



Este suplemento é parte integrante da edição nº4780 e não pode ser vendido separadamente



Viver o Natal a cuidar dos que cuidaram de nós

A rotina e o afeto de quem abdica da festa da família para acompanhar os mais velhos.

Entrevista
Cândido Mota,
uma voz
inconfundível
com sotaque
espinhense

Reportagem
Artesanato local
entre a paixão e
terapia

Conto
Nuno Oliveira

Opinião
Arcelina Santiago
Carla Ribeiro
Rita Bulhosa



Índice

3 O meu primeiro solstício

Artigo de opinião de Carla Ribeiro

04 a 08 Trocar o conforto de casa pelo carinho nos lares

Nos lares de idosos, nem todos os utentes têm a oportunidade de virem a casa celebrar o Natal. Contudo, encontram nas instituições verdadeiros anjos da guarda que partilham a consoada e ajudam na troca das prendas. Testemunhos fortes e autênticos de quem não se importa de passar o Natal a trabalhar.

11 a 13 Captar o espírito natalício pela lente de um fotógrafo

Isabel Faustino e Alex Pereira organizam sessões de Natal vocacionadas para famílias, amigos e também animais de estimação.

14 O Natal (devia ser) todos os dias

Artigo de opinião de Rita Bulhosa

15 a 19 Cândido Mota: "Sempre tive uma grande ternura por Espinho"

Dono de uma das vozes de rádio e televisão mais reconhecidas pelos portugueses, Cândido Mota é um filho de Espinho que brilhou ao lado de famosos como Herman José. Atualmente a viver na Aldeia do Meco, recorda em entrevista a "sua" cidade de Espinho e a carreira brilhante.

20 e 21 Ainda estamos aqui

Conto de Nuno Oliveira

22 a 25 Artesanato local

Em gesso cartonado, de tecido ou em materiais recicláveis. As opções são muitas na hora dos artesãos fazerem verdadeiras obras de arte para oferecer, também, no Natal.

26 Aprender a fazer aletria

Receita de Natal por Pedro Cohen

27 Carta de vinhos

André Silva

28 a 30 Presentes no comércio local

Ficha técnica

Diretor
Nuno Oliveira

Redação
Gonçalo Ribeiro
Lisandra Valqueresma
Manuel Proença

Fotografia
Isabel Faustino
Flávio Alberto
Sara Ferreira

Design e Paginação
Ricardo Gomes

Ilustração da capa
Josefina Amorim

Publicidade e Secretária de
Administração e de Redação
Cristina Fonseca
Fernanda Oliveira

Impressão Gráfica
Diário do Minho

Proprietário e Editor
EMPES – Empresa de
Publicidade de Espinho, LDA

Administrador
Nelson Soares

© 2023 Defesa de Espinho –
Todos os direitos reservados



ILUSTRAÇÃO DE CAPA

Josefina Amorim é uma artista plástica natural de Espinho, licenciada em Artes Plásticas pela Faculdade de Belas Artes da Universidade do Porto. Como pintora e animadora 2D, gosta de explorar o tema de intenção e as aversões do quotidiano, através de uma estética realista e "uncanny".

O meu primeiro solstício

"-Carla, bom dia, gostaria de a convidar para escrever um artigo de opinião para o nosso Jornal, (silêncio).

- Bom dia! Um artigo de opinião? -perguntei eu.

- De opinião, Carla. Pode escolher o que achar por bem."

Não fazia ideia acerca do que escrever.

À minha frente tinha um monte de livros de Natal... A ideia quase apareceu, ou não!

Dei comigo a abrir e fechar duas das enciclopédias que ainda mantenho, nos meus livros pessoais, à procura de algo (já o tinha feito antes), sobre a possível origem do Natal. Não satisfeita, decidi abrir aquele aparelho da qual a vida moderna nos tornou reféns. Perguntei-lhe a mesmíssima coisa. Foi mais rápido a selecionar as páginas a consultar, do que eu a encontrar as páginas na enciclopédia, mas a sensação foi de longe muito menos prazerosa.

Adianto que este não é um artigo científico, mas sim um simples desabafo.

Após várias leituras, cheguei quase ao meu ponto de partida, a ideia tornava-se novamente escura e distante.

O Natal antes de ser já o era (e esta?) e, acreditava-se que afinal, a festa que se considera cristã adotou o dia 25 de dezembro como uma forma de conseguir mais adeptos ao cristianismo, utilizando-se de algumas referências dos rituais pagãos.

Fiquei com a sensação que, desde sempre, se comemorou a luz, o sol, a mudança, a bonança e alegria.

Lembrei-me do meu primeiro inverno enquanto mãe. Decorria o ano de 2014. Neste, como em todos, no nosso hemisfério Norte, os dias vinham-se a tornar cada vez mais curtos, as noites eram frias e longas, e eu não deixava de olhar por um segundo a minha luz, a minha filha. Gosto de ler e foi na noite de Natal que decidi procurar informações sobre isso mesmo.

Descobri que os antigos pagãos, chegada a noite mais longa do ano, o **Solstício de In-**

verno, em que o gelo e a escuridão governavam, recusavam-se a acreditar na morte do sol e juntavam-se para celebrar a luz e a natureza adormecida. As tradições destes persistem, no acender das luzes de Natal, nas decorações, ou simplesmente pelos inúmeros devotos que continuam a seguir as **crenças antigas**.

A **festa de Jul ou Yule**, a celebração nórdica do Solstício de Inverno, no dia 21 de dezembro no norte da Europa, tem raízes que são muito mais antigas do que qualquer civilização conhecida. Há monumentos megalíticos, como é o caso do Newgrange, na República da Irlanda, ou o monumento de Alcalar, no Algarve, ambos orientados pelo nascer do sol, que são as primeiras referências ao Solstício de Inverno.

Para os nórdicos e germânicos, o Jul significava a luz num mundo de trevas. Neste dia, homenageava-se a natureza e faziam-se oferendas aos deuses, para que o inverno passasse depressa. As casas eram decoradas com ramos verdes, conhecidos por "evergreen" ou "sempre verde", e reunia-se a família à volta de grandes fogueiras. O fogo era sempre o elemento central, símbolo da luz e da própria vida.

Ainda hoje, na cultura pagã, no dia 15 ou 16 de dezembro, começam a fazer-se as decorações simples da casa com ramos de pinho ou azevinho, para eles a presença do verde é suficiente. Na noite de Solstício partilham um jantar e tentam reproduzir as antigas celebrações, tendo em conta o século em que estamos. O jantar é confeccionado com os alimentos da época — abóbora, colhida no outono, castanhas, maçãs e carne. Comem doces que os convidados trazem para partilhar. O Natal cristão é também passado em família.

No **Natal dos celtas**, o Solstício de Inverno também costuma ser celebrado com festa, uma fogueira e muita música. Come-se, bebe-se hidromel, a bebida da imortalidade e dos deuses, e dança-se música tradicional irlandesa.

Para além de marcar o período em que a noite predomina

sobre o dia, é também um **momento de viragem**, os dias começam a crescer. O tempo de morte, é também de renascimento e de esperança.

Simbolicamente, é preciso chegar ao máximo de escuridão para haver um pequeno vislumbre da luz. Os antigos cultos de Mithra, do Império Romano, eram inspirados num culto de origem persa, as Saturnálias, uma festa em honra do deus Saturno e do Sol Invictus, momento em que os romanos pediam por fartura. E, mais tarde, o próprio cristianismo, atribui, a esta altura o nascimento da luz.

Não pretendo dizer que o cristianismo plagiou as festas de outros povos, porque estas datas fazem parte da natureza.

.....

Lembrei-me do meu primeiro inverno enquanto mãe. Decorria o ano de 2014. Neste, como em todos, no nosso hemisfério Norte, os dias vinham-se a tornar cada vez mais curtos, as noites eram frias e longas, e eu não deixava de olhar por um segundo a minha luz, a minha filha.

.....

O Natal é a data em que os cristãos comemoram o nascimento de Jesus Cristo. Durante anos, devido à inexistência de documentos históricos que confirmem a data, esta comemoração foi feita em dias diferentes. Somente no século IV se estabeleceu a data no dia 25 de dezembro, pelo Papa Julius. Uma das explicações para a escolha do dia 25, eram as festas pagãs que costumavam ser realizadas nesse dia.

O Solstício de Inverno no Hemisfério Norte é uma inspiração para muitas histórias. Há um misticismo que envolve a pequena duração dos dias e as longas noites, o desejo por um sol mais alto, longas tardes que aumentam a vontade de semear, plantar e augurar férteis colheitas.

Para além de marcar o período em que a noite predomina



Texto
Carla Ribeiro,
Palavraria

A própria lenda do pinheirinho de Natal corrobora todas estas hipóteses. Planeámos, com todo o nosso amor e arte, a nossa árvore de Natal que ilumina de um modo especial a farta mesa onde não faltam as azeitonas e, em algumas mesas, as doces tâmaras. Juntamos a família que não se encontra durante o ano inteiro e, por vezes, alguns que não nos visitam há anos. Damos abraços e beijos que estreitam laços e fazem renascer a vontade de estar.

Sim, é este o espírito... a vontade de estar, de conviver, de partilhar vivências, conquistas e derrotas. Esta vontade cresce à medida que o sol permanece mais connosco. Vem o equinócio da primavera, a paixão e o amor andam no ar. Como as culturas, assim a nossa vontade de estar cresce, amadurece e é preciso colher. Os dias continuam a crescer, há uma série de outras tarefas que atropelam a vontade de estar... que esmorece, passa para segundo plano. O solstício de verão dá-se, e o sol começa a sair, gradualmente, mais cedo. A natureza sente, e as árvores começam a despedir-se da sua fonte luminosa. O equinócio de outono chega e leva com ele a luz e as folhas. E este desamor torna-se mais presente, as noites aumentam e o espírito quase desaparece. Urge uma nova anunciação, um novo renascer, um novo motivo para celebrar, para unir, para fazer festa.

Mais do que uma festividade cristã, o Natal é um momento de reunir a família à volta de uma grande fogueira e celebrar a luz num mundo onde, por vezes, a escuridão parece prevalecer. ♦



Texto
Lisandra Valqueresma
Fotografia:
Sara Ferreira/Isabel Faustino

Cuidar e servir: relatos de quem deixa os seus para atender a quem precisa

São testemunhos fortes de quem vive a profissão com intensidade. Apaionadas pelo que fazem diariamente, Virgínia Sá, Débora Araújo, Hermínia Valente, Alice Costa, Alda Pinto e Arminda Silva são apenas alguns dos rostos que cuidam dos idosos que, em Espinho, encontraram um novo lar.

Habitadas a um mundo rodeado de amor, atenção e paciência, estas cuidadoras sabem, na pele, que os cuidados não podem parar, nem mesmo no Natal. O importante é arregaçar as mangas e viver a quadra com a segunda família.

Deixar a família para estar com outra família. É este o sentimento, unânime, das várias funcionárias com quem conversamos nos lares do concelho. Ter que trabalhar no Natal não é novidade para nenhuma delas, é encarado com normalidade e sem nenhum dramatismo. Afinal, tal como dizem, foi esta a profissão que escolheram.

Virgínia Sá tem 63 anos e trabalha no lar da Santa Casa da Misericórdia de Espinho há 31, numa altura em que trocou o balcão de um pronto a vestir em Lisboa por uma nova vida em Esmoriz. "Vim de uma profissão completamente diferente. Na época, estavam à procura de funcionárias para a Santa Casa. Candidatei-me e entrei para os Serviços Gerais", recorda, explicando que trabalhou ao longo de seis anos no horário noturno, passando depois para o diurno, para integrar uma equipa dedicada aos doentes de Alzheimer.

Apesar de admitir que mudou

para uma profissão "muito diferente", Virgínia não desgostou do novo desafio. Pelo contrário, "Gostei logo muito do que fazia e acho que a profissão de cuidador é uma das mais bonitas que existem. Quem cuida, ama", garante, revelando que teve, no passado, oportunidade de mudar e procurar um novo serviço, mas nunca o fez. "Quando sair daqui é para a reforma", brinca.

Desde o início, Virgínia conta que sempre olhou para a figura do idoso "com muito carinho" e, acima de tudo, como uma "pessoa por quem se deve ter muito respeito". Afinal de contas, "por trás de cada um, há uma história de vida diferente e muitos ensinamentos".

Após muitos anos, a funcionária, tal como todos os que cuidam de idosos em lares, já passou pela experiência de trabalhar na quadra que muitos descrevem como familiar e de presença quase obrigatória em casa. No entanto, essa não é a principal dificuldade que Virgínia Sá atribui à profissão. "O que mais me custa é vê-los sofrer. Há colegas que dizem que é a morte, e é claro que também me custa, mas ver o sofrimento do dia a dia é a pior parte", confessa, ressaltando a importância de usar todos os mecanismos ao dispor para atenuar o que é possível. "Tive a sorte de vir trabalhar para uma casa muito boa que sempre se preocupou com o bem-estar do utente e em dar as condições de trabalho certas. Há

muitos anos que temos, por exemplo, máquinas para dar banhos nas camas para os idosos que necessitem", diz, mostrando-se orgulhosa.

Habituada às tarefas diárias de um lar de idosos, Virgínia sabe que é um trabalho que não pode parar, nem mesmo no Natal. "O primeiro que fiz, foi na noite de 24 de dezembro, pois estava a fazer o horário noturno", recorda. "Para mim, foi um bocadinho difícil sair de casa, pois estava com a família. Naquele dia, tivemos que consoar mais cedo porque eu tinha que entrar ao serviço às 20 horas", relata Virgínia, contando que esse foi o primeiro de muitos natais que já esteve a trabalhar.

"Já passei aqui 30 natais, alguns deles na noite da consoada. Na época, acho que mexeu um bocadinho comigo pelo facto de ter que sair de casa, mas depois de entrar na instituição esqueci completamente, até porque acho que nós adotamos estas pessoas como uma segunda família", explica.

Ter que trabalhar na noite da consoada é algo normal num lar de idosos, tal como é trabalhar no dia 25 de dezembro. O feriado existe, mas nem todos podem ficar em casa. "Trabalhar no dia 25, para mim, é como trabalhar num dia como os outros. Confesso que sempre me custou mais a noite do que estar cá no dia 25, até porque fazia o meu turno e, às 14 horas, ia embora. Ou seja, ainda dava para almoçar com a minha família.

Mas como reage a família? Segundo Virgínia, no seu caso, correu sempre muito bem. "Todos compreendem, claro que preferiam que estivesse em casa na totalidade da consoada, mas percebem que é a minha profissão", admite, garantindo que sempre teve bastante apoio do marido, mesmo fora da quadra natalícia.

"Na pandemia, estive 20 dias no lar e sem ir a casa", começa por recordar a funcionária da Misericórdia de Espinho, classificando a época como "uma fase muito complicada", onde o esforço de todos foi colocado à prova. "Nós, que trabalhamos em instituições destas, temos uma responsabilidade acrescida. A Covid-19, naquela altura, não era brincadeira.

Como Virgínia vive em Esmoriz e o concelho de Ovar esteve abrangido por uma cerca sanitária, que dificultava o acesso e a livre circulação de pessoas, foram necessárias alterações à rotina de trabalho. "Tinha um visto da Santa Casa que me permitia entrar e sair, mas chegou a uma determinada altura em que era muito perigoso sair e voltar ao lar todos os dias. A direção abordou-me e perguntou-me se não me importava de ficar no lar durante uma semana. Aceitei e nem hesitei. Foi uma fase muito difícil, se ficássemos

“

A profissão de cuidador é uma das mais bonitas que existem. Quem cuida, ama”

Virgínia Sá



© Sara Ferreira

“

No Natal, trazemos algumas coisas para comer com as colegas e torna-se divertido”

Débora Araújo



© Isabel Figueiro

infetados tínhamos que ir para casa e os doentes precisam de cuidados, não são máquinas que se ligam e desligam. Mesmo sem falar com o meu marido decidi ficar”, descreve.

No entanto, a estadia acabaria por ser prolongada. "Como, ao fim de uma semana, a cerca ainda existia, decidimos que o melhor era ficar mais uns dias. No total, foram 20, tinha as minhas folgas, podia descansar, mas claro que não ignorava o que se passava na instituição”, relata.

Trabalhar no Natal também pode ser divertido

Há seis anos ao serviço do lar S. Francisco de Assis, em Anta, Débora Araújo conta que, apesar de cuidar diariamente dos idosos, até hoje nunca passou a noite de consoada a trabalhar. No entanto, o cenário muda no que diz respeito a trabalhar nos dias 24 e 25 de dezembro.

