procura e transformar essas ideias numa solução arquitetónica equilibrada, funcional e com identidade.

Naturalmente, temos a nossa linguagem e a nossa visão, mas acredito que os melhores projetos surgem quando existe confiança e uma boa relação entre o arquiteto e o cliente.

Atualmente, muitos clientes procuram casas que sejam também uma afirmação de estilo e estatuto. Na sua experiência, onde está a fronteira entre criar uma arquitetura com identidade e criar uma arquitetura demasiado condicionada pelas tendências?

As tendências são passageiras. A boa arquitetura deve resistir ao tempo.

Procuro desenvolver projetos com uma identidade própria, onde a estética resulta de decisões arquitetónicas e não apenas daquilo que está na moda.



Uma casa deve continuar a fazer sentido daqui a 20 ou 30 anos. Para mim, essa intemporalidade é uma das características mais importantes de um bom projeto.

O Algarve tornou-se um dos principais destinos internacionais de imobiliário de luxo. Como olha para esta transformação? A crescente procura por este território está a contribuir para uma arquitetura de maior qualidade ou existe o risco de se perder a identidade e a autenticidade da região?

O Algarve tem características únicas: o clima, a luz, a paisagem e a proximidade do mar. É natural que continue a atrair clientes de diferentes partes do mundo.

Esta procura tem contribuído para elevar o nível de exigência e a qualidade dos projetos, o que considero positivo.

No entanto, é fundamental respeitar o território e evitar uma arquitetura descontextualizada. Modernidade e identidade regional não são incompatíveis. O desafio está precisamente em encontrar esse equilíbrio.

**A sustentabilidade já não é apenas uma tendência, mas uma exigência cada vez maior na arquitetura. Na prática, o que significa para si criar uma casa verdadeiramente sustentável — e onde termina a sustentabilidade e começa apenas o marketing?**

A sustentabilidade começa nas decisões mais básicas de um projeto: a implantação da casa, a orientação solar, a ventilação natural, o isolamento e a escolha dos materiais.

Antes de recorrer à tecnologia, devemos tirar partido daquilo que a própria arquitetura pode oferecer.

Uma casa verdadeiramente sustentável deve ser eficiente, duradoura e confortável. Não

basta instalar determinados equipamentos ou utilizar materiais considerados ecológicos. A sustentabilidade tem de fazer parte do projeto desde o início.

**Depois de tantos anos e de tantos projetos, há alguma coisa que hoje faria de forma completamente diferente daquela que fazia quando começou o atelier? E o que é que continua exatamente igual na sua forma de pensar arquitetura?**

A experiência dá-nos uma perspetiva diferente. Hoje existe uma maior consciência da importância de cada decisão, tanto ao nível do projeto como da sua execução.

Ao longo dos anos, fomos evoluindo, incorporando novas tecnologias, materiais e formas de trabalhar.

O que não mudou foi a vontade de criar arquitetura com identidade, de procurar soluções diferentes e de dar a cada projeto a atenção que merece.

**Se imaginasse hoje o projeto que melhor representa aquilo que o Vasco Vieira Arquitectos quer ser daqui a 10 ou 20 anos, como seria essa arquitetura?**

Seria uma arquitetura contemporânea, intemporal, integrada na paisagem e pensada ao detalhe.

Uma casa onde a relação entre os espaços interiores e exteriores fosse natural, onde a luz tivesse um papel fundamental e onde o conforto e a qualidade fossem prioridades.

Mais do que seguir uma tendência ou criar algo apenas visualmente impressionante, gostaria que os nossos projetos continuassem a distinguir-se pela sua identidade e pela forma como são vividos. 



VASCO VIEIRA  
• ARQUITECTOS

[www.vascovieiraarquitectos.com](http://www.vascovieiraarquitectos.com)

# Sabia que?

## ... a arquitetura moderna procura cada vez mais aproximar as casas da natureza?

A integração da natureza nos espaços habitacionais é uma das tendências marcantes da arquitetura contemporânea. Grandes janelas, jardins interiores, terraços, pátios e materiais naturais permitem criar uma ligação visual e funcional entre o interior e o exterior. Para além do impacto estético, esta abordagem pode favorecer a entrada de luz natural, melhorar a relação com a envolvente e proporcionar ambientes mais agradáveis. A vegetação, a madeira e a pedra assumem, assim, um papel importante na criação de casas que conjugam design, conforto e bem-estar.

## ... a iluminação pode transformar completamente a perceção de uma casa?

A luz é um dos elementos fundamentais da arquitetura e da decoração. A entrada de luz natural pode tornar os espaços mais amplos e acolhedores, enquanto a iluminação artificial permite criar diferentes ambientes consoante a utilização de cada divisão. Luzes indiretas, candeeiros decorativos e sistemas reguláveis ajudam a adaptar a atmosfera aos vários momentos do dia. Quando é cuidadosamente planeada, a iluminação destaca materiais, valoriza volumes arquitetónicos e acrescenta profundidade aos interiores, demonstrando que o conforto visual é tão importante como a escolha do mobiliário.

## ... os materiais naturais continuam a inspirar as tendências de decoração mais contemporâneas?

A madeira, a pedra natural, o linho, a lã e a cerâmica são materiais que atravessam diferentes estilos e épocas. A sua utilização acrescenta textura, autenticidade e uma sensação de proximidade à natureza, mesmo em ambientes de linhas minimalistas. Combinados com superfícies lisas, metais ou vidro, permitem criar contrastes subtis e composições sofisticadas. Para além da aparência, importa considerar a durabilidade, a origem e a manutenção dos materiais, sobretudo quando se pretende desenvolver espaços intemporais, capazes de manter a sua qualidade estética ao longo dos anos.

## ... a arquitetura contemporânea está a repensar a forma como vivemos dentro de casa?

A casa deixou de ser entendida apenas como um lugar para dormir e descansar. Para muitas pessoas, é também um espaço de trabalho, convívio, exercício, lazer e expressão pessoal. Esta transformação tem influenciado a organização dos interiores, com soluções flexíveis, zonas multifuncionais e divisões que podem

adaptar-se a diferentes necessidades. Cozinhas abertas para a sala, áreas de trabalho integradas e mobiliário versátil são exemplos de como a arquitetura e o design procuram responder aos novos hábitos, sem descurar a privacidade, a organização e o conforto.

## ... o minimalismo pode ser sofisticado sem tornar os espaços impessoais?

O minimalismo caracteriza-se pela redução do excesso e pela valorização do essencial. No entanto, uma casa minimalista não tem de ser fria ou desprovida de personalidade. A utilização de cores equilibradas, materiais com textura, iluminação acolhedora e objetos escolhidos com significado permite criar ambientes serenos e expressivos. Em vez de eliminar todos os elementos decorativos, esta abordagem privilegia aqueles que realmente acrescentam valor ao espaço. O resultado pode ser uma estética elegante e intemporal, na qual a qualidade dos materiais e a atenção aos detalhes assumem maior protagonismo.

## ... a sustentabilidade é cada vez mais importante na conceção de casas modernas?

A arquitetura sustentável procura reduzir o impacto ambiental dos edifícios ao longo do seu ciclo de vida. O aproveitamento da luz natural, o isolamento térmico, a ventilação adequada e a escolha de equipamentos eficientes podem contribuir para diminuir o consumo de energia. A utilização responsável da água, a seleção de materiais duradouros e a integração de soluções de energia renovável são igualmente relevantes. Mais do que uma tendência estética, a sustentabilidade representa uma forma de projetar habitações preparadas para responder às necessidades atuais, conciliando desempenho, conforto e responsabilidade ambiental.

## ... as cores influenciam a atmosfera de um espaço?

As cores contribuem para a identidade visual de uma divisão e influenciam a forma como os seus elementos são percecionados. Tons claros podem reforçar a sensação de luminosidade, enquanto cores mais intensas criam pontos de destaque e acrescentam profundidade. As paletas neutras, frequentemente utilizadas em projetos contemporâneos, permitem destacar materiais, obras de arte e peças de mobiliário. No entanto, não existem combinações universais: a escolha deve considerar a luz disponível, as dimensões do espaço, os materiais presentes e as preferências de quem o habita. O equilíbrio entre cor, textura e iluminação é essencial para criar ambientes coerentes e confortáveis.



### **... uma casa de luxo pode ser definida pela experiência que proporciona, e não apenas pela sua dimensão?**

O conceito de luxo tem vindo a associar-se cada vez mais à qualidade dos espaços, à privacidade, ao conforto e à atenção aos pormenores. Uma habitação não precisa de ser monumental para oferecer uma experiência diferenciadora. A organização funcional, a qualidade construtiva, o isolamento acústico, a escolha de materiais e a relação com o exterior podem fazer uma diferença significativa no quotidiano. A exclusividade pode também estar presente em soluções personalizadas, peças de design, obras de arte ou detalhes concebidos à medida dos residentes. Neste contexto, o luxo traduz-se na capacidade de criar um espaço que responde verdadeiramente às necessidades e ao estilo de vida de quem nele vive.

### **... o design intemporal pode ser uma alternativa às tendências passageiras?**

As tendências de decoração mudam regularmente, mas algumas escolhas conseguem manter a sua relevância durante décadas. Formas equilibradas, materiais de qualidade, mobiliário funcional e uma paleta cromática coerente constituem uma base sólida para interiores duradouros. Isto não significa abdicar da criatividade ou da inovação, mas investir numa composição que possa evoluir sem exigir uma transformação completa a cada mudança de tendência. Elementos decorativos, têxteis e pequenos acessórios permitem renovar a atmosfera de uma divisão de forma mais simples, preservando os componentes fundamentais do projeto.

### **... o verdadeiro segredo de um espaço exclusivo está na forma como reúne estética, funcionalidade e identidade?**

Uma casa bem concebida vai além da aparência. Cada decisão, desde a organização da planta até à escolha de um puxador, contribui para a experiência global do espaço. A arquitetura define a relação entre as divisões, a luz e a envolvente; a decoração acrescenta carácter, conforto e expressão pessoal. Quando estas dimensões são pensadas em conjunto, o resultado é um ambiente coerente, funcional e adaptado a quem o habita. No universo Exclusive Life, a sofisticação não reside apenas no que se vê, mas também na forma como os espaços são vividos, sentidos e transformados em lugares verdadeiramente pessoais.



# Dia Mundial do Turismo 2026

“Vamos construir um futuro digital para o turismo que seja aberto, inclusivo e humano – e aproveitar estas novas ferramentas para impulsionar o desenvolvimento sustentável para todos”

*António Guterres, Secretário-Geral da Organização das Nações Unidas*

Fonte: UN Tourism



“O futuro do turismo passa, inevitavelmente, por uma abordagem estratégica e colaborativa que valoriza o nosso património natural e cultural, respeita as comunidades e responde às exigências de um viajante cada vez mais consciente e responsável. Portugal tem todas as condições para liderar este caminho e consolidar-se como um exemplo de excelência no turismo”

*Carlos Abade, Presidente do Turismo de Portugal*



“A Madeira possui uma área preservada de cerca de 15 mil hectares, considerada Património Natural da Humanidade, pela UNESCO em 1999. A observação de cetáceos, os passeios de barco, a prática de desportos aquáticos, como snorkeling, stand up paddle e caiaque, são algumas das propostas que podem ser feitas no mar”

*Eduardo Jesus, Presidente da AP Madeira*



# "Sustentabilidade, territórios e comunidades que inspiram o mundo"

## A mística das nove ilhas dos Açores todo o ano

Nos Açores há um misticismo próprio, um ambiente único, emoções, sensações e experiências inesquecíveis. Neste paraíso atlântico, a natureza humana, a autenticidade das comunidades, a serenidade da paisagem e a força do oceano oferecem um destino transformador. São 9 ilhas, 9 identidades, 9 formas de viver uma viagem pela sustentabilidade, pela descoberta e pela harmonia ímpar entre as pessoas e a Natureza, num espectro infinito de recordações.

