**ui•vo**
nome masculino
1ª pessoa singular
Presente indicativo do verbo uivar

**A voz do lobo**

O uivo é o meio dos lobos comunicarem entre si. Normalmente desagradável ao ouvido humano, o uivo é o som emitido pelo animal canino, habitualmente sozinho, a pedir companhia. É um ruído que, por ser contagiante, funciona também como meio de comunicação de longa distância entre matilhas ou entre alcateias. O uivo de um lobo é capaz de alcançar 1 km.

**Revista Cultural da Fundação Lapa do Lobo**

A Revista Uivo é uma publicação anual, editada pela Fundação Lapa do Lobo.
Tem como objetivo partilhar ideias, pensamentos, projetos, memórias e reflexões de e sobre pessoas, entidades, organizações e lugares que, de alguma forma, fazem parte do percurso cultural trilhado pela Fundação Lapa do Lobo durante o ano.

A Revista Uivo é capaz de alcançar os nossos sonhos.

**Revista UIVO**
**N.º 4 | julho 2025**
Periodicidade anual
Distribuição gratuita

**Propriedade**
Fundação Lapa do Lobo
Rua de Santa Catarina, n.º 30
3525-625 Lapa do Lobo
Tel. 232 671 084
geral@fundacaolapadolobo.pt

**Coordenação**
Carlos Torres
Maria do Carmo Batalha
Rui Fonte

**Edição**
Rui Fonte

**Colaboração nesta edição**
Amarelo Silvestre
Ana Sofia Marques
Andreia Esteves
Cátia Seabra
CMAD
Colectivo Trilhos
Flávia Figueiredo
Gonçalo Cunha Apolónia
Leonor Barata
Luís Laceiras
Neide Simões & Beatriz Lourenço
Ricardo Garcia
The Makkina

**Foto de capa**
Rui Fonte

**Design e paginação**
Maria Morais

**Impressão e acabamentos**
Novel Gráfica, Lda.

**Depósito Legal**
502934/22

**ISSN**
2795-5605

Também disponível em:
www.fundacaolapadolobo.pt

“

**Terra**
**venho do teu regaço**
**de argilas sinuosas**
**do teu corpo suado**
**transfigurado em rosas**

Excerto de *A terra de onde vim*
em *Terra Agreste* de Maria Natália Miranda. 2003

# Editorial

**Rui Fonte**

**Diretor de Programação da Fundação Lapa do Lobo**

*"Num tempo em que o tempo é pouco tempo.*
*Sopra fugaz o vento que nos traz à memória*
*como tudo começou, sempre a celebrar.*
*Assim continuou e se irá perpetuar"*

Escrevi estas palavras a propósito do 10º aniversário da Fundação Lapa do Lobo. Recupero-as cinco anos depois. Parece-me evidente que são apropriadas ao momento. O tempo sabe a pouco e as memórias são sempre fugazes. Tivéssemos nós o poder de mandar parar o tempo, duvido que tivéssemos o discernimento e clarividência para escolher o melhor momento. Ficará acesa esta dúvida enquanto o tempo permitir que a chama da memória não se apague.

Quinze anos é, segundo a sabedoria popular, idade de questionamentos, transições e busca de identidade. Não me parece que se aplique à Fundação Lapa do Lobo. De facto, estamos em permanente questionamento, em constante mudança, mas nem por isso à procura de definir a nossa identidade.

Sabemos o que somos, para quem somos, por quem somos acolhidos e desafiados

e, definidamente, temos a certeza do que nos impele e inspira a continuar a existir. É certo que a adolescência é terreno de imprudência, irreverência e impulso. Quanto a isso, estamos seguros das nossas decisões e do quanto estas dependem da experiência, da autonomia e da coragem de que somos feitos.

15 anos são o momento de olhar para o passado, no tom certo e equilibrado para entender o presente e, como é sabido, imaginar o futuro. É esse o conselho que abraçamos com a consciência que o amanhã é tão ou mais importante que o ontem. E que o que hoje respiramos nos dará fôlego para o que aí vem.

A 4ª edição desta revista sai quando a data de celebração do 15º aniversário da Fundação Lapa do Lobo se aproxima. Está separada por apenas dois meses, sendo que um deles é cheio de sol, férias, praia e verão. Ainda assim, decidimos que faria todo o sentido dedicar este número ao aniversário da Fundação. Mesmo que, no regresso das férias só pensemos no que nos espera e já não saibamos muito bem o que ficou para trás.

A "Uivo" olha para trás e dedica muitas páginas ao que foi feito ao longo destes 15 anos. Destaque para o artigo central, "Conceção", uma recolha de fotografias da autoria de Gonçalo Cunha Apolónia, captadas durante as obras de requalificação do edifício-sede da Fundação Lapa do Lobo. Quisemos transmitir o que era o edifício antes de o ser, tal como o conhecemos nos dias de hoje.

Fazemos também a viagem cronológica entre 2010 e 2025, com a recordação dos momentos que marcaram cada ano, sem desprimor, claro está, de todas as outras iniciativas realizadas na nossa casa. Seriam precisas muito mais que 100 páginas se fosse nosso propósito mencionar tudo o que se fez durante esta década e meia na Fundação.

Neste número conversamos com Carlos Torres, Presidente do Conselho de Administração da Fundação Lapa do Lobo, que nos revela alguns aspetos da sua vida que poucos conhecem, mas que nos ajudam a compreender os princípios que orientam o trabalho da Fundação. Uma entrevista sobre a vida de um homem que, a determinada altura da sua vida, decidiu oferecer à aldeia e à população da Lapa do Lobo, a alegria e o bem-estar que sempre sentiu quando cá passava grande parte das férias na sua infância.

O perfil é desenhado sobre a figura de Vasco Jorge, nascido e criado na Lapa do Lobo, com uma ligação umbilical à aldeia e à própria Fundação. Fala-nos na infância e do seu percurso familiar e profissional.

Este ano é também de celebração do centenário de nascimento da poetisa e escritora Maria Natália Miranda. Nascida em março de 1925, em Canas de Senhorim, Maria Natália Miranda ofereceu um exemplar de cada livro à Biblioteca da Fundação Lapa do Lobo. O "ELOS: Festival Literário de Nelas" foi dedicado à autora canense e a Fundação Lapa do Lobo, como sempre, participou nas comemorações. Para além de apoiar a edição póstuma do livro inédito "João das Canas", coorganizou a exposição "Maria Natália Miranda: Vida e Obra", sobre a qual dedicamos algumas páginas nesta edição. Aliás, as palavras que enriquecem a separação entre os diferentes artigos desta edição são da autoria de Maria Natália Miranda, mas também de Camilo Castelo Branco, cujo 200º aniversário de nascimento se celebra, e de Luís de Camões, ainda a propósito das comemorações do quinto centenário de nascimento.

Uma última palavra às sugestões de livros, cinema e música, que revelam algumas obras que subiram, ou irão subir, ao palco do Auditório Maria José Cunha durante o ano de 2025. Destaque para o cinema, onde fazemos, de alguma forma, a antevisão de algumas películas que poderemos assistir no Ciclo de Cinema da Fundação Lapa do Lobo, programado para novembro deste ano.

A Revista "Uivo" é, nesta edição, uma viagem ao passado com impulso ao futuro. Recordamos o que fizemos, celebramos o que criamos, projetamos o que desejamos.

Que o nosso alcance seja longínquo no espaço e no tempo. ●

# ÍNDICE


**p. 10**
Vasco Jorge
Perfil

**p. 14**
ardeafeto

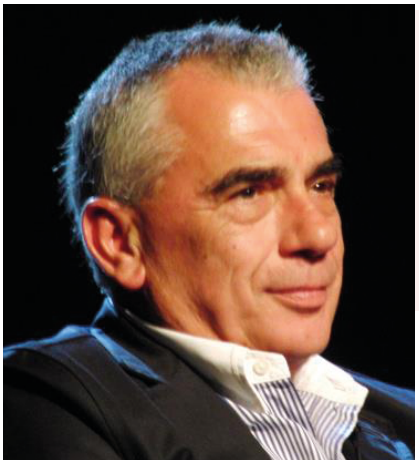
**p. 15**
Fundações e Futuro

**p. 18**
Conservatório de Música e Artes do Dão

**p. 20**
Vida e obra da Maria Natália Miranda
Exposição

**p. 24**
Inefável
Projeto

**p. 26**
Dia um
Ficção




**p. 30**
**Carlos Torres**
Conversa

**p. 42**
**Conceção**
Memória

**p. 62**
**Liderar o tempo com leveza**

**p. 64**
**15 anos da Fundação Lapa do Lobo**

**p. 72**
**Querer morrer de amor**

**p. 80**
**O Futuro**
Guilherme Assis Correia

**p. 84**
**15 palavras sobre a Fundação Lapa o Lobo**

**p. 86**
**In Memoriam**
Carlos Paredes

**p. 88**
**O respiradouro**
Ficção

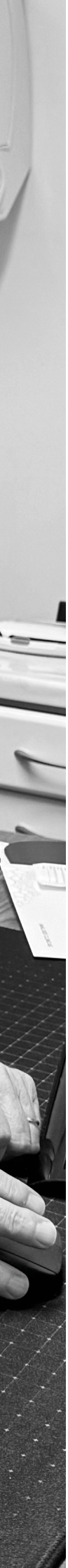
**p. 100**
**A equipa**

Fotografia: Fotomania

a José Cunha

Entrevista completa em:

Fotografia: RF



# Perfil

## Vasco Jorge

Vasco Jorge é médico de profissão e amigo da Fundação Lapa do Lobo desde o início desta caminhada, há já 15 anos.

Os seus amigos dizem, na brincadeira, que é pessoa "do contra". Quando todos aplaudiam o Benfica ou o Sporting, escolheu ser adepto do F.C. Porto. Também gosta da Académica, da qual é sócio, apesar de já não perder muito tempo com futebol. Quando mais ninguém quis prosseguir estudos, ele concorreu para medicina. E quando a rapaziada da sua idade, no entusiasmo do pós-25 de abril, virou à esquerda, ele optou pela direita. Considera-se um homem ponderado, tranquilo e verdadeiramente amigo do seu amigo.

Mantém uma ligação umbilical à aldeia onde nasceu, há 69 anos, na casa da avó materna, em frente à antiga escola primária. Aí viveu e foi criado, até à altura em que os pais ficaram com a mercearia do bisavô, Deusdédit Antunes. A Mercearia Antunes. A mãe ainda mora na casa por cima da Mercearia Antunes, atualmente encerrada. Tem uma irmã, mais nova quatro anos, chamada Branca, residente na Lapa, com a família, perto da casa da mãe.

Recorda-se perfeitamente da tarde de 9 de outubro de 2010, o dia da inauguração do Edifício-sede da Fundação Lapa do Lobo. Lembra a expectativa das pessoas, principalmente dos habitantes da Lapa do Lobo. Lembra-se que a população não estava nada apreensiva. Muitas pessoas conheciam bem Carlos Torres e a família, principalmente os avós. Ele próprio conhece-o desde garoto, do tempo em que se encontravam nas férias grandes de verão.

Vasco Jorge lembra-se da aldeia da sua infância. Era uma terra pobre, com muitas crianças a andarem descalças na rua, mas onde se privilegiava a amizade e a união. Apesar de tudo, sentia-se algum dinamismo por estar na zona mais empregadora da região centro, que era Canas de Senhorim, graças à Companhia Portuguesa de Fornos Elétricos e à Empresa Nacional de Urânio. Assegura que, se não houvesse esses dois grandes empregadores, seria uma zona muito mais pobre.

Vasco Jorge saiu da Lapa do Lobo para cursar Medicina na Universidade de Coimbra. No final do curso, já não regressou à aldeia. Durante a formação superior casou com Alzira, com quem viria a ter dois filhos. Como ela vivia e trabalhava no Carregal do Sal, acabaram por arrendar uma casa na vila. Faz lá a sua vida desde 1978.

Confessa que as grandes amizades, que ainda hoje preserva, são as que vêm da infância. São as melhores, afirma de olhos húmidos e sinceros. Não só da Lapa do Lobo, como também de Canas de Senhorim, onde passou grande parte da juventude. Isto porque, apesar de ter ido estudar para o Colégio Nun'Álvares no Carregal, todos os seus amigos de infância foram para a Escola Técnica do Dão, em Canas, que abriu nesse ano.

Andava entre a Lapa do Lobo, Canas de Senhorim e Carregal do Sal, a pé ou na bicicleta que recebera quando completou a 4ª classe. Só mais tarde, o pai lhe emprestava a moto. Tudo combinado. O pai trabalhava nos Fornos Elétricos e Vasco Jorge ia lá deixar a bicicleta e levava a mota. Com a condição de a mota estar no mesmo local quando o pai saísse do trabalho.

É com orgulho que relata as aventuras e as amizades desses tempos, que o ajudaram a ultrapassar as agruras da vida. Lamenta o facto de, hoje, ser mais difícil criar amigos e tem pena que se tenha deixado de conviver, de brincar, de jogar ao pião ou à bola no meio da rua.

Chegou a ser futebolista federado pelo Grupo Desportivo e Recreio de Canas de Senhorim. Também passou pelo Travanca de São Tomé e mais tarde pelo Clube de Futebol de Carregal do Sal. Nunca ganhou um escudo, porque não

era essa a filosofia, apesar de já haver pessoas a ganhar dinheiro com o futebol.

Na escola foi um aluno entre o médio e o bom. Afirma que medicina não é um curso para super pessoas, mas que é preciso trabalhar muito para se lá chegar. Como também não tinha grandes possibilidades de andar lá a passear, encarreirou nos estudos. O casamento e o nascimento da filha, Branca Raquel, foram um empurrão de responsabilidade e a vontade de terminar o curso quadruplicou. Porque não há sol sem esforço, lembra, em jeito de conselho.

Recorda o espírito de sacrifício de estudar em Coimbra e ter a família no Carregal do Sal. Vinha à sexta à noite e regressava à cidade dos estudantes às seis e pouco da manhã de segunda-feira, na automotora.

A especialidade que gostava era Pediatria, mas só se fosse no Hospital de Pediatria em Coimbra, mas as vagas disponíveis abriram as portas para o Hospital de Aveiro. O ter de se deslocar, já com dois filhos (entretanto nascera o Vasco Daniel), fê-lo optar pela especialidade de Medicina Geral e Familiar e ficar por Carregal do Sal, especificamente em Cabanas de Viriato, onde passou a fazer consultas. Não se arrepende rigorosamente nada dessa escolha.

Atualmente, está reformado, embora faça precisamente a mesma vida que fazia antes de se reformar. Sente-se bem assim e só pretende abrandar um bocadinho o ritmo.

Tem para si que uma boa alimentação, exercício físico e amizade são fundamentais para a vida. Considera que não há ninguém que não reaja a um abraço amigo, que ninguém resiste àquele abraço que preenche e envolve.

Sabe que é difícil escolher amigos e confessa que tem relativamente poucos. Conhece muita gente, que cumprimenta e conversa com prazer, mas os seus olhos brilham de forma diferente quando está com verdadeiros amigos. Os tais da infância e juventude. Recorda que foram importantíssimos na altura do falecimento da mãe dos seus filhos. Foram eles que o acompanhavam, estimulavam, chamavam para ir jantar e ver o futebol e coisas assim, que só os amigos sabem fazer.

Não foi fácil ser viúvo, com dois filhos, desabafa. Reconhece a importância da filha, no apoio que deu ao irmão. Mais tarde, refez a vida e a pessoa com quem estava, a Ivone, faleceu com uma neoplasia da mama e passou-se rigorosamente o mesmo. É com tristeza que recorda esses momentos. Duas vezes seguidas é dose, diz em voz baixa, talvez para se distanciar da memória.

Com dois netos, não é aquele avô que deixa fazer tudo. Reconhece que tem de haver regras para tudo, até para ser avô. Mas é uma fase em que se tem uma disponibilidade diferente e a relação com os netos é muito diferente da relação com os filhos.

Aventurou-se na política local há uns anos, mas o interesse veio detrás, quando ainda estava em Coimbra e se revoltava com os piquetes de greve à porta da faculdade que o impediam de ter aulas. Defende que a greve é um direito, mas que não deve ser imposta a ninguém.

Em 1989, foi convidado pelo então Presidente da Câmara Municipal, o Social Democrata Jorge Saraiva, para ser candidato à Assembleia Municipal, que aceitou. Esteve na Assembleia durante o mandato, que foi ganho por Atílio Nunes, pelo CDS. No mandato a seguir, para sua surpresa, Atílio Nunes recandidatou-se e convidou-o para a equipa. Foi Vice-Presidente da Câmara Municipal do Carregal do Sal durante três mandatos, decidindo não o acompanhar no quarto e último mandato. Só passado uns anos, de forma algo precipitada, confessa, voltou a candidatar-se pelo PPD/PSD, mas não venceu. Felizmente, reconhece, pois tem a certeza de que a vida na política lhe iria diminuir a dedicação à medicina.

Reformou-se da política e espera um dia "reformar-se da reforma".

Passa a maior parte do dia, mais de doze horas, fora de casa, em trabalho. De segunda a sexta, entre as sete e tal da manhã e as sete e tal da noite. Por essa razão, quando pode, privilegia o estar em casa, onde passa grande parte dos momentos de lazer.

Gosta de ter um bom sítio para ouvir música, com uma boa aparelhagem, e gosta muito de ler. É de paladar transversal, tanto no que ouve como no que lê. Atualmente, tem lido Tolentino de Mendonça, mas também se envolve em romances, de José Rodrigues do Santos, por exemplo. Na música, para além dos clássicos Pink Floyd ou Deep Purple, destaca António Zambujo ou Pedro Abrunhosa como artistas de eleição.

Com os desafios que a vida lhe tem proporcionado, Vasco Jorge é seiva, força e determinação. ●

**“Os homens entendem-se pelas palavras, e eu gosto de quem não está a fazer uma grande mastigada de palavras bonitas para dizer o que se diz em duas palavras. (...) Eu gosto da franqueza, e a gente muitas vezes perde por falar de mais e falar de menos.**

Excerto de *A Filha do Arcediago* de
Camilo Castelo Branco. 1854

Fotografia: Colectivo Trilhos

# ardeafeto

Colectivo Trilhos

O Colectivo Trilhos foca-se na criação artística, mediação cultural e educação. Apoia-se nas artes visuais, plásticas e performativas para promover a reflexão e o debate sobre a sociedade, o território e a cultura.

Abordamos as transformações do território e a condição humana existente num determinado lugar, observando a sua natureza ameaçada por alterações climáticas, evolução tecnológica e interesses imobiliários. Que reações estas condições nos provocam: ansiedade, medos, fascínio, esperanças?

O lugar é a Lapa do Lobo e a terra que a envolve. As pessoas são aquelas que por esta terra têm afeto, e que por ela são afetadas. Exploramos lendas, o fogo, a pedra e o lobo, o urbano que se infiltra no rural. A monocultura e a apropriação das culturas, da terra, das pessoas e afetos.

Durante esta residência recolhemos imagens, sons e narrativas. Inspirámo-nos de vários autores e artistas e trabalhámos estéticas de alguns projetos que fizemos anteriormente, com a intenção de realizar uma curta-metragem. A obra integra as perspetivas e intervenções de habitantes locais, por nós desafiados a interagir nas filmagens e narrativas propostas, possibilitando desta forma a mudança de rumo do nosso filme. Para tal, recorremos a uma tela de projeção de filmagens e de projeção de sombras nas quais podemos intervir recorrendo a vultos, manipulação de objetos e de luz. Em paralelo, abrimos uma discussão com os participantes de forma a enriquecer perspetivas sobre a nossa reflexão acerca deste lugar.

A relação entre construção e natureza é central na nossa abordagem. Queremos compreender as motivações e consequências da ação humana no espaço, a forma como nos relacionamos com os lugares, como neles nos implicamos e os transformamos, no passado e no presente, desejando interpelar o futuro.

**MAIS INFORMAÇÕES**
www.colectivotrilhos.wixsite.com

# Fundações e Futuro: Imaginar o comum em tempos incertos

**Ricardo Garcia**

Com mais de 20 anos de experiência no setor social e filantrópico, onde exerceu diferentes funções de direção, é atualmente Secretário-Geral do Centro Português de Fundações. Dedica-se à promoção da cooperação, transparência e inovação no setor fundacional em Portugal. Tem especial interesse em temas como impacto social, políticas públicas e cultura.

Num mundo em transição, as fundações portuguesas enfrentam o desafio de permanecer relevantes, próximas e transformadoras. Entre a filantropia, a cultura e a inovação social, há um horizonte possível: o do compromisso com o bem comum.

