



HELLMAGAZINE



JUN-SET
Nº15

Índice

Capa, by Paulmask	1
Artigo editorial.....	2
PESSOAS NOTÁVEIS.....	3
“MÃOS”, EXPOSIÇÃO DE ISILDA NUNES.....	13
ENSAIO GERAL	16
Exposição Fotográfica PUNCTUM.....	18
Press release	20
SINOPSE de <i>Amor clonado</i>	26
Crónicas do dia a dia	30
A Fotografia e a Morte	33
Tomar e a Festa dos Tabuleiros	35
Azenha de Santa Cruz – Regresso ao Passado.....	40
A pesca à cana	42
Solidariedade.....	44
Especial – Eventos e participações	53

Heliteam: Ana Oliveira, Mafalda Ascensão, Sviatlana Buyan, Victor Henriques, Maria João Ramos, Paula Batista, Rute Alves, Cristina Caeiro, Carla Pimenta, Graça Martins, Maddame Dumont, Vitoria Silva, Rituxa Afonso, António Sena, Carla Teodoro, Célia Evaristo, Carla Pereira e Patricia Alves.

Email: helicayenne@gmail.com

Site: paulmask.com

Facebook: **Heli cayenne**

Facebook page: **Helicayenne**

Instagram: **@helicayenne**

Revista: <https://pubhtml5.com/bookcase/ravo>

Nota: Revista internacional solidária, sem fins lucrativos.

A responsabilidade do conteúdo dos textos é dos respetivos autores.



Ficha Técnica

Responsável: Grupo Helicayenne Guiana francesa, PT, ING, Fr e BR.

Parceiro: Associação Paço de Artes

Organização e imagem:



Paul Mask

Edição, revisão textual e copy desk:



Cláudia Monteiro

Apoio organizacional: Alice Figueira

Periodicidade: Trimestral

Artigo editorial

Amigos leitores,

Depois de umas merecidas férias, eis-nos, novamente, com a vossa revista de eleição. Apesar de um pouco tardia, está mais revigorada, fresca, colorida, cheia de novidades e sempre com o mesmo objeto, divulgar o que de tão bom se faz por cá, enobrecendo a nossa Cultura. A todos quantos para ela contribuíram, das mais diversas formas, um muito obrigado! Boa leitura, participem e sejam felizes...

Paulo Mascarenhas



Entrevistas

Reportajes

PESSOAS NOTÁVEIS

Numa das minhas idas à Casa da Beira-Alta, dessa vez para apresentar a novela de Luís Ochoa, *Do Lado de Lá*, conheci a Dr.^a Conceição Lima. Já tinha ouvido falar da sua "missão" de divulgação literária, mas não sabia que declama, que lê e encanta quem a ouve. Leu excertos e tocou-nos profundamente. Quando as pessoas me marcam, quero conhecê-las melhor. Lancei-lhe o desafio de uma pequena entrevista, que convosco partilho, para perceberem a minha admiração.

Helimagazine- Quem é a Conceição Lima?

CL-Conceição Lima tem o Curso de Românicas e de Literaturas Modernas e Contemporâneas. Dedicou a maior parte da sua vida à docência e à formação de professores.

Helimagazine- Como surge a Poesia na sua vida?

CL- A Poesia é um gosto enraizado que terá a sua génese paterna : o meu pai era um homem de Cultura que veiculava, pela Poesia, o seu olhar sobre o Homem, a Sociedade e o Mundo. Ficou-me, em legado, esse gosto... Quando me reformei, era minha intenção fazer algo que continuasse o meu gosto de sempre : divulgar os Poetas de Língua Portuguesa e promover, nas Escolas locais, o gosto pela Escrita Criativa.
Cá estou!

Helimagazine- Outra atividade a que se dedica é a Rádio, onde divulga autores nacionais. Trata-se de uma paixão, de uma ferramenta ao serviço da Literatura, ou de ambas?

CL- Doze anos depois, o programa que iniciei, em 2011, na Rádio Vizela, tem lugar cativo e respeitado... É ouvido, semanalmente, por muitas pessoas que procuram a companhia de A HORA DA POESIA, às 4.^{as} feiras, pelas 21 horas. Nunca sonhei passar " além portas", mas as coisas acontecem: a audiência foi crescendo e o *Podcast* fez-me voar mais e mais... Por cá passaram, já, centenas de Poetas (quatrocentos e tal...) : uns, salvando-os da poeira do tempo ; outros, pelo lugar que ocupam no panorama literário português; e ainda, os que precisam de mais e maior visibilidade...

Helimagazine- Como vê a Literatura nacional contemporânea? Há algum nome que destaque?

CL- Poderei referir muitos nomes: Ana Luísa Amaral, Alice Vieira, Teresa Horta, Nuno Júdice, Adília Lopes, Casimiro de Brito, Maria Cantinho, Manuel Alegre, Torga, Eugénio de Andrade, Bocage, Alexandre O'Neill, David Mourão Ferreira, Guerra Junqueiro...

Helimagazine- A declamação é também uma área em que "dá cartas". Tem noção de que é uma das vozes mais apreciadas enquanto *diseuse*? Quer deixar alguma dica a quem se está a aventurar a navegar nessas águas?

CL-Dizer Poesia é paixão de sempre. é o corolário natural da minha verdadeira paixão pelas palavras...

Penso que a Poesia nasce para ser dita, para encontrar caminho, para se instalar no outro, através da voz de quem se deixou tatuar pela estética , pela emoção, tornando a palavra mágica, sedutora, quer pela melodia frásica, pelo ritmo, pela imagística , pela mensagem...

Para terminar, fica uma fotorreportagem com alguns momentos da vida desta notável e distinta senhora, e um enorme obrigada pelo louvável trabalho ao serviço Cultura e da Literatura portuguesas.



Quadro-anúncio do programa que, semanalmente, refere o Poeta convidado.



Em estúdio, com o nosso saudoso Joaquim Pessoa.



Com Joaquim Pessoa e duas admiradoras que o vieram cumprimentar.



Na apresentação de um livro (com amigos, muito queridos, comuns).



Fotos do seu mundo pessoal : em viagem e com o seu marido : as duas fontes do seu equilíbrio mental!



Na Festa anual do Aniversário de A HORA DA POESIA.



Foto em que aparece a anunciar o programa .



Por Cláudia Monteiro

Pessoas Notáveis

Ainda não conhecia a obra do Prof. Rui Fonseca e já estava hipnotizada pelo seu olhar esmeralda, bastando dois minutos de conversa para perceber que tinha perante mim um ser brilhante, de uma sensibilidade e inteligência extraordinárias.



Rui Fonseca nasceu em Vila Nova de Foz Côa, no ano de 1957. É licenciado em Filosofia, pela Universidade do Porto, escritor e músico. Um homem de uma eloquência e assertividade que arrepiam.

É autor de livros que versam temas muito diversificados, assim como de um surpreendente CD.

Enquanto membro do grupo 9500 – projeto Pop/Rock, original, cantado em português – encontra-se a ultimar a gravação de um CD.



Editado em março de 1996

(Trabalho feito em torno de factos relevantes da grandiosa cidade do Porto.)

O Porto não é só granito

É mar, é rio, é gente,

É o olhar diligente

De quem por dentro se sente contente.



Editado em 2006.

(A ideia do **Quinto Império** está muito ligada à construção da História de Portugal. Matéria difícil de entender, mas que tem merecido a reflexão de muitos dos nossos pensadores.)



Editado em 2008.

(Reflexão sobre a Tese da Reencarnação, que perpassa pela análise do pensamento da filosofia que aborda este contexto.)



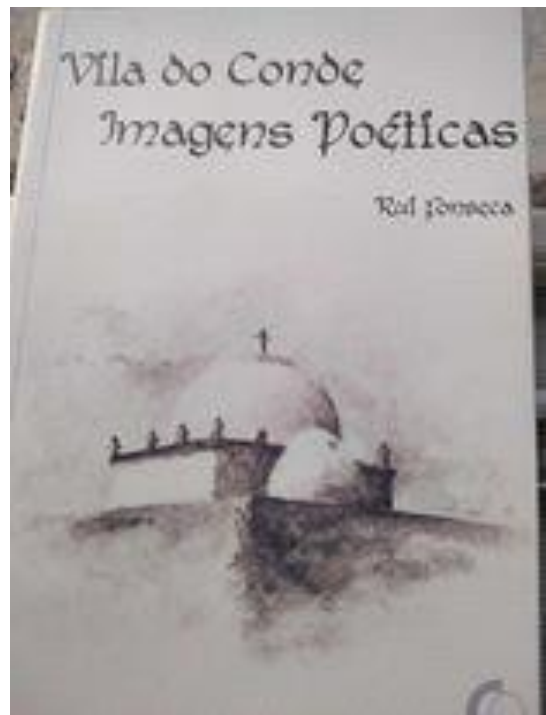
Editado em 2009.

(Trabalho poético sobre a matriz evolutiva de Portugal.)



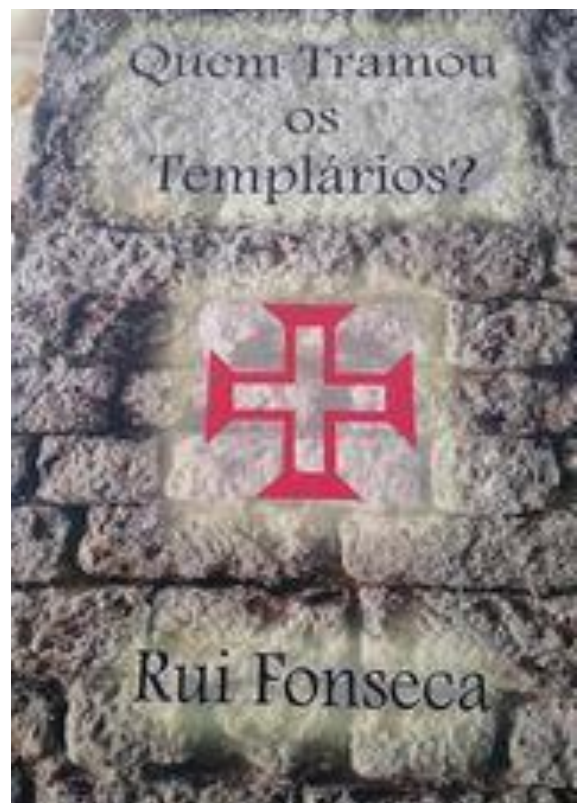
Trabalho poético, editado em 2011.

(Aborda as hipotéticas *nuances* da construção do Universo e da vida que em nós se afirma e configura.)



Editado em 2012.

(Contém poesias sobre imagens histórico-sociais e paisagens de Vila do Conde.)



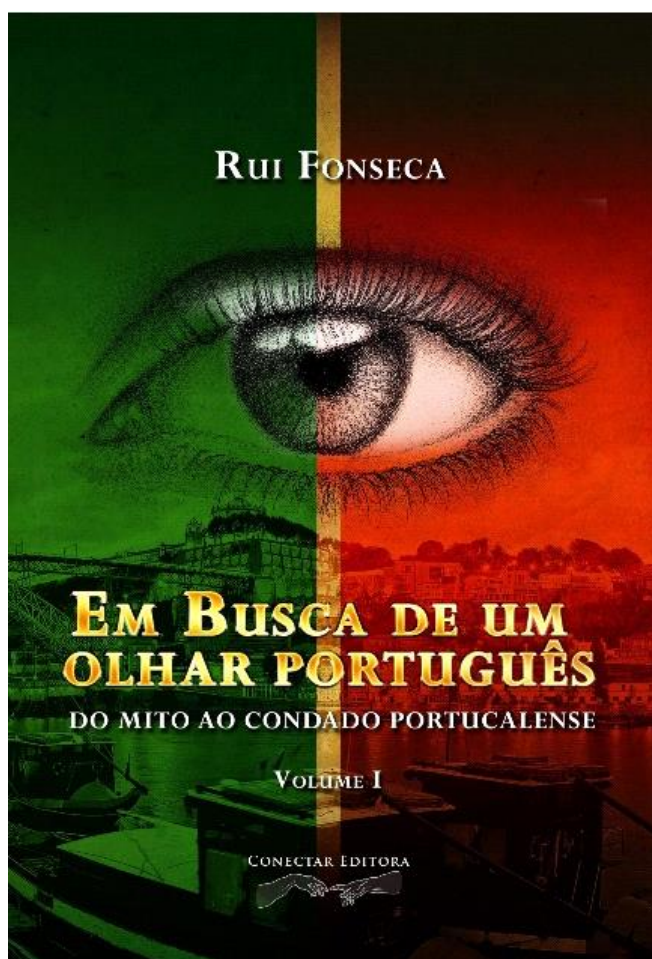
Editado em 2013.

(Os Templários foram monges guerreiros que pretenderam reabilitar a ideia e imagem de Jesus. Ao mesmo tempo, estiveram intimamente ligados à formação do Portugal como reino independente.)



CD Editado em 2016.

(Contém trabalhos originais de músicas cantadas em português.)



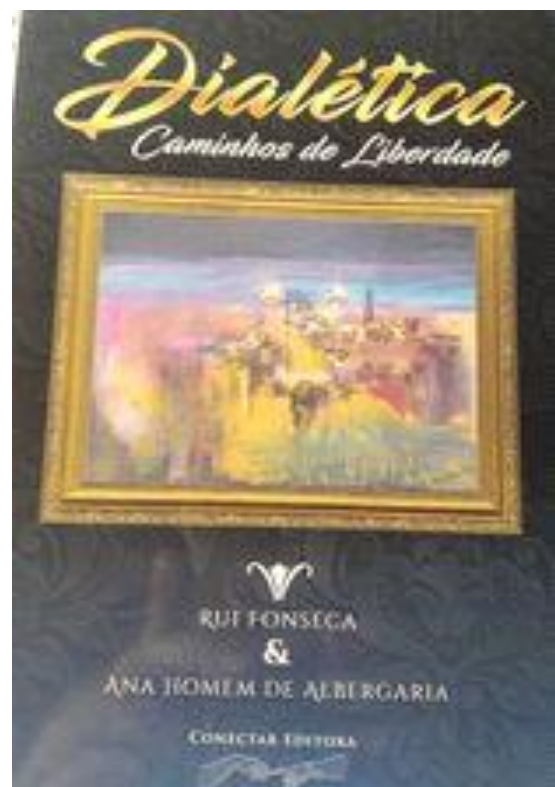
Editado em 2017.

(É um olhar em torno da portugalidade, e esta reflexão situa-se entre o Mito e o Condado Portucalense.)



Editado em 2018

(É um olhar em torno da portugalidade, e esta reflexão situa-se entre o Porto do Graal e as Cinzas de Inquisição.)



Editado em 2019.

(Trabalho escrito em conjunto com Ana Homem de Albergaria. Foi feito em função de uma exposição de pintura de Ana Homem de Albergaria, intitulada *Dialética – Caminhos de Liberdade*.)



Editado em 2023.

(É um trabalho poético feito em função de curiosidades da vida de personagens relevantes da nossa história global.)

Uma vasta obra que vai servir de mote a um encontro literário informal, **"À mesa com os Templários e Pessoa – conversa entre Rui Fonseca e Cláudia Monteiro"** a realizar na **Casa da Beira-Alta**, na Rua de Santa Catarina, no Porto, no próximo dia **13 de outubro, cerca das 21h30**. Serão abordados temas polémicos, controversos, num diálogo aberto a todos quantos quiserem dar-nos a honra da presença.

A *Helimagazine* também comparecerá, para cobrir o evento.

Apareçam!



Por Cláudia Monteiro



Carla Pereira
Agendamento 926184520

DISPONIVEL PARA
BARES
FESTAS PRIVADAS
ANIVERSÁRIOS
CASAMENTOS
FESTAS POPULARES
ESPETÁCULO MUSICAL
NOS MAIS DIFERENTES
FORMATOS

PaulMask

paulmask.com

EVENTOS

The word "EVENTOS" is rendered in a large, bold, sans-serif font. The letters are filled with a detailed black and white illustration of an airport scene. The drawing shows an airplane on a tarmac, with its wings and tail visible. In the background, there are airport buildings and a sky with a few birds flying. The entire illustration is contained within the outline of the word, which is set against a solid black background.

Lançamento da Coletânea “Alma de poeta, alma inquietA II”



3 de junho foi um dia de celebração! A data assinalou dois anos de vida e muita poesia do grupo do Facebook “Alma de poeta, alma inquietA”.



Para materializar esse acontecimento, as coordenadoras Sara B Carvalho e Cláudia Monteiro decidiram compilar e editar a segunda coletânea poética - Alma de poeta, alma inquietA II.



Este ano, reunimos sessenta autores nacionais e internacionais, que ofereceram três poemas ou textos, bem como uma fotografia e uma biografia, ocupando, cada um, quatro páginas.



O lançamento da coletânea “Alma de poeta, alma inquietA II” aconteceu na Biblioteca do Palácio Baldaya, numa belíssima tarde de primavera.



Muitos foram os que marcaram presença e puderam ler um dos seus poemas.



A animação foi uma constante, abrihantada pela performance, irrepreensível, do violinista Nuno Flores.

Embalados pela melodia e magia que as cordas nos presenteavam, alguns arriscaram cantar, improvisar poemas e até dançar.



O encanto da literatura, associada à música e à partilha de um amor comum, tornaram aquela tarde uma memória que, certamente, guardarão no coração, como eu!



O símbolo deste grupo é as flores de cerejeira. Deixo-vos com o texto escrito por mim na contracapa:

“A flor de cerejeira simboliza o amor, a felicidade, a renovação e a esperança. É, também, considerada o maior símbolo de sensualidade e erotismo.

É uma flor de origem asiática, conhecida como Sakura, a flor nacional do Japão. O início da floração das cerejeiras marca a chegada da primavera.



Os guerreiros japoneses, apreciavam muito esta flor, que passou a estar associada à efemeridade da vida e ao lema dos samurais: viver o presente sem medo.



E é neste contexto que foi escolhida para representar o grupo “Alma de poeta alma inquieta”. Um conjunto de pessoas, unidas pelo amor às letras, felizes por darem a conhecer o seu talento, com uma esperança renovada, a cada dia, por se superarem. Vivem sem medo de expor os seus sentimentos e tocarem outros corações. Sabem que a vida é uma brisa que leva a flor, mas as raízes, aquilo que deixam escrito, permanecerá para sempre.”



Por Sara Carvalho

“MÃOS”, EXPOSIÇÃO DE ISILDA NUNES

Tendo como palco a quinhentista Casa dos Coimbras, a escritora e artista plástica portuguesa inaugurou uma exposição, de perto de três dezenas de pinturas, a óleo sobre tela, da sua autoria, cujo mote principal se intitulou “MÃOS “. A *vernissage* aconteceu na tarde de sábado, 2 de setembro, e a mostra vai estar patente ao público até o final do mês. Com curadoria do artista internacional Santiago Belacqua, esta exposição apresenta várias coleções, onde a música e a espiritualidade estão patentes no figurativo apresentado. Uma coleção de sete obras dedicadas aos instrumentos musicais e uma outra de nove, representando muitos dos Deuses da mitologia grega juntam-se a vários quadros que ilustraram várias publicações em livros da autora e de outros escritores. Ainda assim, as mãos são uma constante nos quadros apresentados por Isilda Nunes e, por essa razão, se tornaram no título desta mostra.

Com a presença de amigos e conhecidos vindos de várias regiões de Portugal a *vernissage* viveu-se com poesia e interpretações musicais que ajudaram a que o sarau fosse um final de tarde verdadeiramente agradável, terminando com um brinde à artista e aos seus trabalhos, que ficarão à disposição de visitas até ao final do mês.





MÃOS

Isilda Nunes

2 a 29 setembro

CASA DOS COIMBRAS
CAPELA - CAFÉ-MUSEU - JARDIM

L60 DE SANTA CRUZ 23, BRAGA,
PORTUGAL, 4700-305C



A equipa da Helimagazine regozija-se com o sucesso alcançado pela talentosa criadora plástica e formula votos de continuação de muito êxito artístico.



AGENDA CULTURAL

PEÇA "O QUE QUISER"
uma comédia de Frederico Corado
com encenação de Mário Júlio Reis

TEATRO
28
DE
OUTUBRO

16:00
AZAMBUJA
CENTRO PAROQUIAL



**VALOR ANGARIADO
REVERTE EM
EQUIPAMENTOS DE PROTECÇÃO PARA OS
BOMBEIROS VOLUNTÁRIOS DE AZAMBUJA**

ASSOCIAÇÃO DOS BOMBEIROS
VOLUNTÁRIOS DE AZAMBUJA



KASPIADAS
GRUPO CENICO DA CASA
DO POVO DE PONTÉVEL



NOVA MORADA
Associação Cultural e Recreativa
de Azambuja



Pavão Verde
Associação Cultural e Recreativa
de Azambuja

Fundada em 1987

AGENDA CULTURAL

A Cultura portuguesa tem motivos para sorrir.

ENSAIO GERAL

Ensaio Geral é um espetáculo de poesia encenada, no qual a música e a poesia dão as mãos rumo a um espaço mágico, onde a representação das palavras dos poetas nos eleva a um tempo de nostálgica beleza.