Nos dias longos e solarengos, que convidam à frescura e à diversão, os Açores mostram toda a sua exuberância. As lagoas têm novas cores, os trilhos conduzem a segredos raros e o mar é palco de momentos inesquecíveis. Da observação de cetáceos ao mergulho em águas cristalinas, da adrenalina aos banhos em piscinas naturais, cada momento é vivido com intensidade e prazer. As festas populares enchem as ruas de cor, música e tradição, enquanto a gastronomia local desperta os sabores da terra e do oceano, na assunção plena do espírito açoriano. Este é o tempo da gratidão, da alegria e da celebração.

Da frondosa e florida natureza, emerge uma atmosfera impossível de esquecer, que instiga a exploração e a contemplação. A bruma e a neblina redesenham o silêncio dos trilhos e das montanhas, o mar impõe-se dominador, as nuvens regam o verde, e as águas termais oferecem o refúgio regenerador depois da aventura. É o tempo ideal para desacelerar, sentir a terra e deixar-se envolver pela mística que habita vulcões, florestas e paisagens ancestrais. Entre o calor humano das gentes autênticas e a imponência dos elementos naturais, nasce uma rara sensação de paz, introspeção e renovação.

Com clima ameno, um notável percurso de desenvolvimento e um inovador sistema de monitorização de fluxos turísticos, os Açores são hoje um destino de excelência, nas suas 9 ilhas e ao longo de todo o ano. A diversidade do produto turístico convida cada visitante a encontrar a sua própria viagem, o seu ritmo e a sua história. Natureza, aventura, cultura, gastronomia, vinhos, bem-estar e experiências ligadas ao mar coexistem num modelo responsável, reconhecido mundialmente pelo compromisso certificado com a sustentabilidade. Aqui a qualidade da experiência é indissociável das pessoas e da preservação do território, garantindo que a riqueza das ilhas permanece para as gerações futuras.

Imagine-se a sentir este paraíso. A caminhar por trilhos e bosques entre crateras e lagoas. A contemplar o horizonte do Atlântico. A degustar sabores únicos e a sentir a autenticidade de um povo que recebe de braços abertos. Os Açores não são apenas um destino turístico. São a experiência e a descoberta da sua vida.



Berta Cabral

Secretária Regional do Turismo, Mobilidade e Infraestruturas

XIV Governo dos Açores





# Entre a filigrana e o Douro, a essência de Gondomar

**Com uma identidade marcada pela tradição secular da filigrana, pela riqueza dos rios Douro, Sousa e Ferreira e pela autenticidade das suas gentes, Gondomar procura afirmar-se como um destino turístico diversificado, onde a cultura, a natureza, a gastronomia e o lazer se complementam. Aurora Vieira, vereadora da Câmara Municipal de Gondomar, destaca os principais recursos do concelho e a estratégia do município para valorizar o património local, dinamizar a oferta turística e promover um destino cada vez mais sustentável e acessível.**



Aurora Vieira, Vereadora da Câmara Municipal de Gondomar

**O que distingue Gondomar enquanto destino turístico e que imagem pretende o município transmitir a quem o visita?**

Gondomar distingue-se pela autenticidade da sua identidade, onde patrimónios naturais, culturais e humanos coexistem de forma harmoniosa. Somos um concelho marcado pela riqueza dos rios Douro, Sousa e Ferreira, pela tradição secular da filigrana e pela hospitalidade das nossas gentes. A imagem que pretendemos transmitir é um território genuíno, acolhedor e multifacetado, capaz de proporcionar experiências diferenciadoras a quem nos visita, combinando natureza, cultura, património, desporto e lazer num ambiente de proximidade e qualidade.

**Quais são os locais e experiências imperdíveis para quem visita Gondomar pela primeira vez?**

A Cultura, as tradições, os percursos pedonais, os rios e a gastronomia são responsáveis, por quem visita Gondomar pela primeira vez, há experiências verdadeiramente incontornáveis. A visita ao Museu Municipal da Filigrana e aos ateliers de ourivesaria, permite conhecer de perto uma arte identitária que tornou o concelho uma referência nacional e internacional. A Rota da Filigrana convida igualmente à descoberta do património, das tradições e dos saberes locais.

Os nossos percursos pedestres, como os trilhos de Midões, os Moinhos de Jancido ou da Serra de Santa Iria, inserido no Parque das Serras, oferecem contacto direto com paisagens naturais de grande beleza. Destacam-se ainda as praias fluviais e zonas balneares, os passeios junto ao Douro, as atividades náuticas e os miradouros que proporcionam vistas privilegiadas sobre o território. Para completar a experiência, é indispensável



apreciar a gastronomia local, onde o peixe do rio, o caldo de nabos e a tradicional doçaria, como o coração de Gondomar e o mimo D'Ouro assumem especial protagonismo.

#### **Que importância têm a cultura, as tradições e a gastronomia na afirmação de Gondomar enquanto destino turístico?**

Têm uma importância absolutamente central. Atualmente, os visitantes procuram destinos autênticos e experiências com identidade própria. Em Gondomar, a cultura e as tradições constituem um dos principais fatores de diferenciação. A filigrana é o exemplo mais emblemático, mas existem muitas outras expressões culturais, religiosas e populares, nomeadamente as festas e romarias que ajudam a preservar e valorizar a nossa memória coletiva.

A gastronomia desempenha igualmente um papel fundamental. Os sabores tradicionais, os produtos locais e a qualidade da restauração complementam a experiência turística. Mais do que visitar um local, quem vem a Gondomar tem a oportunidade de conhecer modos de vida, histórias e tradições que continuam vivos.

#### **Os rios são um elemento marcante do território de Gondomar. Que potencial têm para a valorização turística do município?**

Os rios representam um dos maiores ativos estratégicos de Gondomar. O Douro, o Sousa e o Ferreira oferecem condições excecionais para atividades náuticas, recreativas e de natureza, mas também para a contemplação da paisagem e experiências de bem-estar associadas ao turismo sustentável.

Nos últimos anos, o município tem apostado na valorização das frentes ribeirinhas, na qualificação das praias fluviais e no desenvolvimento de infraestruturas e serviços que permitem usufruir destes espaços com qualidade e segurança. A integração de Gondomar no projeto Estações Náuticas de Portugal reforça a atratividade do território e dinamiza a economia local.

#### **Que projetos ou novidades estão previstos para reforçar a oferta turística de Gondomar nos próximos anos?**

O Município de Gondomar tem vindo a apostar numa estratégia de promoção turística baseada na valorização dos

seus recursos identitários, património, natureza e cultura. Entre as principais iniciativas destacam-se a consolidação da Rota da Filigrana; a dinamização da Estação Náutica de Gondomar; a participação em feiras e eventos de promoção turística; a integração em redes de cooperação e a realização de iniciativas culturais, desportivas e gastronómicas ao longo do ano. Paralelamente, tem sido reforçada a comunicação digital e conteúdos promocionais, contribuindo para aumentar a visibilidade do concelho junto a diferentes públicos. A estratégia inclui ainda uma forte aposta na acessibilidade e inclusão através da qualificação de espaços e recursos turísticos, garantindo que residentes e visitantes possam usufruir da oferta turística de forma confortável e equitativa. Desta forma, Gondomar afirma-se como um destino atrativo, sustentável e acessível.



**GONDOMAR**  
*éDouro*

[www.cm-gondomar.pt](http://www.cm-gondomar.pt)

# Lisboa e Porto atingem novos máximos de pressão turística

Lisboa e Porto registaram, em 2025, novos máximos de densidade turística, de acordo com dados do Turismo de Portugal. A capital liderou o indicador, com 437,24 dormidas por quilómetro quadrado, correspondendo a um crescimento de 1,4% face ao ano anterior. O Porto ficou em segundo lugar, muito próximo de Lisboa, com 437,19 dormidas por quilómetro quadrado, após uma subida de 5,3%.

A densidade turística permite avaliar a pressão exercida pela atividade turística

em cada município, através do número de dormidas por quilómetro quadrado. A nível nacional, o indicador aumentou 2,1% em 2025, fixando-se em 2,43 dormidas por quilómetro quadrado. Em sentido contrário, Albufeira registou uma diminuição, passando de 33,26 dormidas por quilómetro quadrado, em 2024, para 32,21 no ano seguinte.

Apesar do crescimento da procura turística, a Grande Lisboa registou uma descida das receitas hoteleiras durante os meses de julho e agosto. Segundo

Cristina Siza Vieira, vice-presidente executiva da Associação da Hotelaria de Portugal, a região atravessa uma fase de ajustamento, marcada pelo aumento da oferta hoteleira, pela realização de reservas mais próximas das datas de estadia e pela maior sensibilidade dos clientes aos preços. Assim, o crescimento do número de dormidas não se traduz necessariamente num aumento proporcional das receitas do setor.

## Rede Mulheres Guardiãs da Natureza integra plataforma europeia de turismo regenerativo

A Rede Mulheres Guardiãs da Natureza foi selecionada para integrar a plataforma Tourism for Europe, uma iniciativa da European Travel Commission que divulga boas práticas de turismo regenerativo na Europa. Promovido pela Business as Nature, o projeto apoia mulheres em áreas protegidas e territórios rurais, incentivando iniciativas com impacto ambiental, social e económico.

Através de experiências ligadas à natureza, à gastronomia e à cultura, a rede promove a conservação da biodiversidade, a valorização dos saberes locais e a dinamização das economias rurais. Esta integração permite dar maior visibilidade internacional ao projeto e reforça o papel do turismo na preservação do património natural e cultural e no desenvolvimento sustentável das comunidades.



## Lisboa eleita Melhor Destino de Cruzeiros da Europa pela terceira vez

Lisboa foi distinguida como Melhor Destino de Cruzeiros da Europa nos World Cruise Awards 2026, conquistando este galardão pela terceira vez, depois das vitórias em 2021 e 2024. A cerimónia decorreu a 12 de outubro, na Jamaica, e distinguiu a capital portuguesa entre vários destinos europeus, incluindo Barcelona, Atenas, Dubrovnik e Monte Carlo.

Segundo a Administração do Porto de Lisboa (APL), este reconhecimento valoriza o trabalho conjunto dos profissionais e das entidades ligadas ao setor, bem como a hospitalidade da população e a capacidade da cidade para proporcionar experiências de qualidade aos visitantes. A distinção reforça, assim, a posição de Lisboa como destino de referência no turismo internacional de cruzeiros.

Portugal conquistou ainda outros prémios nesta edição. O Funchal foi distinguido como Melhor Terminal de Cruzeiros do Mundo em Sustentabilidade, enquanto o Turismo de Portugal recebeu o galardão de Melhor Destino de Cruzeiros Fluviais da Europa. Já a DouroAzul venceu na categoria de Melhor Linha de Cruzeiros Fluviais da Europa, reforçando a presença portuguesa neste segmento turístico.



# Sardoal: um território para conhecer sem pressas

**Entre património, cultura, natureza e gastronomia, Sardoal reúne diferentes motivos para uma visita ao longo de todo o ano. Das tradições que preservam a memória coletiva aos percursos que atravessam a paisagem, passando por uma programação cultural diversificada e pela proximidade de quem recebe, o concelho apresenta-se como um destino onde há tempo para conhecer, experimentar e desfrutar.**

Conhecer Sardoal é também conhecer as tradições que fazem parte da identidade das suas gentes. A Semana Santa é uma das principais expressões desse património, mantendo vivas celebrações religiosas que atraem visitantes e envolvem toda a comunidade. A esta tradição junta-se o Bodo/Festa do Espírito Santo, uma das tradições religiosas e culturais mais antigas do concelho, e que, juntamente com a Semana Santa, integra, desde dezembro de 2023, o Inventário Nacional do Património Cultural Imaterial, reforçando o reconhecimento do seu valor cultural.

Para conhecer melhor estas tradições, o Centro de Interpretação da Semana Santa e do Património Religioso permite descobrir a história e a importância deste património ao longo de todo o ano. A oferta cultural do concelho passa ainda pelo Centro Cultural Gil Vicente e pela Biblioteca Municipal, espaços que mantêm uma programação regular e diversificada, com iniciativas nas áreas do teatro, música, cinema, exposições, literatura e atividades dirigidas a diferentes públicos.