Num tempo marcado por crises sobrepostas – sociais, ecológicas, económicas e até emocionais – o papel das fundações volta a merecer atenção. Não porque sejam novas, nem porque substituam o Estado ou o mercado, mas porque oferecem algo cada vez mais raro: tempo para cuidar, pensar, escutar e agir com responsabilidade sobre o futuro.

O Centro Português de Fundações (CPF), que reúne cerca de 150 fundações ativas em todo o país, tem procurado sublinhar esta vocação transformadora. Ao longo dos últimos anos, temos afirmado que as fundações não existem apenas para "suprir carências", mas para imaginar alternativas, inspirar a mudança e estruturar confiança social, seja na ciência, na educação, na cultura, no desporto, saúde ou na solidariedade.

Apesar de muitas vezes discretas, as fundações em Portugal estão a crescer em número, ambição e diversidade. Nos últimos anos, temos assistido ao surgimento de novas fundações com forte enraizamento local, ou missões específicas ligadas à inovação, à juventude, à sustentabilidade e aos direitos humanos. Ao mesmo tempo, surgem novas abordagens ao financiamento e ao impacto social: do investimento de impacto, à filantropia baseada na confiança, passando por colaborações multissetoriais e experiências de financiamento coletivo. O que une esta nova geração é um traço comum: a intenção explícita de impactar a sociedade de forma duradoura e de contribuir para mudanças sistémicas.

Nos últimos anos, o CPF promoveu um compromisso para a implementação dos Objetivos de Desenvolvimento Sustentável (ODS), que conta já com dezenas de fundações signatárias. Criámos um Guia de Autorregulação e Compliance, para reforçar a transparência e a confiança. Lançámos o Prémio Fundações, reconhe-

cendo iniciativas notáveis nas áreas da arte, ciência, cidadania e solidariedade. E temos reforçado o papel do setor no debate europeu e internacional sobre o futuro da filantropia.

Mas o desafio vai além da prática institucional. Trata-se de uma pergunta profunda: o que é que as fundações oferecem ao país, num tempo em que tantos sentem medo, cansaço ou desorientação? A resposta talvez passe por um compromisso novo com o "comum". Com aquilo que nos liga, que nos eleva, que nos dá chão. E aqui, a cultura é uma chave.

Não é por acaso que muitas fundações continuam a apoiar museus, bibliotecas, centros de artes, residências criativas, revistas e festivais. A cultura, e com ela o pensamento crítico, a memória e a imaginação, é também um bem essencial. Num tempo em que o algoritmo tende a substituir o encontro e a polarização ameaça a escuta, os espaços culturais continuam a ser espaços de respiração coletiva. E as fundações, tantas vezes, são as suas guardiãs silenciosas.

É por isso que iniciativas como a Revista Uivo, da Fundação Lapa do Lobo, merecem ser destacadas: porque não apenas documentam o que se fez, mas também fazem parte daquilo que importa conservar e continuar. Porque a cultura não é ornamento: é estrutura. E cuidar da cultura é cuidar da democracia.

Na sua essência, as fundações são defensoras de valores fundamentais para a vida em comum: a dignidade humana, a justiça social, a equidade, a solidariedade, a liberdade e a paz. Muitas fundações em Portugal, incluindo as de base comunitária, têm vindo a reforçar o seu compromisso com a democracia participativa, promovendo a escuta ativa dos beneficiários, envolvendo as comunidades na definição das prioridades e apoiando processos de desenvolvimento local inclusivos e sustentáveis. Num tempo em que tantos se sentem excluídos, a ação fundacional pode ser um antídoto contra a apatia, a desinformação e o individualismo, ativando laços e redes de confiança.

Tal como a sociedade, também as fundações vivem um momento de reinvenção. Há hoje desafios que pedem respostas novas: a medição de impacto, o envolvimento das comunidades, a criação de sinergias entre setores, o uso ético dos dados, a capacitação de equipas e dirigentes. Por isso, no CPF, temos apostado na informação e capacitação do setor, promovendo espaços de aprendizagem mútua, partilha e inovação.

Com mais de 800 fundações em Portugal, o setor fundacional tem a capacidade de semear futuro, com independência, liberdade e visão de longo prazo.

É por isso que experiências como a da Fundação Lapa do Lobo merecem ser reconhecidas e celebradas. Porque afirmam, com consistência e criatividade, uma ideia de cultura acessível, enraizada no território e voltada para o bem comum. Porque não têm medo de arriscar, de programar, de editar, de experimentar. Num país onde tantas vezes se fala do interior como "problema", a Fundação Lapa do Lobo mostra como a cultura pode ser solução – não apenas como produção artística, mas como projeto de sociedade. E isso, nos dias de hoje, é mais do que relevante: é revolucionário.

No fundo, cada fundação existe para responder àquela pergunta antiga: o que podemos fazer, juntos, que valha a pena transmitir a quem vem depois? Se mantivermos essa pergunta acesa, mesmo em tempos incertos, estaremos a cumprir o essencial. ●

FUNDAÇÕES CENTRO PORTUGUÊS DE FUNDAÇÕES

O Centro Português de Fundações (CPF) é uma associação privada de utilidade pública*, reconhecida. É a instituição representativa do setor fundacional em Portugal e o único interlocutor das fundações junto dos órgãos de soberania, considerando-se relevante a sua intervenção na construção de um quadro legislativo adequado ao setor.

Constituído em 1993, o CPF reúne hoje cerca de centena e meia de fundações portuguesas, caracterizando-se por uma grande diversidade de localização, dimensão, e áreas de intervenção.

O setor fundacional português contribui ativamente para uma sociedade mais justa, em ação direta nas áreas social, educativa, cultural, científica e ambiental, com reconhecido valor e impacto na sociedade civil.

Valorizar e capacitar as fundações, dar visibilidade ao seu trabalho e impacto, tendo sempre presente a necessidade de prestação de contas e transparência, são linhas orientadoras do CPF.

Nasceu em 1993, a partir da iniciativa da fundação Eng.º António de Almeida, da Fundação Calouste Gulbenkian e da Fundação Oriente, como resposta à vontade e à necessidade que as fundações portuguesas sentiam de, em conjunto, defenderem os seus interesses comuns e, simultaneamente, de se organizarem em torno de uma instituição representativa do setor.

O Centro Português de Fundações reveste a forma jurídica de associação e, de acordo com os seus estatutos, visa a cooperação e solidariedade entre os seus membros e a defesa dos seus interesses comuns.

* DR II Série n.º 15, 18-01-1996

# Conservatório de Música e Artes do Dão

## Conservatório de Música e Artes do Dão: Um polo artístico na região

Em Santa Comba Dão floresce o Conservatório de Música e Artes do Dão (CMAD), uma instituição dedicada à formação artística especializada. Fundado em 2008, o CMAD nasceu para suprir as necessidades formativas de coletividades locais, consolidando-se como um pilar da educação artística em Portugal.

A génese do Conservatório está ligada à Edições Convite à Música (ECM), editora com mais de 25 anos, reconhecida pelos seus manuais didáticos musicais infantis. Desta parceria surgiram as Atividades de Enriquecimento Curricular (AEC) de Música, que se destacam, na região, por uma abordagem lúdica e pedagógica diferenciada, abrangendo canto, dramatização, pantomima, prática instrumental e dança. As performances dos alunos são autênticas demonstrações de talento e qualidade artística, evidentes nas audições públicas com orquestra, que atestam o sucesso pedagógico.

As ofertas educativas do CMAD vão da Pré-Iniciação (3-5 anos) e Iniciação Musical (6-9 anos) – com formação, instrumento e prática em conjunto – aos Cursos Básico (10-14 anos) e Secundário de Música (15-18 anos). Estes últimos, oficiais em regime articulado ou supletivo, destinam-se a quem já tem base musical ou 9.º ano, permitindo a jovens e adultos aprofundar estudos musicais com um plano adaptado.

Fotografia: CMAD

Em 17 anos, o Conservatório consolidou-se como um referencial artístico, onde o rigor técnico se harmoniza com criatividade e desenvolvimento humano. Com um corpo docente notável e instalações modernas, o CMAD nutre talentos e desvenda possibilidades para carreiras na música ou cultura. A sua localização estratégica surge como uma oportunidade valiosa para os jovens alunos de música da região, evitando longas deslocações ou mudanças de residência em idade precoce. O CMAD tem protocolos com os Agrupamentos de Escolas dos concelhos de Santa Comba Dão, Carregal do Sal, Tábua, Mortágua e Tondela).

Além do ensino, o CMAD destaca-se na dinâmica cultural da região. A sua energia manifesta-se em concertos, espetáculos, workshops e masterclasses que enriquecem os estudantes e fortalecem os laços com a comunidade. Em conjunto com a Associação de Música e Artes do Dão, o Conservatório impulsiona o Festival de Música e Artes do Dão. Já na sua 17.ª edição, este evento continua a apresentar espetáculos de elevada qualidade, assegurados por equipas técnicas multidisciplinares que elevam cada experiência artística.

Graças ao apoio da Fundação Lapa do Lobo ao Prémio Jovem Solista, o Conservatório promove também, desde 2012, um "Estágio Orquestral", em parceria com a Filarmonia das Beiras. A iniciativa envolve os alunos mais destacados do CMAD, selecionados por um júri de prestígio nacional.

Recentemente, uma parceria com o Município de Santa Comba Dão, aprovada pela DGArtes, permite o reforço da programação (2024-2027) da Casa da Cultura deste concelho vizinho, no âmbito da Rede de Teatros e Cineteatros Portugueses (RTCP).

Esta colaboração abre novas e estimulantes perspetivas para os alunos, proporcionando-lhes contacto direto com figuras de relevo do panorama artístico nacional e internacional.

# Vida e obra de Maria Natália Miranda

## Caminhos e Criações - Centenário do nascimento

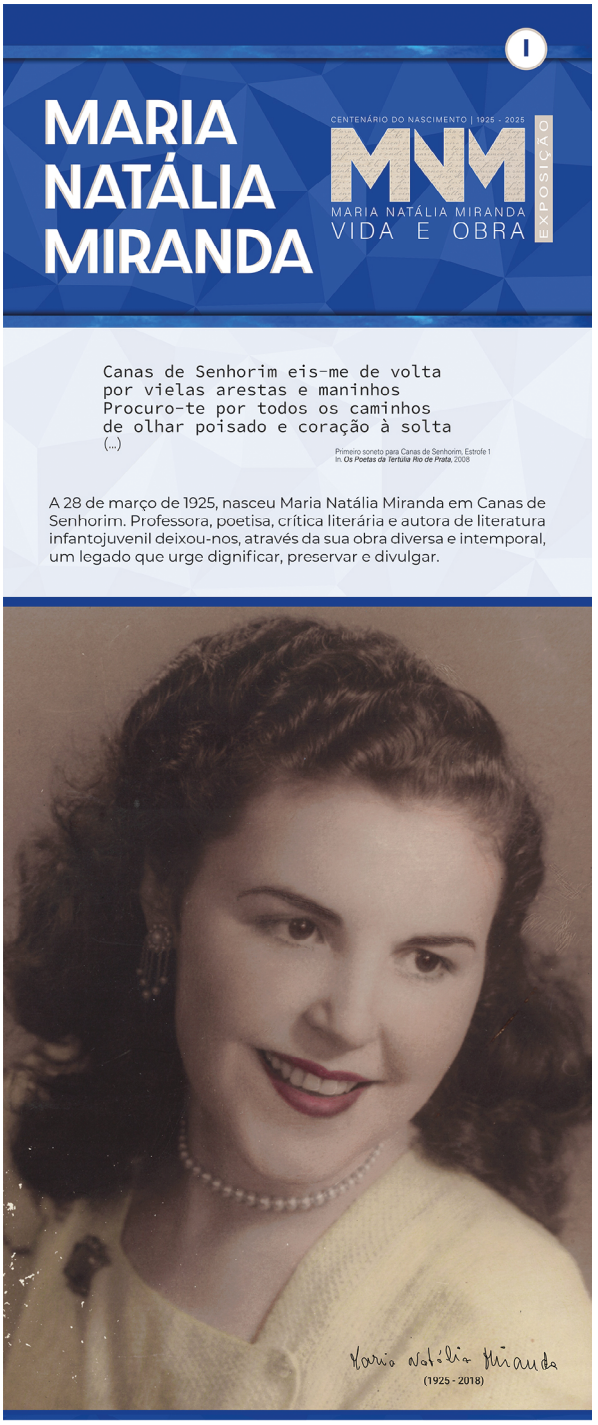
**Luís Laceiras**

Câmara Municipal de Nelas

Luís Filipe Loureiro Laceiras nasceu em 1994. Natural de Aguieira (Nelas), o interesse adquirido durante a sua juventude por História e Arqueologia Local, viria a refletir-se no percurso académico tomado na Universidade de Coimbra, enquanto aluno bolseiro da Fundação Lapa do Lobo.

Licenciado em Arqueologia com Menor em História pela Faculdade de Letras da Universidade de Coimbra em 2017, publica os seus primeiros artigos ainda enquanto aluno. Entre 2017 e 2019 exerce a sua profissão na designada "Arqueologia Empresarial". Em 2019 retoma a sua formação académica, obtendo, em 2021, o Mestrado em Arqueologia e Território com especialização em Arqueologia Romana e Medieval pela Faculdade de Letras da Universidade de Coimbra. Conhecedor do território e entusiasta da Arqueologia Local, dedica integralmente o seu estudo de Mestrado à Arqueologia Romana e Medieval do concelho de Nelas.

Em 2021, voltou definitivamente a residir em Nelas. Presentemente, exerce a sua atividade profissional na Câmara Municipal de Nelas.




Fotografias: Arquivo privado da família

Em 2025, no âmbito das comemorações do seu 100.º aniversário de Maria Natália Miranda, o Município de Nelas, a Fundação Lapa do Lobo, Agrupamentos de Escolas de Canas de Senhorim e de Nelas e Junta de Freguesia de Canas de Senhorim, lançaram a exposição "Maria Natália Miranda: Caminhos e Criações". Inaugurada no âmbito do ELOS: Festival Literário de Nelas.

A 28 de março de 1925, nasceu Maria Natália Miranda em Canas de Senhorim. Professora, poetisa, crítica literária e autora de literatura infantojuvenil deixou-nos, através da sua obra diversa e intemporal, um legado que urge dignificar, preservar e divulgar.

Maria Natália Miranda (1925-2018) repartiu a sua vida entre Canas de Senhorim e Sacavém. Viveu a juventude e os primeiros anos da sua atividade profissional no concelho de Nelas. Em 1931, ingressou na Escola Primária de Canas de Senhorim e, mais tarde, no Colégio Grão Vasco de Nelas. Posteriormente, frequentou o Curso do Magistério Primário em Viseu, tendo iniciado a sua profissão como professora na Escola Primária das Caldas da Felgueira, em 1945.

Licenciada em Filologia Românica e Ciências Pedagógicas, dedicou grande parte da sua vida ao ensino primário e secundário. Paralelamente, desenvolveu variadíssimas ações de promoção do livro e da leitura em escolas e bibliotecas e uma vasta obra literária infantojuvenil, cooperando ativamente com diversas instituições de ensino. Escreveu poesia e prosa. Muitos dos seus versos tornaram-se canções gravadas em disco, entre as quais as músicas de marchas de Lisboa, Porto e Canas de Senhorim, algumas delas premiadas: "Pingo de Sol", 1.º Prémio Grande Marcha de Lisboa em 1971; "Cravo Rubro", 1.º Prémio das Marchas Populares de São João no Porto em 1973; "Já Lisboa Cheira a Cravos", 1.º Prémio das Marchas de Lisboa em 1977; a "Gota de Água", 2.º Prémio das Marchas de Lisboa em 1979; "Lisboa, meu Cais de Esperança", 1.º Prémio das Marchas de Lisboa em 1982. Foi ainda assistente pedagógica na televisão e escreveu textos específicos para a RTP, Rádio Renascença, Estação Orbital, Diário de Notícias, Jornal Vento Novo, do qual foi fundadora, e muitos outros jornais regionais e locais.

A sua obra, reconhecida nacional e internacionalmente, foi distinguida com mais de 400 prémios, entre os quais, o Prémio Trovador da Língua Portuguesa (1981). Fundou a Escola Básica 2,3 Gaspar Correia, inicialmente Escola Preparatória, é madrinha de duas bibliotecas escolares em São João da Talha e Sacavém, concelho de Loures, e foi condecorada, em 2005, pelo Município de Loures com a Medalha Municipal de Mérito Cultural e pelo Município de Nelas, em 2024, a título póstumo, com o Prémio Excelência Coração do Dão, na vertente cultural.

A exposição apresenta Maria Natália Miranda através de uma narrativa que percorre, sumariamente, os seus caminhos e criações. Aborda a sua vida em criança, a família e formação, vivências, experiências e memórias que marcaram subtilmente toda a sua poesia e prosa. No conjunto da sua obra diversa e complexa, são expostas evidências claras do seu impacto no campo da poesia, infantojuvenil e da poesia musicada. Composta por vários painéis explicativos, objetos pessoais, prémios, livros, discos e um suporte interativo, esta exposição pretende partilhar a vida e obra de Maria Natália Miranda, natural de Canas de Senhorim.

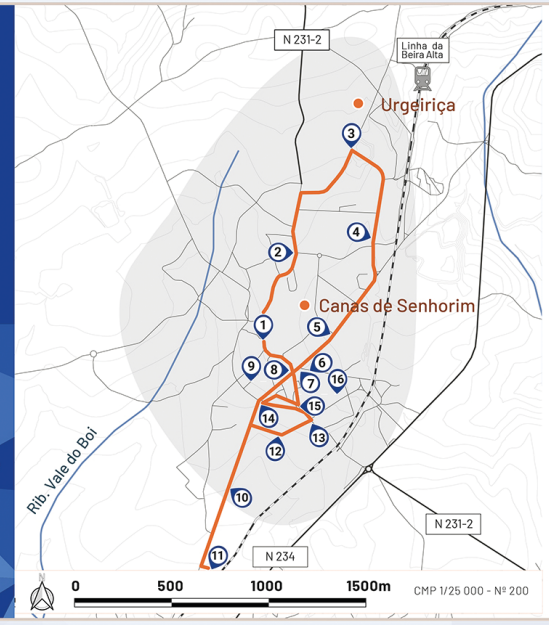
No âmbito  do centenário do nascimento de Maria Natália Miranda, foi criado um percurso onde as pessoas são guiadas por Canas de Senhorim através das palavras da autora.

O percurso "Maria Natália Miranda - Lugares de Memórias Canenses" pretende dar a conhecer alguns dos lugares de Canas de Senhorim que são mencionados na obra de Maria Natália Miranda.

O traçado deste percurso circular integra a malha urbana da vila com pequenas incursões pela sua periferia. Poderá cruzar-se com habitantes locais que, por norma, mantêm viva a hospitalidade típica Canense.

Percorra as ruas, travessas, praças e largos de Canas de Senhorim e fique a conhecer muitos dos lugares referidos na sua obra, resultado das suas vivências e memórias de infância. Terá a oportunidade de experienciar uma verdadeira combinação entre desporto e cultura, uma caminhada onde é possível compreender e sentir a inspiração da escritora e poetisa natural de Canas de Senhorim, como sempre fazia questão de mencionar.