"Inicialmente, era animadora sociocultural em lares de idosos, mas como, não me sentia realizada e gostava de trabalhar com os utentes, decidi passar para este ramo. Já passei por algumas experiências de estar a trabalhar no dia 25, mas como faço isso há alguns anos, já é um pouco indiferente", começa por contar a cuidadora, admitindo que o Natal de 2023 poderá ser diferente. "Acho que este ano vai-me custar um pouco mais porque tenho um menino com 1 ano mas, no fundo, este é o nosso trabalho", explica, sem rodeios, amenizando a situação com o "bom ambiente" que se vive na instituição.

"No turno da manhã, acabamos por não sentir muito, pois saímos às 15 horas na véspera, logo o que custa um bocadinho mais é o almoço de dia 25", descreve, confidenciando que a ausência no almoço de Natal é compreendida pela família. "Já se habituaram porque faço isto há algum

“

Tentamos sempre animá-los, por isso, costumo fantasiar-me e coloco adereços”

Herminia Valente



© Isabel Fernandes

“

Esta foi a profissão que escolhemos e a família tem que aceitar, por muito que lhes custe”

Alda Pinto



© Sara Ferreira

tempo. Sempre encararam bem o meu trabalho, até porque estou neste contexto de lar desde 2006”.

“Trazemos algumas coisas para comer com as colegas e torna-se divertido, até porque, durante o dia, tentamos fazer alguma animação com os idosos”, conta Débora, explicando que é nesta vertente que se destaca a colega de trabalho Herminia Valente.

Bem-disposta de natureza, Herminia é responsável pela secção de lavandaria e não esconde que se fantasia nos dias mais especiais. Também trabalha no lar há seis anos, mas está ligada à instituição quase há 16. “No dia 1 de dezembro montamos a árvore e os idosos adoram. Tentamos sempre animá-los, por isso, costumo fantasiar-me e coloco adereços”, admite, referindo que gosta bastante de trabalhar com idosos.

Os afetos que só elas percebem

É no lar S. José, em Paramos, que encontramos mais duas cuidadoras apaixonadas pela profissão: Alice Costa e Alda Pinto.

Alice tem 64 anos, vive em Esmeriz e está na instituição paramense há cinco, após uma decisão que lhe mudou a rotina e o estado de espírito. “Era secretária, mas, como esta faixa etária me fascina, decidi parar e tirar um curso para trabalhar na área”, revela, contando que a tarefa de cuidar do outro não era uma novidade para si.

“Já tinha cuidado dos meus avós, dos meus sogros, de várias pessoas, mesmo a nível de amigos. A terceira idade era uma coisa que gostava, adoro ouvir as histórias. Lembro-me, por exemplo, que o meu avô estava sempre à minha espera para eu lhe lavar os pés. A verdade é que aquele

sentimento foi crescendo e gosto muito do que faço”, garante, referindo, assim, que “lidar com os idosos e perceber aquilo que transmitem é muito bom”. E nem aqueles que não têm voz passam despercebidos para Alice. “Dão-nos sinais. Quando esses nos dão um sorriso, costumo dizer que já ganhei o dia. São, de facto, seres muito interessantes”.

Técnica de análises, Alda Pinto trabalhou durante 30 anos em laboratórios. Foi uma ida para o desemprego que lhe permitiu conhecer outra realidade e ingressar no lar S. José, já lá vão 12 anos. “Fiz uma formação, através do Instituto do Emprego e Formação Profissional, e vim estagiar para este lar que, mais tarde, acabou por me chamar para trabalhar”, conta, revelando que nunca pensou trabalhar nesta área, mas desde logo a surpreendeu “pela positiva”. Bastante arrepiada ao recordar o início, Alda destaca, acima de tudo, “os afetos”, pois “só quem está cá diariamente é que sabe o que significa”.

Quer Alice, quer Alda já passaram vários natalis ao serviço dos idosos. Alice diz mesmo que já fez “todos os horários possíveis” dentro da instituição, mas não esconde que há sempre um pequeno lado aliado à tristeza, sobretudo pela família que deixam em casa. “Também temos pais com alguma idade e nunca sabemos se é o último ano que estamos com eles. O que mais me custa é estar na noite de dia 24, pois sempre fui habituada àquela azafama de preparar as coisas, mas a verdade é que, quando entro na instituição, dedico-me ao serviço e tentamos, todos, usufruir daquilo que eles nos dão, da mesma forma que também tentamos dar o nosso amor, pois esforçamo-nos para que eles fiquem bem”, ressalva Alice Costa, contando-nos que, normalmente, o horário de trabalho nesta época apresenta alguma rotatividade, mas nem sempre isso é possível. Uma vez que “há uma sequência, às vezes acaba por coincidir”, tal como aconteceu no último Natal. Alice trabalhou nos dias 24 e 25 de dezembro e também na festa de Passagem de Ano.

Para Alda Pinto, trabalhar no Natal acaba por ser “um misto de emoções”. Admite que gosta de estar no lar, mas não esconde que há, em casa, quem se sinta mais triste. No entanto, a dificuldade acaba por ser atenuada com a utilização das tecnologias. “Hoje em dia temos a vantagem das videochamadas, por isso estamos lá e no lar ao mesmo tempo”, estreitando a distância dessa forma.

Segundo Alda, tem que haver uma adaptação familiar. “Esta foi a profissão que escolhemos e a família

tem que aceitar, por muito que lhes custe. Eles apoiam-se uns aos outros em casa e nós, aqui, temos os nossos idosos que também nos apoiam”, diz.

Continuar a cuidar, mesmo depois da reforma

No lar de idosos do Centro Paroquial S. Tiago de Silvalde, encontramos Arminda Silva. Tem 70 anos e ainda trabalha, apesar de já se ter reformado. Sem rodeios, admite que gosta do que faz.

Na instituição, faz “um pouco de tudo”. Ajuda na lavandaria, serve refeições e conversa com os idosos. No fundo, todos a conhecem. Quando recorda o passado, a funcionária não contém a emoção ao pensar na fase dura da pandemia. “Os dois anos de Covid-19 foram muito complicados para se gerir tudo, faleceram alguns idosos e alguns passaram por algumas situações graves. Foi preciso muita luta e tivemos que trabalhar no duro”, conta.

Sobre trabalhar no Natal, Arminda consegue fazer a consoada em casa, juntamente com a família, mas não falta ao serviço ao longo do dia 24 e 25 de dezembro. “Não é uma questão de trabalho, mas não há um dia em que eu não venha à instituição ver como estão os idosos”, revela a septuagenária.



“Já tivemos o caso de um senhor que, como não tinha família viva, recolhia-se sempre no Natal. Almoçava no dia 24 e ia para o quarto. Não queria jantar e no dia 25 também não almoçava. Uma vez apanhei-o a chorar. Disse-me que não tinha família e que, por isso, o Natal para ele não existia. Percebi que tentava avançar esse dia e era como se cá não estivesse”. Alda Pinto

Pode haver magia do natal num lar de idosos?

Sim! Todas as cuidadoras garantem-nos isso mesmo. Apesar de não esconderem que cada idoso tem direito ao seu sentimento, nas instituições tudo é feito para que a quadra se viva com intensidade.

Regra geral, a decisão sobre o local onde cada idoso passa a festividade depende dele mesmo. Se há famílias que os levam para casa nestes dias mais especiais, outras fazem o esforço para compreender a vontade de ficar na instituição.

Segundo Virgínia Sá, são vários os idosos que acabam por passar o Natal no lar da Misericórdia de Espinho. Ficam os doentes acamados, mas também tantos outros que não têm família, que não têm condições físicas para, por exemplo, subir uma escadaria, ou simplesmente porque assim o desejam.

As histórias são muitas e variadas. “Sabemos que também há filhos que não têm hipóteses de os vir buscar, então ficam connosco e ficam muito bem”, garante a funcionária de 63 anos, explicando que é sempre feito um esforço para que seja uma festa feliz. “Há coisas que mexem connosco porque

Cidade Natal

ESPINHOHOHO

1 de DEZ a 7 de JAN.'24

ANIMAÇÃO DE RUA

MERCADO de Natal

RAMPA DE GELO

HORÁRIO

Segunda a Quinta: 17h00 às 20h00	Sexta: 17h00 às 23h00	Sábado: 10h00 às 23h30	Domingo: 10h00 às 20h00
--	---------------------------------	----------------------------------	-----------------------------------

Encerrado:
24, 25, 31 DEZ. e 1 de JAN'24

Aceda ao programa completo em www.espinho.pt

Organização: 

Apoio: 

“

Lidar com os idosos e perceber aquilo que transmitem é muito bom”

Alice Costa



“

Não é uma questão de trabalho, mas não há um dia em que eu não venha à instituição ver como estão os idosos”

Arminda Silva



olhamos para os idosos e sabemos que, por trás, de cada um, há uma história de vida. Há idosos que trabalharam, deram de tudo aos filhos, às vezes descuidaram-se deles próprios e, depois, no fim da vida, não é como eles idealizaram. O suporte que pensavam que iriam ter, afinal não existia, mas também não sabemos nada da vida dos filhos, não sabemos se têm possibilidades”, alerta.

Há muito trabalho a fazer

Débora Araújo caracteriza os dias de serviço na época do Natal como “mais trabalhosos”. Uma vez que há uma grande movimentação para a saída dos idosos da instituição. “Na manhã de dia 24 começamos a prepará-los, porque muitos deles saem logo ao início do dia. Preparamos as roupas e os pertences deles como as famílias pedem e nota-se que há entusiasmo”, explica. Se há quem parta logo de manhã, outros fazem-no durante a tarde. “Há muitas possibilidades. Há quem vá ao fim do

dia e fique para o dia 25, há quem vá jantar e regresse ao lar para dormir e há também quem vá almoçar e volte depois”, conta Débora. No regresso, de acordo com a funcionária, é impossível não reparar numa maior agitação.

Sentimento que é comprovado também por Alice Costa e Alda Pinto. Segundo as duas profissionais, acabam por ser dias de muitas mudanças, o que pode significar uma alteração significativa na vida do idoso. “Temos alguns utentes que saem, mas a maioria fica e há várias razões, desde pessoas que preferem ficar, outras que estão muito debilitadas e outras ainda que as famílias não os vêm buscar. Há familiares que, independentemente de gostarem muito deles, não estão habituados a lidar com as necessidades dos idosos como, por exemplo, o facto de usarem fralda”, esclarece Alda. “Já tivemos casos em que as famílias os levam, mas passado pouco tempo regressam porque notam que eles ficam um pouco alterados, há idosos que estranham e não estão bem nem uns, nem outros”.

Além disso, o facto de haver um desvio da rotina alimentar, consiste em outro desafio. “Há sempre excessos, há o vinho quente com a canela, há o molho que tanto gostam e é natural que o trânsito intestinal também se altere. E depois é um transtorno que para as famílias, quer para os idosos, porque há alguns que têm consciência e sentem-se mal perante essas situações”, revela a cuidadora, explicando que há muitas histórias.

Natal após Natal, Alda Pinto não consegue deixar de puxar a memória atrás e lembrar-se de um antigo utente. “Já tivemos o caso de um senhor que, como não tinha família viva, recolhia-se sempre no Natal. Almoçava no dia 24 e ia para o quarto. Não queria jantar e no dia 25 também não almoçava. Uma vez apanhei-o a chorar. Disse-me que não tinha família e que, por isso, o Natal para ele não existia. Percebi que tentava avançar esse dia e era como se cá não estivesse”, relata a cuidadora de Paramos, explicando que esta é uma história que a marca até hoje. “Já faleceu, mas no Natal vem-me sempre à cabeça”, diz.

No lar S. José, segundo Alice Costa, “sentem-se muito mais à vontade”, até porque existem as condições adequadas. “Nesses dias, há situações em que a saída da rotina os descontrola e as famílias, muitas vezes, não sabem como agir”.

Já em Silvalde, a maioria dos idosos acaba por sair. Tal como explica Arminda Silva, ficam os doentes acamados, por não se poderem movimentar ou quem tem algumas debilidades e que os impede, por exemplo, de aceder a pisos superiores.

Havendo sempre quem fique nos lares, as instituições não permitem, nem podem, que as datas passem em branco. Em todos os lares de Espinho, realizam-se, nos dias que antecedem o Natal, uma festa e um jantar que reúne utentes, funcionários e direções, mas na noite de consoada a festa volta a fazer-se.

No lar da Santa Casa da Misericórdia, a caldeirada com o bacalhau não pode faltar. Segundo Virginia, é o prato de eleição, tal como o cabrito assado que é servido aos utentes no almoço de dia 25, uma realidade que se estende também às outras unidades do concelho.

As cuidadoras com quem conversamos dizem que “existe tudo a que os idosos têm direito” e é preparado “como as pessoas estão habituadas nas suas casas”. À mesa, não faltam as rabanadas, nem os bilharacos, tal como o vinho do Porto, o farrapo velho e o tradicional molho fervido, uma iguaria apreciada, no geral, pelos mais velhos. *

Aprende a amar-te!

“- Amas-me? Perguntou Alice.

-Não, não te amo! - Respondeu o Coelho Branco.

Alice franziu a testa e juntou as mãos como fazia sempre que se sentia ferida.

- Vês? - Retorquiu o Coelho Branco.

Agora vais começar a perguntar-te o que te torna tão imperfeita e o que fizeste de mal para que eu não consiga amar-te pelo menos um pouco.

- Sabes, é por esta razão que não te posso amar. Nem sempre serás amada Alice, haverá dias em que os outros estarão cansados e aborrecidos com a vida, terão a cabeça nas nuvens e irão magoar-te. Porque as pessoas são assim, de algum modo sempre acabam por ferir os sentimentos uns dos outros, seja por descuido, incompreensão ou conflitos consigo mesmos. Se tu não te amares, ao menos um pouco, se não crias uma couraça de amor próprio e de felicidade ao redor do teu Coração, os débeis dissabores causados pelos outros tornar-se-ão letais e destruir-te-ão.

A primeira vez que te vi fiz um pacto comigo mesmo:

“Evitarei amar-te até aprenderes a amar-te a ti mesma!”

Lewis Carrol in “Alice no País das Maravilhas”

O Natal está quase a chegar e com ele as nossas memórias mais antigas, aquelas que nos faziam acreditar no Pai Natal a descer pela chaminé. As prendas eram essencialmente livros de encantar, a despertar o nosso imaginário. Com eles, sonhávamos e viajávamos para outros mundos e, em alguns deles, os animais falavam. Os contos infantis eram intrigantes e cheios de significado, alguns deles, não entendíamos de imediato a mensagem, mas mesmo assim, provocavam-nos encantamento. Por isso mesmo, mais tarde, voltam de novo à nossa lembrança. Os livros da nossa infância deviam ser revisitados em várias etapas da vida. Isso aconteceu comigo com o conto de Antoine de Saint-Exupéry, O Príncipezinho, ou este que agora cito. Neste caso, foquei a minha atenção neste diálogo aparentemente simples mas recheado de uma intensa complexidade, entre duas personagens deste conto infantil: o Coelho Branco e Alice!

Na verdade, este excerto expressa de forma lúcida e clara aquilo que sinto e acredito em unísono com este sábio conselheiro - o Coelho Branco.

Sim, voltar ao imaginário dos livros que povoaram a nossa infância é um exercício muito enriquecedor. Já José Saramago, Nobel da literatura, fez esta citação em jeito de questionamento: “e se as histórias para crianças passassem a ser de leitura obrigatória para os adultos?”

Seriam eles capazes de aprender realmente o que há tanto tempo têm andado a ensinar?”

Esta observação é muito pertinente, porque, na verdade, a maior parte das vezes temos ensinado mais do que aprendido, ou então, temos descurado aspetos a merecer melhor atenção.

Assim, neste excerto do conto clássico e intemporal Alice no País das Maravilhas, de Lewis Carrol, o Coelho Branco chama a atenção para alguns pontos fundamentais que deverão ser o sustentáculo para a nossa felicidade: aprender a gostar de nós próprios. Não ficar dependente da aceitação dos outros, não nos aniquilarmos pelas adversidades, mas antes fortalecermo-nos, aceitar a sinceridade de uma opinião antagónica da nossa, pois ela

pode mesmo ajudar-nos a crescer. A tal couraça tem de ser criada para podermos sobreviver aos abalos que nos ferem. Cair e levantar - é o lema! Há que admitir que não somos perfeitos mas queremos tentar ser melhores pessoas. Este é um objetivo a dar sentido à nossa vida.

Alice era uma menina que escutava com atenção o implacável Coelho Branco, experiente da vida e dos sentimentos dos humanos. Ele é inspirador para a aprendizagem que cada um tem de fazer, mas essa aprendizagem sobre nós próprios só será possível se formos seres reflexivos sobre o que somos e o que queremos ser. Dá trabalho, mas vale a pena. Ser Pessoa começa em pequenino, mas os adultos ainda vão a tempo de mudar, queiram eles retratar-se e encontrar o seu caminho. Nunca é tarde para a mudança porque aprendemos até morrer. Aprendamos a amar-nos e a amar os outros de forma genuína e honesta.