A natureza é outro dos motivos que leva a conhecer Sardoal. Os vários percursos pedestres existentes no concelho permitem explorar diferentes paisagens e descobrir

elementos do património natural e rural, através de caminhos que atravessam zonas florestais, ribeiras e antigos espaços ligados às atividades agrícolas. Uma forma de conhecer o concelho ao ritmo de cada visitante.

Para quem prefere explorar de bicicleta, o Centro de Cyclin’ disponibiliza uma rede de percursos que permite percorrer diferentes zonas de Sardoal, conjugando atividade física com o contacto direto com a paisagem. Entre os pontos de interesse encontram-se também os Moinhos de Entrevinhas e a Lapa, locais que preservam parte da memória rural do concelho e que merecem uma visita.

A gastronomia assume, igualmente, um papel importante na experiência de quem chega. Os sabores tradicionais e as receitas que passam de geração em geração, como as saborosas Tigeladas da Artelinho, refletem a história e os produtos da região, contribuindo para uma experiência que vai além do património e da paisagem. À mesa, tal como nos restantes momentos da visita, a hospitalidade é uma das características que marca quem passa por Sardoal.

É precisamente essa proximidade que ajuda a explicar a qualidade de vida que se encontra no concelho. A tranquilidade, a



relação com a natureza, a oferta cultural e a dimensão humana de Sardoal fazem deste um lugar onde é possível viver com outro ritmo, sem abdicar do acesso a diferentes serviços e experiências.

Visitar Sardoal é, assim, uma oportunidade para fazer uma pausa e aproveitar o que muitas vezes fica esquecido no dia a dia: ter tempo. Tempo para caminhar, conhecer, conversar, provar sabores, assistir a um espetáculo ou simplesmente apreciar a paisagem. Tempo para estar e para usufruir de cada experiência sem pressas.

Porque, mais do que um destino para visitar, Sardoal é um concelho que sabe receber e que mostra que, por vezes, é precisamente quando abrandamos que conseguimos conhecer verdadeiramente um lugar.

  
**SARDOAL**  
MUNICÍPIO

[www.cm-sardoal.pt](http://www.cm-sardoal.pt)



# Mercados de Portugal

## "Da tradição à regeneração urbana"



De norte a sul do país, os mercados fazem parte da história e da identidade das comunidades. Trata-se de lugares de encontro, de partilha e de descoberta, onde os produtos locais, os sabores tradicionais e os costumes de cada região ganham vida diariamente.

Entre edifícios históricos e espaços renovados, os mercados portugueses refletem a riqueza e a diversidade do território nacional. São pontos de ligação entre produtores e consumidores, promovem o comércio local, preservam tradições gastronómicas e contribuem para a valorização do património cultural e arquitetónico. Ao mesmo tempo, afirmam-se como destinos de interesse turístico, capazes de proporcionar experiências autênticas a quem procura conhecer Portugal para além dos seus roteiros mais convencionais.

Num contexto em que os hábitos de consumo evoluem e as cidades se transformam, os mercados reinventam-se, conciliando a herança do passado com as exigências do presente. A modernização dos espaços, a aposta na qualidade dos produtos, a valorização da produção regional e a dinamização de novas experiências são alguns dos caminhos que contribuem para manter estes lugares relevantes e próximos das comunidades.

A importância dos mercados estende-se também à capacidade de promover a sustentabilidade e valorizar os recursos de cada região. Ao privilegiarem produtos frescos, sazonais e de origem local, estes espaços contribuem para aproximar produtores e consumidores, incentivar circuitos de comercialização de proximidade e apoiar a economia regional. Por detrás de cada banca, existe muitas vezes uma história de dedicação, conhecimento e continuidade, transmitida entre gerações, que ajuda a preservar saberes e práticas que fazem parte da memória coletiva portuguesa.

Mais do que acompanhar a evolução dos tempos, os mercados assumem hoje o desafio de continuar a ser relevantes para diferentes gerações, afirmando-se como espaços dinâmicos, inclusivos e abertos à inovação. Seja através da requalificação das infraestruturas, da diversificação da oferta ou da criação de novas experiências culturais e gastronómicas, o seu futuro constrói-se a partir de um equilíbrio entre tradição e modernidade. Um percurso que reforça o valor destes espaços enquanto motores de desenvolvimento local e embaixadores da autenticidade portuguesa, mantendo viva a ligação entre os produtos, as pessoas e os lugares.

É neste contexto que importa conhecer os mercados que continuam a marcar a vida dos territórios, compreender o seu papel no desenvolvimento local e dar visibilidade aos projetos que preservam a sua essência, enquanto abrem portas a novas oportunidades.

Nesta edição, percorremos Portugal para descobrir mercados que são, simultaneamente, espaços de comércio, património, cultura, gastronomia, turismo e identidade. Lugares com histórias próprias, pessoas que lhes dão vida e uma importância que ultrapassa as suas bancas: a de manter vivas as tradições, dinamizar a economia e reforçar a ligação entre as comunidades e os territórios onde se inserem.



# Sabia que?

---

## ... os mercados nasceram muito antes dos supermercados?

Durante séculos, foram pontos de encontro entre produtores, vendedores e habitantes. Para além de comprar peixe, carne, fruta ou legumes, era ali que se trocavam notícias, se negociavam preços e se mantinham vivas tradições locais. Muitos mercados históricos continuam a ligar o comércio quotidiano à identidade dos bairros.

---

## ... o Mercado da Ribeira, em Lisboa, tem mais de 140 anos?

Inaugurado em 1882, junto ao Cais do Sodré, foi durante décadas um dos grandes centros de abastecimento da capital. As bancas de frescos mantêm a ligação à sua origem, enquanto uma parte do edifício ganhou nova vida em 2014, com a abertura do Time Out Market Lisboa. Assim, o mercado tradicional passou a coexistir com restaurantes, lojas e programação cultural.

---

## ... o Time Out Market Lisboa foi o primeiro do género no mundo?

A ideia foi criada pela equipa da revista Time Out Portugal: reunir num só local restaurantes e projetos gastronómicos selecionados por críticos e jornalistas. Mais do que uma praça de alimentação, o conceito procura representar o melhor da gastronomia e da vida da cidade. O modelo fez sucesso e inspirou mercados semelhantes noutras cidades internacionais.

---

## ... o Porto tem um mercado gastronómico dentro de uma estação de comboios?

Aberto em 2024, o Time Out Market Porto ocupa a ala sul da estação de São Bento, no coração histórico da cidade. Reúne chefs reconhecidos, restaurantes e conceitos locais, com diferentes estilos de cozinha sob o mesmo teto. A intervenção arquitetónica é da autoria de Eduardo Souto de Moura, arquiteto português distinguido com o Prémio Pritzker, e inclui uma torre de vidro e ferro com vista sobre a cidade.

---

## ... os novos mercados são também espaços de convívio e cultura?

Hoje, muitos vão além da compra e venda de produtos. Reúnem restaurantes, bares, lojas, provas e eventos culturais, criando motivos para visitar o espaço ao longo do dia. Tornam-se lugares onde se pode almoçar, descobrir sabores, encontrar amigos ou participar numa atividade, sem perder a ligação à cidade.

---

## ... tradição e inovação podem partilhar a mesma morada?

Modernizar não tem necessariamente de apagar o passado. Em Lisboa, as bancas de frescos continuam a coexistir com o Time Out Market; no Porto, a gastronomia encontra lugar numa estação histórica. Edifícios conhecidos ganham novas funções e atraem públicos diferentes. O desafio é preservar a memória e o comércio local, criando ao mesmo tempo experiências relevantes para residentes e visitantes.

---

## ... cada mercado conta uma história sobre a sua cidade?

Os produtos, os pratos, os vendedores e a arquitetura revelam hábitos e mudanças sociais. Um mercado é muito mais do que um lugar para comer ou fazer compras: é um retrato vivo da comunidade. Entre bancas tradicionais e novas propostas gastronómicas, estes espaços aproximam pessoas, valorizam sabores locais e reinventam a vida urbana.

# “O Time Out Market foi pensado para os locais e tem o seu segredo na curadoria”

**Nascido de uma ideia portuguesa, o Time Out Market transformou a forma de viver a gastronomia e a cultura, dando uma nova dinâmica a espaços emblemáticos sem perder de vista a identidade das cidades. Em entrevista à Mais Magazine, Ana Alcobia, diretora-geral do Time Out Market Portugal, fala sobre a importância da curadoria, a valorização dos talentos locais e o papel dos mercados na construção de experiências que aproximam residentes e visitantes da essência de Lisboa e do Porto.**



Ana Alcobia, Diretora-Geral  
do Time Out Market Portugal

**Que transformação trouxe o projeto Time Out Market ao Mercado da Ribeira e de que forma conseguiu preservar a ligação ao património e à tradição, ao mesmo tempo que introduziu uma nova dinâmica no espaço?**

O projeto Time Out Market trouxe uma nova vitalidade ao Mercado da Ribeira, reforçando o seu papel como lugar de encontro e dando-lhe uma projeção internacional. Foi uma ideia portuguesa, toda ela pensada pela equipa de jornalistas que, em 2010, fazia a revista Time Out. Reunimos num mesmo espaço uma seleção do melhor da cidade — dos chefs aos restaurantes — e associámos a essa oferta uma programação cultural que criava novas razões para visitar e viver o Mercado.

Desde o início, o Time Out Market foi pensado para os locais e tem o seu segredo na curadoria. É essa curadoria jornalística que o torna um espaço único no mundo. Queríamos criar um espaço onde os lisboetas encontrassem o melhor da sua cidade, se reconhecessem na oferta e tivessem vontade de voltar. É precisamente essa ligação à vida local

que o torna tão atrativo para os estrangeiros: quem nos visita procura descobrir aquilo de que os próprios lisboetas gostam e que faz parte da identidade de Lisboa.

A ligação ao património foi igualmente central. Preservámos a identidade do edifício e a sua vocação de mercado, mantendo a coexistência com o mercado tradicional e valorizando os produtos, os sabores e a experiência de partilha à mesa que fazem parte da nossa cultura.

O equilíbrio esteve em respeitar essa herança e dar-lhe uma expressão contemporânea, com uma dinâmica que se prolonga ao longo do dia e agrega gastronomia, cultura e convívio. Mais do que recuperar um espaço, procurámos assegurar que continuava a ser relevante para Lisboa e para quem cá vive: um lugar com história, mas também com capacidade para criar memórias.

**Que papel acredita que o Mercado da Ribeira desempenha atualmente na vida de Lisboa e na valorização da cidade enquanto destino turístico e cultural?**

A sua relevância está na capacidade de reunir pessoas de diferentes gerações e origens, de dar palco ao talento da cidade — não entra quem paga mais, entra quem faz melhor — e de fazer parte do quotidiano dos lisboetas, seja para uma refeição, um concerto ou um encontro entre amigos.

Para nós, essa ligação aos locais é essencial. O Time Out Market foi sempre pensado para quem vive na cidade, e é precisamente isso que lhe dá valor enquanto destino turístico e cultural. Quem visita Lisboa quer conhecer os seus protagonistas e os espaços que os próprios lisboetas frequentam. O Mercado permite esse contacto com a cidade através de uma oferta que reúne qualidade, tradição e criatividade contemporânea.

Acredito também que desempenha um papel importante na valorização da gastronomia portuguesa, dando visibilidade aos nossos chefs, restaurantes e produtos junto de um público internacional. Mas o seu contributo vai além dessa projeção: mostra como um edifício histórico pode continuar vivo, útil

e integrado na cidade, preservando a sua identidade e acompanhando a forma como hoje vivemos Lisboa.

**Que papel pretende a Time Out desempenhar na nova dinâmica dos mercados do Porto e de que forma o projeto procura dialogar com a identidade e as tradições da cidade?**

Antes de mais, importa clarificar que o Time Out Market Porto está situado na Estação de São Bento. É a partir desse lugar emblemático, profundamente ligado à história e à vida da cidade, que o projeto estabelece o seu diálogo com o Porto. Houve um enorme cuidado com o património, num projeto assinado pelo arquiteto Eduardo Souto de Moura, que permitiu dar uma nova utilização ao espaço, respeitando a sua identidade.

