

Revista
Amar

EDIÇÃO 79 • ANO 7 • MENSAL • REVISTAMAR.COM

A portrait of Cristina Fernandes, a woman with blonde wavy hair, wearing black-rimmed glasses and a teal blazer over a black t-shirt with a tiger graphic. She is resting her chin on her hands, which are adorned with rings and a watch. A tattoo of a musical note is visible on her left wrist. She is holding a large, ornate gold ring. The background is a plain white wall with a green plant to the right.

CRISTINA FERNANDES

OUTUBRO 2022

Ficha Técnica

Direção

Carmo Monteiro
Manuel DaCosta

Edição Gráfica

Carlos Monteiro

Marketing

Carmo Monteiro
MDC Media Group
MDC Pinnacle

Fotografia

Carmo Monteiro
Mariane Azeredo

Colaboradores

Carlos Cruchinho
Francisco Pegado
Inês Barbosa
José Carreira
Lizandra Ongaratto
Manuela Marujo
Margarida Rebelo Pinto
Maria João Rafael
Paulo Mendes
Sérgio Ruivo
Valter Hugo Mãe
Zulay Costa

Agradecimentos

Magellan Community Foundation
MDC Media Group
Notícias Magazine
Portuguese Cultural Centre of Mississauga
Portugalo - Portugal Heritage Fest
LiUNA Local 183
The Great Hall

Contacto

www.revistamar.com
info@revistamar.com
www.facebook.com/revistamar
416.806.7616

Revista
Amar[®]

Revista Amar é uma marca registada e empresa subsidiária dos grupos Cyber Planet Inc. e MDC Media Group.

Custo estimado por exemplar

\$6.49

Conteúdos

6 Magellan Community Charities

Este mês estivemos à conversa com Krystle Ferreira para nos falar sobre este projeto, que promove mudar o futuro da comunidade lusocanadiana.

22 Portugal

A Celebration Square em Mississauga foi palco para a 1ª edição do Portugal - Heritage Fest, no dia 10 de setembro, que se estreou em grande e nós estivemos presentes

38 Recorde do Guinness

O Centro Cultural Português de Mississauga (PCCM) inspirou a comunidade para a conquista do título do maior número de pessoas a dançarem em simultâneo, no mesmo espaço, durante no mínimo 5 minutos, uma dança folclórica portuguesa.

56 Cristina Fernandes

Este mês estivemos à conversa com uma promotora musical lusocanadiana que tem trabalhado com alguns dos nomes mais conhecidos da cena musical internacional.

70 The Riser: O Bansky viseense

À medida que se caminha pelas ruas e ruelas de Viseu encontra-se a palavra Riser, pintada um pouco por todo o lado e descortina-se mais um exemplar pintado nas paredes periféricas da cidade. O seu writer continua desconhecido para a maioria dos viseenses.

86 Joel Santos

Fique a conhecer o português que rumou à Austrália e sonha ser Mestre do Vinho.

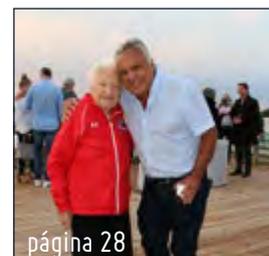
94 Jorge Braz

Inês Barbosa esteve à conversa com o selecionador português de futsal, nascido no Canadá, e que já conquistou Euro 2018, o Mundial 2021, o Euro 2022 e a Finalissima de futsal.

98 Elizabeth II De rainha a ícone pop

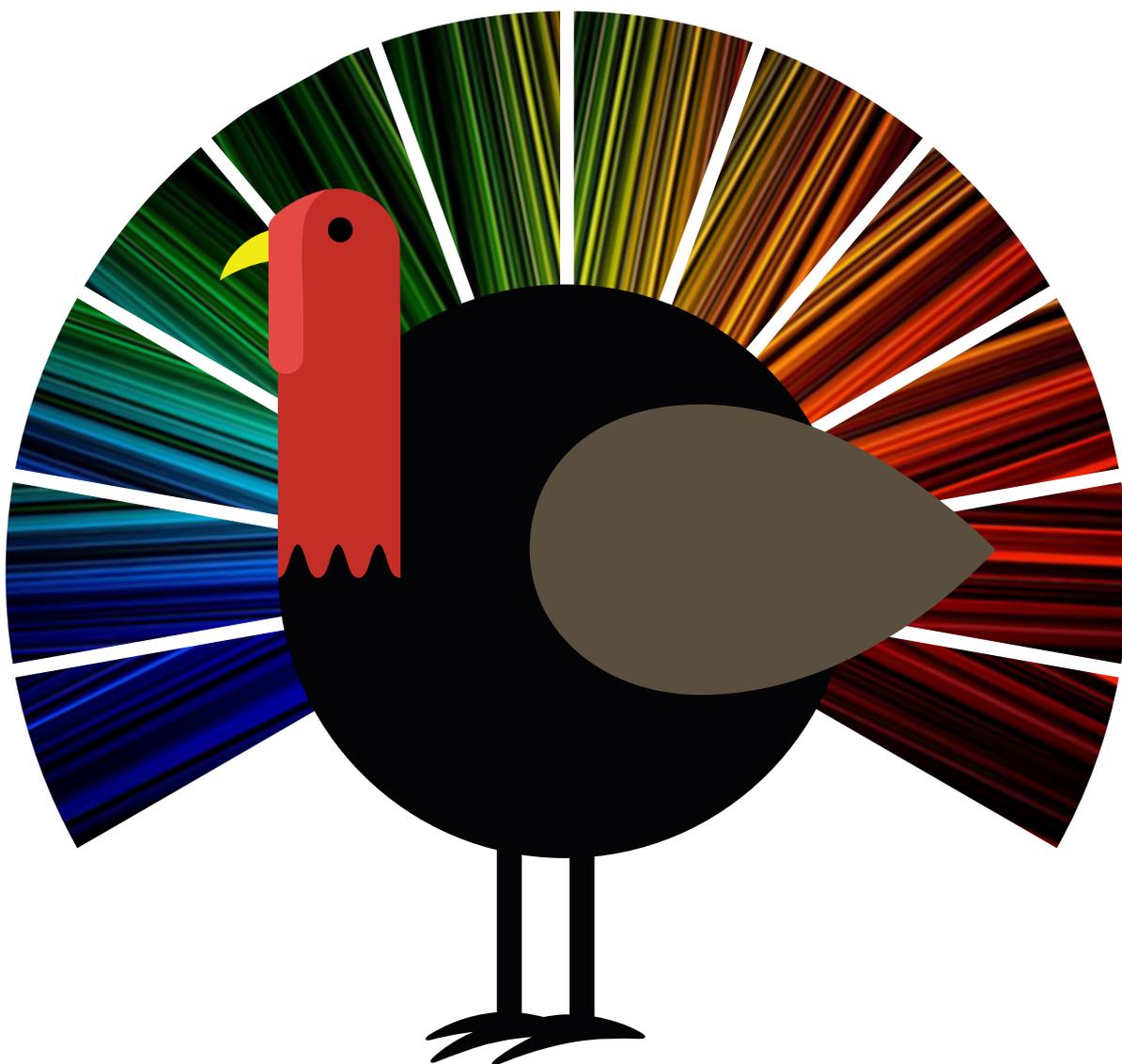
Maria João Rafael fala-nos sobre a rainha que personificou ao longo de sete décadas a imagem de uma nação coesa, estável e duradoura.

Outubro 2022



Os artigos publicados na presente edição são da inteira responsabilidade dos seus autores, podendo não refletir as opiniões e posições da Revista Amar naquela matéria. A utilização do novo acordo ortográfico, na matéria da presente edição, ficou à inteira descrição dos seus autores. Os conteúdos publicitários publicados na presente edição são da inteira responsabilidade, com autorização e aprovação prévia dos seus autores.

Feliz Dia de Ação de Graças





TEIXEIRA
ACCOUNTING FIRM INC.

HelpingBusinesses.com



You've earned it. We'll help you keep it.

Our professional staff are here to file you taxes and answer any financial questions you have.

Visit us to file in office, drop your documents with us and we'll prepare your taxes, or file remotely from your home with one of our tax experts—the choice is yours.

Back office
Accounting
Bookkeeping

Tax advice
Personal taxes
Business taxes

Estate planning
Corporate life insurance
Private pension plans
Retirement options

Corporate financing
Corporate debt solutions



Carlos Teixeira
Managing Partner



Toronto (head office)
1015 Bloor Street West
(Bloor & Dovercourt)
416.535.8846

Hamilton
219 Main Street West
416 535 8846 ext 221

Serving
Toronto-GTA
Bradford
Brampton
Richmond Hill

**PROTECTING YOUR FUTURE
FOR OVER 45 YEARS**



PATRICK VIEIRA
CEO
patrickv@vieirainsurance.com

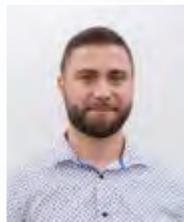


JOSEPH VIEIRA
PRESIDENT & CHAIRMAN
josephv@vieirainsurance.com

PERSONAL INSURANCE SALES TEAM



NELSON PINTO
ACCOUNT EXECUTIVE
nelsonp@vieirainsurance.com



BRYCE LAWSON
ACCOUNT EXECUTIVE
brycel@vieirainsurance.com



LUISA PACHECO
ACCOUNT EXECUTIVE
luisap@vieirainsurance.com

**HOME • TENANT • COTTAGE
AUTO • CLASSIC CAR
ATV • MOTORCYCLE**

COMMERCIAL INSURANCE SALES TEAM



MARLAENA F. SILVA
VP COMMERCIAL LINES
marlaenas@vieirainsurance.com



NANCY DORLING
ACCOUNT EXECUTIVE
ndorling@vieirainsurance.com

**CONSTRUCTION • HOSPITALITY
MANUFACTURING • REAL ESTATE
COMMERCIAL AUTO • FLEET
PROFESSIONAL LIABILITY • BONDS
COMMERCIAL GENERAL LIABILITY**



Magellan Community Foundation

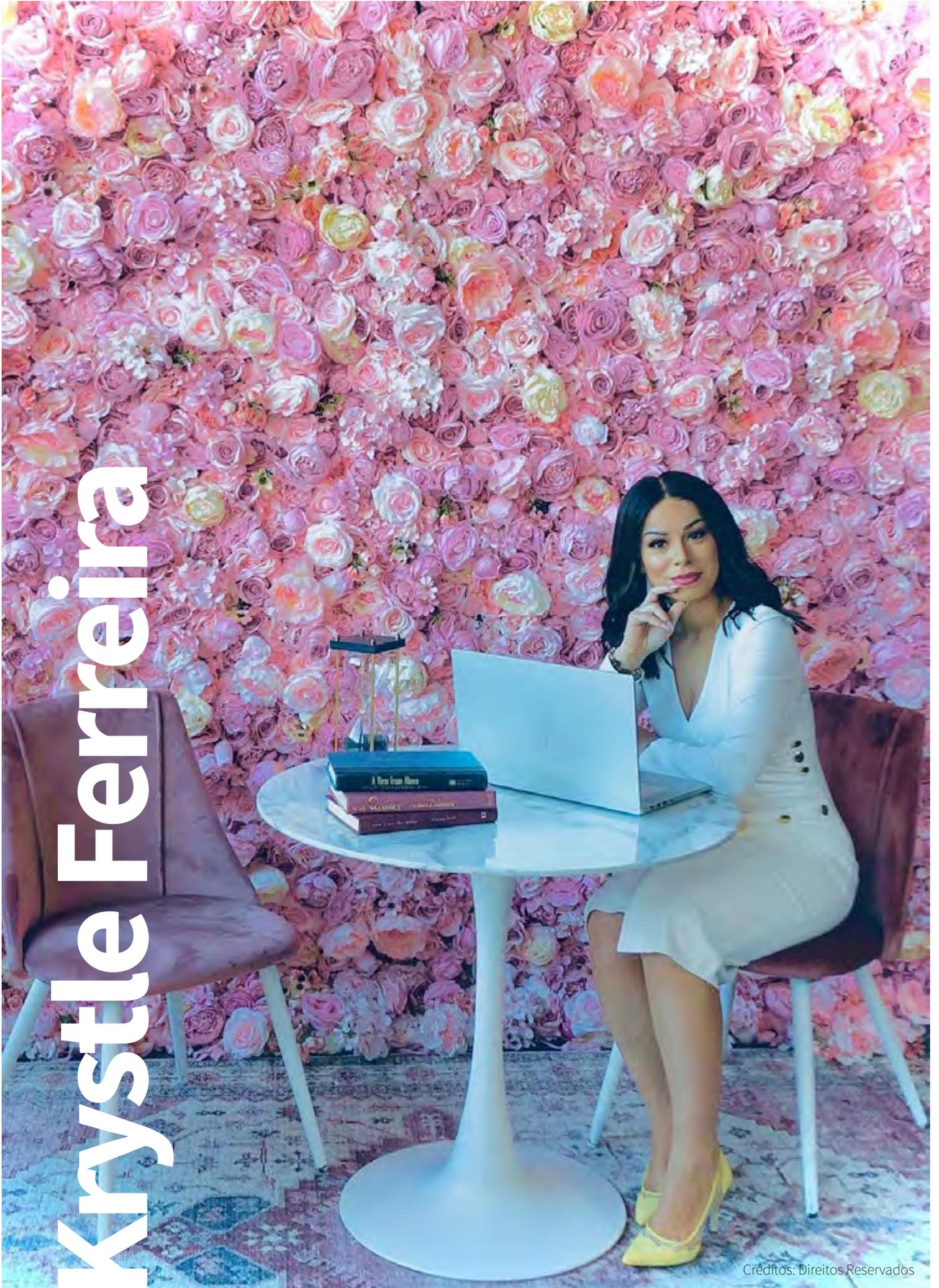
O futuro dos cuidados continuados dos nossos idosos

A Magellan Community Charities tem um grupo de luso-canadianos - e não só -, empenhados para que este projeto seja uma realidade em 2025, na 640 Lansdowne Ave., Toronto. A Revista Amar tem convidado voluntários, diretores e membros dos diversos comités, da Magellan Community Foundation e Charities para informar a comunidade portuguesa a cerca de cada comité: a sua função, competência e responsabilidade. Para sabermos mais sobre os últimos acontecimentos, convidámos Krystle Ferreira, membro do comité de Marketing, que gentilmente aceitou conversar connosco nesta edição.

Revista Amar: Krystle, fale-nos um pouco de si.

Krystle Ferreira: Nasci e cresci em Toronto, Canadá. Os meus pais emigraram para o Canadá quando eram crianças. O meu pai é de Lisboa e a minha mãe é de Santa Maria, Açores. Tenho dois irmãos - uma irmã e um irmão, ambos mais novos do que eu. A minha irmã é professora e o meu irmão é eletricitista licenciado. Sou bilingue e aprendi a falar português por causa dos meus avós. Os meus avós tomaram conta de mim nos meus primeiros anos, quando os meus pais trabalhavam a tempo inteiro. Devido à compreensão limitada dos meus avós no inglês, estou grata por ter conseguido aprender uma segunda língua. Ser bilingue tem sido muito benéfico, tanto a nível pessoal como profissional. Aos 14 anos, comecei a trabalhar part-time numa sapataria na Orfus Road e no verão, nos meus fins de semana, trabalhava no restaurante do meu pai a limpar as mesas. O meu objetivo, naquela época, era economizar dinheiro suficiente durante o ensino secundário para pagar a minha faculdade e que consegui. Frequentei a Universidade de Toronto e obtive a minha licenciatura em Criminologia e Sociologia. Pouco depois, tomei a maior decisão da minha vida. Em 2009 deixei Toronto e mudei-me para a Inglaterra para tirar o curso de Direito. Assim que me formei na Universidade de Direito, voltei para Toronto e fiz vários exames para obter o meu diploma de Direito credenciado daqui. Os meus anos académicos vieram com muito stresse, ansiedade e noites sem dormir. Mas, em retrospectiva, foi uma bela viagem. Uma bela jornada de progressão. Estou constantemente a aprender... em constante evolução.

Krystle Ferreira



Créditos: Direitos Reservados

RA: É advogada com escritório próprio, a Nova Law. Que tipo de serviços oferece e qual é a sua especialidade?

KF: Sim, sou (risos). A Nova Law está localizada na St. Clair e Dufferin. Prático, predominantemente, Direito Imobiliário, mas oferecemos serviços de testamentos e espólios, serviços de elaboração de procurações, serviços de cartórios e serviços relacionados à constituição e estruturação de negócios.

RA: Conseguiu trabalhar durante a pandemia? E que tipo de serviços procuravam os seus clientes?

KF: Sendo considerado um negócio essencial, consegui manter o meu escritório de advocacia aberto durante a pandemia. Durante esse período, e com as baixas taxas de juros hipotecárias, ocorreram muitas transações de venda e refinanciamento. Também auxiliámos clientes no planejamento patrimonial, elaborando testamentos e procurações. Se precisar de serviços jurídicos, entre em contato com a Nova Law (risos).

RA: Que relação tem com a comunidade portuguesa?

KF: Acho que sempre tive uma forte afiliação à comunidade portuguesa. O meu avô paterno fazia parte de uma banda portuguesa chamada 'Francisco Gouveia'... podem encontrar algumas de suas músicas no YouTube. O meu pai também fez parte da banda 'Apollo 5' e na sua juventude tocou em vários clubes portugueses, eventos e casamentos. A minha mãe, Márcia Ferreira, trabalha na Igreja de Santo António... na área de Bloor e Dufferin e o meu pai, Fernando Ferreira, é agente imobiliário com a Remax na St. Clair e Dufferin e tem patrocinado muitos eventos e organizações da nossa comunidade. Pelo facto, dos meus pais estarem presentes e envolvidos na comunidade portuguesa há anos, esse sentido comunitário passou para mim.

RA: Porque sentiu que estava na altura de se envolver com a comunidade? E porque acha que era a altura certa para fazê-lo?

KF: Sempre quis me envolver com a comunidade e não consegui fazê-lo enquanto trabalhava e estudava simultaneamente. Então sim, agora é o momento certo para eu me envolver. Estou mais madura, mais confiante e sinto que posso trazer algo para a mesa. Vejo a importância de cimentar um desenvolvimento dessa magnitude para nossa comunidade. Vejo a importância de oferecer às famílias opções de cuidados. Fornecer às famílias opções que se alinham às suas circunstâncias.

RA: De todas as instituições e centro comunitários existentes na comunidade portuguesa na grande área de Toronto, escolheu voluntariar-se na Magellan Community Charities. O que a levou a essa escolha?

KF: Ora bem... Tudo isso aconteceu por causa da Carmo Monteiro, a quem agradeço. Ela é que me sugeriu a Magellan Community Charities. Tivemos uma breve conversa sobre o projeto porque eu nunca tinha ouvido falar da organização e do projeto até então. Depois colocou-me em contato com a Angie Câmara, com quem também tive uma ótima conversa. Não houve entrevistas. Apenas discussões sobre como podemos dar vida a este projeto. Sabemos que faltam lares de cuidados prolongados e é por isso que este desenvolvimento é importante. Procuramos proporcionar um ambiente que compreenda a cultura, costumes e tradições, ao mesmo tempo que promovemos e fornecemos estratégias de saúde.

RA: Qual é o comité que integra e quais são os seus objetivos?

KF: Estou envolvida no comité de Marketing e o nosso principal objetivo é chamar a atenção para este projeto. O objetivo é consciencializar o público através da media: TV, jornais e revistas... e variadas plataformas de redes sociais.

RA: Como é que o comité planeia alcançar os objetivos?

KF: A grande parte do planeamento e da estratégia para esse desenvolvimento está a ocorrer nos bastidores. Planeamos atingir esses objetivos ao integrar o nosso networking para ajudarem a construir o lar de cuidados prolongados para a nossa comunidade. Neste momento estamos a procurar voluntários, que possam dar um pouco do seu tempo e se envolverem com o projeto. Existem várias posições de voluntariado disponíveis e todos são bem-vindos. Juntos podemos fazer isto.

RA: No próximo dia 20 de outubro vai-se realizar na Downtown Winery mais um evento para ajudar a Magellan Community Charities. O que nos pode contar sobre o evento?

KF: Sim e estou ansiosa por este evento. Durante uma das nossas reuniões de Marketing, sugeri que um evento fosse realizado na Downtown Winery, uma adega moderna de vinhos na Ossington, administrada pela minha prima. Juntas, a minha prima e eu organizámos este evento de degustação de vinhos que achamos que vai ser apreciado por todos os presentes, pois continuamos a consciencializar o público sobre este projeto fenomenal que temos em mãos.

RA: Gostaria de a convidar a deixar uma mensagem aos nossos leitores.

KF: Eu incentivo-vos, se puderem, a se envolverem com o projeto. Reflitam sobre a história dos vossos avós, vossos pais e vejam os sacrifícios feitos nas suas jornadas. Estamos a ter a oportunidade de fazer algo grande. Vamos transformar esta visão em realidade. Não hesitem e consultem a página www.magellancommunitycharities.ca e contacte-nos por email info@magellancommunitycharities.ca ou por telefone 437-914-9110 para informações e donativos.



MAGELLAN
COMMUNITY FOUNDATION

ESTÁ NA HORA DE RETRIBUIR

Ao fazer uma doação para o Magellan Community Foundation, está a ajudar a financiar a primeira casa de repouso de cuidados continuados para a comunidade de língua portuguesa no Ontário e ainda ajuda a construir habitações a preços acessíveis e um centro comunitário.

