

AS VINDIMAS DA ADEGA MAIOR RITA NABEIRO ENTREVISTA ALEXANDRA MACHADO 20 ANOS DE INTERNATIONAL COFFEE PARTNERS

N.5 GRATUITA

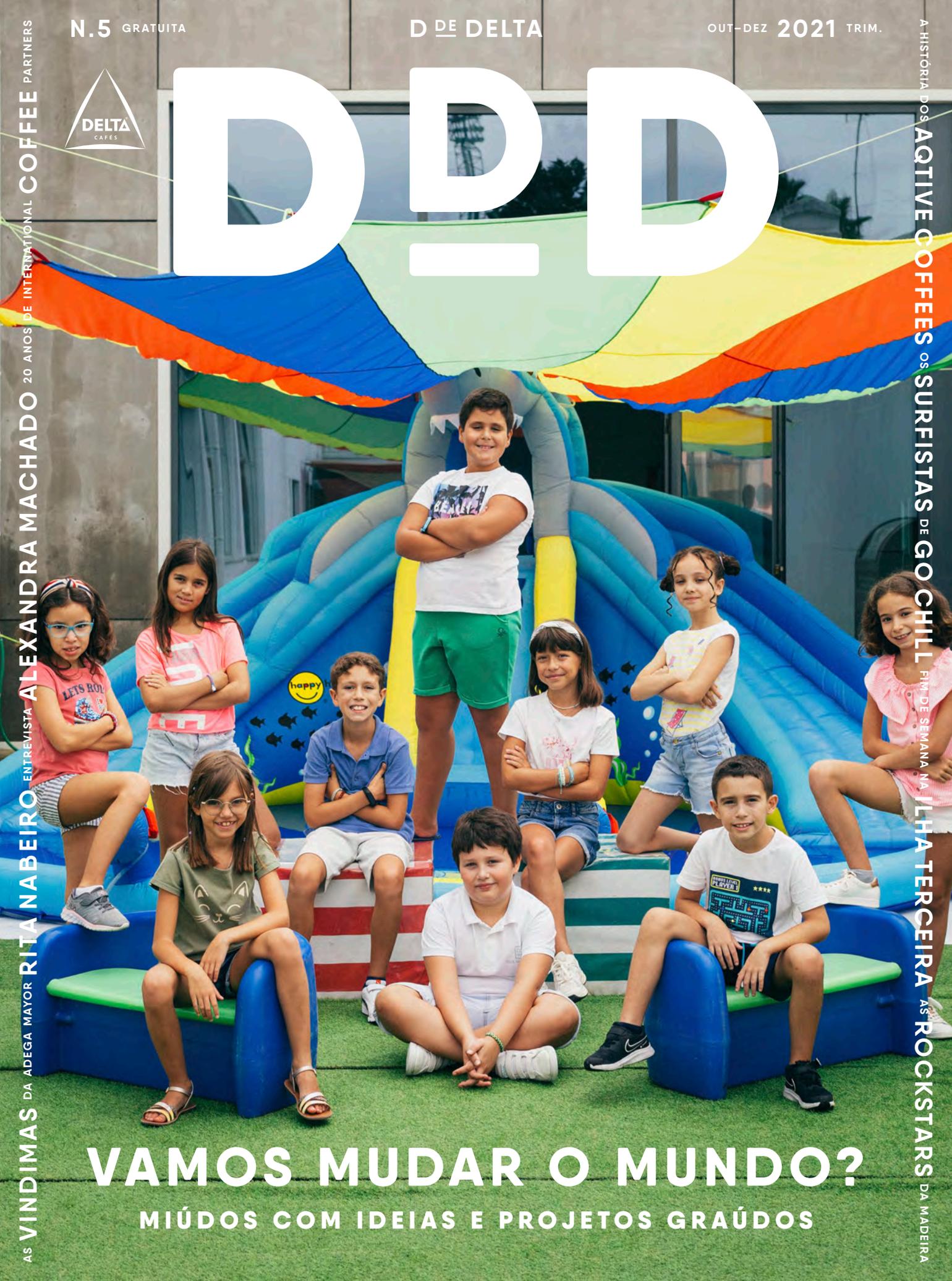
D DE DELTA

OUT-DEZ 2021 TRIM.



# DEED

A HISTÓRIA DOS ACTIVE COFFEES OS SURRISTAS DE GO CHILL FIM DE SEMANA NA ILHA TERCEIRA AS ROCKSTARS DA MADEIRA



## VAMOS MUDAR O MUNDO?

MIÚDOS COM IDEIAS E PROJETOS GRAÚDOS

# Delta

## CAFÉ, O SEGREDO DO NEGÓCIO

O sucesso revela-se muitas vezes com o expresso perfeito. Seja nas ideias que nascem em pausas para um expresso, em reuniões que começam cheias de energia, nas experiências gastronómicas e de lazer que elevam degustações e estadias ou, simplesmente, nos momentos perfeitos de descontração que um bom expresso proporciona a qualquer cliente, independentemente do negócio.



### SIMPLICIDADE

As máquinas Delta Q são intuitivas e de fácil manutenção.



### SATISFAÇÃO

Oferta de uma proposta de valor diferenciadora e completa para o sucesso do seu negócio.



### QUALIDADE

Garantia de um expresso sempre perfeito, através da seleção das melhores origens, da arte da torra e da blendagem.



### POUPANÇA

Poupança energética, gestão mais eficaz de stocks e controlo rigoroso do doseamento do café.



### APOIO AO CLIENTE

Uma rede comercial, técnica e de apoio ao cliente que abrange todo o país.

[mydeltaq.com/pro](http://mydeltaq.com/pro)

### D DE DELTA

DIRETORA  
**RITA NABEIRO**

EDITOR EXECUTIVO  
**TIAGO PAIS**

DIRETOR DE ARTE

**LUÍS ALEXANDRE / SILVADESIGNERS**

REDATORA  
**MARIANA ABREU GARCIA**

TEXTOS  
**MARIANA ABREU GARCIA**  
**TIAGO PAIS**

FOTOGRAFIA  
**ENRIC VIVES-RUBIO**  
**MANUEL MANSO**  
**MARIANA ALVAREZ CORTES**  
**RODRIGO CABRITA**

CAPA  
**RODRIGO CABRITA**

ILUSTRAÇÃO  
**MARTA TEIVES**

REVISÃO  
**CATARINA SACRAMENTO**

REGISTO NA ERC  
**124488/04**

TIRAGEM  
**20 000 EXEMPLARES**

IMPRESSÃO  
**NORPRINT - A CASA DO LIVRO**

**GRUPO NABEIRO -**  
**DELTA CAFÉS**

PRESIDENTE DO CONSELHO  
DE ADMINISTRAÇÃO  
**RUI NABEIRO**

ADMINISTRADORES  
**HELENA NABEIRO**  
**JOÃO MANUEL NABEIRO**

CEO  
**RUI MIGUEL NABEIRO**

DIRETOR DE MARKETING  
**MARCO NANITA**

COORDENADORA  
**ANA PINTO VON GILSA**

**DDD@GRUPONABEIRO.COM**  
**WWW.DELTACAFES.PT**

**CINCO UM ZERO**

PUBLISHER  
**JOÃO MIGUEL TAVARES**  
**WWW.510.PT**



A REVISTA **DDD** É PRODUZIDA PELA  
**CINCO UM ZERO** PARA A **DELTA**

E É PROPRIEDADE DA  
**NABEIROGEST - SOCIEDADE**  
**GESTORA DE PARTICIPAÇÕES, SA.**

**AVENIDA CALOUSTE GULBENKIAN, 15**  
**7370-025 CAMPO MAIOR**

### EDITORIAL

## VAMOS MUDAR O MUNDO?



**A PERGUNTA** acima não é uma mera provocação fútil. É um desafio real. Reconhecemos que a expressão “mudar o mundo” pode soar, à partida, a uma enorme empreitada, de concretização utópica. Mas só o é se pensarmos em concretizá-la sozinhos, e de uma só vez. Não tem de ser assim. Nem pode. A única forma de mudar realmente o mundo - pelo menos para melhor - é fazê-lo a pouco e pouco, um dia de cada vez, em pequenas ações. Um indivíduo, outras em grupo. Muda-se o mundo construindo pontes em vez de muros, pensando fora da caixa, agindo com ambição e generosidade, e sempre com a noção de que essa mudança não tem de ser necessariamente radical ou instantânea, tem apenas de acontecer.

Não faltam, nesta revista, temas que podem servir de inspiração para mudar o mundo. Da vida de Alexandra Machado (p. 26), que largou uma carreira empresarial de sucesso, para mudar o mundo de inúmeras mulheres em África, através do projeto Girl Move, ao Centro Educativo Alice Nabeiro (p. 36), onde não faltam miúdos criativos e empreendedores, cheios de ideias graúdas para mudar o seu mundo e o dos que lhes estão mais próximos.

Da história da International Coffee Partners (p. 46), uma organização que junta diversas famílias ligadas ao negócio do café - como a nossa - para mudar o mundo de cafeicultores em África e nas Américas, à do lançamento da gama inédita de cafés funcionais aQtive Coffee (p. 70), que provam que, 60 anos depois da fundação, a Delta continua empenhada em reinventar-se e, assim, mudar o mundo dos seus clientes.

E se até o mundo dos vinhos vai mudando ano após ano, que melhor altura do que a de vindimas (p. 10) da Adega Mayor para ficar a par da mudança? Vindimámos de madrugada, bem pela fresca, para depois ficarmos a conhecer algumas das pessoas fundamentais na produção dos nossos vinhos, tanto no campo como no laboratório, na sala de barricas e na de provas.

Entretanto, entrámos também na oficina criativa da Marcenaria Artística Pereira (p. 54), surfámos com os quatro embaixadores de Go Chill (p. 62) - outra das marcas e ideias inovadoras do Grupo Nabeiro -, visitámos a novíssima loja Delta Q na Avenida da Liberdade (p. 76) e voámos até à ilha Terceira (p. 81).

Tudo somado, se se mantiver na nossa companhia, não lhe faltará assunto com que se entreter nas próximas horas. Nem, esperamos, inspiração. Por isso... vamos lá mudar o mundo?

**RITA NABEIRO**

DIRETORA



**8**

VINDIMAS

**6**

DENTRO DA DELTA

UM OBJETO

**26**

ENTREVISTA

ALEXANDRA MACHADO

**36**

CENTRO EDUCATIVO

ALICE NABEIRO

**44**

CAFÉ COM HISTÓRIA

CAFÉ CENTRAL

**46**

INTERNATIONAL

COFFEE PARTNERS

20 ANOS

**54**

ROCKSTARS DA MADEIRA

**60**

DENTRO DA DELTA

UMA PESSOA

**70**

DELTA x EDOL

DO GRÃO À FARMÁCIA

**74**

DENTRO DA DELTA

UMA HISTÓRIA

**76**

CAFÉ COM NOTA

ARTÍSTICA

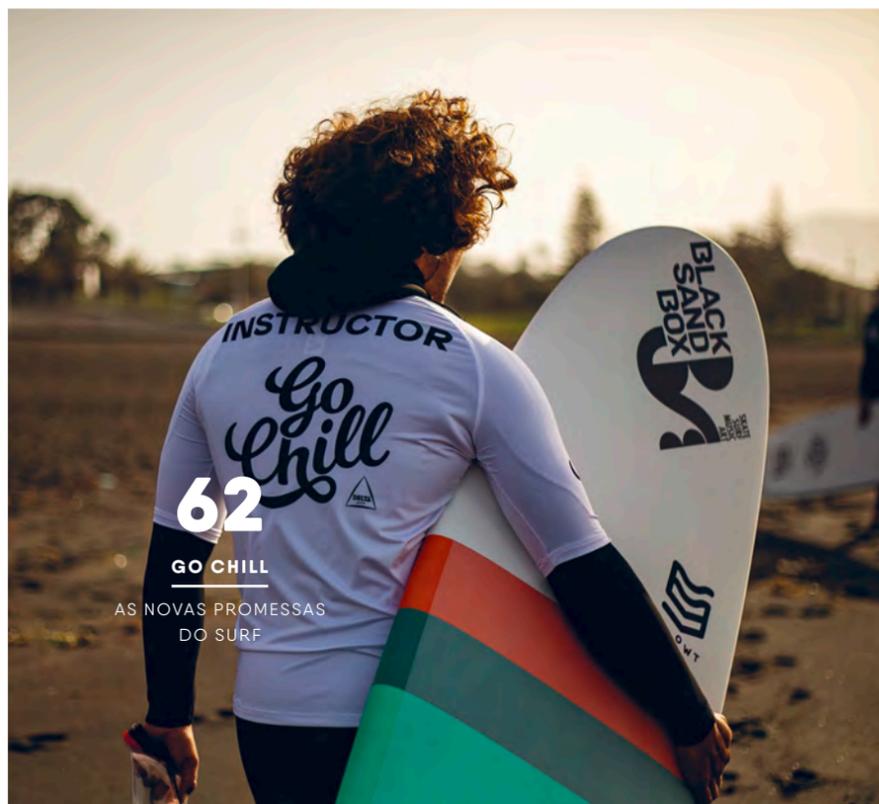
**81**

FIM DE SEMANA GRANDE

ILHA TERCEIRA, AÇORES

**90**

PLANETA DELTA



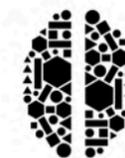
**62**

GO CHILL

AS NOVAS PROMESSAS  
DO SURF



ESTAMOS TODOS  
DE VOLTA.  
VOLTE TAMBÉM  
À SUA CASA.