Queremos contribuir para a vida gastronómica e cultural do Porto, acrescentando motivos para os portuenses viverem e desfrutarem do centro da cidade. Tal como em Lisboa, o projeto foi pensado primeiro para os locais: a seleção de chefs, restaurantes e propostas gastronómicas procura refletir a qualidade, a personalidade e as tradições do Porto, dando também espaço à sua criatividade contemporânea.

Vemos o Time Out Market Porto como parte de uma oferta complementar de gastronomia de qualidade à dos mercados históricos, como o Bolhão, que têm uma função e uma identidade próprias. O nosso contributo passa por valorizar o talento local, criar um lugar de encontro e dar visibilidade à gastronomia da cidade. Essa ligação aos portuenses é também o que torna a experiência relevante para quem visita: a oportunidade de conhecer o Porto através dos seus sabores, das suas pessoas e do seu património.



[www.timeout.com/time-out-market](http://www.timeout.com/time-out-market)

# Sabia que?

## ... os mercados municipais são muito mais do que locais de compra e venda?

Os mercados fazem parte da história e da identidade das cidades portuguesas. Para além de aproximarem produtores, comerciantes e consumidores, são espaços de encontro, convívio e partilha entre gerações. A sua importância vai muito além da atividade comercial: contribuem para manter vivas as tradições locais, reforçar os laços comunitários e preservar a memória coletiva. Quando são valorizados e modernizados, tornam-se também motores de transformação urbana, capazes de devolver dinamismo a zonas centrais e bairros históricos.

## ... a requalificação de um mercado pode ajudar a revitalizar toda uma zona urbana?

A intervenção num mercado não se limita à renovação do edifício. A melhoria das acessibilidades, dos passeios, da iluminação, das zonas pedonais e dos espaços públicos envolventes pode tornar toda a área mais atrativa, segura e funcional. Ao recuperar um equipamento central na vida de uma comunidade, cria-se também uma oportunidade para reanimar ruas, incentivar a circulação de pessoas e estimular a abertura de novos estabelecimentos comerciais. Desta forma, o mercado pode assumir um papel decisivo na regeneração urbana, contribuindo para devolver vitalidade a espaços que perderam parte da sua dinâmica.

## ... a preservação do património pode caminhar lado a lado com a modernização?

Muitos mercados portugueses ocupam edifícios com valor arquitetónico, histórico ou simbólico. A sua reabilitação permite conservar elementos que contam a história das cidades, adaptando simultaneamente os espaços às necessidades atuais. A renovação das infraestruturas, a melhoria das condições de higiene e segurança, a instalação de equipamentos modernos e a criação de áreas mais confortáveis permitem conciliar a identidade original com novas funcionalidades. O objetivo não é apagar o passado, mas garantir que estes espaços continuam a ter utilidade e significado no presente e no futuro.

## ... o Mercado do Bolhão é um exemplo de como tradição e inovação podem coexistir?

No Porto, a reabilitação do Mercado do Bolhão foi pensada como uma intervenção capaz de valorizar o património e estimular a regeneração urbana da Baixa. O projeto procurou preservar a identidade histórica e comercial do mercado, modernizando as suas condições de funcionamento e reforçando a sua relação com a cidade. Mais do que recuperar um edifício emblemático, a intervenção procurou valorizar o comércio tradicional e fortalecer a ligação entre os comerciantes, os habitantes e os visitantes. É um exemplo de como a recuperação de um espaço histórico pode contribuir para a dinamização económica e social de uma área urbana.

## ... os mercados municipais podem dar um novo impulso ao comércio local?

Os mercados criam oportunidades para pequenos comerciantes, produtores e negócios de proximidade, ajudando a diversificar a oferta comercial das cidades. Ao concentrarem diferentes produtos e serviços num mesmo espaço, atraem públicos variados e incentivam a circulação de consumidores nas áreas envolventes. A modernização destes equipamentos, acompanhada de iniciativas de promoção e de uma oferta adaptada às novas necessidades, pode contribuir para reforçar a competitividade do comércio tradicional. Ao mesmo tempo, favorece a economia local e ajuda a manter a atividade comercial integrada no quotidiano dos bairros.

## ... a regeneração urbana também depende das pessoas que dão vida aos espaços?

A transformação de um mercado não se mede apenas pela qualidade das obras realizadas ou pela modernidade das instalações. Os comerciantes, os clientes, os residentes e as associações locais desempenham um papel fundamental na construção de uma identidade partilhada. São as relações estabelecidas diariamente, as conversas entre bancas e os hábitos transmitidos entre gerações que tornam estes espaços verdadeiros pontos de encontro. Por isso, envolver a comunidade nos processos de requalificação e dinamização é essencial para garantir que os mercados continuam a responder às necessidades da população e não perdem a sua função de proximidade.

---

### **... a regeneração de um mercado pode contribuir para uma cidade mais sustentável?**

A valorização dos mercados pode incentivar hábitos de consumo mais conscientes, promover a comercialização de produtos sazonais e, sempre que possível, aproximar produtores e consumidores. A modernização das instalações também pode integrar soluções de eficiência energética, melhor gestão da água e redução do desperdício alimentar. Quando estas medidas são acompanhadas por uma organização adequada dos resíduos e por boas práticas ambientais, os mercados podem contribuir para modelos de consumo mais responsáveis. A recuperação de edifícios existentes, por sua vez, permite dar uma nova utilização a estruturas já integradas no tecido urbano, preservando recursos e evitando que a transformação das cidades dependa exclusivamente de novas construções.

---

### **... a dinamização dos mercados pode tornar as cidades mais atrativas para diferentes gerações?**

A combinação entre comércio, gastronomia, cultura e lazer permite alargar a utilização dos mercados para além das compras do dia a dia. Oficinas, demonstrações culinárias, atividades educativas, exposições e eventos comunitários podem aproximar públicos de diferentes idades e criar novas razões para visitar estes espaços. Quando estas iniciativas respeitam a identidade do mercado e respondem aos interesses da comunidade, ajudam a reforçar a sua relevância na vida urbana. A diversidade de utilizações contribui ainda para manter os espaços ativos e para estabelecer novas ligações entre a tradição local e as formas contemporâneas de viver a cidade.

---

### **... a regeneração urbana exige mais do que obras de requalificação?**

A recuperação física dos mercados é apenas uma parte do processo. Para garantir resultados duradouros, é necessário assegurar uma gestão eficaz, apoiar os comerciantes, promover a participação da comunidade e desenvolver iniciativas que mantenham o espaço atrativo ao longo do tempo. A articulação entre os municípios, os agentes económicos e os cidadãos permitem identificar necessidades, aproveitar oportunidades e encontrar soluções ajustadas à realidade de cada local. Sem uma estratégia de continuidade, mesmo um edifício renovado pode ter dificuldade em recuperar a sua importância na vida quotidiana.

---

### **... investir nos mercados é também investir no futuro das cidades?**

Ao reunir património, comércio, sustentabilidade e convivência, os mercados municipais podem desempenhar um papel estratégico na construção de cidades mais dinâmicas, inclusivas e próximas das pessoas. A sua valorização ajuda a preservar a identidade dos lugares, a apoiar a economia local e a reforçar a utilização dos espaços públicos. Mais do que recuperar edifícios, regenerar mercados significa criar condições para que continuem a ser lugares vivos, capazes de responder aos desafios atuais sem perder as características que os tornam únicos. Porque uma cidade mais forte constrói-se também a partir dos seus espaços de encontro, das suas tradições e das pessoas que lhes dão vida.

# Ensino sem Fronteiras

**"Portugal na rota internacional da educação, do talento e do conhecimento"**

Num mundo cada vez mais global, a educação assume um papel determinante na preparação das novas gerações para um futuro sem fronteiras. A forma como aprendemos, comunicamos e nos relacionamos com diferentes culturas está a mudar, e também as famílias procuram respostas educativas capazes de acompanhar esta transformação.

É neste contexto que o ensino internacional e bilingue tem vindo a ganhar uma presença cada vez mais relevante em Portugal, oferecendo aos alunos a oportunidade de crescer num ambiente multicultural, aprender diferentes línguas desde cedo e desenvolver competências que vão muito além da sala de aula.

Aprender numa segunda língua desde os primeiros anos pode representar uma vantagem significativa, não apenas no domínio linguístico, mas também na capacidade de comunicação, adaptação e compreensão de diferentes perspetivas. Num contexto internacional, o aluno é naturalmente exposto a outras culturas, formas de pensar e experiências, desenvolvendo uma maior abertura e consciência do mundo que o rodeia.

Portugal tem vindo, igualmente, a afirmar-se como um destino cada vez mais atrativo para famílias internacionais, estudantes estrangeiros e comunidades com uma forte mobilidade global. A crescente presença de escolas internacionais em diferentes regiões do país acompanha esta realidade e contribui para a diversificação da oferta educativa.

A escolha de uma escola internacional ou bilingue representa um desafio para as famílias: compreender os diferentes currículos, metodologias e percursos académicos disponíveis, avaliar as condições oferecidas e perceber qual o projeto educativo que melhor corresponde às necessidades e expectativas de cada criança ou jovem.

É precisamente essa diversidade que torna o panorama do ensino internacional em Portugal tão interessante. Existem diferentes abordagens, diferentes comunidades escolares e diferentes formas de preparar os alunos para o futuro. Em comum está uma ideia cada vez mais presente: educar para um mundo que não conhece fronteiras.

Porque investir na educação é, em última análise, investir no futuro. E proporcionar às novas gerações uma formação internacional, o domínio de diferentes línguas e uma visão aberta sobre o mundo pode ser uma das ferramentas mais importantes para enfrentar os desafios de amanhã.

Neste especial, a Mais Magazine dá a conhecer algumas das escolas e instituições que fazem parte deste universo, os seus projetos educativos, metodologias e propostas, mas também as tendências que estão a marcar o ensino internacional e bilingue em Portugal.



“Ingressar no Ensino Superior é muito mais do que iniciar um novo ciclo de estudos. É abrir uma porta à descoberta académica, social e cultural.”

*Fernando Alexandre, Ministro da Educação, Ciência e Inovação*

# Education Without Borders

## "Portugal on the international map of education, talent and knowledge"

In an increasingly globalised world, education plays a decisive role in preparing new generations for a future without borders. The way we learn, communicate and interact with different cultures is changing, and families are also seeking educational solutions that can keep pace with this transformation.

It is in this context that international and bilingual education has been gaining increasing prominence in Portugal, offering students the opportunity to grow up in a multicultural environment, learn different languages from an early age and develop skills that extend far beyond the classroom.

Learning a second language from the earliest years can be a significant advantage, not only in terms of linguistic proficiency, but also in the ability to communicate, adapt and understand different perspectives. In an international environment, students are naturally exposed to other cultures, ways of thinking and experiences, fostering greater open-mindedness and a deeper awareness of the world around them.

Portugal, too, has been establishing itself as an increasingly attractive destination for international families, foreign students and communities characterised by a high degree of global mobility. The growing presence of international schools across different regions of the country reflects this reality and contributes to a more diverse educational landscape.

Choosing an international or bilingual school presents families with a challenge: understanding the different curricula, teaching methodologies and academic pathways available, assessing the facilities and opportunities offered, and identifying the educational approach that best meets the needs and expectations of each child or young person.

It is precisely this diversity that makes the international education landscape in Portugal so interesting. There are different approaches, different school communities and different ways of preparing students for the future. Yet they share an increasingly relevant principle: educating for a world without borders.

Because investing in education ultimately means investing in the future. Providing younger generations with an international education, proficiency in different languages and an open-minded perspective on the world may be one of the most valuable tools for meeting the challenges of tomorrow.

In this special feature, Mais Magazine introduces some of the schools and institutions that form part of this landscape, exploring their educational projects, teaching methodologies and offerings, as well as the trends shaping international and bilingual education in Portugal.

"Entering higher education is about much more than embarking on a new phase of study. It is about opening the door to academic, social and cultural discovery."

*Fernando Alexandre, Minister of Education, Science and Innovation*



## Sabia que?

### ... aprender duas línguas pode começar muito antes das primeiras aulas formais de Inglês?

A aprendizagem de línguas pode iniciar-se desde os primeiros anos de vida, através de brincadeiras, canções e histórias. No ensino bilingue, as crianças não aprendem apenas uma segunda língua como disciplina: utilizam-na também em diferentes contextos de aprendizagem. Esta abordagem permite desenvolver competências de comunicação e familiarizar-se progressivamente com novas formas de expressão.