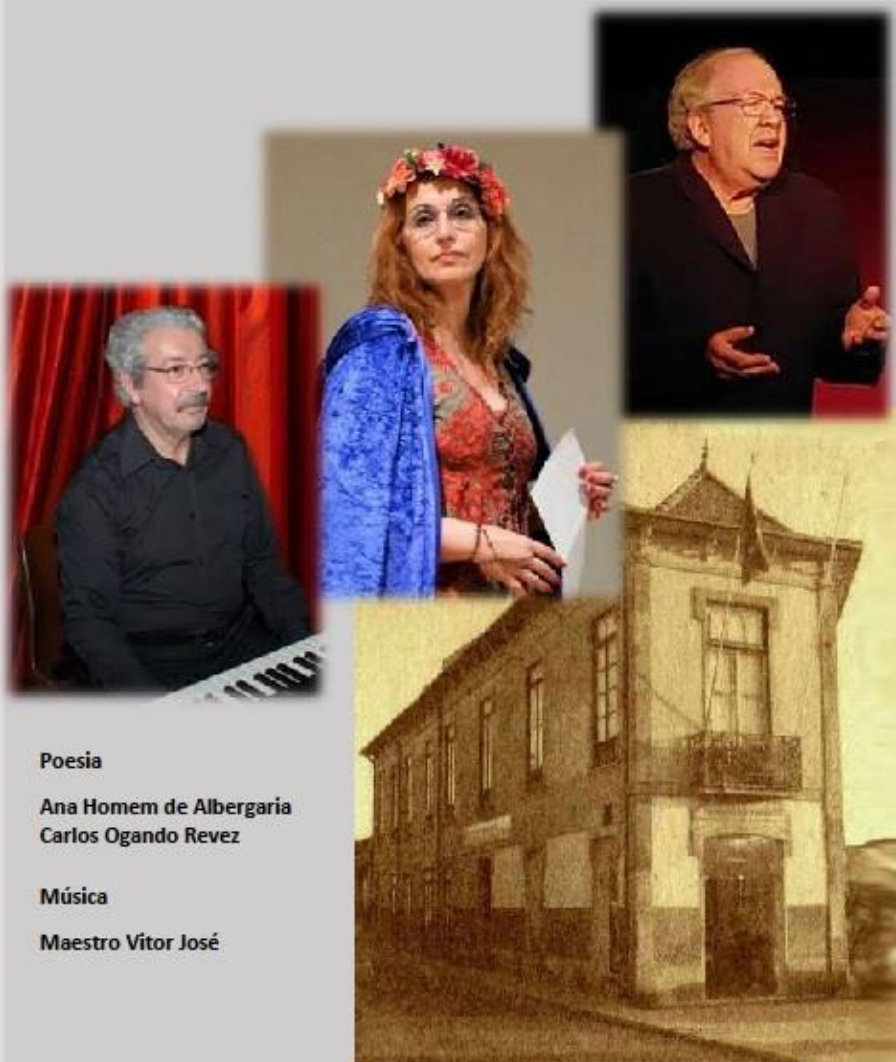
O espetáculo foi idealizado no âmbito das comemorações do centenário da Associação Recreativa e Cultural Conjunto Dramático 26 de Janeiro, instituição de utilidade pública com sede na freguesia de Ramalde, no Porto. A estreia aconteceu a 26 de maio de 2023, na sala de teatro da associação.



“Ensaio Geral”

Espectáculo de Poesia Encenada

07 de outubro de 2023, 21h30



Poesia

Ana Homem de Albergaria
Carlos Ogando Revez

Música

Maestro Vítor José

Local: Cooperativa de Ramalde. Rua Dr. Pedro de Sousa 725, 4100-214 Porto



O *feedback* do público foi tão positivo e entusiasta que logo se seguiram solicitações para levar o espetáculo a outros palcos, como foi o caso da Casa da Cultura Joaquim da Costa Chicória, em Vizela, a 19 de maio de 2023 e da Cooperativa de Ramalde, na qual se concretizará no próximo dia **07 de outubro de 2023, pelas 21h30, rua Dr. Pedro de Sousa, 725, Porto.**



Unidos em torno do amor à poesia, à música e ao teatro, homenageiam, desta forma, os poetas: Alexandre O'Neill, Ana Homem de Albergaria, Eugénio de Andrade; Jacques Prévert, Joaquim Pessoa; José Fanha, José Régio, Luís de Camões, Luís Ochoa; Manuel da Fonseca, Mário Cesariny, Natália Correia e Rosa Lobato de Faria.



O elenco é constituído pelo Maestro Victor José, ao piano, com um repertório que nos transporta até às mais belas melodias de todos os tempos e por Ana Homem de Albergaria e Carlos Ogando Revez, que dão voz aos poemas, num cenário repleto de simbolismo e de emoção.



A entrada é livre! Venham sentir a poesia!

A Helicayenne Magazine Portugal saúda e parabeniza os três fabulosos artistas intervenientes, e vai marcar presença no que se afigura ser um excelente espetáculo.

Exposição Fotográfica PUNCTUM

Ser criança atrás das grades

De **28 de setembro** a **28 de outubro** a sala Wolf da Fábrica Braço de Prata, em Lisboa, acolhe a **Exposição Fotográfica PUNCTUM - ser criança atrás das grades** - de Catarina Araújo Ribeiro. Mais que uma narrativa fotográfica, trata-se de um convite visual à reflexão.



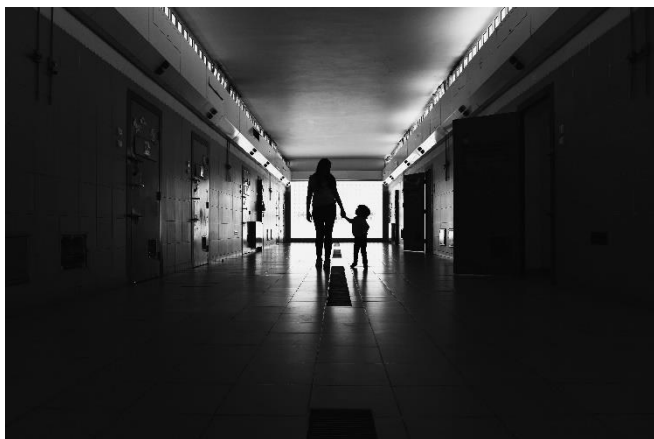
Esta exposição fotográfica inédita mostra, pela lente da fotógrafa e socióloga Catarina Araújo Ribeiro, **o dia a dia das reclusas que vivem com os seus filhos num estabelecimento prisional**, em Portugal. Para não perderem o colo ou por falta de suporte familiar alternativo, estas crianças vivem com as suas mães, dentro do Estabelecimento Prisional, até aos 3 anos de idade. O muro que lhes limita a liberdade é o mesmo que os protege e lhes garante cuidados de saúde, alimentação, abrigo e o colo das mães. O Ministério da Justiça e a Direção Geral dos Serviços Prisionais abriram as suas portas mais secretas e blindadas, e, ao longo de 3 meses, mães e filhos foram fotografados, como nunca, nas suas celas e no recreio da prisão. **"O maior**

desafio do retrato é revelar o oculto, o intangível, o que se passa dentro das almas e isso só se consegue com uma relação de confiança, amadurecida ao longo do tempo, explica a fotógrafa. **"Estes não são retrato DE crianças com as suas mães, são retratos SOBRE estas crianças e estas mães. E, no fundo, estas crianças poderiam ser qualquer um de nós."**

Numa sala escura, iluminadas apenas por focos, estas 24 fotografias contam as histórias de todos os mimos, sorrisos, olhares, brincadeiras e cumplicidades entre estas mães e estes filhos, que partilham uma cela particular com casa de banho própria. As reclusas cuidam, como qualquer outra mãe, do seu quarto/cela, e decoram-nos com toda a dedicação, criando um ambiente encantador, apesar do contexto. A interação mãe-filho fez com que se tenham esquecido das poses e se tenham entregado à fotografia, deixando-se ver como realmente são. Segundo o curador, César Rodrigues, **"esta exposição é uma porta para as vidas, para as celas, que, na verdade, são quartos de crianças. O afeto, expressão universal da existência plena, no contexto prisional, de liberdade limitada, pode previamente parecer contrassenso, mas este Punctum da Catarina mostra que não."**

"Acho que algumas imagens estão um pouco cinematográficas e mais do que fotografar o que vi, foi fotografar o que senti. Usei técnicas,

fotográficas que permitem destacar subtilmente os retratados do contexto, e isto não foi inocente. Quis passar a mensagem de que este contexto é temporário e, sobretudo, numa frase feliz do curador da exposição, que *há afeto além do contexto*. Para além da estética, a escolha das fotografias teve em conta uma narrativa fotográfica e a emoção que podem passar, por isso chamar-lhe PUNCTUM, aludindo ao conceito de Roland Barthes, que define os detalhes que, numa fotografia, tocam e ferem emocionalmente o espectador. E é isto que faz com que a fotografia passe a viver dentro de quem a observou", diz Catarina Ribeiro.



A luz expõe o que a sombra esconde. Muitas destas crianças nunca saíram da cadeia, nem sabem do imenso mundo que existe para lá dos muros que tão bem conhecem, com mar e montanhas, com gatinhos e gelados, e milhões e milhões de pessoas, e carros, e toda a espécie de animais. Um dia, eles enterrarão os pés na areia quente da praia, e saltarão nas ondas do mar, e deslumbrar-se-ão com muitos pores-do-sol, e

descobrirão que se pode dar 100 passos e continuar a andar em frente, e verão que há janelas sem grades e portas sem ferrolhos. Um dia ...

Para Catarina, "esta exposição é, no fundo, sobre o TEMPO: o tempo de uma criança que passa de forma diferente; o tempo que passei a fotografá-las ; o tempo na cadeia, que passa de forma diferente ; e o tempo que o espectador dedicou a ver a exposição, breve pausa num corrúpio quotidiano".

Através destas imagens, podemos perceber coisas simples, como a importância do colo da mãe, de um abraço, de ser olhado sem pressas e de ser fotografado. Ou a importância de uma janela por onde entra luz e ar fresco, por onde se pode espreitar, que se agiganta no contexto prisional. Visita obrigatória a este que é um trabalho profundo, reflexivo, tocante, que não vai deixar ninguém indiferente.



Catarina Araújo Ribeiro

Press release

Modernamente: um projeto que desafia os jovens a viverem as suas emoções



Os nossos jovens sentem-se pressionados para serem eficientes e deixarem as suas emoções para segundo plano, como se fosse algo inorgânico, não-natural. Isso leva à repressão das emoções, com consequências mentais e à dificuldade em procurar ajuda (tabu/vergonha/sinal de fraqueza).

O projeto Modernamente, com parceria oficial da Associação OLHAR, tem a missão de consciencializar e promover o debate sobre os desafios da era digital, os seus perigos e benefícios para a construção individual e coletiva

do ser humano, em particular dos jovens adultos. Concomitantemente, desenvolver um equilíbrio de bem-estar, particularmente mental, aspirando a um envelhecimento ativo.

Pretende-se apoiar e orientar os jovens a recorrer a apoio psicológico, quando sentem necessidade de ajustar as suas emoções.

Sábado, dia 7 de Outubro de 2023, pelas 18h30, na Fnac do Chiado, em seguimento da semana de celebração do dia da saúde mental, irá decorrer a apresentação do projeto Modernamente.

Com o tema *Será possível um jovem sentir-se realizado em Portugal?*, um painel de especialistas irá debater os desafios que os jovens enfrentam na sociedade moderna e as emoções que lhes despoletam. Pode-se contar ainda com a participação do artista que dá voz ao genérico do podcast do projeto, P LOW, bem como outras surpresas.

Coletivo Movimento

Um projeto de Artes Performativas inclusiva, com a representante fiscal Luana Pedroso, fundado em abril de 2018, que busca explorar a presença da Arte em diversas áreas, através do movimento corporal feito pelas pessoas ao expressarem-se, ou realizarem as suas tarefas quotidianas. Mostrando o cruzamento de diferentes áreas, e a possibilidade de se criar objetos artísticos, partindo daquilo que já está presente em nossa rotina, e só precisa de ser observado.



Assim, o *Coletivo Movimento*, além do Festival *Movimente-se*, desenvolve performances que possam ser apresentadas em diferentes contextos.

Além desses projetos, o Coletivo também funciona com aulas regulares de diversas disciplinas artísticas, em alguns pontos de Lisboa.



Festival Movimente-se

Quando nos mobilizamos para realizar algo, através dos movimentos que executamos, podemos retirar sons, passos, expressões, ideias e imagens, desenvolvendo "objetos artísticos" sem nos darmos conta. Ao mexer em algo, deslocar-se, desempenhar uma tarefa, suprir necessidades, exteriorizar emoções, agir e reagirmos, e, assim, o nosso corpo expressa coisas diariamente.



Essas expressões são o objeto artístico do nosso festival, evidenciar a importância dos movimentos como elemento principal para se alcançar um objetivo, e a presença da Arte na execução desses movimentos.

Um corpo parado não constrói uma existência, mas, ao movimentar-se, e, assim, exteriorizar algo para fora de nós, movimentamos o meio, e, com essa interação, conseguimos, então, dar significado à nossa existência!



Evento Benfica Convida

Vai decorrer mais um evento **Convida**, em Benfica, nos dias 20, 21 e 22 de Outubro, na Praça do Fonte Nova, organizado por mim e pelo meu colega Paulo, da Junta de Freguesia de Benfica.

Ocorrerão várias atividades para toda a família!

Este Evento destina-se a dinamizar o comércio local, e não vão faltar música, um mercado de produtos regionais, um desfile de moda, uma zona *stress food*, entre outros.

Vai ser o 3º Evento **Benfica Convida**, realizado por nós (Junta de Freguesia de Benfica).

O Desfile de Moda é organizado por mim, no dia 21 de outubro, às 15.30, com a roupa dos comerciantes de Benfica, maquilhagem, cabeleireiros..., enfim, tudo do comércio de Benfica.

Vou apresentar o Evento e terei todo o gosto de vos receber!

Apareçam!



Be Yourself 2023 - Desfile e evento solidário

Todos somos seres únicos com identidade própria. O que serve para uma pessoa não serve necessariamente para outra e isso não quer dizer que és mais ou menos bonita...significa que és Tu, apenas Tu com a tua perfeita imperfeição.

Este evento está centrado em ti, em mais ninguém, é o teu dia, o teu momento. Neste dia, só tu és importante.

Propomos criar e construir um figurino coordenado para ti e à tua medida.

Se cumpres os seguintes critérios, inscreve-te:

- Tens mais de 18 anos ou és menor de idade com autorização do EE;
- Tens disponibilidade de deslocação para 2 ou 3 provas;
- Tens residência próxima da Quinta do Conde ou não te importas com as deslocações.
- O investimento no material é feito por ti.
- O Atelier Xiki2You oferece a mão de obra.
- No dia 1 de dezembro, a roupa, vestida por ti, é apresentada ao público, num desfile no qual vais participar.
- Após o desfile a roupa é tua.
- Concordas com a divulgação da tua imagem e nome nas redes sociais.
- O evento terá um total de 10 participantes. Caso, até ao dia 4 de outubro, o número de inscrições exceda esse limite, será feito um sorteio.

Se concordas, através da validação de todas as condições acima indicadas, acede ao link e preenche os campos no questionário.

<https://forms.gle/uyka8A6rWda71Cpz9>

#beyourself2023

Mónica Lima Veiga

Cristina Caeiro

Rádio Ultra FM 88.2



Cristina Caeiro convidou a Helicayenne /Associação Paço de Artes – Ana Oliveira, Mafalda Ascensão e Paulo Mascarenhas para uma entrevista, em outubro, na Rádio Ultra FM (em dia a confirmar).

Nesse dia, será, também, feita uma entrevista à Cristina Caeiro, pela nossa Mafalda Ascensão, que sairá no próximo número da HeliMagazine.

Queremos, igualmente, agradecer à Cristina pelas apresentações que tem feito dos nossos eventos, bem como por ter aceite o convite para ser nossa apresentadora.

Um bem-haja de toda a equipa e muito sucesso.



CULTURA

CRIATIVIDADE

Mãe – Pela Dança de um Amor

Trazia sobre o corpo um vestido feito de alvas recordações com a ternura dos dedos que, um dia, a tinham embalado ao som de muitas canções.

O palco, sereno, acolheu-lhe os passos qual mestre que aguarda, silencioso, o desabrochar da sabedoria leve mas segura do seu discípulo. A música surgiu suave como um toque de seda que adoça a pele e nos conta segredos.

Como se o tempo ancorasse naquele espaço sem limites, toda a delicadeza se foi revelando nos seus movimentos a fazerem daquela arte a mais pura prece.

Não era apenas a vontade. Era todo o sentimento contido naquele modo, inexplicavelmente genuíno, de ser corpo e alma indivisíveis. A ponta dos pés e a magia das mãos a envolverem o aconchego dos misteriosos compassos. Sobre a extensão do vazio, apenas ela e a criação rítmica e cadenciada de um milagre, numa oferta de vida ao momento e às sensações inexprimíveis de quem a observava com a respiração cativa no olhar.

Era uma necessidade muda, a que se fazia em nós, de seguirmos ao encontro profundo daquela relação tão íntima que tinha consigo própria, numa harmonia perfeita, como se cada expressão do corpo fosse uma sedução natural da luz do sol, da imensidão do céu, das vozes misteriosas da terra.

A revelação da discreta essência de ser, num corpo de menina a transbordar a emoção transformada em arte.

Para ela, a dança era a consciência, a voz, a música do silêncio, a canção da vida. O aroma

do infinito no mais belo acorde a vibrar-lhe no peito.

Na melodia do tempo fazia parte de si como um antigo sonho por sonhar. Um novo caminho a percorrer. A dor de um passado que se desfez e que a imaginação, hoje, poderia refazer com o sentimento a nascer-lhe do corpo uma e outra, e outra vez.

Jamais voltaria a escutar o som dos afetos na doçura macia dos lábios da mãe. Mas era assim agora que, depois da partida, ela regressava. Pela certeza de um encontro onde nada diziam, somente a virtude destes eternos instantes que tinham a fragrância de um beijo demorado e aquele encantamento de um amor delicado e vagaroso, sem urgência.

Era assim, agora, que guardava em si a memória única do que as palavras nunca mais poderiam proferir. Era neste silêncio que a dança se tornava para ela a soma de todas as partes de um só coração. E nela morava a evidência de nunca estar sozinha.

Na intensidade do seu deserto interior, era quando se perfumava assim, num ato de completo e desarmado abandono, e sentia o vento que vinha da própria pele, que redescobria o mais humano e o mais divino dentro dela.

Era quando renascia nesta cintilação feliz de intimidade, que ela abraçava a eternidade.

- Paula Freire -

'Poesia & Fotografia: Flor De Lyz'

[https://www.facebook.com/profile.php?](https://www.facebook.com/profile.php?id=100080125671853)

id=100080125671853

SINOPSE de *Amor clonado*

Uma viagem pelos séculos – de sibila a Mulher comum

Uma **sibila** mais velha que o TEMPO; uma mulher que queria sarar o MUNDO com a força da sua palavra e com a fé que dizia ter, à imagem de “um grão de mostarda”. Uma “cuidadora” de enfermos, quando a moléstia fazia das suas. As crianças eram o seu “alvo” primordial e, junto delas, a sibila era – tão só – a mãe ausente que o MUNDO refutara.

Uma mulher sem nome, uma personagem plural, que, rica em memórias, vai amar abruptamente; todavia, ninguém consegue (na sua honrosa reflexão/monólogos interiores de grande suporte) receber este sentimento, sem o saber ofertar do mesmo modo. E a sibila amou – amou muito – um guerreiro, que a fez sair do mundo onírico, para guerrear contra o seu “comboio de corda”. Foram décadas de desdita, foram momentos de tortura e de desilusão.

Mas a sibila, apesar de todos os esforços feitos para neutralizar a sua SINA, acabou por sucumbir, sem conseguir receber do seu AMOR aquela gota de paz de que tanto carecia. Deixou-o partir (homem de outra).

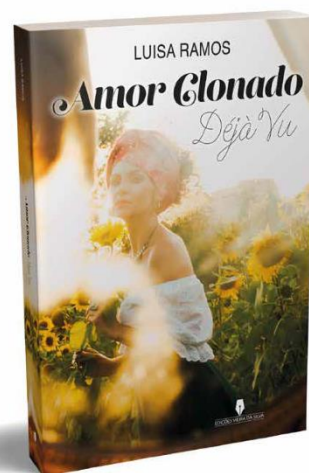
E o TEMPO avançou...! A sibila orou, curou crianças e mulheres, mas, apesar de tantos milagres equacionados, não conseguiu que o UNIVERSO lhe doasse o homem que amara desde o primeiro momento (tempos idos, que a sociedade destruiu). Milagre desfeito

E tudo a MORTE levou. Passadas muitas décadas, anos e séculos, a SIBILA já mulher modernizada num século – como o nosso – veio a encontrar numa outra “figura” o guerreiro de outrora. Desta feita, tudo se remediou, porque o AMOR fez das suas e os dois encontraram laços de similitude nos percursos equacionados.