O Natal está quase a chegar e de imediato entramos em contagem decrescente para o final de mais um ano. É uma época propícia para fazermos uma introspeção. Mais juntos da família para sentir o seu imenso valor. Mais perto de nós próprios para interiorizarmos a efemeridade da nossa caminhada. Neste balanço do ano que está a terminar, nada melhor do que pensarmos na forma como nos vemos e se gostamos do que vemos. As atitudes que tomamos perante a vida e os outros, a forma como reagimos às contrariedades, a forma como lutamos pelos sonhos. Se não estivermos bem connosco próprios, se não gostarmos de nós, para lutar e vencer, então, não esperemos que alguém o faça por nós.

Feliz Natal e Ano Novo, em alegria e cheio de presentes, simbólicos e intensos, aqueles que nos permitam tornarmo-nos melhores pessoas. ✨



Texto
Arcelina Santiago





Desejamos a todos
os nossos amigos, clientes
e fornecedores um
Feliz Natal!

visite-nos: WWW.PERALTAFIL.PT

Um *click* para transformar um momento especial numa prenda original

Imortalizar um momento e transformá-lo numa prenda original é a premissa para as famosas sessões de Natal. Famílias, casais ou grupos de amigos vestem-se a rigor com trajes natalícios e, por alguns minutos, viram modelos em cenários natalícios. As fotos finais são um belo presente para oferecer na noite de 24 de dezembro.

Texto: Gonçalo Ribeiro
Fotografia: Sara Ferreira, Flávio Alberto

A pesar de ser uma moda recente, as sessões de Natal parecem estar para ficar pois vão conquistando cada vez mais clientes. Esta nova tradição tornou-se uma maneira emocionante e única de celebrar a temporada festiva, capturando não apenas imagens, mas memórias que perdurarão para sempre.

O produto final normalmente resulta em prendas para oferecer em formato físico ou também digital. Há sessões para todos os gostos com packs diversificados que, normalmente, contemplam fotografias digitais em alta definição, postais impressos ou até molduras. Quanto maior for o número de registos, maior será também o preço a pagar. Há sessões a custarem 25 euros, mas há casos em que podem chegar aos 150 ou mais. Tudo depende do gosto e da carteira de cada um.

Isabel Faustino é uma das fotógrafas que se aventurou neste tipo de sessões. Começou a realizar estes momentos no último ano, por recomendação de um amigo, que lhe disse que "estava na altura de experimentar algo diferente", começa por explicar. "Depois de ter arranjado tudo o que

precisava como luzes, cenário e outras decorações, decidi sair da minha zona de conforto e abracei o desafio", afirma Isabel.

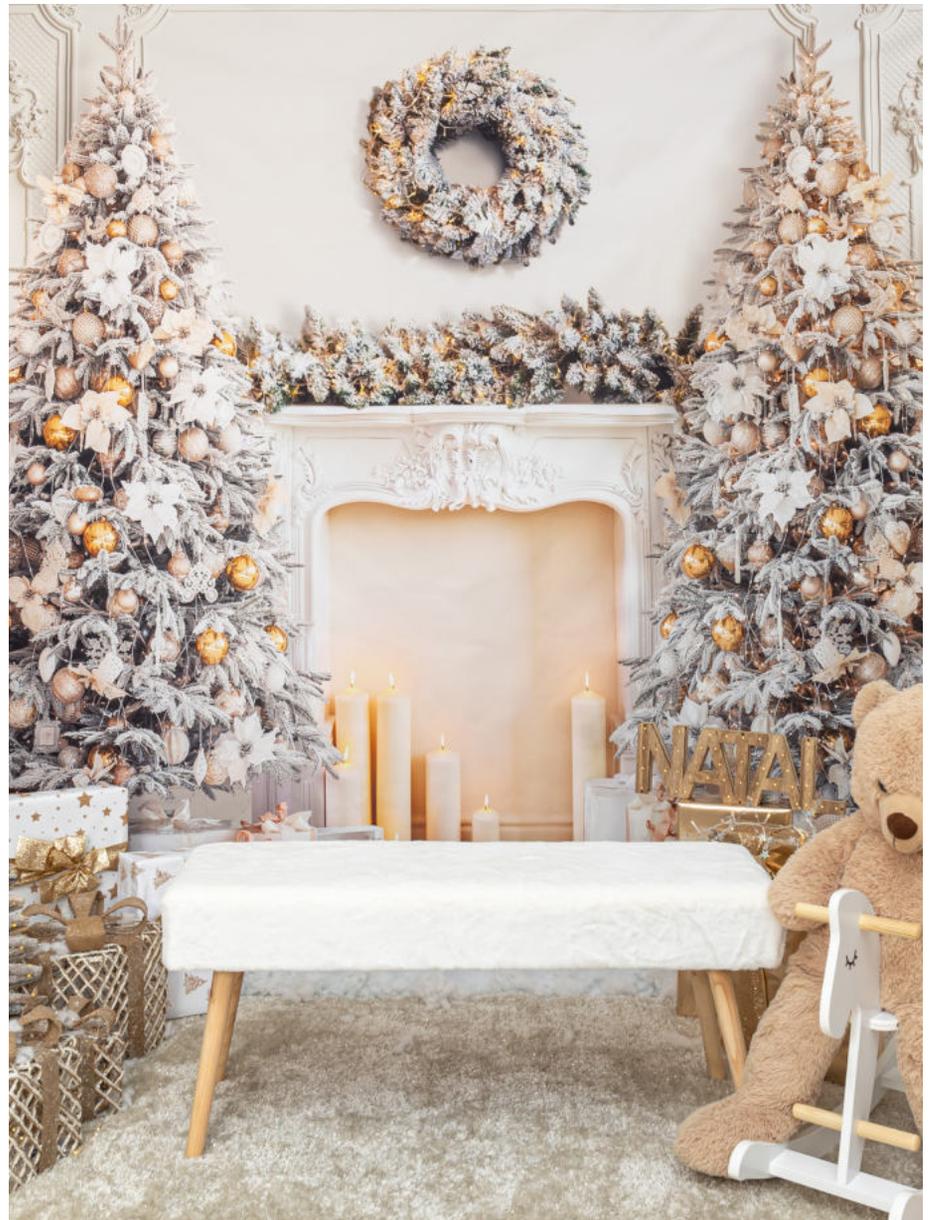
Em 2023, a espinhense admite que há muitas famílias a repetirem a experiência. "Isso é revelador da satisfação dos clientes com as sessões", admite. Este ano, Isabel comenta que tinha dúvidas sobre a realização de novas sessões, "por causa da dificuldade em conciliar horários", mas como o trabalho tinha sido tão bem recebido, acabou por repetir.

Alex Pereira, responsável pela Monstro Creative Studios, também se aventurou neste tipo de eventos, curiosamente também encorajado por um amigo. "Tendo em conta o meu lado pouco convencional, disse-me que podia ser uma experiência engraçada. Aos poucos fui ganhando experiência e as coisas têm corrido bem", revela Alex.

Uma moda recente

Já ninguém estranha receber uma fotografia natalícia como prenda e, por isso, a tendência é de passarem a existir cada vez mais clientes.

Curiosamente, quanto às



razões que levam as famílias, casais ou amigos a fazerem as sessões, os fotógrafos têm teses diferentes. Isabel atribui às redes sociais uma boa parte da responsabilidade no surgimento da tendência. "Isto é uma tradição maioritariamente americana, que se instalou na nossa cultura, tal como o Halloween. As constantes partilhas nas redes sociais tiveram um impacto muito grande, especialmente naqueles que formaram famílias há pouco tempo. É um produto barato que resulta numa prenda original", considera Isabel.

A fotógrafa admite que se trata de uma moda recente, "mas não deixa de ser um negócio". Apesar de tudo, as sessões "são um nicho, são específicas, mas representam um investimento muito grande", comenta.





“

Quando chegam ao estúdio, as crianças esquecem-se que vêm fazer as fotos, parece que vêm mesmo brincar”

Isabel Faustino

Por sua vez, Alex, que trabalha com famílias, grupos de amigos e até com animais de estimação nestas sessões, considera que, em Espinho, as sessões tornaram-se uma tendência. “No ano passado, começou a notar-se um maior interesse das pessoas em fazer estas sessões, mas já se fazia, há bastante tempo, em cidades como o Porto. Ninguém inventou a pólvora, apenas se vende melhor o produto”, indica.

A inquietude das crianças

Os retratos natalícios vão muito além da simples captura de sorrisos diante das máquinas fotográficas. Contam histórias, transmitem emoções e preservam as tradições familiares. Sejam mãos dadas ao redor de uma árvore decorada, risos compartilhados no meio de um cenário com neve ou um abraço caloroso enquanto se trocam presentes, cada foto torna-se numa cápsula do tempo. As crianças, regra geral, são sempre intervenientes nas sessões e para que esses momentos felizes sejam proporcionados é necessário que os fotógrafos tenham uma certa habilidade na hora de lidar com os mais novos. Isabel admite que, “por vezes não é fácil, uma vez

que as crianças podem ser irrequietas, mas, felizmente, gostam muito de mim”. Esta vertente do trabalho com as crianças pode ser desafiante, mas a fotógrafa assume que aprecia muito essa parte e acaba por “ser fácil de lidar”. “Nas sessões feitas no último ano, as crianças tinham alguma vergonha. Como voltei a trabalhar com muitas das famílias em 2023, foi interessante ver essa evolução pois agora estão mais à vontade e mais crescidos. Foi uma agradável surpresa”, evoca. Na opinião de Isabel, “é preciso dar tempo às crianças para se ambientarem e perderem a vergonha”. Apesar de trabalharem em cenários diferentes, o cenário da boa reação dos clientes às sessões é igual no caso de Isabel e Alex. “O facto do espaço não ser convencional pode ajudar à boa reação das pessoas, mas isso depende da opinião de cada um”, indica Alex. O fotógrafo conta ainda com a ajuda de uma assistente especial, a namorada, que “ajuda nas interações com os mais novos, uma vez que trabalhar com crianças pode ser difícil em algumas ocasiões”, comenta. No entanto, de uma forma geral, “não tem sido difícil lidar com os miúdos, basta ter um pouco de jogo de cintura. Os miúdos ficam fas-

cinados com todas as luzes que temos aqui, é um mundo muito atrativo para eles, onde se distraem e riem bastante”, explica Alex.

Para poder interagir com as crianças da melhor forma, considera que o segredo está em colocar-se na idade das mesmas, sem utilizar uma linguagem “demasiado infantil”, mas percebendo quais são as suas preocupações, sem nunca as desvalorizar.

Cenários que fazem a diferença

A magia começa antes mesmo da sessão, quando fotógrafos e clientes colaboram para definir temas e criar cenários que personifiquem a alegria festiva. Durante a experiência, a habilidade do fotógrafo para criar um ambiente descontraído e confortável é fundamental para capturar a autenticidade dos momentos. Seja num estúdio acolhedor, ou numa casa iluminada por luzes cintilantes, a criatividade torna-se a aliada na busca pela imagem perfeita.

No caso de Alex, os clientes podem fazer o seu próprio cenário, podendo trazer objetos para acrescentar na fotografia. “Vou estudando, misturando e dando liberdade às pessoas e acho que isso é que pode tornar

a experiência em algo diferenciador. Entram na parte criativa do processo, é um parque de diversões para toda a gente”, afirma Alex.

Para o fotógrafo, a envolvimento dos clientes no processo criativo acaba por ser benéfica. “É útil haver essa interação para que o produto final seja interessante, tem de haver uma simbiose para que as coisas saiam bem”, confirma.

Já Isabel, a estratégia que utiliza para ser criado um ambiente acolhedor e natalício, passa muito pela decoração, com pequenos peluches, almofadas temáticas e árvore de Natal. No seu caso o destaque normalmente acaba por ser a criança e, por isso, optou por ursos de peluche, que ajudam a tirar a timidez de algumas crianças. “Quando chegam ao estúdio, esquecem-se que vêm fazer as fotos, parece que vêm mesmo brincar, isso é engraçado”, revela.

Muito mais que fotografias

Para estes fotógrafos espinhenses, que se dedicam a capturar a atmosfera mágica do Natal nas suas lentes, as sessões não são apenas registos visuais, mas verdadeiras prendas que transcendem o convencional. Cada fotografia atinge a capacidade de tornar-se num

presente, um registo repleto de emoções e memórias. A habilidade de encapsular a alegria efêmera, o calor dos abraços e a serenidade do espírito de Natal numa imagem, torna estes profissionais em verdadeiros artesãos do tempo. As fotos não são apenas lembranças visuais, mas presentes que permitem que as pessoas revivam e compartilhem a magia das festas não apenas durante a temporada, mas ao longo de todo o ano.

Alex considera que estes trabalhos específicos surgem também por existir a possibilidade "de oferecer um presente personalizado". O fotógrafo considera que os espinhenses estão atualizados na hora de oferecer prendas, visto que "já existe um certo cansaço relativamente ao tipo de consumo a que estão habituados".

Isabel concorda com Alex em relação ao valor simbólico deste tipo de prendas. A fotógrafa conta que as pessoas pedem para fazer a revelação das fotos e oferecem como prenda a avós, tios, padrinhos, algo que pode ser original e relativamente barato. "As pessoas habituaram-se tanto ao telemóvel que já não há fotografias impressas. Faço questão de dar as fotografias em papel para que se perceba bem o nosso trabalho", declara. A fotógrafa explica que os clientes notam a diferença de qualidade e que, se não puder fazer a impressão das fotografias, "acaba por ser frustrante, porque se perde noção do trabalho no telemóvel", comenta.

E para o ano?

Cativar mais clientes é também um processo de atualização constante. Um dos pontos altos na escolha destas sessões passa pelo cenário criado. Assim, é importante não repetir os mesmos palcos. Isabel revela que o cenário de 2023 não é o mesmo de 2022. "No ano passado, o cenário era mais infantil, agora é mais real", conta.

Para 2024, o cenário na Monstro também será cer-

tamente alterado. A necessidade de criar algo novo é forte, a única coisa que se irá manter será a flexibilidade de elementos a fazer parte do retrato, "consoante a vontade dos clientes", explica Alex, acrescentando que "o objetivo é continuar ligado aos clientes no processo criativo. Se quiserem o quadro do Menino da Lágrima, ótimo, se não quiserem, tudo bem também". Se o Menino da Lágrima faz sucesso, para 2024 a Mona Lisa, numa versão com óculos de sol, promete captar as atenções.

De forma geral, as sessões de Natal com fotógrafos dedicados oferecem mais do que simples fotos, e encapsulam a magia efêmera da temporada, criando um legado visual que transcende o tempo. Estes artistas habilidosos, ao capturarem estes momentos, garantem que a alegria, o amor e a união das festas de fim de ano permaneçam vivos e vibrantes por muitos anos. ★

“

Faço questão de dar as fotografias em papel para que se perceba bem o nosso trabalho”

Isabel Faustino

“

O objetivo é continuar ligado aos clientes no processo criativo”

Alex Pereira

Aipal

*No Coração de Espinho,
desde 1964*

O Natal (devia ser) todos os dias



Texto
Rita Bulhosa

Nesta época natalícia de prendas e afetos, todos gostam de apelar à solidariedade ao companheirismo e à empatia. Dão-se abraços e xis de coração, muito deles encenados, bem sabemos, vive-se num suposto mundo perfeito.

Recordar o Natal dos últimos anos, faz-me sempre recuar no tempo, não muito, basta chegar à altura da pandemia em que todos dizíamos em coro "vai ficar tudo bem". Será que ficou tudo bem? Na verdade, esse estranho período do mundo só serviu para nos conhecermos melhor, a nós e aos outros. Quer para o bem ou para o mal, com todas as consequências inerentes a tão grandes mudanças sociais a que o mundo assistiu à beira de um ataque de nervos. Agora que passou, parece mesmo que foi no século passado...

Tenho de vos confessar que gosto genuinamente do Natal, talvez por isso me tenha apressado a nascer para chegar a tempo desta altura tão cheia de luz e muita magia. Depois, vamos ficando adultos, percebendo a pantomina desta sociedade e os seus truques que escondem egoísmos e até avareza.

Eu sou positiva por natureza. Tenho por hábito ver sempre brilho, mesmo quando a luz não é favorável. Eu gosto de ver o copo meio cheio no inverso do meio vazio. É uma questão de crença e atitude perante o dia a dia. Em tudo na vida devemos necessariamente olhar para as coisas sempre numa perspetiva positiva e de esperança. No entanto, devo confessar, que deixei cedo de ser aquela criança que acreditava verdadeiramente no Pai Natal da lengalenga, o que põe as prendas no sapatinho. Comecei a ser a miúda adulta que prefere ver o Pai Natal apenas como uma ideia que deveria simplesmente celebrar a magia desta festividade nas mais simples e pequenas coisas do dia a dia. Para minha tristeza, a solidariedade que é tão dita e ouvida por esta altura, não acontece nas outras estações do ano. É de facto bastante bonito, dizer que nos preocupamos muito com os outros, que tudo queremos fazer por eles, mas no fim de contas são raras as ocasiões em que isso acontece. O mundo é cada vez menos solidário, tem apenas datas de expiação que se celebram para libertar a falta de atitude no dia a dia.