Ajude a proporcionar aos idosos que falam português os cuidados que merecem

MAGELLANCOMMUNITYFOUNDATION.COM



Patrocinado por

Revista *Amar*®



Queen Street West





encheu no Labour Day

No Canadá, o Labour Day (Dia do Trabalhador) é celebrado na primeira segunda-feira de setembro, este ano foi no dia 5. A Queen St. West recebeu a famosa Parada do Dia do Trabalhador de Toronto depois de 2 anos de interregno, com a presença habitual de centenas de trabalhadores, dezenas de sindicatos, ativistas e políticos solidários com o movimento trabalhista. A Parada do Dia do Trabalhador, que este ano teve como tema “150 Anos Juntos”, saiu às 09h30 em ponto e seguiu a rota tradicional até ao Canadian National Exhibition (CNE). Esta marcha, que conta com um século e meio, comemora o Dia do Trabalhador desde o início das suas lutas e conquistas laborais.

Jack De Oliveira, Business Manager da LiUNA OPDC e Local 183, o maior sindicato da União Internacional dos Trabalhadores da América do Norte encontrava-se satisfeito com a adesão dos sindicalistas: “Gostaria de dar os parabéns a todos os trabalhadores e à comunidade em geral pelo Dia do Trabalhador. Muitas coisas mudaram durante os últimos 150 anos e continuarão a mudar. Eu acredito que se os trabalhadores continuarem unidos teremos grandes resultados. Os movimentos sindicais vieram para ficar, por isso, vamos continuar unidos e falar da importância dos sindicatos para os outros. Teremos que trabalhar juntos para um bem comum”.

Quem também marcou presença nesta marcha histórica foi Ana Bailão, vice-presidente da Câmara Municipal de Toronto, que nos disse: “Em primeiro lugar gostaria de agradecer a todos os trabalhadores da linha da frente que durante a pandemia nunca pararam, para que todos nós estivéssemos seguros aqui hoje. Quero realçar que as lutas até aqui conquistadas não foram em vão, é importante continuarmos estas lutas e defender os trabalhadores com salários justos e uma vida mais justa para a classe trabalhadora. Isto tem que estar presente nas nossas vidas todos os dias.”

Também conversámos com outros líderes sindicais como Fred

Hahn, da CUPE Ontario e Chris Campbell, vice-presidente do Carpenters District Council of Ontario e diretor da Equidade, Diversidade e Inclusão. “Estamos aqui porque é importante comemorar as conquistas dos que vieram antes de nós, é importante reconhecermos as lutas e tudo o que foi alcançado por eles. Vimos celebrar muitos aspetos da nossa família sindical como, por exemplo, a nossa voz nas decisões, a segurança no trabalho, carga horária, a equidade, diversidade e inclusão. A nossa celebração também é dar continuidade a isto tudo. Terminando dizendo feliz Dia do Trabalhador”, disse Chris Campbell.

A parada também tem servido, pela grande parte das organizações laborais, para protestar com palavras de ordem por melhores salários, dias de doença pagos, benefícios laborais, diversidade e inclusão, entre outras frases que transparecem a realidade do mercado de trabalho dos dias de hoje.

O Dia do Trabalhador, por ser um dia importante para todos os trabalhadores lusófonos, a Revista Amar fez e faz questão de registar aquela que é considerada a maior celebração sindical do Canadá.

Carmo Monteiro
MDC Media Group





FOTOGRAFIA © CARMO MONTEIRO



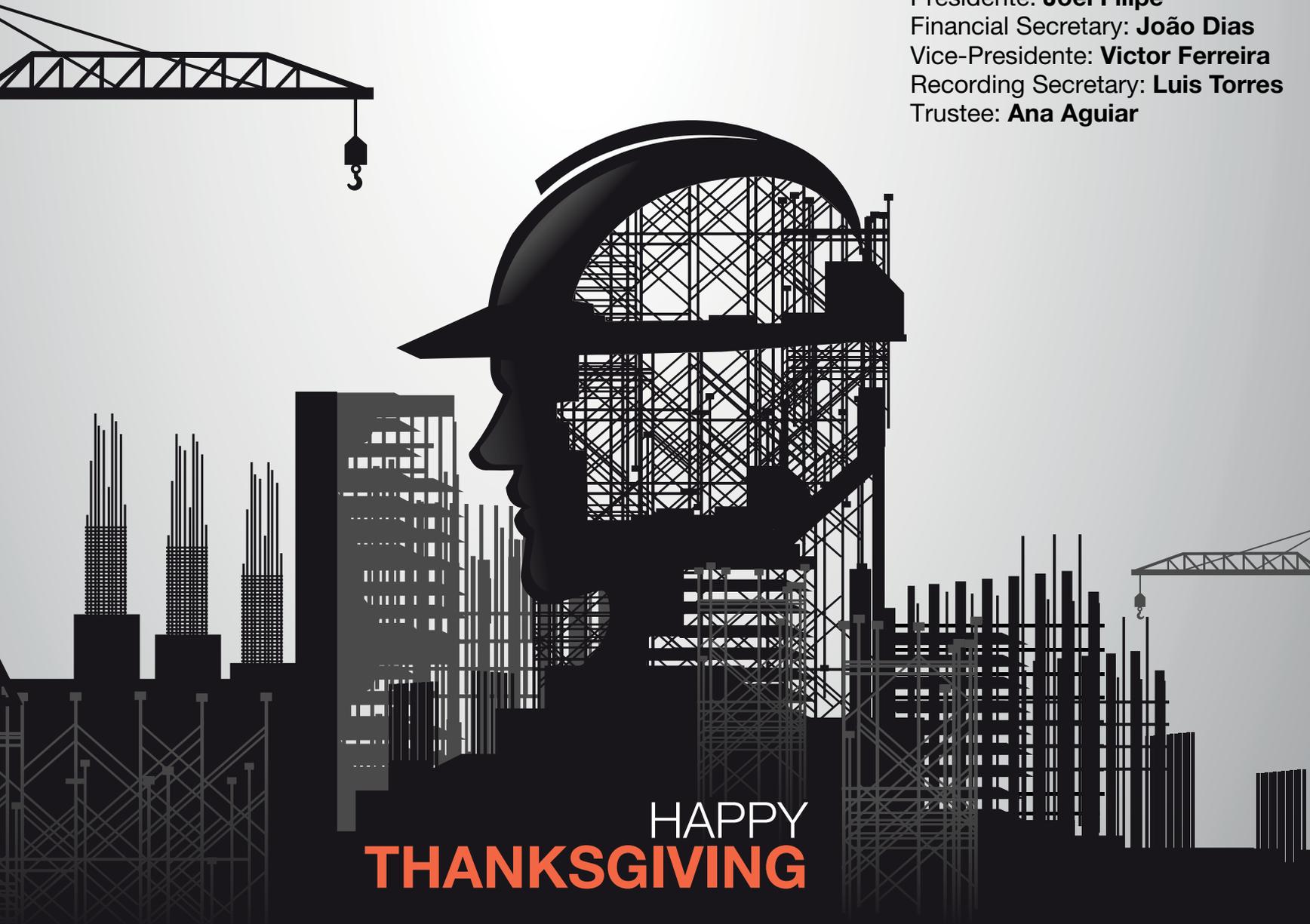


O Executivo da CCWU
Canadian Construction Workers Union
deseja a todos os seus membros e
Comunidade Portuguesa
um Feliz Dia de Ação de Graças!

Canadian Construction Workers Union

Proud representative of the hard working men and women
in the Canadian Construction Industry

Presidente: **Joel Filipe**
Financial Secretary: **João Dias**
Vice-Presidente: **Victor Ferreira**
Recording Secretary: **Luis Torres**
Trustee: **Ana Aguiar**



HAPPY
THANKSGIVING

1170 SHEPPARD AVENUE WEST, UNIT 42 - NORTH YORK, ONTARIO - M3K 2A3

TELEPHONE: 416-762-1010 • FAX: 416-762-1012



LiUNA Local 183 Training Centre

Um projeto pioneiro na área da construção civil que reitera o compromisso da LiUNA com a inovação e a segurança dos trabalhadores que constroem o Canadá. Foi inaugurado no dia 7 de setembro, o primeiro túnel para treinamento do programa de resgate em túneis da América do Norte junto ao Local 183 Training Centre em Vaughan. Uma obra grandiosa que custou quase sete milhões de dólares e demorou cerca de sete anos para ser concluída. O local vai ser de fundamental importância para treinar trabalhadores da construção em casos de emergências nesse tipo de obra subterrânea.

O túnel será equipado com bolsões de ar e equipamentos de resgate variados, incluindo cordas e um guindaste para simular resgates. O local tem cerca de 7,6m de profundidade, conectando-se a um túnel de aproximadamente 3 metros a 30,5m de diâmetro. Os bombeiros e os serviços médicos de emergência, assim como os membros da LiUNA de toda a América do Norte, poderão utilizar a instalação para treinamento.

Diversos representantes da LiUNA em diferentes níveis demonstraram a satisfação da conclusão desse tipo de projeto que será vital para o futuro do setor. Entre eles, Joseph Mancinelli, vice-presidente e gerente regional da LiUNA Central e Eastern Canada e Jack Oliveira, business manager da LiUNA Local 183.

Mancinelli destacou a importância do trabalho em conjunto de diversos aliados: "Uma estrutura desse tamanho não é construída do dia para a noite. Foi preciso muito trabalho, nossos parceiros na área da construção civil e claro, o apoio dos governos em diferentes níveis. E uma parceira entre esses três elos que tornou tudo isso possível. É importante citar que foram vários níveis de governo envolvidos, o municipal aqui em Vaughan, governo provincial e claro, federal."

Jack Oliveira disse que esse tipo de construção "é o futuro do trabalho que está no nosso horizonte. As obras de infraestrutura que precisam ser feitas em Ontário, muitas são subterrâneas e então proporcionar esse tipo de treinamento de emergência, de resgate em situações de perigo nessas construções para nossos trabalhadores é algo fundamental. Vai acelerar muito nosso processo, porque treinando aqui os trabalhadores serão muito mais produtivos e estarão melhor preparados quando forem para a obra em si." Oliveira também afirmou que: "Esse é um grande projeto, nunca havia sido feito até então, tivemos portanto muitos obstáculos, hoje é uma grande inauguração, e ao final de tudo a nossa satisfação e orgulho são imensos", concluiu.



Inaugura túnel para treino de resgates

Entre os diversos representantes do cenário político, o evento de inauguração contou com a presença do Premier de Ontário, Doug Ford, que fez questão de destacar a importância dos trabalhadores de sindicatos como a LiUNA no desenvolvimento e construção da província em diferentes áreas: "Nosso governo está investindo 158 bilhões de dólares em obras de infraestrutura em toda a província, e toda vez que precisamos, não importa que seja construir um prédio, reformar um hospital, construção de rodovias e autoestradas, qualquer tipo de trabalho nós contamos com a mão de obra da LiUNA para tanto", disse Ford. E complementou: "Eu sempre estarei apoiando a organização de vocês, nós vamos continuar com o nosso trabalho de fazer Ontário uma grande província, desenvolvendo os projetos em conjunto." Também estiveram presentes na cerimônia o Ministro do Trabalho, Monte McNaughton e da Saúde Mental e Adições, Michael Tibullo, além de vereadores locais.

O premier Ford chegou a citar a falta de trabalhadores que a província enfrenta, são cerca de 180 mil vagas a serem preenchidas, e uma das áreas afetadas é a da construção civil. Ford deixou claro que seu governo está tentando mudar alguns quesitos no processo de imigração junto ao governo federal para facilitar a chegada de trabalhadores de áreas específicas.

A falta de mão de obra, foi um dos assuntos onipresentes na inauguração e o vice-presidente da LiUNA fez questão de pontuar: "Só aqui na província de Ontário faltam 30 mil trabalhadores na área da construção civil, pessoas que poderiam estar empregados conosco nesse exato momento. O processo de imigração precisa ser revisto no Canadá, e preciso trazer muitos imigrantes a mais, porque por exemplo, Ontário recebe 9 mil por ano mas desse total nem todos estão interessados ou têm perfil para trabalhar na indústria da construção, o sistema precisa mudar." E acrescentou: "é preciso que antes que essas pessoas venham para cá elas sejam questionadas se tem interesse nessa área da construção e além disso, nosso sindicato pode ajudar aqueles imigrantes, muitos de origem portuguesa ou brasileira, que tiveram que sair do país porque não estavam em situação legal a de certa forma obterem seus papéis através da nossa ajuda, da LiUNA."

Lizandra Ongaratto
MDC Media Group



Torneio de Golfe Anual do CCP de Mississauga regressa em grande

O Carlisle Golf Club, em Hamilton, recebeu novamente o Torneio de Golfe Anual do Centro Cultural Português de Mississauga (CCPM), no dia 8 de setembro – com participação de cerca de 200 pessoas. Devido à pandemia, a edição anterior teve somente 100 participantes, número permitido pelo clube de golfe por questões de segurança da saúde pública e sem jantar.

À chegada os participantes foram recebidos com sorrisos e boa disposição por Ricardo Santos, vice-presidente do CCPM, e membros da direção. Por motivos de força maior, o presidente do CCPM, Jorge Mouselo, esteve ausente durante o torneio, porém fez questão de receber cada participante ao clube, para onde se dirigiram para o famoso jantar de marisco: "finalmente podemos receber todos nesta casa com tudo o que têm direito... parece que não, mas foram três anos, três torneios, que infelizmente, por causa da pandemia, não podemos fazer este jantar, pelo que somos "famosos" e estar aqui com quase 200 pessoas... é bom, é bonito rever e conviver com todos os amigos desta casa!" confidenciou-o emocionado. Sobre futuros eventos, Jorge Mouselo disse "No dia 1 de outubro vamos ter a Gala de Fado - Homenagem a Amália Rodrigues" e destacou que "no dia 5 de novembro vamos entregar o Community Spirit Award ao Sr. Manuel DaCosta."

A noite não poderia acabar sem o sorteio das rifas e, claro, com a entrega dos troféus aos vencedores.

A Revista Amar congratula o CCPM por mais um torneio de golfe bem-sucedido.

Carmo Monteiro

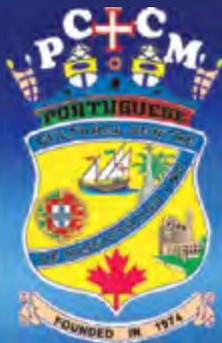






FOTOGRAFIA © CARMO MONTEIRO





PORTUGUESE CULTURAL CENTRE OF MISSISSAUGA

A celebrar a lusofonia desde 1974

AGENDA CULTURAL

- | | |
|----------------|---|
| 22 DE OUTUBRO | ANIVERSÁRIO DO RANCHO FOLCLÓRICO PCCM
ATUAÇÃO DA BANDA UNIQUE TOUCH |
| 5 DE NOVEMBRO | COMMUNITY SPIRIT AWARD - MANUEL DACOSTA |
| 20 DE NOVEMBRO | PORTO DE HONRA - HENRIQUE CIPRIANO |
| 26 DE NOVEMBRO | 48.º ANIVERSÁRIO DO PCCM - ATUAÇÃO DA BANDA SAGRES |
| 31 DE DEZEMBRO | NOITE DE PASSAGEM DE ANO - ATUAÇÃO DA BANDA SAGRES |

53 QUEEN STREET NORTH - MISSISSAUGA, ONTARIO, L5N 1A2

Reservas e marcações
(905) 286.1311

Siga-nos nas redes sociais

  pccmississauga | pccmississauga.ca

Fellowship is such an important part of our brotherhood and sisterhood.

HAPPY THANKSGIVING

Want to Join the Union?

organizing@thecarpentersunion.ca



Carpenters' District Council of Ontario

www.thecarpentersunion.ca | 905.652.4140

Desejamos-lhe um
Feliz Dia de Ação de Graças
Ulysses & Salomé Pratas



prestevefoods.com  /PresteveFoods



Portuguese Heritage Fest

PORTUGAL  LO

Portuguese Heritage Fest

1ª edição foi um sucesso

A Celebration Square em Mississauga foi palco para a 1ª edição do Portugal - Heritage Fest, no dia 10 de setembro, que estreou em grande. Com o intuito de celebrar a portugalidade, o festival presenteou os presentes com uma amostra variada da cultura portuguesa e as suas tradições, não faltando o folclore, a música popular e a gastronomia. José Manuel Carneiro Mendes, cônsul-Geral de Portugal em Toronto, que marcou presença, disse que “seja para todos os que vierem aqui celebrar hoje a nossa portugalidade um evento memorável, tanto a nível da música como da gastronomia, como inclusivamente das mostras que temos aqui. É mais uma grande jornada de celebração da nossa portugalidade”. Jorge Mouselo, presidente do Centro Cultural Português de Mississauga, também fez questão de estar presente e apoiar este evento comunitário e confidenciou-nos que para ele o momento era “motivo de orgulho ser português. É isto que temos de mostrar ao resto do mundo, que nós somos unidos, e hoje mostra-se. E muito trabalho por detrás das portas para chegar ao que vemos hoje, e eu dou muito valor a isso. Palmas para o Portugal.” O festival contou com a atuação de ranchos folclóricos, artistas e bandas locais e dos cantores Rui Bandeira e Miro Freitas, vindos de Portugal. Rui Bandeira lembrou: “é sempre muito bom voltar a um lugar onde sou sempre muito bem recebido, onde tenho um público que gosta de mim e aplaude e gosta de estar comigo. Estou muito feliz por estar aqui novamente depois de 2 anos de pandemia, agora poder voltar à comunidade que tenho no meu coração. Gosto muito de Toronto, de Montreal e agora estamos aqui no Portugal em Mississauga, que espero que seja o primeiro evento de muitos, e eu tenho o privilégio de vir encerrar este grande festival”. O Portugal ainda estreou a cerimónia de casamentos à moda de Lisboa, onde 3 casais deram o nó ou renovaram os votos nos Jardins do Jubileu, também em Mississauga e os casais tiveram a oportunidade de comemorar o “dia especial” sem custos, através de um processo de candidatura. Maria de Fátima Esteves, a organizadora, confessou que “sempre gostei muito dos casamentos de Santo António, apesar de ter vindo para o Canadá com 13 anos. É uma tradição que eu queria trazer para cá e que a conheçam aqui também”.

Este evento cultural que decorreu durante todo o dia, deu um “cheirinho” da cultura portuguesa às centenas de pessoas que passaram e ficaram pelo recinto... e para o ano há mais!!!

Carmo Monteiro





FOTOGRAFIA © CARMO MONTEIRO

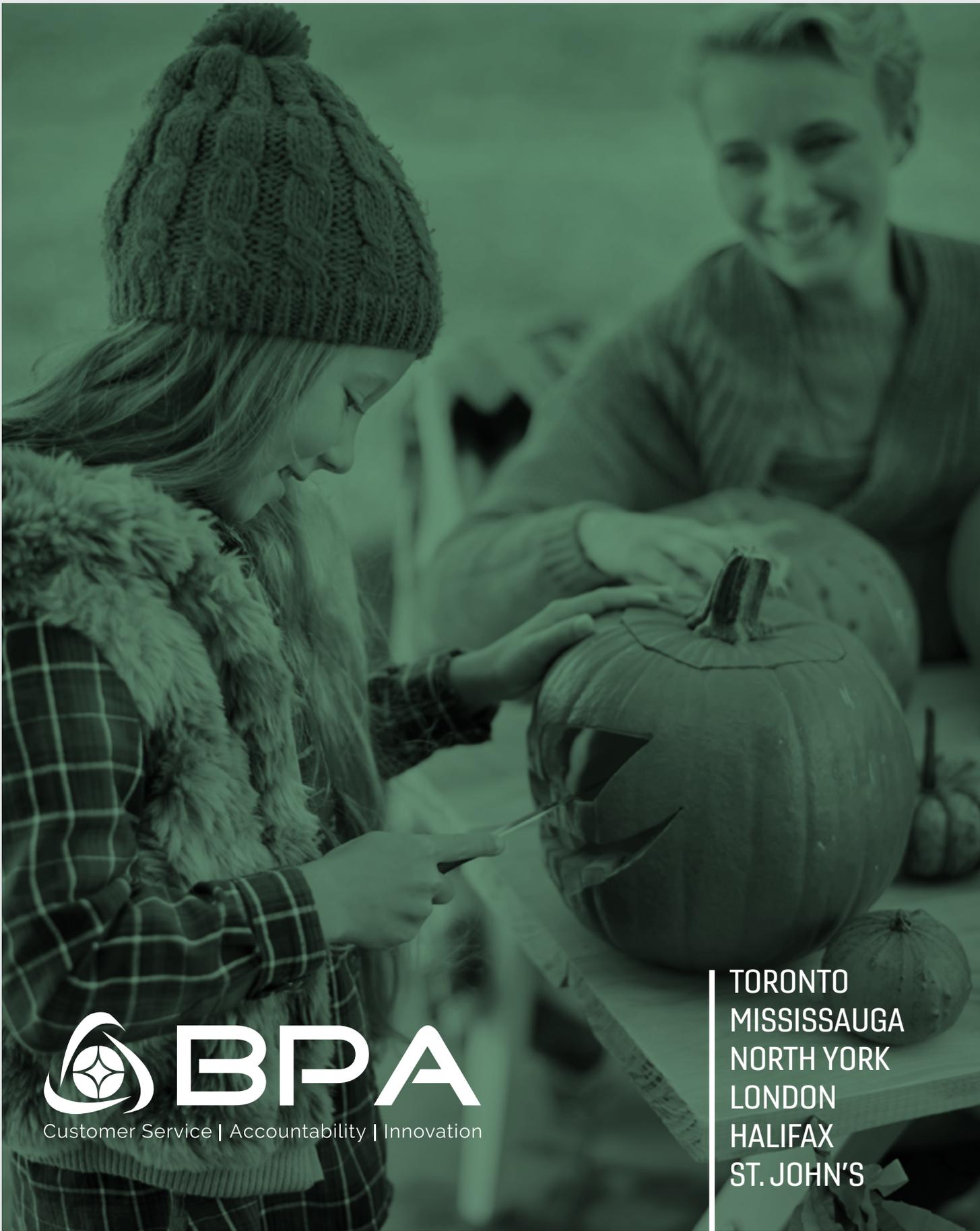




ENJOY THE SWEETIE TREATS FROM SWEETIE PIE

SCAN HERE TO ORDER

www.mysweetiepie.ca | [f](#) [@](#) [t](#) /mysweetiepieca



Customer Service | Accountability | Innovation

TORONTO
MISSISSAUGA
NORTH YORK
LONDON
HALIFAX
ST. JOHN'S

GIVE THANKS

CUSTOMER SERVICE
ACCOUNTABILITY
INNOVATION



*Happy Thanksgiving
from our family to yours.*

TÁVORA
FOODS

MISSISSAUGA
1030 DUNDAS ST. E
905 949 1592

ST. CLAIR
1625 ST. CLAIR AVE. W
416 656 1592

JANET
15 JANET AVE.
416 537 9687

WWW.TAVORA.CA



reúne empresários em evento solidário





No fim da tarde do dia 15 de setembro, o terraço da Luso Canadian Charitable Society (LCCS), em Mississauga, recebeu a 3ª edição do Taste of Portugal. Este evento concilia o melhor que Portugal tem para oferecer com o sentido de solidariedade.