Amaram-se, foram felizes e – olhando o passado com uma visão de profetas – constataram que a “saga” começava agora, num TEMPO diferente, mas num MUNDO igual. Serão felizes, agora...?!

Luísa Ramos

A equipa da Helimagazine parabeniza a escritora por mais uma obra que, certamente, redundará num estrondoso sucesso literário.



“O essencial é invisível aos olhos, e só se pode ver com o coração”, in O príncipezinho, Antoine de Saint-Exupéry.

Na literatura infantil, podemos combinar a imaginação com a realidade, em histórias ficcionadas que deliciam os nossos pequenotes.

O conto infantil O Coala Rezingão e o poder da Amizade é a minha proposta literária para este mês.

Falando, ainda, um pouco mais, sobre este meu sonho que estou a transformar num projecto para o futuro, gostaria de dizer que penso levar estes meus livros às escolas, para que possa trabalhar com os miúdos estas temáticas tão importantes. Cada vez mais, temos de estar atentos ao que nos rodeia e conversar com as crianças sobre os mais variados temas.

Enquanto mãe, preocupa-me a falta de diálogo entre adultos e crianças, o que mais tarde se pode traduzir em falta de compreensão perante o outro.

Gostaria de salientar que este meu novo conto toca no tema da paz e da interajuda.

Como sabemos, a Europa atravessa um momento delicado e é muitas vezes difícil para os pais explicar aos filhos “o que é uma guerra”, “o que é um conflito”. Este meu livro pode ajudar muitos pais a transmitir essa informação. A história começa com um conflito entre as personagens mais importantes e termina com a “paz”.

Paz que é conquistada através da união da comunidade em prol da mesma situação. A mensagem é a de que todos unidos são mais fortes e que o conflito não os leva a lado algum.

Portanto, tento, de alguma forma, fazer a diferença, apelando às emoções, de forma divertida, lúdica e com uma linguagem simples. Os personagens continuam a ser animais, porque as crianças adoram e porque se adequa às temáticas lecionadas na disciplina de Estudo do Meio, do 1º ciclo.

Desta vez, optei por animais originais da Austrália, para abrir um pouco mais os horizontes e dar, também, a conhecer um pouco da vida selvagem na Austrália. Pensei em suscitar o

interesse das crianças que desconhecem estes bichinhos tão fofos.

O coala, o canguru e o wombat são amigos, mas a amizade corre o perigo de se perder, para sempre...

Como irão eles lidar com as adversidades?

Que tipo de vida têm na floresta Australiana?

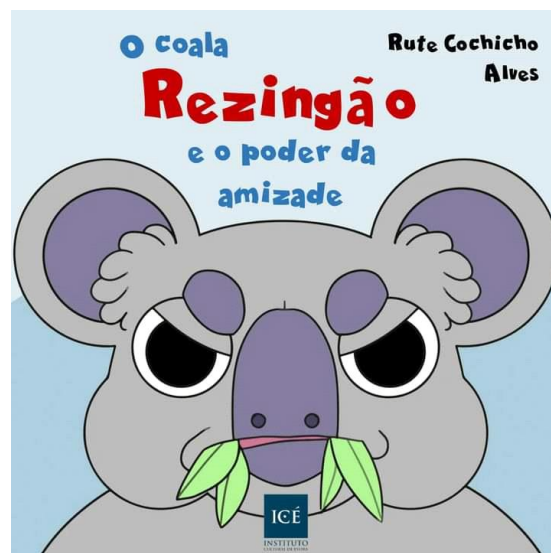
Poderão responder a estas questões, juntamente com as vossas crianças, após a leitura desta pequena história infantil. Ler para os pequenos é sempre uma delícia! Experimentem!

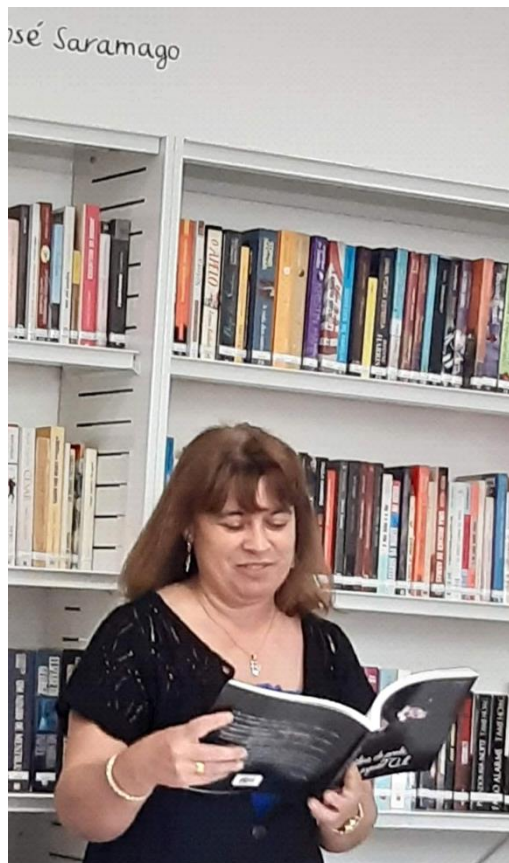
Artigo escrito por Rute Cochicho Alves

Link para a leitura do conto:
<https://www.recantodasletras.com.br/e-livros/7468876>

Segue-me no Facebook, em Rute Cochicho Alves – Cochichando histórias

E no Instagram, em @rutecochichoalves





Supere as suas dificuldades

Desafie os seus limites

São as minhas palavras

Eu: Isabel Figueira

Nascida no Alentejo, a que chamo “o meu pequeno paraíso”.

Vou falar da minha superação, que me serviu de motivação, e entrar agora no mundo da escrita e também da falta de coragem que me acompanhava para dar este meu passo.

Sempre me refugiei muito no silêncio, tanto na adolescência como em adulta.

Em certas situações, escrever era uma forma de desabafo e consolo, pois nunca pensei mostrar aos outros, mesmo, porque achava que não teria capacidades.

O meu tempo de escolaridade foi muito curto e daí mais um motivo para acreditar que nunca iria conseguir, sempre com medo de errar e de desiludir alguém.

Desta forma, o que escrevia, ficava sempre só pelo bem que me fazia.

Depois dos 50 anos, pensei que seria melhor agir, porque já tinha deixado muito por fazer.

E, aí, pensei em colocar-me à prova e quis enfrentar os meus medos e desafiar os meus limites. Afinal, a ação é o que separa o sonho da realidade.

Sendo assim, no dia 10 de julho de 2021, dia em que fiz 53 anos, tomei a decisão de dar a conhecer alguns dos meus poemas, num livro com o título (Poemas e Reflexões), sendo eles de muitos e variados temas.

Quanto ao que me fez criar coragem depois de tantos anos...vou voltar um pouco atrás. No ano de 2019, recebi um diagnóstico de doenças autoimunes, mais concretamente doenças mistas dos tecidos conjuntivos.

Doença, essa, que já me acompanhava desde sempre, pois é genética, mas estar fraca e viver com dores todos os dias eu até achava que era normal.

É uma doença muito inflamatória, toma conta do sistema imunitário, pois é degenerativa, afeta articulações, ossos, tendões órgãos, etc. E o meu corpo tem tendência a se manifestar com muita dor, cansaço e deformações, em que os órgãos interiores e sangue também são afetados.

Isto foi um abanão que me fez perceber que algumas coisas não são para deixar sempre para depois.

Em janeiro de 2021, já um pouco fraca, e como não conseguia exercer a minha profissão de cozinheira, num lar de terceira idade, fiquei de baixa médica. Repouso e nada de ansiedades foi o que me foi aconselhado pelos médicos, para que a medicação fizesse o seu efeito.

Comecei a ser acompanhada por várias especialidades médicas.

No sossego da minha casa, a escrita serviu ainda mais como refúgio e como forma de manter o pensamento ocupado. Já que deprimir não seria solução.

Depois de muitos e muitos poemas já escritos e de motivação de familiares e amigos, resolvi procurar uma editora.

Por que não fazer uma edição de autor?

Continuo muito inibida e com muita vergonha de falar, pelo menos em público. Escrevo poemas novos quase todos os dias.

Adoro ficar no meu cantinho da poesia a agarrar novas inspirações.

Um dia, também decidi aceitar alguns convites e participar em coletâneas e antologias poéticas e unir a minha poesia com a de outros escritores.

Agora, digo que é muito gratificante e quero muito que esta seja a minha nova realidade, pois é uma boa terapia continuar a escrever a minha poesia.

Voltei a exercer a minha profissão, cozinhar para os meus utentes, não é apenas um trabalho, mas sim um sentimento de ser muito útil a quem muito precisa de nós, numa fase da vida onde é apenas esperar por algo que alguém lhe possa dar.

Sempre que puder, quero juntar o útil ao agradável.

Escrever não é para parar!

Será mesmo para continuar!

Pense neste relato e, se se identificar, não espere muito para agir!

Pratique o Bem e não se esqueça de si, acredite na Superação!...



Dá asas à tua imaginação

Um toque de poema em cada palavra...

Quando existe simplicidade, dedicação, amor e verdade

Só pode transbordar poesia do interior até que possa trazer para o exterior

A prova de que existem corações que têm asas que levantam voo e somente voltam a pousar quando se estão a realizar.

Mostrar o que de mais bonito a vida lhes possa trazer

E assim o escrever.

Acreditar com muita fé

Com força, perseverança

Aquele voo um dia se alcança.

Coloca a tua alma a voar

Voa com determinação

Voa para mostrar

O que é levantar os pés do chão

Voa sem parar! Voa...

Que chegou a tua hora de voar!...

Encontro inesperado

Foram olhares trocados

Nossos rostos ali colados

Era um lindo sentimento

Que despertou naquele momento.

Eu cheguei e tu me olhaste

Desse jeito me encantaste

Penetraste o meu ser

Sem tu próprio saberes

Seria esse também o teu querer?

Palavras de ti fluidas

Que me tocaram o coração

Queria juntar as nossas vidas

Foi tão boa a sensação.

Começou assim um sentimento

Naquele exato momento

Eram almas a se unir

E eu te mostrava o meu sentir

Ao ouvir cada frase por ti sussurrada

Eu sentia-me por aquelas palavras abraçada

As minhas mãos só

te queriam tocar

Meu corpo queria junto ao teu estar

O que era aquele desejo?

Olhava os teus lábios e só queria o teu beijo

O que foi isto

Que despertou em mim?

Eu tinha perguntas sem fim

Mas preferi ficar calada

Ficar só a pensar,

Abençoado momento

Em que eu vim aqui parar

E cheguei à conclusão

Que só podia ser paixão!...



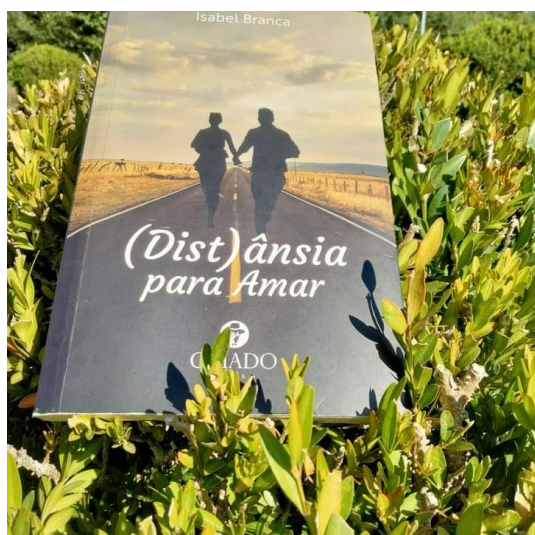
Crónicas do dia a dia



Há desejos contidos que parecem esquecidos, mortos.

Por isto, aquilo, por um somatório sequencial de diversos fatores e vivências, por ausências, por saturação, enfim. Por promessas, por lembranças que foram e já não são, por ter sido tão bom e ter um ponto final. E na continuação outros parágrafos se fazem já com outra história e condução. Houve amor e paixão? Ainda há amor? De que forma? Anda guardado no bolso por acomodação ou por qualquer outra(s) razão. Paixão, não, essa adormeceu em contramão.

Resistirão eles às provas da vida? E de que forma? Em modo morto e esquecido do que passou a história, de um passado lembrado e enterrado? Viver de recordação? Funcionar em automatização ou nem funcionar?



São companheiros, amigos, ajudam-se mutuamente. E o *off* da paixão? Do tesão? Destinado, como um fado, a passado?

Ele não a desperta, não trata mais do "antes", não está mais atento aos pormenores delicados que servem de gatilhos para o seu despertar. Ela, adormecida ou anestesiada pela vida, sem o "antes" que antes tinha, deixou de tomar a iniciativa, de ser fera, doce, apaixonada, louca, com estrelas no olhar. Ele ressentido e "olha para o lado". Ela já nem se importa muito com esse pormenor, afinal é um pormenor no meio do todo desanimado.

O que estão a fazer de errado? E estarão a fazer algo de errado? Ou será que as circunstâncias da vida não lhes permite mais do que isto? Terão compaixão um pelo outro nessa cumplicidade? Será essa a relação?

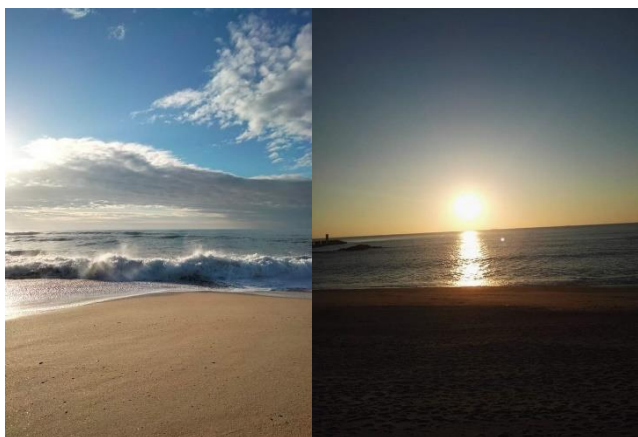
Mas é bom, em algum momento, por qualquer acontecimento, perceber que os desejos estão contidos, mas não mortos. Estranho, no mínimo, é ter sido outra mão que não a do outro, a trazer essa mensagem simpática, fenómeno que aconteceu aos dois.

Tudo tem uma razão. E, cada um deles, ao sentir-se vivo, sentiu gratidão.



Crónicas do dia a dia

Se eu conheço o Sr. José? Conheço, sim. Foi coordenador de um serviço durante quase duas décadas, foi sempre muito autêntico, o que não agrada a todos e não significa ser perfeito. Foi um excelente profissional e reconhecido como tal. Até que um dia (porque ele também tinha superiores) não concordou com uma decisão superior e fundamentou o que de flagrante havia nessa tomada de decisão. Ora, teve "azar". A sua excelência e autenticidade foi levada como afronta (porque há seres muito pequeninos, mas que estão a crescer como todos) e quando o Sr. José se deu conta, depois de ofuscado a sofrer, foi encostado noutra serviço. O Sr. José chorou muitas vezes, ele gostava mesmo do que fazia. A partir daí, ele nunca mais voltou a ser o mesmo, de excelência pouco queria, muito bom também não, e guardava a notaçãõ para um aceitável "bom" que resolveu substituir em consciência por um "suficiente". O Sr. José, digo-vos, é muito inteligente, um ser pertinente, que pensa e faz pensar. Lamento ter-se perdido, desta forma, um exemplar profissional que executava por amor. Na verdade, ele foi não resiliente que baste e desistiu, deixou de acreditar. O sistema perde verdadeiramente em situações como esta. Já o Sr. Dr. José, no seu caso, fez um luto duro, mas, como é inteligente, optou mentalmente e para si outras vias de realização, trabalha o suficiente e vive plenamente outros caminhos que decidiu explorar e fundamentar para si mesmo.



O Sr. José não foi nem é um "coitadinho", foi e é vítima de um sistema nada equilibrado e saudavelmente sustentado e, ainda, estigmatizado. Como ele, são milhares por aí. "Coitadinhos" são os que se engolem a si mesmos, não opinam quando o devem fazer, têm

lugares confortáveis que lhes roubam o principal, mesmo que de carteira cheia, e vivem uma frustração que transcende ao comum mortal. Mas, decisões são decisões, e isso vale para todos os lados e partes.



Admiro, pessoalmente, os que não desistem de ser quem são quando isso equivale a preservar valores sem preço, que são autênticos e a ambição (que é importante) não lhes rouba ou ofusca o principal.

A verdade é que não há reis nem rainhas intocáveis e que são a própria lei numa monarquia absoluta. Já o houve, e, mesmo assim, a relatividade que furou o absoluto, com tantos motores de transformação, alguns queimados na fogueira, evidenciou-se e se efetivou, senão nem sequer havia república.

O verdadeiro poder está dentro de cada um e se alguns o souberem verdadeiramente e se se juntarem, o mundo, a seu ritmo, muda. Por vezes, subitamente.

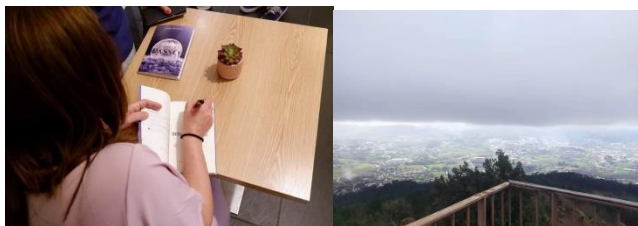
Os julgamentos fáceis são máscaras que encobrem factos de um todo. O Sr. José, atualmente e por quem não conhece a sua história, é um "não quer fazer nada, preguiçoso". E já fez tanto e contribuiu para melhorias que precisaram da sua intervenção (que teve o seu papel) para hoje se revelarem, outros

desfrutarem delas e ser normal ver o funcionamento que outrora não existia. Sim, conheço o Sr. José e tiro-lhe o chapéu. Respeito. E lamento a parte que se perdeu na sociedade profissional e nele.

No outro dia, ele apontou com o dedo, esticando o braço para a sua direita, para que o meu olhar o seguisse, e disse-me:

- Está a ver o meu carro? É este que eu vou levar um dia.

E eu ri-me.



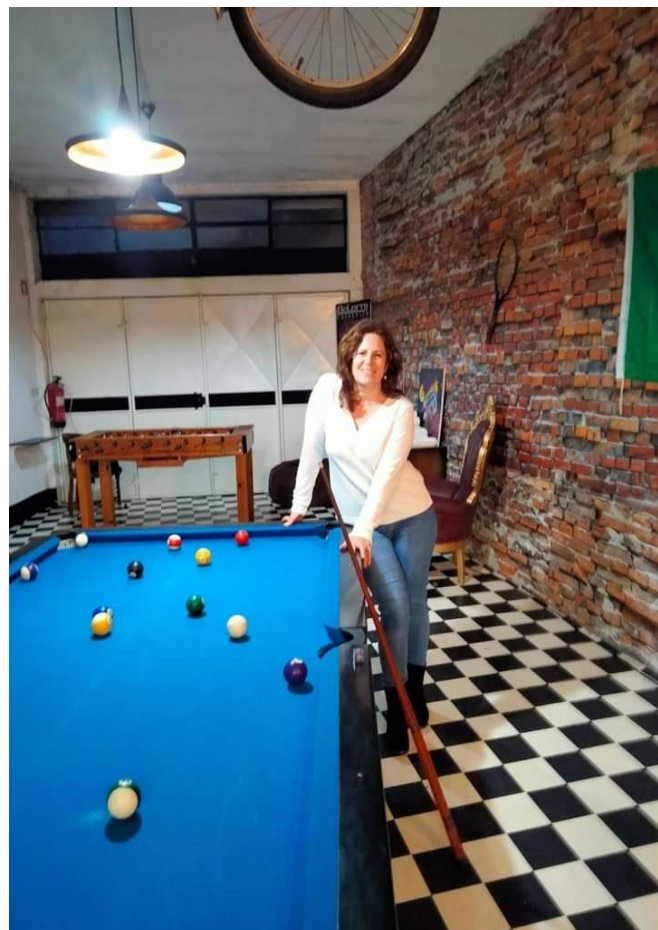
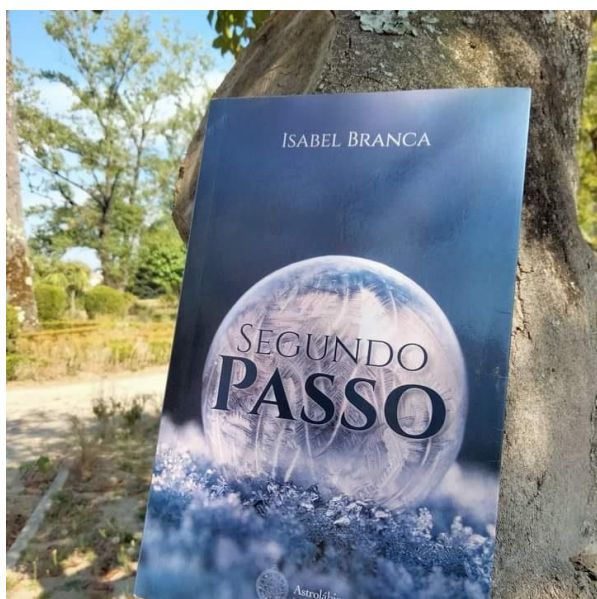
Não esperes aplausos ou manifestações para acreditares em ti.