CENTRO  
de CIÊNCIA  
do CAFÉ

[www.centrociencia cafe.com](http://www.centrociencia cafe.com)

MORADA: Herdade das Argamassas (Junto à Fábrica da Novadelta, direção Campo Maior - Portalegre) 7370-171 Campo Maior | T. +351 268 009 630  
geral@centrociencia cafe.com HORÁRIO: 3ªFeira a 6ªFeira: 10h00-17h00 (Inverno) 10h00-18h00 (Verão) | Sábado e Domingo: 10h00-14h00 | Encerrado: 2ªFeira e Feriados

# SEMPRE NA LAPELA

O QUÊ  
**PIN (E CRACHÁS)**  
DA DELTA

DÉCADA  
DESDE 1970

ONDE ESTÁ  
**ONDE HOVER**  
DELTINHAS

EM CAMPO MAIOR marca presença assídua, lapela sim, lapela não. No resto do país (e do mundo) vai aparecendo com frequência, por esses departamentos fora. O pin da Delta identifica quem faz parte do universo do Grupo Nabeiro e, apesar de o seu uso não ser requisito obrigatório em área nenhuma do grupo empresarial, boa parte dos seus mais de 3500 colaboradores enverga-o com orgulho.

A história deste objeto tem mais de 40 anos. Surgiu, primeiro, em forma de Deltinha - o simpático grão de café que é mascote da Delta. Na altura, foi o próprio Rui Nabeiro, fundador da empresa, que adotou este símbolo e o usava ao peito aonde quer que fosse. Mas rapidamente a moda pegou e, entre os comerciais, o *pin* começou a ser utilizado como forma de se identificarem perante clientes e colegas, mesmo antes de se apresentarem.

Ao *pin* somam-se os crachás, maiores e mais chamativos, usados sobretudo em eventos da marca. Mas nas rotinas diárias é o pequeno acessório de metal que tem lugar marcado nas lapelas, da administração aos estagiários. Já teve dezenas de versões: evoluiu à medida que o logótipo da empresa também evoluiu. E continua a evoluir: enquanto houver orgulhosos deltinhas haverá, com certeza, *pins* nas suas lapelas.

TEXTO MARIANA ABREU GARCIA FOTOGRAFIA MANUEL MANSO



**VINDIMA NOTURNA** Como a vindima apanha alguns dias bem quentes, por vezes os trabalhos começam logo às 4h30 da manhã. Os trabalhadores preferem assim, já que pelo meio-dia estão de volta a casa. E o cenário é curioso: parece uma invasão de pirilampos na vinha.



Cada vinho da Adega Mayor que chega à mesa de refeição ou à estante da garrafeira é o resultado de um trabalho constante de uma família numerosa, no campo e na adega, que atinge o seu ponto alto entre o final de julho e meados de setembro: a época da vindima.

# ATÉ AO LAVAR DOS CESTOS

TEXTO  
TIAGO PAIS

FOTOGRAFIA  
RODRIGO CABRITA

**E**M 1968, Rui Nabeiro começa a concretizar um sonho antigo: tornar-se produtor de vinho. É nesse ano que adquire a Herdade das Argamassas, onde hoje - além do complexo industrial da Novadelta e do Centro de Ciência do Café - se situa a Adega Mayor e uma parte considerável das vinhas da empresa.

Nessa época, estaria longe de imaginar que passados 53 anos, às quatro e meia de uma madrugada de agosto esses campos se encheriam de trabalhadores munidos de cestos e lanternas de cabeça para uma invulgar sessão de vindima noturna.

“Prefiro a esta hora, é muito melhor. Quanto mais tarde pior, por causa do calor”, diz-nos Ana, uma das coletoras de uva presentes no campo. Tem 56 anos e faz isto desde os 13 - trabalha o ano inteiro no campo: “Quando não estou nas vindimas, estou a apanhar a fruta, fazer a poda, o que for preciso.” Está com as amigas Lurdes e Maria, e a conversa corre fluida entre as três. “Assim é mais fácil, nem damos pelo tempo passar”, justificam entre sorrisos. Atrás, outros homens e mulheres vão desempenhando a mesma tarefa, de forma mais silenciosa mas igualmente eficaz.

Visto de longe, o cenário é, no mínimo, curioso: espalhados pelo campo, com as lanternas presas por uma fita à cabeça, os trabalhadores parecem pirilampos que se vão mexendo lenta e coordenadamente, vinha acima, vinha abaixo, criando um inesperado jogo de luzes. Empurram os cestos que enchem de uvas com os pés, antes de os passar aos tratores, numa coreografia de corpo inteiro, fisicamente exigente, que não lhes dá tempo para apreciar a vista.

E bem que ela mereceria essa apreciação - à medida que as horas avançam e o Sol começa a dar sinais de vida, o clarear do céu permite ir desvendando, ao longe, a silhueta do edifício da Adega Mayor, tal e qual como nos esboços de Siza Vieira, numa visão quase poética.

Não nos resta, porém, muito mais tempo neste cenário idílico. Partimos em breve para acompanhar outra equipa da Adega Mayor que vindima a 40 minutos de distância, em plena serra de São Mamede, nos arredores de Portalegre. Estão na Quinta da Mata, uma propriedade que não pertence à Adega Mayor, mas a quem compram as uvas - de vinhas velhas, neste caso - e em que, por isso mesmo, ficam responsáveis pela sua colheita. O modelo repete-se, aliás, noutras parcelas.

O clima é diferente, as uvas também, as pessoas idem. Mas o espírito não muda. Somos recebidos por **JOAQUIM FERREIRA**, o responsável pela equipa que ali está: 14 pessoas ao todo, contando com ele. Este elvensense de 55 anos começou por trabalhar em pomares de outras frutas - pêssegos e maçãs -, antes de, há mais de duas décadas, se ter tornado um dos cuidadores das vinhas do Grupo Nabeiro. Gosta da agitação da vindima, “mas quando o sol fica a pique e começa a



**VINHAS VELHAS** Os vinhos da Adega Mayor não vêm todos de vinhas próprias. No caso desta parcela de vinhas velhas - que fica na Quinta da Mata, nos arredores de Portalegre -, apenas compram as uvas aos proprietários. Por essa razão, são também responsáveis pela sua colheita.



↖ **RAQUEL CHAMBEL** O avô, natural de Nisa, já fazia vinho, e Raquel lembra-se de ir apanhar as uvas com ele, ainda miúda. O sorriso que faz ao recordar esses momentos é o mesmo com que recebe os visitantes na Adega Mayor e percorre, com eles, todos os recantos do edifício.



↗ **GIL RASQUILHO** Sempre trabalhou no campo: na azeitona, na vinha e onde foi preciso, até ter passado a fazer parte da equipa da Adega Mayor, já lá vão sete anos. Hoje, é um dos elementos indispensáveis, um dos soldados mais frágeis do seu general Joaquim.

apertar, torna-se duro”, confessa. No resto do ano é mais calmo. Trata das podas, pré-podas e dos ladrões. Ladrões? “Sim, são as folhas verdes que não dão uva”, explica. E durante o inverno também dá uma perninha no olival, claro. Não é homem de muitas palavras, o trabalho vem primeiro. Prefere tratar da uva do que encher o copo. “Mas também sei apreciar um bom vinho”, diz, antes de eleger o Caiado branco como o seu favorito. Uma escolha compreensível, até porque o calor já se faz sentir.

Esse calor parece não incomodar, contudo, outra das figuras carismáticas desta equipa, **GIL RASQUILHO**. Está habituado: tem 39 anos e, desde que se lembra, sempre fez do campo o seu sustento. “Na azeitona, na vinha, onde havia trabalho.” Está na Adega Mayor há sete anos, e o rebuliço da vindima não o assusta. “Anda-se um bocadinho mais apertado nesta altura, mas faz-se bem.” Até porque o vinho da casa é bom e Gil é adepto confesso. “Ah, pois, de vez em quando abro uma garrafinha.” Não lhe peçam é para escolher um rótulo, que não tem favoritos: “O importante é ter sempre o copinho cheio”, reforça.

A equipa prossegue o seu trabalho e nós voltamos a Campo Maior. É que enquanto uns colhem as uvas, outros vão mantendo a máquina a funcionar na adega, que, por estes dias, está num alvoroço. Enquanto de um lado se faz a seleção das uvas colhidas e o respetivo encaminhamento, noutro recebem-se inúmeros visitantes, miúdos e graúdos, especialistas em vinho, arquitetura ou simples curiosos.

**RAQUEL CHAMBEL**, 44 anos, dá as boas-vindas a todos eles. Esta técnica de enoturismo é uma das responsáveis por receber e guiar quem ali chega à procura de ficar a saber mais sobre os vinhos, o edifício ou o projeto em geral. “Faço visitas, apresentações de vinhos, *workshops*, experiências mais elaboradas como piqueniques, eventos ou provas de vinhos de topo...”, enumera.

Na época de vindima, o programa pode incluir uma experiência no campo, de colheita de uvas, “que dura cerca de uma hora” antes de se passar à prova. Raquel fala com visível prazer deste trabalho, ela que tem memórias bem vívidas do tempo em que ajudava os avós, da zona de Nisa, a apanhar as uvas para o vinho de talha que ali produziam.

Confessa-nos que o contacto com os clientes é a parte mais aliciante da função: “Quando faço as visitas, ponho as pessoas à vontade para que também partilhem as suas experiências e levem daqui uma experiência gratificante. Não sou só eu a falar. Gosto que as pessoas interajam e quero que sintam que foram acolhidas, que não vieram simplesmente visitar uma adega, mas sim que foram recebidas por alguém que se importou.” Quanto aos vinhos que dá a provar, não hesita em eleger o seu favorito. “Pai Chão. Adoro simplesmente a

sensação de bebê-lo, parece que bebemos veludo. É uma sensação de conforto, aconchegante.”

Chega, entretanto, um novo grupo de visitantes. É tempo de Raquel prosseguir a sua lufa-lufa diária, e de pararmos no laboratório para conhecer outra peça essencial nesta engrenagem: **MARGARIDA BARREIROS**. Com formação em Química, trocou as águas pelo vinho há oito anos. A comparação é inevitável. “É um produto muito diferente, muito desafiante porque o mercado assim o exige: os consumidores querem cada vez mais saber o que está a acontecer, perceber porque é que existem determinados aromas, cores, se houve maceração, *batonnage*... na água estamos habituados a abrir a torneira e a estar tudo bem, ninguém questiona.”

Margarida é, oficialmente, coordenadora de análise e controlo de processo. Ou seja, cabe-lhe “verificar todos os parâmetros analíticos quer da uva quer do vinho.” A descrição do cargo pode não parecer a mais entusiasmante para os leigos. Nada mais errado, porém - descreve o seu trabalho com um brilho nos olhos e até uma certa vaidade. “Tenho uma visão única do que se faz na adega: por um lado, trabalho com o Francisco [Pessoa, responsável de campo] na viticultura, e percebo o que é que estamos a ver no terreno - se a película está pronta, se a polpa está pronta, como está a grainha... E depois com o Carlos [Rodrigues, enólogo]: todos os dias vamos provar e ver o vinho a crescer, a fermentação alcoólica e malolática a decorrer e vemos o sumo de uva a transformar-se num vinho e este a crescer e a desenvolver-se ao longo do tempo.”

**CARLOS RODRIGUES**, esse enólogo, está por perto e junta-se à conversa, até para descansar um pouco da agitação. É que, apesar de gostar muito da época da vindima - “é aquilo que nós esperamos todos os anos”, diz -, não esconde que é cansativa. “É nestas alturas que começo a ver que estou a ficar velho, mais gordo, mais acomodado”, brinca. Não está assim tão velho: tem 42 anos, os últimos sete passados na Adega Mayor. Não tem raízes alentejanas, é do Estoril, mas a família sempre esteve ligada à agricultura. Quando chegou a altura de escolher um caminho profissional, nem lhe passou pela cabeça a hipótese “de estar fechado num escritório”.

Hoje, tanto gosta de passar tempo na vinha com os viticultores como realça a importância do trabalho de controlo analítico que faz com Margarida. “Conseguimos perceber - quando estamos a querer levar ao extremo determinado vinho, mosto ou uvas - quando é que devemos parar. Este apoio analítico e este controlo de qualidade vão acendendo luzes vermelhas ou amarelas. E já estamos a mexer com um milhão e 200 mil litros de vinho; logo, não basta a prova do enólogo, temos de ter um fundo analítico e de controlo para gerir um volume deste tamanho.”

É esse trabalho, então, que permite pensar mais fora da caixa e responder aos desafios constantes de



**NASCER DO SOL** Durante a vindima noturna, à medida que as uvas vão sendo colhidas manualmente, reunidas em caixotes e entregues nos tratores, o Sol vai subindo a pouco e pouco, permitindo adivinhar, ao longe - no caso da Herdade da Godinha -, a silhueta da Adega Mayor. Uma visão poética.



inovação, que vão surgindo internamente, do espírito inquieto da empresa, com propostas que fogem ao perfil habitual dos vinhos alentejanos. “Temos, felizmente, nesta casa potencial e aval para experimentarmos, sermos extrovertidos e tentarmos sempre puxar ao máximo para ver se conseguimos sair do normal. Este é um trabalho de equipa, sobretudo. Mesmo além da área dos vinhos há muita criatividade. Desde a Rita [Nabeiro] que nos está sempre a espicaçar, ao trabalho gráfico e de imagem que sai nas garrafas. Portanto, vemo-nos obrigados a oferecer coisas novas, também elas irreverentes.”