O Taste of Portugal reúne vários empresários locais com desígnio de dar a conhecer o que melhor têm a oferecer aos seus clientes e angariação de fundos para a Luso Canadian Charitable Society (LCCS), com o intuito de repetir o sucesso das duas últimas edições, que se realizaram em 2019 e 2021, no terraço do edifício da LCCS em Mississauga e no Club Cultural Português de Mississauga, respetivamente.

A organização do evento apresentou vinhos importados por: DOC Wine Imports, Madhu Wines entre outros e que foram acompanhados pelas delícias, generosamente, patrocinadas pela Nova Pastry & Bakery e Restaurant Leão D'ouro.

Reno Silva, artista multifacetado, complementou o ambiente e encantou os presentes com a sua guitarra.

Entre os presentes, encontrava-se a antiga presidente da Câmara Municipal de Mississauga, Hazel McCallion, o coordenador do ensino da língua portuguesa do Instituto Camões, José Ferreira entre outras individualidades da nossa comunidade.

O empresário e presidente da LCCS, Jack Prazeres encontrava-se satisfeito por “estarmos aqui reunidos e se Deus quiser para encher este terraço e dar às pessoas, que ainda não conhecem e que por vezes querem conhecer, a conhecer um bocadinho dos nossos vinhos portugueses e da nossa gastronomia e os que já conhecem voltam porque gostam muito de estar aqui... isto é um sítio lindo... temos aqui um belo terraço e hoje com um ar fresquinho (...). Acho que vamos ter aqui uma noite cheia de entusiasmo, alegria e música... acho que hoje não vai faltar nada aqui!”.

Para Jack Prazeres estes tipos de eventos são importantes não só para angariar fundos para LCCS: “nós queremos apresentar aos que não são da comunidade portuguesa o que é a Luso e o que faz e este evento é um deles. Nós damos a conhecer a Luso e mostramos o nosso prédio, as instalações e damos algumas informações do que fazemos aqui, com a esperança que voltem... tanto aqui como às nossas galas, torneios de golfe e outros eventos.”

O presidente da LCCS ainda salientou que por falta de PSW (Personal Support Workers) “não podemos aceitar utentes que se encontram na lista de espera e por essa razão os centros não estão a trabalhar na capacidade máxima” e que “também nos escritórios faltam-nos uma ou duas pessoas”, acrescentou.

O próximo evento será a Gala Anual da LCCS que, por motivos de força maior, foi adiada para o dia 18 de fevereiro de 2023.

Carmo Monteiro
MDC Media Group





FOTOGRAFIA © CARMO MONTEIRO





pistachio
**crusted
salmon**



STATE & MAIN
KITCHEN ★ BAR

289-917-0198 | STATEANDMAIN.CA
3584 MAJOR MACKENZIE DR. W, VAUGHAN

Amorim Hospitality Group



Torneio de Golfe da LiUNA Local 183

A LiUNA Local 183 realizou na passada terça-feira (27) seu famoso Torneio de Golfe beneficente anual. Essa foi a 21.^a edição do evento e nem o mau tempo (a chuva insistia em cair) afastou dos gramados os participantes, cerca 1.152 pessoas, que participaram do evento que aconteceu em simultâneo em oito campos de golfe da GTA.

Tanta animação e parceria resultaram também na arrecadação de mais de um milhão de dólares, que serão doados para diferentes instituições de caridade, incluindo algumas da comunidade portuguesa, hispânica e italiana. Jack Oliveira, o Business Manager da LiUNA Local 183 e organizador do evento, passou por três campos de golfe.

Depois de conhecer os números ele contou que a sensação era de dever cumprido: “Essa quantia que conseguimos arrecadar hoje demonstrou que quando se juntam patrões e empregados, todos unidos em busca do mesmo objetivo, o resultado é este, o evento foi um sucesso. A nossa meta é sempre angariar valores mais altos porque sabemos que quem vai receber, de fato, precisa muito. Essas doações devem ser entregues na altura do Natal”, completou Jack que também brincou: “Hoje estivemos todos de parabéns, só quem não se portou bem foi São Pedro, que mandou tanta chuva. Para o ano que vem será diferente”.



arrecada mais de um milhão de dólares

O dia terminou com um jantar confraternização na sede da Local 183 e teve a presença de Joseph Mancinelli, vice-presidente internacional e gerente regional da Liuna Central e Eastern Canada. "A nossa organização LiUNA Local 183 fez um ótimo trabalho angariando essa quantia fenomenal. É importante lembrar que os nossos membros já estão assegurados porque eles têm benefícios, esses eventos são destinados a ajudar a comunidade, diferentes pessoas, desde crianças com necessidades especiais até hospitais. Então hoje é um dia incrível, uma conquista inédita, um valor que nunca havia sido alcançado antes: mais de um milhão de dólares em um único dia, é preciso muito esforço das pessoas envolvidas, eu só tenho que lhes agradecer pela co-

laboração. Tanto o Jack Oliveira, quanto os membros do Board, os funcionários, todos fazem um trabalho excepcional todos os dias", disse.

A Revista Amar deixa os parabéns por mais uma iniciativa de sucesso da Local 183.

Lizandra Ongaratto
MDC Media Group





FOTOGRAFIA © CARMO MONTEIRO





Declarações fiscais e resolução de problemas com o fisco
Contabilidade comercial
Revisão de contas
Consultoria de gestão

Sergio Ruivo
& ASSOCIATES

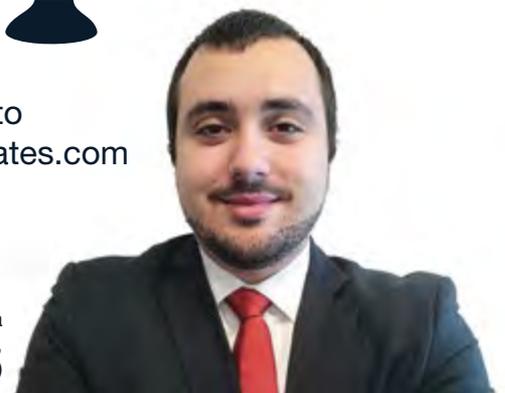
Contabilistas Licenciados



22 Sousa Mendes Street Toronto
416 977-6911 | sergioruivoandassociates.com



Sergio Ruivo
CPA, CA, LPA



Paulo Pereira
B.Com, MSC,
ACCA (candidate)

COMERCIAL • INDUSTRIAL • RESIDENCIAL



A AJF Forming LTD deseja a todos os seus clientes, familiares e amigos e à comunidade portuguesa um Feliz Dia de Ação de Graças!

TUDO COMEÇA AQUI!



JOHN SILVA
416.891.5781

TONY SILVA
416.936.3961



Escritório: (416) 537-7431 • Fax: (416) 537-0111



Email: ajfforming53@gmail.com



Throughout this time it's important that we support each other and the community.
We are truly grateful to our clients, employees, family and friends.

Happy Thanksgiving from the Viana Roofing & Sheetmetal Team.



ROOFING SOLUTIONS YOU CAN TRUST

416.763.2664 | info@vianaroofting.com | vianaroofting.com

tem um sonho e uma conquista



portuguesa vinda de Mississauga



Créditos © Alberta Nogueira



Créditos © Alberta Nogueira



O dia 17 de setembro ficará marcado na história da comunidade lusófona no Canadá. Foi neste dia que o Centro Cultural Português de Mississauga (PCCM), inspirou a comunidade para a conquista do título do Livro dos Recordes do Guinness, do maior número de pessoas a dançarem em simultâneo no mesmo espaço durante, no mínimo 5 minutos uma dança folclórica portuguesa.

Foram três anos de sonho e sete minutos de dança. Além de bater o recorde, a iniciativa, denominada “Dançar para aqueles que não podem”, teve ainda um cunho solidário, sendo que os lucros do evento serão distribuídos por três organizações: Community Living Mississauga, Luso Canadian Charitable Society e Canadian Cancer Society.

“O recorde do maior grupo de dança folclórica portuguesa a ser quebrado é de 744 participantes. Hoje o número conquistado foi de 747 participantes”, disse Hannah Ortman, juíza oficial enviada pelo Livro dos Recordes do Guinness para confirmar o momento histórico. Após as suas palavras ouvimos aplausos, alegria e houve lágrimas de felicidade entre as pessoas que dançaram o vira geral, a dança escolhida para este momento.

Os participantes trouxeram consigo muita energia, motivação e a certeza de que tudo daria certo. Natalie Resendes disse-nos que “É importante fazer parte de eventos desta natureza e apoiar a nossa comunidade. Saber que nós e este clube escreveremos o nosso nome no Livro dos Recordes é muito importante.” Falamos também com Carina, que viajou quatro horas de distância para participar e mostrar o orgulho nas suas raízes: “É uma oportunidade única de fazer algo deste género. É uma coisa que você não sabe se acontecerá outra vez. É um orgulho poder juntar-me a este movimento e sentir um pouco das minhas raízes”. Chris Freitas, presente no local, contou-nos que “É um orgulho continuar com a tradição e ao mesmo tempo bater um recorde mundial”.

O Cônsul Geral de Portugal em Toronto José Manuel Carneiro Mendes, também marcou presença no evento para mostrar o seu apoio e enfatizou que “Ao longo da minha carreira e das minhas funções como Cônsul Geral em todos os países onde eu tenho estado, tem sido para mim importante ajudar a dar visibilidade à comunidade e ajudar a motivar para que ela se afirme culturalmente. Isto é exatamente dar uma visibilidade à nossa comunidade que contribui para que o mundo conheça a cultura portuguesa e lembrar aos canadianos que nós podemos fazer a diferença no Canadá como portugueses ou como canadianos”.

Este evento não seria possível sem o apoio de todos. Manuel DaCosta, um dos patrocinadores do evento e presidente do MDC Media Group, falou da importância da iniciativa e do motivo pelo qual decidiu abraçar a causa: “Em primeiro lugar vamos dançar um vira do norte que por sinal vem da minha terra e isto tem um significado especial para mim. Acredito que além de tudo é importante apoiar aqueles que fazem eventos como este porque envolve muito trabalho e muito esforço da parte de todos. É uma forma de mostrar que é possível trabalharmos por um objetivo comum que é os portugueses, a nossa comunidade e celebrarmos a nossa cultura juntos.”

Enquanto se realizava a contagem, falamos com Andrew da Câmara, membro do Centro Cultural Português de Mississauga, que nos contou como tudo começou e como se sentia no momento da contagem: “Isto tudo começou há três anos quando parecia um sonho que ninguém acreditava. Nós acreditamos e a nossa comunidade também o fez e por isso hoje podemos dizer: sim, concretizamos o nosso sonho e agora fazemos parte do Livro dos Recordes do Guinness. Foi um momento de nervosismo e uma muita antecipação”. Qual foi o segredo para o sucesso? Foi a nossa última pergunta. “Fé e paixão nas palavras” prosseguiu Andrew.

O presidente do Centro Cultural Português de Mississauga, Jorge Mouselo, visivelmente emocionado falou com a nossa equipa confessando que “eu ainda não acredito no que aconteceu. A expressão quem corre por gosto nunca se cansa, é o resultado do dia de hoje. É tudo uma coisa inexplicável. Agradeço a todos os envolvidos neste projeto.”

Após o evento, teve lugar um espetáculo com a atuação de diversos grupos folclóricos e musicais locais, como o Rancho Folclórico Praias de Portugal de Montreal, o Rancho Folclórico Províncias e Ilhas de Hamilton, o Oshawa Portuguese Club, a Karma Band, o grupo Soul2Sole Latin Dance Company e ainda, como cabeça de cartaz, Rui Bandeira. O músico e compositor vindo de Portugal também apoiou a iniciativa e disse estar “muito feliz pelo evento. É um privilégio fazer parte da tentativa do recorde e encerrar o momento com a minha atuação. Aproveito para agradecer pelo convite que levarei para o resto da minha vida”.

O Livro dos Recordes do Guinness é autoridade global na conquista de recordes desde 1955. Ele tem o papel de celebrar o melhor do mundo anualmente e inspirar pessoas, entreter e informar. Os recordistas não são pagos pelas suas conquistas ou por tentarem o título de recorde. Em nome da organização, Ortman parabenizou a comunidade portuguesa pela conquista. “O Livro de Recordes do Guinness gostaria de parabenizar a comunidade portuguesa e todos os presentes por esta conquista e oficialmente fazerem parte deste mundo maravilhoso do Guinness”.

Depois de um dia inesquecível, uma coisa é certa: quando todos se juntam e unem as suas forças e trabalho por um mesmo objetivo, os resultados são sempre positivos.

Parabéns a todos os envolvidos nesta conquista histórica e mundial.

Francisco Pegado
MDC Media Group



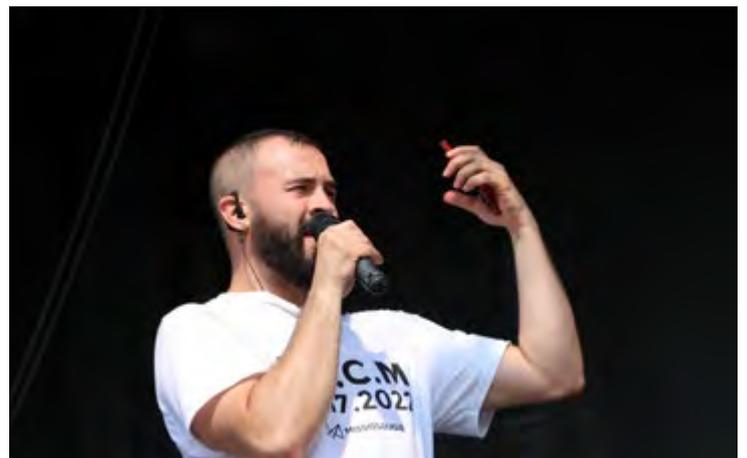


FOTOGRAFIA © CARMO MONTEIRO





FOTOGRAFIA © CARMO MONTEIRO



On behalf of the staff and members at
The Carpenters' Union Local 27 we would like
to wish everyone a...

HAPPY THANKSGIVING!



**CARPENTERS
& ALLIED WORKERS
LOCAL 27**

222 Rowntree Dairy Road, Woodbridge, ON L4L 9T2
T: 905-652-4140 | www.ubc27.ca |    @carpenters27

On behalf of the staff and members at
Local 675 Interior Systems we would like to
wish everyone a...

HAPPY THANKSGIVING!



✂️ **JOIN US TODAY** ✂️

222 Rowntree Dairy Road, Woodbridge, ON L4L 9T2

T: 905-652-4140 | www.local675.ca



@Local675InteriorSystemsDALI



@Local675InteriorSystems



@Local675DALI



Heróis do século XX



Estátua de Dr Norman Bethune na U of T
Créditos © Greg



Reconhecimentos

Créditos © Manuela Marujo





Estátua junto da Opera House
Créditos © Manuela Marujo



Placa ilustrativa da sua vida
Créditos © Manuela Marujo

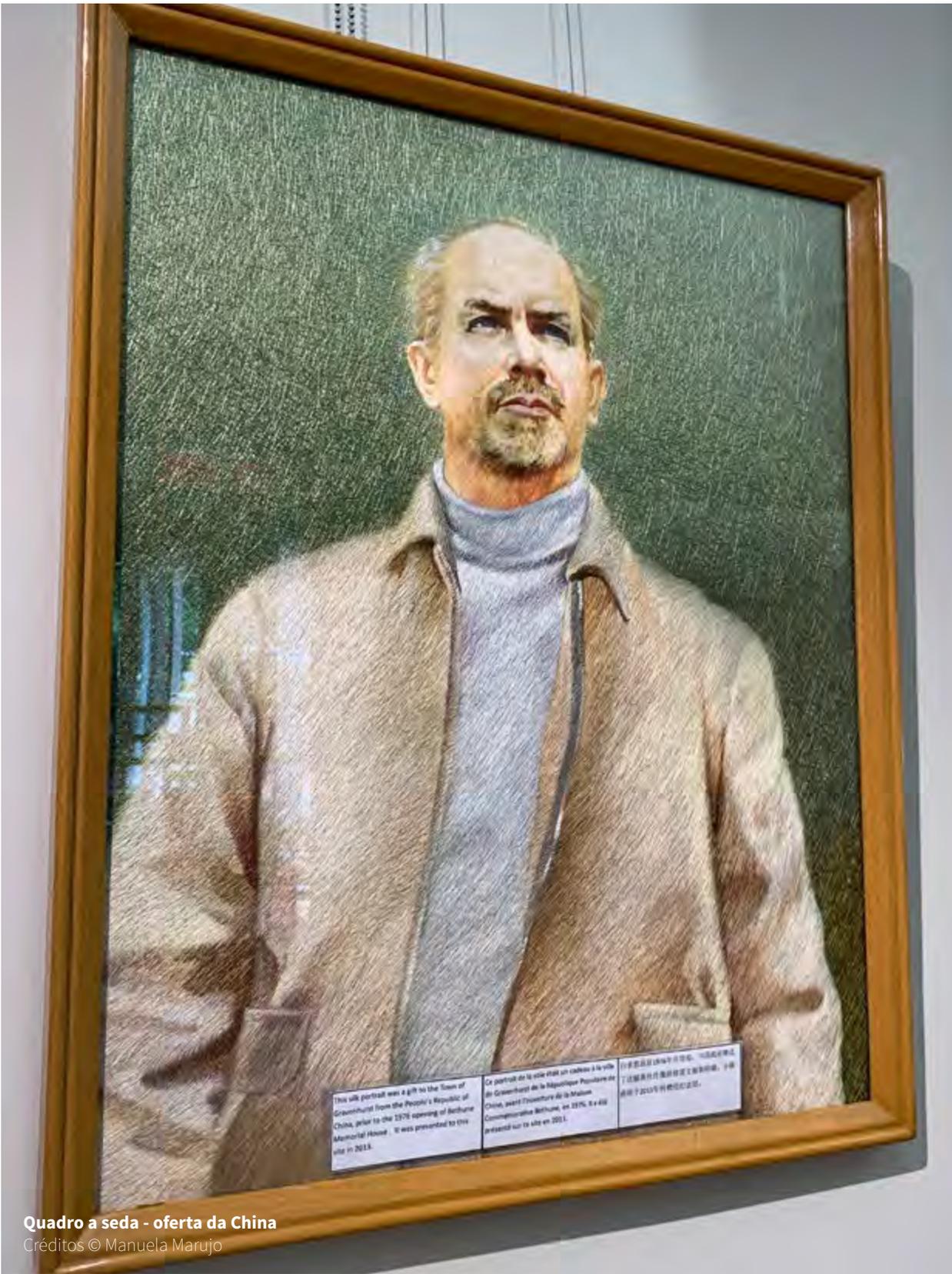
A primeira vez que fui a Gravenhurst, uma localidade junto ao lago Muskoka, no Ontário, fiquei surpreendida ao saber que era a terra de origem do Dr. Norman Bethune. Ali se encontra a Bethune Memorial House, um “Lugar Histórico Nacional” – distinção que lhe foi atribuída pelo seu contributo humanitário. O médico canadiano é venerado, em particular, pelos chineses que não esquecem a assistência que dele receberam, num período conturbado da história da China.

Voltei várias vezes a Gravenhurst, e deixei de me surpreender por encontrar autocarros de turistas chineses que vêm de todo o lado prestar homenagem a Bethune. A pergunta que me ocorre com frequência é a seguinte: quantos serão os canadianos que conhecem a história de vida deste médico?

Norman Bethune nasceu em 1890, filho do pastor presbiteriano Malcom Nicolson Bethune. Estudou na Universidade de Toronto, formando-se em Medicina no ano de 1916. Ao longo dos anos, influenciado certamente pela doença de que padecia - tuberculose - dedicou-se ao estudo da cura. Inventou instrumentos e técnicas cirúrgicas torácicas conquistando lugar de destaque na comunidade médica internacional. Defendia tratamento gratuito para todos, sendo considerado por muitos, pioneiro no sistema de saúde pública de que o Canadá se orgulha nos nossos tempos.

Ocupou o lugar de Chefe de Medicina Torácica no Hospital Sacré-Coeur em Montreal entre 1932-1936. Todavia, por se ter inscrito no partido comunista, não foi ouvido nas campanhas em que se envolveu de defesa de saúde gratuita para todos, e acabou por deixar o Canadá, indo oferecer-se como médico voluntário na Brigadas Internacionais antifascistas da Guerra Civil em Espanha. Em 1936 montou um serviço móvel de transfusão de sangue, algo único até essa altura e que contribuiu para salvar muitas vidas.