É verdade que o calor genuíno do outro tem impacto, mas também é verdade que não deves depender disso. Até porque, muitas vezes, há quem te siga e admire em silêncio absoluto, por uma ou diversas razões que não vêm ao caso. E até porque, também há quem se incomode com o "sucesso" e felicidade alheios. A verdade é que somos todos livres, para manifestar ou não, aplaudir ou não, apoiar ou não, e mesmo para escolher denegrir ou fazer qualquer coisa contrária ao apoio.

Somos mundos individuais, num só mundo.

Acredita em ti, apoia-te.

Cada um vive com os seus valores. Somos livres, mas prisioneiros de nós mesmos.



Os "Cansados"

Os "cansados" ou não comem ou comem muito, ou estão magros ou gordos, ou têm a mais ou a menos.

O equilíbrio não tem terreno fértil nos cansados.

Os cansados ou deram muito ou muito pouco, mas sempre muito. Caminham autómatos sem fresca energia, alguns renderam-se, outros sempre foram rendidos da vida.

Os cansados arrumaram os sonhos em prateleiras, grande parte já não sabe onde e nem que sonhos.

Os cansados fazem desfile, em volume, por aí.

Há cansados com corações muito magoados e outros com carimbos de vazio, em que a dor nem foi muita nem tão pouca, é vazio.

Vivem por viver, arrastam consigo a vida como peso imensurável numa filosofia "tem que ser".

Para os cansados, uma noite de sono recuperadora não resulta, têm que verdadeiramente viver.

Isabel Branca

A Fotografia e a Morte

por Catarina Araújo Ribeiro e César Rodrigues

Na contemporaneidade, **através das fotografias, testemunhamos a morte à escala global.** É-nos mostrada como evidência da fisicalidade transformada num evento passado, efémero e finito, desde a iminência da morte no confronto entre *a criança e o abutre*, registada por Kevin Carter, ao instantâneo da morte na *execução de Saigão*, fotografado por Eddie Adams, ou o *"falling man"* - o homem que cai de uma das torres gémeas no 11 de Setembro - captado por Richard Drew.

Roland Barthes, no ensaio clássico *Camera Lucida*, diz que os fotógrafos, os jovens fotógrafos, sem o saberem, são, na realidade, agentes da morte. O instante do "click" é, no imediato, passado. Para Barthes, a fotografia dessacralizou a morte, tornando-a assimbólica e coloca-a fora das esferas da religião e do ritual. Substituímos a monumentalização dos falecidos, realizada através da partilha das memórias que deles temos, pela prova do que existiu no passado.

Mas a relação entre a fotografia e a morte não é fruto da contemporaneidade. É uma relação Moderna, existindo desde praticamente a invenção da fotografia. São disso exemplo as **fotografias *Post-Mortem*, no século XIX, que a austera rainha Vitória ajudou a popularizar**, mas cuja prática social é fruto de condições económicas e sociais. A diminuição do custo da fotografia e o florescimento de um mercado fotográfico, a par da enorme taxa de mortalidade, tornaram comuns as fotografias da criança

falecida - elas são as mais fotografadas - com a particularidade de surgir em pose, como se estivesse viva. Vestida com solenidade religiosa, deitada, sentada ou em pé, suportada por estrutura em madeira, rodeada dos brinquedos preferidos e dos irmãos. Esta prática coletiva, pensada agora como algo estranha – exceto, talvez, pelo colecionar contemporâneo, resultado da moda e vontade de preservar a fisicalidade dos que partiam cedo demais, chega até nós como registos históricos e como ironia. **Naquelas fotografias ninguém está vivo.**

A ironia persiste no espetáculo da morte, no século XX. O automatismo do mecanismo e a facilidade do uso, por contraponto à pré-moderna pintura, enquanto meio de retrato, possibilita o registo de situações inesperadas, de leituras aparentemente lineares. Diz a filosofia indiana que o mundo dos Deuses é o contrário do mundo dos homens, o partido é uno e o direito é o esquerdo. **No mundo do Homem fotógrafo é necessário conhecer a história de cada fotografia para perceber o propósito e a consequência,** donde podem resultar interpretações opostas ao esperado, de confronto entre as dimensões espiritual e a material.

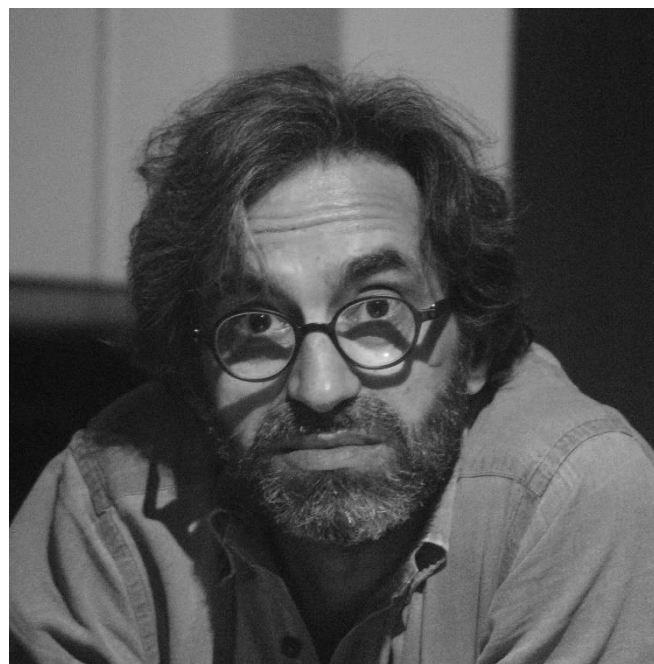
Prostramo-nos perante a fotografia que Theresa Frare tirou a David Kirby. **Um ativista Gay, numa cena bíblica, um Jesus Cristo nos últimos momentos nos braços de Pietá, nos braços do pai e rodeado pela família.** A cena é tão perfeita, que parece encenação vil do *marketing* da *Benetton* – responsável pela sua divulgação planetária – mas tudo, ou quase tudo, nesta fotografia, é inadvertido e inesperado. David Kirby pediu aos pais para morrer em casa (a redenção). Foi inadvertido a fotógrafa estar ali naquele dia e ter sido solicitado, pelos pais de

Kirby, para que entrasse no quarto, e talvez Theresa Frare não esperasse desenvolver a empatia com os doentes de Sida que fotografou. E é inesperado que, perante a polémica suscitada pelo uso da fotografia por parte do *marketing* de uma empresa, os pais de David Kirby tivessem afirmado que, ao contrário do que era dito publicamente, eram eles que usavam a empresa para alterar a perceção pública da Sida e dos seus pacientes.

Na fotografia *"Burning Monk"*, de Malcolm Browne, outro ícone fotográfico do século XX, o sentido da relação é o oposto. A entrevista de Malcolm Browne à *Time* é lapidar. Contrariamente à primeira leitura, **Malcolm Browne não nos fez testemunhas globais de um ato espiritual, antes observadores da morte transformada num espetáculo encenado**, com o propósito de influenciar a relação de forças entre credos religiosos. Para compreender aquela fotografia na totalidade é imperioso regressar ao passado longínquo do século XV, tempo em que o Budismo perdeu a posição de religião de Estado. O espetáculo é explicado pela dinâmica da história que precedeu as personagens e por acontecimentos do seu tempo, por um lado inserido no movimento de recuperação do poder religioso, por outro como protesto contra o tratamento discriminatório da autoridade política.

Isto remete para dois últimos aspetos. A fotografia enquanto meio autónomo de explicação social e a relação entre a fotografia e a morte interpretada nas perspetivas materialistas e metafísicas. A primeira dimensão é de mais fácil resolução, porque basta para isso pensar que a palavra continua a ser o meio mais usado em qualquer suporte tecnológico para explicar. A

segunda, trata da **maior dúvida da Humanidade**. A fotografia não a resolve. Sendo uma invenção da Modernidade, sendo prática e física, trata a morte na dimensão materialista, como testemunho do corpo efémero. Falta-lhe a profundidade da especulação filosófica.



Catarina Araújo Ribeiro

e

César Rodrigues

Destinos

Momentos

Tomar e a Festa dos Tabuleiros



Tomar é uma cidade portuguesa, pertencente ao distrito de Santarém, no coração do Ribatejo. A cidade de Tomar é conhecida pela sua beleza e pela sua história intimamente ligada aos Templários.

De quatro em quatro anos, as ruas desta cidade enchem-se de cores, flores e alegria para acolher a Festa dos Tabuleiros, uma das maiores festividades do país e também do mundo. Esta Festa remonta ao culto do Espírito Santo, instituído no Séc. XIV.

“Do Povo para o Povo” tem sido o lema escolhido pela Comissão Central da Festa.

A cidade templária prepara-se para receber milhares de visitantes que vivem esta Festa, já considerada Património Cultural Imaterial, no Inventário Nacional.

Estive à conversa com Mário Formiga, o tomarense que é também o Mordomo escolhido pelo Povo para a próxima Festa dos Tabuleiros que se realizará este ano, de 1 a 10 de julho.

Célia Evaristo - Tomar prepara-se para receber mais uma Festa dos Tabuleiros. Qual a palavra que escolheria para caracterizar esta Festa?

Mário Formiga - É difícil uma única palavra resumir uma Festa tão complexa. Usaria possivelmente o “Povo”.

Célia Evaristo - Qual o significado desta Festa?

Mário Formiga – Essencialmente, pretende-se manter a tradição e legá-la aos vindouros, estou certo de que a intervenção de todos os participantes fará enaltecer tal intuito.

Célia Evaristo - Sendo que a Festa se realiza de 4 em 4 anos, qual o tempo de preparação da mesma?

Mário Formiga - O trabalho começou logo após a decisão dos Tomarenses de avançar para uma nova Festa, em 2023, e me aclamou como Mordomo, ou seja, em abril do ano passado, em que o Povo se alinhou para a complexidade de todos os momentos.



Célia Evaristo - A Festa dos Tabuleiros é feita por quem? Que pessoas estão envolvidas?

Mário Formiga - Tenho por hábito dizer que todos os Tomarenses estão imbuídos de Festa, ora por uma participação direta ora por ter algum familiar envolvido, sendo certo que igualmente muitos outros voluntários nacionais e até estrangeiros participam nesta união de cerca de 5000 pessoas e com os apoios institucionais, bem como patrocinadores, se unam nesta expressão festiva.

Célia Evaristo - Qual tem sido a sua participação, até aqui, na Festa dos Tabuleiros?

Mário Formiga - A minha colaboração na Festa teve a mão do Mordomo Luís Santos, em 1995, e faço parte da Comissão Central, a convite do Mordomo João Vital, que realizou as Festas de 2007, 2011, 2015 e, igualmente com a primeira Mordomo Maria João, em 2019, onde fui co-Mordomo Setorial das Ruas Populares Ornamentadas, nessas 4 Festas.



Célia Evaristo - O que sentiu ao ser escolhido pelo povo tomarense para assumir a função de Mordomo, na Festa deste ano?

Mário Formiga - Desde logo, um enorme orgulho e ter a responsabilidade de realizar uma nova Festa melhor do que a anterior. Estava convicto

da adesão de todos e, assim, alguns temas ficaram fáceis e outros mais complexos também foram sendo resolvidos. A Festa com a primeira saída de Coroas no Domingo de Páscoa está na Rua.



Célia Evaristo - Qual é a função do Mordomo na Festa dos Tabuleiros?

Mário Formiga – Tem, inicialmente, de ser o timoneiro da Comissão Central, que, depois, se estende a cada interveniente que tem acesso direto à minha pessoa, em caso de necessidade. Sou mais uma pessoa nesta Festa, tenho é a inerência de ser o primeiro responsável e de decidir, quando necessário.



Célia Evaristo - Quais são os principais momentos desta Festa?

Mário Formiga - O culto consiste num amplo contexto de minuciosas cerimónias rituais, tanto de carácter religioso como de expressão festiva,

iniciadas com o Cortejo das Coroas em Domingo de Páscoa, o Cortejo dos Tabuleiros e culminando com a distribuição generalizada de géneros alimentares, a Pêza.

A isto se deve acrescentar a participação de todas as freguesias do concelho e as atividades complementares que dela fazem parte o Cortejo dos Rapazes, Jogos dos Rapazes, Cortejo do Mordomo, Cortejos Parciais, Ruas Populares Ornamentadas e Jogos Populares, que são completadas com os diversos Espetáculos e Eventos Culturais, ao longo dos 10 dias.



Célia Evaristo - Qualquer pessoa pode participar no Cortejo da Festa dos Tabuleiros?

Mário Formiga - Tem existido uma boa receptibilidade, este ano até suplantou expectativas. A Festa está viva e as normas que cada Junta tem implementado restringem naturalmente a participação, há pressupostos que têm de ser cumpridos.

Célia Evaristo - Como são feitos os Tabuleiros? Há regras específicas na sua realização?

Mário Formiga - Sim, há uma certa arte na montagem de um Tabuleiro, de forma a torná-lo uma peça de singular presença. O Tabuleiro tem

várias artes tradicionais, como a cestaria, as flores de papel para a devida ornamentação, a latoaria e a costura, com a confeção da toalha ou saia que tapa o cesto e da rodilha que auxilia o transporte do Tabuleiro.



Célia Evaristo - Como é o vestuário de quem participa no Cortejo? Que cores predominam?

Mário Formiga - Os tabuleiros são levados à cabeça por mulheres trajadas de branco com uma fita colorida a cruzar o peito, acompanhadas por homens vestidos com uma camisa branca, calças escuras, barrete ao ombro e gravata da cor da fita da rapariga, todos estes conjuntos criam uma paleta de cores ímpares aos visitantes.

Célia Evaristo - O que espera da Festa dos Tabuleiros que se realizará este ano?

Mário Formiga - Logo à partida, que todos os tomarenses tenham orgulho da sua Festa que preparamos durante estes largos meses, para preservar a tradição desta que é considerada das mais antigas e uma das maiores manifestações religiosas e culturais do mundo.

Célia Evaristo - Quer deixar uma mensagem ou um convite a quem nos lê?

Mário Formiga - Que venham encantar-se a Tomar é naturalmente o convite que se adapta. O Cortejo mais conhecido de dia 9 de julho não é, contudo, o único momento plausível para uma visita, tanto que é igualmente o que tem mais afluência, pelo que no dia 8 de julho tem igualmente um Cortejo denominado Parcial, tem todos os elementos salvo a parte religiosa. Da mesma forma, no dia 2 de julho, há o Cortejo dos Rapazes, onde participam os mais novos e, olvidando o termo, é uma réplica do cortejo principal, sem esquecer as mais de 30 ruas populares ornamentadas que têm a sua inauguração na noite de dia 5 de julho, ou os 10 dias de espetáculos de entradas livres com nomes do panorama nacional, pelo que há mais do que motivos para fazer uma visita a Tomar.



O meu agradecimento ao Mário Formiga que, desde logo, mostrou disponibilidade em participar desta conversa e que tão bem nos

demonstrou, em palavras, a beleza e singularidade desta Festa.

Fica o convite: visitem Tomar e deixem-se encantar pela beleza da cidade e da Festa dos Tabuleiros.



(Fotografias: Comissão Central da Festa dos Tabuleiros)

Nota: Por alteração editorial da periodicidade, não foi possível publicar este artigo antes da Festa dos Tabuleiros.



Célia Evaristo

celia.evaristo.1980@gmail.com

<https://www.facebook.com/celiamsevaristo.escritora>

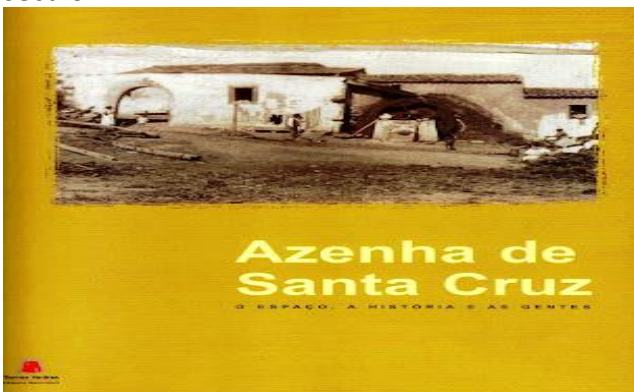
Azenha de Santa Cruz – Regresso ao Passado

A Azenha de Santa Cruz é um dos vários pontos de interesse turístico da aldeia de Santa Cruz, Silveira, Torres Vedras; sendo, também, um marco histórico.



Foto Carla Pimenta

Edificada entre a segunda metade do século XV e as três primeiras décadas do século XVI, esteve em funcionamento até às décadas de 50/60 do século XX.



<http://www.cm-tvedras.pt/municipio/de-porta-aberta/?id=2892>

Originalmente, teve o nome de “Azenha de Santa Cruz de Ribamar”, em forma de alusão ao local onde fora construída – uma arriba marítima, numa zona despovoada com esse nome, esta azenha era movida pela água de um ribeiro que fora propositadamente desviado para o efeito.



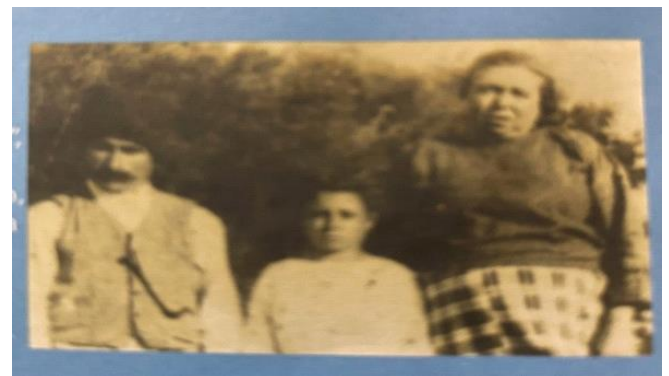
<http://patrimoniidetorresvedras.blogspot.com/2>

[011/09/monumentos-classificados-azinha-de.html](http://patrimoniidetorresvedras.blogspot.com/2011/09/monumentos-classificados-azinha-de.html)

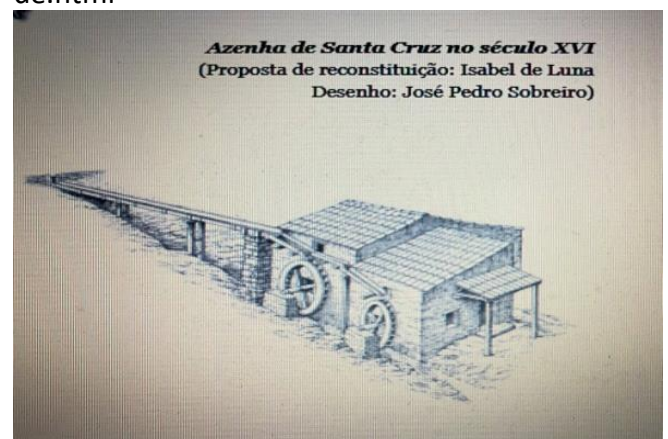
Junto à Azenha, no extenso areal da Praia do Guincho, existiam grandes campos de cultivo de cevada e de vinha, no chamado Vale da Azenha.

Com a expansão urbanística de Santa Cruz, dá-se a queda das atividades tradicionais da Azenha, o complexo entra em declínio, levando a que, por volta do ano de 1955, seja totalmente encerrado.

Maria Luísa, António da Luz dos Santos e os seus seis filhos foram os últimos moleiros deste complexo. Maria Luísa, conhecida entre as gentes do concelho de Torres Vedras como “Ti Luísa da Azenha”, viveu na Azenha, desde 1922 até 1960. A profissão de moageira, herdou-a da sua madrinha, com quem fora viver aos 4 anos. Toda a sua família, marido e filhos desempenhavam funções relacionadas com a moagem do grão.



<http://patrimoniidetorresvedras.blogspot.com/2011/09/monumentos-classificados-azinha-de.html>



Em 1997, é classificada pelo IPPAR como Imóvel de Interesse Público. Atualmente, o edifício reúne um conjunto de valências: Posto de Turismo, desde 21 de junho de 2009, onde se realiza o atendimento dos visitantes, promovendo o concelho de Torres Vedras, nomeadamente no

que respeita a restauração e alojamento Centro Interpretativo. Aqui, a história do edifício, a moagem do cereal e o fabrico do pão são dadas a conhecer.



Foto Carla Pimenta

Funciona, também, como extensão da Biblioteca de Praia, tendo acesso gratuito à internet, publicações periódicas para leitura no local ou a requisição de livros (nos meses de inverno).



Foto Carla Pimenta

Durante os meses de verão, nomeadamente de junho a agosto, neste espaço realizam--se várias atividades de natureza cultural, em especial a animação *Onda de Verão*: Encontro Internacional de Aguarela de Santa Cruz, exposições, *workshops* variados entre outras.