Vejam-se as guerras que por aí matam tantos inocentes.

Voltando o foco de cada um, na verdade ninguém é perfeito, também eu tenho os meus defeitos e qualidades, mas não posso deixar de ressaltar que a empatia, a meu ver, é dos sentimentos mais nobres que podemos sentir uns pelos outros. Parece-me que está em vias de extinção nesta sociedade tão consumista, acelerada e pouco preocupada com o outro. Esta deveria ser a época para se pensar nisso. A empatia – a palavra é pomposa, todos gostamos de a usar, repetir e repetir até à exaustão. Penso que ser empático, mais do que um simples gesto de circunstância, deve ser um exercício de vida e diário, durante os 365 dias do ano e não apenas nesta época de canções de Natal.

Nem tudo na vida é linear e ainda bem. É bom saber que, no meio da sociedade hipócrita em que vivemos, também há exceções das boas e que nos fazem acreditar que este mundo pode ser sempre um lugar muito melhor, basta querermos, dar o melhor de nós sem reservas nem preconceitos.

Não tenho uma resposta exata, nem uma razão concreta que justifique a falta de valores na sociedade em que vivemos. O que sei é que reina a indiferença e o salve-se quem poder. Não é preciso muito para concluirmos esta evidência. Basta vermos as duas grandes guerras que estão a acontecer agora no mundo.

A grande questão que me assalta o pensamento é que nós próprios, todos sem exceção, fazemos pequenas guerras no nosso dia a dia, no nosso pequeno mundo; seja por não gostarmos do nosso colega de trabalho, ou então porque achamos que somos vítimas de uma qualquer injustiça, ou simplesmente porque acordamos um dia de manhã em desgaste, exaustão e desânimo, e consideramos, simplesmente, que o mundo está contra nós... minudências na comparação com as grandes aflições do mundo atual.

Ora, se perante estas pequenas coisas, as mais corriqueiras do nosso quotidiano, já perdemos a noção do outro, e o nosso umbigo passa a ser o centro do mundo, como é possível não existirem guerras?

Claro que têm de existir! Não deviam! Sempre, assim, se fez a história da humanidade, porque o ser humano, apesar do ser racional, por ganância é capaz de tudo e mais alguma coisa.

Sendo eu uma mulher adulta com deficiência e que experimenta constantemente o sofrimento físico de forma dura e crua, procuro evoluir numa busca constante de uma certa luz que me dê clareza. Tento cultivar luz em mim e nos outros, sempre numa perspectiva de valor acrescentado.

Creio que viemos ao mundo, não só numa ótica de evolução individual, mas também para fazer algo pelos outros. É nesse sentido que julgo que o Natal é a essência de toda esta tradição e que nos deveria fazer pensar nisso mesmo.

Por vezes, num momento qualquer, a vida sem contemplações dá-nos um abanão e obriga-nos a viver sem fingimentos nem desculpas.

A certa altura da vida, uns quantos natais passados, percebemos que além de não termos de viver à imagem e semelhança do politicamente correto, nunca devemos abandonar a criança encantada com as luzes de Natal que vive dentro de nós.

Ninguém é perfeito, eu muito menos, a única diferença entre a minha realidade e a sua, caro leitor, é que já senti a dor da indiferença tantas vezes, que preferia que fosse Natal mais vezes para não ter de chocar com essa dura realidade. São momentos em que a falta de empatia é a regra, um coração carregado dela é a exceção. Volto a lembrar, a empatia é o melhor presente que podemos ter na vida.

A essência dos valores maiores estão longe de ser bens materiais, mas sim morais e vindos bem do fundo da alma e do coração do ser humano.

Gostava que o verdadeiro espírito de Natal fosse vivido todos os dias, por mais difícil que isso possa parecer. Que cada um de nós pudesse ter a capacidade de se entregar e de se colocar no lugar do outro sem reservas nem preconceitos.

Esta é a reflexão mais importante que prometo levar para a minha ceia de Natal desejando que todos possamos experienciar uma mudança positiva nas nossas vidas no ano que agora chega 2024. *

Texto
Manuel Proença
Fotografia:
Sara Ferreira

“Espinho foi, durante muitos anos, a minha grande terra”

Cândido Mota nasceu em Espinho e foi uma das vozes da rádio e televisão mais conhecidas dos portugueses, com participações em programas que marcaram gerações. Aos 80 anos e a viver na Aldeia do Meco, o locutor, que também fez teatro e se popularizou no pequeno ecrã ao lado do amigo, Herman José, recorda a terra natal com carinho e saudade. Numa entrevista de memórias, o filho da atriz e fadista, Maria Albertina, recupera a infância passada no ‘Picadeiro’, a azáfama do Casino e os dois pés esquerdos, que não o impediam de passar as tardes a brincar na rua.



Que relação tinham os seus pais com a então vila de Espinho e como surgiram por lá, pois ao que julgo residiam na Foz e tinham casa na Granja?

Nasci na clínica do dr. Manuel Gomes de Almeida, junto à linha do comboio e próximo da atual estação ferroviária de Espinho, na rua 8. A minha avó materna viveu em Espinho, numa casa próxima da Igreja Matriz e dos antigos Bombeiros Voluntários de Espinho, na rua 16. Nessa altura, a minha mãe, que estava grávida, estava a passar uns dias em casa da minha avó. De repente, ‘bati à porta’ porque queria sair. O meu pai levou a minha mãe para a clínica do dr. Gomes de Almeida, que era amigo dos meus pais. Foi lá que nasci.

Acabei por passar muito tempo em Espinho porque os meus pais andavam muito entre Lisboa e Porto e fiquei em casa da minha avó, com a minha irmã mais velha. Vivi lá durante muito tempo. Fiz em Espinho a instrução primária, desde a segunda classe, porque, na primeira, estive no Porto, no Colégio João de Deus, na rua de Santa Catarina. Frequentei a Escola Primária N.º 1, na rua 19, junto à Câmara Municipal de Espinho e fiz os dois primeiros anos do liceu no Colégio S. Luís, com o

querido e saudoso padre Costa, que marcou a vida de gerações de alunos. Aliás, havia professores extraordinários e o colégio era muito agradável.

Para onde foi depois?

Fui fazer o terceiro ano para Lisboa, porque o meu pai fixava-se mais por lá. Fui para o Liceu Passos Manuel e foi por lá que prossegui os meus estudos. No entanto, sempre que podia ia a Espinho. Arranjava sempre maneira de passar por lá, porque Espinho sempre foi, durante muitos anos, a minha grande terra, a terra que gostava muito, à semelhança do Porto porque tínhamos lá uma casa.

Recorda-se de alguma estória de infância?

Nunca fui praticante de futebol porque tinha ‘dois pés esquerdos’. Não era fácil ser miúdo e não gostar de futebol e, por isso, tinha de ser melhor em outras coisas que tínhamos em comum. Era ótimo a fazer e a atirar com figas. Era respeitado pelos outros miúdos porque era um atirador extraordinário. Era imaginativo para brincadeiras. Era tão mau no futebol que um dia, o meu pai, resolveu dar-me uma bola de futebol profissional, do melhor que havia na altura. Eu era o dono da melhor bola. Pu-

nam-me à baliza, mas nem aí me ajeitava. Tinha um grande amigo, que morreu aos 18 anos, que era um génio a jogar futebol. Ele fazia com que os outros me aceitassem, porque dizia que, se me chateassem, eu levava a bola e eles tinham de jogar com uma bola de trapos.

Espinho é uma terra apaixonante...

Sempre tive uma grande ternura por Espinho porque foi lá que aprendi a nadar e fazer as coisas que na juventude todos fazíamos. Porém, a certa altura, desgostei-me de Espinho, porque hoje em dia está igual a tudo. Está muito descaracterizada. Tanto querem fazer que acabam por tirar a alma dos sítios e das pessoas. Por isso, ir a Espinho ou a outro lado qualquer é praticamente a mesma coisa. Mantenho uma ternura pela terra porque foi onde nasci e fui criado desde miúdo, mas já não é o meu Espinho!...

Que recordações tem da terra que era uma vila?

O Grande Casino era um local emblemático e o centro de tudo na, então denominada, vila de Espinho. Havia aquela maravilhosa avenida, à qual chamávamos o Picadeiro, e era o centro onde toda a gente se juntava. Os cafés eram todos ali.

A gente de Espinho ia muito ao Casino, porque aquele espaço tinha vida própria, vida criativa, cultural e artística. Havia lá grandes espetáculos. Todos os grandes artistas da época iam ao Casino de Espinho atuar. Nós, espinhenses, vivíamos tudo isso.

Recordo-me com grande saudade da Piscina Solário Atlântico, que era extraordinária. Era enorme, linda e era um espaço onde também fazíamos vida.

Espinho tinha coisas muito giras, porque nós, enquanto miúdos, andávamos por todo o lado. Tanto íamos brincar para junto do Casino como íamos para o Bairro Piscatório, brincar com os filhos dos pescadores. Era uma vida engraçada e muito bem vivida. Passávamos por todas aquelas coisas clássicas como nos enganarmos uns aos outros e levávamos alguns a fazerem a caça aos gambuzinos para a Barrinha de Esmoriz.

Nunca chegou a saber o que era um gambuzino?!

Nunca cheguei a saber o que era um gambuzino. No entanto, há uma história extraordinária passada com um grande amigo meu, o Herman José, que lhe posso contar. Estávamos no Algarve a passar umas férias na casa dele, na Marina



de Vilamoura. O Herman foi convidado para uma festa de aniversário, onde estavam os políticos e alguns governantes da altura.

Resolveu falar-se de memórias de infância e alguém falou na caça aos gambuzinos. Perguntaram ao Herman José se já tinha acontecido com ele ir à caça aos gambuzinos. Ele respondeu que era um menino de Lisboa e que, por isso, nunca tinha passado por essas experiências. Disse que não fazia a ideia do que era um gambuzino! Ele respondeu que, cada vez que ouvia falar num gambuzino, só se lembrava do Luís Marques Mendes com pelo. Foi uma gargalhada tremenda. Por isso, ainda hoje, quando vejo o Marques Mendes na televisão a fazer os comentários políticos, imagino-o com pelo e, para mim, é um gambuzino [risos].

O Casino de Espinho era mesmo um local emblemático para si.

Havia lá as matinés dançantes, os bailes do casino e tocava lá a Grande Orquestra do Casino, a Grande Orquestra Almeida Cruz, que tinha mais de 50 elementos. Grandes artistas da época iam lá cantar. Era uma vida muito engraçada e divertida.

O espetáculo e a música sempre o despertaram!

Sempre me despertaram, até porque a minha mãe, Maria Albertina, era atriz, fez teatro, era fadista e esteve um pouco afastada durante alguns tempos, porque, quando nasci, dedicou-se mais à

vida em casa. Após o falecimento do meu pai, ela teve de ficar com a família às costas, comigo e com a minha irmã. Acabou por regressar à vida artística, mais tarde, até ao último dia da sua vida. Ela tinha um fascínio pela vida artística e, por isso, desde miúdo que a minha formação foi feita à conta das histórias contadas pela minha mãe. O gosto pelo espetáculo enraizou-se em mim.

Alguma vez a Maria Albertina atuou em Espinho?

Julgo que sim, até antes de eu nascer, em tournées.

Também chegou ao teatro!

Mais tarde, passei pelo teatro e fui ator durante vários anos, o que foi uma experiência extraordinária. Fiz tournées pelo país fora. A mais duradoura foi com o Raúl Solnado, que foi um êxito extraordinário, o Há Petróleo no Beato. Durou quase dois anos e andámos por todo o país. O teatro é uma coisa maravilhosa. No teatro, cheguei a passar por Espinho, pelo Cine-Teatro S. Pedro.

Quando representou em Espinho sentiu alguma emoção por estar na sua terra natal?

Claro que sim e Espinho sempre criou em mim emoções muito fortes. Ainda mantive contactos com espinhenses que, entretanto, foram falecendo.

Fez muitas amizades?

O tempo foi passando e estou numa idade em que são mais os amigos que já morreram do que os que estão vivos. Só estou à espera de,

um dia destes, ir ter com eles.

Há histórias que lhe tenham contado desse tempo?

Estórias há muitas, mas, naquela altura, tudo era tão natural que acabam por não ficar na memória, porque não lhes demos importância no devido tempo. Tive os primeiros anos de vida e uma infância que foram preenchidos com todas aquelas coisas das crianças da altura. Tínhamos uma vida toda cá fora, não era dentro de casa. Saíamos e sabíamos quando tínhamos de chegar a casa, quando nos dava a fome à hora de almoço e do jantar. Não era preciso insistirem connosco para que estudássemos, porque sabíamos os trabalhos que tínhamos de fazer em casa. Depois, íamos brincar e em Espinho havia muito para brincar.

Já o disse publicamente que teve uma infância dourada e mágica. Porquê?

Tive uma família muito boa. Quero acreditar que há pessoas que tiveram um pai e uma mãe tão bons como eu tive. Melhores não acredito. O meu pai e a minha mãe continuam a ser, para mim, o paradigma do que é ser pai e mãe. A minha irmã, que já faleceu, foi, para mim, irmã e mãe ao mesmo tempo. A minha avó materna era uma pessoa extraordinária e os meus avós paternos não os conheci, porque morreram muito novos. Tive uma família muito junta, muito unida e muito acompanhante. Passei por várias experiências. Nasci quando o meu pai era rico e,

quando morreu, estava completamente arruinado. Tinha a particularidade de ser honesto e pagou tudo a toda a gente. Por isso, ficou sem dinheiro.

A minha mãe teve de tomar conta da família. Passámos de uma vida de abundância para uma vida mais complicada e difícil.

Estivemos sempre unidos e com uma capacidade de enfrentar as situações, que permitiu ultrapassar todos os problemas. Ainda hoje, mantenho a mesma atitude, ou seja, as dificuldades são para ser encaradas, ultrapassadas e resolvidas. É assim que vamos vivendo a nossa vida. Por isso, tenho uma vida agradável.

Afirmou que o seu pai foi “o farol da sua vida e que foi “um exemplo do que um homem deve ser”. Porquê?

Foi sempre o meu farol e foi um exemplo de homem. Foi a luz que iluminou a minha vida e, por isso, sigo-lhe o exemplo até hoje.

A sua mãe, a conhecida fadista Maria Albertina, levou-o até ao mundo do espetáculo e da música?

Não. A minha mãe levou-me ao mundo da rádio. Ela foi entrevistada pelo Jaime da Silva Pinto, no Rádio Clube Português, figura que se tornou mais tarde, para mim, no meu pai espiritual dentro da rádio e na profissão.

Acompanhei a minha mãe, porque gostava de o fazer. E, após essa entrevista, ela teve uma saída que ia fazendo com que eu morresse de vergonha e de embaraço. Ela virou-se para o Silva Pinto e pediu-lhe para ele fazer uma gravaçãozinha com o miúdo, porque achava que a minha voz seria boa para a rádio. Eu deveria ter uns 17 anos de idade. O Jaime da Silva Pinto disse-lhe, de imediato, que sim e foi então que me puseram à frente de um microfone. Colocaram-me um jornal à frente e li um artigo de fundo do Diário de Notícias desse dia.

O Jaime disse à minha mãe que ela tinha razão, porque “o rapaz” até tinha jeito. Levou a gravação e ficou de dizer qualquer coisa à minha mãe.

Passado alguns tempos, disse à minha mãe que tinham ouvido a gravação e pediu para eu me apresentar no Rádio Clube Português, num determinado dia, que começaria a estagiar. Foi assim que fui para a rádio.

E como foi no teatro?

Foi diferente. Já era profissional de rádio e conhecia gente do teatro. Era filho da Maria Albertina e, pela

profissão, já era conhecido pelo Cândido Mota. Conhecia muita gente do teatro. Um dia, se a memória não me falha, no Teatro Monumental, entrou o Vasco Morgado e cumprimentou-me. Quando ia a afastar-se, voltou para trás e disse-me que estava a preparar uma peça, explicou-me e disse-me qual era o elenco e perguntou-me se não queria experimentar fazer teatro. Disse-lhe que gostaria de experimentar, até porque gostava imenso de teatro, mas também lhe disse que não tinha qualquer experiência e que nunca tinha pisado um palco a sério.