Em 1938, Norman Bethune decidiu ir para o interior da China, como chefe duma equipa médica, ao serviço do Exército Vermelho, que lutava contra os japoneses, na Segunda Guerra Mundial. No meio de montanhas rochosas, em condições extremamente precárias, construiu um hospital improvisado e treinou jovens chineses em serviços médicos e de enfermagem. Com a saúde bem debilitada, morreu de septicemia um ano depois, ao operar um doente, sem proteção adequada. Foi sepultado no cemitério dos Mártires Revolucionários Shijiazhuang, na província de Hebei, na China.



Quadro a seda - oferta da China
Créditos © Manuela Marujo





Casa onde nasceu

Créditos © Manuela Marujo

Bethune foi reconhecido internacionalmente quando Mao Tsé-Tung, Presidente da República Popular da China, publicou "Em memória de Norman Bethune" que contava a vida dos seus últimos meses na China e era leitura obrigatória nas escolas primárias nos anos de 1960. O país dedicou-lhe estátuas em vários lugares, sendo ele um dos raros ocidentais a receber esse tributo. A medalha Bethune, criada em 1991, é a condecoração médica de maior prestígio na China.

Em Montreal, Quebec, foi dado o seu nome a uma praça pública - Norman Bethune Square - e foi-lhe erguida uma estátua. Os seus arquivos estão guardados na Universidade de McGill, Biblioteca Osler da História da Medicina. No ano de 1972, o médico canadiano foi considerado "Pessoa de importância histórica nacional". Em Toronto há, em sua homenagem, um liceu com o seu nome e na York University, o Norman Bethune College.

Gravenhurst, onde se vai pelos passeios de barco no Lago Muskoka, merece também uma outra visita. Vale a pena ir à casa da família Bethune que alberga o museu, tem ao lado um centro de exposições e documentação, e adjacente a eles um parque temático dedicado à Segunda Grande Guerra.

Percorrer a casa mobilada ao estilo da época, olhar para as fotografias, os vários documentos e testemunhos ajudam a recriar a vida deste herói canadiano do século XX. Bethune não foi político, nem militar – foi um médico altruísta defensor dos direitos à saúde pública para todos. Este é um herói que eu admiro.



Quarto na sua casa

Créditos © Manuela Marujo

Manuela Marujo

Professora Emérita da Universidade de Toronto



Navegando entre os sistemas fiscais de Portugal e Canadá



Um dos temas mais frequentes no qual eu lido no meu escritório é sobre a área de tributação de rendimentos oriundos de outros países, tanto por residentes canadianos como não residentes. Vamos agora esclarecer os pontos principais para entender melhor as regras.

Residência Fiscal

Um residente fiscal no Canadá, não só é tributado no rendimento gerido aqui, mas também sobre qualquer outro tipo de rendimento que aufera em qualquer outra parte do mundo, desde que não seja especificamente isento consoante um acordo fiscal que poderá existir entre esse país e o Canadá. Em termos gerais, são estas mesmas regras que se aplicam também a um residente fiscal de Portugal. A residência fiscal é determinada por vários critérios, incluindo o tempo passado, as ligações familiares e económicas, e também as moradas mantidas em cada país. Existem alguns programas novos que surgiram nos últimos 10 anos para portugueses que regressam.

Tributação

A residência fiscal num país não quer dizer que é o país onde o rendimento é gerido, não possa igualmente tributar esse rendimento a um não residente.

O tratado fiscal entre o Canadá e Portugal fixa a taxa que pode ser retida na fonte do rendimento de investimento de vários tipos a não residentes.

Para dividendos, a taxa de retenção é de 15% nos dois países, e com juros de 28% em Portugal e 15% no Canadá.

Quanto às mais-valias, especialmente de imóveis, esta questão é mais difícil: a tributação de mais-valias (de investimento e de imóveis) é de 28% em Portugal, e de 15% sobre produtos de investimento e 25% sobre imóveis no Canadá. E isto é aplicado a um investidor que não é residente em ambos países.

Eis um pequeno sumário dos requisitos de cumprimento em cada país:

Canadá

- Antes de concluir o negócio de venda, é necessário um "Tax Clearance Certificate". Caso contrário, o advogado não poderá libertar todos os fundos de venda. Este certificado é exigido pelo advogado correspondente para a proteção fiscal do comprador.

- É necessário enviar um formulário T2062 juntamente com os contratos de compra e venda da propriedade. Este formulário terá de ser enviado dentro de um prazo bastante curto em relação à data de venda.

- É preciso pagar 25% de imposto sobre a mais-valia para obter este certificado.

- É aqui que o uso da propriedade terá que ser declarado, incluindo a prova de declaração fiscal e o pagamento de imposto de renda recebidas no passado. Também existem algumas exceções, caso a propriedade tenha sido utilizada como residência principal durante parte deste período.

Portugal

- O processo é semelhante ao do Canadá. A maior diferença é que um não residente em Portugal necessita de um agente fiscal nomeado para tratar dos casos de venda de imóveis.

- Em Portugal não existe a exceção da casa principal no caso de ter sido antes de imigrar para o Canadá. Um residente tem a opção de adiar o imposto (50% das mais-valias), caso venha a investir noutra propriedade durante um período após a venda, que geralmente é entre 24 ou 36 meses.

- Existem também várias regras bizantinas em chegar à base de custo ajustado da propriedade.

- Em Portugal é permitido adicionar custos de manutenção, melhoramentos durante os 5 anos precedentes e os custos de venda. Contudo, sem a documentação fiscal, por vezes não é aceite.

- Em relação a casas bastante velhas, onde tenha havido uma reconstrução total, podem surgir problemas, caso esses não tenham sido registados na câmara, para atualizar o valor da casa.

Dupla Tributação

Felizmente, existem mecanismos nos dois países para evitar o mínimo de dupla tributação do mesmo rendimento. Como foi dito acima, cada país exige que o rendimento mundial de cada residente fiscal seja declarado anualmente. O que é permitido, é a dedução do imposto pago por fora. O montante dedutível depende na taxa de imposto aplicada. Normalmente só é dedutível o montante inferior aplicável.

O problema que por vezes surge, é que em Portugal não existe um sistema de formulários como os T5s, T3s e T5018s que existem no Canadá e que agregam o total do rendimento e o imposto retido. Quando prova de pagamento é exigida pelo CRA aqui, só uma declaração de imposto é aprovada pela Autoridade Tributária em Portugal e que serve como prova definitiva. Sendo assim, é necessário fazer uma declaração fiscal em Portugal, mesmo sendo não residente.

Em Portugal a experiência varia, mas por vezes também exigem o NOA ("Notice of Assessment") como prova de imposto pago aqui para receber o crédito lá.

Apesar de cada caso ser um caso, no que toca à área por vezes existem exceções à regra geral. Por isso, sugiro consultar um perito fiscal adequado nestas matérias antes de tomar decisões.

Caso não tenha, estou disposto a ajudar resolver as vossas questões.



O futuro da rádio

Alguns dizem que sou a “mãe” da literatura infantil portuguesa; alguns dizem que o meu manifesto Às Mulheres Portuguesas incitou ao primeiro movimento feminista em Portugal; já me mencionaram como “supermulher” (sinto-me lisonjeada). Se me perguntarem quem é a Ana de Castro Osório, eu diria que é alguém que passa muito tempo a pensar, a escrever e a ser útil para a sociedade.

E o que mais é útil para a sociedade? CamoesRadio.com. Podes ouvir programas provocadores como o Roundtable, Por Tudo e Por Nada e Biografia Brasileira em todo o lado – em casa, numa caminhada, até no carro – 24h por dia.

Faça download da aplicação através da App Store ou Google Play – é grátis!



QUE TAL É A SUA TELEVISÃO?



24 horas por dia, 7 dias por semana.

Ligue e peça o canal WIN TV

Bell Bell Fibe 659 | 1-866-797-8686

Rogers Cable 672 | 1-888-764-3771

IGNITE TV 880

Subscreva hoje! CAMOESTV.com



Cristina Fernandes

Cristina Fernandes is the owner and publicist of Listen Harder—an independent music publicity company based in Toronto, Canada.

Born in Terceira, Açores, Portugal, Cristina immigrated to Canada in 1969 with her parents, Maria do Carmo and Aristides Fernandes, at 10-months-old. She grew up in Gatineau, Quebec and went to high school in Ottawa. Cristina's interest in music and law led her to study these subjects at Carleton University, with the intent of potentially pursuing a career in entertainment law.

Once she heard that a new music business school named Harris Institute had opened in Toronto, she enrolled and moved to the city in the hopes of breaking into the music industry. Her bilingualism helped her quickly land a job at indie label, Eureka Records, where she handled Quebec radio promotion and national publicity for their artists.

After taking a two-and-a-half-year break from the industry to raise her son, Cristina ventured out on her own as an indie music publicist doing contracts with Sony Music Canada and DMD Entertainment, before founding Listen Harder in 2004 with her longtime friend and business partner Jen Cymek.

Listen Harder has achieved noteworthy success in the alternative, indie, rock, metal, hardcore and punk scenes with an extensive, eclectic roster that includes many JUNO, Grammy and CMA award winning, and platinum artists including Alexisonfire, Barenaked Ladies, City and Colour, and The Lumineers.

Revista Amar: I would like to start this interview by asking you to tell us a little bit about yourself...

Cristina Fernandes: I was born in Terceira, Azores and my family is also from the Azores. Me and my parents immigrated to Canada when I was ten months old. So, I was a little baby and it was the typical "want a better life" type situation. What I didn't understand at the time is that there was a dictator, Salazar, ruling in Portugal, so I always was puzzled when my parents said, "Oh, we came to Canada to have a good life, to have a better life, etc.," and I look at Portugal and think "It's so beautiful...why would you want to come to a cold place?" (laugh) But when I started delving into the history of Portugal and what was happening in the mid to late 60's, it made a lot of sense to me. I was raised an only child and I have a wonderful son, James, who's now 26 and who is working for me part time. I have an amazing husband who was a professional musician at one time... and a dog who I love named Ali, named after Muhammad Ali, because we're big fans.

RA: Which year did your parents and you arrive in Canada?

CF: In 1969... February 8th, 1969. I still remember because we'd always celebrate. I grew up in Gatineau, Quebec so I learned French by default...none of the kids on my street spoke English. We moved to Ottawa when I was in grade 6 and I went to high school there. At the time there was a lot of political unrest in Quebec and my parents were a little bit worried.

RA: What is your relationship with the Portuguese community? Did you ever go to the religious events?

CF: Yes, absolutely. I have really fond memories because it was just such a big family, a million cousins. The joke always was we'd be at a wedding. I was young, and me and my cousins would say "Oh, oh, that guy, he's cute!" and then my mom or my aunt would say "That's your cousin!" (laughs)... You just never knew who your cousin was, because our family was so big. I just have fond memories when I was younger, my uncles were very musical, always with the accordion and playing "Ó malhão, malhão" and that was what we did... We sat and everyone did choruses, you know, talking shit about everyone like we do (laughs). So, I have really fond memories of that. But going to festas, when you're a "too cool 14, 15-year-old girl"... I don't know... I just didn't enjoy being forced to go... at one point I just hated going, but when I look back, I'm so happy that my parents made me because in hindsight it was wonderful to experience all of the customs and traditions and I'm very grateful for that.

RA: Even if you grow out of it... but if they haven't made you go, maybe you wouldn't know the Azorean traditions the way you do and you weren't the person you are today...

CF: For sure! And even back in the day, when I was younger, we would sit around helping my aunts because they'd be stuffing morcelas... it would be, literally, an assembly line of family stuffing the sausages and my uncles would skin the rabbits, right? And my parents would always make pimenta...get boxes of peppers at the market, put the huge pot outside and make pimenta. I still use pimenta to this day.

RA: And for sure you know how to do it?

CF: Yes, and I'm a pretty good cook I have to say. (laughs)

RA: That's because you are Portuguese! (laughs)

CF: (laughs) Absolutely! It's really cool that I was able to be part of these, what you'd think now are, pretty antiquated traditions. I don't know if a lot of Portuguese, young Portuguese people growing up have that opportunity and I'm really grateful that I have that.

RA: And what about Portugal... did you ever went back to visit the islands?

CF: I hate to tell you this, but I have not gone back yet. However, my son and I talked about going before the pandemic. We had booked a trip to Paris. He's never been to Paris and I love Paris and I love traveling with him. We're very, very close. My husband doesn't like to travel as much... especially on an airplane, which is totally cool. But my son loves to travel. I'm a little bit torn because I obviously want to go to the Azores and I want to go to Terceira, São Miguel and Faial, because my dad was from Faial and I know Faial is beautiful. Hydrangeas are my favourite flower and it's so beautiful to see all the hydrangeas in Terceira and Faial. But I would love to also see the mainland. So, yes, I do plan on going back but when you own a business, it's very hard to get away. I love being my own boss, but I have a lot of clients, responsibilities, deadlines and timelines and I'm not the type of person that likes to go on vacation or away and be worried about work. When I'm away I don't even want to look at my phone. So, yes, I haven't been yet, but definitely, definitely in the next couple of years for sure we are going.

RA: But soccer is a thing, right?

CF: Oh, yeah! The story goes... and I have to say, my dad was a very, very honest man... he never made-up stories, so I believe him. Anyway, the story goes, my dad was such a good soccer player. I wish I had video of him playing. He was so good that he used to play for a farm team that apparently fed into Benfica. Benfica was his team. So yeah, soccer was and has been always a big thing in my household. It's very difficult for me to watch the Euro Cup and World Cup because, much like my dad, I just get up and I swear and I go to the kitchen when there's something wrong... but when it's going well, I'm very excited, but I get very emotional. So, when we won the Euro Cup, that was... I just wished my dad was alive to see that because my son and I and my husband, although it's not as meaningful to my husband because he's not Portuguese, but still we just were jumping up and down, holding each other. It was such a big moment...that and the Raptors Championship because I'm a big Raptors fan too! (laughs) These are the two things in my life, sports wise, that were just incredible to be part of and witness. Yes, soccer is a big deal and I'm a fan, but I have to admit I don't follow the FC, I don't follow really the Champions or Premier League too much. But I used to watch with my dad, back in the day, when Figo was the captain and because my dad kind of looked like him. So, I have those really fond memories of watching the games with him.

One interesting thing about my parents, because of the PX Base and being around US forces - my dad was in the Air Force, Portuguese Air Force - my parents were very, very English. They were "Americanized", as you would say and exposed to American music and culture. So my parents spoke English really well for that generation, although my mom had a thick accent, but just because of the influence of where they lived and where I was born.





RA: Was a career in the Music Industry your dream or did it just happen?

CF: I always loved music. My dad was a huge music fan. And since my mum worked at the American PX Base in Terceira, they had all the rock and roll records...

RA:... Elvis Presley?

CF: Huge Elvis fans, huge. But also just, you know, all the music of that day. My dad had a huge vinyl collection and that's just some of my best memories, you know, just listening to music with my dad and just being in a house full of music and with parents who had a great sense of humor... It was that kind of environment. So, I always wondered, could I get involved in music? How do you do that? So, that was always a dream of mine to work in the music industry since I was little. I went to Carleton University and thought, I'm going to maybe major in music. Well, I did Music and Law and thought maybe I'll become an Entertainment Lawyer, but then I realized that was not for me... too much studying (laughs). At the time, because my mom always wanted me to be a lawyer, I thought, this is a good compromise, but when I was at Carleton, I think it was just after my second year, I heard of a music business school that was opening in Toronto and I also knew Toronto was the hub of the Music Industry for Canada. You're not really going to get a job in the Music Industry in Ottawa at that time. So, I knew that if I really wanted to pursue it, that I had to eventually move to Toronto. So much to my parent's chagrin, of course, moving out in my early twenties, I came here, and attended the newly opened Harris Institute. They had industry people teaching there and I knew that if I just could make the right connection that maybe that'll get me in the door.

RA: And did you?

CF: Thankfully, because I spoke French and not a lot of people weren't bilingual in Toronto, I got a job at an Indie label that was distributed by a major label, EMI... and that's where I kind of learned the ropes. I was basically handed a phone and a list and said, "this is what you're doing" and it's a good thing that at the time, I didn't realize how difficult it was. (laughs) But I started off doing Quebec radio promotion... it was my job for that label to deal with the music directors at radio in Quebec and try to promote a song so that they can take it to their meetings and add it to the radio station for airplay. In retrospect, yeah, it was very challenging, but at the same time it was the best way for me to learn because it was literally "here's the phone and you're going to call this guy and this is what you're doing." So, I learned a lot from that process. So that's kind of basically my start, I'd say.

RA: In this Indie label, did you realize that that was a publicist job?

CF: Yes... but keep in mind that at the time, Indie labels were not as popular as they are now. There was a time where an Indie label would put out stuff, but the really big artists were on major labels and that, through the course of my career, has changed... you know, where a band doesn't even have to be signed and they can get on the radio and they can get popular with social media, and blow up without even having a formal record contract. But at the time, we had a couple of good acts – no one that you would know now and I, admittedly, did not enjoy doing radio promotion as much because radio promotion is tough... It's about business. It's not as much about how good the music is... funny enough.

RA: Why did you start to do National Publicity?

CF: I started to do some national publicity because they needed the help and because at the time the video shows were just breaking... we are talking 1991 and it was Good Rockin' Tonight and all these video shows that started becoming popular. Then there was MTV and, of course, Friday Night Videos in the States and I was asked to do national publicity, because we already had a woman, Michelle, who handled local publicity, like MuchMusic. So, I really grew to like that part of the job because I was able to interact directly with the artist, as well as the promo side. So, yes, I have to deal with media because as a Publicist it's my job to try to get my artists in the newspaper, on the cover of a magazine, on TV... I handle Barenaked Ladies for Canada and if you see Barenaked Ladies on TV, that was my job to get that interview for them because they have something to promote. So, I really enjoy going with artists to do stuff like that. For instance, this is a very unusual situation for me, because right now you'd be talking to my artist not me, and I'd be hanging out over there (laughs). So, I still have that connection to the artist, but the other part of my job is writing press releases and working with media which I also enjoy. I just became really enamored with publicity decided that was the path I wanted to take.

RA: Did you ever consider leaving or switch careers?

CF: After I got married and when I was getting ready to have my son, I knew I wanted to take time to raise him... It was very important to me, so I just got out of the Music Industry completely, which is funny because I didn't think that I would ever go back. I thought, "Oh, I did it. I had my fun. It was cool. I'm headed in a different direction now." I had my son and raised him for two and a half years and then, I remember the moment, I was watching the MuchMusic Awards, and I'm sitting there going "Hmm, I kind of miss this." I realized I never really gave it my all and I was still young. It felt like an itch I hadn't fully scratched.

RA: Was your "come back" easy?

CF: It was interesting. I was lucky... I knew someone that was vice president at Sony Music with whom I had worked with in the past and we had a really great relationship. So, I was able to work part time as a contractor - working some of their artists that were not part of the domestic portfolio. What domestic means is signing a Canadian band to Sony's roster which was taken care of by their promo reps. But they had another department that put out cool stuff like a Tony Bennett record and MC Mario, who was big DJ in Quebec, in Montreal. So, they had all these specialty records that weren't prioritized within the label because they were busy with the big domestic artists, which is completely valid and, of course, the way it should be. So, she hired me to help with the promo and send press releases. So I took time off to raise my son but then got back into the industry trying to establish myself as an independent publicist, doing contracts for Sony Music Canada, working from home. It was important to me to still have a work situation that was flexible as I built my publicity business because of James. It takes a lot of time to build your reputation and forge relationships. James's Dad, Paul, my ex, deserves a shout out for supporting our family while I built my business. I wouldn't have been able to do it without him and for that I am grateful. So that's how I got my foot back in the door.

RA: How difficult is it to become a publicist?

CF: I get asked to speak on Music Industry panels sometimes or do like group sessions, that sort of thing and I will have people who are in university or who have already graduated and they're very educated with a degree in whatever it is, and then some of them also have a diploma in Music Management or in Music so that they can learn the Music Industry and they come up to me and say "How do I do what you do? How can I be a publicist?" and I always hate to crush their hearts because the truth of the matter is: you can't just go from school and become a successful music publicist. A big part of my success stems from relationships I've nurtured with media. That's the reason the entertainment reporter for Canadian Press will read my email before someone else who he may not be familiar with. I've been working for many, many years and with many, many artists to get here. Once you start doing publicity, one of the biggest parts of your job is dealing with media. Media is very busy; they get so many press releases. They get a ton of what we call pitches...

RA: ... pitches?!

CF: ... "Hey, will you interview my artist?", that's a pitch. I'll say here are all the reasons why you should be interested in helping me promote this artist and if they don't know you, they're not going to read your email. Or yours is not the first email they're going to read, let's put it that way. If you are an unknown person coming up in that job and you're working a band that is unknown or an artist that is unknown, it's very, very challenging. So, you need to work alongside someone who has the connections, reputation and the experience and that's how you learn and how media get to know you. For instance, even my son working for me right now, a lot of people have known him since he was little because he's been coming to shows and he's helped me with media at festivals, but now he's officially working with us and it's important for me to bring him in - and people don't need to know he's my son and people who don't know, I wouldn't say anything to - but the point of that is, I say "Hey, David, I'm seeing James. He started working with us. He's going to be taking this over..." and through that introduction, they get to know him and then he can build his own profile as a Publicist. We have this wonderful woman that works with Jen and I named Jessica. When started with us, it was important to introduce her in email to media but now she's established her own relationships so I no longer need to vouch for her. She's full-fledged and still works with us and another entertainment company. Often it's an internship that gets you through the door - try to get an internship at a label or with a publicity company or with an artist management company or with an agent who books shows and that's how you're starting. You're going to start to learn and more importantly, you're going to be in situations where you're going to meet people who are important in the Music Industry and if you're a "go getter", personable and you work hard, people will notice that! And then you'll start getting other work and then you can get to a point that, maybe, if you want to, you do your own thing. If you want to become independent, you can! Or you just try to find different jobs in the industry, but that's really what you need to do. A lot of it is connections and who you know, I mean, it makes sense, right? Who are you going to hire? Someone that you already know, or that is referred to you or a complete unknown who's never worked in the industry?