# tália Miranda – Lugares de Memórias Canenses
## nhorim




1. «No **largo do cruzeiro**, em frente dos bombeiros, os rapazes construíram um boneco de neve do tamanho dum gigante.» In *Olá estorninho*
2. «Lá vai a marcha do Rossio mostrar-se ao **Paço**. Lá vem a marcha do Paço desfilar os seus encantos pelas ruas do Rossio.» In *Uma estrela para a minha ternura*
3. «A **Urgeiriça** (o povo chamava Joiriça) era um paraíso de mimosas em flor, onde as ruas eram cobertas por túneis amarelos e perfumados e onde as casinhas brancas semeadas no meio da verdura pareciam grandes borboletas vestidas de sol, poisadas.» In *Olá estorninho*
4. No poço das **Lameiras** o mastro subia ao ar atado à forquilha e o sol poisava lá em cima, nas cavilhas da ponta, brilhando como uma estrela de muitos gumes.» In *Olá estorninho*
5. «Quando abriram o poço do **Fojo** encontraram lá três panelas cheias de moedas.» In *Uma estrela para a minha ternura*
6. «Sentei-me no muro do **jardim do correio**, encostei o passarinho morto à parede do meu coração e chorei...» In *Olá estorninho*
7. «No muro da **fonte das Moitas** estava um rancho de miúdos a cantar "Sola, sapato, rei, rainha".» In *Uma estrela para a minha ternura*
8. «A **varanda da má-língua**, mesmo em cima da rua, no caminho das marchas, está tão cheia de gente que parece uma pinha.» In *Uma estrela para a minha ternura*
9. «A **capela de S. Sebastião**, branca de cal e de neve era um grande torrão de açúcar plantado no largo do Rossio de Cima.» In *Olá estorninho*
10. «Ao fundo, antes da curva, olhou à esquerda a enorme **fábrica** cinzenta envolta em fumo denso e a resfolegar como uma locomotiva. » In *Uma estrela para a minha ternura*
11. «E até as pedras da calçada que subia para a **estação dos comboios**.» In *Uma estrela para a minha ternura*
12. «E se o dinheiro chegar, faremos duas ou três fontes nos terrenos mais alagadiços, onde deve haver água: nos sítios da Escosa, da **Raposeira** e da Fonte Sapeira.» In *Os miúdos da mata da Ucha*
13. «Passaram o sítio da figueira. Depois a **escola**.» In *Uma azenha entre juncos*
14. «A festa durou até tarde e terminou com uma grande fogueira de rosmaninhos verdes, que perfumou de repente todos os cantos sombrios do **Rossio de Baixo**...» In *Olá estorninho*
15. «Fui ao **Largo da Figueira do Leite**, mas não encontrei lá ninguém. Sentei-me no muro, debaixo da figueira.» In *Olá estorninho*
16. «Percorreram a **rua do Comércio**.» In *Uma azenha entre juncos*

Casa onde nasceu Maria Natália Miranda. Encontra-se localizada ao lado do "Ponto 9" .

**m)** tem início na Biblioteca José Adelino, sediada no quartel da Associação Humanitária dos tários de Canas de Senhorim **(1)**, e segue pela zona urbana do Paço **(2)**. Encaminha-se depois **3)**, Lameiras **(4)**, Fojo **(5)**, jardim dos correios **(6)**, fonte das Moitas **(7)**, "varanda da má-língua" **(8)** ebastião **(9)**. Continuando, chegará a um ponto de observação da antiga fábrica **(10)**, seguindo-se ninhos de ferro **(11)**. No regresso ao centro urbano de Canas de Senhorim, passará pela Raposeira ossio de Baixo **(14)**, largo da Figueira do Leite **(15)**. Daqui, irá percorrer a rua do Comércio **(16)** em de partida.

Canas de Senhorim eis-me de volta
por vielas arestas e maninhos
Procuro-te por todos os caminhos
de olhar poisado e coração à solta

(...)

Maria Natália Miranda
Primeiro soneto para Canas de Senhorim, Estrofe 1
In. *Os Poetas da Tertúlia Rio de Prata*, 2008

**órias Canenses**

" pretende dar a conhecer na obra de Maria Natália histórica e cultural desta

com pequenas incursões or norma, mantêm viva a

orim e fique a conhecer as e memórias de infância. entre desporto e cultura, ão da escritora e poetisa nencionar. pessoal – é também um **e Senhorim**.

### Uma Biografia

A **28 de março de 1925**, nasceu Maria Natália Miranda em Canas de Senhorim. Professora, poetisa, crítica literária e autora de literatura infantojuvenil deixou-nos, através da sua obra diversa e intemporal, um legado que urge dignificar, preservar e divulgar.
Repartiu a sua vida entre Canas de Senhorim e Sacavém (1925-2018). Escreveu mais de 70 obras nas áreas da poesia, infantojuvenil e pedagogia, que lhe valeram cerca de 400 prémios literários no país e estrangeiro, entre eles o **Prémio Trovador da Língua Portuguesa**, atribuído pela Comunidade dos Países de Língua Portuguesa (CPLP) em 1981. Muitos dos seus versos tornaram-se canções gravadas em disco, entre as quais as músicas de marchas de Lisboa, Porto e Canas de Senhorim, algumas delas premiadas: "Pingo de Sol", 1.º Prémio Grande Marcha de Lisboa em 1971; "Cravo Rubro", 1.º Prémio das Marchas Populares de São João no Porto em 1973; "Já Lisboa Cheira a Cravos", 1.º Prémio das Marchas de Lisboa em 1977; a "Gota de Água", 2.º Prémio das Marchas de Lisboa em 1979; "Lisboa, meu Cais de Esperança", 1.º Prémio das Marchas de Lisboa em 1982.
As suas «palavras de sol» envolvem-nos calorosamente num tom poético.

Minas da Urgeiriça, lugar referido por Maria Natália Miranda.

### Traços do Passado

O território atual da freguesia de **Canas de Senhorim** revela testemunhos de um passado longínquo e singular. Como provam os **vestígios arqueológicos**, por aqui passaram comunidades da **pré-história recente**, adoraram-se deuses indígenas entre os **Romanos** e abriram-se sepulturas na rocha durante o período **medieval**. Nesta linha do tempo, para além dos vestígios materiais, surgem depois os documentos históricos.
A mais antiga referência escrita a Canas de Senhorim data de **1155**. Posteriormente, outras fontes documentais do século XII revelam a sua importância histórica ao nível local e regional, reflexo da estreita ligação estabelecida com o **cabido da Sé de Viseu**. São exemplos os textos de **1186** que celebram a venda de propriedades desta vila a D. João Pires, então Bispo de Viseu, e de **1196** onde, durante o reinado de D. Sancho I, o próprio Cabido da Sé de Viseu participa na concessão da Carta de Foral. Já em **1514**, D. Manuel I outorga outra carta de Foral, documento que mantém Canas de Senhorim como concelho até à sua extinção em **1852**.
Para além da singularidade patrimonial, resultado do seu passado histórico, a vila de Canas de Senhorim é igualmente conhecida pela realização de dois grandes eventos que atraem milhares de visitantes ao concelho de Nelas: o **Carnaval** e a **feira medieval**.

**presta a sua humilde mas tão sentida**
**nalidades, a escritora Maria Natália**
**itária dos Bombeiros Voluntários de**

contou com o apoio do Município de

**Código de Conduta**

Seguir apenas pelo percurso definido
Evitar fazer ruídos desnecessários
Caso se verifique, observar a fauna e flora sem perturbar
Não deixar lixo ou outros vestígios na sua passagem
Não recolher amostras de plantas ou rochas
Ser afável com as pessoas que encontre no local

**Contactos Úteis**

Centro de Saúde: (+351) 232 671 150
GNR: (+351) 232 671 261
Bombeiros: (+351) 232 671 272
Farmácia Monteiro: (+351) 232 671 220
Farmácia Pelourinho: (+351) 232 671 210
Junta de Freguesia de Canas de Senhorim: (+351) 232 671 491

SOS: 112

Onde comer

Onde ficar

PROMOTOR

APOIO NA PROJEÇÃO E EXECUÇÃO

MUNICÍPIO NELAS CORAÇÃO DO DÃO

A escrita de Maria Natália Miranda não é apenas um testemunho pessoal – é também um tributo coletivo, um gesto de preservação da memória de Canas de Senhorim.

O percurso (6,2 km) tem início na Biblioteca José Adelino, sediada no quartel da Associação Humanitária dos Bombeiros Voluntários de Canas de Senhorim (1), e segue pela zona urbana do Paço (2). Encaminha-se depois para a Urgeiriça (3), Lameiras (4), Fojo (5), Jardim dos correios (6), Fonte das Moitas (7), "Varanda da má-língua" (8) e Vapela de São Sebastião (9). Continuando, chegará a um ponto de observação da antiga Fábrica (10), seguindo-se a Estação dos Caminhos de Ferro (11). No regresso ao centro urbano de Canas de Senhorim, passará pela Raposeira (12), Escola (13), Rossio de Baixo (14), Largo da Figueira do Leite (15). Daqui, irá percorrer a Rua do Comércio (16) em direção ao ponto de partida. ●

# Inefável

Uma obra de
Diego Fernando Montoya

## PROJECTO DE CRIAÇÃO

"Inefável" propõe duas linhas temáticas de pesquisa e criação: por um lado, explora a representação do medo. O medo arquetípico de deixar de ser, de ser mutilado, do desconhecido, das forças inefáveis do poder. Por outro lado, aborda o fenómeno do desaparecimento como instrumento ao serviço do terror e como um estado de ser indefinível. Do ponto de vista formal, pretendemos gerar uma experiência entre a obra e o espectador através de um artefacto poético que dialoga com a realidade, revelando os fios que movem o medo e as implicações do desaparecimento numa família. Tudo isto é abordado através de símbolos e códigos cénicos, criando um dispositivo limítrofe e interdisciplinar que coloca em diálogo o teatro experimental e a performance com o cinema e o som.

## SINOPSE

Uma família está reunida na sala da sua casa. Há um clima de tensa tranquilidade. Um desconhecido observa o exterior. O pai conta o que julga lembrar-se do que falou à mulher, do que sentiu e viveu; o que falou ao filho ou o que julga lembrar-se do seu diálogo com ele. O telefone toca e chega uma carta: são sinais de alguém (ou algo?) que os vigia e ameaça. O pai desaparece, mas antes de o fazer, despede-se, consciente de que não regressará. A mãe e o filho tentam agarrar-se às lembranças do pai, memórias desvanecidas que dão a sensação de nunca terem ocorrido. Exilam-se, vagueando por uma floresta, um território enevoado onde encontram vestígios do pai, mas as pistas confundem e aumentam a incerteza. Por um breve instante, o filho desaparece e, ao regressar, traz notícias do futuro: a mãe será degolada e ele também estará morto. Ao voltarem para casa, é a mãe quem desapareceu. O pai e o filho recordam obsessivamente a esposa-mãe desaparecida. Os acontecimentos repetem-se, mais ou menos da mesma maneira: sabem que alguém os vigia e que seguirão o mesmo caminho dela. A televisão, uma chamada telefónica e uma carta dão pistas sobre o paradeiro da mulher, mas as pistas voltam a confundir e a aprofundar o desespero. Fica evidente a fragilidade de uma família que não sabe se é vítima ou testemunha, se vai desaparecer ou se é apenas a memória dos que já desapareceram.

TOYA
PORTUGAL
COLOMBIA
ITALIA

# Dia Um

**Andreia Esteves**

Andreia Esteves é escritora e formadora. O seu trabalho já apareceu na Revista Pessoa, POPSUGAR, Greatist e SAPO24, entre outras publicações. É autora dos contos Bar da Aldeia na Penumbra (Edições Húmus, 2022) e Excursão Têxtil (Amora Livros, 2023). Em 2022, foi seleccionada para a Mostra Nacional de Jovens Criadores na categoria de literatura com O Forno: Histórias de Desejos Culinário. Esteve em residência na Fundação Lapa do Lobo em Outubro de 2024.

I

Ter algo a crescer dentro de ti deve ser desconfortável. Pensas, mas não o dizes. Afinal, não se trata de um cancro, ou de um vírus. Ela tem um bebé dentro da barriga. E a mana chora, mamã? Não, querida, ela está muito feliz. Sentiste? Deu um pontapé. Vai ser jogadora de futebol, esta. Ela olha para ti com uma expressão que esconde medo, ou talvez não haja medo nenhum. És só tu a procurar algo que desfaça este quadro familiar perfeito.

II

Vómitos, tonturas, pés inchados, borbulhas que aparecem do nada. E em breve berços e birras e jogos de futebol a ocupar todos os fins-de-semana, todos os momentos em que podias estar com ela. Sabes que tens de fazer a tua parte. Aparecer no chá do bebé, sorrir, fazer conversa. Há dezenas de prendas acumuladas e uma Francisca muito barriguda afundada no sofá. A colapsar com tanto amor, tanta alegria, tanta oferta material. O que é ser tão amada assim? Alguma vez conhecerás esse afeto? O que tiveste é uma leve carícia comparada à violência deste sentimento. Ela entrega lembranças a cada uma. Não precisa que a ajudes com a casa, agora tem alguém que trata disso. O Afonso fica ao lado, na ombreira da porta, a ver-te ir embora. São outra vez um postal, um quadro bonito. Uma fotografia que queres emoldurar.

III

Os terrores nocturnos estão fora do controlo humano, por isso pouco importa o que repetes em voz alta, antes de adormecer. O espetáculo que encenam hoje inclui alguns temas clássicos: *vais ficar sozinha para sempre, eles já não querem saber de ti e ainda agora é uma boa altura para calculares a tua reforma*. Ligas a luz e o teto continua branco, ou a cor que os tetos costumam ter. Viras-te para o lado. Não há ninguém a acotovelar-te, por isso podes ocupar o espaço que quiseres. Acabas de barriga para baixo, estendida. Apagas a luz e ficas a repetir a ti própria a lengalenga do costume, a que antes ajudava a adormecer. *Eu sou uma boa amiga, eu sou uma boa amiga, eu sou uma boa amiga.*

## IV

Conta-te que é bom tocar música clássica para o bebé, ela que nunca quis saber de música clássica.Diz que os faz mais inteligentes, sabes? Tu acenas com a cabeça. Tornou-se monotemática e não a julgas. A criança que cresce lá dentro é vampírica por defeito. Suga-lhe tudo, ao ponto de ela começar a comer pelo dobro. Tem a cara meio amarela hoje, mas as unhas arranjadas. Antes, ela não sabia onde ir arranjar as unhas, ou cortar o cabelo. Estava habituada à vida da cidade, à vossa vida. Duas amigas à solta na capital. Jovens, livres. A procura por um novo emprego, um novo namorado, um novo apartamento era constante, entusiasmante, conjunta.

## V

Os hospitais são e não são como nos filmes. Por um lado, todos iguais. Brancos, desprovidos de decoração. Apenas uma maca aqui, uma cadeira acolá. Por outro, completamente diferentes. Não há cá irromper por salas adentro fora do horário de visitas. Há longas esperas, isso sim. Na maternidade, a enfermeira agradece-te, mas avisa que não vale a pena trazeres flores. Não faz muito bem à mamã e depois o cheiro nunca mais sai.

## VI

Desde que voltou para casa, começaram a tropeçar no nome. Ela já não se chama Francisca. Agora é a mamã isto, a mamã aquilo. A mamã que carrega todos os dias o bebé ao colo, a mamã que empurra o carrinho, a mamã que conta uma história. A mamã que está cansada, furiosa, deprimida, feliz. A mamã que embala o bebé até ao sono chegar.

## VII

De certeza que chegas bem a casa? Respondes que sim, claro. Levantas-te devagarinho. As meninas adormeceram no sofá e ela cobre-as com uma manta e dois beijos. Agradece-te por teres vindo, por teres trazido comida, por não te importares de ficar aqui na passagem de ano. Vai contigo até à rua e encosta a porta atrás de si. O céu ainda tem estrelas e ela olha para cima. Disseste-me, é só começar a contar outra vez, lembras-te? Tu lembras-te. Foi no ano em que ela fez 30 e achou que a vida ia acabar. Num restaurante apinhado, contaste-lhe a teoria dos dias um. Por mais que envelheças, podes sempre voltar ao início. Hã? Sim, voltas ao início, porque há sempre outro dia um a chegar. Pensa bem. É só começar a contar outra vez.

## VIII

À falta de prole, a tua atenção é direccionada para o trabalho e para os filhos dos outros, ou melhor, para a tua carreira e para as filhas dela. Imaginas como será deitar num frasco de doce todos estes momentos. Rodar a tampa e deixá-los lá, sem ventilação. O *manda-me mensagem quando chegares a casa, sim?* O *olha, vi isto e achei que podia fazer falta.* O *divirtam-se!* entusiasmado enquanto ficas a tomar conta das miúdas. As conversas ao telefone, as viagens de carro, os vestidos pretos de cocktail e os de funeral. Os silêncios.

## IX

Mamã, dança comigo também! Pronto, pronto, uma de cada vez. Saltam-lhe as duas para cima e ela volta-se para ti com aquele ar de *por favor, salva-me*. Sorris. Estas crianças foram formas escuras numa fotografia a preto e branco guardadas no útero da mãe. Foram descansar-lhe no peito. Aprenderam a gatinhar, a caminhar, a dizer palavras feias, a comer legumes e a pedir desculpa. Esta mulher que vês a dançar, foi a menina que brincou contigo às escondidas, que resvalou no asfalto, que perguntou à professora se o Pai Natal existia. Esta mulher que vês a dançar tem um marido e duas filhas. Ela nunca mais vai estar sozinha. ●

Fotografía: DR

Fotografias: DR

# Conversa

com Carlos Torres

Antes da hora combinada, Carlos Torres já me aguardava no seu gabinete, nas águas-furtadas do edifício-sede da Fundação Lapa do Lobo. É a sua "torre de marfim", revela. Sendo uma pessoa muito sociável, confessa que precisa de momentos com ele próprio, porque gosta de trabalhar em paz.

Há mais de 15 anos que o trajeto Lisboa-Lapa do Lobo-Lisboa se faz com uma frequência quase semanal. Aproveita os fim-de-semana para descansar. Com a vida profissional ainda sediada em Lisboa, trabalha pouco na Fundação Lapa do Lobo. Provavelmente, se trabalhasse no dia-a-dia na Fundação, preferia estar mais perto dos colaboradores, pois também gosta de sentir atividade e movimento à sua volta. Contudo, sente-se bem no seu espaço, onde começámos por conversar sobre a Fundação Lapa do Lobo, mas rapidamente o assunto mudou para a vida pessoal, familiar e social. Uma viagem pelo tempo, onde conhecemos com mais pormenor o Carlos Torres que vive para além da figura de Presidente do Conselho de Administração da Fundação Lapa do Lobo.

**15 ANOS DE FUNDAÇÃO LAPA DO LOBO. PASSOU RÁPIDO.**

Sim. Em boa verdade, são 18. O que nós estamos a festejar é, no fundo, a inauguração do edifício-sede, pois foi a partir daí que a Fundação começou a ter visibilidade. Oficialmente, em termos de constituição, a Fundação nasce em 2007.

**NESTE CONTEXTO, A MAIORIA DAS PESSOAS TRATA-O POR DR. CARLOS, PRESIDENTE DA FUNDAÇÃO LAPA DO LOBO. MAS HÁ PESSOAS QUE CONHECEM O CARLOS, OUTRAS O FRITZ, OUTRAS AINDA O CAMANÉ, COMO O FADISTA.**

Como o fadista, exatamente.

**COM QUAL DOS NOMES SE SENTE MAIS IGUAL A SI PRÓPRIO?**

Não sei. Não posso dizer com qual me sinto mais identificado. Todos esses nomes têm uma história. É um reflexo de eu ser eminentemente social e ter um espaço de convivência muito diversificado. Camané é porque me chamo Carlos Manuel. É o nome que a minha irmã mais velha, em pequenina, me pôs. Ela não conseguia dizer Carlos Manuel, dizia Camané. A partir daí, na minha família original, fico conhecido por Camané.

**E FRITZ?**

O Fritz é uma longa e curiosa história. Quando fui para Lisboa, eu tinha namoro com uma rapariga que conheci na Praia da Torreira. Como eu vivia em Estarreja, era, nesse tempo, onde passava férias. Mas temos de ir mais atrás no tempo. Ora, eu aprendi alemão no sétimo ano, porque, antes, quando se escolhia direito, ninguém percebe porquê, tínhamos de ter alemão no sexto e sétimo anos. Eu tive uma professora extraordinária de alemão. O que é certo é que, ao fim de dois anos, eu falava bem alemão. E conheci essa rapariga num dia em que chegou um grupo de campistas alemães à praia da Torreira, que não tinha orientações nenhumas. Queriam informações e calhou começarem a falar comigo. Toda a gente se espantou por eu falar muito bem alemão. Até porque, na véspera, eu tinha feito o meu exame, onde tinha tirado 16. Essa rapariga, por graça, começou-me a chamar Fritz. Depois, quando eu fui para Lisboa, para a faculdade, comecei o namoro com ela e ela continuou a chamar-me Fritz. Ora bem, há todo um ambiente social de Lisboa, que veio através dessa namorada, que me trata por Fritz. Entretanto, esse namoro acabou e eu, mais tarde, começo o namoro com a minha atual mulher, que era amiga de alguém que me tratava por Fritz. E, portanto, também me trata por Fritz. E toda a família da minha mulher trata-me por Fritz.

**E, POR ÚLTIMO, CARLOS?**

Bom... sou o Carlos porque me chamo Carlos Manuel. Ou seja, eu não sou um Fernando Pessoa, com heterónimos e identidades diferentes. Como eu disse, tudo tem uma história e isto corresponde a situações diversas da minha convivência e ambiência social.