O Vasco Morgado disse-me que eu não era parvo e que conseguiria lá chegar. Disse que eu tinha características para o papel que ele pretendia.

Por acaso, estreei-me com uma peça espantosa e com um elenco extraordinário, nomeadamente com o Ruy de Carvalho, Armando Cortez, Costa Ferreira, entre outros. Fiz a primeira peça e a segunda e fui por aí fora. Foi uma experiência maravilhosa.

Tive a sorte de ter feito, ao longo da minha vida, sempre tudo o que gostei, mas o teatro foi uma experiência única. Quem pisa as tábuas e respira o pó do palco pela primeira vez, fica apanhado até ao resto da vida.

Com apenas 17 anos de idade, os microfones da rádio não o assustaram?

Não, porque entrei para o Rádio Clube Português que era o melhor que havia naquela altura. Era uma estação de rádio extraordinária e trabalhei com gente maravilhosa, profissionais de primeira apanha e de primeira escolha. Os que estavam tinham gosto e orgulho em ensinar os mais novos. Para nós, eles eram os nossos mestres e éramos os bichinhos de estimação deles. Por isso, tive a felicidade de aprender com gente do melhor que havia e que tinha o gosto em transmitir os seus conhecimentos. Acabei por fazer o mesmo para as gerações seguintes e houve grandes profissionais que aprenderam comigo muitas coisas da rádio. O Rádio Clube Português era uma escola.

Viu na rádio alguém que fosse para si, nessa altura, uma referência?

O primeiro nome que me vem à cabeça é o do diretor dos serviços de informação do Rádio Clube Português, o Luís Filipe Costa e que ainda hoje é a referência absoluta de tudo o que é informação em rádio e de gerações de grandes profes-

sionais. Mas houve muitos mais, que me cansaria de os enumerar.

Teve um percurso na locução, realização e produção de programas e, também, no jornalismo...

Fiz jornalismo durante anos e o meu primeiro trabalho na rádio foi no departamento de informação do Rádio Clube Português. Acumulei informação com a produção e realização de programas.

A rádio está muito diferente nos tempos atuais?

Os processos são diferentes, uns melhores e outros piores. Mas a rádio, embora não seja a mesma, tem muitas parecenças e as bases são as mesmas. Acho que há menos criatividade, porque entrou-se muito pela globalização das coisas. A rádio, como toda a atividade criativa, deve ser feita por criadores, por autores. Deve haver programas de autor para sabermos o que estamos a ouvir e o porquê. Para podermos apreciar o gosto de quem o está a fazer. Estandarizar as coisas e uniformizá-las é muito mau.

O Rádio Clube Português foi o início, mas foi na RDP – Rádio Comercial que alcançou mais sucesso, com programas como Em Órbita, O Passageiro da Noite e Dançatlântico. Como eram estes programas e de que forma lhes deu o seu cunho pessoal?

Mas o Rádio Clube Português é inesquecível para todos os que passaram por lá e tiveram a sorte de lá trabalhar. Foi o grande exemplo de como a rádio deve ser. Foi uma referência, de tal maneira que se criou uma família entre as pessoas que passaram por lá. A Rádio Comercial e a RDP são seguidores. O Em Órbita foi um sucesso durante ano e, quando chegou o 25 de abril de 1974, o programa já tinha nove anos de existência.

O Passageiro da Noite foi ideia do Jorge Dias, que tinha ido aos Estados Unidos e ouviu lá muitos programas de linha aberta e em contacto com os ouvintes. Isso não existia em Portugal. Perguntou-me se não estaria interessado em fazer algo semelhante aqui e comecei a fazer o programa que acabou por ser um êxito arrasador.

Sempre se sentiu à-vontade com os programas em direto e com os contactos telefónicos dos seus ouvintes?

Claro que foi um risco ter a linha aberta aos ouvintes. Mas há alguma coisa que valha a pena se não houver uma dose de risco?

Teve alguma surpresa desagradável, em direto?

Nunca tive um caso de algum ou-

vinte que tivesse alguma atitude menos correta. Não havia quaisquer processos de filtragem e as pessoas tiveram a noção de que aquele programa era um serviço que lhes estava a ser proporcionado e que, por isso, deveriam aproveitá-lo com o máximo de seriedade. Foi uma experiência profissionalmente notável.

O teatro deu-lhe esse à-vontade com os ouvintes?

Quando estamos em cima de um palco, há uma comunicação imediata e total entre o palco e o público e vice-versa. Temos a noção de como o público está a reagir ao nosso trabalho. Existe um diálogo e não um monólogo.

Acha que foi um revolucionário nos programas de rádio em Portugal?

A época em que trabalhei mais na rádio foi muito criativa e muito inovadora. Por isso, todos tivemos a nossa quota-parte na criatividade e na capacidade de experimentar coisas novas. Isso era incentivado pelo próprio público. Portanto, tivemos uma grande dose de colaboração nessa criatividade dessa época.

Como conheceu o Herman José?

Na altura em que o conheci, ele

“

Espinho sempre foi, durante muitos anos, a minha grande terra, a terra que gostava muito, à semelhança do Porto porque tínhamos lá uma casa”

“

Era ótimo a fazer e a atirar com fiskas. Era respeitado pelos outros miúdos porque era um atirador extraordinário. Era imaginativo para brincadeiras”



ainda não teria começado no teatro. Suponho que ainda andava a estudar. Conhecemo-nos num grupo. Sou mais velho do que ele uns 12 anos e, naquela altura, era uma diferença muito grande, até porque eu já era um profissional da rádio. Ele era um miúdo que andava a estudar no Colégio Alemão. Achei-lhe a maior das graças e fascinante. Ele já tinha o mesmo humor, imaginação, criatividade e loucura que teve na vida. Não é normal encontrar-se um garoto com 16 anos, que até estaria naquilo que se considera a idade parva do adolescente, com uma capacidade de inteligência e de humor. Fiquei boquiaberto porque nunca tinha visto nada assim. Passámos a dar-nos bem e, por isso, sempre que tinha a oportunidade convidava o Herman para jantar, ou para cear.

Ele começou na música, a tocar viola e foi para o teatro de revista. Começou a fazer umas rúbulas e, a partir daí, foi o Herman que conhecemos.

Como foi trabalhar com ele?

Foi maravilhoso, porque é alguém com quem é divertido e sério trabalhar. Vamos trabalhar com ele como quem vai para uma festa, mas, no meio daquilo, o trabalho está acima de tudo.

Ainda hoje mantém o contacto com o Herman?

Claro que sim. Somos amigos. Mal era se esta amizade acabasse.

O que trouxeram de novo à sua carreira os programas A Roda da Sorte e Com a Verdade M'Enganas?

A convivência que mantive, e mantenho, com o Herman reflete-se no nosso trabalho. Não me lembro de ter combinado com ele, com antecedência, alguma coisa em relação ao trabalho. As coisas surgiam com naturalidade. Conhecemo-nos, mutuamente, por dentro e por fora. Ambos sabemos como cada um de nós reage em determinadas circunstâncias.

Quando foi a Roda da Sorte, que era um programa novo que o Carlos Cruz trouxe dos Estados Unidos, ele e o Herman chegaram à conclusão que teriam de o fazer comigo. A poucos dias de começarem as gravações, o Carlos Cruz telefonou-me a formular o convite e eu nem sabia o que era para fazer.

A Roda da Sorte em Portugal era diferente das que se faziam em vários países, onde o apresentador era a base e o voz-off servia apenas para dizer a lista dos prémios e anunciar o vencedor da edição. O diálogo, a colaboração e a brincadeira que havia entre mim e o Herman José foi



“

Sempre tive uma grande ternura por Espinho porque foi lá que aprendi a nadar e fazer as coisas que na juventude todos fazíamos. Porém, a certa altura, desgostei-me de Espinho, porque hoje em dia está igual a tudo. Está muito descaracterizada”

algo que surgiu naturalmente e que nos diferenciou. Foi um êxito.

Sentiu que estava seguro em aparecer na TV?

Já tinha feito televisão antes disso. Apareci na televisão, pela primeira vez, numa peça de teatro realizada pelo Rui Ferrão.

Além do Herman José, quais foram os atores ou figuras da televisão com as quais gostou mais de trabalhar?

Tive a sorte e a capacidade de poder trabalhar com gente magnífica, porque trabalhei na empresa do Vasco Morgado que tinha os nomes dos melhores atores. Era uma empresa a sério. Trabalhei

com toda essa gente e, por isso, não posso e não consigo salientar ninguém em especial. Criaram-se laços de amizade, uns mais profundos do que outros. Posso indicar, por exemplo, o Raúl Solnado, Nicolau Breyner, tanta gente, alguns do tempo da minha mãe que conheci desde sempre e com os quais tive a felicidade de trabalhar.

Houve um episódio, uma estória engraçada, num programa de televisão!

Estávamos a fazer o programa Roda da Sorte e estava no meu estúdio, a dialogar com o Herman José, sem aparecer na imagem. No entanto, aproximou-se a gravação do programa que iria para o ar no dia de Carnaval. Estava a conversar com o Herman, enquanto ele estava a maquilar-se, e alguém disse que iríamos gravar esse programa e perguntou se tínhamos preparado alguma coisa de especial. Dissemos que não.

O Herman pediu a um colaborador para ir à mala do seu carro, buscar umas roupas que ele tinha usado num espetáculo a representar a personagem Maricarmen.

O Herman lembrou-se de trocar comigo. Vesti-me de Maricarmen e ele foi para o meu estúdio. Foi um êxito e uma coisa de malucos. Eu não sabia fazer a voz da Maricarmen. Foi ele que fez a voz, sem

qualquer texto e preparação. Entendíamos-nos tão bem que eu adivinhava o que ele dizer e fazia o movimento dos lábios. Muita gente pensou que nós tínhamos decorado o texto todo! Pensavam que eu estava a fazer a dobragem daquilo que ele ia dizer e eu não sabia mesmo nada. Houve que dissesse que nós tínhamos estado a ensaiar durante várias horas!

Já alguma vez foi interpelado na rua por fãs ou pelo público que assistia aos programas na TV ou que o ouvia na rádio?

Aconteceu muitas vezes. Fiz rádio e televisão, durante muito tempo, só com a voz. Ao andar pelo país e estando num sítio onde não havia estado antes, as pessoas olhavam e não conheciam a minha imagem, mas reconheciam a minha voz. Se calhar, desiludi muita gente porque pensavam que eu era uma beleza!

Trabalhou nas estações televisivas RTP e na SIC. Houve diferenças? Como foi essa experiência?

Tanto numa como noutra, trabalhei com o Herman José. Conheço nessas estações de televisão muita gente, desde funcionários a vários profissionais. São pessoas do meu meio e com as quais me dou muito bem. Sempre fui muito bem recebido em todo o lado.

É um homem de esquerda!...

Completamente, porque é a minha



maneira de ver a vida. Ambiciono um mundo mais justo para todas as pessoas. A exploração desenfreada de uma parte da população por uma parte mínima acho muito mal. Deve haver uma sociedade mais justa e que para mim é representada por uma esquerda.

Viveu o 25 de Abril em direto na rádio?

Vivi no Rádio Clube Português, no Posto de Comando das Forças Armadas. Eram cerca das três horas da manhã quando a rádio foi tomada pelas Forças Armadas. Estava em casa, com a minha mãe, em Campo de Ourique, e a minha irmã telefonou-me e disse-me que parecia que estava a haver uma revolução e que o tinha ouvido na rádio. Estava a dormir e fui ver o que se passava. Liguei para o Rádio Clube Português e estava o Joaquim Furtado a ler um comunicado. Montei-me na mota e fui para lá. Durante três dias não saí de lá.

Das suas filhas, só uma, a Maria Teresa, seguiu a área da comunicação e do jornalismo na TSF...

As minhas filhas deixam-me muito orgulhoso. Mais do que seguirem vidas que eu gosto, são boas naquilo que fazem. A minha filha mais nova, a Maria João, tem o curso de Engenharia do Ambiente e a Maria Teresa tem o curso de Comunicação e é muito boa naquilo que

faz. Isto é a base da minha alegria.

A Maria Teresa inspirou-se em si?

Possivelmente, mas nunca tivemos essa conversa.

Uma das suas filhas, penso que a Maria João, disse o seguinte: “Não herdei a voz do Cândido Mota, mas herdei outras coisas como o sentido de humor, a inteligência, a preguiça”. Que comentário pode fazer?

Fico muito contente com isso. Tanto uma como outra, são pessoas com sentido de humor e com inteligência. Elas é que dizem que herdaram isso de mim.

Acha que algum dos seus três netos lhe vai seguir as pisadas?

Não faço ideia! Por enquanto, como crianças, são notáveis. Procuo não ser o avô babado a falar, mas caio nisso porque eles são divertidos e muito giros.

Nunca pensou em regressar à sua terra natal?

Não seria nada que levasse a mal, antes pelo contrário. Viver em Espinho seria sempre muito agradável, embora já não seja o meu Espinho. Houve um pensador que disse que “não deveríamos nunca voltar ao sítio onde nascemos e fomos criados, porque nunca mais vai ser a mesma coisa”. Nós não vamos ser a mesma coisa e o sítio também não. Seria uma experiência nova e um novo Espinho, uma nova terra, mas

“

O Rádio Clube Português é inesquecível para todos os que passaram por lá e tiveram a sorte de lá trabalhar. Foi o grande exemplo de como a rádio deve ser. Foi uma referência de tal maneira que se criou uma família entre as pessoas que passaram por lá”

nunca o meu Espinho. Nem eu seria o miúdo que lá nasceu e viveu.

Mas Espinho é tão diferente de que modo?

Temos uma tendência para nos lembrarmos da nossa infância e dos sítios onde vivemos. Temos a tendência a dizer que as coisas já não são como eram. Temos saudades de tudo, dos sítios e dos ambientes, mas também temos saudades de nós desses tempos. Espinho não será o mesmo porque eu também não sou o mesmo e porque já passei por outras experiências – cresci, amadureci e envelheci.

Alguma vez foi abordado por algum espinhense em alguma circunstância?

Às vezes as pessoas vinham a Lisboa e procuravam-me. Não escondo que nasci em Espinho na clínica do dr. Manuel Gomes de Almeida. Era uma ótima clínica e gente muito boa. O Lito Gomes de Almeida viveu durante algum tempo em Lisboa e esteve ligado ao desporto.

Qual o seu maior desejo ou o seu sonho?

Gostaria muito que as pessoas pensassem bem que há uma diferença fundamental entre direita, esquerda, centro-direita, centro-esquerda, conservadores, progressistas... As pessoas têm o direito de pensar pela sua cabeça. Tenho amigos em praticamente todos os sectores políticos, com quem troco ideias, discuto e muitas vezes estou em desacordo e de acordo. Na discussão nasce a luz e é a conversar que nos entendemos. Mas há pessoas e organizações com as quais deveremos ter o máximo dos cuidados e não devemos ter indulgência – o neofascismo e o neonazismo. Falo do Chega e dos seus dependentes. Algumas das maiores desgraças da humanidade aconteceram com a chegada ao poder desse tipo de pessoas.

Há algum projeto que tenha em curso?

Há uma quantidade de pessoas que andam atrás de mim a dizer para me apressar a escrever as minhas memórias ou um livro com episódios da minha vida, porque já estou com pouco tempo de vida. Estou a pensar escrever esse livro, mas dá tanto trabalho!

Como é possível estar aqui, vivendo aquilo que vivi e fazendo a vida que fiz, porque nunca me poupei de coisa nenhuma? Nunca tive nenhum cuidado de saúde e fiz tudo aquilo que quis. Em setembro cheguei aos 80 anos! Como é possível?!

Como passa os seus tempos livres?

Passo com a minha querida família e com um grupo cada vez mais restrito.

Qual a mensagem que gostaria de deixar?

Aproveitem a vida ao mais pequeno pormenor. Nunca adiem. Façam e vão fazendo. Tudo vale a pena e todas as experiências são úteis e boas. Vivam cada minuto da vida, porque o tempo passa de uma forma muito rápida.

E aos espinhenses?

Mantenham um Espinho em que seja bom viver e bom de recordar para toda a vida. *

Ainda estamos aqui

Texto
Nuno Oliveira

Todos os anos, os pais do Miguel aproveitavam as férias de Natal para levar o menino a visitar os avós. Tradicionalmente a viagem era feita de comboio pelas montanhas carregadas de neve, onde o branco, pois claro, dominava a paisagem. O cenário pitoresco era o fundo ideal para uma viagem de lazer, uma pausa das confusões diárias e das correrias entre casa, trabalho e vice-versa. O ambiente era propício à descontração e ao relaxamento. Os vagões, modificados e adaptados para viagens de longo curso, proporcionavam um conforto extra, com uma climatização agradável. A viagem era já uma tradição na família, mas este ano, a situação iria alterar-se.