RA: Were Alexisonfire the first band that you promoted?

CF: Oh, no. At the beginning, it was a lot of unknown independent artists that needed help because they were playing at Canadian Music Week and they needed some help to try to get press and send their music to media. At the time we mailed everything, right? We mailed press packages out with photos. Thank goodness we don't have to do that anymore. And we mailed out music which cost a lot of money for the artists to pay for just to mail out their records, you know? It was so challenging. When I did the Sony stuff, those were the bigger artists, but very unique albums. In around early 2002 there was a talented band that was getting quite big in Canada... basically Canada's boy band (laughs) called ID... so I worked them and at the time they were quite popular. So, we were always at MuchMusic and MTV which helped me make more connections. One of them, Gary, is Portuguese guy and we're still very close to this day. He actually works in the Music Industry as well. Anyway, when I started, I was approached by this gentleman Adrian who owns a radio promo company that still exists and works with a lot of big artists called DMD... and he approached me because he was impressed with the work I did with this unknown artist from Vancouver and that I got some good press for him, because he knew it wasn't easy. He's like, "How did she get this for this guy?" And that's what happened. He said "I need someone to do publicity." So, I did a contract with him and we worked a lot of cool stuff like Afro-Cuban Allstars. But everything really changed when a gentleman named Ryan who worked at EMI, gave me the first Alexisonfire CD that had just come out and he said "I think you're going to like this!". We had become friends and he knew some of the stuff that I was interested in musically and thought I might want to work the band. I heard that record and it gave me goose bumps. Alexisonfire was signed to a small label called Distort, but that label was distributed by EMI. So, I approached their manager, Joel, who I still work really closely with today - he is the founder of Dine Alone Records. So, I met him and they were basically friends and he was managing the band... I met him and the owner of the label Greg and I said "I love this band. I am so drawn to them." It was very heavy and it was not something that was easy to sell because, essentially, it's hardcore music but I just loved it and had a feeling about it. I've been working with them over 20 years and they are like family to me.

RA: And you did sell them!

CF: Yes, and things just started to take off for them with MuchMusic and George Stroumboulopoulos especially... he was a big supporter and used to wear their t-shirts on MuchMusic when he was a VJ and the guys were very charming when they were interviewed. So even though it wasn't mainstream music, they had such a huge fan base that really supported them. And then I got to work with another band at the time Bedouin Soundclash, who I'm so happy to be working with again after many years, and I adore them. I then made the decision to leave DMD after about a year and do my own thing.





RA: In 2004 you and your best friend/business partner, Jen Cymek, founded your company Listen Harder. How did you meet?

CF: I met Jen at DMD. She was an intern and going to York University. So, her and I worked really closely, and I'd always drive her home so we became very close friends. When I left DMD, Jen said "I want to come work with you." I said "I can't afford to pay you very much money, maybe like once a week or something." And she said, "I don't care.". So, she came with me and that was it! We started by sharing offices with Alexisonfire's label and that's how Listen Harder was born. Eventually, Jen became my full-fledged business partner... I always say Jen's my secret weapon. She's an incredible Publicist and she's such a beautiful human and without her I wouldn't be sitting here talking to you.

RA: Sound's like you are the perfect team?

CF: Yes, we are! I just am so lucky because her and I are always on the same wavelength. Oh, my gosh... In all these years, we've never had words. We might talk stuff out and we might not agree, but it's very strange that we always are on the same page and very supportive. Yeah, we just we just click. We just have a great chemistry and what we do is: she has her artists that she handles and I have mine and then if I'm away, she can take over. We share all of our files, so at any time, I can step in and take care of something that she's doing, but we find it works best is that we work our own projects independently. And then of course, we're collaborative.

RA: And what is the meaning behind Listen Harder? What does it represent for you?

CF: Listen Harder, is a pun. Listen harder means listen, listen harder! Like you have to really listen, but also because we worked so much hard music. So, Listen Harder was a play on 'listen to harder music'.

RA: The Music Industry is very hard and very demanding. What is or are the main difficulties in this industry?

CF: I'll tell you right now... the most challenging thing is having less media because of the nature of the digital age. When I was working with Alexisonfir and Bedouin in the mid 2000's, there were so many magazines and publications. So, there was printed magazine in Vancouver and in different major markets across Canada, weeklies and monthlies. Exclaim is one of the bigger and more prominent entertainment publications we have in Canada. So, we used to have so many media outlets, but of course, over time in the digital age, a lot of these places shut down because people aren't buying or reading paper anymore. I mean, I'm guilty of it, too. Everything's on my iPad. I like a good magazine, but I read it on my iPad. I don't go and purchase a magazine. So, there's been such a shift in the industry, but on the other hand, because of the digital age, there are so many more releases. Anyone can really figure out how to write, record an album in their home, get it on Spotify, Apple Music and be independent and have a career, which means there's so much more "noise" out there. Therefore, you're competing with so many more artists and so many more publicists to get attention. There's only one spot in a paper for entertainment story, and all of you are trying

to get that spot. So, it is much more challenging to get certain kinds of press for artists than it used to be. But having said that, I think in my job that is probably the most challenging thing... There's so many releases and media can only talk about so much. One thing that Jen and I do really well is, we position our artists in the best light for that publication. We don't just say "Hey, do you want to do an interview? Here's the press release." Even with Barenaked Ladies, who's huge, who doesn't know Barenaked Ladies? I still will put together an email that says "This is what's happening. This is what they're doing. This is why you're going to want to talk to them, because this new stuff is happening." We take the time, depending on the media outlet, to find the things about that artists that are of interest to their readers or their viewers and I think that because we do that, Jen and I have a bit more success with getting press for our artists. But don't get me wrong, sometimes we get nothing, ok not totally nothing, we always get something, but not as much as we hoped. It can be very discouraging because we don't only work bigger artists...we like to work with independent artists too.

RA: Before you book an artist or a band, what do you take in consideration?

CF: The most important thing, to Jen and I, is "Do we love the music? Does it resonate with us?" It doesn't have to be something I'm listening to every day, but if she's into it and I like it, we have to be proud to promote it. That's one thing I really appreciate...I'm lucky that we get to choose what we work, whereas if you're at a major label, you don't get that choice. So, that's really important to us, that we work with good people. We've turned down good bands because we know the team or someone on the team is not a good person, so it has to be good people, we have to really be into the music and the timing because we get booked up in advance quickly so timing is very important as we can only take on so much. I can't take on 10 clients that have a record coming out in October... It's just impossible! That's how we operate. What Jen and I also do is, we're very honest and upfront. I will always be honest with a client and say "We love you; we want to work with you, but this is the reality of the situation. This is the first record you're putting out and the media doesn't know who you are. It takes time.". I was Arkells first publicist. I was working with them for years until they went to Universal... it was not easy doing their press at first. They had to grow, to get better live and people had to learn about them. They had a song that got really big on the radio and then things started to evolve.

RA: What about The Lumineers?

CF: The same with The Lumineers. I worked The Lumineers for Canada before "Ho Hey" became popular. So, just those few months leading up to when that song was released were challenging to get attention. I'm trying to pitch media on this band from the States, which is sometimes a little bit harder because a lot of Canadian publications want to focus on Canadian artists. But as we know, things worked out for them (laughs) It's really, really interesting to see that shift when you work with an artist. So, we're always very upfront with new artists and say it's going to take time. You have to plant seeds and then you nurture them, they grow. Don't expect you put out a record and "boom", everyone's going to write about it or everyone's going to know who you are. It's not going to happen that way. It's going to take time. I know that people really appreciate that we are honest with them. The last thing I want is an artist to be disappointed because of something that is the norm.

RA: What about a big name? Does it make your job easier?

CF: Sometimes (laughs)... it depends. I mean, easier in the sense that, obviously, there's publications that want to write about popular artists because they want to move magazines or they want to move newspapers or they want people to tune in to eTalk, but if they put on an unknown artist, even though they're trying to help break an artist, they're not going to necessarily attract viewers. It makes sense, right? Who are you going to put on the cover of a magazine? A complete unknown or Madonna? And I get that! But, sometimes, it can be a bit more of a headache when you're working with bigger artists because there's a lot of expectations and you have to sometimes manage personalities. I really can't say it's necessarily easier to work with a bigger artist in terms of media because the expectations are different and it also depends on the artists. There are some artists that are successful, but the media are just not interested in as much. It's interesting. They might sell out a venue in Toronto, but the media doesn't really care to write about them. Then there's smaller artists that really resonate with people and funny enough, sometimes we get more press and it feels easier to do press for bands that are not mainstream at all. Punk bands, hardcore bands, metal bands... because they all have an audience. They all have publications that support that type of music. So, sometimes, we can get a lot of pickups for those kinds of very niche artists as opposed to a mainstream artist. And in truth, there's very few mainstream artists that we would take on for publicity. If you're like a straight up rock band that just has a very generic kind of mainstream sound... that's not interesting to us.

RA: Does it happen that the media calls you?

CF: Yeah. I mean at this point, because of the relationships we have, some of the bigger journalists, sometimes they're doing it industry stories and they call saying "I'm doing a thing about the Junos and I want to talk to people who won Junos in the past. Do you have any artists?" or they'll say "I would love to get City and Colour to do this interview.". So yeah, that does happen, but the main reason for doing publicity is that there's something to promote. If you have a record to promote, if you have a tour to promote... that's when we're going after media.

RA: What is the process to have clients? Do they look for you, by referral or do you have to look for them?

CF: Other than Alexisonfire, thankfully, it's all referrals. People refer us and come to us which we're very fortunate that way... We don't advertise. We don't need to. It's all word of mouth and word of mouth is still the best publicity.

RA: You have worked with awarded artists. How does it feel to know that you helped them to get a Platinum album/single or Juno Award?

CF: I have to say that it is an incredible feeling when an artist that we work with, especially one that we've worked with for so long, like Alexisonfire and Bedouin Soundclash, to see them recognized. I was recently watching the footage of when Bedouin got their Best New Group, at the Junos, and I'm in the audience and hugging them before they go up. You know, it's on TV and just that feeling, how excited you are for them that they're being recognized by the greater music community is pretty awesome for artists that you personally know started from the bottom.

RA: I would like to invite you to leave a message to our readers.

CF: I mean, in general, this is a thing that I say all the time as far as giving advice to people who want to do what I do. We try to treat everyone like we want to be treated. And I know when you work in an industry like the Music Industry, a lot of people feel like they're above others, especially when they work with big artists. But just be respectful and just because you're getting a little bit big, don't let it go to your head because the next day no one can give a shit about you. So, I think if you have that motto and that's how you kind of live your life and how you treat people, that would be my message...be a good human. Don't be a garbage human (laughs). You never know, one day a young person who works at a campus paper asking to interview your artist, may become the editor of a big major paper that you have to deal with in future. The music industry seems big, but it's not. Everybody knows each other, so don't publicly talk badly about people in the industry. I mean, everyone has their beef, but keep it to yourself. I guess that's my advice across the board, not just in the music industry. Be a good person.





HAPPY THANKSGIVING FROM YOUR ONE-STOP SHOP!



Deliver your
equipment
with your bin

Have your aggregates
and supplies delivered
with your bin



Rent the tools
and equipment
with your supplies



WASTE MANAGEMENT
416-762-5555

BUILDING SUPPLIES
416-658-8300

EQUIPMENT & RENTALS
416-658-1316

sensogroup.ca



BAIRRADA

CHURRASQUEIRA

GRILLHOUSE - SINCE 1989

Traditional Portuguese Cuisine

www.bairrada.ca | info@bairrada.ca



HAPPY THANKSGIVING!



1000 College St.
(416) 539-8239

1560 Dundas St. W
(647) 346-1560

2293 St. Clair Ave W.
416) 762-4279



Créditos © Carlos Cruchinho





Créditos © Carlos Cruchinho



Créditos © Carlos Cruchinho

The Riser

O Banksy viseense

As ruas da cidade exibem as suas marcas de degradação, os edifícios acusam o tempo, as suas fachadas imploram uma intervenção arquitetónica reabilitadora.

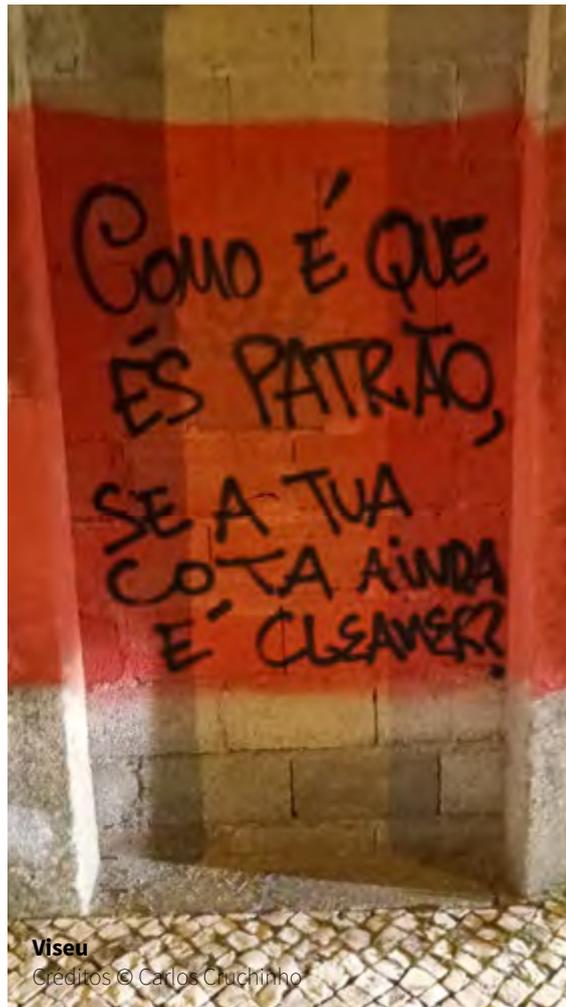
Ao circular pela cidade, uma marca vai-se destacando aos olhos dos mais atentos aos graffitis. À medida que caminho pelas ruas e ruelas de Viseu encontro a palavra **Riser**, pintada um pouco por todo o lado e descortino mais um exemplar pintado nas paredes periféricas da cidade. O seu writer continua desconhecido para a maioria dos viseenses.

Numa tentativa de compreender o significado da palavra **Riser**, consultei o dicionário onde encontrei um conjunto de sentidos para a palavra grafitada nos lugares mais inusitados; o principal "O que se levanta...". O que se levanta cedo? Um writer madrugador para fugir ao escrutínio das autoridades. No entanto este writer desconhecido arrisca as suas inscrições em sítios muito movimentados.

Como um leigo na matéria, as suas inscrições exibem algum grau de perfeição e complexidade que demorará seguramente algum tempo a ser executada. Sendo assim, a sua coragem irreverente torna a sua atividade arriscada, contudo a coberto da noite – madrugada – esta marca registada vai nascendo nas paredes da cidade como cogumelos coloridos.

O seu autor tem vindo a apurar a sua técnica. As suas marcas espalhadas pela cidade demonstram uma evolução no traço e nas cores utilizadas para desenhar a sua marca registada.

O título deste apontamento escrito surgiu-me após a leitura dum notícia sobre a exposição não autorizada do artista plástico **Banksy**, no Centro de Congressos da Alfândega do Porto. Nesta exposição os visitantes poderão encontrar mais de 70 obras originais do artista britânico, cuja a identidade permanece desconhecida. Estas amostras feitas à revelia do artista plástico anónimo, contam com a sua oposição, classificadas por este como um fake show no seu site oficial. *Banksy: Genius or Vandal? Banksy - A Great British Spraycation 2021 - YouTube*





Viseu

Créditos © Carlos Cruchinho

A questão controversa coloca-se com as devidas proporções em relação ao **Riser**.

Será este **Riser**, um madrugador, um provocador, um génio, um vândalo ou tudo ao mesmo tempo? As suas "obras" aparecem sobretudo em edifícios abandonados nas periferias, nas estruturas amovíveis, nas fachadas públicas e privadas. Estes *graffitis* caracterizam-se pela ausência duma mensagem, salvo raras exceções em que o seu autor acrescenta às suas intervenções, frases irónicas. No fundo uma chamada de atenção para algum aspeto prioritário na transformação da sociedade.

Neste domínio e em escalas completamente diferentes, quer **Banksy**, quer **Riser** pretendem evidenciar-se aos olhos dos outros sem serem vistos, deixar as suas marcas visuais, bem como as suas mensagens subtis.

Meditemos sobre esta obra bem conhecida do artista britânico, em *Rage the Flower Thrower*, um homem arremessa um ramo de flores, na sua ótica uma poderosa arma na resolução de conflitos.

Termino com ironia, este **Riser** grafito à patrão em todas as paredes da minha cidade, mas não há meio de contratar uma cleaner para fazer uma limpeza à sua poluição visual.



Bibliografia consultada:

- *Cinco obras de Banksy para ver na exposição dedicada ao artista, em Lisboa* (gqportugal.pt)
- *Banksy: Genius or Vandal? | Alfândega do Porto | Arte in Porto* (timeout.pt)

Carlos Cruchinho

Licenciado no ensino
da História e Ciências Sociais



Turismo



10 locais fora dos roteiros turísticos tradicionais para visitar em Portugal

Outro país de grandes ambições e poder, controlando boa parte das rotas comerciais para os continentes africano, americano e asiático, Portugal é hoje um cantinho da Europa que mantém na discrição, património e simpatia da população alguns dos principais atrativos. O clima mediterrânico e a gastronomia rica e variada completam, literalmente, o cardápio.

Apesar de ser uma das economias mais fracas da União Europeia e de nos últimos anos atravessar grandes dificuldades financeiras, Portugal nunca deixou de atrair turistas de todo o mundo, também seduzidos pelos preços baixos, quando comparados com os restantes países da União.

Desde a vibe descontraída de Lisboa, repleta de monumentos alusivos aos tempos áureos do país, até à beleza majestosa de Sintra, aos vinhos do Porto, à movida universitária de Coimbra, aos canais de Aveiro, às colinas verdejantes que terminam em cidades medievais como Óbidos, às praias do Algarve ou às paisagens das ilhas deitadas sobre o Atlântico (nos arquipélagos da Madeira e dos Açores), são já conhecidos vários dos motivos que podem te levar ao país mais ocidental da Europa.

Este mês trazemos-lhe mais 10 locais, que talvez nunca tenha ouvido falar, mas que merecem, definitivamente, uma visita. Venha daí connosco!

Paulo Mendes

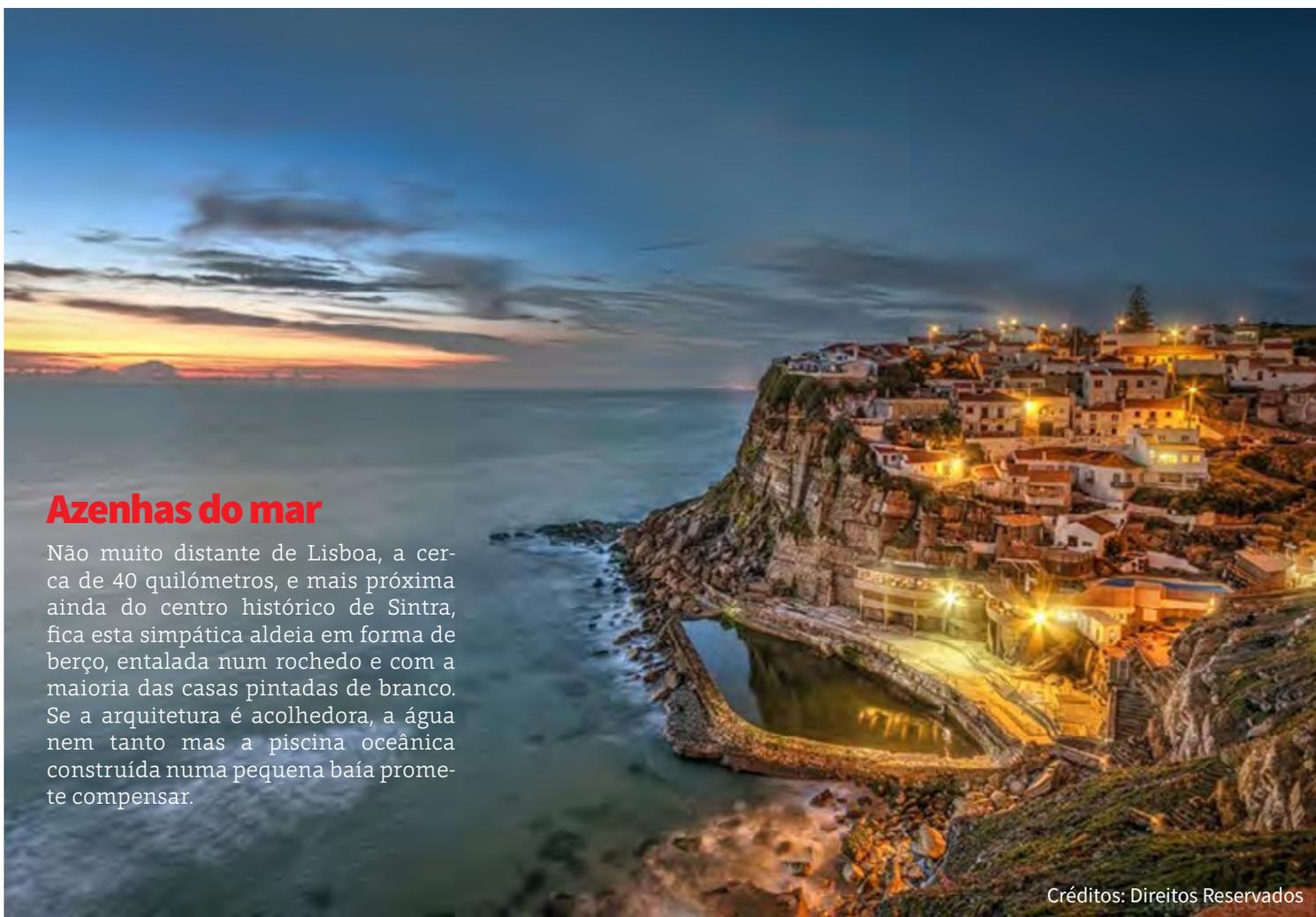
Fontes: Wikipedia, Geocities, TripAdvisor, Oyster, Idealo e Sapo
Fotografia: Direitos Reservados



Portas de Ródão

Classificada desde 2005 como Monumento Natural, esta é, de facto, uma das mais majestosas construções da natureza em terras lusitanas e um dos pontos altos do Rio Tejo. A formação geológica foi criada por uma falha tectónica e pela erosão das águas do Rio junto do relevo rochoso da Serra das Talhadas, fraturando-a e abrindo um caminho de 45 metros de largura, onde o Rio hoje continua seu curso natural.