### ... em algumas escolas portuguesas, os alunos aprendem matérias escolares também em Inglês?

O ensino bilingue vai além das aulas tradicionais de língua estrangeira. A metodologia CLIL (Content and Language Integrated Learning) combina a aprendizagem de conteúdos curriculares com o desenvolvimento linguístico. Ao estudarem temas relacionados com a natureza, a sociedade ou o ambiente em Inglês, os alunos aprendem a utilizar a língua para compreender conceitos, realizar atividades e comunicar ideias.

### ... o ensino bilingue pode desenvolver competências para além do domínio das línguas?

Quando bem planeado, permite trabalhar a comunicação, a compreensão de conceitos, o pensamento crítico e a resolução de problemas. A utilização de uma língua adicional na aprendizagem incentiva os alunos a interpretar informação e a expressar ideias em diferentes contextos. O sucesso desta abordagem depende também da preparação dos professores, dos recursos disponíveis e do acompanhamento das aprendizagens.

## Did You Know?

### ... learning two languages can begin long before formal English lessons start?

Language learning can begin in early childhood through games, songs and stories. In bilingual education, children do not simply study a second language as a separate subject; they also use it in different learning contexts. This approach helps develop communication skills and gradually familiarises pupils with new ways of expressing themselves.

### ... in some Portuguese schools, pupils learn school subjects in English as well?

Bilingual education goes beyond traditional foreign language lessons. The CLIL approach (Content and Language Integrated Learning) combines curriculum learning with language development. By studying topics related to nature, society or the environment in English, pupils learn to use the language to understand concepts, carry out activities and communicate ideas.

### ... bilingual education can develop skills beyond language proficiency?

When carefully planned, bilingual education helps develop communication, conceptual understanding, critical thinking and problem-solving skills. Using an additional language for learning encourages pupils to interpret information and express ideas in different contexts. Success also depends on teacher preparation, available resources and the effective monitoring of pupils' progress.

# mais magazine

Caderno Ensino sem Fronteiras



**CAISL: Um lugar  
onde todos pertencem**



## 3, 4, 5 – Early Childhood e Kindergarten na CAISL

### Um mundo de descobertas para crianças curiosas, independentes e confiantes

**Na Carlucci American International School of Lisbon (CAISL), os programas de Early Childhood (3 e 4 anos) e Kindergarten (5 anos) acolhem crianças num ambiente de aprendizagem multicultural, onde brincar, explorar, comunicar e criar relações estão no centro de cada dia de aulas. Enquanto comunidade educativa centrada no aluno, o foco está no desenvolvimento da linguagem, independência, competências socio-emocionais, e em cultivar a curiosidade natural e gosto pela aprendizagem.**

O nosso programa “promove o desenvolvimento através da brincadeira, incentivando a autonomia e a curiosidade num ambiente seguro e acolhedor. As crianças interagem e colaboram com os seus colegas e com os adultos, promovendo o seu desenvolvimento social e cognitivo”, explica Leslie Selberg, subdiretora do ensino primário da CAISL.

#### **Brincar para Aprender**

O currículo da CAISL assenta no instinto de brincar das crianças, indo ao encontro dos seus interesses e curiosidade, enquanto desenvolve formas mais complexas de pensamento, comunicação e competências sociais num ambiente de aprendizagem seguro. As turmas têm um máximo de 20 alunos e contam com dois professores em sala. Este rácio de 10 para um permite um acompanhamento próximo de cada criança

e, ao mesmo tempo, um ambiente rico em diferentes culturas, personalidades e interesses.

O inglês é a principal língua de ensino para todos os alunos, quer fluentes, quer ainda a adquirir a língua. As crianças desenvolvem a língua naturalmente durante o dia, através de histórias que ouvem e recontam, ao partilhar as suas experiências com a turma, ao participar em atividades de dramatização e ao começar a reconhecer as letras e sons.

A aprendizagem continua fora da sala de aula. As crianças visitam semanalmente a biblioteca da escola, onde trabalham com os seus professores e com uma bibliotecária especializada. Livros coloridos e cuidadosamente selecionados encontram-se ao alcance das crianças, convidando-as a explorar, escolher e começar a criar a sua própria relação com os livros.

A biblioteca continua disponível depois do horário escolar, encorajando pais e filhos a explorem juntos a nossa coleção de livros em inglês, português, e outras línguas, a participar na hora da história em família, ou em *workshops* com convidados especiais.

#### **Crescer com várias línguas**

O português também faz parte do dia a dia na CAISL. As crianças têm contacto com o idioma através de histórias, dramatizações, movimento, arte, canções e jogos tradicionais.

Para crianças que crescem numa comunidade internacional, o contacto com diferentes línguas e culturas representa muito mais do que aprender novo vocabulário. Ajuda-as a comunicar com pessoas diferentes, a ouvir os outros e a descobrir novas formas de ver o mundo.



A investigação confirma a importância destas experiências desde os primeiros anos. A UNESCO identifica a primeira infância como um período fundamental para o desenvolvimento da linguagem e salienta que as competências linguísticas são importantes indicadores de resultados futuros em áreas como a leitura, a matemática e as competências sociais.

#### Das histórias à leitura e à escrita

No Kindergarten, por volta dos cinco anos, as crianças começam a trabalhar diariamente a fonética com um currículo desenhado para construir os fundamentos da leitura e consciência fonética, relação entre letras e sons, descodificação gráfica e reconhecimento de palavras.

Esta introdução prévia à literacia oferece aos alunos da CAISL uma vantagem para

o início da escolaridade, ao começar o Grade 1 (1º ano) com bases sólidas em leitura e escrita. Em vez de começarem o seu caminho na literacia no 1º ano, os alunos vão aprofundar os conhecimentos e a confiança já adquirida no Kindergarten.

#### Exploradores ativos

Ao longo do *Early Childhood* e do *Kindergarten*, as crianças exploram Matemática, Ciências e Estudos Sociais de formas adequadas à sua fase de desenvolvimento. Contam, comparam, reconhecem padrões e formas, investigam o mundo à sua volta, fazem perguntas, experimentam e começam a resolver problemas relacionados com situações do dia a dia.

A Educação Física, as Artes e a Música integram a vida escolar e são ensinadas



por professores especialistas. As crianças mexem-se, criam, cantam, colaboram e descobrem novas formas de se expressarem. As oportunidades para partilhar o que aprendem com os pais e professores tornam estas experiências ainda mais significativas.

A aprendizagem expande-se para lá da escola: os alunos participam em visitas de estudo a quintas, áreas naturais, monumentos, ou outros locais relevantes para o currículo e a comunidade escolar, o que lhes permite relacionar conteúdos a experiências autênticas.

#### Prontos para os próximos desafios

Na educação dos primeiros anos, tão importante como aquilo que as crianças aprendem é a forma como se sentem em relação à aprendizagem.

Quer continuem o seu percurso na CAISL, quer mais tarde ingressem noutra escola ou sistema de ensino, queremos que as crianças terminem estes primeiros anos com curiosidade para fazer perguntas, confiança para experimentar, autonomia para dar o passo seguinte e coragem para descobrir algo novo.

Porque começar bem não significa chegar mais depressa. Significa construir bases sólidas para continuar a aprender durante toda a vida. 





## Early Childhood and Kindergarten at CAISL A Bright Start for Curious, Independent, and Courageous Learners

**The Carlucci American International School of Lisbon (CAISL) Early Childhood and Kindergarten program welcomes children ages three to six into an international learning environment where play, exploration, language, and relationships are at the heart of every day. CAISL is a student centered educational community where children develop language, independence, social-emotional skills, and a natural curiosity and love of learning.**



“Our program fosters growth through play, encouraging independence and curiosity in a nurturing and safe environment. Students engage in collaborative interactions with both peers and adults, promoting social and cognitive development,” elaborates Leslie Selberg, CAISL’s Elementary Principal.

### **Learning Through Play**

A play-based curriculum builds on children’s interests and natural curiosity while developing increasingly sophisticated thinking, communication, and social skills in a safe learning environment. Our classes have a maximum of 20 students and two homeroom teachers. The 10 to 1 student to teacher ratio, allows for both close attention from educators, and a class setting rich in different cultures, personalities, and interests.



Instruction is in English, where fluent speakers and English language learners develop language naturally throughout the day in listening and responding to stories, sharing their own experiences, engaging in dramatic play, participating in conversations, and beginning to recognize letters and the sounds.

Learning extends beyond the classroom. Children visit weekly CAISL's Early Childhood Library, where they work with their teachers and a specialist librarian. Colorful, carefully selected books are displayed at children's height, inviting them to browse, choose, and begin developing a relationship with books of their own.

Families are encouraged to visit the library after school to explore our collection of English, Portuguese and other language books, participate in family story time, check out books in parent library accounts, and enjoy special workshops and guest speakers.

#### Growing Up with Languages

Portuguese is part of everyday life at CAISL. Languages are experienced through stories, dramatic play, movement, art, songs, and traditional games.

For children growing up in an international community, exposure to different languages and cultures is about more than vocabulary. It encourages them to communicate across differences, listen to others, and see the world from different perspectives.



Research supports the importance of these early experiences. UNESCO identifies the early years as a critical period for language development and notes that language skills are strong predictors of later outcomes in areas including reading, mathematics, and social skills.

#### From Stories to Reading and Writing

By Kindergarten, at around age five, children begin daily systematic phonics instruction, designed to build foundational reading skills through phonemic awareness, letter-sound relationships, decoding, encoding, and word recognition.

This early introduction to formal literacy instruction gives CAISL students a significant head start, allowing them to enter Grade 1 already equipped with foundational reading and writing skills. Rather than beginning their literacy journey in Grade 1, students are ready to build upon the knowledge, skills, and confidence developed throughout Kindergarten.

#### Exploring a Bigger World

Throughout Early Childhood and Kindergarten, children explore mathematics, science, and social studies in developmentally appropriate ways. They count, compare, recognize patterns and shapes, investigate

the world around them, ask questions, experiment, and begin solving real-world problems.

Physical Education, Art, and Music are an integral part of the instructional day taught by certified specialists. Children move, create, sing, collaborate, and discover new ways of expressing themselves. Opportunities to share their learning with parents and teachers make these experiences even more meaningful.

Learning extends beyond the four walls. Students participate in field trips to farms and nearby natural areas, museums, monuments, and important places in our community. Fostered community connections provide authentic learning experiences.

#### Ready for What Comes Next

Perhaps one of the greatest gifts of a strong early childhood education is not simply what children know when they leave it, but how they feel about learning.

Whether they continue at CAISL or later move to another school or educational system, our goal is for children to leave these early years curious enough to ask questions, confident enough to try, independent enough to take the next step, and courageous enough to discover something new.

Because a bright start is not about getting ahead. It is about building the foundations for a lifetime of learning.

**CAISL – Carlucci American International School of Lisbon, est. 1956**

**Ages: 3 years old through Grade 12**

American High School Diploma & IB Diploma

HSDP & IBDP results consistently above global average

[www.caislisbon.org](http://www.caislisbon.org) • Instagram: [cais\\_lisbon](https://www.instagram.com/cais_lisbon) • [info@caislisbon.org](mailto:info@caislisbon.org)





## ***Queen Elizabeth’s School – Fundação Denise Lester: 91 ANOS A CONSTRUIR PONTES ENTRE A CULTURA PORTUGUESA E BRITÂNICA***

**Prestes a celebrar 91 anos, a Queen Elizabeth’s School distingue-se pelo ensino bilingue português-inglês desde os primeiros anos de vida. Maria da Conceição de Oliveira Martins, Presidente do Conselho de Administração e Membro da Direção Colegial da Fundação Denise Lester, destaca a importância de conciliar tradição e inovação, colocando a inclusão, o respeito pela diferença e a formação humana no centro do projeto educativo.**

**O que distingue o modelo educativo da Queen Elizabeth’s School, particularmente no ensino bilingue?**

Esta escola aposta na Educação Pré-Escolar e na valência da Creche, utilizando um sistema de imersão parcial em Inglês, no qual os professores de Inglês e os educadores trabalham em conjunto na sala de aula. Este modelo permite articular as duas línguas, abordando diferentes temas transversais e que fazem parte das orientações pedagógicas para estes níveis de ensino. São utilizados livros de editores portugueses e britânicos para dar a conhecer as tradições, a história e a cultura destes dois países. Para o 1º ciclo do ensino básico é lecionado o currículo oficial português, a par do programa bilingue da Universidade de Cambridge através do programa Cambridge International Education e da Cambridge English, utilizando a metodologia do CLIL – Content and Language Integrated Learning (Aprendizagem Integrada de Conteúdos e de Língua - AICL).