**O DR. CARLOS PREFERE TRATAR AS PESSOAS COM MAIS INFORMALIDADE.**

Eu sou muito informal. Enfim, nisso a língua portuguesa é um pouco complicada. Invejo, nesse aspeto, o inglês, em que o outro é sempre o you. Seja a rainha, seja o rei, seja um empregado doméstico. A outra pessoa é sempre o you. Nas línguas latinas, isto não é bem assim. E eu, por mim, de facto, trataria toda a gente por tu. E não me importa nada que me tratem por tu. Até porque não é esse tratamento que define o respeito que as pessoas merecem.

**NO ANO 15º ANIVERSÁRIO DA FUNDAÇÃO, O DR. CARLOS CELEBRA 70 ANOS DE IDADE.**

O cavalheiro escusava de lembrar isso.

**NÃO SE NOTA. ESTÁ MUITO BEM. MAS É UM MARCO.**

Também é um marco importante, sim.

**CONTOU HÁ POUCO QUE VIVIA EM ESTARREJA. FOI ONDE NASCEU?**

Sim, mas a minha vivência em Estarreja dá-se devido à profissão do meu pai, porque não há nenhuma tradição familiar em Estarreja. O meu pai era engenheiro eletroquímico e, portanto, quando se formou, vivia em Lisboa, era lisboeta. Procurou emprego e arranjou em Estarreja, que, na altura, era a capital da indústria química do Norte. Portanto, os meus pais casaram e foram viver para Estarreja, porque foi ali que o meu pai arranjou o emprego. Nós, os cinco filhos, nascemos em Estarreja. Portanto, repito, não há nenhuma ancestralidade em Estarreja. Depois, mais tarde, enfim, com as vicissitudes da vida, saímos de lá. A minha mãe morreu muito cedo, tinha eu 15 anos, e a permanência em Estarreja começou a ser um pouco dolorosa para o meu pai, que, de facto, ficou numa situação muito depressiva com a sua viuvez. Acabámos por vender a casa de Estarreja, que eu ainda hoje tenho pena que não tenha ficado na esfera da família. Mas foi uma decisão acertada dos cinco filhos. Tínhamos de vender a casa e tirar o meu pai de lá. Hoje, já não há nada que me ligue a Estarreja.

**LISBOA FOI O DESTINO.**

Terminei o sétimo ano, o último do secundário, no Liceu de Aveiro, cidade que me deixa muitíssimas boas recordações, e fui para Lisboa, sim, para a faculdade,

aos 18 anos.

**FOI SOZINHO?**

Fui sozinho para a casa dos meus avós, porque os meus avós da Lapa do Lobo, nessa altura, ainda viviam em Lisboa. Repartiam o seu tempo. Digamos que no inverno viviam em Lisboa, depois, no verão, mudavam-se para a sua casa na Lapa do Lobo. Tudo indicaria que seria mais lógico eu estudar em Coimbra, uma vez que fui para Direito. Mas, para mim, ir para Lisboa foi muito mais barato, porque fui para a casa dos avós.

**COMEÇA AÍ A LIGAÇÃO COM A SUA AVÓ MARIA JOSÉ CUNHA, QUE TODOS CONHECEMOS.**

Sim. A minha mãe morreu, como disse, muito cedo. E essa minha avó, que era uma pessoa muito afetiva, ocupou um pouco o espaço da nossa mãe. Sobretudo, no meu caso, porque eu até fui viver com eles. Foi, de facto, uma segunda mãe que eu tive e que me deixou marcas profundíssimas.

**TEM ALGUMA MEMÓRIA ESPECIAL DA SUA AVÓ, QUE TRAZ CONSIGO COMO UMA LIÇÃO PARA A VIDA?**

Tenho muitas. A minha avó era uma pessoa de uma generosidade imensa. Aliás, como era a minha mãe também. E era uma avó muito querida. Aos 19 anos, resolvi empregar-me e estudava à noite. Trabalhava de dia, estudava à noite. Muitas vezes, quando chegava da faculdade, ainda me punha a estudar. A minha avó, sempre que me via estudar à noite, entrava no meu quarto com uma sandes de queijo da serra. É daquelas coisas que não esquece. Às vezes queijo da serra outras vezes presunto. Isto são imagens que ficam, que não esquecem. Era o feitio dela. Eu dizia-lhe que tinha vindo da faculdade e que não queria comer. Mas ela trazia-me sempre à noite uma sandes, repito, ou de queijo da serra ou de presunto. Tenho muitas recordações dela deste teor.

**NESSA ALTURA, COMO ESTAVA O SEU PAI?**

O meu pai foi um bom pai, até porque é um pai a quem tenho de prestar algumas homenagens, porque ficou viúvo aos 47 anos, com 5 filhos, tendo a mais velha 17 e o mais novo 7 anos. Não foi fácil para ele. O meu pai era uma pessoa muito pacata, pouco sociável, ao contrário da minha mãe. Mas eles tinham uma relação perfeita. O pior é que o meu pai entrou numa depressão profunda um ou dois anos depois da morte da minha mãe e nós, na altura, não percebemos isso, porque as depressões não eram diagnosticadas. Hoje são. É considerado uma doença com tratamento. Portanto, o meu pai, a partir de determinada altura, estava um pouco distante. Não por, digamos, menor ligação aos filhos, que ele tinha uma ligação fortíssima aos filhos, mas porque, de facto, era um homem muito metido consigo, num estado depressivo. Claro que o meu pai foi muito importante na minha infância, mas depois, na minha adolescência e, sobretudo, a partir da vinda para Lisboa, o meu pai estava distante. Fui eu que decidi vir para Lisboa, fui eu que falei com os meus avós, porque o meu pai, nessa altura, estava, um pouco, digamos...

**DEMITIDO.**

Demitido. É a expressão perfeita. Mas é um pai que eu admiro, até porque foi um excelente profissional e era, sobretudo, uma pessoa muito, muito séria. E depois sempre foi um pai curioso, uma pessoa que saía muito cedo para trabalhar. Nunca foi homem de café, nunca foi homem de sair à noite, nunca. Vivia para o trabalho e para a família.

**HERDOU DELE A AFEIÇÃO À FAMÍLIA E AO TRABALHO?**

Sim, sim.

**FALEMOS AGORA DOS FINS DE SEMANA E VERÕES NA LAPA. PERCEBO PELA CONVERSA QUE ACOMPANHAVA OS SEUS AVÓS QUANDO ELES VINHAM À LAPA DE LOBO.**

Nós passávamos aqui férias. Era sempre agosto na Praia da Figueira da Foz e no dia 30 de agosto, ou 1 de setembro, mudávamo-nos para a Lapa de Lobo, até aos inícios de outubro, que nessa altura as aulas só começavam no dia 7 de Outubro. Para nós era um mês absolutamente extraordinário, porque aqui andávamos à vontade, em roda livre. Nessa altura, havia mais pessoas que eram da Lapa, mas que viviam em Lisboa ou no Porto, que vinham também passar férias nessa altura à Beira Alta, com filhos. Nós tínhamos aqui um grupo muito grande durante as férias de Setembro. Depois, mais tarde, os meus avós, aos 70 e poucos anos, acabaram por se mudar definitivamente para a Lapa do Lobo, abandonando a casa de Lisboa. Naturalmente, vínhamos visitá-los muitas vezes.

**TEM ALGUMA MEMÓRIA ESPECIAL DESSES TEMPOS.**

As memórias foram-se construindo. Mas lembro-me que era muito engraçado. Nós íamos sempre com grande excitação para a Lapa, porque era a minha mãe que guiava, isto até enquanto a minha mãe foi viva.

**ELA GUIAVA DE ESTARREJA ATÉ À LAPA**

**DO LOBO?**

O meu pai passava sempre as férias de verão, o seu mês de férias, connosco na Figueira da Foz. Para as férias da Lapa de Lobo era a grande viagem que fazíamos, com a minha mãe ao volante, de Estarreja até a Lapa de Lobo. Hoje são 120 km, mas naquele tempo era uma grande viagem que fazíamos com a minha mãe ao volante. Parávamos sempre no Buçaco para fazer um piquenique e lá vínhamos todos contentes e excitados até a Lapa de Lobo. Nesse mês, o meu pai só vinha passar os fins de semana à Lapa.

**E QUE LAPA DO LOBO ENCONTRAVA? CALCULO QUE SERIA UMA ALDEIA POBRE.**

Não era uma aldeia pobre. Era uma aldeia paupérrima. As pessoas eram muito pobres, vivendo em condições muito más, muito básicas. Eu acho que nessa altura se contavam pelos dedos da mão as casas de banho que havia na aldeia. Depois, é evidente que, na década de 70, pelo menos que eu tenha consciência porque se calhar começou mais cedo, começou a demandada da emigração para a França e para a Alemanha.

**QUAL ERA A SUA RELAÇÃO COM AS PESSOAS DA ALDEIA?**

Sempre tive uma boa relação com as pessoas da aldeia, até porque eu, por feitio, não sou elitista. Mas confesso que me metia impressão os amigos com que eu brincava na aldeia estarem descalços e, enfim, viverem em condições que não tinha nada a ver com as minhas. Isso era algo que me afligia. Mas isso já era algo que me afligia em Estarreja, porque apesar do distrito de Aveiro ser na altura considerado um dos distritos mais desenvolvidos do país, eu tinha colegas na escola que passavam muito frio e fome. Isso sempre me afligiu muito. E tenho de dizer isto: sempre me afligiu muito ser tratado de maneira diferente, por ser o filho do engenheiro e, portanto, ter um tratamento diferente. Isso incomodava-me. Em vez de me dar prazer, incomodava-me.

**AS AMIZADES ERAM MAIS PURAS. BRINCAVAM TODOS JUNTOS?**

Tinha amigos aqui na Lapa do Lobo e fazia o que eles faziam. Íamos aos Tralhões, munidos de cochilos e costelos. Alguns deles tinham de trabalhar, mesmo em crianças, na agricultura e eu ia com eles malhar feijão e fazer vindima. Eu acompanhava os meus amigos naquilo que era o dia-a-dia deles.

**CONSEGUE NOMEAR ALGUNS AMIGOS DESSES TEMPOS?**

Claro. Os Irmãos Matias, por exemplo. Depois havia os manos Pinheiro. Era boa gente.

**AINDA MANTÉM CONTATOS REGULARES?**

Sim, mas as vidas tomaram caminhos diferentes, não é? Até porque desses, só um é que ainda mora na Lapa do Lobo. Os restantes já não.

**E TEVE ALGUMA PAIXÃO DE VERÃO, NA ALDEIA?**

Sim, tive uma paixão por uma rapariga, que não era de cá, mas que vinha cá passar férias.

**DEPOIS DO LICEU, FREQUENTOU A FACULDADE DE DIREITO, EM LISBOA. ERA BOM ALUNO?**

Na faculdade sempre fui um aluno mediano. Como eu disse, no segundo ano da faculdade passei para o curso noturno e, portanto, não era muito fácil conciliar com o emprego durante o dia. Arranjei um emprego numa empresa inglesa em Lisboa, ligada ao setor automóvel. E, portanto, não sobrava muito tempo para estudar. De dia trabalhava, à noite ia para as aulas. Fiz muitas cadeiras como aluno extraordinário, isto quer dizer que não assistia às aulas e propunha-me a exame.

**GOSTOU DO CURSO?**

Gostei muito do curso de Direito, mas deixa-me dizer-te que a minha adaptação a Lisboa não foi fácil. Fui para Lisboa, tinha acabado de fazer 18 anos, porque eu acabei o 7º ano com 17 anos. Não foi fácil, porque houve o confronto com a grande cidade. Eu vivia em Estarreja e, como tal, não tinha amigos. A não ser a tal rapariga com quem eu depois comecei o namoro. Foi ela quem me abriu, de facto, as portas para um certo ambiente social de Lisboa. Não foi fácil. Lembro-me que aproveitava todas as boleias para passar o fim de semana a Estarreja. Era lá que eu tinha os meus amigos. Não foi fácil. Mas isso durou um ano. Ao fim de um ano, Lisboa começou a tomar conta, inexoravelmente, de mim.

**ERA COMPLICADO SER TRABALHADOR-ESTUDANTE? COM QUE IDADE COMEÇOU A TRABALHAR?**

Empreguei-me aos 19 anos, numa filial de uma multinacional inglesa.

**E NUNCA PENSOU ABANDONAR A FACULDADE? OU SEMPRE QUIS SER JURISTA?**

O curso de Direito foi a minha escolha. A minha história é muito engraçada, porque eu sempre fui humanista.Tive um pai que era 100% engenheiro e eu nunca fui nem engenheiro nem engenhocas. E houve uma altura da minha vida em que a minha opção universitária era tirar Românicas. Hoje não se chama assim, mas era um curso sobretudo de literatura, de francês e português. Mas depois havia aquela pressão familiar.

Mas o que é que um homem vai fazer com um curso de Românicas? Vai para professor de liceu? Aqueles preconceitos que na altura existiam. Portanto, eu escolhi o Direito por ser, no fundo, o único curso humanista que seria suposto um rapaz tirar. O que é certo é que eu adorei o curso de Direito. E gostei muito mesmo. Só que, como estava numa empresa inglesa e os ingleses nunca ligaram muito à idade, fui subindo muito depressa na empresa. Gostava também muito do que fazia. Houve uma altura, a meio do curso, que me passou pela cabeça, estupidamente, desistir do curso. Percebi que a minha vida estava a tomar um rumo mais ligado à gestão, à gestão empresarial, passou-me pela cabeça deixar de estudar. Devo o facto de não ter saído do curso à minha avó Zé que dizia: "filho, o maior desgosto que tu me podes dar é deixares de estudar". Hoje tenho a noção que acabei o curso por causa dela.

## ENTRETANTO, TERMINOU O CURSO, MAS NÃO TROCA A GESTÃO PELO DIREITO?

Não. Na altura, o curso de Direito era complicado porque tínhamos de fazer estágio de um ano não remunerado. Eu, nessa altura, não me podia dar ao luxo de estar um ano sem receber salário. Era incompatível fazer o estágio com o emprego que tinha. Entretanto, recebo um convite para dar aulas na faculdade de direito no curso noturno. Isso já me permitia conciliar com o emprego que tinha. Dei aulas durante 6 anos de Direito Financeiro. Gostei muito da experiência e tive muita pena de abandonar, mas no fundo era uma atividade acessória. Para prosseguir tinha de fazer um percurso académico, o Doutoramento, que já era incompatível com a minha vida profissional.

## TEM ALGUMA HISTÓRIA MAIS CURIOSA COMO PROFESSOR UNIVERSITÁRIO?

Tenho uma história engraçada de um dia estar a corrigir um ponto, de uma aluna. Eu não os conhecia. Olhando para o nome não identificava, porque eu cheguei a ter turmas de 120 alunos. Começo a ler o ponto e aquilo estava tudo impecável. Eu só pensava que já tinha lido aquilo em qualquer lado. Vou buscar o livro de Direito Financeiro do professor Sousa Franco, que era o livro base dessa cadeira, e aquilo estava ipsis verbis. Tal e qual. Pensei no que poderia fazer. Não podia reprová-la porque eu não a tinha visto copiar. Ela, no limite, podia sempre dizer sabia a matéria de cor e salteado. De maneira que lhe dei a nota mínima para ir à oral, que era um 7. Ela depois tinha que no mínimo ter um 13 na oral, para passar. No dia, ela senta-se à minha frente, assim toda fresca, toda gira, e eu pergunto-lhe: "A senhora sabe por que lhe dei um 7? Ela respondeu: "Sei perfeitamente, porque eu copiei o ponto". Eu disse-lhe de volta: "A senhora começou muito bem o seu exame, porque assim vou-lhe fazer a oral sem reserva mental". Ela percebeu perfeitamente que, com aquilo que tinha escrito, não podia ter apenas 7 e assumiu. Se não tivesse assumido, eu tinha-a reprovado, porque numa oral, um professor, se quiser, pode sempre reprovar o aluno. Mas, no caso, ela fez uma excelente prova.

Outra história curiosa. Eu dividia a correção dos pontos com dois colegas. A dada altura, calham-me dois pontos igualzinhos. Eles tiveram azar, pois podia ter ido parar um ao meu colega e outro a mim. Um tinha copiado pelo outro. Chamei os dois rapazes, disse que tinha dois pontos iguais e que precisava saber quem é que copiou por quem. Responderam que tinham combinado entre eles não dizer. Assim, tinha de chumbar os dois eu não achava justo. Disse: "Se há um que copiou por outro não é justo, mesmo entre vocês. Pelos vistos une-vos uma grande amizade, mas não é justo que um de vocês seja prejudicado". Responderam que tinha sido um pacto entre eles. E eu só pensava "Meu Deus, o que é que eu faço?" Disse-lhes "Bem... eu vou fazer aquilo que não devia. Vocês amanhã apareçam e vamos fazer um novo ponto".

## COMO COMEÇOU A SUA AVENTURA NA RESUL?

A história é engraçada. Quando ainda estava nessa empresa inglesa ligada ao setor automóvel, havia um fornecedor de uma fábrica de Braga que me começou a namorar para eu ir chefiar o Departamento de Importação de matéria-prima e Exportação de produto acabado. Essa fábrica nunca tinha importado um grama de qualquer matéria-prima. Comprava no mercado a armazenistas locais e nunca tinha exportado um produto. Eu exportava material elétrico, equipamentos, ligadores, pinças de amarração de cabo, pinças de suspensão, mas não fazia nenhuma ideia do que era aquilo. Mas o senhor começou a namorar-me, a dizer que eu era a pessoa indicada para ir criar o tal Departamento. Eu sempre a dizer que não. Até que um dia lhe disse que não fazia sentido nenhum porque eu não queria ir trabalhar para a Braga, porque a fábrica era em Braga. Ele respondeu que não havia problema, porque até fazia sentido que a ligação internacional da empresa fosse em Lisboa. Começou a diminuir a margem de manobra. Até que um dia decidi livrar-me disso e fui almoçar com o senhor. Para tu veres, eu ganhava, tenho de falar em moeda antiga, 17 contos por mês. Na altura, já era considerado um belíssimo ordenado. Eu não queria mesmo aceitar aquilo. Vou almoçar com ele e disse-lhe que não podia aceitar porque o senhor tinha de me pagar um ordenado muito alto para eu aceitar o emprego. Ele pergunta quanto quero ganhar. Eu ganhava 17 contos e digo: "não poderia pagar-me menos de 45 contos", ao que ele respon-

Fotografia: Fotomania

de "Oh homem, brutos ou líquidos?" E eu aí respondi "Líquidos". "Então vamos", disse ele, "não lhe posso pagar menos do que isso". Fiquei completamente encostado à parede. Aceitei e foi, talvez, um dos maiores desafios da minha vida. Eu tinha 26 anos, foi um ano depois de casar. De repente, vi-me a negociar chapa de cobre, tubo de cobre, lingote de alumínio para fundição, chapa bimetálica e a tentar exportar uns produtos que eu nem sabia o que eram.

Foi um desafio muito interessante. Valeu-me, na altura, falar muito bem francês, porque a mãe do meu pai era francesa. Na altura, tudo o que tinha que ver com eletricidade exterior, tinha muito que ver com França, porque tinha acabado de nascer a EDP que era uma cópia fiel da EDF. Isso permitiu-me muitos contactos em França. O que é certo é que as coisas correram bem. Passado um ano, a empresa estava a exportar. Nunca tinha exportado e eu estava a negociar toda a importação da matéria-prima, com vantagens para a fábrica, porque de facto ficava muito mais barato.

**FOI UMA ESCOLHA FELIZ.**

Eu vivia feliz, com o patrão a 300 km de distância, com um belíssimo ordenado, gostando muito do que estava a fazer. Até que o patrão tem um AVC e fica claramente diminuído e inutilizado. Aquilo foi uma desgraça, porque ele tinha dois filhos. Um filho que era um pateta e uma filha que não era. Mas à boa maneira do Norte de então, foi o filho que ficou à frente e não a filha. E o cavalheiro, num ano, deu cabo da empresa. Aí, foi um período muito difícil da minha vida, porque já era muito tarde para eu recuperar uma carreira de advogado.

**O QUE DECIDE FAZER?**

É aí que me torno, à força, empresário, com um capital social de cinco contos, que nem isso eu tinha. Cinco contos, hoje não sei qual seria a correspondência. Era capaz de ser qualquer coisa como mil euros. Nem esse eu tinha, porque, entretanto, tinha negociado em França uma representação francesa para a fábrica onde eu trabalhava, que era um produto que a fábrica não tinha capacidade de fabricar, uns ligadores muito especiais, que a EDP comprava. E, portanto, nós assumimo-nos como os representantes. E quando aquilo tudo começou a borregar, o francês, que por acaso foi uma pessoa muito minha amiga, disse-me: "Carlos, sai e leva a representação contigo, porque isto na sua fábrica acabou". Assim foi. Fui para casa, fiz umas contas, sabia quanto é que EDP comprava e tal. Lá criei uma empresa, aluguei uma sala em Lisboa e é assim que nasce a Resul.