A biodiversidade é uma das riquezas das Portas de Ródão, atraindo bird watchers e abrigando algumas espécies raras e em vias de extinção. Também por isso, vale a pena se entregar a um dos barcos que operam passeios turísticos ao longo do Rio, parar na ponte que o atravessa ou pegar o trem da linha da Beira Baixa.



Azenhas do mar

Não muito distante de Lisboa, a cerca de 40 quilómetros, e mais próxima ainda do centro histórico de Sintra, fica esta simpática aldeia em forma de berço, entalada num rochedo e com a maioria das casas pintadas de branco. Se a arquitetura é acolhedora, a água nem tanto mas a piscina oceânica construída numa pequena baía promete compensar.

Praia Fluvial da Mina de S. Domingos

Localizada no coração do Alentejo, no concelho de Mértola, esta praia não tem água salgada, mas tem areia e água morna, em um refrescante contraste com a paisagem seca desta região do país.

Desde 2012 considerada Praia de Qualidade de Ouro, o lugar oferece todas as condições de segurança e acessibilidade, além de estar equipada com espaços de lazer, como um parque com grelhador para os churrasqueiros de plantão, ou um anfiteatro, palco de espetáculos e sessões de cinema ao ar livre quando se recolhem as toalhas e o dia dá lugar à noite.

Créditos: Direitos Reservados

HAPPY THANKSGIVING

 **Windmill**
Group Corporation
CONCRETE AND DRAIN WORK

windmill@bellnet.ca
905-636-8860



Créditos: Direitos Reservados

Praia da Arrifana

Fica já no Algarve, é certo, na zona oeste, em Aljezur.

A Praia da Arrifana faz parte do Parque Natural do Sudoeste Alentejano e Costa Vicentina, que abrange mais de 100 quilómetros e onde a paisagem natural cruza praias e pequenas ilhas, como a do Pessegueiro, com falésias e arribas (algumas exigem precaução, pelo risco de queda), em um panorama muito próprio.

Piódão

Da praia passamos para a paisagem pitoresca da aldeia de Piódão, na região centro do país. Piódão faz parte das "Aldeias Históricas de Portugal", um conjunto de aldeias e vilarejos que foram restaurados e se encontram protegidos, devido à sua importância histórica.

As paredes de xisto e as portas e janelas pintadas de azul caracterizam a aldeia, que nos períodos festivos, como Páscoa e Natal, vê regressarem muitos dos jovens que foram obrigados a deixar a terra em busca de melhores condições de vida.



Créditos: Direitos Reservados



Créditos: Direitos Reservados

Monsanto

Também parte do grupo de aldeias históricas, Monsanto tem a particularidade de ter sido construída em meio a enormes pedregulhos, hoje cobertos de musgo e que oferecem outra cor a este lugar.

As casas foram esculpidas em pedra granítica, com telhados vermelhos e perfeitamente ancoradas nas pedras. No topo de uma dessas montanhas de granito, fica um castelo que oferece uma das melhores vistas da região.



Arquipélago das Berlengas

A pouco mais de 10 quilómetros da cidade costeira de Peniche, o arquipélago é parcialmente desabitado, exceção feita à ilha principal, onde o mar rico em diferentes espécies de peixe serve de sustento à população.

A ilha não tem mais do que 2 quilómetros de comprimento, mas é feita de penhascos, vales, enseadas e cavernas de granito, entrecortadas por águas claras, em um cenário difícil de encontrar em outros sítios. A grande variedade de espécies de aves (cuidado com as gaivotas, elas dominam a ilha) fez das Berlengas Reserva Mundial da Biosfera da UNESCO. Se pensa visitar a ilha em breve, não se esqueça de incluir o Forte de São João Baptista no roteiro, uma fortaleza militar acessível por uma estreita e serpenteante escadaria. Pode também montar a tenda e acampar numa das encostas da ilha.

Créditos: Direitos Reservados



O PÁTIO
Churrasqueira

416.792.7313

2255 Keele St.
North York

905.553.2600

9781 Jane St.
Vaughan

PRATOS VARIADOS
COZINHA TRADICIONAL
PORTUGUESA

Produtos Frescos

Aberto 7 dias/semana

• Catering • Take-Out

• Bar & Salão de Jantar

• Pátio exterior fechado & aquecido

AGORA EM DUAS LOCALIZAÇÕES DIFERENTES
PARA O SERVIR MELHOR



Happy Thanksgiving

Monsaraz

É verdade que Portugal não tem falta de encantadoras cidades no topo de colinas, mas por alguma razão (que você precisa explorar) Monsaraz, no Alentejo, ficou entre as finalistas de um concurso que aconteceu no país, chamado “As 7 Maravilhas de Portugal”. Este pequeno vilarejo apresenta também uma atmosfera medieval, com a particularidade de ter as casas caiadas de branco e de abrigar um castelo (construído para servir de proteção aos ataques dos espanhóis) com uma vista panorâmica sobre essas pequenas e antigas casas agrupadas e sobre os campos que vão em direção ao rio Guadiana, na fronteira entre Portugal e Espanha.



Créditos: Direitos Reservados

Ilha do Farol

Para fechar a secção “ilhas”, o Farol é um segredo ainda relativamente bem guardado – o que ninguém preveria, a julgar pela cor, calma e temperatura do mar. Para quem dispensa a agitação de algumas das praias portuguesas, o Farol oferece a paz necessária, que começa logo no passeio para lá chegar – um ferry, na cidade de Olhão, Algarve, que leva até à ilha, atravessando o Parque Natural da Ria Formosa.

A ilha é aliás um dos pedaços de terra que separam a Ria do mar, o que significa que a praia é marítima e fluvial. Também aqui os (poucos) habitantes se dedicam à pesca na Ria e garantem que a tradição e a vida na ilha se mantenham intocadas.



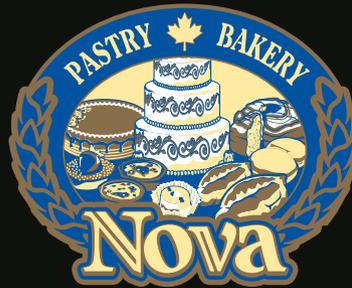
Créditos: Direitos Reservados



Miranda do Douro

Em termos culturais, um dos lugares mais interessantes e bem preservados para se visitar em Portugal, Miranda do Douro é o concelho do país onde ainda se pode escutar o "Mirandês", a única variação linguística, ou dialeto, que sobreviveu à passagem do tempo em Portugal e que tem mesmo reconhecimento legal. A juntar a isso, a dança típica da região, chamada de Dança dos Pauliteiros, executada por homens vestindo saias bordadas e camisas de linho e bailando ao ritmo da gaita de foles, em movimentos espantosamente bem coordenados, é uma experiência que não deve perder.

Créditos: Direitos Reservados



Happy Thanksgiving

Ambiente renovado,
o sabor de sempre.

3635 Cawthra Rd
Mississauga, ON L5A 2Y5

(905) 279-3206

www.novabakery.ca



Língua Portuguesa

Susana Amaro Velho



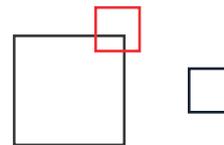
Fontes: Wikipedia, FNAC, Wook
Fotografia: DR

Susana Amaro Velho é licenciada em Jornalismo e Solicitadoria e trabalha na área da recuperação de crédito. A leitura e a escrita são as suas grandes paixões e a sua vida mudou quando decidiu escrever para ser lida e não apenas para si. Afinal, foi John Lennon quem disse: «Um sonho que sonhes sozinho é apenas um sonho. Um sonho que sonhes em conjunto com outros é realidade.» É viciada em salame de chocolate, não passa sem café e odeia azeitonas. Nunca sai de casa sem um livro na mala e tem um caderno na mesa de cabeceira, porque é antes de dormir que as ideias se transformam em histórias. Tem dois livros editados - As Últimas Linhas destas Mãos e O Bairro das Cruzes - e Inquieta é o seu terceiro romance. Vive em Mafra com o marido e os dois filhos e ainda não perdeu a esperança de ter um Buldogue Inglês a quem chamará Harry. Ou Potter. Tanto faz.

Obra Literária



“ INQUIETA ”



Sinopse

Poderá um amor de juventude inquietar uma vida inteira?

Julieta parece ter a vida perfeita. Aos trinta e sete anos tem um marido adorável que cozinha os melhores bolos. O emprego com que sempre sonhou e que a preenche. Uma casa cheia de luz e livros, onde a mesa está enfeitada com camélias. Então, por que motivo está agora sobre o varadim escorregadio de uma ponte, descalça e suja de sangue, prestes a saltar?

Afinal, nem tudo o que parece é. Quando um amor antigo regressa do passado, traumas são ressuscitados e uma proposta impensável desperta em Julieta um fantasma adormecido. Mas que proposta é essa que vem tornar a verdade perturbadora? E o que é a verdade quando a própria realidade a confunde?

Inquieta é um relato cru e intenso dos anseios e traumas de uma mulher. É a história de alguém incapaz de fugir do abismo da própria memória e de se sentir livre.



FELIZ DIA DE AÇÃO DE GRAÇAS

A SUA FIRMA NA COMUNIDADE
PROFISSIONALISMO A PREÇOS COMPETITIVOS

Cada situação é única. Estou disponível para discutir o seu assunto consigo. Ligue grátis e sem compromisso.
Falamos português

Real Estate
Relação de bens & Testamentos
Certificações
Notário

Krystle Ferreira
Lawyer | Advogada

647-417-6682
1158 St. Clair Ave West - Toronto, ON M6E 1B3
Segunda a Sexta das 9:30AM às 5:30PM



Créditos: Direitos Reservados

Joel Santos rumou à Austrália e sonha ser Mestre do Vinho

Localização: Clare Valley, Austrália

Profissão: enólogo

Idade: 34 anos

Joel Santos formou-se em Biotecnologia, mas foi o néctar das uvas que o conquistou. A muitos quilómetros de Portugal, investe em novas experiências profissionais e formações para ser cada vez melhor.

Ofascínio pelo néctar das uvas levou Joel Santos, natural de Fonte de Angeão, Vagos, a cruzar meio Planeta até à Austrália e a ambicionar tornar-se Mestre do Vinho. A entrada neste mundo, porém, foi "atípica". Coursou Biotecnologia na Universidade de Aveiro e só mais tarde enveredou pelos vinhos. A formação inicial, no entanto, revelou-se uma mais-valia, ao dar-lhe conhecimentos científicos na área da biologia e da química importantes para o ajudar a perceber o que está por detrás dos rótulos. Desde então, abriu muitas garrafas e realizou provas para treinar o palato.

Aos 34 anos, Joel Santos já provou vinhos de quase todo o Mundo e continua a investir na área, procurando novas formas de se desafiar e ser melhor. Atualmente está a fazer o curso Wine & Spirit Education Trust – diploma em vinhos (nível 4), com a intenção de um dia entrar no programa Master of Wine (em português Mestre do Vinho). Algo "muito difícil. Começou nos anos de 1950 e ainda só umas 400 pessoas passaram o exame, não havendo nenhum português com essa graduação", explica.

Quando era criança, Joel Santos lembra-se bem da "festa" que era a vindima com os avós, nas pequenas parcelas de vinha que a família aproveitava para fazer "vinho para a casa". Mas nessa altura, e pese embora reconhecesse que era uma bebida "cultural" que está presente na mesa em alturas de "celebrações", estava longe de imaginar que o seu futuro passaria por ali.

Foi só durante o mestrado, quando teve oportunidade de trabalhar diretamente na investigação ligada aos vinhos e com a realização da tese na área da fermentação de espumantes, que se afirmou o gosto e começou a traçar o percurso profissional. Como se faz, como se obtêm determinados resultados, como se atinge aquele sabor, eram questões que o intrigavam e para as quais buscou resposta.

Depois de passar por empresas em Vila Nova de Gaia e na Anadia, ouviu os relatos entusiastas de um colega que tinha estado na Austrália, país que é um grande produtor desta bebida a nível mundial e, em 2014, foi até lá fazer uma vindima. Acabou convidado a ficar a tempo inteiro e ainda hoje está na Tim Adams Wines, onde assume funções como enólogo e trata da parte técnica da adega. Trabalha na região de Clare Valley, aclamada pela casta branca Riesling, e os dias são passados a tentar tornar o vinho cada vez melhor.

Este trabalho não o impediu, no entanto, de ter uma experiência na região de Ningxia, na China. Joel Santos participou num concurso de enólogos que juntou profissionais de todo o Mundo, uma tentativa do país para obter conhecimento técnico e científico. A colaboração estendeu-se depois, de forma pontual, durante um par de anos.

No futuro, Joel Santos espera conseguir também "experiência profissional em Portugal". Até lá, vai procurando garrafas lusas nas prateleiras australianas. Os vinhos portugueses têm muito "potencial", mas ainda são raros naquele país.

Zulay Costa

NM

**Pão fresco e pastelaria diariamente
Bolos personalizados para todas as ocasiões**

Happy Thanksgiving



2189 Dufferin St, York, ON M6E 3R9 • (416) 652-8666 • www.doceminhobakery.com

PREMIADA COM O GALARDÃO DO CANADA'S BAKING AND SWEET SHOW





Créditos: Direitos Reservados

Quem nunca chorou com um livro não sabe amar

Isto de ser conhecida como a escritora do amor e apanhar covid no Dia dos Namorados parece uma cena de novela, mas não é. Foi com uma caixa de bombons em forma de coração, recheada de pequenos corações, que acabou consumida à lareira, entre mantas e livros e jornais espalhados pelo chão, com a febre a dificultar a leitura. Circunscrita ao isolamento, pus-me a cismar nos primeiros livros da minha vida, muito mais importantes do que os primeiros amores, até porque, no meu caso, o primeiro amor em livro foi um belo clássico (“A menina do mar”) e o primeiro rapaz que me entrou no coração foi um grande traste. Pertencia à subespécie do impostor nato, namoriscando com várias ao mesmo tempo e só estancando a infernal máquina de sedução quando sentia as presas paralisadas nas suas garras. Comigo, deu-lhe para encenar uma grande cena de vitimização num banco de jardim, enfeitada com lágrimas e soluços, alegando que desistia, porque já não sabia o que fazer para conquistar o meu amor. Foi uma performance notável. Três semanas depois, trocou-me pela minha melhor amiga (grande amiga, de facto), e eu fiquei a saber o que eram lágrimas de crocodilo.

Felizmente, já tinha a mania dos livros, viajava dentro deles, às vezes colava o meu coração ao do protagonista, outras vezes limitava-me a assistir de camarote, envolvida na trama, de binóculos mentais, feliz por poder voltar à história sempre que as páginas se abriam. Fui a fada Oriana, e com ela perdi momentaneamente as asas, fui Natieska, a rapariga que espera durante quatro noites brancas a chegada do seu amor, fui Zezé que chorou quando o Mundo na sua crueldade lhe cortou Minguinho, o seu querido pé de laranja lima. E fui Buck, o corajoso cão salvo por John Thornton em “O apelo da selva”, e a corajosa Kwei-lan que se libertou dos estigmas da China castradora em “Vento do Oriente, vento do Ocidente”. É-me completamente impossível imaginar que pessoa teria sido sem o contributo destes e de outros livros, mesmo que não tivesse escolhido o ofício de escrever romances de amor.

Vivemos num país que foi, na primeira década do milénio, um grande consumidor de livros. O Nobel de Saramago, o rasgo de Lobo Antunes, as epopeias de Miguel Sousa Tavares, o talento e a originalidade de narrativa de Mia Couto e de Agualusa seduziram os portugueses. E eu lá no meio, a contar histórias de amor que eram pretexto para retratar o Portugal da minha geração, a Geração X, que viveu a Expo 98, que fazia muitos planos e geria carreiras de sucesso e que nunca imaginou que o Mundo ficasse nas mãos de alguns líderes despenteados e de um de cabelo mais curto que inicia guerras quando lhe apetece. Somos os pais de Geração Y, os Millennials, que desde os cinco anos nos ensinam a reciclar o lixo e desde os dez nos explicam que o Mundo pode mesmo correr mal por causa das vacas, dos parabens, dos microplásticos, da calota polar do Ártico e da falta de abelhas. Nós olhamos para a vida, eles olham para o Planeta. Para nós, sem planos não existia a felicidade, nem sequer existia a realidade. E líamos, porque não podíamos assistir a temporadas seguidas de uma série a não ser que comprássemos a coleção completa em DVD, porque os telemóveis só serviam para telefonar e para enviar SMS, porque não existiam redes sociais para nos roubarem anos à vida.

Mas nem tudo está perdido. Não, se reflorestarmos o Planeta e se habituarmos os nossos filhos a ler. É mais fácil do que parece. A esmagadora maioria das crianças que conheço a quem os pais leram livros mantém esse prazer. Apanharam o bicho da leitura e não abdicam dele. Temos essa obrigação, por eles e para eles, de não desistir dos livros, porque os livros servem para muita coisa, mas sobretudo para que a alma nunca seque e o coração nunca deixe de bater mais depressa, mesmo sem a certeza de que um amor feliz vai rodar a chave da porta ao final do dia.

Quem nunca chorou com um livro não sabe o que é o amor. E o amor à vida também começa pelo amor aos livros.

Margarida Rebelo Pinto

NM



Maximalismo



Créditos: Direitos Reservados

Adoro que me entreguem bilhetinhos, cartas de carinho, pequenos desenhos que façam a pensar em algo significativo, fotografias bizarras, colagens improvisadas até com fotos eróticas ou santinhos. Tudo é matéria de humanidade, de bravura de expressão, de recusa de morte.

Sou uma alma de avidez, sei que me defino por uma carência contínua, porque nada me basta para sempre, quero ver mais e fazer mais qualquer coisa, e acredito que exista muito mais gente para amar, muito mais amigos, outros amigos, outros lugares. A mim, não me convencem as simplificações definitivas. Só simplifico como higiene, para depois voltar a permitir todas as gestações, a exuberância, a imaginação sem fim. Uso a simplicidade mas pressinto como certo descontrolo é mais natural. Pressinto como somos livres na dimensão alarve da curiosidade e do risco.

O mundo normal estabelece alguma austeridade como apanágio de saúde e bem-estar. Os gestos contidos, os compromissos cautelosos, as casas propensas ao vazio como se fossem de ser abandonadas no instante seguinte. Eu, que só sei viver numa casa onde tudo me agrada profundamente e, em certo sentido, me obedeça, tenho horror ao vazio e imito a companhia com livros e discos, com tantos quadros e figuras de Barcelos, os Cristos e os diabos, as cores das paredes e dos tecidos por toda a parte. Tudo é companhia, meia-forma de gente, alteridade, alguém.

E acumulo o que me dão. Adoro que me entreguem bilhetinhos, cartas de carinho, pequenos desenhos que façam a pensar em algo significativo, fotografias bizarras, colagens improvisadas até com fotos eróticas ou santinhos. Tudo é matéria de humanidade, de bravura de expressão, de recusa de morte.

Sou, pois, acometido de grave abandono em salas brancas sem coisa alguma. Ainda que aprecie a cristalina coisa de as habi-

tarmos como fusíveis de uma lâmpada, sinto a tristeza do vazio, a propensa anulação de tudo, como se nós mesmos significássemos o quase intolerável atrito na luz, uma interferência insuportável e obscena.

Sou ao contrário. Gosto de salas onde todos os corpos entrem e se imiscuem como naturais. Disfarçados pela profusão de outros corpos.

Os meus preconceitos dizem-me que almas minimalistas propendem para estar fechadas aos outros e à diferença. São almas que se presumem maturadas, acabadas, como haverão de ser as profundas árvores, quietas e eternamente a fazerem a mesma coisa. Os maximalistas, por outro lado, teatrais, temperamentais, carentes, é claro, são também predispostos a gostar, celebram cada pequena novidade, como os acumuladores, não se bastam e a alegria pode vir de uma insignificância, porque sabem que tudo serve ao somatório e existe uma gratidão até pelo contributo mais humilde.

Sou maximalista. Papéis de parede, estofos de "chinoiseries", lençóis descasados, louças irregulares, tralhas afectivas. Sento-me num qualquer canto e estou ao meio da minha praça. De que vale uma casa se não for para obrigar a solidão a vergar-se diante da memória de termos estado também, tantas vezes, acompanhados? Colecciono companhias. Às cores e de muitos tamanhos, a minha casa é babélica e mais rica do que o Palácio da Bolsa do Porto. Porque sobretudo o que tenho não se poderia comprar.