**Quais são os benefícios da aprendizagem simultânea de duas línguas desde a infância?**

A exposição a duas línguas alarga o vocabulário das crianças e estimula a sua flexibilidade mental. Ao contactarem com estruturas e regras gramaticais diferentes percebem que nem todas as línguas pertencem à mesma família linguística. Nos primeiros anos, é natural que misturem português e inglês, mas, à medida que desenvolvem a

capacidade de abstração, aprendem a distinguir as regras gramaticais de cada língua. Esta elasticidade mental facilita a aprendizagem de outros idiomas na idade adulta. Na nossa escola, a aprendizagem bilingue começa na Creche e tem um dos seus momentos altos no 4.º ano de escolaridade, com uma viagem de estudo ao Reino Unido, que permite consolidar conhecimentos linguísticos e contactar diretamente com a cultura britânica.

**Como concilia a escola a tradição com as exigências educativas atuais?**

Em novembro, celebramos 91 anos de existência. Queremos preservar as tradições portuguesas e inglesas e manter os ideais e projeto educativo da fundadora desta escola Miss Denise Lester, O.B.E. alicerçado nos princípios de humanismo cristão, acompanhando a evolução dos sistemas educativos dos dois países, apostando em novas metodologias pedagógicas. A tradição deve caminhar lado a lado com a aprendizagem ao longo da vida e com a capacidade de adaptação aos novos desafios da sociedade da informação e do conhecimento.

**Que importância assume a inclusão no projeto educativo?**

A inclusão, a defesa dos direitos da criança e dos direitos humanos sempre fizeram parte da identidade do colégio. Recebemos alunos de diferentes nacionalidades e religiões, procurando integrá-los e respeitar as suas

diferenças culturais, garantindo que cada criança se sinta bem e acolhida.

**Que desafios se colocam hoje à formação pessoal e social das crianças?**

As crianças estão expostas a muita informação desde cedo, o que exige um acompanhamento próximo da escola e da família. Questões como a aparência física, a alimentação e o bom desempenho escolar começam a ganhar importância em idades cada vez mais precoces, podendo afetar a autoestima. Também os fenómenos de bullying exigem uma atenção crescente. Procuramos inculcar valores como a generosidade, o voluntariado, a compreensão e a empatia, ensinando as crianças a colocarem-se no lugar do outro. Para isso, é essencial uma relação de confiança e transparência entre a escola e as famílias.





# ***Queen Elizabeth's School – Denise Lester Foundation*** ***91 YEARS OF BUILDING BRIDGES BETWEEN*** ***PORTUGUESE AND BRITISH CULTURE***

**As Queen Elizabeth's School prepares to celebrate its 91st anniversary, it stands out for its Portuguese-English bilingual education from the earliest years of childhood. Maria da Conceição de Oliveira Martins, Chair of the Board of Trustees and Member of the Collegiate Board of the Denise Lester Foundation, highlights the importance of balancing tradition and innovation, placing inclusion, respect for diversity and personal development at the heart of the school's educational ethos.**

**What distinguishes Queen Elizabeth's School's educational model, particularly its bilingual approach?**

The school focuses on pre-school education and nursery provision, using a partial immersion approach to English in which English teachers and early years educators work together in the classroom. This model enables the two languages to be integrated through a range of cross-curricular themes that form part of the pedagogical guidelines for these educational stages.

Books published by Portuguese and British publishers are used to introduce children to the traditions, history and culture of both countries. At primary level, pupils follow the official Portuguese curriculum alongside the University of Cambridge's bilingual programme, through Cambridge International Education and Cambridge English, using the CLIL methodology – Content and Language Integrated Learning.

**What are the benefits of learning two languages simultaneously from an early age?**

Exposure to two languages broadens children's vocabulary and stimulates their mental flexibility. By encountering different grammatical structures and rules, they begin to understand that not all languages belong to the same language family. In the early years, it is natural for children to mix Portuguese and English; however, as their capacity for abstract thinking develops, they learn to distinguish between the grammatical rules of each language. This mental flexibility facilitates the learning of other languages in adulthood.

At our school, bilingual learning begins in the nursery and reaches one of its highlights in Year 4, when pupils take part in an educational trip to the United Kingdom. This experience enables them

to consolidate their language skills and engage directly with British culture.

**How does the school balance tradition with the demands of contemporary education?**

In November, we will celebrate 91 years of history. We aim to preserve Portuguese and British traditions and uphold the ideals and educational vision of the school's founder, Miss Denise Lester, O.B.E., which are rooted in the principles of Christian humanism. At the same time, we keep pace with developments in the education systems of both countries and embrace new teaching methodologies.

Tradition must go hand in hand with lifelong learning and the ability to adapt to the evolving challenges of the information and knowledge society.

**How important is inclusion within the school's educational ethos?**

Inclusion, the protection of children's rights and the promotion of human rights have always been integral to the school's identity. We welcome pupils of different nationalities and religious backgrounds, seeking to integrate them into the school community while respecting their cultural differences and ensuring that every child feels comfortable and welcome.

**What challenges do children face today in their personal and social development?**

Children are exposed to vast amounts of information from an early age, making close support from both school and family essential. Issues such as physical appearance, diet and academic performance are becoming important at increasingly young ages and can affect children's self-esteem. Bullying is another issue that requires growing attention.



We seek to instil values such as generosity, volunteering, understanding and empathy, teaching children to put themselves in other people's shoes. To achieve this, a relationship of trust and transparency between the school and families is essential.🌈



[www.qes.pt](http://www.qes.pt)

## Sabia que?

### **... o ensino internacional não é exatamente o mesmo que o ensino bilingue?**

Embora possam estar relacionados, os dois modelos são distintos. O ensino bilingue utiliza duas línguas no processo de aprendizagem e pode seguir o currículo português. O ensino internacional está frequentemente associado a programas ou currículos concebidos para contextos internacionais, podendo proporcionar qualificações reconhecidas noutros países. A escolha depende do percurso académico pretendido e das necessidades de cada aluno.

### **... aprender uma língua estrangeira pode ajudar a compreender outras culturas?**

O contacto regular com diferentes línguas abre portas a novas formas de pensar, comunicar e interpretar o mundo. Projetos colaborativos, literatura internacional e atividades culturais permitem conhecer perspetivas distintas, reconhecer diferenças e descobrir pontos em comum entre comunidades. Estas experiências podem desenvolver a empatia, a consciência intercultural e a capacidade de trabalhar com pessoas de diferentes origens.

### **... estudar num ambiente internacional pode facilitar a preparação para percursos académicos no estrangeiro?**

A experiência em ambientes internacionais pode ajudar os alunos a familiarizarem-se com diferentes metodologias de ensino, formas de avaliação e contextos culturais. O domínio de línguas estrangeiras e a capacidade de compreender diferentes perspetivas podem ser vantagens no acesso a instituições internacionais. Contudo, o reconhecimento das qualificações depende do programa frequentado e dos requisitos da instituição de destino.

## Did You Know?

### **... international education is not exactly the same as bilingual education?**

Although they can be related, the two models are different. Bilingual education uses two languages in the learning process and may follow the Portuguese national curriculum. International education is often associated with programmes or curricula designed for international contexts and may offer qualifications recognised in other countries. The right choice depends on the intended academic pathway and each pupil's needs.

### **... learning a foreign language can help pupils understand other cultures?**

Regular exposure to different languages opens the door to new ways of thinking, communicating and interpreting the world. Collaborative projects, international literature and cultural activities allow pupils to explore different perspectives, recognise differences and discover common ground between communities. These experiences can develop empathy, intercultural awareness and the ability to work with people from different backgrounds.

### **... studying in an international environment can help pupils prepare for academic pathways abroad?**

Learning in international environments can help pupils become familiar with different teaching methods, assessment systems and cultural contexts. Foreign language proficiency and the ability to understand different perspectives can be valuable when applying to international institutions. However, the recognition of qualifications depends on the programme completed and the requirements of the destination institution.

# Ensino Católico em Portugal

**“Foco na identidade e valores sem deixar de acompanhar o futuro”**

**“A Escola Católica constitui um dom para a Igreja, um serviço à educação e um contributo valioso para a construção do bem comum”**

Num tempo marcado por rápidas transformações culturais, tecnológicas e sociais, mas que, por outro lado, parece impor uma homogeneidade de modelos e práticas, importa reconhecer que a Escola Católica não se constitui como uma realidade homogênea. Pelo contrário, afirma-se, desde sempre, como uma rica pluralidade de carismas, tradições pedagógicas e projetos educativos. Esta diversidade, longe de representar fragmentação, é expressão da fecundidade de uma mesma missão. Como recorda São Paulo, “há diversidade de dons, mas o Espírito é o mesmo” (1 Cor 12,4). Na multiplicidade das suas expressões, a Escola Católica constitui um dom para a Igreja, um serviço à educação e um contributo valioso para a construção do bem comum.

A sua história e tradição, longe de representar algo ultrapassado, assume, cada vez mais, uma originalidade que reside na proposta de uma educação integral da pessoa. Numa época em que muitos discursos educativos tendem a reduzir a formação a competências, desempenhos ou resultados mensuráveis, a tradição educativa católica continua a afirmar uma visão antropológica na qual cada pessoa é reconhecida como única, irrepetível e portadora de uma dignidade que não depende da sua utilidade, rendimento ou condição social. Esta convicção, profundamente enraizada na tradição cristã e reiterada por documentos recentes do Magistério da Igreja, revela-se hoje surpreendentemente inovadora e atual.

A título de exemplo, o recente Simpósio A Educação e a Escola em Portugal: Traçar mapas educativos para uma Magnífica Humanização, realizado em Fátima, reafirmou, de forma vinculada e convicta, a educação como, antes de tudo, uma tarefa de humanização. Aos vetores do Pacto Educativo Global, o Santo Padre acrescentou quatro referências particularmente significativas para a educação cristã: interioridade, unidade, amor e verdade. Num mundo frequentemente fragmentado, estas dimensões reenviam-nos para uma compreensão integral do ser humano e para a necessidade de educar não apenas para o saber, mas também para o sentido, para a relação e para a esperança.

Neste contexto, a Escola Católica enfrenta desafios particularmente exigentes. O primeiro é o da inteligência artificial. A questão decisiva já não é tecnológica, mas antropológica: que humanidade queremos preservar e promover numa era em que as máquinas reproduzem um número crescente de tarefas cognitivas? A Escola Católica é chamada a acolher a inovação sem ingenuidade nem medo, recordando que a consciência moral, a liberdade, a criatividade, a compaixão e a procura de sentido permanecem irredutivelmente humanas.

O segundo desafio é o crescimento dos identitarismos e das polarizações culturais. Perante a tentação de transformar a identidade em instrumento de exclusão, a Escola Católica propõe uma identidade sólida e dialogante. Sabe que só quem conhece as suas raízes é capaz de construir pontes e encontrar o outro sem receio.

No seu muito recente discurso à UNESCO, Leão XIV recordou que a cultura e a educação só cumprem plenamente a sua missão quando colocam a pessoa humana no centro e promovem o seu desenvolvimento integral. É também esta a vocação da Escola Católica. Por isso, perante os desafios do presente, continua a oferecer um contributo insubstituível: ajudar a formar pessoas livres, competentes, solidárias e espiritualmente conscientes, capazes de construir aquilo que o Papa designa como uma verdadeira e necessária “magnífica humanidade”. Não apenas para o futuro da Igreja ou da educação, mas para o futuro da própria sociedade.