<https://www.rtvon.pt/2022/07/21/azinha-de-santa-cruz-com-exposicao-sobre-a-sua-historia/>

Horário de funcionamento

Horário de inverno: terça a domingo, das 10h00 às 13h00 e das 14h00 às 18h00.

Horário de verão (julho a agosto): segunda a domingo, das 10h00 às 22h00.

Fontes de Pesquisa:

http://www.monumentos.gov.pt/Site/APP_Pages/User/SIPA.aspx?id=6338

<https://natural.pt/protected-areas/paisagem-protegida-local-serras-socorro-archeira/infrastructures/centro-de-interpretacao-da-azinha-de-santa-cruz>

<http://patrimoniode Torres Vedras.blogspot.com/2011/09/monumentos-classificados-azinha-de.html>

<http://www.cm-tvedras.pt/municipio/de-porta-aberta/?id=2892>

<https://historiasdetorresvedras.wordpress.com/2010/06/20/azinha-de-santa-cruz-2/>

<https://freguesiasilveira.pt/directory/azinha-de-santa-cruz/>



Carla Pimenta

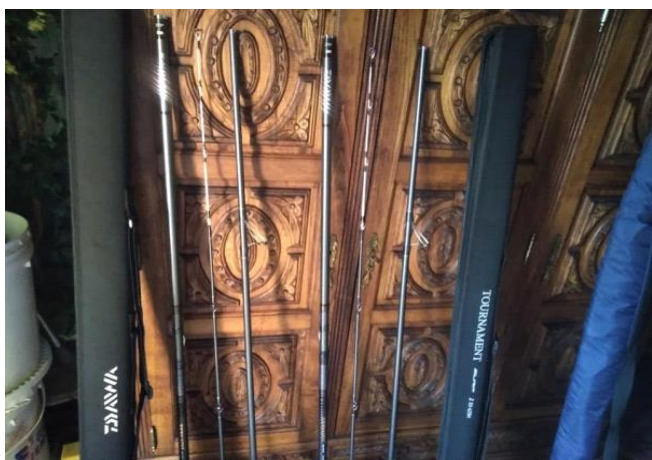
A pesca à cana

Desporto solitário ou momento de introspecção

A pesca é definida como sendo “...um desporto que consiste em apanhar peixe, de água doce ou salgada, com uma cana, linha e anzol.” (Infopédia), mas será assim tão simples e linear? Para conseguir entender um pouco mais sobre este desporto que me transmite uma sensação de solidão ou de introspecção, ouvi atentamente Vítor Fernandes sobre uma jornada de pesca.



Na sua opinião, o “ir à pesca” começa pelo estudo das luas e marés, condições atmosféricas, temperatura das águas a fim de determinar qual o melhor dia e hora, pela escolha do “quintal” onde pescar, a preparação de todo o equipamento de pesca, nomeadamente as canas com todos os seus utensílios e o isco a usar, tudo de acordo com o peixe que se pretende apanhar.



Vítor Fernandes diz que não é tarefa fácil passar uma noite junto ao mar nesta demanda que tantas vezes faz e que lhe dá um especial gosto quando a faina é farta. Ainda assim, quando o peixe é escasso e o seu retorno a casa é feito apenas com alguns peixes no balde, não desiste

de voltar outra noite, quando as condições necessárias se reunirem. O gosto pelo mar é algo que não o deixa desistir.

Entre douradas, robalos, linguados, corvinas ou raias, Vítor já pescou um pouco de tudo. O sabor único que encontra naquele pescado quando em família o degustam é algo que o impele a voltar para junto do mar em novas demandas.

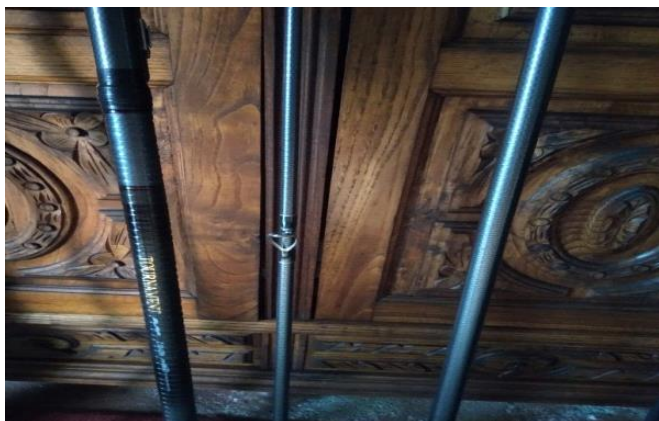


Vítor salienta que, para além de todo o trabalho de rectaguada feito, é necessário ter capacidade de resistência, tendo em conta que uma noite é passada acordado junto ao mar, andando de um lado para o outro, quer na procura de acompanhar o seguimento da maré, quer nos cuidados com as canas, quando mais que uma é colocada nas areias, assim como paciência para a espera da mordida do peixe no isco colocado no anzol, algo que pode demorar algum tempo a acontecer.



A qualidade quer do isco quer das canas pode influenciar todo este acto de capturar peixe, pelo que Vítor procura sempre um bom isco, assim como canas que reúnam características como “...um misto de potência, leveza e também alguma sensibilidade (o que as distingue de outras topo de gama) embora tenham sensibilidade são canas muito potentes, o que

permite que sejam canas extremamente polivalentes...”.



A pesca nocturna, para Vítor, deve-se ao facto de ser mais fácil capturar exemplares de maior porte, haver uma maior possibilidade de escolha do local onde coloca as suas canas, durante o dia torna-se difícil devido aos surfistas, ao número de pessoas que estão na praia a usufruir da mesma, uma vez que é durante os meses de verão que efectua a sua actividade piscatória.



O acto de pescar pode ser visto como comercial, neste caso específico de pesca à cana/linha o pescado poderá ser para um comércio pessoal e local entre amigos, nunca será de grande amplitude; competitivo, em que os intervenientes competem entre si pelo melhor pescado, que será avaliado por um júri; ou meramente de lazer, devido aos momentos de relaxe, de introspecção que o acto de pescar pode proporcionar, estando junto ao mar.

A pesca, uma das actividades ancestrais iniciadas para a subsistência do ser humano é hoje, para pescadores como Vítor Fernandes, um acto de puro lazer, um contacto com o mar, momentos

de contemplação a um mundo que merece todo o nosso respeito.

Se ao iniciar este artigo mencionei que esta actividade “me transmite uma sensação de solidão ou de introspecção”, afirmo, agora, que contemplação, admiração e gratidão são as palavras-chave retidas na conversa com Vítor Fernandes.

Fica a sugestão de uma noite dessas embarcar numa aventura de pesca à cana.



Fontes de pesquisa:

[https://www.infopedia.pt/apoio/artigos/\\$pesca](https://www.infopedia.pt/apoio/artigos/$pesca)

<https://www.pesca-pt.com/linhas-pesca>

Opinião de Vítor Fernandes

Fotos de Vítor Fernandes e Maria Júlia Magalhães

Todo o artigo é escrito sem Acordo Ortográfico.



Carla Pimenta

Solidariedade





Evento Solidário Fim de Ano

Por norma, escrevemos um artigo por cada evento que realizamos e nunca realizamos dois eventos para a mesma causa. Desta vez, decidimos abrir uma exceção, tanto no testemunho, como na causa. O artigo deste mês é sobre dois eventos realizados para a mesma pessoa, e passamos a explicar porquê.

Sandro, residente no Casal Pinheiro, teve um acidente de viação, em 2002, com 22 anos de idade, ficando 15 dias em coma e 3 meses no hospital. Um acidente que o deixou numa cadeira de rodas. Trabalhava na construção civil, na altura, e, até hoje, está desempregado, recebendo apenas o PSI.

Decidimos, então, ir conhecer o Sandro.

Pessoa humilde e com uma disposição para a vida que faz inveja a muita gente. O Sandro prefere sempre ver o copo meio cheio. Tivemos a oportunidade de estar em casa dele, onde o próprio, e com as limitações que tem, vai remodelando o espaço, seja em canalizações, mosaicos, azulejos ou eletricidade.



Ele próprio, com a ajuda de alguns amigos está a reconstruir a sua casa e a adaptar às suas necessidades. Todos os dias são dias com desconforto, pelo facto de ter a casa em construção há anos e de a mesma não estar preparada para a sua condição atual. Uma situação tão banal com tomar banho, para o Sandro é uma ginástica diária, assim como movimentar-se pela casa de uma forma fluida. De tudo um pouco ele vai fazendo, para realizar o seu sonho de ter uma casa funcional e adaptada.

Ribatejo TentAjudar reuniu-se para decidir como ajudar o Sandro. De entre várias ideias, surgiu a de um almoço solidário. Como estávamos a entrar em dezembro, lá começámos a tratar do Almoço de Fim d'Ano, que todos os anos fazemos com uma vertente solidária. Este ano, decidimos que seria o Sandro o nosso novo amigo.



Ribatejo



tentAjudar

Almoço fim de ano

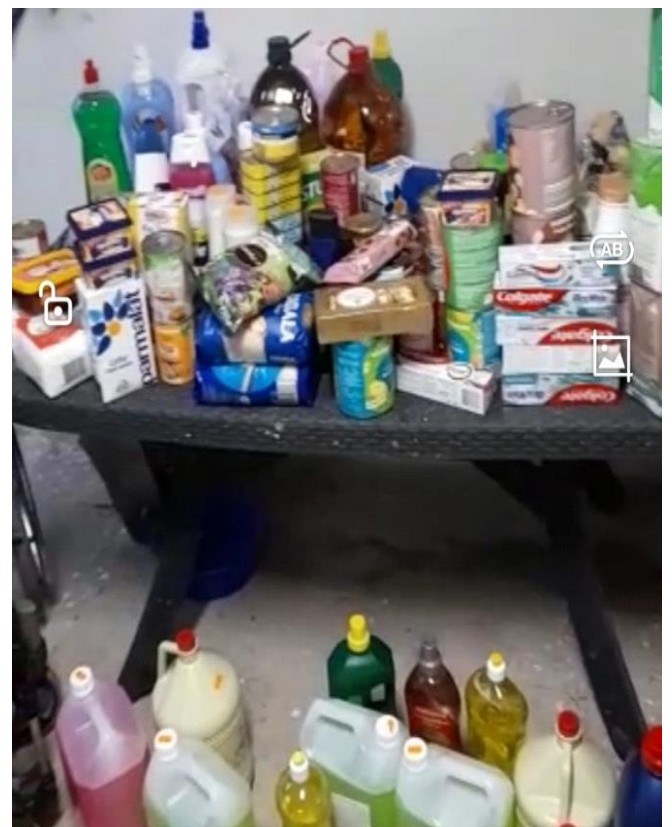


Solidário



Como posso AJUDAR o SANDRO:
 Arroz; Massa; Atum; Salsichas; Nestum;
 Leite; Azeite; Óleo; Detergente da Roupa;
 Amaciador; Pastas de dentes; Gel Banho

Mais uma vez, o objetivo foi realizado com sucesso e lá fomos nós entregar tudo o que conseguimos juntar nessa tarde de dezembro.



Passou-nos pela cabeça ir à procura de pedreiros, canalizadores, enfim, pessoas para ajudar o Sandro, mas sem entendermos nada de obras, nem conhecermos ninguém disposto a ajudar a baixo custo, decidimos ajudar, onde sabíamos que conseguíamos. Alimentação, produtos de limpeza de higiene pessoal.

Fizemos o apelo entre as pessoas que foram convidadas para o almoço solidário, cuja receptividade foi excelente. Com um número de pessoas acima da média dos últimos anos, pois decidimos juntar algumas que estiveram a ajudar-nos no evento que antecedeu a este (novos amigos que vamos ganhando a cada evento que fazemos).

Como temos escrito várias vezes, a cada evento que fazemos, ganhamos um amigo e o Sandro não foi exceção. Não é nosso costume perder o contacto com as pessoas que vamos ajudando e, em fevereiro de 2023, recebemos uma triste notícia, através de sms. Soubemos que no fim do ano de 2022, o Sandro teve um acidente à lareira, e teve de ser internado e sujeito a algumas intervenções cirúrgicas. Felizmente, nada de muito grave, mas o suficientemente mau para ter que passar umas temporadas no hospital. Entre internamentos, enxertos de pele, anestésias, etc., Sandro precisava da nossa ajuda, mais do que nunca. Como referi anteriormente, Sandro tem uma mentalidade de lutador e a frase... aconteceu," vamos viver com isto, pois para a frente é que é caminho", foi a mensagem que ele passou. Por sabermos de mais este azar que lhe bateu à porta, decidimos voltar a ajudar. O infortúnio de Sandro abriu uma exceção à nossa "regra". Decidimos fazer de maneira diferente e, em vez de abirmos o evento às pessoas que nos vão ajudando, dia após dia, decidimos fazer um evento com um grupo que também temos no coração.



Os administradores do grupo Ribatejo tentAjudar fazem parte de vários grupos, entre os quais um de Peregrinos, intitulado "Tenegrinos". Este ano, e devido ao que aconteceu ao Sandro, decidimos lançar o desafio ao grupo de Tenegrinos para o ajudarmos. Sem hesitar, a resposta, como já esperávamos, foi positiva, afinal de contas, este grupo de Tenegrinos sabe bem o que é sacrifício e espírito de entreaajuda.

Dezenas de sacos cheios de comida foram aparecendo à medida de que as pessoas iam chegando para a peregrinação. Muita fé, dezenas de promessas a serem feitas e outras tantas a serem cumpridas, lá foi este grupo maravilhoso com a primeira missão solidária cumprida. Já saímos de Azambuja com uma vantagem emocional. Pela primeira vez enquanto grupo de Tenegrinos, a satisfação de dever cívico cumprido antecedeu à sensação que só quem é peregrino sente e não se consegue descrever em palavras. Mais do que um grupo de Peregrinos ou um grupo de amigos, as pessoas que formam este grupo são verdadeiramente seres humanos com um coração de ouro.

Como é nosso apanágio, fica o desafio.

Ajudem o Sandro.

Se têm material de construção de que não necessitam ou se trabalham em construção civil, tirem uma manhã/um dia, para ajudar o Sandro, e, certamente, nunca mais serão os mesmos.

Ribatejo



Os administradores do grupo Ribatejo tentAjudar, fazem parte de um grupo de peregrinação intitulados "Tenegrinos". Este ano e devido ao numero de casos que queremos ajudar, decidimos lançar o desafio ao grupo de Tenegrinos para angariarmos alimentos e produtos de higiene para o Sandro. A aceitação foi imediata, e a todos o nosso muito obrigado.



Sandro, residente no Casal Pinheiro teve um acidente de viação em 2002, com 22 anos de idade, ficando 15 dias em coma e 3 meses no hospital. Acidente que o deixou numa cadeira de rodas. Trabalhava na construção civil na altura e até hoje está desempregado, recebendo apenas o PSI. Tivemos a oportunidade de o ajudar o ano passado e temos por regra não repetir ações para a mesma causa, mas infelizmente, em dezembro de 2022, teve um acidente à lareira onde teve de ser internado e sujeito a algumas intervenções cirúrgicas por sabermos de mais uma azar que lhe bateu à porta, decidimos voltar a ajudar.



Obrigado a todos

TENEGRINOS

Ribatejo



Evento Solidário – Crianças de Risco

Ser criança é poder ser alegre apenas com o amor no coração. No dia da criança, no ano de 2022, decidimos pegar naquelas que são a promessa inocente de um futuro melhor, mas que no presente tiveram a infelicidade de não terem a sorte de nascer no seio de uma família estruturada, e lá fomos nós com estas crianças ao Oceanário de Lisboa. Como sempre, com a ajuda fundamental da instituição que os acolhe ABEIVE (A Associação para o Bem-Estar Infantil de Vialonga), que dispõe de um Centro de Acolhimento Temporário (CAT), cuja missão é garantir o acolhimento de crianças que, pelas mais variadas formas de maus tratos, se encontram em situação de perigo, promovendo o seu enquadramento técnico (jurídico, clínico, social e pedagógico), e que, mais uma vez, acolheu a nossa iniciativa, de coração aberto. Para nós, “Ribatejo TentAjudar”, um grupo cheio de ideias, mas sem apoios para os eventos que queremos realizar, lá partimos novamente para as nossas redes sociais, a pedir “padrinhos” para conseguirmos proporcionar um dia diferente a estes guerreiros.

DIA DA CRIANÇA 2022
(ABEIV/CAT)

Missão: garantir o acolhimento de crianças que pelas mais variadas formas de maus tratos se encontram em situação de perigo,
promovendo o seu enquadramento técnico (jurídico, clínico, social e pedagógico).

Com o intuito de levar estas crianças ao oceanário de Lisboa, vimos pedir o vosso apadrinhamento no valor de **5 peixes**, para podermos realizar mais esta surpresa a estes guerreiros.

O apadrinhamento fecha assim que consigamos o valor necessário para todas as crianças

Contactos: ribatejotentajudar@gmail.com
TLM: 919784215 - 916758315

Ribatejo tentAjudar

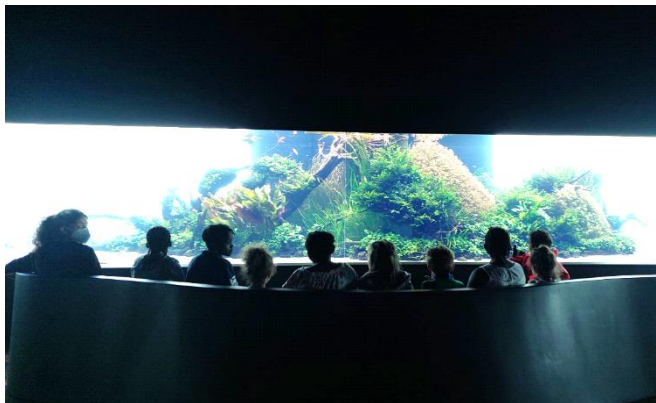
Uma iniciativa mais uma vez muito bem apadrinhada, pois, pela primeira vez, tivemos mais padrinhos do que crianças. Facto que não nos surpreendeu, pois sentimos cada vez mais o apoio de quem nos ajuda e o orgulho de participarem nas nossas atividades. Com esta agradável ajuda, não só conseguimos comprar os bilhetes para todas as crianças, como ainda conseguimos comprar brinquedos, que entregámos aos responsáveis pelas crianças, para que fossem colocados ao dispor de todos os meninos na instituição.



Contrariamente ao que aconteceu no nosso evento do cinema, estes miúdos estavam eufóricos, sentia-se alegria e felicidade no meio daquela barulheira que lhes é tão típica. Ainda não tínhamos entrado e já sentíamos que tinha sido uma aposta ganha.



E viva o NEMO (Peixe Palhaço), as Estrelas-do-Mar, Peixe-Balão, o aquário gigante, o cavalo-marinho e todos os milhões de peixes que eles tiveram oportunidade de ver e conhecer.



Duas horas depois, tiveram conhecimento de um mundo completamente novo para todos eles. Saíram crianças mais cultas, mais felizes e mais sensibilizadas de que temos de preservar o nosso mar e defender os Oceanos.



Mesmo antes do abraço final, ainda tivemos tempo para gastar os últimos trocos que nos restavam, e lá fomos todos para a *roulotte* dos gelados, acabando pela diferença de valor ser suportada pelo grupo, com muito gosto.



Graças a uma pequena iniciativa de um pequeno grupo de amigos e com os padrinhos certos, voltámos a ver sorrisos em crianças que apesar de estarem a ser seguidas e tratadas com o máximo de atenção e profissionalismo na instituição onde residem, sabemos de antemão que o futuro não lhes será fácil. Como é evidente,


desejamos o melhor do mundo para todos elas e esperamos continuar a ter a oportunidade de sermos uma mais-valia no seu crescimento.

Esta foi a nossa segunda atividade com estas crianças, enquanto grupo. O sentimento final de dever cívico cumprido, o orgulho de proporcionar um dia diferente, com muita alegria, a todas elas, foi, sem dúvida, a nossa recompensa. Ultrapassar os medos da nossa inexperiência, o receio de falhar e desiludir e sentir o apoio de quem nos segue foi a nossa melhor motivação. Dá--nos força para continuar a tentar realizar este tipo de desafios.

Como é nosso apanágio, ficam dois desafios: Precisamos de ajudas para continuar a proporcionar este tipo de eventos às crianças:

- Sigam-nos nas nossas redes sociais e ajudem-nos no apadrinhamento as nossas causas.
- Caso exerçam algum trabalho onde seja possível passar um bom tempo com as instituições que apadrinhamos, a preços acessíveis, por favor, contactem-nos, para avaliarmos juntamente com escolas/instituições a possibilidade de irmos.








Ribatejo

tent Ajudar

DIÁ DA CRIANÇA 2022

(ABEIV/CAT)


Missão: garantir o acolhimento de crianças que pelas mais variadas formas de maus tratos se encontram em situação de perigo,
promovendo o seu enquadramento técnico (jurídico, clínico, social e pedagógico).