**HOJE, UMA EMPRESA DE RECONHECIDO VALOR.**

Hoje a Resul é uma empresa com 27 funcionários. Ainda estamos ligados a uma fábrica de Braga, que, entretanto, nasceu. Mas aí não é uma empresa, é apenas uma ligação estatutária. E tenho mais 6 funcionários em Angola. Ou seja, eu hoje represento o universo de cerca de 33 pessoas. Mais o staff da Fundação, naturalmente.

**E ESTÁ FELIZ COM ISSO?**

Estou muito feliz com isso.

**FALOU HÁ POUCO DA VANTAGEM DE FALAR FRANCÊS. SEI QUE TAMBÉM DOMINA BEM O INGLÊS. E FALAVA BEM ALEMÃO...**

Já não falo alemão.

**MAS SABER OUTRA LÍNGUA, PARA ALÉM DA MATERNA, É ESSENCIAL.**

O inglês, hoje, é essencial. Aliás, atualmente, na minha empresa, não recruto ninguém que não saiba falar inglês. Porque é impossível, no mundo de hoje, globa-

Fotografia: Município Carregal do Sal

lizado, ainda por cima numa empresa que exporta muito. Acho que isso, hoje, já nem é quase expectável ou admissível que alguém nas vossas gerações não saiba inglês. Depois, se houver uma outra língua alternativa, ou espanhol, ou francês, ou alemão, bom, é uma mais-valia, não é? Porque hoje o falar inglês, para mim, não acho que seja mais-valia. É expectável, portanto. No meu caso, de facto, foi muito útil. No meu tempo, aprendia-se mais francês do que inglês no liceu. Mas eu tive, de facto, uma situação muito especial. A mãe do meu pai era francesa, e, portanto, sempre houve uma ligação muito forte à língua francesa.

**ISSO TAMBÉM FACILITOU A COMUNICAÇÃO NAS VIAGENS QUE FEZ, CERTAMENTE. AINDA CONTINUA A VIAJAR MUITO?**

De facto, uma das grandes paixões da minha vida sempre foi espreitar o mundo. Eu lembro-me que tive uma quarta classe, em pleno Estado Novo, como é óbvio, em que nos era vendido todo aquele fervor patriótico do mundo português e do império colonial português. Já, nessa altura, dizia que iria visitar todo o império colonial português. Claro que mais tarde, felizmente, ganhei consciência política do que era e o que significava o império colonial português. Mas nasceu aí a minha grande vontade e paixão, como eu digo, de espreitar o mundo. Uma das razões, para além do grande salto financeiro que dei, que me fez aceitar o tal emprego foi saber que me ia proporcionar viajar. De facto, isso continua a ser a grande paixão da minha vida. Hoje já não viajo tanto do ponto de vista profissional, porque já tenho uma equipa que o faz por mim.

**LEMBRA-SE, NÃO DA PRIMEIRA VIAGEM, MAS DA PRIMEIRA VIAGEM QUE O IMPRESSIONOU?**

A primeira viagem que me impressionou foi mesmo a primeira que eu fiz, que, imagina, foi à Argélia.

**PORQUÊ ARGÉLIA?**

Quando andava na faculdade, havia uma coisa chamada turismo estudantil, que vendia uma viagem de estudantes no verão à Argélia, muito barata. É estranho que o primeiro país que visitei, aliás, a primeira vez que andei de avião, foi à Argélia. Eu teria uns 22 anos. Depois, a primeira viagem profissional que fiz foi a Inglaterra. Viajava também muito para França. Houve uma altura, no meu emprego, em que ia 5 a 6 vezes a Paris, todos os anos. A primeira viagem intercontinental que fiz, e que me marcou, foi a Moçambique.

**E MARCOU PORQUÊ?**

Porque, para uma pessoa que só tinha experiência de viagem na Europa, é estranho chegar a um outro continente, completamente diferente, e veres as pessoas a falar português e não te sentires estrangeiro. Eu continuo a ter muitos negócios em todos os PALOP

e em todos eles continuo a não me sentir estrangeiro. O que não quer dizer que não respeite perfeitamente a sua soberania. Isso é uma sensação curiosa.

**SEI QUE TAMBÉM GOSTA DE CABO VERDE.**

Adoro Cabo Verde.

**SERIA O SEU SEGUNDO PAÍS?**

Provavelmente. Eu não sei responder a isso. Aliás, quando me perguntam para que onde iria eu viver se tivesse de sair de Portugal, não sei responder a isso porque eu gosto muito de viver em Portugal. Bom, mas qualquer motivo de força maior... Sim, Cabo Verde era capaz de ser opção. Cabo Verde era, de longe, a colónia portuguesa mais pobre e, talvez, a mais abandonada. Como eles dizem, eles nem água tinham. Salazar dizia até que Cabo Verde era um país inviável. Hoje é a única colónia portuguesa que apresenta significativos índices de desenvolvimento. A tal ponto que a ONU considera Cabo Verde um país com índice de desenvolvimento médio. Não quer dizer que não continue a ser um país pobre, mas que, em 40 anos de viagem para Cabo Verde, é extraordinário ver o quanto Cabo Verde mudou. E há razões para isso.

**HÁ ALGUM PAÍS QUE AINDA NÃO VISITOU E QUE GOSTASSE DE VISITAR?**

Sim. Há um que me falta visitar. Eu já visitei 124 países. Falta-me o Egito. Assim, no meu imaginário, falta-me o Egito, por toda a carga histórica do Egito. Eu quero imenso ir ao Museu do Cairo. Repara que grande parte das minhas viagens sempre tiveram que ver com viagens profissionais. Claro que eu depois aproveitava os fins de semana para ir aqui ou acolá, nas proximidades, ou para visitar melhor aquele país. Já visitei muita coisa, porque a empresa exporta para quarenta e tal países diferentes. Mas falta-me o Egipto.

**SEI QUE, ATUALMENTE, AS VIAGENS SÃO MAIS DE ÂMBITO FAMILIAR. É CASADO HÁ QUANTO TEMPO?**

Foi em 1980, há 45 anos.

**QUÃO IMPORTANTE É PARA SI A FAMÍLIA?**

Bastante. Eu continuo a acreditar que a família é a base da organização social. Claro que hoje as famílias mudaram muito. Os padrões de relacionamento familiar mudaram muito. Não são os mesmos de há 40 anos. Mas conseguimos manter uma grande união familiar. Enfim, os meus filhos seguiram caminhos profissionais diferentes do meu, mas, quando me perguntam se não ter nenhum filho na minha empresa não me causa desgosto, eu respondo que não me causa desgosto nenhum. Porque eu sempre achei que as minhas opções profissionais em determinada altura da minha vida não tinham de ser as dos meus filhos. Portanto, se eu me tornei empresário por opção, isso não condiciona as opções dos meus filhos. Portanto, isso não me incomoda nada. O que é certo é que acabámos por encontrar um ponto quase comum de interesse e de vivência, que é a Lapa do Lobo e a Fundação Lapa do Lobo.

**PARA ALÉM DE DOIS FILHOS, TEM DOIS NETOS. COMO É SER AVÔ?**

É uma experiência muito engraçada, é muito diferente de ter sido pai. Não tem nada a ver. É engraçado porque há pormenores que observo nos meus netos que já não me lembro de ter observado os meus filhos. Claro

Fotografia: Fotomania

que observei, mas já não me lembro. E é diferente porque eu, com os meus netos não estou preocupado em educá-los. Isso não é o meu papel, é o papel dos pais. E, portanto, é uma relação diferente. Ainda hoje de manhã, fomos para o Carregal do Sal e fizemos uma data de disparates. Comeram- chocolates, comeram gelados, comeram não sei o quê... Isto era coisa que nunca acontecia com os meus filhos.

**CONSIDERA-SE, POR CAUSA DAS VIAGENS QUE FEZ, DA DEDICAÇÃO AO TRABALHO, UM WORKAHOLIC?**

Não. Eu sempre trabalhei muito, mas, repito, por gosto. Claro que, às vezes, tu tens responsabilidades assumidas... Eu não sei responder a isso porque ainda não parei. Ainda não diminuí o meu volume de trabalho. Não sei quando acontecerá. Claro que eu já tenho uma equipa que faz aquilo que eu fiz. Por exemplo, fui eu que desbravei sozinho todos os mercados de exportação, no princípio da empresa. Hoje, tenho uma equipa de cinco elementos que viaja. Eu, muitas vezes, acompanho-os, mas é mais quando tenho de fazer a cobertura por cima. E não gosto muito da palavra workaholic, porque isso dá a ideia de que há uma adição. Não há nenhuma adição, mas eu ainda não parei.

**CONSIDERA QUE FOI UM PAI AUSENTE?**

Eu nunca fui um pai ausente. Apesar de toda esta vida, nunca fui um pai ausente. Por exemplo, nas férias, eu, religiosamente, passava um mês de férias com os meus filhos enquanto eles eram pequenos.

**JÁ O SEU PAI O FAZIA.**

Pois. Claro que nós passávamos férias num sítio não muito longe de Lisboa, que era a Praia da Areia Branca. Então era muito engraçado porque eu escolhia um dia, normalmente a quarta-feira, para ir a Lisboa, por volta das sete da manhã e regressava já na madrugada de quinta-feira. Ou seja, era fazer num dia o trabalho de uma semana. Mas, religiosamente, respeitava esse mês de férias com os meus filhos. Nunca fui um pai muito ausente. É evidente que nas viagens, sim, havia uma certa ausência, mas não foi demasiada. Na altura a minha mulher também viajava e eles nunca sentiram diferença entre ficar com o pai ou com a mãe. E eu não fazia viagens de meses. Eram ausências de uma semana, de dez dias, no máximo.

**E CONSEGUIA ESTAR EM CASA À NOITE PARA INVENTAR HISTÓRIAS AOS SEUS FILHOS.**

Sim, sim.

**DAS QUAIS RESULTARAM TRÊS LIVROS.**

Pois, podiam resultar mais. Eu acabei por publicar as histórias que eles mais gostavam.

**E QUANTAS HISTÓRIAS MAIS EXISTEM? NÃO TÊM VONTADE DE AS PUBLICAR?**

Existem mais, mas não sei. Eu já tenho outra escrita. Mas, sei lá, não acho que seja muito importante, porque aquelas histórias eram as que eles mais gostavam. Eu gostei muito de editar, até porque fica para a memória futura dos netos. Mas acho graça. Ainda há pouco tempo um jovem que eu conheci naquelas semanas de empreendedorismo e que, entretanto, casou e já tem dois filhos, mandou-me uma mensagem a dizer que a história do "Pelicano Beltrano" é a história preferida do filho.

**TEM TEMPO LIVRE? O QUE COSTUMA FAZER?**

Gosto muito de ler, sempre li muito. Hoje não leio tanto como gostaria. Não é por falta de tempo, é por uma questão de gestão de tempo. Depois, cultivo muito todas as ofertas culturais que Lisboa tem para oferecer, desde museus a exposições, mas sobretudo espetáculos, concertos. Eu cultivo muito isso.

**E CONSEGUE SEPARAR TRABALHO DE LAZER?**

Eu vou a essas ofertas culturais com a família e amigos. Prezo muito as amizades. Eu costumo dizer que os amigos são o sal da minha vida. Eu não conseguia viver sem amigos. Tenho amigos em diversos quadrantes, com qualidades diversas, e muitas vezes núcleos que não se misturam.

**QUAIS OS LIVROS QUE O MARCARAM?**

Olha, é engraçado, a minha filha sempre gostou muito de ler. O meu filho nasceu muito tarde para a leitura. Hoje adora ler. Um dia desafiou-me a oferecer-lhe os livros que me marcaram. Um pedido engraçado. E eu comecei por lhe dar "A Servidão Humana", de Somerset Maugham, que é um livro muito forte. Que ele adorou. Depois, dei-lhe um outro livro que eu adoro, que é "A Criação do Mun-

Fotografia: Fundação Lapa do Lobo

do", de Miguel Torga. Também não é um livro fácil, porque esse livro nem é um romance, nem é um diário, é muito mais... sei lá, um livro autobiográfico, mas que eu acho fantástico. Depois, claro, dei-lhe Eça de Queiroz, porque eu tenho uma paixão muito grande pelo Eça de Queiroz. Aliás, dou por mim a reler várias vezes o Eça de Queiroz. Eu acho que já li "Os Maias" umas cinco vezes. E cada vez que o leio, descubro pormenores que não tinha ainda reparado. E Ferreira de Castro. Eu adoro Ferreira de Castro. É um escritor que esteve várias vezes à beira de ganhar o Prémio Nobel. Continua a ser o escritor português mais traduzido em todo o mundo. Poucas pessoas sabem disto. "A Selva" é o livro português mais traduzido em todo o mundo. E hoje não se liga muito a Ferreira de Castro. Depois há o Aquilino Ribeiro, também.

## AINDA TEM MAIS PROJETOS OU SENTE QUE ESTÁ NA HORA DE PARAR?

Não, credo. Não. Cala-te. Eu sinto-me realizado, sim. Mas, como disse, não vou parar. Eu nem sei mesmo quando vou parar. Quando perguntam quando me vou reformar, reformar mesmo no sentido de ficar em casa, não sei responder a isso. Um dia terá de ser, como é óbvio. Por enquanto, acho que ainda estou perfeito para continuar. Sinto-me realizado, mas neste momento não vejo em que outro novo projeto é que me possa envolver. Sinto-me bem. Até porque o projeto Fundação Lapa do Lobo é um projeto muito variável. Eu diria que hoje a atividade da Fundação não tem nada a ver com a atividade de há 15 anos. É um projeto muito flexível, muito mutável. Vai mudando consoante os tempos e a evolução da sociedade. Eu dou sempre o exemplo do espaço cibernético, com 4 computadores, que estava sempre cheio de miúdos. Aliás, faziam fila para entrar. Hoje acabámos com isso, porque cada miúdo tem um computador na mão. Portanto, a Fundação não é um projeto estático.

## SE LHE PERGUNTAR COMO É QUE VÊ A FUNDAÇÃO DAQUI A 15 ANOS?

Não sei dizer.

## HÁ ALGUMA PERGUNTA QUE AINDA NÃO LHE FIZERAM E QUE GOSTASSE DE RESPONDER?

Não sei. Teria de pensar muito sobre isso. Não deixo assuntos a meio. Primeiro, porque sou uma pessoa muito tolerante. E eu, ainda agora, após os meus 70 anos, na minha vida, verdadeiramente, só me zanguei com duas pessoas. Ao longo destes anos todos e com motivos muito fortes para me ter zangado. Que têm a ver, sobretudo, com traição e com razões profissionais. Enfim, terei feito muitos erros, como todos nós fazemos, mas sinto-me bem.

## É UMA PESSOA QUE DORME BEM?

Eu durmo muito bem. E, atenção, ser empresário não é fácil. A minha avó, quando eu lhe disse que me ia estabelecer, que era assim que se dizia na altura, disse: "ó filho, uma vida de comerciante tem altos e baixos". Claro, para a minha avó, a palavra empresário ainda não entrava no seu léxico. A empresa tem tido altos e baixos. Ainda muito recentemente, 2018/2019, teve uma profunda crise, por razões, enfim, que escaparam ao nosso controlo e eu tive de voltar ao terreno com mais força. Mais uma vez, foi um desafio importante voltar a recuperar a empresa.

## QUE MAIS MOMENTOS MARCARAM A SUA VIDA?

Sem querer ser dramático, a morte da minha mãe foi

a data mais marcante da minha vida. Eu tinha 15 anos, foi uma morte súbita. Enfim, demorou tempo até assumir a verdade daquela realidade. Depois foi o 25 de Abril. E eu ainda hoje digo que o 25 de Abril foi o dia mais feliz da minha vida. Não só porque eu, tendo 19 anos, já tinha uma consciência política, já andava metido em Lisboa nas lutas estudantis, como porque sabia que isso ia resolver o que estava à beira de ser o maior problema da minha vida, que era a guerra, que na altura estava adiada, por causa da faculdade. Se não tivesse havido o 25 de Abril, ou teria sido mobilizado, ou teria fugido. Eu não me identificava com a guerra colonial, como é óbvio. Percebi no 25 de Abril que esse problema estava resolvido. Depois há o nascimento dos meus filhos, o dia do meu casamento e há mais duas datas tristes. Duas irmãs que morreram muito novas. Como eu digo, são as mortes fora do tempo, que custam muito. Mas a vida é mesmo isto.

## CONSEGUE-SE FICAR IMUNE AO SOFRIMENTO CAUSADO PELA FINITUDE?

Eu acho que sim. Claro que não é fácil, mas o tempo mata tudo. Claro que é muito diferente perder uma mãe aos 15 anos, do que perder uma irmã aos 40 e tal. Em termos de maturidade, para gerir essa finitude. Mas, enfim, perdi duas. Mas é assim, eu sou uma pessoa muito positiva. Portanto, eu acho que tenho a capacidade de superar aquilo que são as agruras da vida, sem querer ser poético. Depois, sei que o tempo vai curando tudo.

## QUE MENSAGEM DEIXARIA AOS JOVENS DE HOJE?

Quebrem as regras e nunca se arrependam, desde que isso vos faça sorrir a vocês próprios e aos outros.

Fotografia: Fotomania

Entrevista completa em:

“

**O tempo é uma dádiva da munificência de Deus, que só falta a quem o não aproveita.**

Excerto de *Anátema* de
Camilo Castelo Branco. 1851

FUNDAÇÃO
LAPA DO LOBO

# Conceção

Memória

**Fotografias de Gonçalo Cunha Apolónia**

Gonçalo nasceu em Portugal, mantendo uma forte ligação à encantadora aldeia de Lapa do Lobo. Bisneto de Maria José Cunha, mulher que dá nome ao Auditório da Fundação, carrega consigo um legado de cultura e memória. Formou-se em Fotografia em 2010 e, desde então, tem trilhado um caminho profissional diversificado. Atualmente, divide seu tempo entre Las Palmas de Gran Canaria e Barcelona, onde atua como gestor de projetos, unindo criatividade e estratégia no seu trabalho.

Celebrando os 15 anos da inauguração do edifício-sede da Fundação Lapa do Lobo, o conjunto de fotografias “conceção” reúne um conjunto único de imagens captadas pela lente de Gonçalo Cunha Apolónia, que documentam a construção física e simbólica desta instituição. Com um olhar atento e sensível, o fotógrafo acompanha as várias fases de edificação da sede da Fundação — desde os primeiros esboços da obra até ao pulsar vivo dos seus espaços culturais, educativos e sociais.

Mais do que um simples registo documental, estas imagens convidam a refletir sobre a importância da memória visual na construção da identidade de uma instituição.

As imagens captam momentos de recuperação, transformação, esforço coletivo e dedicação, revelando a alma na conceção de um projeto que cresceu enraizado no território da Lapa do Lobo e que hoje se afirma como um polo dinamizador de cultura e conhecimento na região.

26

30

30

# Liderar o tempo com leveza.

## MAIS DO QUE FAZER, É ESCOLHER COM INTENÇÃO!

Ana Sofia Marques

Ana Sofia Marques é formadora, coach e consultora na área do desenvolvimento pessoal e organizacional, docente do ensino superior politécnico. Trabalha há mais de 15 anos com equipas e organizações, a promover uma comunicação mais consciente, liderança com presença e bem-estar com propósito. Inspira-se na natureza, na simplicidade e na autenticidade para ajudar os outros a viver e trabalhar com mais sentido.

Vivemos rodeados de relógios, agendas e alertas, só que o verdadeiro desafio da gestão do tempo não está em fazermos mais. Está em escolhermos com consciência aquilo que nos aproxima do que verdadeiramente importa.

Ao longo dos anos, a trabalhar com profissionais de diferentes áreas e responsabilidades, e observando-me, percebi que o bloqueio à organização raramente está na falta de ferramentas. Está, isso sim, na sobrecarga emocional, na dificuldade em parar para ganhar clareza e na desconexão com o propósito do que fazemos.

A gestão do tempo com leveza começa com um gesto simples: limpar a mente.

Tudo aquilo que não sai da cabeça, ocupa espaço e esse espaço é precioso. Por isso, antes de planear, faz um "descarregar a mente": anota tudo, tarefas, ideias, compromissos, dúvidas, para que possas, assim, criar espaço real para o que realmente importa.