Não é de estranhar, assim, que quando espicaçado a escolher um vinho favorito de entre todo o portefólio, Carlos opte por mencionar um desses monocastas menos comuns. “Tenho um especial carinho por estas últimas novidades que temos vindo a lançar. Gosto muito do nosso Galego Dourado, o primeiro que saiu, em 2018, e o Sangiovese também foi uma boa surpresa. São vinhos que me dizem muito, do ponto de vista de os ter criado e acompanhado até à garrafa. Dá-me imenso gozo bebê-los e mostrá-los às pessoas.”

Carlos não é o único enólogo da casa. Com ele trabalha **ANDREIA REIS**, 31 anos, que começou por ser estagiária, mas a quem Carlos reconheceu desde cedo “capacidade de liderança”. O seu percurso até chegar à Adega Mayor começou de forma improvável. “Desde pequena que adorava anatomia. Queria muito tirar Anatomia Patológica. Entretanto, desenvolvi uma paixão por Ciências Forenses, queria ir para a vida militar e depois desenvolver essa área. Mas havia qualquer coisa que me dizia ‘ok, ainda não é isto, há outra coisa qualquer à tua espera’. Foi quando comecei a entrar no mundo dos vinhos, a conhecer e a provar. Estudei Biotecnologia na universidade, e foi com uma cadeira opcional de Produção de Vinho e Azeite que tive mesmo a certeza de que queria fazer disto vida.”

Andreia é responsável pela adega mais discreta da marca, a que fica na Herdade da Godinha, e que apesar de ser mais pequena do que a principal - onde estamos - acaba por processar mais uva. “Nessa adega trabalhamos com quantidades maiores, aqui focamo-nos nos topos de gama, nos vinhos mais delicados.” Apesar dessa função, acaba por trabalhar todos os vinhos Adega Mayor em conjunto com Carlos.

Com o seu parceiro de enologia partilha o especial apreço pelos monocastas da marca. “Gostei muito de uma edição que fizemos de Arinto, há dois anos, e acho muito interessante o Gouveio deste ano. E se fosse um vinho para consumo assim mais regular, ia para outra monocasta: Touriga Franca.” Para si, os vinhos de um só tipo de uva têm especial interesse nesta fase da carreira. “Como ainda me estou a iniciar no mundo da enologia, gosto de perceber as diferenças a nível da prova da uva, depois ver o resultado na garrafa e o comportamento

**ANDREIA REIS** A sua capacidade de liderança valeu-lhe a promoção de estagiária até enóloga responsável pela adega da Herdade da Godinha. Esta, apesar de mais pequena e discreta que a principal, até acaba por processar mais uva. Nada que intimide, porém, a jovem Andreia.

**CARLOS RODRIGUES** O enólogo da Adega Mayor anseia todos os anos pela época de vindimas. Porque é aí que começa o trabalho criativo que permite os vinhos monocastas mais fora da caixa que têm lançado nos últimos tempos e que, confessa, lhe tem dado um gozo especial fazer.





**MÊS E MEIO** É a duração aproximada da época de vindimas na Adega Mayor. Começa bem cedo, ainda no final de julho, com as uvas de Pinot Gris, prossegue com as uvas brancas e vai até ao final de setembro, para as tintas que precisam de mais tempo de maturação.

do vinho. É interessante distingui-las, perceber como evoluem.”

A forma como evoluem está dependente do último entrevistado do dia: **RICARDO CORDEIRO**. Encontramo-lo no seu habitat natural, a sala das barricas. Este campomaiorense de 39 anos anda entusiasmado com os ensinamentos que retirou de uma estadia recente de duas semanas na Seguin Moreau, um dos maiores fabricantes mundiais de barricas. “Fui para a secção das barricas de conhaque, onde estão os mais velhos que lá trabalham. Fiquei dois dias a ver, uma semana a aprender e depois deixaram-me sozinho a ver se me safava. Eles veem logo pelo trabalhar do martelo, que pesa dois quilos e meio, se uma pessoa tem jeito.”

Ricardo tem jeito. Hoje diz-se capaz de trocar tampos, aduelas, reparar fugas. E também tem jeito para fazer amigos, com promessas inesperadas. “Eles receberam-me tão bem, foram espetaculares. Deram-me bons vinhos a provar e pronto, sabe que quando estamos alegres... prometi que fazia uma tatuagem com o símbolo da Seguin Moreau.” O prometido é devido: assim que chegou a Campo Maior, mandou inscrever o símbolo na pele. “Mandei-lhes a fotografia e eles só diziam: ‘estás maluco’, nem acreditavam. Mas agradeceram muito”, recorda com um sorriso.

A energia de Ricardo Cordeiro é contagiante. Trabalha desde muito cedo - na infância andava nas feiras, com a família, primeiro em barraquinhas de tiro, depois nas farturas. Emancipou-se logo aos 17 anos: começou nas obras, mas o seu sonho já era trabalhar na Delta. “Mas para o café, porque eu adorava o senhor Rui e o café. Fui ter com ele, o senhor Rui olhou-me de cima a baixo e disse-me: ‘espera um bocadinho que o senhor Emídio (motorista) já te deixa no trabalho’. E pronto: a roupa com que fui foi a roupa com que comecei a trabalhar, logo a ajudar a escolher uva.”

Tinha, à época, 23 anos e uma inquietude natural. “Comecei por escolher uva e lavar tudo o que era da linha de seleção, caixas, reboques, tudo. Só que eu não parava, ia lá dentro à adega ver o resto do trabalho e gostava. Então fizeram-me uma proposta.” Desde aí já fez de tudo um pouco, das máquinas às prensas, das filtragens às barricas. “Há coisas que consigo fazer com os olhos fechados. Da escolha da uva ao produto acabado sei fazer tudo”, garante.

Só não é lá grande consumidor de vinhos. “Gosto de provar o que fazemos, mas não costumo beber bebidas alcoólicas. Se tiver mesmo de escolher, escolho um Touriga Nacional. Há quem goste daqueles vinhos mais leves, mas eu não, gosto de sentir os taninos na boca.”

Entretanto, chamam por si. Ricardo é preciso no cais da uva, já que acabou de chegar mais um carregamento da dita. Antes de acudir à chamada, despede-se: “Isto é mesmo assim, nesta altura não se pára.” Pois não, pelo menos até ao lavar dos cestos.

**RICARDO CORDEIRO** Campomaiorense de gema, o seu sonho sempre foi trabalhar no café. Mas Rui Nabeiro levou-o para o vinho e ele aqui ficou. Hoje já não trocaria: especializou-se em barricas e gosta tanto do que faz que tem uma tatuagem do símbolo de um dos maiores fabricantes mundiais.



A L E  
X A N  
D R A

“É NO SENTIMENTO DE INJUSTIÇA  
QUE EU CRIO FORÇA PARA CONTINUAR.  
QUANDO A COISA ESTÁ MAIS  
COMPLICADA, RENASÇO.”

M A  
C H A  
D O

ENTREVISTA  
RITA NABEIRO

FOTOGRAFIA  
ENRIC VIVES-RUBIO

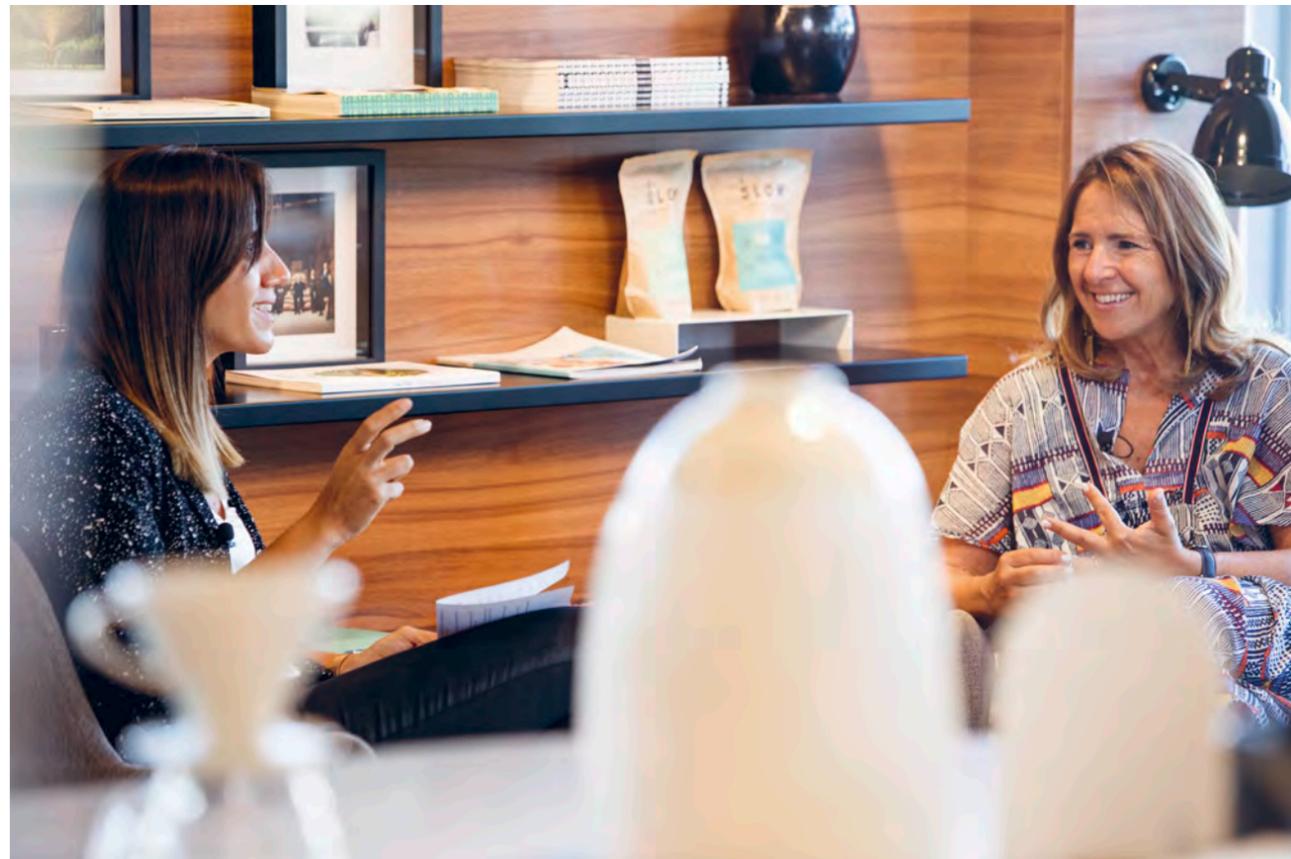


**FOI NO THE COFFEE HOUSE EXPERIENCE QUE RITA NABEIRO SE SENTOU À CONVERSA COM ALEXANDRA MACHADO. A EMPREENDEDORA SOCIAL, QUE LARGOU UMA CARREIRA DE SUCESSO NA NIKE PORTUGAL PARA FUNDAR A GIRL MOVE, FALOU SOBRE O PAPEL DA FÉ NO SEU PERCURSO, SOBRE A AUTOESTIMA NA LIDERANÇA E SOBRE O QUE É PRECISO PARA CRIAR MUDANÇAS SISTÉMICAS NO MUNDO.**

28

ENTREVISTA

29



**F**oste gestora de produto no grupo Entrepasto, no setor automóvel, foste diretora de marketing e comercial no grupo Jerónimo Martins, e, durante 10 anos, assumiste a direção-geral da Nike Portugal. Em 2012, abandonaste a carreira que tinhas construído e foste noutra direção: criaste a Girl Move, uma fundação que apoia raparigas em países subdesenvolvidos, formando-as para a liderança. Como chegaste a esta decisão? Há quanto tempo pensavas nisto? A decisão aconteceu quando estava ali nos quarentas. Tinha todo um passado de experiências diferentes na área empresarial, e tinha muita vontade de colocar toda a minha bagagem, toda a experiência de liderança que fui tendo ao longo de vinte e tal anos, ao serviço de uma causa maior. Acredito muito na procura deste sentido de propósito nas nossas vidas; em procurar que os nossos talentos sejam postos a render. Enquanto estive na Nike fui pensando mais nisso... A Nike tem uma fundação que é a Girl Effect, que defende a educação no feminino como forma de combate à pobreza no mundo. Mas, na altura, o meu trabalho era outro.

**Achas que ficou aí uma sementinha?**

Deu-me uma noção de realidade. Aquilo que se passa no mundo, em particular a falta de acesso das raparigas à educação, é algo que nós não vivemos no nosso dia a dia, quer em Portugal, quer na Europa. E acabamos por não ter noção da dimensão da realidade, do que se passa em vários outros países. Isto deu-me uma perspetiva, uma base. A minha formação é em gestão e tenho uma lógica de funcionamento muito económica, portanto, para mim é muito óbvio que, se queremos combater e erradicar a pobreza no mundo, uma estratégia fundamental é promover a educação de todas as raparigas e mulheres, assim como promover a participação ativa das mulheres no desenvolvimento da sociedade. E tomar consciência de que isto não acontecia - particularmente, que isto não acontecia em países de língua portuguesa - era algo que me inquietava. Foi uma combinação de fatores: por um lado, era uma

causa em que eu sabia que podia ter efeito; por outro lado, uma vontade muito grande de colocar o meu talento e a minha experiência profissional a render. Sou mãe, tenho três filhos, acho que esse é o meu bem maior, mas precisamente por ser mãe sinto uma responsabilidade enorme de criar um legado. Foi uma forma de o fazer.