Filipe Barbosa, Presidente da Mesa da Assembleia Geral da APEC





Colégio Santa Teresa de Jesus, Santo Tirso

# Crescer sem perder a identidade

**São já oito escolas de norte a sul do país. A MB Education afirma-se como uma referência no ensino em Portugal, reunindo diferentes projetos educativos e preservando a identidade de cada escola. Em entrevista, Manuel Mexia, CEO, e Fernando Fidalgo, Diretor Pedagógico Nacional, explicam as características de um modelo de ensino diferenciado.**

A MB Education integra hoje diferentes escolas, de Braga a Lisboa. Como se constrói um grupo educativo preservando a identidade de cada escola?

**Manuel Mexia (MM):** Quando uma escola entra no grupo, traz consigo uma história e uma comunidade. Muitas trazem também um carisma deixado por quem as fundou. O Externato São Miguel Arcanjo, em Lisboa, nasceu da obra das Irmãs Servas da Sagrada Família. O Colégio Santa Teresa de Jesus, em Santo Tirso, nasce de mais de um século de presença das Irmãs Teresianas na cidade. Os Colégios João Paulo II, em Braga, têm no próprio nome uma referência que diz muito sobre aquilo que queremos ser. Isto não se apaga, nem seria correto tentar.

O nosso trabalho é garantir que cada escola tem condições para continuar e para continuar melhor, através de investimento, gestão profissional e uma visão a longo prazo. Hoje somos oito escolas, de Braga a Lisboa, com mais de 500 colaboradores e capacidade para mais de 4.000 alunos. Essa dimensão permite-nos fazer o que, sozinha, cada escola dificilmente conseguiria.

**Fernando Fidalgo (FF):** Construir um grupo não é tornar todas as escolas iguais. A maioria tem uma identidade explicitamente católica; outras não são confessionais e têm a sua própria história, que respeitamos. Há, contudo, uma conceção



Manuel Mexia - CEO



Fernando Fidalgo - Diretor Pedagógico Nacional

da educação que nos une: cada aluno é uma pessoa única, com dignidade, liberdade e responsabilidade, e nunca apenas um resultado académico.

## O que distingue, então, a proposta educativa da MB Education?

**MM:** Estamos a desenvolver um modelo educativo próprio e diferenciador, que será introduzido progressivamente, escola a escola, sempre dentro das orientações do Ministério da Educação. O currículo nacional é a base, à qual acrescentamos aquilo que consideramos essencial para formar uma pessoa por inteiro.

Esse modelo parte de uma conceção da pessoa marcada pelos valores cristãos e, nas nossas escolas católicas, pela tradição que lhes é própria: dignidade, procura da verdade, serviço aos outros, responsabilidade e liberdade. Não queremos que estes valores fiquem fechados numa disciplina. Têm de se notar no recreio, na forma como um professor fala com um aluno e na relação da escola com as famílias.

Acredito que a sociedade de amanhã está hoje sentada nas nossas salas de aula. Se queremos um país mais justo e humano, o trabalho começa ali.



Colégio João Paulo II, Braga

**FF:** O desafio pedagógico é transformar essa visão numa experiência concreta. A exigência académica e o domínio sólido do conhecimento são fundamentais, mas educar é também pensar nas experiências que proporcionamos, no acompanhamento de cada aluno, na cultura, no desporto, no serviço aos outros e nas relações que se constroem dentro da escola.

#### Que papel têm os professores nessa visão?

**FF:** Central. Nenhuma escola será melhor do que as pessoas que todos os dias estão com os alunos. Procuramos professores cientificamente competentes e pedagogicamente exigentes, mas também responsáveis, capazes de trabalhar em equipa e conscientes de que educam pela forma como ensinam, falam, escutam, cumprem a palavra e tratam os outros. Um professor ensina também pela pessoa que é diante dos seus alunos.

#### Num mundo marcado pela inteligência artificial, que capacidades se tornam ainda mais importantes nos alunos?

**FF:** Alunos com conhecimentos sólidos, pensamento crítico, autonomia e discernimento. A escola não pode ignorar a inteligência artificial nem simplesmente proibi-la. Tem de ensinar os alunos a utilizá-la com inteligência e responsabilidade. Queremos jovens capazes de pensar melhor com máquinas cada vez mais inteligentes e, sobretudo, de continuar a pensar por si próprios.

#### A internacionalização é também uma aposta da MB Education. O que significa concretamente?

**MM:** É uma aposta, mas não significa transformar todas as nossas escolas em escolas internacionais. A maioria das famílias escolhe-nos por um projeto educativo português, sólido e exigente, e é aí que está o centro do que fazemos.

Para as famílias para quem a dimensão internacional faz parte da vida, temos, em algumas escolas, currículos internacionais reconhecidos. Para todos os outros alunos, importa saber bem línguas e estar aberto ao mundo. Uma identidade clara ajuda: quem sabe de onde vem está melhor preparado para ir para qualquer lado.

**FF:** Na João Paulo II International School, em Braga, temos o Cambridge IGCSE e o International Baccalaureate Diploma Programme. Mas internacionalizar é mais do que um currículo. É dominar línguas, conhecer outras culturas e compreender diferentes perspetivas, sem deixar de saber quem somos e de onde vim.

#### Depois de um período de crescimento, qual é agora a principal ambição da MB Education?

**MM:** Vamos continuar a crescer quando surgirem projetos com os quais tenhamos verdadeira afinidade. Mas crescer só por crescer não nos interessa. Agora, o foco é consolidar e subir a qualidade.

Queremos também contribuir para o desenvolvimento do setor e valorizar

quem nele trabalha. Uma escola vale o que valem as pessoas que lá estão todos os dias, professores e não docentes, profissões que nem sempre têm o reconhecimento que merecem.

Foi por isso que criámos a nossa Academia, dedicada à formação dos colaboradores do grupo. Olhamos para cada pessoa, para o ponto em que está na carreira e para aquilo de que precisa. Valorizar uma carreira passa por investir nela de forma continuada.

Daqui a uns anos, gostava que quem entrasse numa escola do grupo encontrasse exigência, seriedade e uma identidade bem viva. E que no setor se dissesse que trabalhar numa escola MB Education é ter uma carreira com futuro.

**FF:** No final, queremos que essa qualidade seja reconhecida, sobretudo, nas pessoas que os nossos alunos se tornam. Jovens preparados e cultos, mas também livres, responsáveis, solidários e capazes de fazer boas escolhas e de construir uma vida com sentido. Porque é essa a verdadeira medida de uma boa educação. ✨

## U.Porto lidera notas de entrada no Ensino Superior na 2.ª fase

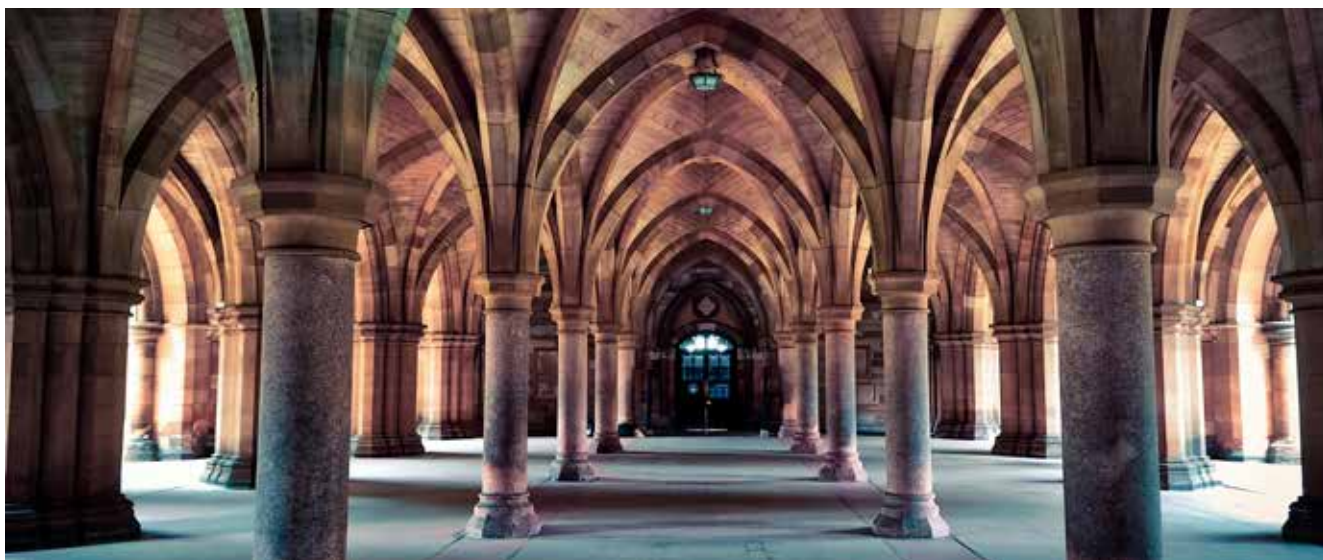
A Universidade do Porto (U.Porto) volta a destacar-se no acesso ao Ensino Superior, com cinco cursos entre os dez com as notas de entrada mais elevadas na 2.ª fase do Concurso Nacional de Acesso 2026/2027. Engenharia Aeroespacial, da Faculdade de Engenharia da Universidade do Porto (FEUP), regista a nota do último colocado mais alta a nível nacional, com 196,8 pontos, à semelhança do que já tinha acontecido na 1.ª fase. Seguem-se, entre os cursos da instituição presentes neste grupo, Engenharia Mecânica, com 189,3 pontos, Bioengenharia

e Medicina Dentária, ambas com 188,8 pontos, e Desenho, com 188,3 pontos.

Nesta segunda fase, foram colocados 439 estudantes em 60 dos 62 cursos de licenciatura e mestrado integrado da U.Porto. Entre os cursos com maior número de colocações, destaca-se Enfermagem, da Escola Superior de Enfermagem do Porto, com 32 estudantes, seguindo-se Ciências Farmacêuticas, com 24, Biologia, com 21, Ciências da Educação, com 19, e Direito, com 18. Também se registaram colocações em Sociologia (17), Filosofia (16), Ciências da Nutrição

(15) e História da Arte (13).

Depois de ter preenchido 5.064 vagas na primeira fase, a Universidade do Porto disponibilizou nesta etapa vagas que tinham ficado por ocupar ou que foram libertadas na sequência da falta de matrícula de candidatos colocados e da recolocação de estudantes noutras instituições ou cursos. No final da segunda fase, ficaram por preencher apenas 30 vagas, distribuídas pelas licenciaturas em Geologia (17) e Química (13), acessíveis na terceira fase do concurso.



## Universidade de Coimbra coordena rede nacional para promover uso responsável da inteligência artificial no Ensino Superior

A Universidade de Coimbra (UC) vai coordenar a DEFIA Portugal Network, uma rede nacional que reúne a maioria das instituições de Ensino Superior portuguesas, com o objetivo de promover a utilização responsável e sustentável da inteligência artificial (IA). A iniciativa pretende reforçar a literacia e a capacitação em IA de estudantes, docentes, investigadores e pessoal técnico, incentivar a inovação nas práticas de ensino e aprendizagem e aproximar a transforma-

ção digital da sustentabilidade.

Integrada na Digital Education for Impact Alliance (DEFIA), uma aliança internacional presente em mais de 18 países, a rede visa ainda fortalecer a cooperação entre universidades, organismos públicos, empresas e sociedade civil, contribuindo para uma utilização ética da inteligência artificial e para o desenvolvimento sustentável. Segundo a vice-reitora da UC para o Planeamento, a Sustentabilidade e a Qualidade, Patrícia

Pereira da Silva, “a DEFIA Portugal Network pretende não ser apenas um fórum de discussão, mas sim uma rede orientada para a ação, capaz de mobilizar o conhecimento das instituições portuguesas e contribuir para o debate nacional e internacional sobre o papel das universidades na transformação digital e no desenvolvimento de uma IA responsável e orientada para o bem público.”