Depois, organiza por áreas tudo o que tens registado: pessoal, profissional, projetos, autocuidado – sim, o autocuidado precisa estar no planeamento. De segui-

Fotografia: DR

da, define o teu top 3 de prioridades por dia. Esse top 3 representa as coordenadas a seguir, mesmo que o dia desalinhe, terás 3 pontos de foco para te guiar.

Algo a teres sempre bem presente em mente, a tua agenda é o teu território sagrado. Seja em papel ou digital, ela precisa respirar e dar-te tranquilidade, não ansiedade. Começa por registar o que tem data e hora marcada. Só depois, distribui blocos de tempo para o que é realmente essencial, utiliza os nomes das áreas definidas por ti.

Se não crias tempo para o que importa, vais acabar a viver para o que grita mais alto e cria ansiedade e stress.

O tempo não se gere apenas com lógica, gere-se também com emoção.

Frustração, culpa ou ansiedade são indicadores valiosos, não obstáculos. São sinais de que algo precisa de ser ajustado. Por isso, cria o hábito de cultivar pausas conscientes, que precisam estar na agenda.

Algo que podes fazer ao longo do dia entre tarefas: respira tranquilamente e pergunta-te: Como me estou a sentir? O que preciso agora?

Regista as sensações e necessidades, observa-as sem julgar, aceita-as e faz o que precisas nesse momento para encontrar novamente equilíbrio e bem-estar. Só nesse estado é possível realmente ser-se produtivo.

Cada pessoa tem o seu ritmo. O seu estilo. A sua energia.

Não existe um modelo perfeito, existe sim o modelo que te respeita, te apoia e te inspira a viver melhor.

Gerir o tempo com leveza não é abdicar das responsabilidades, é abraçá-las com mais presença, menos pressão e maior clareza.

Quando começas a fazê-lo, não ganhas apenas tempo.

Ganhas liberdade, propósito e espaço para viver plenamente.

2010 • 2025

# 15 anos
## na Fundação Lapa do Lobo

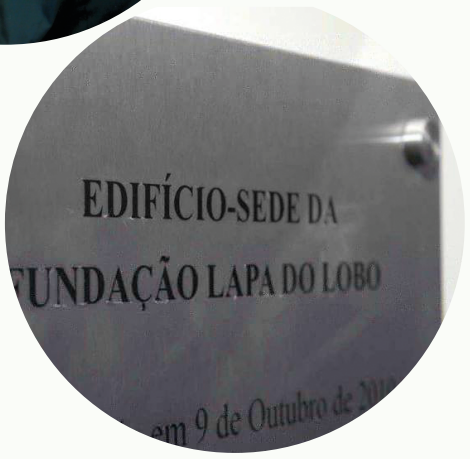
Ao longo de 15 anos, somaram-se muitas iniciativas tendo como foco central a Fundação Lapa do Lobo. A maioria organizadas pela própria, mas muitas outras sendo apenas anfitriã de eventos dinamizados por outras organizações e ainda outras apoiando a vontade e a proatividade da comunidade.

Neste artigo, deixámos de fora muitas atividades fundamentais para a afirmação da Fundação Lapa do Lobo no território. Destacámos as que considerámos mais marcantes, independentemente do envolvimento do público e do sucesso das mesmas. Esta cronologia serve apenas como mote para recordarmos esta caminhada de prazeroso trabalho e intensa atividade cultural e pedagógica.

*2010 - 2025*

Fotografias: Pedro Ferreira &
Fundação Lapa do Lobo

# 2010




Inauguração do Edifício-sede

Início das atividades do Projeto Alcateia – Serviço Educativo da Fundação Lapa do Lobo

# 2011

Primeiras marchas populares de Santo António na Lapa do Lobo.

Primeira co-produção da Fundação Lapa do Lobo, "A Casa Grande"

Início do Ciclo Tradicionalidades do canto, da dança e da música

# 2012

Inauguração da Biblioteca da Fundação Lapa do Lobo

Realização do 1.º Gapyear Fundação Lapa do Lobo

# 2013

Apresentação livro de fotografia Lapa do Lobo, resultado da 1ª Residência Fotográfica na Lapa do Lobo

Inauguração do Jardim Fundação Lapa do Lobo

Inauguração do Edifício Multifuncional

Início do Serviço de boleias gratuitas da Fundação Lapa do Lobo

# 2014

Início do Projeto Lapa Saudável

Edição do livro "O Lobo da Lapa"

# 2016

encontros da educação e do pensamento

1º edição do "Encontro da educação e do pensamento", organizado pelo Projeto Alcateia

# 2015

5º Aniversário da Fundação Lapa do Lobo

Ampliação do Edifício-sede

1ª Edição do ELOS: Festival Literário de Nelas, organizado pela Rede de Bibliotecas de Nelas

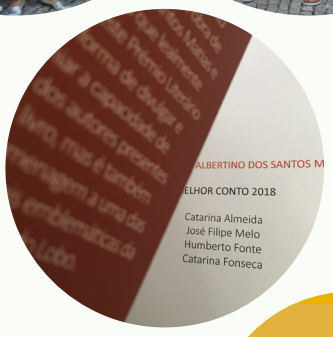
# 2017

Visita do Sr. Presidente da República, Prof. Marcelo Rebelo de Sousa

Edição do livro "O lobinho da Lapa", com as Edições Convite à Música

1ª Edição da Rádio novela, com o texto "Há Fantasmas cá em casa"

# 2018



1º Concerto da Primavera no Centro Cultural do Carregal do Sal

1ª Edição do PLASM – Prémio Literário Albertino dos Santos Matias

1ª Edição da Lapa do Lobo – Aldeia Cultural

1º Congresso científico "De Gibraltar aos Pirenéus | Megalitismo, vida e morte na fachada atlântica peninsular"

# 2019

Estreia do espetáculo

"As árvores não têm pernas para andar", de Joana Gama

# 2021

Concertos com “A Brigada Vítor Jara”, “Rui Massena”, “Noiserv”, “Orquestra sem fronteiras” e “Garota Não”

# 2020

Estudo “O Estado da Leitura: estudo sobre os hábitos de leitura nos concelhos de Nelas e Carregal do Sal”

Concertos ao domicílio, em pleno confinamento, da responsabilidade do Serviço Educativo

Celebração do 10.º aniversario da Fundação Lapa do Lobo

Estreia das visitas encenadas “A casa das 40 portas”, com Adriana Campos

# 2023

Abertura do CRIA – Programa de apoio à criação cultural

1ª edição das Residências Artísticas da Fundação Lapa do Lobo

1ª edição do Ginásio do Empreendedor

# 2022

Programação on-line com #fllemcasa

1ª edição da "Uivo – Revista Cultural da Fundação Lapa do Lobo"

15 anos
na Fundação Lapa do Lobo

# 2025

Comemorações dos 15 anos
da Fundação Lapa do Lobo

# 2024

Concerto “Cantar abril”, pela celebração do 50º aniversário do 25 abril de 1974

Exposição de “O Mundo de Lobo Antunes”, da autoria da fotógrafa Ana Carvalho

# “Querer morrer de amor”

**Leonor Barata**

Vereadora do Município de Viseu, com os pelouros: Património, Cultura, Ciência, Turismo e Ação Social.
Nasceu em 1975. É licenciada em Filosofia pela Universidade de Coimbra e completou a pós-graduação em Estudos Artísticos na mesma instituição. Fez a sua formação em dança, no Fórum Dança (1996 – 1999) em Lisboa. Desde então divide a sua atividade entre a interpretação, a criação e a pedagogia artísticas.

A primeira vez que li o Amor de Perdição foi na escola.

Nas carteiras da minha escola secundária seguia as palavras da professora quando esta tentava, sem sucesso, sensibilizar uma turma de 10º ano para os recursos estilísticos ou a fina ironia de Camilo. Ou ainda, de uma forma mais geral, para as características do Romantismo em Portugal.

Ao fundo da sala e certamente preocupada com outros assuntos, não ouvia a professora, não me detive naquilo que apresentava, não me interessei pelas características fundamentais do texto camiliano, mas entre uma e outra aula, ou entre um e outro intervalo, comecei a seguir o fio da história e fiquei colada aquele enredo.

Talvez tenham sido estas palavras inaugurais tão condicentes com as emoções extremas da adolescência que me seduziram:

*Viveu, amou e perdeu-se amando*

Os meus 15 anos não me permitiam compreender as diversas camadas nem as reais consequências daquilo que era contado.

Tudo me parecia estranho naquele ambiente de época: conventos como castigo, duelos de honra; exílios; cartas e carruagens.

Mas apesar dessa estranheza insisti e fixei –me naquilo que percebia: uma história de amor proibido com avanços e recuos e um triângulo amoroso que temia não se conseguisse resolver.

Suspensa a cada capítulo avançava ávida e atabalhoadamente para perseguir o desenrolar do fio sem nenhuma preocupação com análises paralelas e também sem nenhuma preocupação com o teste de avaliação, o que acabou por se revelar problemático, mas num outro sentido.

Foi por aí que me apaixonei por Simão Botelho, decidi ignorar Teresa e manter-me solidária com Mariana.

Sem o saber sucumbia à estratégia camiliana. Estratégia que só identifiquei posteriormente quando percebi que Camilo por questões de sobrevivência financeira tinha mesmo que fazer “durar” a história e manter a atenção e a curiosidade ativa do leitor para que pudesse fazer render o seu trabalho, num tempo em que a comunicação não era tão imediata como hoje.

Sendo um dos primeiros autores a viver da sua escrita, o sucesso literário e o sucesso financeiro estavam intrinsecamente ligados.

Entretanto passaram-se muitos anos.

Novas leituras, novas paixões, novos romances, mas sempre na minha memória a cena final do Amor de

Perdição: Mariana a morrer no meio de cartas que não lhe pertenciam, nos braços de quem nunca lhe pertenceu.

Por isso não tive qualquer hesitação quando me decidi a criar uma série de espetáculos que pudessem ser apresentados em contextos escolares ou alternativos às salas tradicionais baseados nas grandes obras literárias, que o Amor de Perdição seria uma das obras a tratar, até pelo potencial imagético e coreográfico que encerra em si.

Uma breve pesquisa sobre os programas escolares e obras de referência a serem lecionadas em contexto escolar mostram que Camilo se mantém nos programas, mas não de forma obrigatória, antes opcional e que, tendo em conta a extensão do programa e as limitações temporais, Amor de Perdição é uma espécie de apeadeiro no longo programa a ser trabalhado e como consequência a maior parte dos alunos termina o secundário sem passar por esta obra e sem vibrar com estes amores de séculos passados.

Acredito que a arte e as suas diversas manifestações devem contribuir para a abertura de espaços e construção de novos mundos ao mesmo tempo que no domínio da pedagogia artística se promove a reflexão e o espírito critico tão fundamentais no desenvolvimento cabal dos nossos jovens.

Mas também sei que temos que encontrar as maneiras certas de poder partilhar aquilo que consideramos importante ou de transmitir os universos e ideias para que sejam apropriados e modificados pelo nosso público.

A primeira relação com qualquer objeto literário ou artístico será sempre emocional e por isso será fundamental partilhar a narrativa, contar a história, estabelecer a relação sentimental com as personagens e os seus dramas e depois avançar para a forma como o autor nos envolve, os artifícios utilizados e o contexto de onde emerge.

Assim na construção deste espetáculo deixei o protagonismo ao enredo amoroso ao mesmo tempo que a cruzava com a história do próprio autor para o apresentar como expoente do Romantismo em Portugal, tendo estabelecido diversas linhas ou camadas dentro da minha apresentação:

- Todo o tema que impulsiona a ação é um tema que ecoa no espírito adolescente e, portanto, seria preciso encontrar os ganchos de identificação para que o público alvo deste projeto acompanhasse o seu desenvolvimento e por isso a proposta de um universo musical contemporâneo facilmente reconhecível.
- A necessidade de atualizar as referências para que essa identificação pudesse ser possível. Isto não implica abandonar a leitura do texto original ou abdicar da transmissão das diversas camadas, mas implica um esforço de aproximação com a plateia criando património comum entre as suas experiências e o universo do romance, encontrando um terreno comum onde a história aconteça e simultaneamente permita comentários e discussões sobre as ações e motivações das personagens e por isso as interrupções constantes da narrativa para os convocar a analisar ou comentar os diversos capítulos.
- Por último a construção de um artificio, anunciando o espetáculo como conferência e a mim própria como professora especialista em Camilo, ativo o sentimento de estranheza quando abandono os códigos que a própria plateia reconhece como tradicionais possibilitando depois o abandono de outros preconceitos em relação a obra.

Este projeto estreou em 2021, altura em que foi apresentado em várias escolas do território nacional.

Recuperei-o agora para de alguma maneira contribuir para a divulgação da obra deste autor no ano do seu bicentenário e com um número muito reduzido de apresentações.

Algumas delas foram no espaço da Fundação Lapa do Lobo com apresentações para turmas do secundário, mas também com uma sessão para público geral.

Nestas sessões, a participação do público, os comentários e as análises confirmam o que já sabia intuitivamente: Camilo, a sua história, o seu Amor de Perdição continua a emocionar e a comover quem o lê ou, neste caso, quem o vê.

Toca de forma transversal jovens e adultos porque a sua mestria e o seu humor refinado nos lançam na sua teia e também porque, de alguma forma, todos nós nos identificamos ou somos atingidos por aquilo que anuncia.

Sendo todo o amor de perdição, seremos cada um de nós, à vez as personagens deste triângulo porque, como ouvi numa música de Tiago Bettencourt, "querer morrer de amor não é coisa de outro tempo." ●

Fotografias: Fundação Lapa do Lobo

# Cursos de aprendizagem em tempo livre

Ao longo destes 15 anos de vida, realizaram-se diferentes Cursos de aprendizagem em tempo livre, comummente conhecidos por Cursos do Multifuncional. São cursos com duração média de um ano letivo, estendendo-se por 2 horas semanais. Apesar de alguns desses cursos (p.e. Ateliê das Artes e Curso de Bordados) terem iniciado antes de 2013, é a partir desse ano que os registos são mais consistentes, coincidindo com a Inauguração do Edifício Multifuncional, junto ao Terreiro do Antunes. Todos os anos há alunos a partirem e outros tantos a chegarem, com exceção de 2020/2021, ano em que não abriram vagas devido à situação pandémica da Covid-19.

Estima-se que, ao longo destes 15 anos, já tenham passado pelo Edifício Multifuncional cerca de 1200 pessoas.

No 15º aniversário da Fundação Lapa do Lobo, destacamos 15 Cursos de aprendizagem em tempo livre, onde percebemos que o ecletismo é a forma de estar e trabalhar.

# 1. ATELIÊ DAS ARTES

Da responsabilidade da prof. Fernanda Loureiro, o Ateliê das Artes recebeu 26 alunos no ano de 2013/2014. Uma oferta até então inexistente na aldeia, cativava as crianças da região a passar os sábados na Lapa do Lobo. Em 2018, Patrícia Gouveia assume a responsabilidade do Ateliê das Artes, até 2020, ano em que não abriram vagas. Lia Alvadia, depois, e, atualmente, Marta Dias completam o rol de formadoras de uma das primeiras iniciativas da Fundação Lapa do Lobo.

# 2. BORDADOS

O Curso de Bordados é, igualmente, dos mais antigos. Da responsabilidade de Clarinda Fonseca, exímia bordadeira, este curso existiu durante muitos anos. De destacar a empenhada e comprometida participação na "Toalha Poética", em 2012, onde as participantes foram convidadas a bordar poemas de autores portugueses numa toalha de linho, ornamentando-a com ilustrações de autoria própria. O trabalho viria a ser apresentado ao público num "Piquenique poético", onde as bordadeiras leram em voz alta o poema que bordaram. Ao longo da sua existência quase uma centena de pessoas aprendeu a bordar na Fundação Lapa do Lobo.

# 3. INICIAÇÃO MUSICAL

A prof. Carla Loureiro apresentou o projeto à Administração da Fundação, que foi de imediato aceite. Direcionado a crianças a frequentar o primeiro ciclo, este curso, tal como o nome indica, inicia os participantes à atividade musical. É um primeiro contato com os fundamentos da música, de forma lúdica, sensível e gradual. O objetivo principal é despertar o interesse e a perceção musical, através da exploração de ritmos, melodias, timbres, andamentos, sons, etc. Passaram pela Iniciação Musical mais de 100 crianças, sendo que a maioria segue para a aprendizagem de guitarra clássica ou de violino.

## 4. GUITARRA CLÁSSICA

Também da responsabilidade da prof. Carla Loureiro, o curso de Guitarra Clássica oferece vários níveis, mediante a evolução dos alunos. Tem uma procura que excede largamente as vagas disponíveis. Em 2015/2016, por exemplo, só abriram duas vagas e, este ano, apenas oito. O Grupo de Guitarra Clássica é aquele que mais apresentações faz em iniciativas externas à Fundação Lapa do Lobo. Em conjunto com os elementos do Curso de Violino, compõem o Grupo de Cordas da Fundação Lapa do Lobo, que já teve a enorme responsabilidade, mas também talento, para tocar na visita do Presidente da República à Fundação Lapa do Lobo, em 2017.

## 5. VIOLINO

O Curso de Violino, iniciado com a prof. Irene Janeiro, oferece uma formação muito individualizada do instrumento, por este merecer uma atenção e dedicação extrema, quer por parte do aluno, quer do professor. No ano letivo de 2018/19, a prof. Débora Cerqueira assume a responsabilidade das aulas, até 2023. Altura em que Francisco Ferreira, ex-aluno, assume-se como professor. O curso de Violino acompanha o curso de Guitarra Clássica nas audições de final de ano, onde os alunos apresentam a pais, familiares e todos os interessados o resultado das aprendizagens desse ano.

## 6. INGLÊS

Quando Fernando Lajinhas, em 2013, apresentou a ideia de criar um curso de Inglês, tanto para público que queria aprender, como para aquele que pretendia aumentar os seus conhecimentos, talvez nem os mais otimistas esperariam que se tornasse dos cursos com mais candidatos. Em 2015, a prof. Cristina Figueiredo assume as aulas, havendo a necessidade de fazer duas turmas, uma de iniciação e outra mais avançada. Atualmente, desde janeiro de 2022, é a prof. Carla Barros que assume a aprendizagem, mantendo um grupo coeso e interessado, que, no total, já contabiliza quase 200 alunos.

## 7. YOGA ADULTO

A Yoga entrou na Fundação Lapa do Lobo por proposta da prof. Susana Duarte. Iniciou-se com Yoga para crianças, mas rapidamente se percebeu que era algo que interessava também a adultos. Desde 2018 que oferece, duas vezes por semana, sessões de yoga a pessoas que procuram, ao final do dia, um espaço e um tempo de calma, serenidade e exercício físico. A funcionar, por motivos de espaço, numa sala do Edifício do Jardim Escola e 1º ciclo da Lapa do Lobo, é uma oferta com elevado e constante índice de procura.

## 8. RENDA DE BILROS

Há 10 anos que Marta Dias ensina a técnica de Renda de Bilros às pessoas que se aventuram nessa aprendizagem. Sempre com poucas vagas, face à particularidade dos instrumentos utilizados, ao longo da década mais de meia centena de pessoas aprenderam a manejar os bilros. O cavalete de madeira, onde encaixa a almofada, de palha, serragem ou espuma firme, permite trabalhar confortavelmente sentada. Depois, é ouvir a melodia dos bilros a cruzarem-se para formar o desenho da renda, numa coreografia complexa, mas perfeita.

## 9. DECORARTE

Foi o primeiro curso orientado por Lia Alvadia, uma artesã de renome internacional, que trabalha desde a primeira hora com a Fundação Lapa do Lobo. Este curso decorreu entre 2013 e 2014. Esgotou as 15 vagas e era, essencialmente, um espaço onde se criava arte decorativa, com materiais reutilizados, permitindo aos participantes olharem à sua volta com curiosidade e atenção para objetos ou plantas, raízes, que, com um toque sensível e artístico, se transformavam em formas de arte.

## 10. TAPEÇARIA

Em 2015, Lia Alvadia oferecia ensinamentos na arte da tapeçaria. Com 12 vagas preenchidas, por força da necessidade de haver teares, o curso versava pelo ensinamento de técnicas artísticas e artesanais, com o objetivo de criar tecidos decorativos ou mesmo funcionais, feitos essencialmente de forma manual ou com recurso ao tear. No final do curso, cada participante construíra um portfólio de trabalhos únicos e originais.