O Miguel já não acreditava no Pai Natal, mas entendia a

tradição do velhinho de barbas e fingia acreditar na história por causa do seu irmão mais novo. As miniférias em casas dos avós eram passadas praticamente à lareira, entre jogos de tabuleiro, pinturas e muita música. O tom certo para o ambiente era dado pelos famosos bolos da avó que, nesta altura, abusava dos cheiros tradicionais como a canela.

A entrar na adolescência, o Miguel gostava de passar esses dias na companhia dos avós, pais e do irmão. Sentia-se numa espécie de máquina do tempo, muito semelhante aos contos que tinha lido quando ainda era uma criança pequena. Sentia-se especial e tinha noção que um Natal fora da cidade era, no mínimo, único.

Mas, este ano, já tinha decidido. Queria fazer a viagem de comboio sozinho. Os pais entenderam a posição do filho, porém, não se sentiam confortáveis em deixá-lo ir. O trabalho da mãe tinha aumentado e o pai precisava de uns dias extra para limpar o ano em termos profissionais. A ideia de viajar sozinho ganhava cada vez mais força, sempre com o plano de ir com ele uns dias mais tarde. A viagem era de comboio, com apenas duas

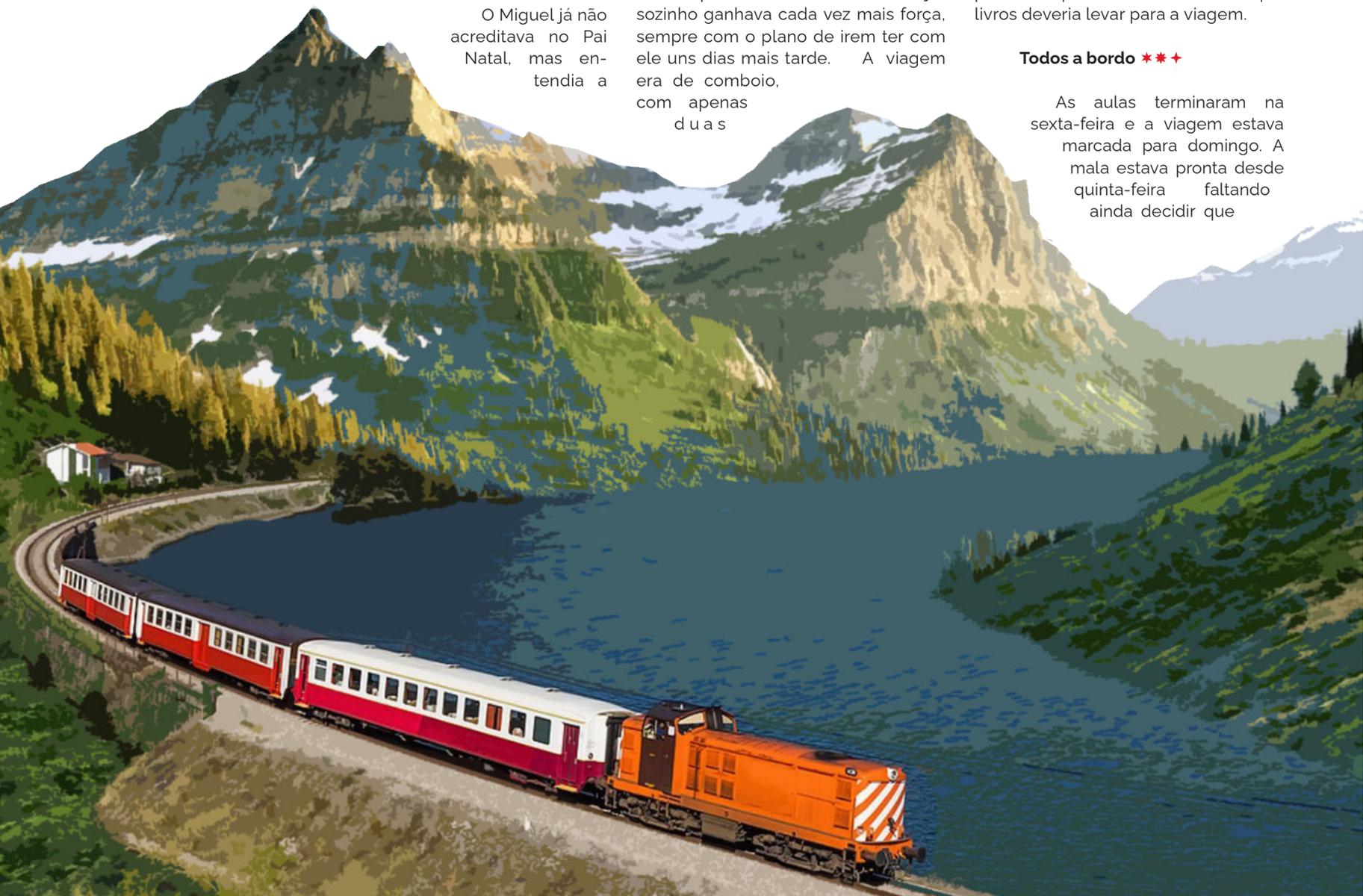
paragens e, por isso, era considerada segura. Uma semana antes das férias, os pais reuniram com o Miguel e perguntaram se era mesmo isso que queria. Sem pensar duas vezes, num tom até intimidativo, disse que sim. "Já tenho idade suficiente para fazer a viagem sozinho. Levo uns livros para me entreter e o telemóvel para estar em contacto. Quando chegar, o avó estará à minha espera na velhinha carrinha azul e a avó deve ter pronto um chocolate quente", explicou. O raciocínio fazia sentido. Mas era a primeira grande viagem a solo e, apesar de revelar maturidade suficiente, não sentiam confiança total.

"Filho, se achas que consegues não duvidamos de ti. Há algumas regras que vamos impor sobre a viagem e é fulcral que estejas sempre com o telemóvel ligado. A viagem é longa e não deves nunca sair do comboio até à última estação onde o avó estará à tua espera", explicou o pai.

O filho anuiu e começou logo a pensar o que colocar na mala e que livros deveria levar para a viagem.

Todos a bordo ***

As aulas terminaram na sexta-feira e a viagem estava marcada para domingo. A mala estava pronta desde quinta-feira faltando ainda decidir que



livros levar. A ansiedade crescia de dia para a dia e, estranhamente, praticamente deixou de existir no dia da partida. O pai e a mãe colocaram a mala do Miguel no carro e seguiram viagem até à estação. A distância era curta, mas suficiente para os progenitores darem as últimas recomendações. Miguel olhava para os passeios e não ia propriamente atento ao que os pais diziam. Ia respondendo com um "sim mãe" até que os pais perceberam que não valia a pena insistir.

Faltavam cinco minutos para o comboio partir e a composição estava parada e pronta para receber os passageiros. Identificada a carruagem, o Miguel pediu ao pai para o levantar, para poder espreitar para o seu lugar. Ainda não estava lá ninguém. A mãe ajustou a mochila e deixou as últimas recomendações enquanto lutava para a lágrima teimosa não descer pelo canto do olho.

O pai chegou o filho para perto, deu-lhe um abraço apertado e disse-lhe: "Filho, se te sentires inseguro ou com medo, isto é para ti", e colocou um pequeno envelope no bolso do casaco.

O Miguel estava confiante e subiu os degraus para entrar finalmente na carruagem. Olhou para o bilhete e seguiu para o lugar encostado à janela. À sua frente estava sentada uma senhora idosa, toda de preto e com o cabelo branco. O Miguel ainda estava a colocar a mochila no tabuleiro superior quando chegou um senhor, carrancudo, com uma barba imponente e um chapéu que disfarçava a careca. Era estrangeiro. "Parece ser russo" pensou o jovem, enquanto finalmente se sentava e abria as primeiras folhas do livro. Olhou para a janela e os pais já lá não estavam, mas nem houve tempo para pensar nisso pois teve de encolher as pernas para deixar passar mais um passageiro. A transpirar, com uma gravata escura, mas mal-amanhada, o senhor fez questão de se apresentar ainda antes de se sentar: "Sou o Constantino, desculpem a correria, mas fui chamado à última da hora para ir fazer um serviço". O Miguel sorriu e disse bom dia. Mais ninguém disse nada e ouviu-se o apito para o comboio partir.

A ansiedade ***

A euforia inicial estava a passar e conforme o comboio ia galgando metros, a ansiedade do Miguel também ia galopando. Tirou o casaco, respirou fundo e forçou-se

a ler as primeiras páginas do livro. Não adiantava. A ansiedade passou a nervosismo e o respirar ofegante do passageiro estrangeiro ia marcando também a sua respiração.

No primeiro túnel, a imagem da idosa de preto assumiu um figurino estranho. O sorriso parecia falso e havia qualquer coisa no olhar da senhora que não transmitia, de todo, confiança.

O Constantino, homem de palavra fáceis e solta, tornou a falar para quem estava disposto a ouvir. "Não gosto nada de ser chamado à última da hora. Nem sequer tive tempo de limpar e organizar as ferramentas. Gosto de ter tudo arrumado para evitar infligir dor", explicou com um sorriso demasiado aberto.

O Miguel olhou e tornou a baixar os olhos enquanto se deixava levar pela trepidação do comboio que rasgava as paisagens nevadas. O cenário era belo e digno de registo fotográfico. Porém, o jovem sentia que algo não estava bem. Começou a sentir-se sozinho e a companhia não era propriamente agradável. Pelo contrário. Havia ali qualquer coisa de tenebrosa com os três passageiros. Nenhum deles era simpático e a história de Constantino tinha-o deixado alerta. Para sentir-se seguro, foi à mochila e procurou pelo telemóvel. Encontrou-o e ficou em choque quando viu que estava sem rede. O comboio seguia por uma série de túneis e a cor branca da neve tinha sido substituída pelo preto e cinzento das paredes. A vizinha do banco da frente mandou o Miguel sentar-se de uma forma ríspida. "Não estás quieto um bocado meu menino? Senta-te sossegadinho!", afirmou.

O olhar frio da idosa toda de negro gelou o pensamento dele. Anuiu com a cabeça e sentou-se. Sentia-se cada vez mais perdido até que chegou o revisor. Constantino tirou do bolso um bilhete com manchas que pareciam de sangue e pediu desculpa enquanto entregava o papel. A idosa abriu a mala e de lá emergiu um forte cheiro a naftalina. Retirou um bilhete em estado imaculado e entregou-o enquanto olhava fixamente para o Miguel. O passageiro estrangeiro começou a procurar em todos os bolsos e disse algo impercetível ao revisor. "Preciso do bilhete, senhor passageiro", atirou. O senhor levantou-se e tinha sem problema mais 20 centímetros e uns quilos a mais que o funcionário dos comboios. Começou a barafustar com os braços abertos e tirar a roupa enquanto parecia procurar o bilhete. Constantino aconselhou-o a

ter calma, mas parecia não entender português. A exaltação subia de tom enquanto os gritos iam também aumentando e o comportamento assumia proporções agressivas.

Miguel estava branco, assustado com tudo o que se estava a passar. Não se tentou meter na discussão, mas não conseguia passar para o corredor. Estava preso e mais ficou quando outros passageiros perceberam o tom ameaçador e o medo do revisor perante a situação. Os fortes gritos dos homens entoavam pela carruagem enquanto a senhora de preto olhava para o cenário com um sorriso e os olhos muito abertos. Parecia estar a gostar do que via, algo estranho para alguém com aquela idade, com uma aparência debilitada e fragilizada.

Já com outros passageiros a tentar mediar a situação, Miguel não aguentou mais e furou entre as pernas. O senhor estrangeiro percebeu que ele estava a passar e lançou-lhe um olhar assustador enquanto proferiu o que pareciam ser insultos. O jovem assustou-se ainda mais e viu na porta da casa de banho uma saída para o caos instalado. Correu para lá e bateu a porta, fechando-a de imediato.

O sorriso ***

Miguel tinha dificuldade em controlar a respiração. As lágrimas corriam-lhe pela face enquanto procurava um papel para limpar o nariz. Estava sentado e fechado na pequena casa de banho. Ao fundo conseguia ainda ouvir os gritos entre os passageiros. A mochila com o telemóvel tinha ficado perto do assento e não sabia muito bem o que fazer. Lavou a cara com água e olhou para o espelho. Sorriu e colocou a mão no bolso à procura do envelope que o pai lhe tinha dado. Amarrotado, conseguiu tirá-lo com as pequenas mãos frias e tremelicantes e leu o papel. Os olhos subiram em direção ao espelho da casa de banho enquanto surgiu um gigante sorriso. O jovem saiu disparado da casa de banho e atravessou três carruagens até chegar à última. Foi olhando para os bancos até que, lá no fundo, ouviu uma voz familiar. Apressou-se e não conseguiu esconder a emoção quando viu o pai, a mãe e o irmão à conversa enquanto bebiam um chocolate quente e comiam umas bolachas de manteiga. O abraço ternurento entre os quatro parecia demorar uma eternidade e só foi interrompido quando o revisor chegou, já bem mais calmo, e disse: "Este papel caiu do seu bolso menino". Lá podia ler-se, com a letra do pai: "Filho, se precisares de nós estamos na última carruagem". ***

No artesanato, a personalização é a alma do negócio. E, no Natal, as artes manuais ganham outro charme, funcionando como alternativa às prendas mais convencionais. Faça uma viagem, à boleia de três criadoras espinhenses, por este trabalho feito de minúcia, carinho e dedicação.

O encanto artesanal do Natal

Texto Gonçalo Ribeiro
Fotografia Isabel Faustino



Nada expressa melhor o espírito natalício do que a magia de criar algo com as próprias mãos. O artesanato, nesta época especial do ano, ganha um brilho único, transformando simples materiais em peças encantadoras que esquentam corações e decoram lares com um toque pessoal e afetuoso.

O Natal, repleto de tradições, ganha uma nova dimensão quando a prática do artesanato é abraçada. Ao invés de optar por decorações prontas, há espinhenses que enveredam pela alegria de criar decoração e presentes próprios. Desde presépios até ornamentos para a árvore, cada peça torna-se uma celebração ímpar da criatividade e do carinho envolvidos na temporada festiva.

Paixões que começam desde cedo

Liliana Costa, Ana Mouta e Datília Mota são três artesãs com muitos anos de experiência na hora de criar presentes originais. O Natal é um dos pontos altos para o negócio, mesmo no caso de Liliana onde admite que o artesanato é um hobby, mas que começou desde tenra idade. "Observava a minha mãe a fazer crochê e outras ativi-

dades artesanais. Mais tarde, na escola, aprendi a técnica de ponto cruz e passávamos noites criativas a bordar toalhas com essa técnica", revela Liliana.

Na adolescência, começou a explorar um pouco mais a técnica de guardanapo, "que estava muito em voga na época", e aprendeu a arte da decoupage. Ao longo do tempo, foi expandindo as habilidades.

Posteriormente, dedicou-se à pintura de peças de marfinites e chacotas e, mais recentemente, acrescentou uma nova habilidade ao repertório: trabalhos em gesso perfumado. Agora, faz as peças mais pequenas com gesso perfumado, de raiz, e, há cerca de dois anos, que "se tem focado muito na área do Natal".

Tal como Liliana, Ana Mouta revela que "os trabalhos manuais estiveram sempre presentes" e atribui a origem dessa ligação ao facto de ter crescido na aldeia de Porto Antigo, em Cinfães do Douro, onde não havia infantários. Tanto a sua ama como a sua mãe eram costureiras e "havia o hábito de tentar ensinar crochê e tricô", recorda.

"Claro que, sendo criança, não tinha muito interesse, mas aos cinco anos, já sabia tricotar. Em

termos de costura, resistia, mas quando fui para a escola, já usava um casaquinho feito por mim", lembra Ana, que, ainda assim, não considerava isso bom, uma vez que "significava tempo longe das brincadeiras com outras crianças".

Com os estudos, essa habilidade ficou um pouco esquecida. A paixão pelo artesanato voltou quando a filha nasceu. Grávida, sentiu a vontade de criar coisas para a filha, como roupas em tecido, crochê e tricô.

Com um percurso diferente está Datília, que entrou no mundo do artesanato há cerca de 15 anos, apesar de "sempre ter gostado de se envolver nas artes decorativas". Já não tem bem noção de como terá surgido esta paixão, argumentando que a sua mãe "já fazia umas coisas, tendo uma habilidade incrível para bordados", lembra.

"Gosto de trabalhar com várias matérias-primas. Vou desenvolvendo e recriando, não me foco apenas numa coisa" explica Datília.

Admite que é uma paixão relativamente recente, sendo que a sua formação académica está relacionada com a área social, mas "o gosto pelas artes surgiu de um momento para o outro". Quando começou, fez uns trabalhos para o Natal, que gostou e vendeu.