Valter Hugo Mãe
Escritor - Crónica NM

PORTUGUESES RESIDENTES NO CANADÁ

Aqui também somos Portugal.

Visite-nos em:

ESCRITÓRIO DE REPRESENTAÇÃO NO CANADÁ
425 University Avenue, suite 100, Toronto, ON, M5G 1T6
(junto do Consulado de Portugal)

Tel: (001) 416 260 2839
Site: www.cgd.pt E-mail: toronto@cgd.pt

Horário de atendimento:
2.^a, 3.^a, 5.^a e 6.^a feira • 9h00 - 14h00
4.^a feira • 9h00 - 13h00 | 14h00 - 18h00
O atendimento presencial está sujeito a marcação prévia.

A Caixa Geral de Depósitos, S.A. é autorizada pelo Banco de Portugal.

Saiba mais em cgd.pt

Caixa. Para todos e para cada um.



Caixa Geral de Depósitos
Escritório de Representação do Canadá

D₂ E₁ M₂ E₁ N₂ T₂ I₁ A₁

Alzheimer:

Combate ao estigma e pós-diagnóstico

Estima-se, com base em dados da Alzheimer Europe e da Alzheimer's Disease International (ADI), que possam viver, em Portugal, mais de 200.000 pessoas com demência. Face às projeções existentes, em 2050, estes números deverão aumentar para 350.000 pessoas afetadas pela doença. Se considerarmos o binómio pessoa cuidada/pessoa cuidadora, poderemos estar a falar de 700.000 pessoas. Considerando as barreiras ao diagnóstico – dificuldades no acesso aos serviços de saúde, falsas crenças, estigma, preconceito (...) – dever-se-á ter em atenção que é muito provável que as demências estejam sub-diagnosticadas no nosso país.

A Alzheimer Portugal, no Manifesto “Pela Memória Futura”, alerta para a “falsa crença de que a demência faz parte de um processo natural de envelhecimento ou que a pessoa com demência não tem capacidade de lidar com o diagnóstico ou ainda que não existem tratamentos disponíveis.” A promoção de um diagnóstico atempado e correto deve ser uma das prioridades estratégicas, combinada com o incremento da literacia em saúde na área das demências, uma forte aposta na prevenção e no combate ao estigma.

Sabemos, com base em evidência científica, que 40% dos casos de demência poderão ser prevenidos se controlarmos mais e melhor os fatores de risco modificáveis: diabetes; hipertensão; traumatismo cranioencefálico; fumar; poluição do ar; obesidade; sedentarismo; depressão; consumo excessivo de álcool; perda de audição; isolamento social; baixo nível educacional. A Organização Mundial de Saúde (OMS) reforçou a importância da prevenção e do controlo dos fatores de risco, em linha com o relatório da Comissão da The Lancet: “Dementia prevention, intervention, and care 2020.”

Durante o mês de setembro, as Obras Sociais de Viseu, no âmbito da resposta social Centro de Apoio a Pessoas com Alzheimer e outras Demências, dinamizam, com parceiros locais, nacionais e internacionais, iniciativas que visam informar e sensibilizar a comunidade para os desafios que a demência coloca à pessoa que adoece, aos seus cuidadores e familiares. Este ano, o tema da campanha “Conhecer a demência/Conhecer a doença de Alzheimer”, em linha com a ADI, tem na sua base o poder do conhecimento. Quanto mais soubermos sobre a doença, munindo-nos de informação, aconselhamento e apoios, mais aptos estaremos para nos prepararmos e adaptarmos. “Conhecer é poder!”.

Em 2021, o foco da campanha foi o diagnóstico e, em 2022, numa linha de trabalho de continuidade, o foco no Mês Mundial de Alzheimer é o apoio pós-diagnóstico, estimulado pelos desenvolvimentos recentes e potenciais avanços, tanto no tratamento como no apoio às pessoas com demência. O relatório Mundial de Alzheimer 2022, lançado no dia 21 de setembro, Dia Mundial da Doença de Alzheimer, revela que até 85% das pessoas com demência podem não estar a receber cuidados depois do diagnóstico. Os especialistas em demência pedem que os cuidados à demência pós-diagnóstico sejam reconhecidos como um direito humano. O tratamento, os cuidados e o apoio planejados pós-diagnóstico da demência são vitais para melhorar a qualidade de vida das pessoas com demência e dos cuidadores.

É urgente a criação e implementação do Plano Nacional para as Demências em Portugal, dotado do imperativo e imprescindível envelope financeiro, que potencie uma resposta específica, integrada e eficiente à demência, alavancada numa articulação intersectorial que envolva o setor da saúde, o setor social, as autarquias e as famílias.

José Carreira
Obras Sociais Viseu



Especialíssima

Começam a esgotar-se os adjetivos para descrever a seleção portuguesa de futsal: para além de já não sofrer uma derrota, em jogos oficiais, há praticamente seis anos (sim, leram bem!) a formação das quinas já conquistou o Euro 2018, o Mundial 2021, o Euro 2022 e agora venceu a primeira edição da Finalíssima de futsal, torneio organizado pela confederação europeia (UEFA) e sul-americana (CONMEBOL), que opôs o vencedor do Campeonato da Europa e o detentor da Copa América.

Por trás das grandes exibições e conquistas, que tanto orgulham os portugueses e que engrandecem o nome de Portugal na competição a nível mundial, está um - também ele grande - homem. Nascido no Canadá, filho de emigrantes portugueses, Jorge Braz traz consigo a humildade que já assumiu trazer da infância em Sonim, freguesia de Valpaços, mas também o querer sempre mais e a grande paixão pelo futsal - que o fez, inclusivamente, recusar propostas no futebol.

Jorge Braz é o comandante desta "tropa de elite" e deposita nos seus jogadores - e nas suas qualidades e competências - total confiança. E percebe-se porquê. Esta seleção é mesmo ESPECIALÍSSIMA!



Créditos: Direitos Reservados

Revista Amar: Tenho que começar com esta pergunta: já ninguém tem dúvidas acerca do potencial da nossa seleção... mas quando viu confirmada a conquista desta Finalíssima o que é que lhe passou pela cabeça?

Jorge Braz: Foi um momento muito feliz, no fundo é o continuar a manter estes últimos registos. É eles continuarem a responder de uma forma extremamente competente a um desafio difícil: início da época desportiva, na Argentina, com tudo que passámos para chegar lá... E seja qual for a adversidade esta seleção responde sempre de uma forma muito competente. E quando terminou realmente foi dizer assim: "Pronto, somos campeões da Europa, campeões do mundo... e mesmo este que era entre campeões europeus e campeões sul-americanos, mesmo numa competição como esta, conseguimos - especialmente naquela segunda parte - confirmar a nossa qualidade". Isso é que me deixou mesmo muito satisfeito e com um orgulho imenso por tudo o que os jogadores portugueses têm conseguido ultimamente.

RA: Bem, mas realmente esta equipa tem dado enormes alegrias a Portugal - são já dois Europeus, um Mundial... e agora a Finalíssima! Parece que já ninguém nos consegue travar...

JB: Sim, o futsal português sempre teve muita qualidade. E agora com o aparecimento de imensos jovens, com a qualificação, todo o processo, as nossas bases estão mais fortes no fundo e isso ajuda-nos a estar mais perto depois deste tipo de decisões.

RA: Ainda assim, ao mesmo tempo que estas conquistas são um grande "boost" para os atletas e até mesmo para a equipa técnica, existe também a possibilidade de se poder começar a "facilitar"?

JB: Não, isso é impossível. Com estas pessoas é impossível. Aliás, o nível de exigência e de compromisso que todos temos aqui na Federação Portuguesa de Futebol, começando pela direção... É como eu costumo dizer, a direção da Federação é a primeira equipa de alto rendimento que temos - e nós vamos atrás. Estes atletas, a forma como todos os dias treinamos, todas as ações, até as mais sociais, as refeições, as reuniões... Não, aqui nunca há facilitismo. É como eu digo sempre: é muito bom tudo isto que conseguimos mas o próximo dia mais importante será o dia do primeiro treino. O próximo treino é o dia mais importante, o resto é conversa. Portanto, daqui a 15 dias temos já aí o início da qualificação para o Mundial e o primeiro dia da próxima concentração será o nosso dia mais importante, para nos focarmos, trabalharmos novamente para o próximo objetivo. Facilitismo não faz parte do nosso vocabulário aqui no nosso espaço.

RA: A motivação é meio caminho andado para ter sucesso... mas quando já se ganhou tanto, como é que se faz?

JB: Sim, mas vem já aí a oportunidade para estarmos novamente num Campeonato do Mundo. E o Mundial é a maior competição que existe, não é? E sabemos da dificuldade, ou da cada vez maior dificuldade, que temos em garantir essa qualificação, só com seis ou sete seleções da Europa... São mais de 50 países a jogar essa qualificação e só seis ou sete é que irão estar no Mundial. Portanto há já aí um objetivo muito importante, esta primeira fase com o grupo 3 em que basta um resultado menos conseguido para já não nos qualificarmos diretamente e pomos em causa tudo isso, por isso é que tem que ser tudo sempre como se fosse a primeira vez. E eles, os jogadores e toda a gente, assumem isso sempre dessa forma.

RA: E por falar em motivação... um dos momentos que deu que falar foi o emotivo discurso do Jorge no momento que antecedeu as grandes penalidades. Acabou por até ter ali um momento de "adivinhação" ao dizer, referindo-se a Edu, que

"este não perde um jogo nos penáltis"... Estava mesmo convicto que ia conseguir esta vitória?

JB: Sim, no fundo é confiar em quem temos. Quando trabalhamos diariamente como trabalhamos, quando eu olho para a competência de todos eles - competências diferentes mas que se complementam muito bem - mesmo chegando a um momento daqueles, um momento difícil, muito emocional, em que é preciso não falhar, é confiança é total! E claro que estava convicto - sou a primeira pessoa a acreditar sempre que é possível, seja em que momento do jogo for, estejamos a perder, a ganhar, sejam penáltis, seja prolongamento... Faz parte do jogo, são momentos que podemos vivenciar. Agora temos que estar preparados para eles - nós preparamo-nos para todos esses momentos, e depois quando chega o momento da verdade claro que a confiança neles e na competência que eles têm é sempre total. Naquele caso em particular era uma confiança muito grande no Edu e no que ele poderia fazer - e ainda bem que assim foi.



Créditos: Direitos Reservados

RA: Em declarações à imprensa, o Edu lembrou que o Jorge tinha afirmado, no início do torneio, que todos seriam importantes. Mais ainda, quando lhe disse que seria ele a defender caso fossem a penaltis sentiu de imediato a confiança nos seus olhos. Parece que há aqui uma grande relação de cumplicidade entre treinador e atletas... É importante para si que assim seja?

JB: É importante cada um perceber o seu papel, cada um desempenhar muito bem as tarefas inerentes à sua função. Eles desempenham muito bem as funções deles e todas as tarefas que nós lhes exigimos, e nós temos que cumprir a nossa. Claro que ali serei sempre eu a cara mais visível mas toda a equipa técnica, todo o staff, equipa médica, team manager... é muito importante. A forma como todos percebemos que há um objetivo que é comum a todos - estamos ali para ganhar, estamos ali todos para trabalhar e no fundo servir os atletas, para que eles depois possam desempenhar muito bem a sua função. E quando confiamos todos uns nos outros e esta relação é genuína e honesta, se calhar depois é mais fácil nos momentos decisivos as coisas acontecerem, ou pelos menos conseguirmos desempenhar a nossa função com competência. E isso é que é essencial!

RA: Como em todas as seleções, há atletas que vêm... e outros que vão. Estas conquistas são a validação de que realmente temos talento em todas as gerações?

JB: Sim, já há muitos anos que eu dizia que o futuro estaria assegurado: teríamos jogadores com qualidade e com competência para estar numa seleção A, para jogar europeus e mundiais. Porque vinhamos a tentar qualificar cada vez mais todo o processo formativo dos jovens jogadores portugueses e as coisas estão a começar a acontecer, estão a aparecer, um trabalho já iniciado há alguns anos e é por aí que temos que continuar

RA: Há aqui um outro dado muito curioso - e extremamente impressionante -, que tem que ver com o facto de já não perder um jogo oficial há quase seis anos. Como é que isto o faz sentir?

JB: Nem eu sabia que era há tanto tempo! (risos) Tivemos aí alguns jogos de preparação que o resultado não foi tão bom e até nós esquecemos... Sim, e por isso é que temos vindo as últimas competições. Temos é que manter esse registo e para o manter é no nosso processo, no nosso trabalho e no dia a dia - isso é que temos que nos lembrar sempre. Definir objetivos é muito fácil, o problema é lembrarmo-nos diariamente do objetivo que definimos. Se agora temos um próximo objetivo de estarmos num Mundial, temos que nos lembrar que dia a dia temos que não facilitar em nada para depois ir vencendo os jogos e alcançarmos esse objetivo. Isso é que é muito importante, do meu ponto de vista.

RA: Com tudo isto... acaba por sentir uma maior pressão para que a seleção continue a crescer e a alcançar títulos?

JB: Não, é exatamente o contrário. Existe é uma maior confiança, no fundo uma felicidade e uma alegria enormes cada vez que nos juntamos, cada vez que estamos na seleção, cada vez que vamos treinar, jogar... isso é que tem que haver! Somos privilegiados por desempenhar estas funções. Não é com pressão, tem é que ser com um enorme prazer em exibir a competência que temos, isso é que é importante. A pressão existe sempre, cada vez que se é chamado a uma seleção nacional, agora isso tem que ser visto do ponto de vista positivo e não de uma forma negativa.

RA: Como é que vê o apoio crescente que tem vindo a ser dado às diferentes modalidades, mais concretamente ao futsal? Estas vitórias também têm, claramente, contribuído para tal... Mas esta Finalíssima é também uma nova e muito importante competição, até para a projeção da própria modalidade.

JB: Sim, foi mais uma oportunidade competitiva interessante entre a UEFA e a CONMEBOL, por isso é que este tipo de competições e atividades que vão surgindo é muito importante a nossa responsabilidade e a forma como nos comportamos, como estamos - não é só vencer - para cada vez realçar mais o futsal em termos mundiais, e para dar outros passos para outras competições futuras que possam surgir.

RA: Ainda assim: acha que há espaço para algum tipo de melhoria no que diz respeito ao acompanhamento, apoio e até na capacidade de dar oportunidade aos mais jovens?

JB: Não, mais do que a Federação já tem feito, tudo o que proporciona, as condições, a visão, desenvolvimento desde há muitos anos... o trabalho tem sido de excelência. Nada, nada, nada nos falta para pôr em prática as ideias que existem, para desenvolver. Já vamos ter mais centros de treino esta época desportiva, há mais seleções nacionais, mais elementos na equipa técnica nacional, tem sido sempre a crescer de ano para ano. Já nem sei se há espaço para crescer ainda mais... mas há, há sempre coisas a melhorar. Se não for em quantidade, é em qualidade ou reajustamento. Mas a seleção tem proporcionado tudo e mais alguma coisa para que seja possível alcançar este tipo de resultados.

RA: Acredita num futuro (ainda mais) brilhante para o futsal português?

JB: Acredito fielmente que estaremos sempre nas decisões - isso acredito. Agora é desporto - sabemos que nem sempre vamos ganhar. Há outros países, outras seleções de enorme qualidade. E é desporto, umas vezes ganha-se e outras vezes perde-se. Agora estar no topo, estar nas decisões, legitimamente aspirar a conquistar mais títulos... isso parece-me que não é nenhuma utopia e é totalmente legítimo, e nós queremos muito manter este registo, continuar a funcionar desta forma, continuar a ganhar quando chegam essas decisões. Mas não tenha dúvidas que vamos continuar a orgulhar os portugueses, o desporto português e a estar nos grandes palcos dada a qualidade que o futsal português tem.

Inês Barbosa
MDC Media Group





ELIZABETH II



Elizabeth II personificou ao longo de sete décadas a imagem de uma nação coesa, estável e duradoura. Foi a monarca inglesa que pela primeira vez desceu às ruas e se misturou com as multidões fazendo as delícias dos fãs da família real.

Clássica na sua essência, quebrou inúmeras vezes as regras de protocolo; aceitando flores dos súbditos, ou dando autógrafos, por exemplo; e por outro lado, foi abrindo caminho ao futuro; como sendo a primeira mulher da Grã-Bretanha a usar a internet; ou decidindo em 2019, pôr de lado o uso pessoal de vestuário em pelo verdadeiro, aos 93 anos.

Não só vestiu a pele de Bondgirl no vídeo promocional das Olimpíadas de 2012 ao lado de James Bond, como exigiu ter uma “deixa” só dela. Tomou chá com o urso Paddington nas comemorações do seu Jubileu; viu passar a série “The Crown”; o filme “The Queen”; a canção “God Save The Queen”, do grupo punk Sex The Pistols; tornou-se fã dos Beatles que lhe cantaram “Her Majesty”; foi “cartoon” dos Simpsons; deixou-se retratar pelos maiores nomes da pintura britânica – e, até, pelo artista (alternativo e pop) Banksy. Não esquecendo as serigrafias de Sua Magestade, da autoria de Andy Warhol.

Apesar da sua imagem conservadora, Elizabeth II conseguiu reunir ao longo do seu reinado, uma legião de ecléticos admiradores; tornando-se ela própria, num ícone pop.

A título de homenagem postúma à primeira figura do Governo Canadiano, revelo aqui algumas curiosidades do seu estilo pessoal.

Maria João Rafael
Consultora de Imagem

DE RAINHA A ÍCONE POP

A RAINHA "ARCO-IRIS"

A Rainha "Arco-Íris", como também ficou conhecida pelos seus conjuntos "colour-block" ou "look total", em tons vibrantes e néon. Evitava os cinza, os beges e o preto; os primeiros porque a faziam desaparecer, e o último apenas usado pela família real, em situações de luto. A razão desta explosão de cores foi revelada em 2017 pela nora Sophie Rhyes-Jones, que confessou a um biógrafo que a rainha acreditava que era seu dever ser vista pelas pessoas que esperavam sob quaisquer circunstâncias para vê-la; outra razão é que seria facilmente observada pelos seus seguranças. Se chovesse, Elizabeth II fazia questão de usar um guarda-chuva transparente, debruado da cor do fato, para que o seu rosto fosse visível para todos.



CHAPÉUS

O chapéu era sem dúvida, o seu acessório favorito; tendo exibido o primeiro, aos sete anos, em 1933 – com a mesma idade que a bisneta Charlotte debutou um chapéu a propósito do seu funeral. A chapeleira britânica Rachel Trevor-Morgan é a autora de grande parte dos chapéus que a rainha desfilou em 70 anos – mais de 5.000 chapéus; alguns repetiu cerca de uma dezena de vezes; outros não usou mais do que uma vez. O chapéu, por sua vez, auferia mais alguns centímetros aos seus 1,63m.

Há quem diga que a verdadeira razão pela qual costumava frequentar as corridas de cavalos de Ascot, seria para se divertir a exhibir o seu novo chapéu, até mais do que apostar nos seus cavalos e vê-los vencer.



ACESSÓRIOS DE DEVOÇÃO

"Mocasins" da marca Anello & Davide, sempre do mesmo modelo, durante 50 anos; pretos, de biqueira quadrada, salto de exatamente cinco centímetros e um detalhe em metal na parte superior. O par custa cerca de 960 euros. O modelo é construído de forma tão detalhada, é feito à medida, de forma artesanal, pela própria insígnia. E não é por se trata de um trabalho individual. Para confeccionar o par, é necessária a mão-de-obra de quatro pessoas. De forma a evitar qualquer problema que colocasse em causa a sua mobilidade nos eventos públicos, Elizabeth II nunca estreava os sapatos. O truque inusitado usado pela antiga governante do Reino Unido era pedir a um membro da sua equipa para usar os pares antes de desfilar nos seus compromissos oficiais. No livro "The Other Side of the Coin: The Queen, The Dresser and The Wardrobe", lançado em 2019, a sua stylist e assistente pessoal, Angela Kelly acabou por revelar que era ela própria que realizava esta tarefa.

Tal como os sapatos, inalteráveis, também o eram as carteiras pretas, sempre no mesmo modelo, da marca inglesa Launer. Raras vezes era vista sem a sua discreta malinha de mão, mesmo dentro do palácio. Dizem que servia como um código entre a rainha e seus assessores; através do posicionamento da mala, sinalizava discretamente, informações; como por exemplo, pedido de ajuda para se livrar de uma conversa sem ser indelicada. O mistério do seu conteúdo é simples: lá dentro trazia o batom, rebugados, óculos de leitura e espelho. Este modelo de mala de mão custa a módica quantia de 3.096 dólares canadianos. Diz-se que detinha para cima de 200 exemplares, de diferentes cores.



Lenços das prestigiadas marcas Burberry e Hérmes. Arredada das representações oficiais, a rainha adoptava um estilo mais "descontraído", usando cardigãs de lã, casacos acolchoados, traje típico dos caçadores da alta sociedade, ou o bom e velho trench coat, da Burberry, sobretudo criado para as trincheiras, na Primeira Grande Guerra. Além disso, quase sempre cobria a cabeça com um lenço de seda de uma destas marcas, atado debaixo do queixo. O acessório, aliás, foi copiado para várias coleções Primavera-Verão 2019, e usado na passerelle por mulheres, mas também homens.