## 11. BORDADO DE TIBALDINHO

Os Bordados de Tibaldinho, da responsabilidade de Margarida Figueiredo, funcionaram entre 2020 e 2023, abrangendo um total de 23 alunos, sendo um curso muito exigente do ponto de vista técnico, pois impõe alta precisão e cuidado na execução dos detalhes. Não sendo característico da aldeia da Lapa do Lobo, é uma forma tradicional de bordado artesanal da região, designadamente da freguesia de Tibaldinho, no concelho vizinho de Mangualde.

## 12. DANÇAS DE SALÃO

Apesar de não terem funcionado no Edifício Multifuncional, as Danças de Salão fazem parte da oferta de Cursos de aprendizagem em tempo livre. Com início em abril de 2014, oferecia aulas de Danças de Salão, aconselhamento nutricional e vigilância de fatores de risco para a saúde, a funcionar numa sala do Edifício do Jardim Escola e 1º ciclo da Lapa do Lobo. Da responsabilidade do prof. Luís Leitão, fizeram-se algumas apresentações públicas, não só na Fundação Lapa do Lobo, como em outras instituições vizinhas. De realçar o espetáculo "Quem quer dançar com a Joaninha", apresentado em julho de 2017, no Pátio da Fundação Lapa do Lobo. As Danças de Salão pararam durante a pandemia, não sendo possível, depois, manter a oferta.

## 13. MACRAMÉ E COSTURA CRIATIVA

Este ano de 2024/2025, Lia Alvadia apresentou duas propostas. Primeiro, um curso de Macramé, partilhando conhecimentos e técnica para tecer fios manualmente por meio de nós, onde o uso de agulhas ou máquinas é completamente dispensável. Como sempre, as alunas são desafiadas a fazer objetos de arte, que funcionem como decoração ou acessórios. O segundo curso é de costura criativa, onde, através da técnica de costura manual e com máquina, se procura confecionar peças originais, funcionais e/ou decorativas.

## 14. CURSO DE INFORMÁTICA

O engenheiro informático Ricardo Ribeiro, técnico da Fundação Lapa do Lobo, desafiou-se a si próprio a estruturar um curso de Iniciação à Informática. A primeira turma iniciou o curso em dezembro de 2013. De lá para cá, fizeram-se mais 11 edições do curso. Foi recentemente substituído pelo Curso de Informática na Ótica do Utilizador, que vai, atualmente, na segunda edição. Contam-se mais de cem alunos que aprenderam a manusear o computador, de acordo com as suas necessidades e vontades. É um curso direcionado aos interesses reais dos alunos, que procuram a tecnologia para estar a par do que acontece no mundo e para manterem contacto com familiares distantes.

## 15. PINTURA

O Curso de Pintura é das mais recentes ofertas da Fundação Lapa do Lobo. A prof. Josefa Reis é a responsável pelo ensinamento de técnicas de pintura, que leve o aluno a expressar-se de forma artística. Iniciando em 2021/22, vai na sua 4ª edição, contando com cerca de 50 aprendizes. Assentando a aprendizagem nos diferentes estilos e géneros, os alunos são convidados a desenvolver projetos e obras individuais, onde se expressam de forma livre, mas orientada.

São 15 cursos que celebram os 15 anos da Fundação Lapa do Lobo, sublinhando a sua vocação pedagógica, privilegiando itinerários educativos informais, complementares ao ensino formal e igualmente consistentes e relevantes na construção cultural do indivíduo. ●

Fotografia: RF

# Rua de Santa Catarina

A rua tem o nome de Santa Catarina, a padroeira da freguesia da Lapa do Lobo.

A lenda conta que a imagem de Santa Catarina apareceu nas matas entre as povoações de Lapa do Lobo e Vale de Madeiros. Era o lugar da Santa. Ambas as povoações queriam a Santa para a sua capela. Alguns contam que a imagem ganhou vida e regressou ao penedo onde antes a tinham encontrado. Ali permaneceu muito tempo, não como imagem, mas sim de "carne e osso". Um dia, um lapense viu a Santa Catarina de novo transformada em imagem e levou-a para a aldeia, mas ela regressou ao lugar da Santa. Sempre que era levada para o povoado, regressava de seguida ao seu local. Até que, construída a Capela de Santa Catarina e sendo levada em procissão, a Santa nunca mais voltou ao local, permanecendo na capela.

Hoje, a festa em honra de Santa Catarina, realizada a 25 de novembro, é uma das principais festas da freguesia da Lapa do Lobo. ●

# Futuro

Guilherme Assis Correia

Fotografia: RF

Chama-se Guilherme Assis Correia, mas toda a gente o trata por Guilherme. Frequenta o 9º ano na Escola-sede do Agrupamento de Escolas de Canas de Senhorim. O 1º Ciclo fora concluído na EB1 de Carvalhal Redondo, onde reside desde sempre.

Está quase a completar os 15 anos de idade.

Nasceu a 9 de outubro de 2010, no mesmo dia em que se inaugurou o Edifício-sede da Fundação Lapa do Lobo e se definiu esse momento como o dia de aniversário.

Enquanto se descerrava a placa que assinalava a inauguração da Fundação Lapa do Lobo, os pais do Guilherme davam as boas-vindas ao seu filho, no Hospital S. Teotónio, em Viseu, que soltava o seu primeiro choro, a anunciar que tinha vindo ao mundo.

Filho mais novo da Paula e do Vítor, também de Carvalhal Redondo, o Guilherme tem muito orgulho no irmão Ricardo, cinco anos mais velho.

Considera-se muito tímido e discreto. É reservado nas palavras. Prefere ouvir que falar.

Desde o primeiro ano que usufrui das atividades da Fundação. Não se recorda de nenhuma em especial. As visitas à Lapa do Lobo acontecem por dois motivos: através da escola, convidado pelo Projeto Alcateia – Serviço Educativo da FLL, e através da Banda Filarmónica de Carvalhal Redondo, onde toca trompete há quase três anos. Um amigo já andava na banda e como o irmão desse amigo ia entrar, a mãe do Guilherme desafiou-o a experimentar. O maestro Roberto disse-lhe para testar o trompete e ele gostou. Desde aí não deixou de tocar.

Não é rapaz para ler livros ou frequentar teatros. É muito recatado na sua vida social. Não tem redes sociais, à exceção do Whatsapp, que utiliza para falar com a família, amigos e colegas de turma.

Adora andar de bicicleta. É o seu passatempo preferido, visto que já não joga tanto à bola, como antigamente, nos intervalos das aulas.

Dá-se bem com os colegas da turma, mas não só. Como vai de autocarro para a escola, dá-se bem com toda a gente. É incapaz de arranjar confusões com quem quer que seja. Quando não vai de autocarro é porque aproveita a boleia do irmão, que trabalha em Nelas, com quem se dá muito bem, revela. Privilegia bastante a família. Gosta de estar em casa.

Os tempos livres, quando não está a andar de bicicleta, são passados, como o habitual, em rapazes da idade dele. Gosta de jogos na Playstation, como o Gran Turismo ou o Fortnite, que joga com o irmão.

Gosta de ver filmes e confessa-se fã da saga "Velocidade Furiosa", que devorou até ao décimo filme.

É um aluno razoável, cumpridor. Apesar de não ter certezas quanto ao futuro a longo prazo, a curto prazo já definiu o seu caminho. Vai prosseguir os estudos na Escola Profissional de Tondela, no curso de informática. Leva consigo o seu melhor amigo, o Tomás, também da sua turma.

No final da conversa ficou a promessa de acompanhar as atividades da Fundação Lapa do Lobo com mais atenção. Desconhecia que tinham a mesma idade. Talvez comece agora uma ligação especial, que dure, pelo menos, outros 15 anos.

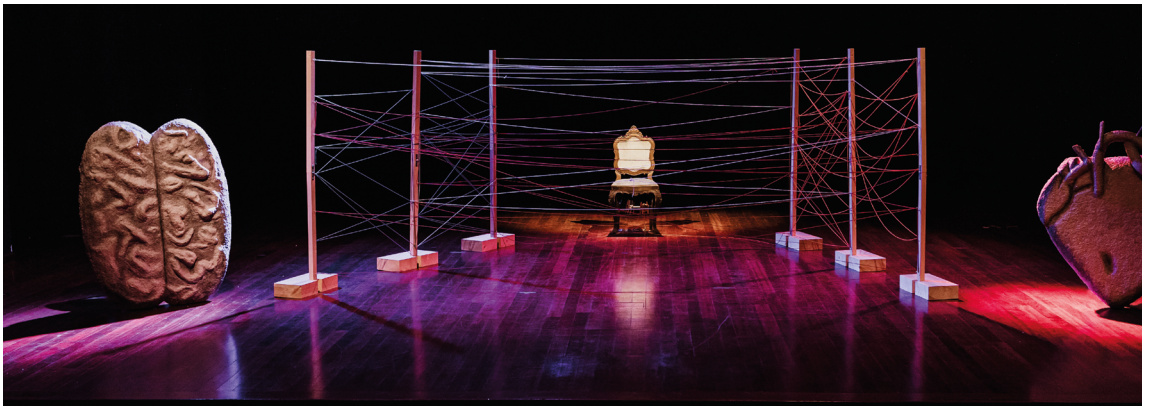
Parabéns a ambos!

# Comboio de Corda

Comboio de Corda é um projeto que nasce da vontade de duas atrizes (Beatriz Lourenço e Neide Simões) apaixonadas por diferentes vertentes do teatro, com o objetivo de explorar uma abordagem mais visual, emocional e transparente da obra de Fernando Pessoa, um dos maiores nomes da literatura portuguesa.

A importância do autor no conhecimento literário e cultural do país é inquestionável, e este projeto visa implementar essa visão tanto em contexto escolar, onde o estudo sobre Pessoa está previsto no plano curricular, como para toda a gente que tem interesse pelo teatro e pela literatura. Comboio de Corda permite ativar os sentidos e deixar-se envolver nos poemas do autor, tanto ortónimo quanto heterónimos, através de uma interpretação verbal e corporal em simultâneo.

O espetáculo utiliza as palavras do autor e as expressões dos seus heterónimos para criar uma experiência teatral profunda. A dualidade das atrizes desempenha um papel crucial na encenação, com cada uma assumindo um papel distinto na interpretação das personas dentro de Pessoa. Enquanto uma das atrizes dá voz aos poemas, moldando a cadência e transmitindo a essência das criações de Pessoa, a outra complementa essa expressão vocal com uma dança visual que ressoa com a poesia, criando uma simbiose entre as palavras e os movimentos.



2010 • 2025

# 15 palavras sobre a FLL

Só é possível celebrar 15 anos de vida com a companhia de quem faz parte da nossa história. Pedimos a alguns artistas, agentes, parceiros e amigos para escreverem 15 palavras sobre a Fundação Lapa do Lobo. Muitos deles ultrapassaram o limite, mas todos sabemos que, quando é para falar de algo que gostamos, as palavras sobejam.

**Ana Flores**
*Produtora (D'Orfeu)*

"Uma aldeia de aconchego cultural, onde é sempre bom voltar. Parabéns, FundaçãoLapa do Lobo!"

**Ana Seia Matos**
*Artista*

"Longa vida à Fundação Lapa do Lobo e à sua dedicação ao enriquecimento cultural."

**Ariana Neves**
*Atriz / Músico*

"Foi o meu primeiro porto de abrigo, o meu primeiro palco onde pretendo sempre regressar!"

**Carla Marques**
*Professora*

"A Fundação Lapa do Lobo assume-se como um farol inesperado, capaz de aglutinar vontades e talentos."

**Diogo Martins**
*Músico*

"A Fundação é Liberdade. Pudéssemos nós retribuir toda a Arte e Cultura que nos tem dado...! Parabéns Fundação Lapa do Lobo, venham mais 15."

**Rui Massena**
*Maestro*

"Na Lapa do Lobo, a arte cria raízes, a alma repousa, e a região floresce."

**António Cunha**
*Professor*

"Nestes quinze anos a Fundação foi solidária, competente, educativa, criativa, criando oportunidades fantásticas para todos!"

**António Leal**
*Encenador*

"Amiga, verdadeira, confidente, conselheira, cúmplice, parceira, farol, bandeira, protetora, aventureira, - Vida longa, companheira!"

**Carina Almeida**
*Escritora*

"FLL - há quinze anos, de braços abertos, a oferecer cultura, arte e a impulsionar projetos. Parabéns!"

**Cristina Carvalhal**
*Atriz / Encenadora*

"Quando aí fomos com "Meninas Exemplares" ficámos assombradas com a vossa capacidade de trabalho, hospitalidade, ligação às comunidades e historial. Parabéns!!!"

**João Farinha**
*Fadista*

"Cultura com raízes, visão e humanidade. Obrigado por abraçarem o meu fado no vosso caminho."

**Sandra Leal**
*Escritora / Tradutora*

"Nunca, longe da minha casa, me senti tão em casa, como neste abrigo de amor."

**Martim Sousa Tavares**

*Maestro*

"A Fundação Lapa do Lobo faz-me acreditar que existe o país em que quero viver."

**Joana Gama**

*Pianista*

"A FLL evidencia-se através de um valioso trabalho artístico/educativo comprometido com os habitantes locais."

**Luís Matos**

*Diretor Executivo CMAD*

"A Fundação Lapa do Lobo constitui um pilar fundamental na dinamização cultural e educativa da nossa comunidade. "

**Márcia Leite**

*Atriz*

"Parabéns à FLL! Gratidão. Essencial na valorização da cultura, das artes e luz no meu caminho."

**Nuno Correia**

*Agente*

"É uma ponte — entre o local e o global, entre tradições e novas linguagens, entre a aldeia e o mundo."

**Raúl Manarte**

*Psicólogo / Músico*

"A Fundação Lapa do Lobo é um farol cultural e humano no coração da comunidade — foi um verdadeiro privilégio ter sido um dos barcos por ela iluminado."

**Tiago Costa Santos**

*Designer*

"Parabéns à Fundação Lapa do Lobo pelos 15 anos de proximidade, ajuda e envolvimento com a comunidade."

**Gonçalo Azevedo**

*Manager Alterações Climáticas*

"Não foi uma questão de meios, a FLL sonhou por mim.
Eu fiz o gap year e assim se reescreveu o que seria a história da minha vida"

**Cri Ferrão**

*Doutoranda em Discursos: História, Cultura e Sociedade*

"Do teatro à música passando pelas oficinas, a FLL é espaço onde se respira. Livre."

**Márcia**

*Cantora, compositora*

"A cultura não é apenas arte e património; é tudo isso mas é também convívio e fé.
Conheci, na Lapa do Lobo, uma comunidade de pessoas que acredita na cultura e um exemplo a seguir."

**António Oliveira e Julieta Rodrigues**

*Radar 360°*

"Um oásis cultural na região!
Com uma programação eclética, cumpre a missão de democratização cultural."

**Rita Canas Mendes**

*Escritora / Tradutora*

"A FLL é um exemplo e uma inspiração para todas as instituições culturais do país. É uma honra fazer um pouco parte da sua história. Parabéns pelo vosso trabalho!"

**Sérgio Neves**

*Maestro*

"O Concurso Jovens Solistas Fundação Lapa do Lobo, com a Orquestra Filarmonia das Beiras, inspira jovens músicos do CMAD desde 2012."

# *In Memoriam*

***Carlos Paredes***
(1925-2004)

Cumpre-se, este ano, o centenário do nascimento de Carlos Paredes.

Nasceu em Coimbra, a 16 de fevereiro de 1925.

Filho do famoso compositor e guitarrista, mestre Artur Paredes, neto e bisneto de guitarristas - Gonçalo Paredes e António Paredes - começou a estudar guitarra portuguesa aos quatro anos com o seu pai, embora a mãe preferisse que o filho se dedicasse ao piano. Frequenta o Liceu Passos Manuel, começando também a ter aulas de violino na Academia de Amadores de Música.

Em 1934, a família muda-se para Lisboa. Abandona a aprendizagem do violino para se dedicar, sob a orientação do pai, completamente à guitarra. Inicia, em 1949, uma colaboração regular num programa de Artur Paredes na Emissora Nacional e termina os estudos secundários num colégio particular. Nesse mesmo ano, torna-se funcionário administrativo do Hospital de São José.

Em 1958, preso pela PIDE por fazer oposição a Salazar, é acusado de pertencer ao Partido Comunista Português, do qual Carlos Paredes se tornara militante no início desse ano, posição que manteria até ao fim da sua vida. Durante o tempo de prisão, andava de um lado para o outro da cela fingindo tocar música, o que levou os companheiros de prisão a pensar que estaria louco. De facto, o que ele estava a fazer era compor músicas na sua cabeça.

É libertado no final de 1959, mas é expulso da função pública, na sequência de julgamento.

Em 1962, é convidado pelo realizador Paulo Rocha, para compor a banda sonora do filme "Os Verdes Anos". Tocou com muitos artistas, incluindo Charlie Haden, Adriano Correia de Oliveira e Carlos do Carmo. Escreveu muitas músicas para filmes e em 1967 gravou o seu primeiro LP "Guitarra Portuguesa", com acompanhamento de Fernando Alvim. Seguiram-se mais 5 álbuns, para além de inúmeras colaborações, antologias e composições para filmes.

Uma doença do sistema nervoso central, (mielopatia), impediu-o de tocar durante os últimos 11 anos da sua vida.

O "Homem dos mil dedos" faleceu em Lisboa, a 23 de julho de 2004, aos 79 anos de idade.

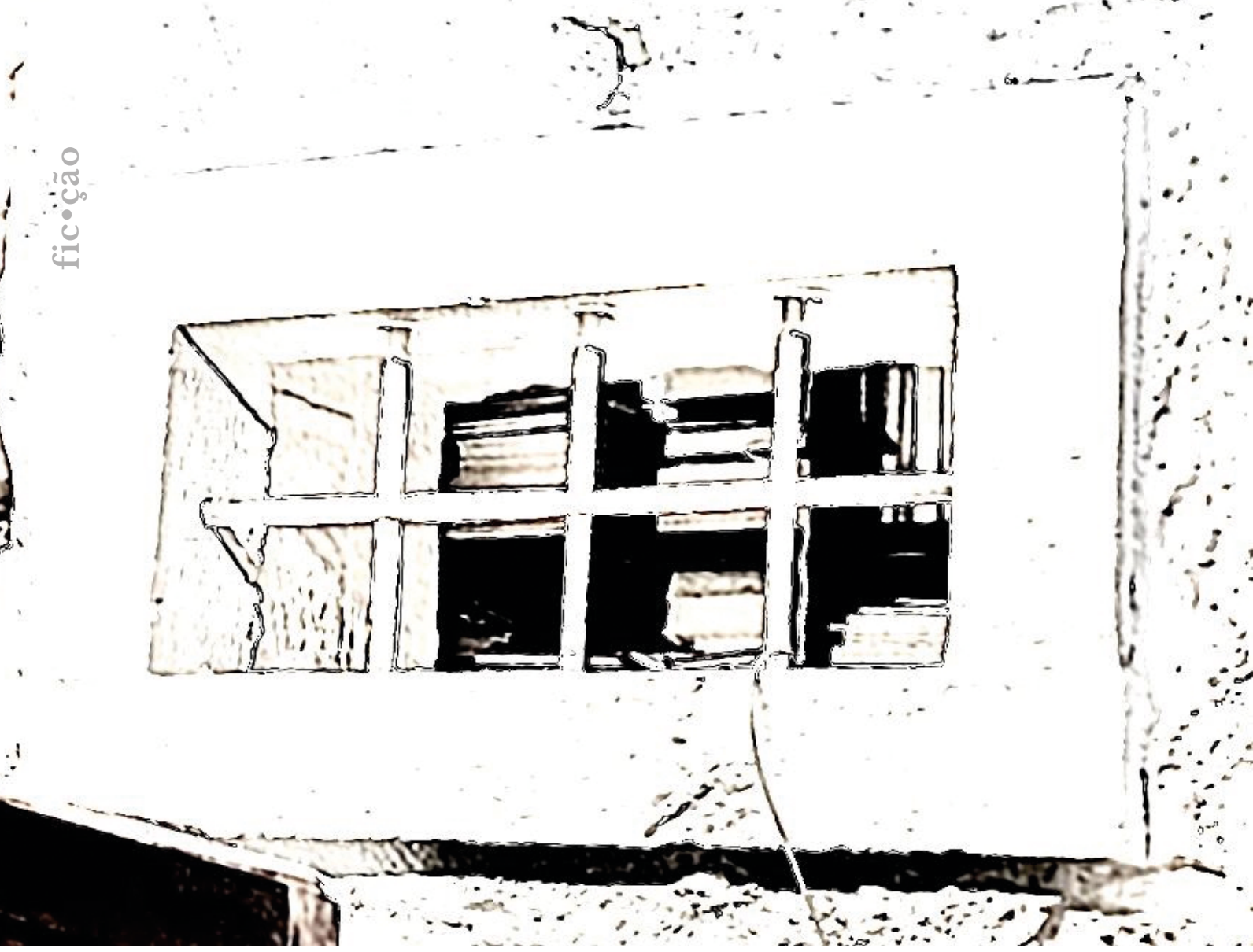
As celebrações do Centenário de Nascimento de Carlos Paredes desenvolvem-se através de um programa pluridisciplinar sob o título "Variações para Carlos Paredes", cruzando múltiplas geografias e distintas disciplinas e áreas de intervenção, onde se destaca "O Homem dos Mil Dedos", na versão trio, com Daniel Almeida (piano), Fábio Meneses (clarinete) e Mafalda Rocha Lemos (guitarra portuguesa).