Há cerca de dois anos, surgiu uma oportunidade de projeto em parceria com a Câmara Municipal de Espinho, a Rota Criativa, que reunia vários artesãos, mas na altura, "ainda não tinha explorado muito a arte". O tema era direcionado para Espinho, e decidiu descobrir com que tipo de elementos poderia contribuir.

Foi então que descobriu a modelagem de cerâmica fria, começando a trabalhar com orientações e dicas que recebia. O projeto terminou e começou a caminhar sozinha, tentando desenvolver por conta própria. Hoje, reconhece que "não domina todas as técnicas e desconhece alguns materiais", mas está sempre a aprender.

A vida surgiu no caminho da produção artesanal

A criatividade é um elemento fulcral para os artesãos. Contudo, os afazeres profissionais e pessoais ocupam uma grande parte do tempo e surge a necessidade de uma pausa. No caso de Liliana, a retoma deu-se no ano passado, quando recebeu o convite do Turismo de Espinho. Participou na Feirinha e o entusiasmo retornou. Mesmo que nunca tenha deixado de praticar artesanato, havia



“

Claro que, sendo criança, não tinha muito interesse, mas aos cinco anos, já sabia tricotar”

Ana Mouta

deixado de expor peças em feiras. No entanto, no ano passado, redescobriu a paixão e retomou com força total, inclusive divulgando os trabalhos na página do Facebook.

“Inicialmente fazia muitas peças para uso pessoal. Cheguei a um ponto em que não era viável ter tudo o que produzia em casa, seja por limitações monetárias ou físicas no espaço disponível”, lembra. Começou por criar peças para primas e tias, atendendo a pedidos personalizados. Foi assim que iniciou a venda dos produtos.

A história de Ana com o artesanato também é feita de altos e baixos. Na infância admite que gostava mais de brincar do que criar. Já em idade adulta, começou a transformar algumas das roupas da filha, encontrando novas formas de as utilizar. Mais tarde, quando foi morar para Espinho, surgiu a oportunidade de participar em feiras. Arriscou e acabou por receber feedback positivo. “Fiz coisas sozinha e continuava a criar muitas peças. Acabei com um stock terrível. Até que, participei numa feirinha e, para meu espanto, vendi tudo. Foi uma experiência bastante positiva”, recorda Ana.

O facto de fazer disto um hobby é uma mais valia. Vai fazendo os trabalhos com calma e sempre

sem pensar em ter de os vender. O trabalho como enfermeira no Hospital São João, no Porto, está em primeiro lugar.

Com um percurso artesanal mais curto, Datília começou a vender quando começou a criar. As primeiras peças foram vendidas no local de trabalho e, hoje, já desenvolveu a sua arte de tal forma que possibilitou a vinda para a Craft Corner.

Datília considera o artesanato um hobby, visto que “o tempo é um bocado limitado”, o que leva a artesã a não ter a obrigação de criar.

Materiais simples, resultados extraordinários

A beleza do artesanato natalício reside na simplicidade dos materiais utilizados. Gesso, tecido, e até mesmo objetos reaproveitados ganham vida nas mãos habilidosas das artesãs. Com um toque de imaginação e paciência, é possível transformar o comum em extraordinário, criando decorações que contam histórias e capturam a essência do Natal.

Entre os materiais preferidos de Liliana para a execução das peças está o gesso perfumado, para “poder dar asas à imaginação com detalhes pequenos”, biscuit,

uma mistura conhecida como porcelana fria e a chacota. De todos, o gesso é aquele que tem sido a aposta mais forte "porque apresenta uma versatilidade ímpar", conta Liliana. O material "tem a propriedade de ser absorvente, ou seja, absorve a humidade do ambiente, além de poder ser utilizado para perfumar gavetas ou ser usado como um ambientador", revela.

Além destas escolhas, há materiais escolhidos que podem ser apelidados como sendo, literalmente, fora da caixa. Liliana já produziu peças com conchas de caracóis vazias que foram encontradas na rua, pedras e conchas do mar encontradas na praia, ou galhos e folhas, apanhados durante uma caminhada.

Por seu lado, Ana prefere trabalhar com tecido, "porque proporciona a oportunidade de criar uma variedade de coisas diferente". No entanto, não julga quem usa outro tipo de material, "uma vez que cada pessoa tem a sua especialidade", afirma.

Sem fugir à regra da criatividade na escolha de materiais, Datília já realizou trabalhos com rolhas, por exemplo, tendo-as utilizado para fazer coroas, e roupas velhas, em que aproveita o tecido.

No seu caso, as acumulações em casa, que se geram de ano para ano, acabam por ser positivas, porque "assim surge mais vontade de criar algo novo". Não obstante, a artesã também compra troncos para fazer bases de madeira e massa de modelar.

Os filhos preferidos

Apesar do gosto pelo artesanato ser transversal, cada artesã tem as suas peças preferidas. Ao longo do ano, Liliana dedica-se à criação de presépios, e acabou por se apaixonar ainda mais por esta parte específica do artesanato.

Nos últimos anos, teve a oportunidade de participar na Feirinha de Artesanato da Festa da Nossa Senhora da Ajuda, e foi nessa altura que se deparou com a decisão de como abordar a feira, considerando que já tinha os presépios prontos. Decidiu focar-se nessa especialidade e, desde esse momento até agora, tem-se dedicado principalmente à produção de presépios, embora "continue a explorar e criar outras peças artesanais de vez em quando".

Como seria de esperar, a aposta num único tema não é sinónimo de falta de criatividade. Assim sendo, é de relevar a mais

recente aposta de Liliana, no que a presépios diz respeito: os sabonetes. Tem corrido bem, visto que "é algo que as pessoas gostam, o típico 'miminho', porque nem sempre se quer ou se pode gastar muito dinheiro em presentes".

Mesmo com a mais recente aposta, a escolha criativa mais interessante do reportório de Liliana acaba por ser os presépios com características de Espinho, "porque traz a ideia de um presépio, mas imediatamente, nos transporta para o mar, com as pedras e o musgo que encontramos no pinhal".

Já a abordagem de Ana é diferente, dedicando-se a produtos natalícios apenas quando se aproxima a época. Durante o resto do ano, "adapta-se conforme a necessidade", com exceção de um tipo de artigo: anjos. "São feitos durante todo o ano porque as pessoas compram em qualquer altura do ano, tanto quem é religioso, como aqueles que não acreditam tanto, mas apreciam esse tipo de criação", comenta.

Por sua vez, Datília é mais abrangente no que toca a peças que mais gosta de fazer, variando entre o Natal, Páscoa ou Arte Sacra, passando por temáticas mais relacionadas com Espinho

onde se destacam as vareiras e as sardinhas.

Conexão pessoal e presentes significativos

Ao presentear algo feito à mão, não estamos apenas oferecer um objeto, mas sim um pedaço de tempo e dedicação. Os presentes artesanais possuem um valor emocional inestimável, porque refletem a dedicação e a atenção dedicada a cada detalhe. Seja um cobertor de crochê aconchegante ou uma vela decorativa, o artesanato natalício transforma a troca de presentes em momentos únicos.

Liliana revela que muitos clientes "procuram recordações durante o ano todo", não apenas no Natal. Residente em Silvalde, lembra que há muitos clientes que procuram elementos ligados a Espinho como as redes de pesca e peixes.

Para Ana, esta época é inspiradora. O facto de se fazer árvores de Natal e se iniciar o processo de procurar decorações também concede mais inspiração para "fazer os anjos, escolher cores, visitar lojas e observar as tendências, especialmente as cores em voga para as criações", revela.

E o processo de escolher uma cor, embora pareça simples, obrigada a alguns estudos. "É interessante perceber quais são as cores que estão a ser mais usadas, até mesmo nas decorações de Natal. Existe moda nisso. Às vezes, pensamos que é tradicional, mas cada vez mais vemos outras cores que competem com o vermelho e o verde", explana, constatando que há cada vez mais peças em rosa ou azul, dependendo do gosto de cada um. De qualquer forma, a artesã considera que há sempre espaço para a tradição.

Datília começou por fazer artigos direcionados para o Natal por uma questão de casualidade, uma vez que, quando começou a aventurar neste mundo, estava na época natalícia. De qualquer modo, considera que esta é uma altura profícua para a criatividade, seja de quem cria, como de quem compra, para redecorar a casa.

"O Natal é uma data muito específica, apesar de não ter nada a ver com Natais de outros anos. Vê-se que há uma procura grande para coisas de Natal, decorar a casa, coisas artisticamente específicas que envolvam materiais naturais", destaca Datília.

Sobre o reaproveitamento



“

O reconhecimento que dão ao nosso trabalho, pode não refletir no valor monetário que pedimos ou consideramos justo, mas vale tudo”

Liliana Costa

dos materiais, a artesã considera que "se valoriza muito mais o que é natural e não o que é tão sintético".

O consumo de artesanato tem tendência a crescer nestas alturas. O consumo direcionado para o artesanato depende sempre do gosto de cada um. Se decidir comprar um dos presépios de Datília, por exemplo, irá perceber que as caras não têm as feições, isto porque a artesã tinha dificuldade em desenhar, no início. No entanto, a ausência de traços é, agora, uma questão de escolha pessoal. É uma decisão que irá continuar "devido ao gosto pela simplicidade".

Artesanato como forma de terapia

Além do gosto por exercer este tipo de atividade, há uma componente comum a todas as artesãs: terapêutica.

Além de considerar que as peças de artesanato, enquanto produto final, têm uma componente relaxante para as pessoas que as adquirem, Liliana refere que o mesmo se aplica a quem as produz. "Não pratico artesanato apenas pela necessidade porque não dependo disto para viver. Chegar ao final do dia, parar tudo e dedicar-me a relaxar enquanto trabalho é uma experiência única. Estamos a trabalhar, mas de forma diferente, é terapêutico", desabafa.

Na experiência de Ana, "o processo artesanal não era apenas uma expressão criativa, mas também algo que a acalma". Para a artesã, foi uma descoberta significativa. "Era terapêutico, mesmo durante as férias. Acabava por comprar revistas, pesquisar na internet e visitar lojas da área, o que acabava por me motivar. Quando gostamos, isso inspira", elabora Ana.

Sempre que se desloca à Craft Corner para criar, mesmo que seja por meia hora, esse curto período ajuda Ana a relaxar. "Especialmente quando se trabalha num hospital, compreende-se a importância desses momentos para descontrair e recarregar as energias. Portanto, mesmo que seja limitado, o tempo na loja é valioso para o meu bem-estar e equilíbrio", assume.

Por sua vez, Datília também considera o artesanato como um escape. Quando quer aliviar o stress de qualquer chatice, "mete-se no quarto, liga o rádio e começa a trabalhar".

Quanto ao valor que a sociedade dá ao artesanato, as opi-



“

Vê-se que há uma procura grande para coisas de Natal, coisas artisticamente específicas, que envolvam materiais naturais”

Datília Mota

niões divergem. Liliana considera que "não se dá o devido valor ao artesanato" pois "as pessoas não sabem quantas horas são investidas a fazer um artigo". No entanto, o panorama espinhense, em específico, é mais encorajador.

O que mais cativa e mais contribuiu para o seu desenvolvimento para a artesã é o reconhecimento. "Não estamos apenas a fazer, mas a criar da forma que gostamos e o reconhecimento que dão ao nosso trabalho pode não refletir no valor monetário que pedimos ou consideramos justo, mas vale tudo", indica.

Como refere Liliana, "tem havido um crescimento no número de artesãos", no sentido de que muitas pessoas, mesmo com a crise e pandemia, "encontram no artesanato uma forma de ocupar o tempo e até de ganhar algum dinheiro extra", lembra. O problema surge se não tiverem um verdadeiro interesse ou paixão, na opinião da artesã, visto que, "muitas vezes aquilo que produzem pode não ter a qualidade desejada", avisa.

"Cada um faz o que consegue, mas, por vezes, vemos artigos cheios de falhas ou falta de cuidado, o que pode desvalorizar o trabalho artesanal como um todo", conclui.

Ana sente que o artesanato não é valorizado em Espinho, argumentando que "só valoriza quem gosta". Tendo experiência em feirinhas, a artesã reporta que "há uma ou outra pessoa que aprecia, mas em geral, as pessoas não imaginam qual é o esforço investido". "Quando faço um anjo, demoro cerca de quatro horas e custa 7 euros. As pessoas acham caro, mas considerando os materiais de qualidade que uso, é um preço justo. Não é que as pessoas não valorizem, simplesmente não estão cientes dos custos envolvidos", desabafa Ana.

Numa nota mais otimista, Datília pensa que "se está a notar, efetivamente, que há uma grande visibilidade dos artesãos, não só de Espinho, mas da região. Penso que a Câmara tem proporcionado alguns eventos em que se possa

fazer uma divulgação daquilo que criamos. Temos agora o Mercado de Natal, por exemplo, que possibilita uma divulgação do trabalho de cada um", considera.

Em todo o caso, nenhuma destas artesãs vê no artesanato uma oportunidade decisiva para ganhar dinheiro. Os valores obtidos podem ser interessantes, mas isso fica para segundo plano. Num mundo ideal, Liliana "teria um espaço onde pudesse expor as peças, aliando este tipo de artesanato à arte floral".

Uma ideia mais realista que a artesã pretende realizar é a criação de uma coleção de presépios com trajes típicos portugueses, como os da Nazaré, aplicando-lhes sardinhas e redes representativas da zona de Espinho.

Ana revela que nunca esteve nesta atividade por relações financeiras. "Se vender, ótimo, se não vender, não há stress". Durante o ano, o stock pode variar bastante, visto que a artesã é "um pouco indecisa e isso reflete-se em toda a oferta".

O importante é o processo e, por isso, "não há pressa". "O que importa, sobretudo, é que tenha prazer ao fazer e em perder algum tempo na combinação dos tecidos", expressa.

Datília irá continuar a evoluir e a apostar no percurso de artesã, considerando-se, por enquanto, "mais estudante do que professora". A humildade leva-a dizer que, "apesar de apreciar algumas coisas que faz, sabe avaliar que, por vezes, as coisas não estão bem, apresentando muitas lacunas". Por isso, continua a aprender num curso onde "obtem uma série de informações para colmatar as falhas".

O artesanato natalício é uma expressão autêntica de criatividade. Cada pessoa imprime a sua personalidade única nas suas criações, resultando numa variedade infinita de estilos.

Em última análise, o artesanato natalício não é apenas sobre criar objetos, mas sobre criar memórias. É sobre transformar momentos simples em obras de arte que ecoarão a alegria e a magia do Natal por muitos anos. ★



Aprender a fazer aletria

Aletria é uma sobremesa tradicional portuguesa feita com massa fina, geralmente servida durante as épocas festivas. Partilho uma receita de aletria passada pela minha avó Guida, de geração em geração, e que não pode faltar na mesa de Natal. ♦



Pedro Cohen,
Chef

INSTRUÇÕES

Num tacho, coloque o leite, a água, a casca de limão, o pau de canela e o açúcar. Leve ao lume e quando estiver a ferver adicione a aletria e reduza para lume médio. Deixe cozinhar, mexendo frequentemente para evitar que cole no fundo do tacho.

Assim que a aletria estiver cozida e o leite tiver sido absorvido, retire a casca de limão e o pau de canela.

Numa taça, bata as gemas com 1/4 de chávena de leite até obter uma mistura cremosa.

Adicione lentamente as gemas batidas à aletria, mexendo constantemente para evitar que as gemas cozam em grumos.

Continue a cozinhar a mistura em lume brando, mexendo sempre, até obter um creme espesso.

Retire a aletria do lume e coloque-a numa travessa.

Deixe arrefecer e, depois, polvilhe com canela em pó antes de servir.

Lembre-se de que as quantidades podem ser ajustadas de acordo com as preferências pessoais. Esta é a receita de aletria da Avó Guida e pode adaptá-la conforme necessário.

INGREDIENTES

500g de aletria
1 litro de leite
1 litro de água
500g de açúcar
6 gemas de ovos
Casca de limão
1 pau de canela
Canela em pó
para polvilhar

A partilha de um bom *vinho*

Não tendo ligação profissional à indústria do vinho, considero-me um curioso e vou aprendendo e treinando o paladar no dia a dia. Gosto de experimentar novos vinhos, novas castas, novos blends (misturas)... e, acima de tudo, gosto de partilhar estas experiências.

Qual a piada de abrir uma garrafa de vinho que está guardada para um momento especial e não a partilhar e comentar com alguém?

Só há poucos anos é que comecei a beber vinho branco a acompanhar o bacalhau na noite de Natal. A tradição dita que o vinho tinto aconchega mais, o branco é um vinho considerado 'frio', mas ultimamente é o vinho que faz par com o bacalhau cozido ou com a sopa das segadas de bacalhau em minha casa.

Independentemente dos gostos, para a noite em que o bacalhau é rei, deixo sugestões tanto para colocar na mesa como para oferecermos.