# Uma educação com identidade e olhos postos no futuro



**Com mais de 50 anos de história, o Colégio de Nossa Senhora da Graça, em Vila Nova de Milfontes, alia a tradição da educação católica à inovação pedagógica, apostando na formação integral dos alunos, na proximidade às famílias e na preparação para os desafios de uma sociedade em constante transformação.**

Preservar a identidade sem deixar de acompanhar a evolução da sociedade é um dos princípios que orientam o Colégio de Nossa Senhora da Graça. Inspirado no legado do arcediago Joaquim Maria Lourenço, o projeto educativo mantém como prioridade o acompanhamento integral das crianças e jovens, valorizando não só o sucesso académico, mas também o desenvolvimento pessoal e social.

A Diretora Pedagógica, Prof.<sup>a</sup> Elizabeth Damásio, recorda que a instituição nasceu de uma resposta às necessidades sociais da época, inicialmente enquanto colónia de férias, mantendo até hoje essa preocupação com a educação e o bem-estar dos alunos. "A educação tem de ter um resultado prático, concreto, tem de ser pensada, tem de ter uma intenção", sublinha. Uma visão que se traduz numa escola aberta à comunidade e atenta a temas como a transição digital, a emergência climática e a multiculturalidade.

O Presidente, Eng.<sup>o</sup> Carlos Bernardino, considera que a longevidade da instituição depende da capacidade de respeitar o legado do fundador e acompanhar a evolução da sociedade. O segredo passa por "estarmos atentos e saber o que a sociedade nos pede", sem ceder a modas ou mudanças precipitadas, mas evoluindo de forma ponderada.

Neste percurso, as famílias assumem um papel essencial. A instituição promove reuniões regulares e mantém uma articulação

próxima com a associação de pais, reforçando o acompanhamento dos alunos.

A abertura estende-se à comunidade local, através da cedência de espaços para reuniões, formações e atividades desportivas, bem como da participação em iniciativas e estruturas municipais. "Nós fazemo-lo por convicção. Porque achamos que é mesmo o melhor para o processo de educação", afirma Carlos Bernardino, sintetizando uma filosofia assente no espírito de missão e de serviço.

A formação integral concretiza-se também através de projetos que promovem a autonomia, a responsabilidade e a solidariedade. As mobilidades europeias do programa Erasmus+ permitem aos alunos do ensino profissional realizar estágios e contactar com outras realidades culturais e profissionais. A participação foi, entretanto, alargada ao ensino escolar, reforçando as oportunidades de aprendizagem e o desenvolvimento de competências.

Paralelamente, o Colégio está a aprofundar a integração da inteligência artificial na educação. Foi criado um gabinete dedicado a esta área, que prepara um projeto experimental para facilitar a leitura dos enunciados dos testes a estudantes com necessidades educativas específicas.

Para Carlos Bernardino, a resposta aos desafios tecnológicos passa, antes de mais, pelo conhecimento: "A melhor forma de dar



resposta aos perigos que possam aparecer é termos conhecimento, usar, experimentar".

A inclusão e o bem-estar assumem igualmente destaque num projeto iniciado este ano letivo, dedicado à saúde mental e à prevenção do bullying. Envolvendo a comunidade escolar, as famílias e uma equipa de psicólogos, a iniciativa procura combater a discriminação e promover a integração, nomeadamente através do desporto e de medidas que reforçam o sentido de pertença.



[www.colegiionsgraca.com.pt](http://www.colegiionsgraca.com.pt)

# **Regresso às Aulas 2026**

**Ensino Superior em Portugal  
– "Um futuro sem fronteiras"**



## **“Este é o caminho que queremos continuar a construir: mais Educação, mais Ciência e mais Inovação”**

Ingressar no Ensino Superior é muito mais do que iniciar um novo ciclo de estudos. É abrir uma porta à descoberta académica, social e cultural.

A Educação é o mais poderoso elevador social de uma sociedade democrática. É com esta convicção que estamos a trabalhar para garantir a igualdade de oportunidades no acesso ao Ensino Superior e criar melhores condições para que mais estudantes ingressem e, sobretudo, tenham sucesso.

O novo Sistema de Ação Social, apresentado em dezembro, foi pensado para ser mais justo e mais adaptado à situação económica de cada família, tendo em conta o custo real de estudar. Para garantir que a falta de recursos financeiros não é um obstáculo ao acesso, será criada uma bolsa adicional de incentivo de 1 045 euros anuais, atribuída ao longo de todo o curso aos alunos do Ensino Secundário beneficiários do escalão A do abono de família.

Contudo, o desafio da qualificação do País não se esgota nos mais jovens. Com a revisão do Regime de Graus e Diplomas, pretendemos valorizar os diplomas de ciclo curto (Cursos Técnicos Superiores Profissionais) e as microcredenciais, preparando o sistema para novos públicos – maiores de 23 anos, trabalhadores-estudantes e pessoas que procuram atualizar conhecimentos ao longo da vida.

O Programa do XXV Governo Constitucional define como objetivo estratégico aumentar para mais de 50% a percentagem de adultos entre os 25 e os 34 anos com diploma de Ensino Superior até 2030. É uma meta ambiciosa, mas necessária para o desenvolvimento do país.

Neste caminho, os Cursos Técnicos Superiores Profissionais podem ter um papel particularmente relevante, sobretudo quando alinhados com as necessidades das regiões e do mercado de trabalho.

A importância do Ensino Superior, na formação dos recursos humanos e na geração de conhecimento e no desenvolvimento dos territórios, está na origem da criação de duas novas universidades: a Universidade de Leiria e do Oeste e a Universidade Técnica do Porto, resultantes da transformação do Instituto Politécnico de Leiria e do Instituto Politécnico do Porto. Trata-se de um sinal importante para o desenvolvimento das regiões onde estas instituições se inserem e para a sua projeção internacional.

Garantir o acesso ao Ensino Superior significa igualmente assegurar condições dignas para quem nele estuda. O Governo está a investir mais de 500 milhões de euros na construção e reabilitação de 135 residências, o que permitirá disponibilizar mais de 11 mil camas adicionais face à capacidade existente antes do PRR.

Este é o caminho que queremos continuar a construir: mais Educação, mais Ciência e mais Inovação. Três pilares essenciais para o futuro de Portugal.

*Fernando Alexandre, Ministro da Educação, Ciência e Inovação*



**REPÚBLICA  
PORTUGUESA**

**EDUCAÇÃO, CIÊNCIA  
E INOVAÇÃO**





# ISEC Lisboa: 35 anos a formar profissionais para os desafios do futuro

**Com três escolas que abrangem áreas tão distintas como a Educação, a Gestão, a Aeronáutica, a Comunicação e as Indústrias Criativas, o Instituto Superior de Educação e Ciências (ISEC Lisboa) aposta numa formação multidisciplinar, alicerçada na inovação pedagógica, na experiência prática e no acompanhamento personalizado dos estudantes. Com uma oferta que integra 15 CTeSP, 13 licenciaturas, oito mestrados e 16 pós-graduações, a instituição mantém uma forte ligação ao tecido empresarial, apoiada por uma rede de mais de 250 empresas parceiras, preparando os estudantes para responder às exigências de um mercado de trabalho em constante transformação.**

No ano em que o Instituto Superior de Educação e Ciências (ISEC Lisboa) celebra 35 anos, celebra-se não só a longevidade da instituição, mas o compromisso com o ensino, a inovação pedagógica, a tecnologia, o rigor e a qualidade académica. Nestes 35 anos, o ISEC Lisboa tem trilhado um caminho de excelência, com especial enfoque na sua diversificada oferta formativa, no corpo docente especializado nas diferentes áreas de formação e na experiência do estudante.

Organizado em três escolas: Escola de Educação e Desenvolvimento Humano, Escola de Gestão, Engenharia e Aeronáutica e a Escola de Comunicação, Artes e Indústrias Criativas, o ISEC Lisboa integra diferentes

áreas do conhecimento, promovendo uma abordagem multidisciplinar que responde às necessidades da sociedade em constante transformação e do mercado de trabalho.

A instituição integra na sua oferta formativa, 15 CTeSP, 13 licenciaturas, 8 mestrados e 16 pós-graduações. Desde Comunicação, Marketing, Educação, Aeronáutica, Proteção Civil e Segurança Comunitária, Visualização de Dados, Tecnologias da Saúde, Hotelaria e Turismo, Design, Ótica e Optometria, Energias Renováveis e Ambiente ou Administração Local, esta diversidade de áreas traduz-se na necessidade de acompanhar a evolução das profissões e responder aos novos desafios sociais, tecnológicos e económicos.

Os diferentes ciclos de estudo articulam-se entre si, proporcionando percursos de formação contínua e progressiva. Esta estrutura permite aos estudantes desenvolver o seu percurso académico de forma integrada, desde os CTeSP às licenciaturas, mestrados e pós-graduações.

Num campus com mais de 3.000 m<sup>2</sup>, no coração de Lisboa, o ISEC Lisboa dispõe de infraestruturas atualizadas como laboratórios, espaços de estudo e convívio, salas de aula, criando assim um equilíbrio entre ensino e lazer. Devido à natureza das áreas técnicas e com exigências específicas, o ISEC Lisboa disponibiliza espaços técnicos que fomentam a aprendizagem prática. Entre estes, a instituição dispõe de uma



Clínica e laboratório de optometria, um laboratório de aeronáutica, uma cozinha e restaurante de aplicação, laboratórios de fotografia e audiovisuais e uma oficina gráfica, onde os estudantes consolidam conhecimentos através de experiências práticas.

A forte ligação ao tecido empresarial constitui um dos pilares diferenciadores do modelo pedagógico do ISEC Lisboa. Os estudantes são, desde cedo, desafiados a contactar com a realidade profissional através de formações práticas, eventos no setor e estágios curriculares incluídos na sua formação académica. Este ecossistema formativo é impulsionado por uma rede de mais de 250 empresas parceiras a nível nacional e internacional.

Aliado à atividade letiva, o ISEC Lisboa oferece a oportunidade aos estudantes de fomentar uma cultura de cidadania ativa, solidariedade e compromisso com a comunidade através de ações e projetos de voluntariado com impacto social e ambiental. E, como a saúde mental e o bem-estar é um dos pilares fundamentais para o sucesso pessoal e académico, são desenvolvidas diversas iniciativas no ramo da saúde mental dirigidas a estudantes, docentes e não docentes.

Paralelamente, o ISEC Lisboa alia-se à transformação digital e à inovação pedagógica, promovendo projetos, ações de formação e iniciativas que dotam os seus docentes e incentivam a adoção de práticas de ensino cada vez mais inovadoras



e alinhadas com os desafios da educação contemporânea.

Estes 35 anos são o espelho de dedicação, transformação, desafios e conquistas, sempre com um objetivo bem definido: proporcionar a cada estudante um ensino de qualidade e um acompanhamento personalizado, dotando-o de todas as ferramentas para um futuro académico e profissional de sucesso.



[www.iseclisboa.pt](http://www.iseclisboa.pt)

**NEM TODOS OS DOUTORAMENTOS  
ESTUDAM OS TEMAS QUE DEFINEM O SÉCULO XXI.**  
*Mas este estuda e não é só para militares!*

*Investigar o que importa | Desenvolver pensamento estratégico | Integrar uma comunidade de conhecimento*

## **Doutoramento em Ciências Militares**

Para quem quer compreender e influenciar os grandes desafios do nosso tempo.



### **PENSAR COM RIGOR**

Formação avançada para analisar com profundidade temas, contextos e problemas de elevada complexidade.



### **PENSAR EM REDE**

Intercâmbio científico, acesso e sincronização de investigações e de redes académicas nacionais e internacionais.



### **PENSAR COM ESTRATÉGIA**

Liderança e gestão de talento, Desinformação, Geopolítica e competição entre potências, Inteligência Artificial, Tecnologias emergentes, Ciberameaças e segurança Internacional.

**Já faz parte  
da rede?**



*O #IUM está no LinkedIn  
Siga o conhecimento que importa.*

**SIGA-NOS NO LINKEDIN!!!**

**POR PURO ENGENHO E POR CIÊNCIA**

**35 anos** de excelência,  
rigor e inovação  
no conhecimento



Conheça o ISEC Lisboa – Instituto Superior de Educação e Ciências



# Simples por natureza

conheça a nova cadeira Pure



[www.nautilus.pt](http://www.nautilus.pt)