FIDELIDADES E VAIDADES

Se há um produto de beleza que acompanhou a rainha ao longo de toda a sua trajetória, não haja dúvidas: foi o batom. Nunca faltou e foram várias as situações em que, diante de todos os holofotes, retocou os lábios, quebrando a regra básica que dita que uma senhora não se maquilha em público. Sempre que o fazia, segundo Ian Scott Hunter, que trabalhou para a rainha nos anos 70, a monarca queria passar a mensagem à sua entourage que queria abandonar o local. Esta confiança foi feita durante um episódio especial do programa da BBC "Antiques Roadshow". A cor jamais assustou a rainha, fazendo uso dos tons cor-de-rosa aos vermelhos. Contudo, o coral era uma das suas tonalidades favoritas para os lábios. Desconhece-se a referência do tom, mas sabe-se que é da marca Elizabeth Arden, detentora da marca real há mais de 60 anos. Outro batom dos seus eleitos, é da também detentora do selo real, a Clarins, que criou um tom sanguíneo, prepositadamente para o dia da sua Coroação em 1953. Outro caso de fidelidade a um produto de beleza, é o verniz de unhas que a monarca usava desde 1989, da marca Essie, "Ballet Slippers".



A AFETIVIDADE ÀS JOIAS E A HISTÓRIA DAS PÉROLAS

Detentora de inúmeras joias de incalculável valor, a soberana usava apenas 30 joias de sua coleção. Claro que nalguns eventos a rainha recorria a algo mais exuberante. Mas no seu cotidiano, Elizabeth II infalivelmente, optava por brincos e colares de pérolas. Além da paixão por pérolas, a rainha tinha uma predileção por alfinetes de peito. A monarca nutria pelas joias de família uma grande afetividade; e isso era notório nas visitas de Estado, como em dias difíceis; por exemplo o broche de turquesa que usou no discurso à nação sobre a Covid, que tinha sido o último presente da rainha Mary, sua avó, que simbolizava para ela, proteção.



Já a sua preferência por pérolas, começou quando o avô, o rei Jorge V, deu a Sua Majestade o seu primeiro colar de pérolas de três fios quando ela era ainda muito jovem. Contudo, a tradição foi criada pela rainha Vitória, que oferecia a cada uma de suas filhas e netas uma pérola todos os anos como presente de aniversário para que, quando atingissem a maioridade, aos 18 anos, tivessem pérolas suficientes para completar um colar. As pérolas são raras e brilhantes, e quanto mais se usam, mais brilhantes ficam. A rainha era detentora de vários colares, mas o seu favorito é o de três fiadas.

VESTIDO DE NOIVA

As escolhas pessoais da rainha tiveram menos a ver com moda, e mais com lealdade e sensibilidade para com o seu povo. Saída de uma guerra, onde se tornou a primeira mulher da família real do seu país a juntar-se às Forças Armadas, contribuindo como mecânica e motorista; dois anos volvidos, Isabel II resolveu casar. Como qualquer outra rapariga casadoira do pós-guerra, foi reunindo senhas de racionamento para usar na compra de cetim e tulle, para o seu vestido de noiva da autoria do seu costureiro de eleição, Norman Hartnell. As nubentes da nação, ao tomarem conhecimento do anúncio do casamento da então princesa, generosamente, decidiram enviar mais de 200 senhas que tinham guardadas para os seus próprios casamentos, para que Elizabeth II pudesse ter um vestido à altura do seu estatuto. O vestido levou orgulhosamente bordadas as flores da Commonwealth (o alho-porro incluído!), com a simplicidade das pérolas e de singelos cristais; mostrando assim sensibilidade pelas dificuldades da nação, e passando ao seu povo, uma mensagem de confiança e de esperança.



BREXIT – VESTIDA PARA MATAR

A soberana sabia de forma intencional, usar a própria imagem para emitir a opinião em público que não estava autorizada a dizer. Foi o que aconteceu em 2017, no Parlamento inglês, quando o referendo venceu a favor da saída da União Europeia. A atitude de Elizabeth II tornou-se viral na imprensa nacional e internacional, por mostrar a sua reprovação à decisão tomada pelo Reino Unido, ao exibir um vestido azul de flores amarelas, sendo o seu chapéu comparado à bandeira europeia, dando a entender que por sua vontade não teria saído da União Europeia.



ROUPEIRO INVISÍVEL E OUTRAS CURIOSIDADES

Roupeiro, é algo que não existia nos aposentos privados de Elizabeth II; isto porque o roupeiro é por si só, um andar completo dentro do palácio. A rainha tinha então uma equipa de mordomos e empregadas que se ocupavam todas as manhãs, em escolher dois conjuntos de roupa que teriam uma amostra dos tecidos dos quais seriam feitos, para que a rainha pudesse escolher entre sedas, algodão ou lã; quer isto dizer que a rainha não entrava no seu próprio guarda-roupa. Quase sempre, tinham de se voltar lá acima, por falta de aprovação. A título de curiosidade, as saias e vestidos tinham pesos costurados na bainha, para evitar momentos constrangedores com o vento. Um outro assunto interessante em relação à roupa da rainha, é que ela a distribuía pelas suas empregadas e costureiras, para se desfazer do que já não usava. Mas antes disso, qualquer sinal que identificasse a dona da peça, seria removido. Crê-se que muitas dessas peças especiais irão parar a lojas de segunda-mão, mas só poderão ser reconhecidas através da coincidência de uma fotografia.



Elizabeth II muito recentemente, confidenciou à sua "senior dresser", Angela Kelly, que tinha o desejo íntimo de pousar para um fotografo de maneira menos rígida do que as fotografias reais pressupunham - mais concretamente, queria pousar de mãos nos bolsos! Kelly fez-lhe a vontade. Essas imagens só vieram a público horas depois da notícia da sua morte se tornar pública.

Elizabeth II governou consciente de que uma aparência sensata, pudesse perpetuar um sentido de continuidade. Por sete décadas, a rainha dirigiu a nação num estilo pessoal impecável e único. God save the Queen!

Outubro

Horóscopo

O horóscopo para outubro de 2022 mostra que, de acordo com as estrelas, este período vai ser muito estável. Depois dos meses anteriores, que não foram fáceis, finalmente vai-se sentir aliviado novamente.

Graças à posição de Mercúrio em Virgem, a resolução de qualquer problema será verdadeiramente fácil. A sua capacidade de análise e facilidade de pensar racionalmente estará multiplicada, o que não dará espaço para emoções e, sendo assim, seus problemas serão descartados. Isto ajudará especialmente Caranguejo, Peixes e Escorpião a lidar com suas depressões frequentes. O espírito da harmonia predominará ao longo do período, de maneira que não se deve preocupar com mudanças significativas e pode desfrutar plenamente de cada momento. Talvez, devido à sua postura serena e de bem-estar, alguém na mesma sintonia entrará na sua vida e uma nova amizade será criada.

Uma nova estabilidade chegará para as pessoas no mês de outubro, esta pode ser usada especialmente no campo do desenvolvimento pessoal, mas também quando se lida com questões financeiras. Mais uma vez terá muito tempo para pensar em tudo em paz. Pode não admitir que já é outono e por isso estará de bom humor. As relações interpessoais podem evoluir em paz. Isso pode ser usado tanto na carreira e como na vida pessoal.

Planetas em outubro de 2022

O Sol em Balança

Este período será bastante sério. Irá pensar muito, tanto nos seus atos como nos seus comportamentos, em alguns casos poderá até parecer indeciso ou muito lento. Irá definitivamente apreciar arte e qualquer tipo de experiência espiritual. Além disso, uma caminhada na natureza poderá enriquecê-lo. Se pretende auto-conhecimento então deve estar sozinho. Pois é a única maneira de organizar os seus pensamentos e sentir-se seguro e satisfeito.

Vénus em Balança

Durante este período, irá subconscientemente atribuir grande importância aos relacionamentos e garantir que eles estão bem equilibrados e harmoniosos. Essa é a sua chave para a felicidade. Outra vantagem é o comportamento agradável, parecerá maravilhoso para as outras pessoas. No entanto, quando se trata de decisões sérias, poderá se sentir inseguro. Nestes dias esse é seu ponto fraco.

Mercúrio em Virgem

Neste período será bem-sucedido ao lidar com problemas. Uma vez que será capaz de analisar tudo com precisão e chegar ao ponto da questão rapidamente. É um grande período para todos os tipos de especialistas. As suas conversas podem ser muitas vezes sobre a saúde. Pois o seu interesse nesta área será intenso.

Marte em Gémeos

Durante este período, vai gostar de se educar, por exemplo, através da leitura. Geralmente espera por nova informação que possa utilizar mais tarde. Os seus argumentos serão muito fortes, e com eles será capaz de se livrar de qualquer coisa. No entanto, a sua personalidade pode ficar um pouco desequilibrada e instável, como se houvesse um conflito pessoal dentro de si. Quando estiver stressado, usará o sarcasmo como um mecanismo de defesa.



AQUÁRIO

Período de reforço da sua autoconfiança, que poderá projetar na relação com a sociedade. Assim, esta é uma boa altura para fazer um pedido a alguém ou, simplesmente, para fazer contactos a nível profissional e social. Possibilidade de conhecer pessoas particularmente interessantes, sobretudo em viagem.



CAPRICÓRNIO

A sua vida profissional está na ordem do dia. É um bom período para fazer uma retrospectiva da sua vida e analisar as boas e más decisões que tomou. É através das experiências do passado que melhor podemos planear o futuro. Evite tomar decisões de forma precipitada e leviana, que lhe poderão trazer dissabores futuros.



SAGITÁRIO

Esta é uma fase em que as suas atenções estão centradas nos valores e ideais do grupo em que se insere. Nas reuniões em que participar, aproveite para expor as suas ideias e opiniões. Imponha-se individualmente, mas sem arrogância, deixando que os outros se pronunciem. A sua integração no meio está facilitada.



ESCORPIÃO

É uma boa altura para dar mais atenção às suas intuições – podem permitir-lhe entender rapidamente aquilo que levaria mais tempo a entender racionalmente. A sua sensibilidade está mais afinada e os sentimentos e emoções estão mais à flor da pele. Poderá ver mais desenvolvidas as suas capacidades de premonição.



BALANÇA

Um novo ciclo está a começar. Esclareça de vez situações cuja concretização tem vindo a adiar; nesta fase a sua personalidade está centrada naquilo que faz e naquilo que é, mas através de uma necessidade real de olhar para si mesmo e encontrar aquilo de que necessita para o seu progresso e a sua vocação pessoal.



VIRGEM

Esta é uma fase particularmente benéfica para conseguir os seus intentos na área financeira. Mas pense bem antes de agir, não se deixe cegar pela ganância e não tente, em nenhuma circunstância, passar por cima dos outros para atingir os seus objetivos.



LEÃO

Sente-se com uma energia invulgar e com um grande desejo de atividade. Aproveite este período para se dedicar a novos projetos de modo a aliviar esse “formigueiro”. Poderá sentir que tem maior discernimento e que as suas ideias estão mais claras, o que lhe pode ser útil para resolver alguma situação menos clara.



CARANGUEJO

A sua intimidade, a sua vida pessoal e o seu bem-estar no seio familiar são fatores essenciais para a sua realização pessoal e equilíbrio emocional. Este é um momento em que deverá retemperar forças e recarregar baterias, aproveitando para descansar mais e encontrar, dentro de si, a paz de que tanto necessita.



GÉMEOS

O sector que está sublinhado neste mês é o que representa a consciência mais profunda de cada um de nós. Quanto melhor me conheço, melhor me posso entregar aos outros. Quanto mais adquirir consciência de mim, mais criatividade e generosidade poderei experimentar. Desenvolver a sua consciência pessoal é o desafio que os astros lhe lançam.



TOURO

O seu poder de discernimento lógico e racional encontram-se especialmente aguçados. Examine o modo como resolve as situações e assume as suas responsabilidades quotidianas. Esta é uma fase de trabalho e de serviço prestado aos outros, cujos benefícios só serão rentabilizados numa fase posterior da sua vida.



CARNEIRO

Esta é uma fase em que não deve querer resolver sozinho questões relativas ao seu trabalho ou negócios. Deve pelo contrário citar a ajuda, as opiniões e a colaboração de outras pessoas. Procure descobrir a melhor maneira de fazer com que melhore a relação com o seu cónjuge ou com um sócio.



PEIXES

Período propício ao recolhimento e introspeção. A compreensão lógica e racional das coisas não lhe basta, existe uma necessidade de sentir a vida com todas as suas emoções e a um nível mais profundo. Época de preocupações financeiras. Sociedades e negócios conjuntos poderão ocorrer tentando obter apoio monetário dos outros.

Perna de cabrito

Culinária

com mostarda e pesto de hortelã

Nesta época de receitas de forno, a perna de cabrito com mostarda e pesto de hortelã vai ficar no topo das suas favoritas. O contraste da mostarda com o pesto numa carne tenra e succulenta, tornam este prato irresistível.

SERVE 4 A 6 PESSOAS

TEMPO DE PREPARAÇÃO: 150 MINUTOS

DIFICULDADE: MÉDIA

INGREDIENTES

- 1,5 kg de perna de cabrito
- 1 c. de sopa de colorau
- alho em pó q.b.
- 1 c. de sopa de sal
- mistura de pimenta em moinho q.b.
- 1 c. de sopa de mostarda Dijon
- 1 c. de sopa de mostarda em grão
- 2 c. de sopa de mel
- 2 c. de sopa de tomilho
- 1 c. de sopa de alecrim
- 100 ml de vinho branco
- 2 c. de sopa de azeite
- 1 unid. de hortelã fresca
- 100 g de rúcula
- 150 g de pinhão
- 2 dentes de alho
- 1 unid. de malagueta

PREPARAÇÃO

Passo 1

Pré-aqueça o forno a 190 °C.

Passo 2

Tempere a perna de cabrito com o colorau, o alho em pó, o sal, a pimenta.

Passo 3

Misture numa taça as mostardas, o mel, o tomilho e o alecrim.

Passo 4

Ponha a carne num tabuleiro de forno, barre-a com a mistura anterior e regue com o vinho e duas colheres de sopa de azeite. Deixe marinar por cerca de 1 hora.

Passo 5

Prepare o pesto, colocando num robot de cozinha a hortelã, a rúcula, os pinhões, o alho e a malagueta.

Passo 6

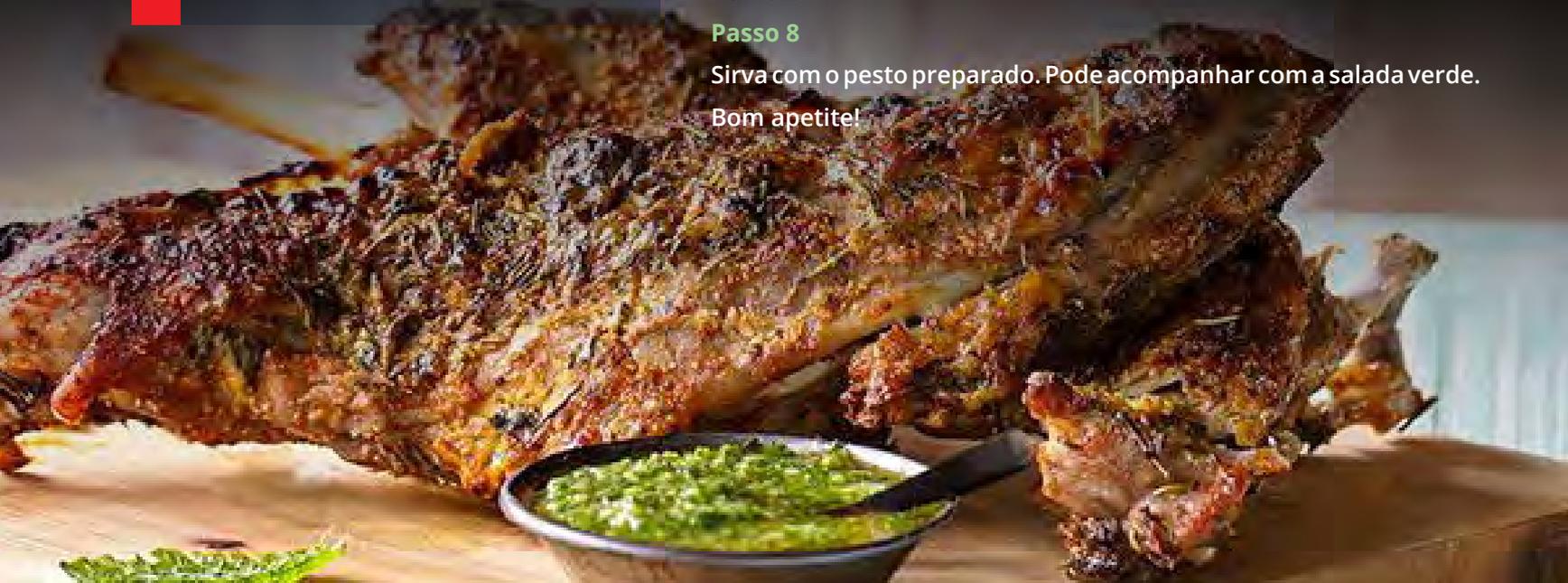
Adicione o restante azeite e bata bem até obter um molho espesso. Guarde no frio até servir.

Passo 7

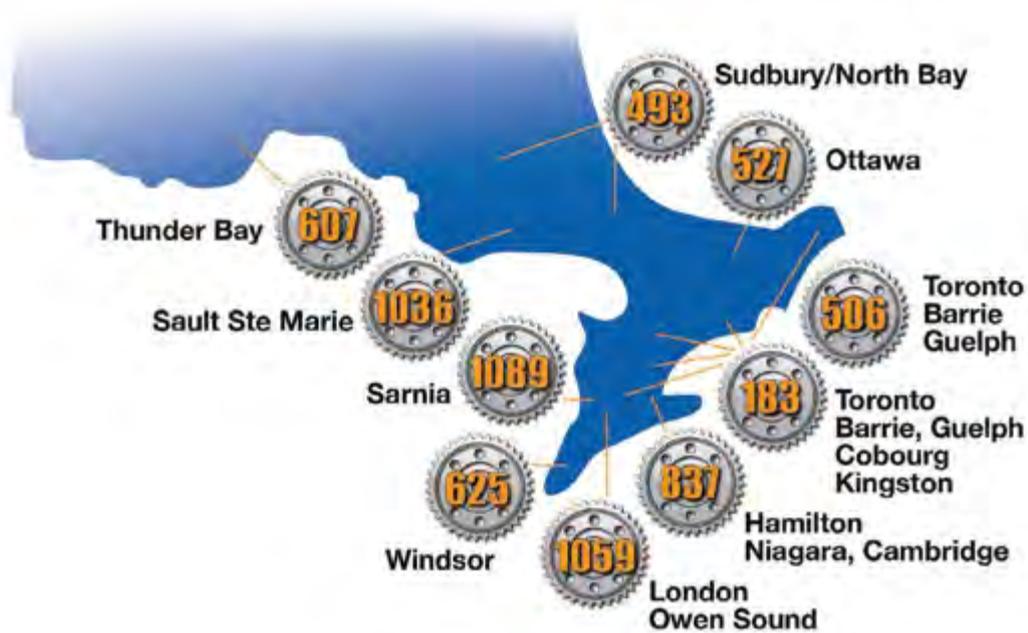
Leve a carne ao forno durante 1 hora e vá regando sempre que necessário.

Passo 8

Sirva com o pesto preparado. Pode acompanhar com a salada verde. Bom apetite!



FELIZ DIA DE AÇÃO DE GRAÇAS



**"Mão de obra altamente qualificada, bem treinada.
Simplesmente o melhor, desde 1903"**

Quando uma comunidade se constrói do chão para cima, não existe mão de obra no planeta que seja mais qualificada para completar o trabalho eficazmente à primeira. Os membros da LiUNA e aposentados fizeram um compromisso com as suas carreiras, o que significa um compromisso com a comunidade. Um compromisso para construir as MELHORES escolas, aeroportos, hospitais, escritórios, túneis, usinas de energia, estradas, pontes, edifícios baixos e edifícios altos do país. Quando o trabalho está completo, os membros da LiUNA e aposentados continuam a viver, a jogar e a crescer nas suas comunidades, com a garantia de que a pensão é também... simplesmente a MELHOR!

Jack Oliveira
Business Manager

Joseph S. Mancinelli
President

Luigi Carrozzi
Secretary-Treasurer

Carmen Principato
Vice President

Robert Petroni
Recording Secretary

Brandon MacKinnon
Executive Board Member

Terry Varga
Executive Board Member

LiUNA! LOCAL 183

TORONTO - BARRIE - COBOURG - GUELPH CAMBRIDGE - KINGSTON

FELIZ DIA DE AÇÃO DE GRAÇAS

Jack Oliveira
Business Manager

Luis Camara
Secretary Treasurer

Nelson Melo
President

Bernardino Ferreira
Vice-President

Marcello Di Giovanni
Recording Secretary

Jaime Cortez
E-Board Member

Pat Sheridan
E-Board Member



LIUNA! LOCAL 183



Jack Oliveira
Business Manager

Luis Camara
Secretary Treasurer

Nelson Melo
President

Bernardino Ferreira
Vice-President

Marcello Di Giovanni
Recording Secretary

Jaime Cortez
E-Board Member

Pat Sheridan
E-Board Member

Feel the Power

Head Office

1263 Wilson Avenue, Toronto ON M3M 3G3
416 241 1183 ph • 416 241 9845 fx • 1 877 834 1183 toll free

Eastern Office

560 Dodge Street, Cobourg ON K9A 4K5
905 372 1183 ph • 905 372 7488 fx • 1 866 261 1183 toll free

Northern Office

64 Saunders Road, Barrie ON L4N 9A8
705 735 9890 ph • 705 735 3479 fx • 1 888 378 1183 toll free

Kingston Office

145 Dalton Ave., Unit 1, Kingston ON K7K 6C2
613 542 5950 ph • 613 542 2781 fx • 1 844 542 2781 toll free

Guelph Cambridge

510 MacMillan Dr., Cambridge ON N1R 6R5
226 806 5496 ph • 226 766 8319 fx • 1 866 411 2999 toll free



www.liuna183.ca