**Na Nike estavas numa posição confortável e tinhas um futuro auspicioso. Foi uma mudança profissional, mas também de vida...**

A minha vida profissional está muito ligada à minha vida pessoal. Acho fundamental o constante crescimento, continuarmos sempre à procura do nosso próprio desenvolvimento. De facto, eu sentia-me ali perfeitamente na minha zona de conforto, como dizes, a todos os níveis. E tudo o que fazia, fazia com imensa facilidade, porque já estava há dez anos a fazer o mesmo. Isso promove menos o meu crescimento. E imaginar-me como CEO da Adidas, por exemplo, não me iluminava o coração. Senti mesmo a necessidade de romper totalmente. Estava também numa reflexão dos quarentas, de começar a projetar, e eu vejo-me a trabalhar até aos oitentas, até onde Deus quiser. Mas sentia que era necessário começar de novo. Foi arriscado, obviamente, sobretudo do ponto de vista financeiro. Também o fiz porque tinha um suporte familiar importante. Foi arriscar, mas sempre numa lógica de crescer com o processo e de fazer crescer o mundo à minha volta.

**Disseste, na altura em que fundaste a Girl Move, que foste “totalmente levada ao colo por Deus para esta missão”. De que forma?**

Sou católica praticante e a fé é algo muito importante na minha vida. Neste meu processo de discernimento de vida, perguntei-me como é que podia ter mais amor ao próximo e entregar-me mais a ele. Na altura, tinha um padre muito meu amigo, que era meu orientador espiritual, que durante muitos anos - enquanto estava na Nike - me dizia: “Ó Alexandra, mas quando é que te fargas de vender ténis?” Ele foi muito marcante. Às vezes é importante sermos

desinstalados por pessoas ao nosso lado. “Tu podes fazer muito mais”, dizia-me ele. A fé é a procura de Deus presente na minha vida. E amar mais o próximo também me desinstalou do lugar onde estava.

**Os teus primeiros 27 anos de carreira foram pelo caminho que escolheste ou as coisas foram acontecendo sem muitos planos?**

É um misto. A vida é feita de oportunidades e depende depois de como as aproveitamos e multiplicamos. Também há um sentido de propósito, de como tu queres desenvolver a tua carreira. Quando saí da universidade, fiquei a dar aulas durante dois anos. Sempre gostei de estratégia e de liderança, e para mim era claro que queria seguir marketing. Fui para a Unilever, e ao mesmo tempo fui entrevistada pelo Luís Amaral, que até hoje é muito importante na minha vida - e na da Girl Move, também. Ele, na altura, era diretor de marketing do Entrepósito, uma empresa portuguesa que estava a desenvolver um plano estratégico de modernização. Tu saís da faculdade com alguns conceitos, mas com pouco mais, precisas de ir aprender com alguém... O Luís foi muito determinante na minha vida porque, além de ter sido o meu primeiro chefe, acabou por se tornar meu amigo. Quando saí da Nike, e pensei em iniciar um novo caminho, foi com o Luís que fui ter. Ele viaja imenso e acredita que África tem um potencial muito grande e que, para assumir a sua preponderância no mundo, a educação das mulheres tem de se alterar substancialmente. Ele tinha esta visão e acompanhou-me neste processo. A Girl Move é fundada por mim e por ele.

**Porquê Moçambique?** Eu e o Luís queríamos trabalhar e fazer a diferença num país de língua portuguesa. Moçambique é um dos países mais pobres do mundo e é também dos que regista mais casos de maternidade infantil e de abandono escolar. Os números são aterradores. Mais de metade das miúdas até aos 18 anos já está à espera de um filho. Apenas 10% das raparigas terminam o ensino secundário. Isto leva a um ciclo de pobreza planeada, que não acontece

só em Moçambique, acontece também noutros países de língua portuguesa. Na altura fizemos uma análise e, do ponto de vista de dimensão e de impacto possível, sentimos que Moçambique seria o sítio ideal. Ao contrário do que muitas vezes as pessoas pensam, não tenho uma história moçambicana nem africana. Quando saí da Nike, em maio de 2012, fiz uma grande viagem a Moçambique, a descobrir e a sentir o país, e apaixonei-me. Acima de tudo pela mulher moçambicana, tipicamente habituada a lidar com sofrimento, com preconceito e com injustiça, mas sempre com um sorriso na cara, a cantar e a dançar, com uma força gigante para levar tudo para a frente.

**Desse tempo, há alguma história que te tenha marcado?** Uma das que mais me marcou, por ser uma surpresa na altura, foi nesta viagem que fiz pelas províncias de Moçambique, de comboio, totalmente despojada de conforto. Estive à conversa com uma senhora sobre o tema da poligamia, que faz com que seja comum um homem ter várias mulheres e deixá-las com seis ou sete filhos, para partir para outra. Esta conversa marcou-me em particular porque não conhecia a realidade. Nos anos seguintes, fui vendo repetidamente estas situações acontecerem. Aquela viagem de comboio recorda-me de onde eu parti e por que parti.

**Qual é a missão da Girl Move?** A nossa missão é promover uma nova geração de mulheres que sejam agentes de desenvolvimento do país. Apesar de baixo, já existe um número de mulheres que combatem uma série de preconceitos, que terminam a universidade e que entram no mercado de trabalho. Elas têm muita vontade, até pelo percurso que tiveram, de mudar o país delas, mas acabam por ficar perdidas e a pensar: “Como é que o vou fazer?”. Nós trabalhamos com as jovens que terminam a universidade, fazemos um recrutamento a nível nacional. Recebemos atualmente mais de cinco mil candidaturas aos programas da Girl Move e selecionamos daí 30 a 40



**“O DESAFIO É GIGANTE PORQUE O QUE A GIRL MOVE FAZ É UMA GOTA NO OCEANO. SEI QUE O OCEANO É FEITO DE PEQUENAS GOTAS E ESTOU BEM COM ISSO, MAS TENHO A CONSCIÊNCIA DE QUE TEMOS PELA FRENTE UM OCEANO INTEIRO.”**

Girl Movers - como elas se chamam a si próprias -, que são as que consideramos que têm mais capacidade de virem a ser efetivamente os novos líderes de que África precisa. Desafiamo-las para o programa Change, que funciona na nossa Academia, que fica em Nampula, no norte do país, e termina com um estágio internacional de três meses. Aquilo funciona para elas como um ano de Erasmus, em que vão conhecer uma nova realidade. Se querem mudar o mundo, têm de conhecer o mundo - e muitas delas nunca tinham antes saído de Moçambique ou sequer da província. É uma oportunidade de ganharem experiência, de ganharem vida. O que a Girl Move promove é, então, uma caminhada de descobertas, pelo reforço de competências, pelo desenvolvimento de carreira e por um lado humanitário. Cada uma das Girl Movers desenvolve um círculo de irmandade entre diferentes gerações de raparigas, que são referência mútua durante aquele ano. A Girl Mover, já licenciada, acompanha três estudantes universitárias e ainda 30 a 40 jovens que estão no final do ensino primário, sujeitas a uma elevadíssima probabilidade de abandonarem a escola, de casarem e de terem filhos prematuramente. O que estamos a fazer é promover o encontro de novas referências.

**E que impacto têm essas novas referências?**

Da mesma forma que eu fui influenciada pela minha mãe e por outros modelos de referência à minha volta, os modelos de referência destas jovens são as suas avós e mães, que saíram da escola, casaram-se e tiveram filhos. Se queremos combater a maternidade infantil em África, temos de fazer uma rutura, criar novos modelos de referência. O que a Girl Move faz é pôr estas raparigas em contacto umas com as outras, em troca de experiências - que é virtuosa, nos dois sentidos. E os nossos indicadores de sucesso são extraordinários. Nós trabalhamos anualmente com mil a 1500 raparigas e concluímos que, ao final do ano, mais de 90% delas continuam o ensino secundário, a maternidade infantil é nula e os casamentos precoces estão perto

disso. Estes indicadores contrariam os do país. E a inovação social que está aqui é uma: a substituição de valores de referência. Só mudamos o país quando conseguirmos mudar as pessoas em lugares de liderança. Por isso, a nossa aposta é em capacitar as líderes para que, daqui a alguns anos, elas possam estar em cargos de decisão - na gestão, na política, nas organizações sociais - e muni-las de um sentido de liderança muito diferente do que ainda hoje se vê no mundo. A ideia é liderar com um sentido de propósito: liderar servindo. Para isso, temos de criar competências de empatia e de reconhecimento do que existe na realidade. Muitas vezes há uma enorme indiferença, fruto do desconhecimento.

**Ao olhares para estes indicadores, que provam que a mudança está a acontecer, o que sentes?**

Sinto uma enorme perplexidade. Nunca imaginei que, passados dez anos, a Girl Move tivesse esta dimensão. Neste momento estamos já a pensar na escalabilidade do que estamos a fazer... Nunca sonhei com esta dimensão. Às vezes, perguntam-me o que faria de diferente se voltasse atrás, e a única coisa seria começar antes, talvez. A riqueza de vida que eu tenho... É de uma enorme dificuldade, trabalho muito mais e tenho muitos mais desafios do que em qualquer outro projeto. Mas destacam-se a riqueza humana e o constante crescimento. Ainda hoje, o desafio é gigante porque o que a Girl Move faz é uma gota no oceano. Sei que o oceano é feito de pequenas gotas e estou bem com isso, mas tenho a consciência de que temos pela frente um oceano inteiro.

**Acompanhas de perto mulheres muito vulneráveis por circunstâncias injustas, que lhes são alheias. Deve ser difícil manter essa visão mais ampla e objetiva sobre a tua missão.** As injustiças geram-me revolta, mas desencadeiam uma resposta: são o que me incentiva a agir. É no sentimento de injustiça que eu crio força para continuar o que estamos a fazer. Quando a coisa está mais complicada, renasço. Neste programa da Girl Move, em que acompanhamos futuras líderes,





**FUNDADA EM 2012, A GIRL MOVE É UMA ORGANIZAÇÃO QUE TRABALHA COM JOVENS MOÇAMBICANAS NO SENTIDO DE AS INSTRUIR E AS MUNIR DE FERRAMENTAS E QUALIDADES DE LIDERANÇA. O TRABALHO DESENVOLVIDO INCLUI A MENTORIA, ASSENTE EM CÍRCULOS DE IRMANDADE QUE PERMITEM ÀS JOVENS CONTACTAR ENTRE SI. AO ATINGIREM O SEU POTENCIAL, AS GIRL MOVERS NÃO SÓ CRIAM UM IMPACTO POSITIVO NA SOCIEDADE COMO INSPIRAM OUTRAS MENINAS A SEGUIREM O EXEMPLO, CONTRIBUINDO PARA UMA MUDANÇA GLOBAL E SISTÊMICA.**

percebemos que um fator fundamental é a autoestima destas jovens. É por isso que há três etapas claras do programa: o Lead Self, o Lead With Others e o Change The World. Começamos pela liderança pessoal por um motivo. Estas jovens têm um potencial gigante, elas surpreendem-nos e inspiram-nos, mas durante muitos anos foi-lhes negado pela sociedade o reconhecimento desta força. Isto é um problema, e grande parte do programa tem que ver com elas reconhecerem as suas histórias e saberem contá-las, para que possam ser modelos de referência para as mais novas, mas também para que tomem consciência da força e do poder que elas têm. Isto nem sempre é fácil multiplicar... O nosso objetivo é chegar aos biliões de raparigas que não têm acesso a educação, mas temos de tentar fazê-lo de uma forma sensata, sem perder a qualidade.

**Revês-te na força das raparigas que acompanhas?** Acho que sim, elas costumam dizer que sim. Segundo os testemunhos delas, eu inspiro-as. Mas elas inspiram-me a mim e dão-me força para continuar. Porque não é um percurso fácil. Não é fácil ter os objetivos de uma empresa social sem as receitas de uma empresa. Mas tenho muita motivação por causa destas raparigas. Acho que aquilo que eu faço - e isto tem um bocadinho que ver com a minha fé - é muito amplificado porque estou para o bem. Há uma força superior a nós que, quando estamos para o bem, faz com que as coisas se multipliquem.

**Há alguma rapariga que te tenha marcado em particular?** A história que mais me marcou foi talvez a de uma rapariga que morreu em novembro, aos 13 anos, a ter o seu próprio filho. Era um dia muito especial... Moçambique tem uma ministra da Economia, Luísa Diogo, a primeira ministra do país, uma figura que eu sempre admirei. Nesse dia, que também era o dia dos meus anos, tínhamos convidado a Luísa Diogo para visitar a Academia e ela estava fascinada. "Na essência do conceito, eu sou uma Girl Mover", dizia ela. E nesse mesmo dia recebemos a triste notícia sobre esta

nossa rapariga... Foi uma das histórias mais difíceis, mas há muitas outras da mesma natureza, que nem te vou contar. Não deixo de me emocionar cada vez que falo nisto. O seu nome era Esperança. E também me dá esperança para continuar a lutar porque, ao mesmo tempo, há muitos sinais positivos, e são esses sinais que nos fazem ir em frente.