ABEIV







Com o intuito de levar estas crianças ao oceanário de Lisboa, vimos pedir o vosso apadrinhamento no valor de **5 peixes , para podermos realizar mais esta surpresa a estes guerreiros.**

O apadrinhamento fecha assim que consigamos o valor necessário para todas as crianças


Oceanário de Lisboa
Sempre diferente.

Contactos: ribatejotentajudar@gmail.com
TLM: 919784215 - 916758315

 *Ribatejo tent Ajudar*



Caminhada Solidária - Francisco

Francisco, uma criança de 24 anos a quem a vida pregou uma rasteira.

Filho de pais desempregados e com 1 irmão menor, Francisco sofre de Paralisia Cerebral Isquémica. Não é autónomo, não tem força nos membros superiores e inferiores, não anda, não come sozinho e é totalmente dependente.

Não faz fisioterapia, pois, segundo os pais, o Francisco não tem a mínima hipótese de recuperação ou de melhoria. A agravar ainda mais, os pais não têm meios de transporte próprio, o que dificulta qualquer deslocação, seja para um hospital ou centro de tratamentos.

A alimentação do Francisco é à base de papas e sopas. Toda a alimentação tem de ser triturada/passada, dada a dificuldade de ingerir.

Este caso captou as atenções do grupo **Ribatejo tentAjudar**, quando, sem querer, reparámos num evento, onde o pai estava a tentar vender peças em artesanato que o próprio fazia, a fim de conseguir comprar fraldas para o filho. Sem hesitar, o Francisco passou a ser uma das prioridades nas nossas ações de solidariedade. Como é nosso apanágio, pedimos uma reunião com a família, no intuito de apurarmos como podíamos ajudar (alimentação, fisioterapias, aparelhos ortopédicos). Enfim, tínhamos a causa, faltava-nos o objetivo. Ficou decidido que o que o Francisco necessitava eram cremes gordos,

produtos de higiene e alimentação muito específica.

Família simpática e humilde, que tivemos a oportunidade de conhecer.

Com o apoio de alguns amigos, lá decidimos partir para a nossa segunda caminhada solidária. Apenas 5 Km, numa mata histórica, herdeira do pinhal de Azambuja: A Mata Nacional das Virtudes. É o cenário ideal para caminhadas ou passeios por trilhos onde a natureza revela o seu esplendor.



Apesar de termos uma surpresa preparada para todos os participantes, também nós fomos apanhados de surpresa com algumas pessoas que vieram em nosso auxílio

Artesãos ofereceram-nos o nosso logotipo em forma de coração, outros sortearam rifas e, no final, ofereceram à causa o valor angariado.



Tivemos quem, na véspera, depois de um dia de trabalho, ainda tenha ido para a cozinha fazer broas para 150 pessoas, assim como quem tenha abdicado de festejar um fim de semana de aniversário de casamento para nos ajudar a fazer bifanas e a distribuir bebidas no final da caminhada.

Comerciantes que já nos acompanham há algum tempo, juntaram-se à nossa causa de forma voluntária, acabando por serem os nossos pontos de apoio e ainda ofereceram *vouchers* que foram sorteados no fim do evento pelos participantes. Tivemos, ainda, o especial apoio da nossa professora de ginástica (Bete) para uns aquecimentos e alongamentos e da Cruz Vermelha Portuguesa (Delegação de Aveiras de cima), à qual agradecemos de coração a sua disponibilidade e simpatia para connosco.



Nós, enquanto grupo, acabamos por viver o que quem nos ajuda não consegue sentir.

Isto é, é muito bonito participar em ações de solidariedade, ficamos com o nosso sentimento de dever cívico cumprido, mas ajudar é muito mais que isso, é um tesouro que só entendemos realmente quando vemos nos olhos de quem estamos a ajudar o verdadeiro significado do MUITO OBRIGADO. Nesse sentido, decidimos pedir à família do Francisco para estar presente no evento, desde que sentissem que não feria a bolha de confiança do miúdo. Preparámos o

primeiro cabaz solidário para ser entregue no local e à vista de todos.

Foi um dos momentos mais emocionantes do dia, ninguém estava à espera de ver o Francisco e muito menos de terem a oportunidade de presenciarem a entrega do primeiro cabaz resultante da participação de todos neste evento. Foi uma mistura de sentimentos de que todos os presentes devem estar orgulhosos.



No fim, e já sem o Francisco, tivemos a oportunidade de presentear os nossos “solidários” com bifanas, pão, vinho e broa.

Sentimos orgulho em todos os que abraçam os nossos projetos, sem nada pedirem em troca.

Estas atividades e a participação em massa destas gentes fazem com que cada passo seja uma vitória, não nossa, mas da Humanidade.



A força do grupo **Ribatejo TentAjudar** é o resultado de quem nos apoia.



ESPECIAL
Eventos
e
participações
2023



paulmask.com

Exposição História da Porcelana


A Exposição criada e inaugurada na Associação Paço de Artes, foi exposta em fevereiro, na Casa de Repouso dos Motoristas de Portugal. Uma iniciativa iniciada e concluída pelo Dr. Victor Henriques. O nosso muito obrigado!



Exposição Mosaico Classico



Inaugurada dia 25 de março, esta exposição teve a presença do Professor Carlos Beloto, com réplicas de mosaicos clássicos.

EXPOSIÇÃO DE MOSAICO CLÁSSICO
25 Março a 23 Abril



MOSAICO EM ARTE PRÓPRIA
PROFESSOR CARLOS BELOTO

INAUGURAÇÃO DIA 25/03/2023 PELAS 16H
NO SALÃO DE EXPOSIÇÕES DA PAÇO DE ARTES
PATENTE AO PÚBLICO AOS SÁBADOS E DOMINGOS DAS 16H AS 20H
VISITAS GUIADAS POR MARCAÇÃO PARA 917120554

Organização:  Apoios: 

PAÇO DE ARTES - RUA JOSÉ PEDRO DA SILVA 14A PAÇO DE ARCOS



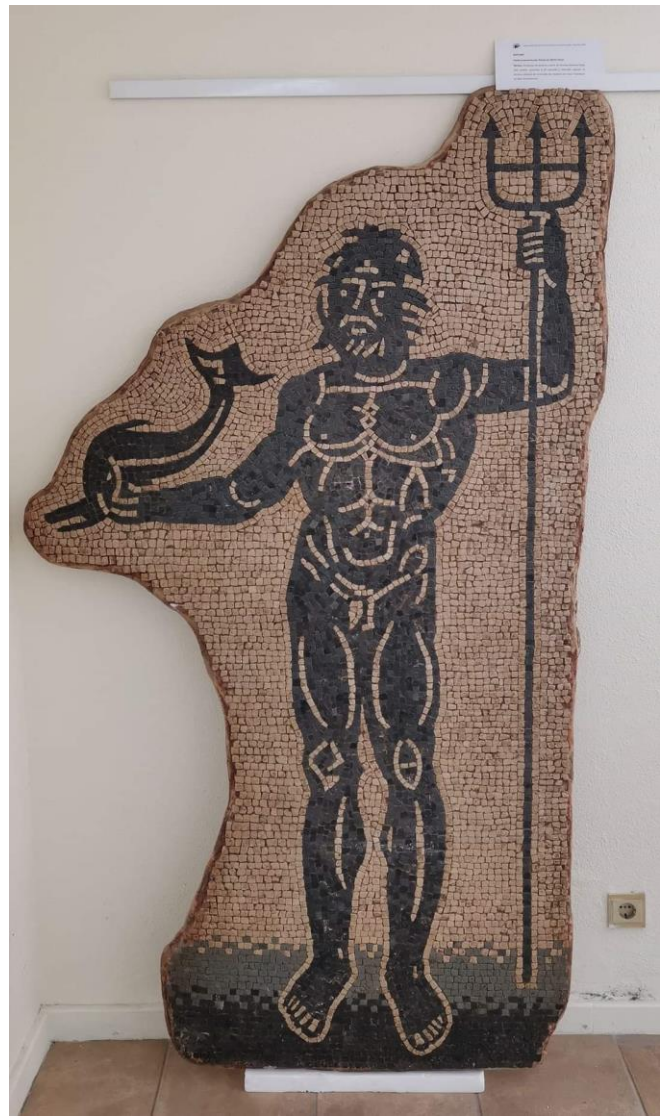



ASSOCIAÇÃO DOS ARTISTAS PLÁSTICOS DE PAÇO DE ARCOS - PAÇO DE ARTES

Nô de SALOMÃO

Panela proveniente das Ruínas Romanas de S. Miguel de Odrinhas.

Técnicas: Construção de mosaico a partir de tessalitos sintéticos feitos pelo próprio mosaicista à cor desejada e aplicados segundo as técnicas clássicas de construção de mosaicos em Opus Tessellatum ou Opus Vermiculatum.





PAÇO DE ARTES - ASSOCIAÇÃO DOS ARTISTAS PLÁSTICOS DE PAÇO DE ARCOS

A ASSOCIAÇÃO DOS ARTISTAS PLÁSTICOS DE PAÇO DE ARCOS TEM A HONRA DE CONVIDAR V. EXA. PARA A INAUGURAÇÃO DA EXPOSIÇÃO "MOSAICO CLÁSSICO" QUE TERÁ LUGAR NO DIA 25 DE MARÇO DE 2023 PELAS 16.00H NO SALÃO DE EXPOSIÇÕES DA PAÇO DE ARTES EM PAÇO DE ARCOS.

A Exposição estará patente ao público aos sábados e domingos das 16.00 às 20.00H.

Visitas guiadas por marcação para o TM: 917 120 554

Rua José Pedro Silva, 14B, 2770-107 Paço de Arcos (Alto da Loba)



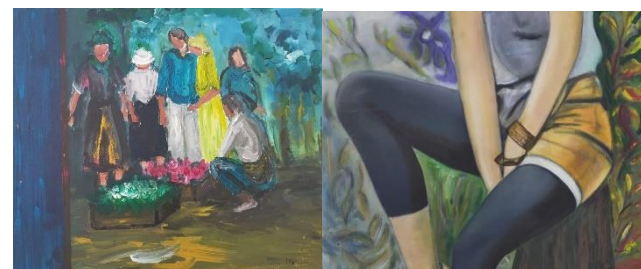
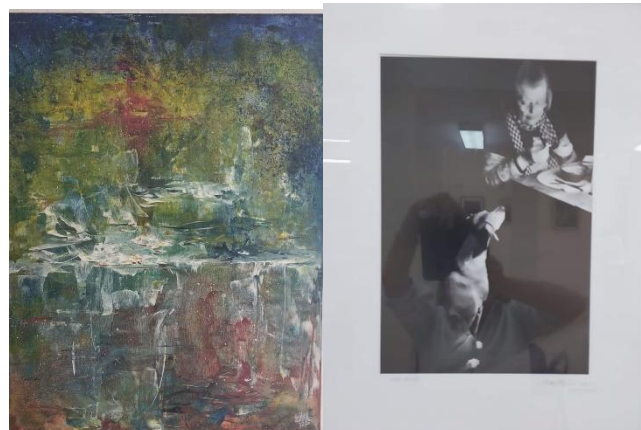
MOSAICO CLÁSSICO

CONVITE

Exposição Figura de Mulher

17º Salão de Abril

Exposição de pintura e fotografia, na Associação Paço de Artes, inaugurada no dia 29 abril. Teve a participação das estilistas Sviatlana Buyan e Cris Geraldo, com um desfile de Moda Glamour.



EXPOSIÇÃO
FIGURA DE MULHER
29 ABRIL A 21 MAIO



PINTURA, FOTOGRAFIA,
MODA E MAQUILHAGEM

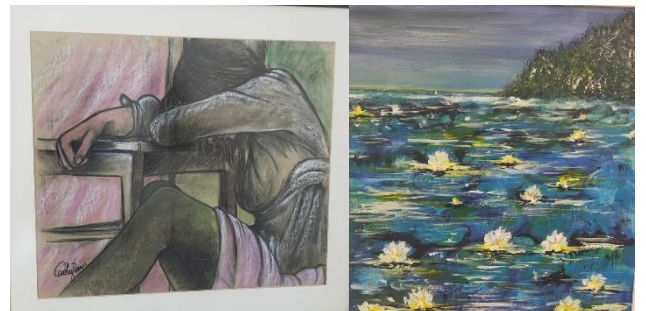
ESTILISTAS: SVIATLANA BUYAN E CRIS GERALDO

INAUGURAÇÃO DIA 29/04/2023 PELAS 16H
NO SALÃO DE EXPOSIÇÕES DA PAÇO DE ARTES
PATENTE AO PÚBLICO 4 E 5 FEIRA DAS 10H ÀS 17H, SAB E DOM DAS 16 ÀS 19H

Organização: **PAÇO DE ARTES** Apoios: **CEIRAS VALLEY**, **SVIATLANA BUYAN**, **Cris geraldo**, **Pharmalinos**, **PAÇO DE ARTES**

PAÇO DE ARTES - RUA JOSÉ PEDRO DA SILVA 14A PAÇO DE ARCOS







Lançamento do livro *Ama-te*

de Cris Geraldo - Estilista Ibérica, com desfile de Moda Glamour

Realizou-se no dia 10 de junho o lançamento do livro “Ama-te”, de **Cris Geraldo - Estilista Ibérica**, na Associação Paço de Artes, em Paço de Arcos, com sessão de autógrafos e desfile de moda “glamour”.

Ficam aqui alguns momentos:



LANÇAMENTO DO LIVRO
AMA-TE

Cris geraldo
ESTILISTA IBÉRICA

- Sessão de autógrafos para o livro
- Com desfile de Moda Glamour - coleção Ama-te

Dia 10 junho pelas 16horas
Associação Paço de artes - Rua José Pedro da Silva 14A 2770-107 Paço de Arcos

Logos for Paço de Arcos, Oeiras Valley, and other sponsors are visible.





Antonio Alfredo
Fotógrafo



Antonio Alfredo
Fotógrafo



Antonio Alfredo
Fotógrafo

Moda na cidade

No dia 25 de junho, no Auditório Madalena Biscaia Perdigão, na Figueira da Foz, ocorreu mais uma evento de moda.

Teve como apresentadores, Bárbara Parada, André Aires e João Afonso Brás.

Um evento que contou com a divulgação de várias lojas e marcas de roupa.

A HeliCayenne esteve presente, sendo homenageada publicamente.

Obrigado, João Afonso Brás, pelo convite.

Recordemos o evento by paumask photos:



Masterclass – Estilo & Sofisticação

FEMEA de Claudina Correia

Tivemos o convite para participar no evento que se realizou no dia 1 de julho, no Hotel Real de Oeiras. Evento *Masterclass – Estilo & Sofisticação* de Femea, by **Claudina Correia**



Masterclass
Estilo & Sofisticação
Imagem, Etiqueta e Protocolo

Vem aprender a destacar-te em qualquer ambiente e a alcançar os teus objetivos pessoais e profissionais!

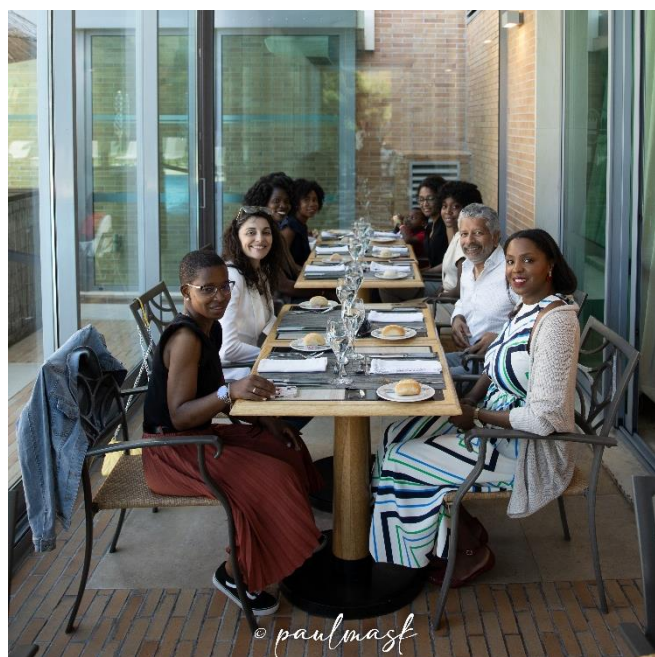
01 de Julho | 9h30 - 18h | Hotel Real Oeiras

Informações/Inscrições:
claudina.correia@femea.top
+33 6 30 17 23 29 (WhatsApp)
Instagram: @femeatop

Femea
IMAGEM, ETIQUETA & PROTOCOLO



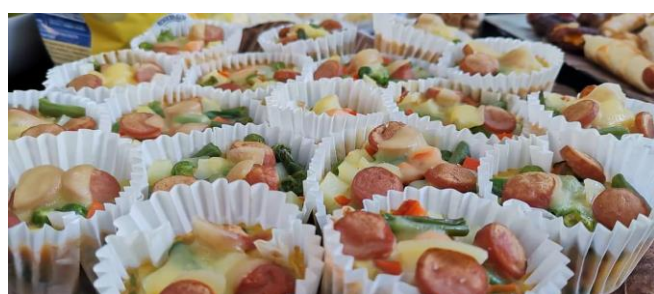
Foi um formação onde foi trabalhada a postura correta e sofisticada. Parabéns e **obrigado pelo convite, Claudina Correia.**



Inauguração do Hairshow de Andreia Ferreira Lima



Dia 19 de julho, realizou-se a inauguração do novo espaço, *Hairshow*.
O *Hairshow* ganhou uma nova imagem, com uma nova política de atendimento.
Obrigado pelo convite, Andreia Lima



Fotos:
Pedro Ramos

Coleção Alexa



A apresentação da coleção *Alexa*, by **Alexandra Santos** e Linemodels.pt realizou-se no dia 22 de julho, na Associação Paço de Artes, em Paço de Arcos.

ALEXA - DESFILE CULTURAL DE MODA

Data: 22-07-2023

Local: Sede da Associação Paço de Artes – Paço de Arcos

Tema: Alexa – Desfile cultural de moda

Objetivo: Desfile cultural de moda com roupa de Alexandra Santos. Um desfile para todas as idades. Teve como finalidade mostrar que todos nós, independentemente da idade, sexo, cor, religião, comunidade, com ou sem problemas de saúde, podemos e temos lugar na sociedade. Somos todos iguais...

Evento com *ballet*, música e muita animação para que todos pudessem desfrutar desta actividade cultural, criativa e solidária.

Organização:

Alexa by Alexandra Santos e Linemodels.pt
Associação Paço de Artes (APA) e HeliCayne-
AnaOliveira/ Paulo Mascarenhas/ Alice Figueira

Parceiros:

UFOPAC – Apoio no empréstimo das cadeiras

OEIRAS VALLEY

Apresentadora:

Cristina Cairo – Locutora da Rádio Ultra FM 88.2

Hospedeira:

Alice Figueira

Artistas:

Felixana – Bailarina

Ana Tojinha & Pedro Simões – Bailarinos

Idel Monteiro – Cantor

Georgie Kiesel – Cantora

Modelos:

Sara Fernandes

Alice Figueira

Gabriela Nogueira

Solange Pereira

Beatriz Alves

Arcadia Djaló

Sara Policarpo

Ana Paula Augusto

Ana Rosado

Beatriz Filgueiras

Eliana Santos

Elsa Vilarinho

Joana Chantre

Filipa Silva

Georgie Kiesel

Julie Petris

Laylla Claudia

Marta Torres

Paula Teixeira

Carolina Rosa

Ruth Falcão

Tania Pereira

Marta Neves

Silvia Fortunato

Edy Rodrigues

Rafael Chantre

Miguel Santos

Rodrigo Alcobia

Aguill Santos

Igor Silva

Paulo Mascarenhas

Apoio:

Gil Simões – Fotografo

Juvenal Candeias – Fotografo

José Marques – Fotografo

Regalado Produções – Video

Kako Neves Rute Gaspar – Cabeleireiro

Xana Ribeiro – Hairstylist – Cabeleireiro

RBHarlist (Rute Biscoito) – Cabeleireiro

Claudinha Makeup Artist – Maquilhadora

Makeup by Rute Gaspar – Cabeleireiro

Agencia de modelos Linemodels

Eventos Daeventi

Revista - Helimagazine

PaulMask photos



Alexa
Line Models Management
© paulmasf photo



Alexa
Line Models Management
© paulmasf photo



Alexa
Line Models Management
© paulmasf photo



Alexa
Line Models Management
© paulmasf photo



Alexa
Line Models Management
© paulmasf photo



Alexa
Line Models Management
© paulmasf photo



Alexa
Line Models Management
© paulmasf photo

18º Salão da Vila

Exposição/mostra do expólio da Associação Paço de Artes – 26 de agosto

Celebração de 27 anos de existência da Associação, liderada pela Presidente da Associação Paço de Artes, Ana Oliveira.

Os nossos parabéns à Ana Oliveira por todos os momentos e por todas as atividades que concretizou durante todos estes anos.