**MAIS INFORMAÇÕES**
www.centenariocarlosparedes.pt

“

**Eu não sei que poesia tem a aragem, nestas tardes de sonho e mansidão. julgo sentir romances, na folhagem dos mil salgueiros marginais do Dão.**

Excerto de *Tardes da Beira* em
*Madrugada* de Maria Natália Miranda. 1ª Edição 1959



# O respiradouro

Cátia Seabra

Foi a vencedora da 4ª edição do "PLASM – Prémio Literário Albertino dos Santos Matias – melhor conto 2024", promovido pela Fundação Lapa do Lobo, com o conto "Um tentilhão pousado numa ramada".
Tem 31 anos. É médica interna de psiquiatria da infância e adolescência e atualmente tem mostrado interesse pela loucura e historiografia da psiquiatria. A escrita é a sua paixão mais arrebatadora e é nela que encontra a fantasia.

Viviam numa casa alugada com um quarto para a mãe e uma despensa transformada em quarto para Magnólia. A mãe montou uma cama com gradeamentos metálicos pintados de branco onde deixou duas bonecas, as únicas e as favoritas, para lhe fazerem companhia. A mãe limpa casas de senhoras, escritórios e consultórios. Já lhe ofereceram mais dinheiro em turnos noturnos, mas a Magnólia não pode ficar sozinha durante a noite. Magnólia não tem irmãs e a mãe dela também não. A avó já morreu e o avô está num lar e já não se lembra. Mudaram-se as duas para esta casa quando o senhorio vendeu a anterior a um casal jovem. A casa nova tem as paredes pintadas de bolor e nem a mãe consegue camuflar o cheiro preto e húmido. O quarto que era uma despensa é pequeno e não tem janela. Apenas um respiradouro aberto na parede, com uma grade de quadrados largos que dá para um quarto da casa do lado e que alguém tapou com livros.

Quando o autocarro da escola a deixa em casa, Magnólia fica no quarto à espera da mãe até à hora de jantar. Gosta da escola, mas também sente vergonha. Sabe-se que ela é pobre. Sabe-se nas roupas, nas conversas sobre as saídas do fim-de-semana, nas viagens das férias grandes, nas festas de aniversário. É por isso que nunca convida nenhuma amiga para lhe fazer companhia. Não se queixa de passar muito tempo sozinha. A solidão não tem nome quando se tem dez anos. Enquanto espera que a mãe chegue para o jantar, fica no quarto a ler. Prefere ler em voz alta, para não se assustar com os silêncios da casa nova. Fora do quarto, Magnólia é muito caladinha e distraída. Não se sabe se seria assim tão caladinha se tivesse tios, primos ou pai.

No outro lado do respiradouro, dorme Roberto. Passa os dias na cama, com pouca força e muita tosse. Apanhou o bicho quando era mais novo, num misto de desconhecimento e azar que só agora dá sinais. Vive com a dona da casa, uma tia-avó viúva que lhe cedeu o quarto dos fundos. Até adoecer, nunca se apercebera da pequenez do quarto, atafulhado com os livros que a tia foi colecionando ao longo dos anos, comprados às resmas na feira das velharias ou trazidos das casas que limpava. Roberto era picheleiro, trabalhava em construções e o resto do tempo perdia-o nos esquentadores avariados e no café. Ao quarto só ia dormir. Foi-se sentindo cada vez mais cansado, não aguentava tantas horas em pé e recusava alguns biscastes para clientes mais antigos. Os colegas riam-se, era a idade. Tossia. Acordava de noite, suado e quente, para trocar a camisola molhada. Tossia cada vez mais. Os amigos já não se riam, era melhor ir à médica. Estava com tuberculose, depois descobriu-se que também tinha HIV. Talvez vá mesmo morrer.

Desde que a Magnólia se mudou para o quarto do lado, Roberto entretém-se com as personagens dos livros. Sabe que a voz que ouve pertence a alguém chamado Magnólia porque a menina gosta de ouvir a história do seu nome. A mãe lá lhe conta que quando estava grávida, trabalhava ao balcão de um café onde todas as clientes queriam saber qual seria o seu nome. Um dia, a mãe, muito indecisa e com uma barriga de grávida mesmo muito grande, conheceu uma senhora que lhe confidenciou que tinha escrito um livro sobre uma menina chamada Magnólia, mas que depois disso ficou sem ideias. Nas prateleiras de livros do supermercado, pede à mãe para tentar encontrar o livro sobre a menina chamada Magnólia, mas a mãe não sabe o nome da senhora, nem a tornou a ver. Desde que consegue ler, também procura na biblioteca da escola. Foi assim que descobriu os livros.

Roberto empurrou um livro pelo respiradouro. Quando Magnólia o encontrou em cima da cama, pensou que teria sido dado à mãe por uma das patroas. Também lhe davam roupas que as filhas já não gostavam ou bonecas com um dos sapatos perdidos. Magnólia lia até à chegada da mãe enquanto do outro lado do respiradouro Roberto imaginava as personagens que lhe faziam companhia. Era o único barulho que Roberto conseguia ouvir sem ficar ainda mais cansado. Quando um livro terminava, Roberto atirava-lhe um novo das resmas da tia. O ritual repetiu-se até Roberto ter escolhido, ainda que sem querer, um livro sobre um menino que deixou a escola para ir engraxar sapatos na rua quando o pai ficou desempregado. Magnólia chorou muito e Roberto também. Por três dias, Magnólia não leu. Depois, começou a escrever no seu caderno uma história que contava em voz alta, sobre como gostaria de descobrir como era o seu pai que foi embora antes de ela nascer.

Roberto enfiou a carta no meio do livro que lançou pelo respiradouro. Contava-lhe a história da sua filha. Quando era muito novo, tinha tido uma filha que não quis conhecer. Nunca quisera ser pai, imaginou-se livre, sem ter em quem pensar ou com quem se preocupar. Por vezes, pensava nela quando via uma criança ou quando chegava o Natal. Umas vezes, imaginava-a uma menina alegre como a mãe, outras uma menina que adorava cães. Mas com os anos foi-se esquecendo, uma filha era uma responsabilidade que ele não quisera. Nunca poderia imaginar que uma filha pensaria no pai, se nem o conhecera. Muito menos poderia pensar que se culparia pelo seu desaparecimento. Ele era apenas um homem que preferia estar sozinho. Quando Magnólia encontrou a carta, já Roberto morrera. ●

# João das Canas

**MARIA NATÁLIA MIRANDA**
**ILUSTRAÇÕES DE TIAGO COSTA SANTOS**
**EDITORA ALMA LETRA (2025)**

"João das Canas: história de verdade e de ternura" relata a emocionante história de um jovem de Canas de Senhorim, de nome João Vaz, que terá embarcado na armada de Pedro Álvares Cabral, seguindo rumo ao desconhecido — numa das mais audazes viagens do tempo dos Descobrimentos.

Inspirada numa história que atravessa gerações, esta obra foi escrita por Maria Natália Miranda, consagrada autora portuguesa, com vasta obra publicada e distinguida com inúmeros prémios literários em Portugal e além-fronteiras. É pelas suas mãos que João ganha voz, corpo e alma — transformando-se num símbolo maior da coragem e da identidade beirã.

Nesta história, como em tantas que habitam a alma dos povos – reconhecemo-nos todos. Reconhecemos a fibra de um povo que construiu muito do mundo com os pés firmes no seu chão e o coração lançado ao mar.

# O que é a morte, mamã?

**CARINA ALMEIDA**
**9.5.9 EDITORA (2025)**

A autora, natural da Lapa do Lobo, estreia-se na literatura infantojuvenil com um tema difícil, explicado com profunda simplicidade numa aguarela de encontros!

Perante um momento de finitude, de separação na vida, como explicar aos mais novos?! Como responder a esta questão imensamente complexa mantendo a serenidade, sem quebrar a postura perante os mais novos, os filhos, os amigos, as crianças,... quando o coração vive marejado de tristeza!?

Carina partilha com os leitores um caminho de superação, uma experiência pedagógica que viveu com a sua filha e que, nas ilustrações dos dois filhos, acaba por ir mais além do que o texto convida.

amarelo silvestre
companhia de teatro

# A árvore não cai pelo menos hoje, amanhã logo se vê

Amarelo Silvestre 15 anos de teatro e cenas a partir de Canas de Senhorim

**TEXTOS BONITOS E EM ITÁLICO DE LILIANA GARCIA**
**PARVOÍCES VÁRIAS DE FERNANDO GIESTAS E RAFAELA SANTOS**

**Um texto sério e bonito que ficou por cumprir**

Este livro é uma coisa. Se fosse outra coisa era outra coisa. Mas não é outra coisa. Este livro esteve para ser outra coisa. Falar do que esteve para ser é muito próprio do que somos. Falar do que esteve para ser o almoço ou o jantar é um clássico entre quem come. Falar do que esteve para ser o espetáculo é outro clássico entre quem cria. Falar do que não é. Falar do que não foi. Falar do que não será.

O que é, é. O que não foi pode ser que será. Pode ser que será.

Entre o que é para ser e o que será há um caminho para o desconhecido, nas palavras que Rogério de Carvalho deixou semeadas na terra em frente de nossa casa.

A Amarelo Silvestre é a nossa casa.

A própria Amarelo Silvestre esteve para ser outra coisa, quando a criámos, em 2009, e olhámos, dali, para 2024. Em 2024, a Amarelo Silvestre é.

Na preparação deste livro, Rafaela Santos, co-diretora artística da Amarelo Silvestre juntamente com Fernando Giestas, disse a Liliana Garcia, a autora dos textos bonitos e em itálico: "Já tenho o tronco, já tenho os ramos, já tenho a copa. A raiz está a ficar quase transparente, quebradiça. E se a árvore cai?"

A Rafaela referia-se a um ramerrame burocrático-administrativo-algo-estupidificante que uma coisa com 15 anos, a Amarelo Silvestre, pode ser que será: uma pequeníssima máquina-burocrática-administrativa-contabilística. E, por ser pequeníssima, nem por isso a máquina tritura menos cabeças.

Não podemos envelhecer da cabeça.

Não podemos envelhecer da cabeça, agora que vemos o corpo envelhecer no recorte de uma ruga. A Rafaela seguiu no seu lamento a Liliana. Artista que é artista lamenta:

"Falta a raiz, que era quando me sentia mais viva, mais insegura também. Quando arriscava mais era quando me sentia mais feliz. Estás mesmo viva naqueles momentos de tudo ou nada. Ou dás, ou falhas. Cais ou voas. É tudo muito radical, muito forte e extremo. Com a idade, ficas mais permeável à rotina, ao lugar confortável. E este trabalho de produção, de direção, dirige noventa por cento da nossa energia para coisas do dia-a-dia. A gente refila muito e batalha muito para ter tempo de investigação, tempo para estar só a ler um livro e isso ser encarado como trabalho. Ver peças e isso ser encarado como trabalho. Passamos aqui oito, nove, dez, onze horas, as que forem precisas, a trabalhar, para ter uma estrutura capaz e viável, que nos permita fazer espetáculos."

Segue Liliana Garcia no comando da escrita: Com o tempo, a co-fundadora da Amarelo Silvestre tem vindo a encontrar formas de revitalizar a raiz: "Coloquei-me mais em zonas de maior risco, em que não estava tão confortável, nomeadamente a escrever. Nunca senti essa competência para escrever, porque não tenho ferramentas. É preciso estudo e trabalho. Ao início, o Fernando também achava que não tinha competência para encenar". De repente, ambos arriscam zonas de desconforto e crescem.

A raiz vai ao encontro de substrato. A árvore não cai. Agora nós no comando da escrita: Pelo menos hoje, amanhã logo se vê.

Estamos aqui, hoje. A casa continua nossa, no sentido de eu, tu, ela, nós, vós, elas. Ela e elas porque têm sido mais elas do que eles a habitar a casa.
Queremos vir - ver. Queremos ser felizes, porra, como nos ensinou José Mário Branco. Queremos ser felizes e, com isso, fazer felizes outras pessoas, porra. Queremos ser felizes com a felicidade das outras pessoas.

Com 15 anos, queremos sair à noite, voltar e não adormecer, queremos seguir. Queremos comer mundo.

Com 15 anos, queremos ter 30. Queremos correr. Não podemos envelhecer da cabeça.
Temos vontade de fruto.

# Meditação sobre o espantoso crime acontecido em Lisboa: Uma filha que mata e despedaça sua mãe

**CAMILO CASTELO BRANCO**
**EDITORA GUERRA E PAZ (2024)**

Em ano de comemoração do 200° aniversário de nascimento de Camilo Castelo Branco, sugerimos este folheto de cordel de um dos maiores prosadores da língua portuguesa.

Maria! Não Me Mates, Que Sou Tua Mãe! pode parecer apenas uma narrativa de faca e alguidar, mas a verdade é que já contém o fulcro dos grandes romances de Camilo, o fatal amor de perdição e a presença do macabro. Camilo publicou-o anonimamente em 1848. E saíram, depois, mais duas edições, também anónimas que foram autênticos bestsellers. Só 40 anos depois se soube que Camilo era o autor.

Pela primeira vez num livro só, oferece-se aos leitores todos os elementos para que desfrutem destes textos deliciosos, tão tétricos como irónicos.

# O LOBO SOLITÁRIO / THE LONE WOLF

**REALIZAÇÃO DE FILIPE MELO**
**CURTA-METRAGEM (2021)**
23 min

No programa da noite da Viva FM, o radialista Vítor Lobo recebe uma chamada de um velho amigo que quer pôr a conversa em dia. Numa noite como outra qualquer, Vítor Lobo, o "lobo solitário", entra na Viva FM, uma estação de rádio "com gente dentro" (como reza o lema), onde conduz o seu programa de conversas noturnas com os ouvintes, uns regulares e outros estreantes. O tema do programa para essa noite era emoções, mas o "lobo solitário" estaria muito longe de imaginar uma noite tão emocionante como a que o aguardava. Em permanente crescendo, as emoções dessa noite vão-se intensificando numa espiral de suspense e tensão que vai dominando o espectador. O envolvente plano-sequência e os virtuosos Adriano Luz e António Fonseca são as peças-chave neste "thriller" dramático que vive muito de um campo/contracampo invisível, que se constrói a partir das palavras ditas e das imagens imaginadas. O filme conta ainda com a colaboração musical de The Legendary Tigerman.

Com uma extensa lista de prémios, destacamos: Shortlist 95th Óscares 2023; Raíces - Festival Internacional de Cine, VI Edición, Chivilcoy, 2023 - Melhor curta-metragem; Prémio Sophia '22, Academia Portuguesa de Cinema - Melhor curta-metragem de ficção; 29° Curtas de Vila do Conde - Prémio do Público e 9° Leiria Film Fest - Melhor curta-metragem de ficção nacional.

# Flow - à deriva

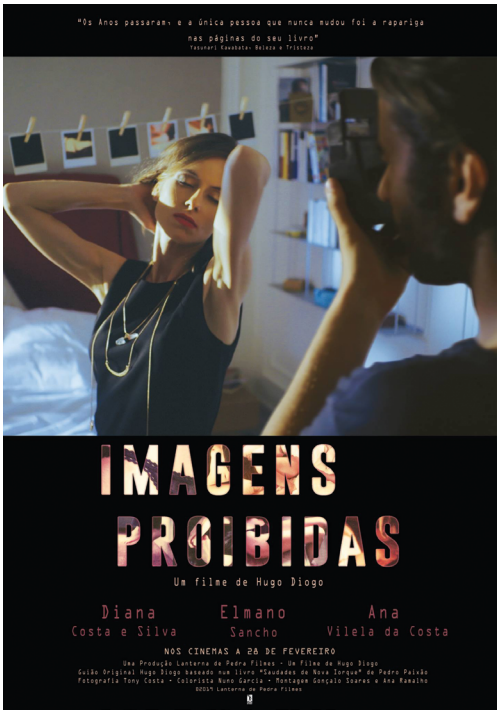
**REALIZAÇÃO DE GINTS ZILBALODIS**
**GÉNERO ANIMAÇÃO, FANTASIA (2024)**
84 min

O mundo parece estar à beira do fim, marcado pelos vestígios deixados pela presença humana. Um gato, solitário por natureza, vê a sua casa ser destruída por uma cheia catastrófica. Encontra refúgio num barco habitado por diversas espécies, com as quais terá de colaborar, apesar das suas diferenças. Neste barco à deriva, que navega por entre paisagens místicas e inundadas, os animais terão de enfrentar os desafios e perigos de se adaptarem a um novo mundo.
Do realizador de "Away", Gints Zilbalodis, traz uma reflexão silenciosa protagonizada por animais ternurentos e revela que a sobrevivência num mundo em mudança depende da união e da colaboração, mesmo entre os mais improváveis aliados. Estreado na prestigiada secção Un Certain Regard do Festival de Cannes, "Flow – À Deriva" conquistou tanto o público como o júri no Annecy International Animation Film Festival, o maior festival de animação do mundo, tendo vencido o Óscar® e o Globo de Ouro de Melhor Filme de Animação.

# Imagens Proibidas

**REALIZAÇÃO DE HUGO DIOGO**
**BASEADO NO LIVRO "SAUDADES DE NOVA IORQUE",**
**DE PEDRO PAIXÃO (2018)**
97 min

David é um escritor português radicado em Londres que regressa a Portugal numa tentativa de esquecer um grande amor e encontrar um novo significado para a sua vida. Em Lisboa, percebe que tudo mudou. A cidade. A família. Os amigos. Ou talvez tenha sido ele quem mudou. David embarca numa viagem, reencontrando caras do seu passado e descobrindo novas paixões. Junta material para escrever um livro e fazer uma série de fotografias. Com este projeto, David procura recriar o amor entre duas mulheres que nunca se conheceram, fotografando uma e depois a outra, permitindo às duas que comuniquem apenas através de si e das fotografias que tira. De máquina Polaroid na mão, ele pretende captar não só a beleza destas duas mulheres pelas quais se vai deixando envolver, mas também o momento único em que elas se encontram, a prova viva desse amor. Mas este é um jogo perigoso e que se irá revelar difícil de jogar.



# Livre Mente

**ARIANA NEVES (2024)**

O **Ep** de estreia de Ariana Neves, residente do carregal do Sal. Licenciada em música na vertente de Guitarra Clássica, na Universidade de Aveiro, é mestranda em Artes Cénicas, depois de já ter concluído um mestrado em Música, faz teatro musical profissionalmente desde os 14 anos. Tem composições escritas desde os seus 13 anos em estilo indie/pop e lançou este EP em julho de 2024, com 4 temas originais, onde se destaca o “Asas de Papel”.

## E o céu o mar prolongava

**CLAÚDIA FRANCO & FILIPE DUARTE (2025)**

Novo EP de Cláudia Franco com Filipe Duarte, onde se criam músicas encantadoras em português, rearranjando com maestria as suas canções de jazz favoritas. Com laços profundos com o jazz e a música portuguesa, eles tecem as suas histórias num estilo delicado e intimista, convidando os ouvintes a uma jornada emocionante pelo som e pela emoção.

## Ao Vivo

**JOÃO FARINHA (2022)**

"AO VIVO" de João Farinha é um trabalho que onde o músico conimbricense recria e renova alguns dos grandes clássicos do Fado de Coimbra, aqueles que ocupam um lugar maior no seio da cultura musical portuguesa. Captado em concertos nos anos de 2020 e 2021 no grande auditório do Convento São Francisco em Coimbra, essas recriações com roupagens sonoras modernas, palavras renovadas e tudo envolto num conceito estético que vai às origens deste estilo musical, procura transportá-lo e aproximá-lo de outros públicos, palcos e geografias.

45
ANOS
FUNDAÇÃO
LAPA DO LOBO
FUNDAÇÃO
LAPA DO LOBO
FELABIA