Esta semana tive a oportunidade de beber um vinho branco que me fez dizer: "Vai ser este que vou ter à mesa no jantar de dia 24". É o vinho Mix Grape 2022 branco, uma edição limitada a 650 garrafas, um vinho com uma acidez fantástica, sem ser floral e bastante mineral.

Para quem gosta de acompanhar a refeição com tinto, sugiro o Bom Malandro, um vinho jovem, um pouco frutado e que é uma boa surpresa.

Para os amantes de vinhos que marcam mais, com mais 'estrutura', com os taninos mais 'à vista', com um aroma a frutos vermelhos e especiarias, podem optar pela garrafa de Abade Velho, um vinho com uma história por trás e que tanto pode acompanhar o bacalhau de dia 24 como o peru do dia 25.

No dia de Natal, e para quem gosta de ter uns camarões e uns queijinhos não muito fortes na mesa, sugiro um Regueiro Alvarinho Trajadura, um vinho equilibrado, floral onde o casamento das duas castas se apresenta na perfeição.

Para os pratos mais pesados que nos fazem ficar sentados à mesa por umas horas, destaco o 40 castas reserva da D. Doroteia. Um vinho mais forte onde a predominância da Touriga Nacional, Franca e especialmente a Tinta Roriz fazem-se notar. Uma bebida que acompanha muito bem pratos assados.

Não podemos acabar a refeição sem um aconchego refrescante. O Quinta da Tojeira Blanc des Blancs Bruto é um espumante muito elegante, com bolha fina, frutado e com uma acidez que tanto acompanha um cabrito como um pão de ló. Uma sugestão até para a passagem de ano.

Como não podia faltar à mesa, mas cada vez está mais esquecido, terminamos com um Porto Vallado Tawny 20 anos. Um vinho muito fresco, com notas de frutos secos e uma fantástica relação preço/qualidade.

Para poder partilhar estas sugestões, destaco o apoio da Garrafeira Diálogo, Garrafeira SelectMoment, Casa Alves Ribeiro e Supermercado Mira Ramos na escolha e oferta dos vinhos.

Apesar da época ser farta, lembrem-se que devem sempre beber com moderação. Partilhem à mesa as experiências e os paladares durante a consoada ou o Natal. Discutam e apreciem o momento tradicionalmente passado em família. ♦



Abade Velho Tinto 2019

Tinta Roriz, Tinta Barroca e Touriga Nacional
Estágio de 12 meses em barricas de carvalho de 250 litros Douro, Santa Cruz
Local de venda: Garrafeira Diálogo
PVP: 12,00€

Espumante Blanc des Blancs Bruto Casa da Tojeira

Chardonnay (100%)
Fermentação por método clássico em estágio de 12 meses Minho, Gerês
Local de venda: Garrafeira Diálogo
PVP: 13,45€

Vinho do Porto Vallado Tawny 20 anos

Blend de várias castas provenientes de Vinhas Velhas: Tinta Roriz, Tinta Amarela, Touriga Franca, Touriga Nacional
Estágio de 20 anos em Toneis e cascos de carvalho de 600 litros
Local de Venda: Supermercado Mira Ramos
PVP: 32,50€

Quinta do Regueiro Alvarinho Trajadura 2022

Alvarinho, Trajadura
Fermentação a temperatura controlada, maceração em 50% do lote.
Local de Venda: Casa Alves Ribeiro
PVP: 3,80€

Bom Malandro Tinto 2021

Touriga Franca, Touriga Nacional, Tinta Roriz, Tinta Barroca, Alicante Bouschet Douro, Cima Corgo
Estágio em cubas de Inox e barricas de carvalho Francês
Local de Venda: Casa Alves Ribeiro
PVP: 6,70€

Mix Grape 2022 Branco

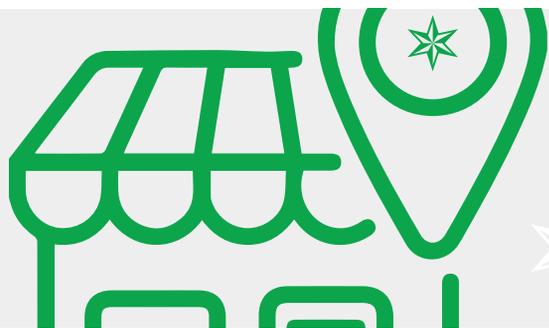
Vinhas Velhas e Rabigato
Fermentação espontânea e remontagens diárias mediante prova Vila Nova de Foz Côa
Local de Venda: Supermercado Mira Ramos
PVP: 11,50€ (Produção de 650 garrafas)

40 Castas Reserva Douro 2021

40 castas com predominância de Touriga Nacional, Tinta Roriz e Touriga Franca Douro, São João da Pesqueira
Pequeno estágio em barricas de carvalho
Local de venda: Garrafeira Select Moment
PVP: 10,50€



Texto / Fotografia
 André Silva, não especialista,
 mas apreciador de vinhos



COMÉRCIO LOCAL

Texto
Manuel Proença
Fotografia
Sara Ferreira



1

1 O Sistema Solar

Onde: Papelaria ABC, rua 19, N.º 182
Preço: 10,35€

A leitura é extremamente importante no crescimento e na formação das crianças. A proposta para a compra do livro traz alguns conhecimentos sobre o Universo que "é como as bonecas russas que se encaixam umas dentro das outras". Neste livro são apresentados os planetas, os satélites, os asteroides e os meteoritos do nosso sistema solar, de uma "forma simples".



2

2 Carteira, mochila e sapatilhas

Onde: Valigia, rua 19, N.º 188
Preço: 92,90€ (carteira), 144,90€ (mochila)
149,90€ (sapatilhas)

São três produtos da nova coleção da marca Cavalinho com uma linha Gold Snow, específica dedicada ao Natal, em preto com uma aplicação dourada. A Carteira de documentos tem uma pala do porta moedas e interior todo em pele com aplicações em metal dourado antialérgico e um espaço para 20 cartões, três micas, uma divisão para documentos, uma divisão para notas e uma caneta e, ainda um porta moedas exterior. A mochila tem alças em poliéster ajustáveis e duas asas de mão em pele, a abertura principal com fecho de correr, dois bolsos interiores um com fecho de correr e bolsos no exterior. A sapatilha é confortável, a condizer com os dois produtos anteriores.



3

3 Carteira senhora e sapatos homem e senhora

Onde: Sapataria Manuel, rua 19, N.º 236
Preço: 175€ (carteira senhora)
85€ (sapato senhora)
230€ (sapato homem)

Mala de senhora em pele genuína da marca Marta Ponti e sapatos, também em pele genuína para senhora, tal como o sapato de homem. Um conjunto clássico ideal para levar a uma festa ou para a passagem do ano.



4

4 Conjuntos de menino e de menina

Onde: Tucha, rua 19, N.º 258
Preço: 30,95€ (casaco menina)
45,45€ (vestido)
12,95€ (cachecol menina)
29,95€ (blusão menino)
19,45€ (calça)
23,95€ (camisola menino)

O conjunto de menina é formado por um casaco com capucho em fazenda e na cor de azul escuro, próprio para vestir em dias frios de inverno, combinando muito bem com um vestido em cores claras e acastanhadas e com um cachecol em bege com dois pompons. O conjunto de menino é formado por um blusão azul escuro almofadado e impermeável, uma calça verde em sarja e uma camisola em lã verde garrafa, com um desenho desportivo alusivo ao basquetebol.



5

5 Sagrada Família e Vila Natal com luz e movimento

Onde: Mar de Prendas, rua 19, N.º 253
Preço: 195€ (Sagrada Família), 237,5€ (Vila Natal)

A Sagrada Família é um dos símbolos católicos que representa a imagem de um casal, a família de Jesus de Nazaré, com José, Maria e Jesus. Esta imagem é em acrílico transparente e tem cerca de 40 centímetros de altura e é iluminada com leds. A Vila Natal, com luz e em movimento, é um conjunto de imagens, com um pequeno comboio em movimento e duas árvores de Natal, também em movimento de rotação.



6

6 Relógios Tissot PRX

Onde: Ourivesaria Confiança, rua 19, N.º 307
Preço: 745€ (homem), 395€ (senhora)

São dois modelos de relógios clássicos da marca Tissot, no modelo PRX que é uma reedição de um relógio que fez furor nos anos 70 do século XX. Ambos têm pulseira metálica integrada. O relógio de homem é automático e o de mulher é de quartzo.

7 Botas rapaz e menina

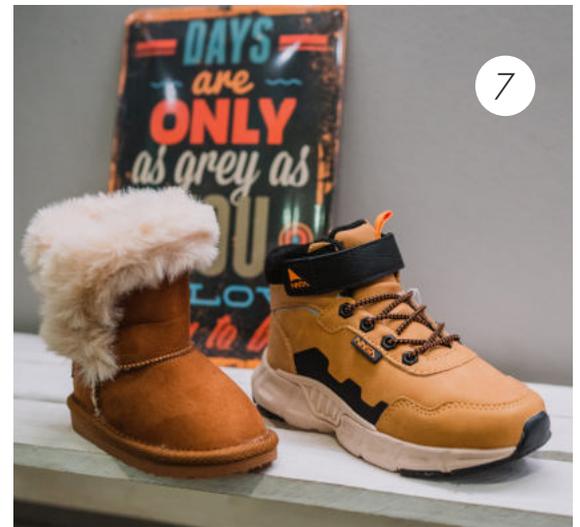
Onde: Maria Melão, rua 14, N.º 629
Preço: 45,90€ (rapaz), 39,90€ (menina)

Bota de rapaz da marca Nasa de uma linha mais económica da Pablosky, em tons de bege com algumas partes em laranja, com atacadores, quentinhas e muito confortáveis. A bota de menina é em estilo bota australiana, com o interior forrado a pelo, em eco pele e repelente à água, também muito confortáveis e quentinhas.

8 Sapatilhas casual e de corrida

Onde: Freedom Outdoor, rua 14, N.º 637
Preço: 130€ (homem), 130€ (senhora)

São dois modelos de sapatilha da marca Hoka para o uso casual ou para a prática da corrida, sobretudo por serem muito confortáveis e por terem um sistema de amortecimento de impacto no pé. Na sapatilha do homem predomina a cor azul, enquanto na da mulher a cor dominante é o laranja.



7



8



9 Urso Moonie Caramel e mordedor Sophie La Girafe

Onde: Moon Babyshop, rua 14, N.º 653
Preço: 69,99€ (urso), 19,99€ (mordedor)

O Urso Moonie Caramel, é um peluche em algodão orgânico castanho com diversos sons naturais "pink noise", luzes LED e um sensor de choro que o faz ligar automaticamente para tornar as noites do bebé muito mais agradáveis e tranquilas. O mordedor sensorial Sophie La Girafe em borracha natural com forma de girafa ideal para o bebé aliviar as dores nas gengivas e estimular os sentidos.

10 Velas aromáticas em cera

Onde: Perles De Chocolat, rua 23, N.º 318
Preço: 18,90€ (cavalo em cera), 9,90€ (árvore de Natal)
 10,90€ (enfeite Sachea)

Há um conjunto muito variado de velas com os mais diversos aromas, próprios para as ornamentações natalícias em casa. Há o cavalo em cera com várias cores, assim como as pequenas árvores de natal e os enfeites para colocar em pequenas mesas ou nos beirais no interior das janelas das casas.



11 Conjuntos perfumes Chanel

Onde: Perfumaria Lélia, rua 23, N.º 350
Preço: 138€ (Eau Parfum senhora)
 60,80€ (vaporizador de carteira senhora)
 30,80€ (sabonete senhora)
 46,60€ (gel de duche senhora)
 72,08€ (perfume com spray homem)
 101,12€ (Eau Toilette homem)
 49,20€ (gel de limpeza homem)
 34,32€ (desodorizante stick homem)

A perfumaria Lélia tem um conjunto de perfumes e produtos de beleza da marca Chanel que poderão ser integrados em caixas fornecidas pela própria marca. As linhas Bleu de Chanel para homem e a Chanel N.º5 para senhora são as sugestões.

12 Caixas de chocolates

Onde: La Suisse, rua 16, N.º 637
Preço: 26,90€ (Caixa com Pai Natal)
 18,90€ (Caixa redonda em madeira)

Os chocolates fazem as delícias de uma época, tradicionalmente doce. A caixa de chocolates de 600 gramas, em cartão resistente, tem um bonito boneco, na tampa, com um Pai Natal. Poderá ser recheada com a grande variedade de chocolates e de bombons que estão disponíveis na loja. A caixa em madeira tem pintado na tampa um Pai Natal, mas tem apenas 300 gramas de chocolates. No entanto, poderá ser recheada de acordo com o gosto do cliente.

13 Bolsa de óculos e fios para pendurar os óculos ao pescoço

Onde: Oculista Vitó, rua 19, N.º 242
Preço: 60€ (bolsa de óculos)
 25€ (fio pendurar óculos senhora)
 7€ (fio pendurar óculos homem)

Existe um conjunto variado de bolsas, nas mais diversas cores, da marca Any Di, em pele, para colocar os óculos das senhoras presos na parte exterior da carteira. Deste modo, evita-se que sempre que necessitem dos óculos tenham de abrir a carteira para os procurarem. O fio para pendurar os óculos é feito com pedras verdes naturais e o fio para homem em várias cores, em pele.

14 Casa da Bluey e pista Hotwheels

Onde: Brincalândia, rua 19, N.º 254
Preço: 56,99€ (Casa da Bluey)
 59,99€ (pista Hotwheels)

Os brinquedos são sempre de agrado das crianças e uma pista de carros da marca Hotwheels, para os miúdos sonharem com as altas velocidades e as acrobacias, acaba por ser uma boa proposta para a diversão em ambiente de Natal, assim como a Casa da Bluey, uma casinha igualzinha à que aparece na série com muitos acessórios e cheia de detalhes.

15 Porta-moedas em pele

Onde: Casa Moreira, rua 19, N.º 404
Preço: 80€ (porta-moedas senhora)
 47€ (porta-moedas homem)

Os porta-moedas em pele genuína da marca Marta Ponti poderão ser uma boa sugestão para um presente natalício. Para as senhoras há uma vasta escolha, mas sugerimos-lhe o porta-moedas em cor laranja com uma frente em cor de cereja. Este porta-moedas consegue guardar 18 cartões, tem um espaço para colocar fotos, para por as notas e as moedas. O porta-moedas de homem tem as siglas MP e tem a capacidade para guardar nove cartões, um espaço para as notas e outro para as moedas, com um fecho.



O DEUS *menino*

Devagar devagarinho
O silêncio da noite sorria
No cálido regaço de Maria
O Deus Menino dormia

Alvos cânticos angelicais
O vento d'além trazia
Enquanto a estrela cadente
Iluminava a estrebaria

Venham, venham Reis Magos
Pela Lua de azevinho
Nos alforjes trazem prendas
Em oferenda ao Deus Menino

O destino é das estrelas
Fria noite celestial
E no aconchego da família
Celebramos o nosso Natal

Elena Migueis
(pseudónimo de
Laura Macedo Quintas)

NATAL *emocional*

Natal é sinónimo de alegria
Feito com ilusão e magia
Também pode ser de tristeza
Se nos falta o pão à mesa
Com riqueza mal distribuída
Para tanta pobreza incontida
Natal de poderes emocionais
Com carências por demais
Em certos lares brilham estrelas
Outros na escuridão sem vê-las
Alguns no aconchego do calor
Outros ao frio carregados de dor
Parar as guerras e semear a paz
Pró Mundo seria Natal que satisfaz
Transmitir Natal é um gesto nobre
É amor em casa do rico e do pobre
Que bom acabar a desigualdade
E nunca se mendigar caridade
Natal será quando o homem quiser
Sem que alguém esteja a sofrer
Deus é bom e não faz distinções
Seria bom para todos os corações
Todos nós pensássemos assim
À discriminação dessem um fim.

António Rodrigues Gonçalves

TÃO *diferente*

Natal
Já tenho muitos anos...
Noto triste a diferença
Por ver falso amor.

Os olhos caem nas montras
Com o impulso da vaidade...
Para as bocas que têm fome
O Natal quer caridade.

Meu desejo Natalício
Sai-me da Alma
A querer ver
Uma mesa recheada
Com a velha caldeirada
Ricos e pobres a comer.

Mas vá lá... para recordar
Com a esperança no olhar
Temos o frio invernal
Que é bem próprio do Natal.

Sancebas

CASINO ESPINHO



2024 RÉVEILLON

SALÃO ATLÂNTICO

DUO BARDO/DUO DIANA BASTO
LUCKY DUCKIES
ALL IN ONE

RESTAURANTE BACCARÁ

CLASSIC DANCE MUSIC
ORQUESTA SAUDADE
UNIÓN SALSERA