**De que é que mais te orgulhas neste percurso?** Das Girl Movers e da equipa que tenho na Girl Move. Orgulho-me também de ter a alma portuguesa a marcar o mundo. Há muitas pessoas que me dizem: "então, mas Portugal tem tantos desafios..." - e tem. Mas quando temos a coragem de olhar para aquilo que verdadeiramente nós fomos na História, acho que devemos ter a noção de que a nossa responsabilidade no mundo é muito maior do que apenas os nossos dez milhões.

**Consegue-se separar o trabalho da vida pessoal quando se trabalha com uma causa social em que se acredita tanto?** Não, eu não consigo. Há muito tempo que desisti de criar compartimentos. Sou mãe, sou amiga, sou filha, tenho estas várias vertentes, mas sou uma só. A Girl Move é uma causa, é uma missão de vida.

**Com que é que sonhas para a Girl Move?** Neste momento, estamos a criar uma comunidade internacional que faz a ponte entre raparigas que vivem em países em desenvolvimento e líderes internacionais, para criar estes círculos. Se os círculos de referência funcionam em Moçambique, seguramente podem ser base e plataforma para muitos outros países. O meu sonho é escalar com qualidade aquilo que estamos a fazer e criar mais impacto. E gostava muito que uma das Girl Movers fosse um dia primeira-ministra, ou ministra da Educação, e estabelecesse como regra básica a existência desta lógica de modelos de referência, e que deixassem de existir casamentos infantis.

**Aí davas a tua missão por terminada?** Talvez, sim, talvez. Mas provavelmente arranjava uma nova causa.

CENTRO  
EDUCATIVO  
ALICE  
NABEIRO

# MIÚDOS COM PROJETOS GRAÚDOS

COM UMA METODOLOGIA  
MUITO PARTICULAR,  
VIRADA PARA  
UM ENSINO PRÁTICO  
E INTERDISCIPLINAR,  
O CENTRO EDUCATIVO  
ALICE NABEIRO TEM COMO  
MISSÃO ESTIMULAR AS  
CRIANÇAS QUE RECEBE.  
COM CARTA-BRANCA PARA  
SONHAR, FORAM ELAS QUE  
FIZERAM NASCER OS ESPAÇOS  
VERDES, O INSUFLÁVEL  
GIGANTE E ATÉ OS ROBÔS  
COM QUE HOJE BRINCAM  
E APRENDEM.

TEXTO  
MARIANA ABREU GARCIA

FOTOGRAFIA  
MANUEL MANSO

## PROJETO ROBÔ



Temos que pensar no mundo e agir em Campo Maior

ANA ASSENHAS, MIGUEL MAIA, MATIAS COSTAL, ANTÓNIO GRIFO E LEONOR NABEIRO.

**A** **BRIU** em 2007, em pleno coração de Campo Maior, com uma missão clara: ensinar e estimular as crianças da região. Mas se o intuito se manteve durante estes últimos 14 anos, a ambição foi crescendo e, com ela, o próprio Centro Educativo Alice Nabeiro. A acompanhar atualmente mais de 180 crianças e jovens, o CEAN é hoje um espaço de partilha de conhecimentos e de progressão, onde todos aprendem com todos e se celebram os talentos de cada um.

A funcionar simultaneamente como escola e como espaço de Atividades de Tempos Livres, o CEAN acompanha crianças dos três aos 12 anos, sempre com o intuito de as ajudar a expandir e a materializar os seus sonhos. Nesse processo, porém, nada lhes é entregue: tudo tem de ser conquistado. Nesta casa cheia, o provérbio chinês que fala sobre ensinar a pescar - em vez de simplesmente entregar o peixe - ganha um novo sentido, já que todas as crianças são desafiadas a construir projetos próprios e a conseguir por si mesmas atingir os objetivos a que se propõem. Para isso, segue-se a metodologia do manual de empreendedorismo para crianças e educadores “Ter Ideias para Mudar o Mundo”, criado no CEAN em 2008 e distinguido em 2013 como um projeto inovador pela União Europeia.

A visão do CEAN é transversal às suas diferentes áreas de intervenção, divididas consoante as idades dos grupos de crianças. Dedicada aos mais pequeninos, a Sala Mágica funciona como uma pequena unidade de pré-escolar, em regime *full-time*, e é composta por alunos dos três aos seis anos. Para os alunos do primeiro e segundo ciclos, há o Centro de Talentos, que funciona em regime ATL e recebe os mais crescidos, com idades dos seis aos 12. Com este segundo grupo de crianças, trabalha-se em três momentos distintos: no tradicional e necessário Apoio ao Estudo, mas também nas Oficinas e no Clube, que são apostas inovadoras e que representam a metodologia progressista do próprio Centro.

As oficinas multiplicam-se em seis áreas de interesse, da música à ciência, passando pela expressão dramática, as artes, a biblioteca e a matemática. Em todos os casos, o objetivo é dar às crianças conhecimento e suscitar nelas curiosidade genuína e vontade de aprender. Todos os miúdos passam pelas diferentes oficinas e “é isso que os vai enriquecer”,

garante Dionísia Gomes, coordenadora do CEAN. “É fundamental para que eles percebam que o conhecimento não é algo estanque, que as várias áreas se interligam e se acrescentam.”

O que se ensina aos miúdos é regra também para os professores que, apesar de terem as suas áreas de especialidade, colaboram entre si para criar projetos multidisciplinares. Sempre atentos às aptidões e interesses de cada um dos seus alunos, adaptam as estratégias adotadas para os motivar a seguirem os seus sonhos. É o caso do professor Carlos Pepê, coordenador pedagógico do CEAN e responsável pela oficina de ciências que, embora a sua área de especialidade seja outra, faz questão de apresentar Leonor e os seus bonitos desenhos a quem os visita. “São ou não são um espetáculo?”

Já no Clube, todas as crianças são desafiadas a criar projetos, sejam individuais ou em grupo, nas suas áreas de interesse. Ao longo de três meses, os objetivos inicialmente traçados vão sendo cumpridos e, sem intervenção direta dos professores, mas apenas com a sua tutoria, as ideias vão ganhando forma. Foi o que aconteceu nos meses de verão, em que muitos foram os projetos, das ciências às artes, que ocuparam os pequenos empreendedores do CEAN. Falemos sobre três desses projetos.

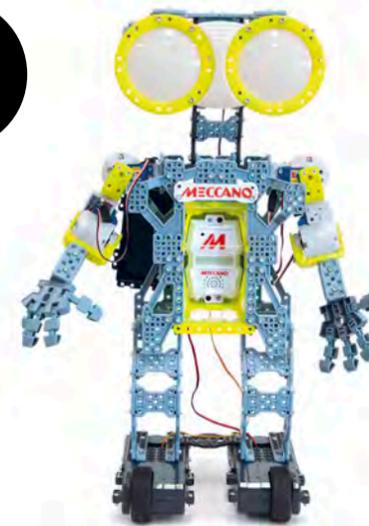


**ALICE NABEIRO NO SEU CENTRO EDUCATIVO, QUE APOIA ATUALMENTE 180 CRIANÇAS.**

FOTOGRAFIA GONÇALO VILLAVEDE

FOTOGRAFIA MAFALDA MAGALHÃES

# PROJETO ROBÔ



**Q** **UEM** visita o Centro Educativo Alice Nabeiro por estes dias encontra uma série de robôs, dispostos orgulhosamente quer na sala de ciências quer nos outros espaços comuns e de passagem. As pequenas esculturas, que não chegam a um metro de altura, foram produzidas este verão, numa parceria do espaço das ciências com o das artes plásticas. Entre robôs verdadeiros e robôs criativos, todos eles são vistosos, coloridos e bem diferentes entre si, já que os alunos foram convidados a dar-lhes um cunho pessoal.

Foi no âmbito da robótica, abordada em ciências, que surgiu esta atividade lúdica de criar um robô ou escultura a partir de materiais recicláveis. Durante o processo, os miúdos aprenderam sobre reciclagem e robótica mas também sobre outros temas relacionados e relevantes, como os perigos e a segurança na internet ou a montagem, desmontagem e manutenção de cada uma das peças que compõem um computador.

Entre os robôs desenvolvidos no CEAN, há projetos com maior e menor grau de complexidade. Dos exemplares que executam movimentos específicos, previamente programados através de botões, aos que já desempenham funções consoante os estímulos que encontram - que se desviam de obstáculos,

por exemplo -, sendo estes programados em computador.

Com a descoberta da tecnologia presente desde o pré-escolar, as crianças do CEAN crescem em contacto com noções de robótica e programação adaptadas à idade em que estão. Seguindo as orientações do projeto My Machine, de origem belga, as crianças são convidadas a pôr em prática as suas ideias para melhorar o mundo através da construção das suas próprias máquinas. “Começamos com uma maquete e depois passamos à criação da máquina propriamente dita”, explica o professor responsável, Carlos Pepê, “que pode já ser um robô ou pode ter apenas algumas funções de robô, variando conforme a codificação que lhe damos”.

No espaço dedicado às ciências, as crianças estão em contacto com aplicações online através dos quadros interativos que, segundo o professor, “são verdadeiros mundos de oportunidades”. É recorrendo a esta ferramenta que se trabalha com as crianças em plataformas como a portuguesa UBBU, criada pela Academia de Código para pôr crianças a programar desde os seis anos. “O CEAN abriu em 2007 e está a trabalhar a robótica e a programação desde 2008. São temas que não deixamos cair. É um trabalho sistemático e persistente que faz toda a diferença.”

# PROJETO HORTINHA AMARELA

**N**ASCEU da vontade de um grupo de alunos do segundo ano, com sete e oito anos, de tornar o espaço exterior do Centro Educativo mais bonito. Pôr as mãos na massa - ou, neste caso, na terra - e fazer nascer verduras era uma ideia que os entusiasmava. Assim nasceu o projeto Hortinha Amarela, como lhe chamaram.

Para poderem arrancar com o projeto, os alunos começaram por desafiar os próprios pais a tornarem-se seus embaixadores, fornecendo materiais como sementes, vasos, pás e ancinhos - além das ferramentas que conseguiram reaproveitar do espaço dedicado às ciências, no CEAN, e daqueles que construíram a partir de materiais reciclados. É o caso dos canteiros, feitos à mão a partir de antigas paletes de madeira, ou das lonas, reaproveitadas dos toldos produzidos pela Toldiconfex, empresa do Grupo Nabeiro.

A experiência da germinação deu origem a três novas áreas no CEAN: uma horta na sala, uma no exterior e ainda um canteiro. E se a ideia inicial era criar uma pequena

horta apenas para cultivar ervas aromáticas, rapidamente o objetivo cresceu. Às aromáticas juntaram-se alguns legumes e, mais tarde, as flores. Atualmente há cenouras, alfaces, ervilhas, morangos e manjeriço, bem como girassóis e margaridas. “Ainda não colhemos nada porque isto demora algum tempo, ainda temos de esperar um bocadinho”, explica Martim, um dos elementos do grupo, enquanto dirige a curta visita guiada à horta exterior.

Com o projeto realizado, os miúdos são convidados a analisar os pontos fortes e fracos do percurso, num exercício a que chamam “balança empreendedora”. Assinalaram que houve algumas plantas que secaram durante o processo e que nem todos os canteiros estão já germinados, mas, ainda assim, o que sobressai é a importância do trabalho em equipa e a alegria que é mexer na terra e ver os hortícolas a crescer. Os orgulhosos professores destacam os valores trabalhados ao longo destes meses de projeto: a união, a superação, a criatividade e a sustentabilidade.

ELIANE COSTEIRA, MIGUEL COURELAS, LEONOR CORDEIRO, MATILDE PINHEIRO, MARTIM CONCEIÇÃO,  
SANTIAGO GUERRA, MARGARIDA BONITO, RODRIGO CORÉ E FILIPA RUIVO.



# PROJETO VERÃO REFRESCANTE

**Q** OS VERÕES no CEAN são marcados, já há muitos anos, pelas tardes de brincadeira na piscina mais próxima, que faz as delícias dos miúdos. Ora, quando este ano as crianças do terceiro ano souberam que, por causa das medidas de contenção da pandemia, não haveria idas à piscina, decidiram arranjar uma alternativa. A ideia começou por ser arranjar um escorrega e uma pequena piscina, onde os meninos do CEAN pudessem brincar e refrescar-se. Mas como todas as boas ideias, foi ganhando forma própria, e os miúdos começaram a sonhar com um insuflável gigante que tivesse uma piscina e não um mas antes dois escorregas incluídos.

Com este plano em mente, cuja execução excedia os 700€, era preciso pôr mãos à obra. A solução foi encontrar parceiros que acreditassem na ideia e criar com eles cabazes para rifar. Com a ajuda da farmácia de Campo Maior, os cabazes, que incluíam protetores solares e chapéus de sol, foram rifados pelas crianças a pais, amigos e conhecidos, todos os dias durante semanas.

O montante ia subindo, mas a tarefa parecia impossível de concluir a tempo do verão... Foi então que, a provar que a sorte protege os audazes, houve uma surpresa. Em julho, surgiu uma contribuição inesperada que fez com que o grupo de crianças alcançasse o objetivo: os alunos do quarto ano decidiram doar o dinheiro que lhes tinha sobrado do seu próprio projeto. Afinal, é a união que faz a força.

Os mais de 20 pequenos empreendedores envolvidos neste projeto foram responsáveis por refrescar o seu verão, mas também o de todos os outros alunos do Centro Educativo Alice Nabeiro. À vez, todos os grupos de diferentes idades aproveitam para brincar neste novo espaço que trouxe mais cor e muito mais animação ao espaço exterior. Na balança empreendedora, o único ponto negativo que os miúdos apontaram foi terem de estar separados por idades e não poderem brincar todos juntos no insuflável. Ainda assim, o projeto obteve pontuação máxima por lhes permitir, nas suas palavras, mais “aprendizagem, brincadeira, pensamento, ação, comunicação, convívio, diversão e partilha”.