© Carlos Ricardo 2023



© Carlos Ricardo 2023



© Carlos Ricardo 2023



PAÇO DE ARTES - ASSOCIAÇÃO DOS ARTISTAS PLÁSTICOS DE PAÇO DE ARCOS

18º SALÃO DA VILA

ESPÓLIO E RETROSPECTIVA

A ASSOCIAÇÃO DOS ARTISTAS PLÁSTICOS DE PAÇO DE ARCOS - PAÇO DE ARTES - TEM A HONRA DE CONVIDAR VÓS PARA A INAUGURAÇÃO DA EXPOSIÇÃO "ESPÓLIO E RETROSPECTIVA", 18º SALÃO DA VILA, A REALIZAR NO DIA 26 DE AGOSTO DE 2023, PELAS 17 HORAS, NO SALÃO NOBRE DO CLUBE DESPORTIVO DE PAÇO DE ARCOS.

A exposição estará patente ao público de 26 de Agosto a 3 de Setembro de 2023, nos dias úteis das 20H00 às 23H00 e nos sábados e domingos das 16H00 às 19H00 e das 20H30 às 23H00.

CONVITE

Miss Rainha e Super Rainha de Odivelas

Paulo Mascarenhas, da Helicayenne, foi convidado pelo Responsável do evento, **Eduardo Sousa**, para fazer parte do elenco do Juri das Miss Rainha de Odivelas 2023 e Super Rainha de Odivelas 2023. Um agradecimento muito especial por parte de toda a equipa da Heliteam.



Eduardo Sousa no meio das modelos



Super Rainha de Odivelas 2023



Rainha de Odivelas 2023





Eduardo Sousa
Organização e fotos



Especial

POETAS

CONTEMPORÂNEOS

Nas sombras que me perseguem

Que me enrolam, vestem e envolvem
Negritude sagaz, possui-me como amante
Acordado passado, os espíritos acordam-me,
Empurrando as lembranças de um outro tempo
Onde o sol, ou os teus olhos brilhavam,
Chamo e clamo a lua que por ti zelava.
Permaneço na vida miserável, vida que construí,
Pagando pelos meus ignóbeis pecados,
Pela maldita vida em mim que sou.
Vivo, sobrevivo na espera, um dia,
Uma semana, um qualquer tempo
Irás superar todo o desprezo
De quem um dia me amou.
As sombras do meu pensamento
Que a minha alma importunam,
Sento o meu coração pulsando,
Sem forças, onde todo o ódio se esvai
Elevo-me na a visão dantesca do meu corpo caído
Os espíritos me cospem para o infinito,
Esperança de renascer num outro qualquer lugar
Num outro qualquer dia, qualquer amor,
Onde a paz reine sobre todos os suicídios.
Vagando pelo cemitério,
Na penumbra da noite,
A ti minha alma entreguei,
Corri para o precipício e por ti eu me atirei.
Nada cura minha dor,
Nem mesmo a fúria do Senhor das profundezas...
Este que o fará se redimir,
Mostrando que quando se jura amor eterno,
Este é para sempre.

Alberto Cuddel®

In: O silêncio que a noite traz



Dá-me um abraço...

que me conforte em teu regaço...

que me aninhe no teu conforto...

que importa, pois, que o tempo em mim resvale
se a tua mão estendida não me agarre
se do teu útero não infunde amor
se da generosa maternidade não nasce o mar
se além do tempo gasto os braços não apertam
e soltos largam no mundo os filhos do homem
e dizem meus olhos laços: - quero armar-te e não sei...

dá-me um abraço, que me encontre
e que desmonte o amor que tenho
porque sem tempo eu sou capaz
de me fazer viver de novo, outro rapaz...

que me importa, pois, que o azar na rua bata
se no som da chibata o medo morreu
dá-me um abraço que seja luz
no tudo que na vida reluz, no amor apenas eu...

Alberto Sousa

In, Poemas de nada que se perdem na calçada

Retirei da minha vida...

Tudo que não vale a pena
Os que sempre mentem
Todos que me invejam
Lamento...temos pena.

Retirei da minha vida...

Quem enganou meu coração
Quem me tem ódio e inveja
Não merecem meu perdão
Lamento que assim seja.

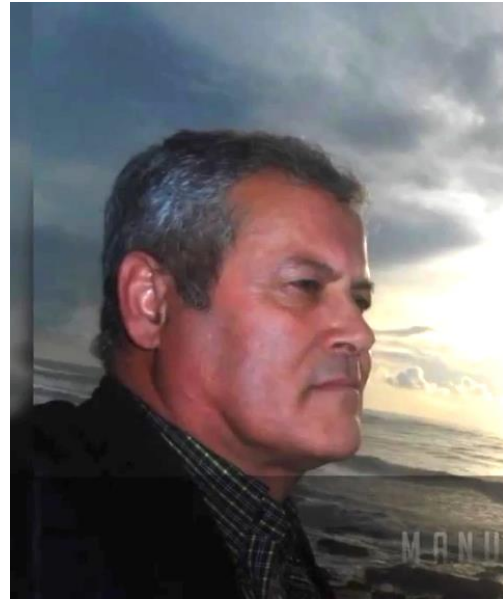
Quem tentou me destruir
Quem sempre usou máscaras
Quem não tentou me descobrir
Porque eu não uso mascaras.

Guardei na minha vida...

Pessoas reais e virtuais
Por elas tenho carinho
Simplesmente me apaixonei.
Deram-me atenção e carinho
No coração as guardei
Mas que quero eu mais!
Recebi, palavras de conforto
Palavras, conselhos e a mão
Para não ir por caminho torto
Que agradeço de todo o coração.

Manuel Teixeira (Leuna)

In" Estados d Alma"



Meu sonho de amor

A noite chega de mansinho
o firmamento esta estrelado
sinto a falta do teu carinho
a nostalgia é o meu estado.

Sobre o meu leito me deito
depois de um dia agitado
sinto um aperto no peito
pois desejo-te a meu lado.

Enbalado num sonho de amor
imagino-te linda e deslumbrante
espalhando ternura ao teu redor
mas que momento fascinante.

Sinto teu olhar penetrante
tu respiras amor e paixão
que nesse mesmo instante
fazes pulsar meu coração.

Amar-te é meu desejo
deixo-me adormecer
ao receber teu doce beijo
ai...não quero nada morrer.

Manuel Teixeira (Leuna)
(Amor e Sensualidade)

DORES DA HUMANIDADE

Dói-me sentir no corpo e na alma as dores da humanidade.

De ser resiliente, mas ainda assim impotente para irradiar luz suficiente, e ser farol na escuridão destas almas condenadas.

Que caminham como autómatos, subindo e descendo escadarias e ruas sem nome.

Convivendo com a morte, sem capacidade de a escutar ou questionar.

Bocas e rostos entreolhando-se perplexos ao presenciar uma boa ação.

Ah, tu que repousas em teu túmulo secular coberto por camadas de tempo!

Pudesses tu levantar-te e com teus braços vigorosos e mãos calejadas

Aplicarias uns bons açoites no rabo desta desumanidade.

Abanarias a apatia para chamar os gestos à razão, para as ideias fugirem da letargia.

E eu que te chamo, também algumas vezes procuro passar incólume por entre os pingos da chuva.

Dirias que também não sou exemplo e eu teria que concordar contigo.

Precisavas verificar presencialmente, com os teus olhos desabitados e desfasados desta realidade.

De pisares com os teus pés estas ruas transformadas em feira de vaidades.

E se alguém bem vestido te abordasse e te oferecesse a mão,

Cuidado, falar-te-ia de cartilha e estarias provavelmente a enfrentar um charlatão.

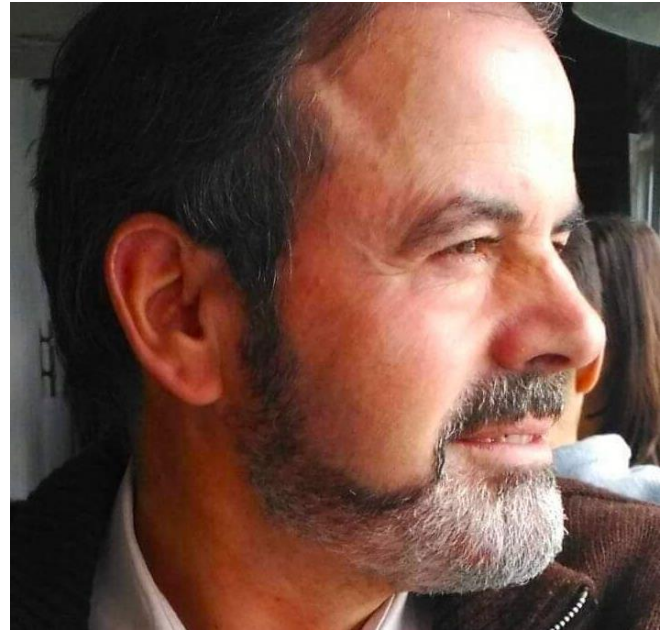
Muito rapidamente chegarias à triste conclusão:

Tanta evolução e contudo tanta desunião.

Pensando melhor, não te levantes, o teu descanso ficaria comprometido por eras.

Dizem que tem um ciclo cada civilização, talvez esteja a chegar o fim desta devassidão.

© Antero Jerónimo



Desejo a vida no olhar

como uma eterna namorada
sempre em mim tão presente
olhos de apaixonada

sempre renovada de vestes
num perpétuo movimento
sem se escravizar às sombras
dança que seduz o pensamento

é tal o prazer do espírito
que a penetro sem um lamento
descobrimo na sua natureza
um sonho a engravidar o tempo

freme de tinta de escrita
cópula intensa de sensações
quando a nudez da alma se agita
num libertador orgasmo de emoções.

© Antero Jerónimo

Não sei se esta estrada de sonho

que me atravessa cabe nas palavras de um poema.
Não sei sequer se há palavras para este estranho
vento
que se levanta
e para a lava incandescente dos sonhos
nas noites que duram tanto
(E me deixam exausto!)

Mas sei...

Que o mundo fica devagar
nas maçãs do teu rosto
e nos campos de papoilas ondulantes.

Que o vento se engasga
nos teus finos lábios
e nas searas de trigo doirado.

Que o tempo adormece
na ternura da cor dos teus olhos
e nesta vontade imensa de te amar .

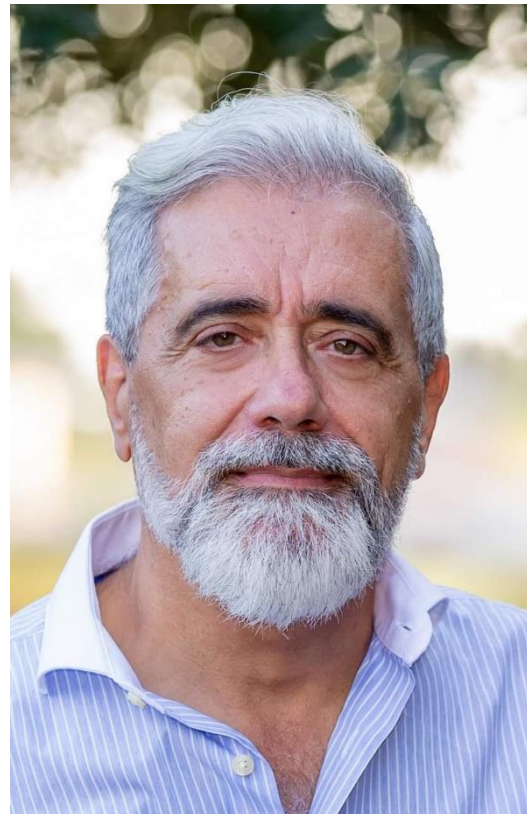
Sei que o sol que abraço
tem o teu sorriso ao amanhecer
e que me traz a primavera,
a música infinita e as frestas vazias
do chão que quero pisar.

Arrumo as dores
nos umbrais dos sonhos
porque sei...
que depois de tanto viajar
neste labirinto de paixão,
cada sombra mágica e coleante de ti
é por si mesma um poema,
um poema...
um ninho de palavras...
a minha noite...
a minha madrugada...
o meu dia...
a sinfonia da vida.

E eu, já perdido,
é em ti que me encontro
é em ti que busco a
outra ilha de mim,
para existir tanto!...

© António Carlos Santos

"Existir tanto"
In, "da Geometria do Amor"



Abraço-te como se fosses um sonho indizível de ondulações de amor, um rio liso com a calma das planícies em silêncio e duas distâncias de mar na foz que fecunda as águas rejubilantes.

Abraço-te para te beber toda numa torrente de beijos boca a boca lentamente e morder o mosto forte da sede dos teus lábios na orla azul dos regatos em carícias mansas para resgatar o teu cheiro a gardénias ondulantes.

Abraço-te como se a vontade dos nossos sonhos fosse um novelo de estrelas do mar e os meus braços um areal de nostalgia.

Abraço-te até que nasça luz e vida nas tuas pupilas e até que as gaivotas inundem de silêncio a raiz da lua.

Abraço-te e o mar fica entregue à goteira dos nossos corpos, abraço-te sim e depois!... depois ensino os dedos a mapear a carta náutica dos mistérios das tuas águas de veludo.

© António Carlos Santos

"Águas de veludo" In, "Anatomia das águas"

Pedacinho do céu

Meu reino

E demais

Filhos da terra e jazigos do ferro

Reino encantado

Para lá do Rio Douro

Montes de sentinela

Aonde os sentidos ficam ao rubro

Saboreio-os

E explodem de dentro para fora.

Reino

Com o sabor

Aonde mora o silêncio total

E impera o vento

Em todos estes colossos montes

Em todos os sentidos

Espelhos de água

E fragas

Entre sóis escaldantes do verão

E rigidez inquebrável do frio de inverno

Primaveras floridas diversas de cor,

aromas e sabor

Mantos de pastéis outonais de perder a vista

Seja ao amanhecer e entardecer.

Reino de estrelas e luas

Adormecer na negrura do véu da noite estrelada.

Nascem da forja da pedra

As Gentes de ferro

Ecoam passos e sombras

Beijos e abraços nos povoados

Este é o

Reino Encantado."

António Manuel Bento Feijó



Belo é o teu olhar

que me trazes com doçura

No toque do teu coração

Quando me abraças

Invades

Brilhas e namoras

E ficas

sem pedir nada.

E no silêncio das palavras

Falas-me tanto

Dizes tudo

Te Demoras

Sentes

E te Entregas

E sem me aperceber

Lês-me as profundezas da alma

Com todo o tempo e calma. "

António Manuel Bento Feijó

O AMOR É UMA ORAÇÃO

1

Imbuído do mítico e vital desejo, subiu a montanha santa, feminina sempre, e bebeu das fontes os segredos, dos montes os encantos e do amor bebeu os sonhos, e a esperança deles.

2.

E, quando entrou no templo do teu corpo, em cada um dos teus altares se ajoelhou, te pediu e te rezou, com aquele olhar lento que em amor concentra os sentidos todos, te prometeu o que quisesses, e suplicou-te as bênçãos que lhas desses.

3.

Devagarinho, de prazer subindo pelas colunas do teu templo, gemidos da pele guiam o desejo. Até que, feminina e terna, a flor eterna. Na soleira, à porta, ajoelha o pasmo, beija a violeta, e ardendo entra.

4.

Tempestades de sol, cabelos crespos de ouro, que se alongam tensos, se entrelaçam e dançam, a dança dos deuses. E um halo telúrico passa e perpassa, assoprando túrgidos triângulos de harpa, sagrados, que andantinos fremem.

5.

Ajoelhou-se em cada altar do santuário do teu corpo, onde rezou, e em todos abriu e beijou o teu íntimo sacrário dentro que de amor em si concentra os sentidos todos, e adorou.

António Mota



As aves quando voltam de regresso
À terra do seu ninho onde nasceram
Vestem alegres suas leves penas
Que tristes quando partem muito pesam

O mundo não é justo nem é injusto.
Nós é que inventamos essa história
Para dizermos que a culpa não é nossa
Da barbárie do mundo e da loucura.

Procuramos um desígnio qualquer,
Que justifique o nosso ser aqui
na ciência, em Deus, no universo,

Mas não há um desígnio que nos valha
Enquanto formos a horda de imbecis
Que se matam por uma medalha de lata.

António Mota



SEM OS TEUS OLHOS NOS MEUS OLHOS

Sem os teus olhos nos meus olhos
Sem a tua boca na minha boca
Sem o teu gesto no meu gesto
Sem o teu sim no meu sim
Sem o teu tempo no meu tempo
Sem a tua palma da mão na palma da minha mão
Sem o teu tocar os meus mamilos e eu os teus mamilos
Sem o teu corpo montanha no meu corpo feito vale
Sem a tua boca molhada na minha boca seca de ti
as minhas mãos deixarão de voar, meu pássaro Azul.

Aurora Gaia

Nem o mel da minha boca
Nem a minha voz plena de êxtase
Nem as pedras do caminho
Nem o peso das montanhas
Nem a força de Sansão
Nem o gesto de Dalila
Nem a angústia do medo
Nem o medo que nos cerca
Nem a fúria das ondas deste mar
Podem conter a força das tuas Palavras, Poeta."

Aurora Gaia



São os noturnos silêncios exímios companheiros de reflexão.

Dizem sem palavras, como as mães,
que falam com os olhos.

Que o diga Blimunda,
que lhe indicou Baltasar numa conversa discreta,
como o obrigava a situação,
já que o Amor materno tudo pode.

Assim é a noite, quando já aconchegou toda a gente e
me reserva o silêncio.

Assim o agarro como um troféu
e o ergo a iluminar as insónias,
que devolvem o tempo de uma vida sem tempo.

Trazia sorrisos nos olhos

E a boca cheia de beijos impacientes

Nas mãos estendidas,
a presença que tardava.

A cumplicidade do luar amadureceu o instante,

E o pó das estrelas eram pétalas de rosa,

Em dia de casamento.

Cláudia Monteiro

autossalvação

tudo é absolutamente informal
o sol nasceu à hora marcada
despedindo-se com um riso e um aceno
habitado da noite
havia uma feira de vestidos usados
que aproveitavam o vento antes
de regressar à prisão de um outro corpo

as crianças brincavam como crianças e os adultos
atravessavam a rua no semáforo verde
com fruta madura e fresca nas mochilas térmicas

o céu estava incendiado de laranja como uma fé
confirmada nas árvores à espera das flores

eu estava surdo por conveniência enquanto comia
um pão com manteiga e me mantinha sentado
na cadeira da varanda que nunca fugia do orvalho
nem das promessas rezadas na madrugada

Fernando Couto Ribeiro



tatuagem

agora imagina-te totalmente nu e tu
és uma tela onde se projetam as palavras da tua
história
fechas os olhos para suportar a luz forte
enquanto as letras que se distorcem
nas curvas do corpo e continuam
no movimento dos acontecimentos
como gestos à espera

há olhares curiosos que se aproximam
para entender ou comprovar uma frase escrita

entre o projetor e o teu corpo são por instantes
uma parte da tela como se também fossem a tua
história

a projeção continua até que te afastas
desligas o projetor e saís da sala
ainda com o calor da nudez

Fernando couto Ribeiro

Estou! Onde posso estar

*

Estou! Onde posso estar
E nem quero estar, aqui
Decididamente
Um passo à frente, um passo atrás
E contínuo no mesmo lugar
Há outros lugares
Mais densos, mais virtuosos
Que queria tanto estar
Mas, não posso estar
Como desejaria estar
Neste a cimentado desejo
Endurecido em mim

*

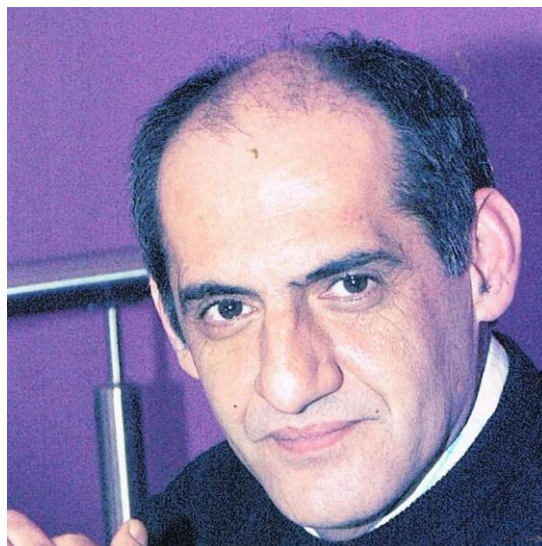
Lamento pela minha história
Desta minha desavença
Com a minha própria vida
Nesta cela seca, oca e sem vida
Escorada pelo medo
E, segurada pela dor
Lamento por este sorriso
Que não foi colhido de vida
Tenho mais dor que vida
Onde a saudade está sempre à espreita
Neste cemitério de mim
Lamento o meu pesado olhar
Que já brilha como brilhava
Curvado pela vida
Endurecido pela dor

*

Lamento por estar
E não queira estar
Lamento por viajar
Sem sair do meu sono lento
Lamento pelo pecado
Que a mente me oferece
Para me distrair da dura realidade
E me matou de coração
E afogou a vida, dentro de mim
Lamento, lamento, profundamente
Por não estar, onde quero estar
Nesta forma ridícula de estar
Nesta vida deselegante
Onde a vida me fez de mim
Um monstro sem vida
De um passado distante
Que já não mora em mim

*

João Coelho



A voz do meu deserto

*

Fui quase tudo
E não tive tempo, para ser nada
Foi começos, atrás de começos
Onde nunca cheguei
A findar nada, de nada
Faltou sempre qualquer coisa
E nunca perguntei, o que era
Nem o que é

*

A lei do silêncio
Sempre me manteve de pé
A luz que me iluminava o caminho
Continuou a ser uma luz cega de mim
Preciso de força para o caminho
Mas, nem sei se há caminho de volta
Vivi em todas idades
E nunca fiquei em idade nenhuma
E me perdi da saudade
Em algum lugar de mim
Reconheço a voz de ordem
Mas, ela nunca me levou a lugar nenhum

*

Neste trânsito infinito de mim
Deste eterno que nunca foi subjugado
Por ninguém
Reconheço a estrada e a sua poeira
Conheço a noite e o dia dela
Mas ela nunca me levou a lugar de nenhum
Onde fosse capaz de ser alguém
Do que pensei
Do que sonhei
Ser um dia

*

João Coelho

MEU FILHO, VAIS ENCONTRAR NO MUNDO TANTA
HIPOCRISIA...