**BEATRIZ SABINO, CAMILA BICHO, CLARA LEÃO, DUARTE NANITA, IVAN BICHO, MIGUEL CORREIA,  
MARTA PEPÊ, MARGARIDA CARDOSO, MIGUEL PIÇARRA E YARA PIRES.**



# CAFÉ CENTRAL

CAFÉ  
COM  
HISTÓRIA

É CAFÉ DESDE O SÉCULO XIX E CENTRAL DESDE OS ANOS 30. PASSOU PELAS MÃOS DE VÁRIAS FIGURAS DAS CALDAS DA RAINHA, DE FRANQUELIM GALINHA À FAMÍLIA FREITAS, QUE FEZ DESTE UM ESPAÇO DE TERTÚLIAS CONTRA O REGIME, ONDE MÁRIO SOARES CHEGOU A ESTAR ESCONDIDO NA CAVE. LUÍSA PIÃO, A ATUAL PROPRIETÁRIA, APAIXONOU-SE PELO CENTRAL À PRIMEIRA VISITA.

TEXTO E FOTOGRAFIA TIAGO PAIS

## O UNICÓRNI

O icónico painel da autoria de Júlio Pomar onde se retrata um unicórnio ladeado por um cavalo alado e uma jovem égua deve-se à amizade que este tinha com Custódio Maldonado de Freitas, filho do anterior proprietário do café, com quem estivera detido em Caxias. Quando Luísa adquiriu o Café Central, restaurou a obra, segundo as indicações do próprio Júlio Pomar, que ainda se lembrava do número dos pincéis e da cor exata.

## O ESPAÇO

O Café Central está hoje diferente do que era até aos anos 90. Luísa Pião já o remodelou por duas vezes, mas sempre mantendo ou recuperando algumas das suas características fundamentais, como o canelado das paredes, reconstituído na primeira remodelação, ou o chão em pedra de lioz que, tal como o original, veio de Vila Viçosa.

## LUÍSA PIÃO

Nasceu em Santarém, mas saiu cedo de Portugal. Estudou em Estrasburgo, e trabalhava em Genebra, na área do turismo, quando, em 1995, numa visita às Caldas da Rainha, reparou neste café histórico, que estava para trespasse. Gostou tanto do que viu que decidiu comprar o trespasse. Hoje, passados quase 30 anos, já é conhecida na cidade como a “Luísa do Central”.

## PASTELARIA

Apesar de vender alguns dos icónicos doces das Caldas da Rainha, como as cavacas ou os beijinhos, o Café Central destaca-se por um bolo especial, o chamado Bolo do Pomar, que o é por ser à base de maçã reineta (e canela), mas também como homenagem a Júlio Pomar. Outro dos *bestsellers* da casa é o bolo de castanhas, uma receita que Luísa - apesar de não cozinhar - ajudou a aperfeiçoar.

## GELADOS

Nos tempos em que o Café Central era conhecido pelas tertúlias antirregime, a cave albergava um salão de jogos onde, consta, o ex-presidente Mário Soares chegou a esconder-se da PIDE. Quando Luísa Pião pegou no Central, transformou esse espaço num bar e galeria de arte, primeiro, e depois, a partir de 2010, num laboratório de gelados - uma das especialidades atuais da casa.



# INTERNATIONAL COFFEE PARTNERS

## 20 ANOS A MUDAR O MUNDO DO CAFÉ PARA MELHOR

TEXTO  
MARIANA ABREU GARCIA

**OS UGANDESES SIMON GENZA, RICHARD E VIOLA MUSAKA, E O TANZANIANO EMIL AUGUSTINO MZUMBWE SÃO ALGUNS DOS MILHARES DE CAFEICULTORES DO MUNDO INTEIRO QUE VIRAM AS SUAS VIDAS IMPACTADAS POSITIVAMENTE PELO TRABALHO DA INTERNATIONAL COFFEE PARTNERS, ORGANIZAÇÃO SEM FINS LUCRATIVOS A QUE A DELTA SE JUNTOU EM 2018 E QUE CELEBRA ESTE ANO DUAS DÉCADAS DE EXISTÊNCIA.**

**F**UNDADA em 2001 por famílias europeias ligadas ao mercado do café, a International Coffee Partners contava já com croatas, noruegueses, italianos, suecos, alemães e finlandeses entre os seus membros. Faltavam os portugueses. Há pouco mais de três anos, a família Nabeiro juntou-se à organização, com o intuito de contribuir ativamente para melhorar o setor, começando justamente pelas pessoas que dão início a esta longa cadeia de produção: os cafeicultores.

O trabalho da International Coffee Partners (ICP) assenta na intervenção local, junto dos produtores de café, das suas famílias e das comunidades em que estão inseridos. Um universo que tem crescido nos últimos tempos: as exportações mundiais de café atingiram 11,2 milhões de sacos de 60 quilos em junho deste ano, segundo o último relatório da International Coffee Organization.

Com esse crescimento do setor, a ICP tem vindo a tornar-se mais exigente. “Quando foi criada, a fundação começou com projetos relativamente pequenos, nas Honduras e na Guatemala, que trabalhavam com cerca de 350 famílias”, recorda à DdD Michael Opitz, diretor-geral da ICP. “Ao longo dos anos, fomos fazendo crescer a dimensão das nossas intervenções e, neste momento, chegamos a aproximadamente três mil famílias.”

Os projetos diferem de país para país e de comunidade para comunidade. As dificuldades de uns não são as dificuldades de outros e é por isso que as operações estão maioritariamente assentes em equipas locais, escolhidas a dedo e invariavelmente treinadas pela ICP. Entre os agricultores que entram nos programas, há perfis que se destacam e em quem a organização investe, no sentido de lhes dar ferramentas para poderem partilhar o que vão aprendendo com outros

agricultores, quer nas suas comunidades quer nas que lhes estão mais próximas. Com equipas fixas nos locais de intervenção, totalmente dedicadas aos projetos, a organização consegue chegar a mais pessoas e desenvolver projetos estruturados e duradouros.

O apoio dado aos produtores de café começa na implementação de novos métodos e ferramentas que lhes permitam praticar uma agricultura mais sustentada. Numa altura em que as alterações climáticas tanto causam grandes cheias como secas prolongadas em diferentes partes do mundo, as técnicas têm de ser adaptadas às circunstâncias - e muitos são os cafeicultores que, sem apoios, se debatem para manter as produções e acabam por abandonar a cultura do café. É por isso que, além dos projetos que desenvolve em campo, a International Coffee Partners partilha mundialmente o que vai descobrindo, no que às mudanças climáticas diz respeito, através de uma plataforma que promove a troca de conhecimentos: a Coffee & Climate Toolbox funciona como uma caixa de ferramentas online que compila metodologias e materiais que ajudam produtores de café em todo o mundo a lidar com as alterações climáticas com que se deparam.

Mas tão importantes quanto as boas práticas agrícolas são as noções de gestão empresarial, fundamentais para administrar recursos e sustentar trocas comerciais justas. “A própria organização foi evoluindo neste sentido”, explica Michael Opitz. “O foco inicial no café deu lugar a uma abordagem holística e integrada” que hoje dá provas da sua eficácia. Que o digam Simon Genza, Emil Augustino Mzumbwe e Richard e Viola Musaka, quatro agricultores que se juntaram à ICP nos últimos anos e que fizeram dela uma ferramenta para melhorar os seus negócios e as suas vidas. Estas são as suas histórias.

# SIMON GENZA



# MITYANA, UGANDA

O DIA de Simon Genza começa ainda antes de nascer o Sol, pelas quatro da manhã. O jovem cafeicultor não tem mãos a medir - já que, além de produzir o seu próprio café, ele é um “agricultor de contacto”, o que significa que treina e apoia mais de 90 outros agricultores perto de Mityana, Uganda.

Durante a época de colheita, as bagas que dão origem ao café são vermelhas vivas. Assim que o orvalho da manhã evapora, é para o campo que Simon vai, para colher essas bagas, as mais maduras, e cuidar das mais verdes, limpando o terreno de eventuais ervas daninhas. O seu pedaço de terra conta com cinco mil metros quadrados, cedidos pela sua avó - também ela produtora de café - que assim deu oportunidade ao neto de ali cultivar café, feijão e milho, garantindo a sua subsistência.

A acompanhar a família na agricultura desde criança, Simon afirma que era inevitável tornar-se também ele agricultor. Mas foi apenas em 2010 que decidiu adotar e renovar o negócio da família, inscrevendo-se na Farmer Field School, sustentada na International Coffee Partners. “Antes de entrar no projeto da ICP, eu usava um método de colheita muito fraco e tanto colhia bagas verdes como vermelhas, pretas ou mesmo infetadas. Hoje colho apenas as vermelhas”, explica.

Com a formação a que teve acesso, Simon aprendeu a otimizar processos e a implementar várias práticas agrícolas corretamente, como a poda, a aplicação de fertilizantes ou o controlo de pragas e doenças. Os seus lucros aumentaram, já que o café produzido tem mais qualidade e Simon começou a conseguir trabalhar sem intermediários, vendendo o produto diretamente a compradores internacionais, dispostos a pagar mais.

Mas o cafeicultor não se tornou apenas mais eficiente na sua profissão: ele passou a acumular outra função. Através do projeto da ICP, Simon desenvolveu cooperativas agrícolas que prestam apoio aos seus membros e articulam estratégias comuns que os tornem mais fortes.

Desde 2005, a ICP conseguiu estabelecer mais de 50 cooperativas no Uganda e apoiou projetos que tiveram um impacto positivo em mais de 38 mil famílias de pequenos agricultores.



# EMIL AUGUSTINO MZUMBWE



# MBEYA, TANZÂNIA

**CRESCER** em Mbeya, no sul da Tanzânia, numa família pobre e pouco instruída, que vivia da agricultura. Nos anos 80, Emil Augustino Mzumbwe herdou do pai a quinta onde hoje produz café, garantindo a subsistência da família que entretanto formou com a sua mulher, Lugano.

As condições em que o pai de Emil mantinha a plantação de café não garantiam a sua qualidade. O jovem agricultor deparou-se com múltiplas pragas que se iam agravando ao longo do tempo, com as secas cada vez mais frequentes, causadas pelo aquecimento global. Os pés de café enfraquecidos não tinham valor de mercado e não chegavam para alimentar os seus seis filhos. Sem acesso a informação que o ajudasse a dar nova vida à cultura do café, Emil viu-se obrigado a plantar milho em boa parte do seu terreno - ainda que fosse um produto menos rentável.

Os primeiros projetos da ICP na Tanzânia foram implementados em 2006, com o objetivo de formar agricultores e incentivá-los a adotar melhores práticas agrícolas e a fortalecer relações comerciais. Foi o que aconteceu com Emil quando, em 2013, integrou uma das iniciativas da ICP e recebeu formação dada por agrónomos, com demonstrações práticas no terreno.

Foi nessa altura que Emil e Lugano deram uma nova vida à plantação de café, que entretanto tinham deixado ao abandono. Através do armazenamento da água da chuva e de outras técnicas relativamente simples, o casal de agricultores conseguiu controlar as pragas e controlar os efeitos das secas naqueles dois hectares de terra, o que os incentivou a plantarem mais um hectare e meio com novas e melhores variedades de café.

A quantidade de café produzido por Emil e Lugano foi crescendo - se em 2013 produziam uma tonelada e meia por temporada, este ano produziram 5,5 toneladas. Os rendimentos da família Mzumbwe, ao longo dos últimos oito anos, praticamente triplicaram. No mesmo período de tempo, as intervenções da ICP também se multiplicaram, tendo chegado a 25 mil famílias de agricultores na Tanzânia.



# RICHARD E VIOLA MUSAKA



# MASAKA, UGANDA

O TERRENO de pouco mais de um hectare e meio fica a sudeste de Masaka, Uganda. É ali que vivem Viola e Richard Musaka, ambos cafeicultores, com os seus seis filhos. Ao contrário do que é mais comum no Uganda, esta família não esteve sempre ligada à agricultura. “Antes de cultivar café, eu tinha uma loja de peças para bicicletas”, recorda Richard. Mas para poder financiar a educação dos seis filhos e proporcionar-lhes uma vida melhor, decidiu mudar de vida e apostar na cafeicultura.

A escolha demorou a provar-se a correta. Nos primeiros tempos, os Musaka retiravam pouco rendimento do trabalho no campo. O café vendia-se a preços reduzidos, o clima não favorecia a cultura e as práticas agrícolas rudimentares não chegavam para fazer crescer o negócio. Mas quando Richard se juntou a uma organização de produtores locais da ICP, em Nabugabo, composta por mais de 20 agricultores, e através da qual recebeu formação em literacia financeira e em técnicas agrícolas, deu-se um ponto de viragem para a família.

Passaram cinco anos desde essa altura. Hoje em dia, o negócio prospera e, além de beneficiário, Richard é um membro ativo dentro do projeto. Além de formar e apoiar outros agricultores da região, é ainda responsável por recolher o café produzido pelos restantes membros da organização e entregá-lo no Depot Committe em Bukule, que consegue vender diretamente aos exportadores em nome do conjunto de agricultores que representa, garantindo-lhes melhores margens de lucro.

“Com o aumento da produtividade e da rentabilidade do café que produzimos, a Viola e eu conseguimos juntar dinheiro para investir em árvores de fruto e numa criação de porcos.” Os novos negócios tanto servem para aumentar a qualidade de vida da família como para garantir a subsistência, em caso de pragas ou intempéries que prejudiquem as colheitas do café. “Somos pessoas trabalhadoras”, diz Viola com orgulho. “É por isso que conquistámos tanto e que os nossos filhos podem ir à escola.”







**MARGARIDA E TIAGO,  
QUE SE CONHECEM DESDE  
OS TEMPOS DE LICEU,  
CHEGARAM A VIVER E  
A TRABALHAR NO REINO  
UNIDO ANTES DE FAZEREM  
NASCER A MARCENARIA  
ARTÍSTICA PEREIRA.**

**D** **ESCREVEM-SE** de uma forma, no mínimo, original: estão para a madeira como as bandas de *rock* estão para a música. Margarida Cunha e Tiago Pereira Borges, de 29 e 30 anos, respetivamente, são o rosto da quinta geração de marceneiros da família Pereira. São, contudo, a primeira geração de marceneiros-*rockstars*.

Com uma infância passada entre oficinas e uma longa tradição familiar tanto na produção artesanal de mobiliário e peças em madeira quanto em restauro, não foi surpresa para ninguém quando, em 2016, Tiago foi para Inglaterra tirar uma especialização em marcenaria. Foi por lá que o caminho a seguir se tornou claro. “Percebemos que havia espaço no mercado para um projeto que apostasse na qualidade e na exclusividade das peças”, recorda o casal. Um ano mais tarde, de regresso a Portugal, arregaçaram as mangas e decidiram dar “uma volta” ao negócio do avô de Tiago.

Com as mesmas ferramentas que utilizava o mestre Soares Pereira - como ainda hoje gostam de o mencionar -, Margarida e Tiago reergueram a sua antiga oficina, situada em Colares, nos arredores de Lisboa. Assim nasceu, em 2017, a Marcenaria Artística Pereira.

Tiago ficou responsável pela produção e Margarida pela gestão do projeto. Formada em Comunicação Social e Cultural, e igualmente apaixonada por marcenaria, Margarida sabia que para marcar a diferença era preciso apostar na marca e fazê-la chegar ao público. Fala com particular orgulho da atenção dada ao atendimento aos clientes, mas também da forma como comunicam com estes e com o público em geral. Com mais de seis mil seguidores no Instagram, é por lá que vão partilhando os trabalhos desenvolvidos na oficina, da marcenaria ao restauro, das peças em série às que são únicas. “Quem nos segue gosta de ir vendo o processo de produção”, refere.

Um ano passado sobre o nascimento da marca, a pequena oficina onde trabalhavam teve de dar lugar a uma maior. Não foi necessário ir muito longe. Tiago e Margarida encontraram um armazém

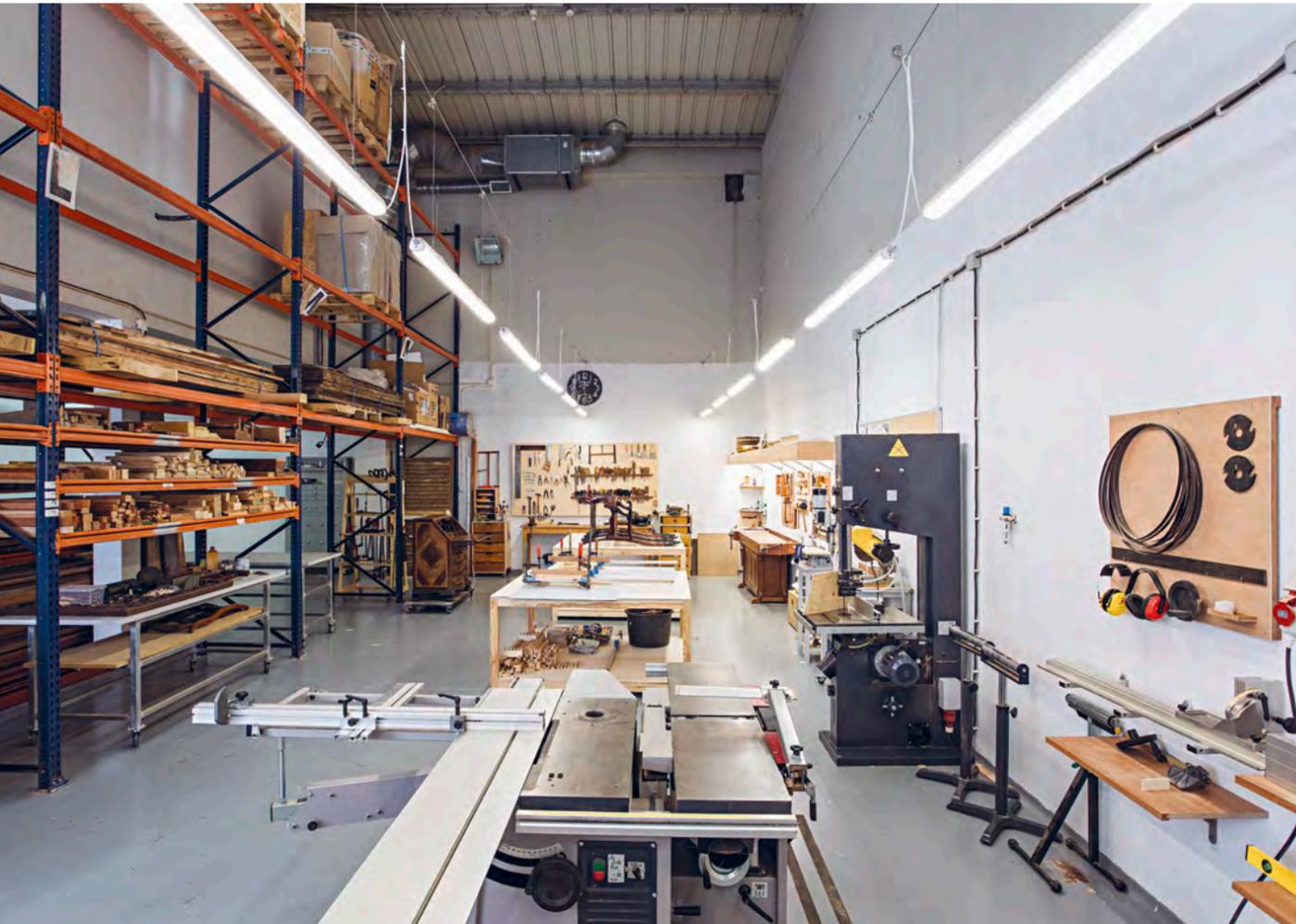


**O MESTRE SOARES  
PEREIRA, AVÔ DE TIAGO,  
É RECORDADO POR  
PROJETOS QUE VÃO DO  
RESTAURO DE ARTE SACRA  
DO MOBILIÁRIO, DOS  
TETOS DECORATIVOS E DAS  
JANELAS APALAÇADAS  
DA QUINTA DO VINAGRE,  
EM SINTRA.**





**EM 2020, A MARCENARIA ARTÍSTICA PEREIRA FOI DESAFIADA PELA DELTA Q A CRIAR CAIXAS DISPENSADORAS PARA CÁPSULAS DE CAFÉ. EM MADEIRA MACIÇA DE FREIXO, AS PEÇAS LEVARAM MAIS DE TRÊS MESES A GANHAR FORMA, DOS DESENHOS À PRODUÇÃO.**

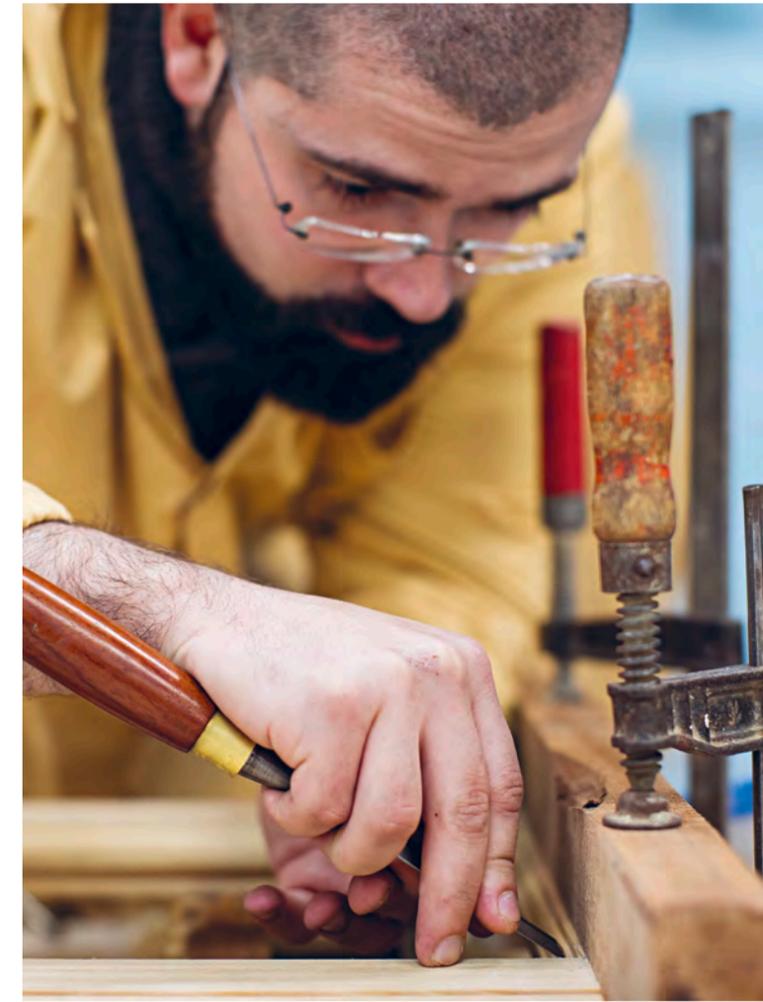


a poucos quilómetros do lugar de origem, em Algueirão, com mais de 700 metros quadrados, e mudaram-se de armas e bagagens - leia-se: madeira e ferramentas - para lá. Passou a ser esse o posto de trabalho para mais quatro marceneiros a tempo inteiro e outros quatro que, periodicamente, se juntam à equipa para dar resposta a encomendas maiores.

Apesar de hoje recorrerem a algumas máquinas com que os seus antepassados nem sequer sonhavam, na escolha dos materiais e acabamentos mantêm-se fiéis às origens. A madeira maciça é invariavelmente a primeira escolha. “Queremos manter viva a tradição da marcenaria portuguesa, que sempre privilegiou os materiais nobres e duradouros, e inovar no design.” É por isso que a equipa da Marcenaria Artística Pereira trabalha regularmente com arquitetos e designers, que os estimulam a criar objetos novos e diferentes. Entre mesas de jantar, cadeiras, secretárias, portas, janelas, estantes e roupeiros, só não se faz o que não se imaginar.

E foi desse desafio à imaginação que surgiu, em 2018, a colaboração com a Delta Q. A marca queria criar caixas dispensadoras de cápsulas de café originais e desafiou estas *rockstars* da madeira. “Queriam uma peça em madeira por motivos ambientais e procuravam materiais de qualidade, o que nos fez logo sentir que estávamos alinhados”, recordam Margarida e Tiago. A partir de fevereiro de 2020, a equipa de marceneiros começou a projetar opções e, depois de muitas experiências, acabou por avançar para a madeira maciça de freixo.

Entre desenhos, protótipos e produção, o processo de fabrico levou mais de três meses e contou com a participação da Delta Q, que, explicam, “estava investida em criar connosco um bom produto”. Margarida ressalva o cuidado com o detalhe, presente nos encaixes e nas direções dos veios da madeira, bem como no facto de as pequenas peças terem sido coladas para que não houvesse tendência ao empeno. “Depois de terminadas, parecem peças singelas; mas por detrás delas está muito trabalho e empenho. Ficámos mesmo contentes com este resultado.”



**EM MARCENARIA-ARTISTICA.PT ACOMPANHA-SE O DIA A DIA DOS MARCENEIROS NA OFICINA E DÁ-SE A CONHECER A HISTÓRIA DOS SOARES PEREIRA. HÁ ATÉ FOTOGRAFIAS DO ÁLBUM DE FAMÍLIA.**

# A ACORDEONISTA DOS ADAENS

NOME  
ANA SOFIA TRINDADE

IDADE  
26 ANOS

DENTRO DA DELTA  
EMPREGADA  
DE MESA

**QUEM** conhecer Ana Sofia fardada, sem o acordeão ao peito, a receber e servir quem visita o restaurante da Herdade dos Adaens, não imagina o baile que é capaz de dar. Mas a sua fama precede-a. De tal forma que, volta e meia, tanto colegas como clientes que sabem do seu talento lhe pedem para tocar e cantar. Quando acontecem datas especiais, como os aniversários da família Nabeiro, a atuação é garantida.

A paixão pelo acordeão começou cedo e por influência do avô. Ana Sofia começou a estudar o instrumento com apenas sete anos, ainda em Caia, a aldeia de onde é natural, nos arredores de Portalegre. Aos dez anos, foi aprender música no Conservatório da cidade, onde acabou por tirar o oitavo grau de clarinete e de formação musical, que lhe permite até hoje ler pautas de música com a mesma facilidade com que lê um livro. E apesar de saber tocar piano, cavaquinho, clarinete e guitarra acústica, é o acordeão que ainda hoje a acompanha para todo o lado – o mesmo desde os dez anos, oferecido na altura pelos pais. São já mais os anos de vida com ele do que sem ele.