Meu filho, vais encontrar no mundo tanta hipocrisia...

Meu filho, vais encontrar no mundo tanta falsidade...

Meu filho, vais encontrar no mundo tanta falta de
poesia...

Meu filho, vais encontrar no mundo tanta maldade...

Mas, meu filho, uma flor que encontres te
recompensará

de teres nascido – porque a flor vale mais do que tudo
o resto.

Segura-a nas mãos, é tão delicada, eu ofereci à tua
mãe uma rosa

quando por ela me apaixonei – e tu nasceste dessa
rosa,

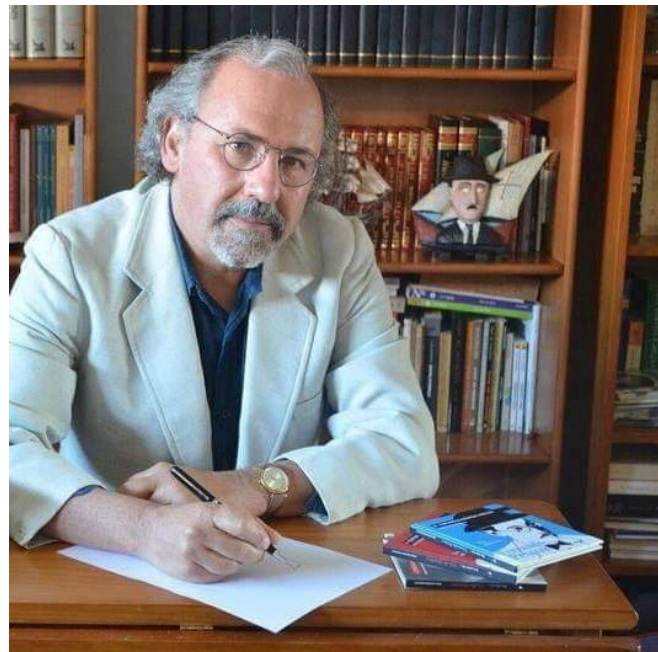
és filho da sinceridade, da autenticidade, da bondade,
do amor.

Não te apoquentes por isso, meu filho, com o mal que
vais encontrar:

o que importa é que te encontres a ti mesmo, quando
vires uma flor.

JORGE CHICHORRO RODRIGUES

(Publicado na página de Facebook com o nome Jorge
Manuel Rodrigues)



**NÃO VIVAS OBCECADO COM O QUE VAIS ENCONTRAR
NA TUA CAMINHADA.**

Não vivas obcecado com o que vais encontrar na tua
caminhada.

Não te sujeites a preocupações que toldam a limpidez
do teu olhar.

Não lamentes os erros do passado porque o tempo
não volta para trás.

Não te retraias só porque te disseram que deves
seguir um certo caminho.

Não dês importância nenhuma às pessoas que tentam
formatar-te.

Não procures as palavras e as ações certas para tentar
ser aceite.

Não queiras ser mais uma pessoa normal que nasceu
e um dia vai morrer.

Não deixes que te diminuam ou aumentem conforme
as circunstâncias.

Não sejas um ator que representa ao sabor dos gostos
alheios.

O que tens a fazer é deixar-te ir com o vento, com as
marés, com os rios,

com os pássaros, com a liberdade da natureza de que
és filho.

E se se rirem de ti, se disseram nomes feios para te
diminuírem,

não te ofendas, porque a troça é filha da inveja e da
incapacidade de ser livre.

J.R. 10.00 h. 23.09.2023.

Quisera o mar...

Quisera o mar,
Depois
De tanto tempo passar,
Que o contemplasse,
Na morna escuridão,
A abraçar o céu!
Como estou feliz
Que paz no meu coração!
Estava à minha espera.
Há tanto tempo
Sem o sentir,
De dia ou de noite
Tanto faz!
As estrelas já apareceram
Ao lusco fusco,
Mas agora brilham,
Intensamente,
Para darem luz ao seu marulhar.
Esteja ele calmo ou revoltado,
No céu,
Elas não param de bailar.
O navio repousa,
Iluminado,
Na calmaria da noite.
Quisera ele que ali ficasse
Mais tempo.
E,
Por um momento,
Éramos só nós.
Permaneci em silêncio
A sentir...
A saborear...
A maresia,
O seu marulhar
Que me dizia:
- Não demores tanto tempo
Para me vires visitar!...
Com meus olhos,
Carregados de maresia,
Prometi que voltava
Para com ele namorar!

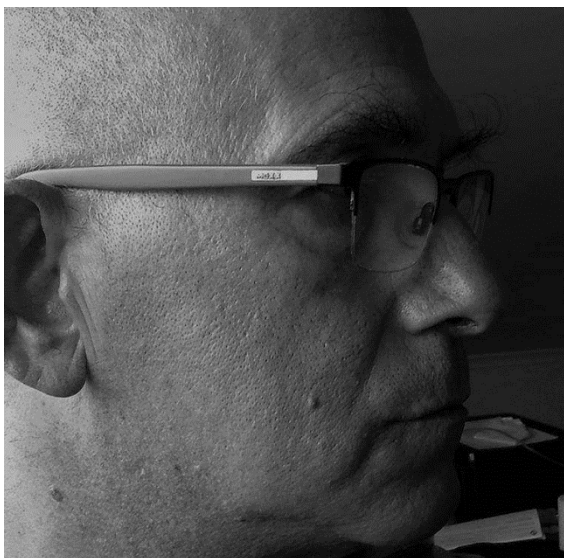
Madalena Natário



O silêncio das palavras

Se o silêncio das minhas palavras
Fizesse ruído no coração
Daqueles que,
Indiferentes,
Se recusam
A estender a mão,
Não teria
Noites sem dormir...
Sol
Apenas morno...
Lua baça
Sem sorrisos...
Pássaros silenciosos,
Sem asas para voar...
Águas que jorram turvas,
Sem vitórias cristalinas...
Ventos sem norte,
Que revoltos,
Deixam os homens
Ao sabor da sua sorte!...
Se o silêncio
Das minhas palavras
Tivesse voz,
O mundo
Jamais seria duro
Injusto
Sem futuro!
Ah...
Como eu queria
Que o meu silêncio tivesse voz!

Madalena Natário



Um destes dias, encontrar-nos-emos

na orla do Sol, à hora mágica, em que as luzernas brilham intensamente, por entre o arvoredos.
E as minhas mãos tocarão as tuas, e as tuas mãos, tocarão as minhas, revelando o mistério, do segredo dos nossos olhos, quando se cruzaram pela primeira vez,
à hora da Poesia. Um destes dias, dir-te-ei nos lábios o teu verdadeiro nome, - meu Amor - e tu, responderás com os teus, - Amor da minha vida - . Um destes dias, à hora mágica, em que o epílogo do dia, se prepara para receber as estrelas.

@Mjsll

É com versos que te namoro

e aos versos junto sons e faço cantos que te canto para te encantar o Amor

Minha amada meu esperanto
equinócio flor no meu peito
tanto te quero tanto te pleito

E neste Amor que te tenho
não há razão nem outra dor
que a sede que trago nos lábios
de beber dos teus o Amor.

@Mjsll

Tal&Qual

O tempo, a máquina que nunca pára!

O tempo é algo muito precioso, esta é a maior certeza.

O tempo fecha feridas, silencia sentimentos, pode presentear com novos amores, novos amigos, novos lugares, talvez até novos sentimentos, novas metas e objetivos!

Com o tempo, ganhamos novas experiências, com ele erramos, acertamos, mas nunca desistimos.

O tempo é veloz, com ele tanta coisa vai e vem.

É tempo de amar e de se amar, acima de tudo.

Sorrir, chorar, dançar, cantar, e fazer tudo aquilo que teimamos muitas vezes em deixar para depois.

Vivamos o hoje em pleno, antes que o amanhã nos escape por entre os dedos!

Carla Teodoro



Gosto de ti

Aprendeste a ler
os meus gestos e silêncios
sem duvidares
Gosto de ti,
quando tomas a iniciativa
e surpreendes o melhor que
existe cá dentro.
Gosto de ti,
porque respeitas quem sou
aprecias os meus talentos e qualidades
o orgulho e admiração
que nutres em pensamento.
Gosto de ti,
da tua presença à minha beira
quando apoias e animas
as nossas decisões e ajudas
nas dúvidas do meu eu.
Gosto de ti,
da tua preocupação sem excesso
do carinho que transmites
dessas gargalhadas e humor próprio.
Gosto de ti,
da tua independência
ousada que te caracteriza.
Adoro que me guies e desejes.
Gosto de ti,
sem mudanças, da doçura e carinho
do braço dado na rua
E da nossa Paz!
Gosto de ti,
Porque choro sem receio
de mostrar a minha fragilidade
como homem ao teu lado.

Nuno Garcia



Guardador de sonhos

Estejas onde estiveres...
Guardo os olhos cheios de esperança,
Enches o meu mundo cheio de cores,
Os meus pensamentos fluem como uma dança.

Os teus lábios são as estrelas,
As nuvens que sobrevoas as maçãs do teu rosto,
Os teus olhos a cor do céu imenso de talento,
E eu quero dizer-te apenas...

Amo o teu doce querer.
Por uma palavra...
Por um gesto...
Por uma atitude...
Tenho orgulho dos meus sentimentos.

Estejas onde estiveres...
Guardo os sonhos num silêncio profundo,
Rodeados da magia e beleza,
São emoções e detalhes do meu interior.

O teu amor não é fácil de encontrar,
Eu vivo buscando o lugar secreto,
É verdadeira esta forma que tenho de amar!.

Nuno Garcia



Música na Alma do poeta

No silêncio da tarde,
a alma de poeta desperta,
embriagada de versos,
na melodia que se liberta.

Ecoa no ar a tristeza
e a alegria entrelaçadas,
enquanto o violino sussurra
as histórias encantadas.

Com cada nota, a alma do poeta se eleva,
Transcendendo o tempo, rompendo a treva.
O arco desliza sobre as cordas com doçura,
Como se acariciasse a alma, com ternura.

A melodia dança em harmonia no ar,
Levando consigo sonhos e segredos a desvendar.
O poeta se entrega ao fluxo da música divina,

E em cada acorde encontra paz e luz cristalina.

O violino chora e ri,

conta histórias sem palavras,

Conduzindo a alma do poeta por terras distantes e
abstratas.

Em suas mãos, o instrumento ganha vida e emoção,
transformando a poesia em uma única canção.

E nas notas que voam,

num voo sem fim,

A alma do poeta se encontra

e se refaz em si.

O violino é a extensão dessa alma que se expande,

Criando um universo onde a poesia se expande.

Assim, a alma do poeta e o violino se entrelaçam,

Criando um elo etéreo, que nunca se deslaçam.

E juntos, em perfeita sinfonia, alcançam a

mortalidade,

Na magia do encontro entre a poesia e a melodia.

By Paulo Mascarenhas -paulmask

- Escrito ao assistir ao lançamento do Livro
"Alma de Poeta Alma InquietA II"

...Com Alma...Poesia...e ao som do Violino...

Que seria do poeta

sem a dor
sem a saudade
sem a perda
sem o sofrimento
sem o erro
sem a rejeição
sem a amizade
sem a paixão
sem o sexo
sem o calor do amor?
Que seria do poeta
sem o sol
sem o céu
sem a lua
sem as estrelas
sem o mar
sem a brisa
sem crianças
sem montes e vales
sem todos os animais
sem a beleza da natureza?
Que seria do poeta
sem a fala
sem a escrita
sem as letras
sem as cores
sem o som
sem os cheiros
sem os sabores
sem a caneta
sem o papel
sem os prezados livros?
Que seria do poeta
sem a música
sem a dança
sem o desporto
sem a pintura
sem o teatro
sem o cinema
sem a fotografia
sem a escultura
sem a literatura
sem a distinta arte?

Poesia é VIDA
A vida faz o POETA

Sara Carvalho



A casa está tão triste

A sala tão vazia
O quarto ficou tão amplo
Os espelhos refletem saudade
Os candeeiros choram a falta de luz
E a nossa cama?
Tão grande, deserta
Perco-me nas noites turvas
Congelo
Falta-me o calor do teu corpo
Mesmo que distante do meu
Sentia-te
Ouvia a tua respiração
O teu perfume envolvia os lençóis
Se antes não tinha espaço no roupeiro
Agora as camisas parecem esqueletos
pálidos, abandonados em isolamento, com peste
Falta-me a cor dos teus vestidos
O barulho dos saltos altos pelo soalho
A maquilhagem espalhada pelo balcão da cozinha
Os longos fios dourados perdidos nas loiças, antes
imaculadas
Até dos soutiens dançantes, que tantas vezes me
irritavam por andarem perdidos,
sinto falta
Disseste que precisavas de espaço, de um tempo
Acho que já passaram mil tempos e espaço infinito
Onde estás?
Vejo-te em fotos, em festas, rodeada de amigas e
amigos
Ris
Pareces estar feliz
O tempo está a fazer-te bem
Sabes que não te consigo dizer
Mas morro de saudades tuas
Penso que sabes que te amo
Que preciso de ti
Talvez o devesse ter dito antes
Dói-me o peito
Nada me encanta
Volta, amor
Sem ti
sou uma casa abandonada

Sara Carvalho

Escolha a sua Viagem Preferida

Venha viajar comigo e desfrute de um excelente fim de semana!

Inclui:

Autocarro, Almoço, Jantar, Hotel, Pequeno-almoço e os Passeios.

Desfrute de 2 dias inesquecíveis, no Alentejo, 28 e 29 de outubro, fazendo um cruzeiro no Alqueva, indo também a Elvas e a Évora.

Se escolher passar o São Martinho comigo, nos dias 4 e 5 de Novembro, vai a Viana do Castelo, Santoinho ao Arrail Minhoto (onde haverá castanhas, sardinhas, Caldo Verde, frango, febras entre outras coisas) e, por fim, vamos a Braga.

Por último, terá uma magnífica viagem a Madrid e a Toledo, dias 1 e 2 de dezembro, onde poderá visitar o mercado de Natal, fazer as suas compras de Natal nas arraquinhas Vermelhas, e ver um presépio com 200 figuras. Poderá, ainda, usufruir da pista de gelo e das magníficas decorações, com destaque para as luzes de Natal.

Iremos visitar, também, o parque Europa, entre outras coisas.

Marque o seu lugar antes que esgote! Contamos consigo!

175.00 Sem demonstração publicitária

Santoinho
Arraial Minhoto

Santoinho Sempre
NOVEMBRO: ARRAIAS DA CASTANHA TODOS OS SÁBADOS

São Martinho
COMPARTILHAMOS COM OS SEUS TURISTAS E DEBEMOS O VINHO!
04 e 05 de Novembro de 2023

PEQUENO ALMOÇO, SAÍDA EM DIREÇÃO A TIBÃES VISITA AO MOSTEIRO DE TIBÃES. ALMOÇO EM BRAGA E DE TARDE VISITA A CIDADE DE BRAGA E SEUS PRINCIPAIS PONTOS TURÍSTICOS tais quais Bom Jesus de Braga; Igreja de Nossa Senhora do Sameiro e o centro da cidade onde esta localizada a Sé de Braga e o Arco da porta nova. Em horário prudente regressaremos a casa com a certeza de ter passado excelentes momentos com a melhor companhia VIDATUR.

Saída do local de origem em autocarro de luxo, seguindo para um tradicional hotel da região, onde degustaremos de um maravilhoso almoço de boas vindas. Após o almoço seguiremos em passeio para os principais pontos turísticos de Viana do Castelo, sendo um deles o magnífico Monte de Santa Luzia, na sequência seguiremos para a animadíssima Quinta do Santoinho!!! a maior atracção turística de Portugal. O arraial de Santoinho, Sardinhas assadas e malhada, há pipos com vinho verde, branco e tinto; frangos, febras e folclore (carnes assadas nas grelhas) e apreciar as danças folclóricas do país; champarrelão, e música para dançar, marchas, gigantes e foguetes; balões, caldo verde e dança. Em horário prudente retornaremos

MOSTEIRO DE TIBÃES
MELHORES DICAS PARA VISITAR

BRAGA

Maria João Ramos
969 001 694

APÓLICE Nº 206806793

CONDICIONADO A MÍNIMO DE 35 PACANTES alojamento em quartos duplos (triplos). Quanto individual superior de 23€ (taxa noite). Imagens meramente ilustrativas. Entradas em parques e monumentos não incluídas. O valor da viagem só será devolvido na situação de cancelamento, na IMI.

SEM apresentação publicitária

Madrid Mercado de Natal

2 Dias **199,90**

1º Dia: Saída dos locais de origem no horário combinado em autocarro grande-turismo Paragem para pequeno almoço (livre). Chegada ao HOTEL para ALMOÇO. Após almoço, saída em direção ao centro da cidade de MADRID. A PLAZA MAYOR abriga o mais famoso mercado de Natal (Mercado de Navidad) de Madrid desde o século XIX. Mais de 100 barracas vermelhas minúsculas, onde se pode comprar presentes feitos à mão, decorações, e figuras natalinas. Destaque para as iluminações, pistas de gelo e o presépio (Belém em espanhol), composto por 200 figuras. Em horário a marcar, regresso ao HOTEL para JANTAR e descanso.

2º Dia: Pequeno-almoço e logo após visita ao PARQUE EUROPA, local que abriga réplicas de 17 monumentos europeus, além de um fragmento do Muro de Berlim, doado gratuitamente pela Prefeitura de Berlim. Segue-se um delicioso ALMOÇO. Após almoço, saída em direção TOLEDO, cidade que guarda um dos passados mais ricos da história castelhana. Destaque para a CATEDRAL DE SANTA MARIA, ALCÁZAR, PRAÇA ZOCODOVER, etc. Visita à FÁBRICA DAS ESPADAS. Em horário a combinar, regresso a casa na certeza de termos passado momentos inesquecíveis com a melhor companhia VIDATUR.

01 E 02 DE DEZEMBRO 2023

MARIA JOÃO RAMOS
969 001 694

APÓLICE Nº 206806793

2 dias Inesquecíveis no Alentejo

ALQUEVA ELVAS EVORA

APENAS 110€

28 e 29 outubro

MARIA JOÃO 969 001 694

Programa

1º DIA: Saída em autocarro de turismo (seguro viagem incluído), pequeno-almoço livre, chegada ao restaurante para almoço. De seguida vamos Évora com visita ao templo de Diana, Capela dos Ossos (não incluído) e Praça do Geraldo. De seguida vamos ao Cais do Alqueva para um fantástico passeio de barco (incluído). Ao final da tarde vamos de caminho ao Hotel para jantar de descanso.

2º DIA: Pequeno Almoço seguida de uma breve apresentação publicitária com artigos para o lar e saúde da EURO ELITE. Delicioso e completo almoço típico da região. De seguida vamos de visita a Elvas, e ao lindíssimo Centro Histórico.

Ao fim do dia e em horário apropriado regresso a casa na certeza de ter passado um excelente fim de semana na companhia da EURO ELITE.

PERCURSO SUJEITO A ALTERAÇÃO EM BENEFÍCIO DO CLIENTE.

Preço Não Inclui: Entrada em monumentos e gastos extras de carácter pessoal. Sup. Ind. 20€/pax.

EURO ELITE
RNAVT Nº 9430

EURO ELITE - Rua do Luxemburgo, Lote 33 - Fração E-G-C Zona Industrial das Fontainhas 7350-227 Elvas
APÓLICE SEGURO ZURICH Nº 008653745 RNAVT Nº 9430

Maria João

Cursos Online

INSCRIÇÕES ABERTAS PARA:

Inglês, Português, Espanhol, Alemão, Francês, Italiano e mais!



NOVOS CURSOS



CONTACTE-NOS!

paulmask.com

speakwell
we'll teach you how

INSCRIÇÕES ABERTAS!

“WITH LANGUAGES, YOU ARE AT HOME ANYWHERE.”

— EDWARD DE WAAL