Durante a adolescência, fez parte de vários grupos musicais – dos de baile aos ranchos, e com eles correu o país. Chegou a tocar pinhas, reco-reco e cavaquinho, além do seu acordeão. Chegada aos 22 anos, e vendendo-se sem companhia para tocar, aventurou-se a solo nos bailes. Desde então, toca em danceterias, em festas privadas e em bailes de verão, tanto em terras vizinhas alentejanas como do lado de lá da fronteira. O repertório vai da kizomba ao pimba e da rumba ao chachachá. E tem tempo para tudo, já que um baile chega a durar quatro horas, o que equivale a aproximadamente 40 músicas, quase todas tocadas sem olhar para a pauta, com um acordeão de 12 quilos ao peito. “Uma loucura”, como descreve.



TEXTO MARIANA ABREU GARCIA FOTOGRAFIA MANUEL MANSO

# WINDSURFISTA DA ILHA ONDA WINDSURF

QUATRO DOS MAIS TALENTOSOS  
SURFISTAS NACIONAIS  
NÃO ENTRAM DENTRO DE ÁGUA  
SEM GO CHILL, A BEBIDA FRIA  
DE CAFÉ LANÇADA PELO  
GRUPO NABEIRO EM 2019.

TEXTO  
TIAGO PAIS



**R**ECUEMOS ao dia 30 de outubro de 2018. Nessa manhã, na tribuna do Pequeno Auditório do Centro Cultural de Belém, Rui Miguel Nabeiro anunciava as novidades do Grupo Nabeiro no evento *Delta Innovation Way*. Entre elas, uma nova bebida fria de café com leite, pronta a consumir. *Ready to drink* e *ready to go*, era assim que se descrevia Go Chill, um dos projetos vencedores dessa edição do MIND – o Modelo de Inovação da Delta, que promove novos projetos nascidos no seio da empresa.

Foi nessa ocasião a primeira vez que se ouviu em público o nome Go Chill. Três anos depois desse anúncio, é fácil encontrar as diferentes variedades da bebida nas prateleiras refrigeradas de quaisquer superfícies comerciais. Mas não só – também é fácil encontrá-la dentro de água, onde houver boas ondas. É que a marca tem, hoje, uma ligação quase umbilical com o surf, concretizada em apoios a escolas e atletas e na promoção de diversas iniciativas.

Segundo Bernardo Caupers, *marketing manager* da Go Chill, essa relação deve-se, sobretudo, a uma coincidência de valores e posicionamento. “É um casamento perfeito. A marca tem como valores intrínsecos a liberdade, a espontaneidade e, claro, a irreverência, valores esses que estão bem presentes no mundo do surf, quer dentro do mar quer fora.”

Os frutos gerados por esse casamento já são visíveis. Para começar, o apoio dado a seis escolas de surf em todo o país – quatro no Continente, uma na Madeira e outra nos



Açores. “O apoio é meramente de material, sejam licras, *beach flags*, pufes para a zona de descanso e, claro, pranchas”, descreve o responsável, que não descarta a possibilidade de chegar a mais escolas e assim apoiar mais atletas, já que, reconhece, “o surf é uma modalidade que não é barata nem para quem pratica nem para quem ensina”.

Mais recentemente, a Go Chill criou também uma curiosa competição digital – a Surf Stream Go Chill – em que surfistas de todo o país fazem *upload* de vídeos das suas melhores ondas e são colocados frente a frente em eliminatórias, como se de um torneio real se tratasse. Para Bernardo Caupers, o balanço é muito positivo. “A aceitação dos surfistas tem sido incrível: além de muitas participações, o que por si já mostra interesse, temos tido um *feedback* muito positivo não só dos próprios atletas como da Federação Portuguesa de Surf.”

Finalmente, a Go Chill promove uma espécie de missão diplomática ligada à modalidade: quatro dos mais talentosos e promissores surfistas nacionais são embaixadores da marca: Vasco Ribeiro, Francisco Alves, Jácome Correia e Mariana Rocha Assis. Ainda assim, os resultados desportivos não são a condição primordial para integrar esta equipa, garante Bernardo Caupers. “Tentamos sempre identificar atletas que sentimos que partilham os mesmos valores que a marca, que vivem de uma forma livre e espontânea e que são cidadãos do mundo. Não optámos apenas pelos resultados desportivos, mas sim pela sua atitude positiva e por serem bons exemplos.” Mas, afinal, quem são eles?

## VASCO RIBEIRO

26 ANOS



O atual campeão nacional de surf – título que conquistou pela quinta vez este ano, feito inédito na modalidade em Portugal – nasceu praticamente na praia: a família tem a concessão do restaurante da praia da Poça, no Estoril, e foi logo para lá que a mãe o levou mal saíram da maternidade. Não começou a surfar nesse dia, mas quase: tinha apenas sete anos quando entrou dentro de água com a prancha pela primeira vez. Daí para cá, Vasco tem somado títulos atrás de títulos, tanto a nível nacional, como até internacional – em 2014 foi campeão mundial de juniores e em maio deste ano garantiu o título europeu.

### UM PRATO

Bitoque ou carne de porco à alentejana

### UMA MÚSICA

Jungle - Happy Man

### VIAGEM DE SONHO

Indonésia

### PRIMEIRO O LEITE OU OS CEREAIS?

Cereais

### GO CHILL FAVORITO

Cappuccino

# FRANCISCO "XICO" 28 ANOS ALVES



Natural da Costa da Caparica, foi precisamente aí, nas praias locais, que começou a apanhar as primeiras ondas. Xico, como é conhecido no meio do surf, começou cedo a dar nas vistas pelo seu talento e nível competitivo, com diversos títulos regionais e nacionais nas camadas jovens. Hoje, é também conhecido pela faceta mais criativa e extrovertida, de autêntico *entertainer*, que, nos últimos anos, tem dado a conhecer através das redes sociais, onde vai satisfazendo o apetite dos seus seguidores com vídeos dentro e fora de água que não demoram a atingir os milhares de visualizações.

#### UM PRATO

Picanha à brasileira

#### UMA MÚSICA

The Notorious B.I.G - Hypnotize

#### VIAGEM DE SONHO

Indonésia

#### PRIMEIRO O LEITE OU OS CEREAIS?

Leite

#### GO CHILL FAVORITO

Caramel Macchiato



# JÁCOME CORREIA 22 ANOS

Tinha sete anos quando, certo dia, disse ao pai que queria ir surfar com ele em vez de ficar em casa a jogar Playstation. Assim foi. Apanhou o bichinho da modalidade e nunca mais voltou a largá-lo. Ser natural de São Miguel, nos Açores, facilitou-lhe o acesso à praia. E as águas temperadas, mesmo no inverno, facilitaram-lhe a vontade de entrar no mar. E se começou pelos areais de Santa Bárbara, na Ribeira Grande, hoje é um surfista viajado, com presença regular nas etapas do campeonato nacional e algumas incursões pelas ondas míticas do planeta, como a de Pipeline, no Havai.

#### UM PRATO

Bife à Regional

#### UMA MÚSICA

Drake - Blem

#### VIAGEM DE SONHO

Banff, no Canadá

#### PRIMEIRO O LEITE OU OS CEREAIS?

Cereais

#### GO CHILL FAVORITO

Caramel Macchiato



# MARIANA ROCHA ASSIS

22 ANOS

Foi incentivada a surfar pelo avô. Afinal, o mar estava logo ali, à frente de casa, no Estoril. Começou cedo, por volta dos oito anos, e dois anos depois já competia e viajava de prancha na bagagem. Outra prancha que também não dispensa é a de skate – tornou-se, aliás, campeã mundial de surfskate em 2017, depois de ter ganhado o título nacional de surf no ano anterior. Apesar do sucesso competitivo, nunca descurou os estudos: em 2020 licenciou-se em Marketing e Publicidade e começou imediatamente a trabalhar numa marca australiana de tábuas de skate.

#### UM PRATO

Picanha (muito mal passada)

#### UMA MÚSICA

Martinho da Vila - Canta Canta, Minha Gente

#### VIAGEM DE SONHO

Polinésia Francesa

#### PRIMEIRO O LEITE OU OS CEREAIS?

Cereais

#### GO CHILL FAVORITO

Cappuccino

ADEGA  
MAYOR

ABRE OS SENTIDOS



UM PORTUGUÊS  
ENTRE  
OS MELHORES  
DO MUNDO

No Mundus Vini Summer Tasting 2021, o Adegas Mayor Reserva do Comendador Tinto 2016 foi distinguido com a medalha Grand Gold - reservada apenas a vinhos de qualidade superior absoluta - e Best of Show Alentejano. É um orgulho representar Portugal entre os distinguidos com este raro galardão.



Visite a Loja Online em  
[www.adegamayor.pt](http://www.adegamayor.pt)

# DO GRÃO À FARMÁCIA

*A Delta Q e a Diverge, centro de inovação do Grupo Nabeiro, uniram-se ao laboratório Edol para criar a gama aQtive Coffee: cápsulas de café com fórmulas enriquecidas que promovem o bem-estar físico e mental.*



Em 2021 vivemos numa espécie de paradoxo: se, por um lado, mais do que nunca existe uma preocupação generalizada com a saúde e o bem-estar; por outro, as rotinas diárias profissionais e familiares obrigam a viver num ritmo elevado e desgastante, sob o ponto de vista físico e mental. Trabalhamos muitas horas, processamos muita informação, e, regra geral, descansamos menos do que devíamos.

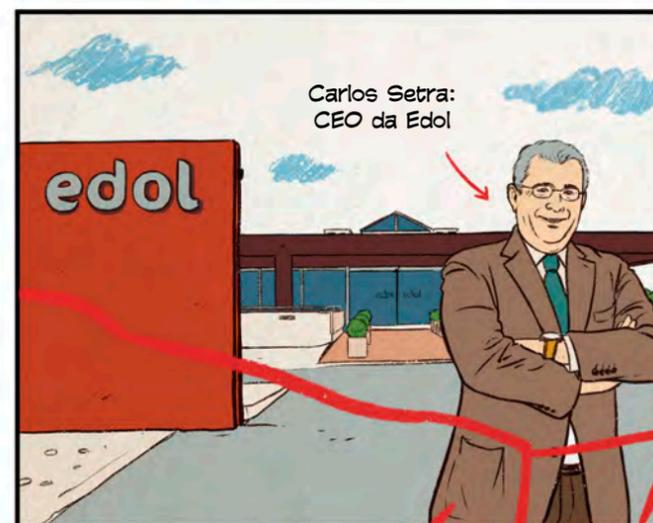


As chamadas doenças contemporâneas — esgotamentos, crises de ansiedade ou inflamações precoces nas articulações, entre outras — surgem cada vez mais cedo e frequentemente.

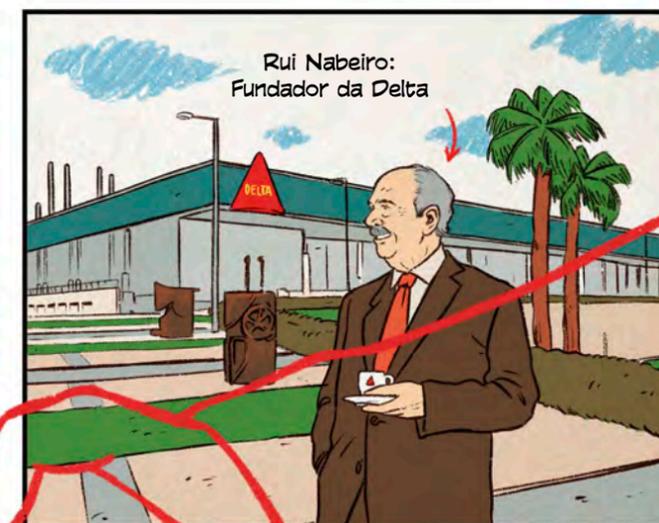


E se a solução para prevenir estas doenças pudesse estar no café?

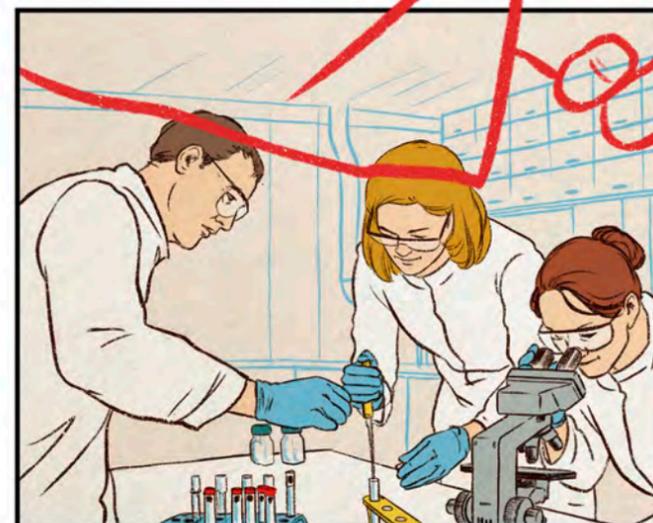
Para responder a esta pergunta, a Edol, empresa farmacêutica, desafiou a Delta Q e a Diverge, a unidade de inovação do Grupo Nabeiro. Duas históricas empresas nacionais: uma nascida em 1952 na Farmácia Bairrão, em Alcântara, Lisboa; a outra nascida em 1961 no nordeste alentejano, em Campo Maior.



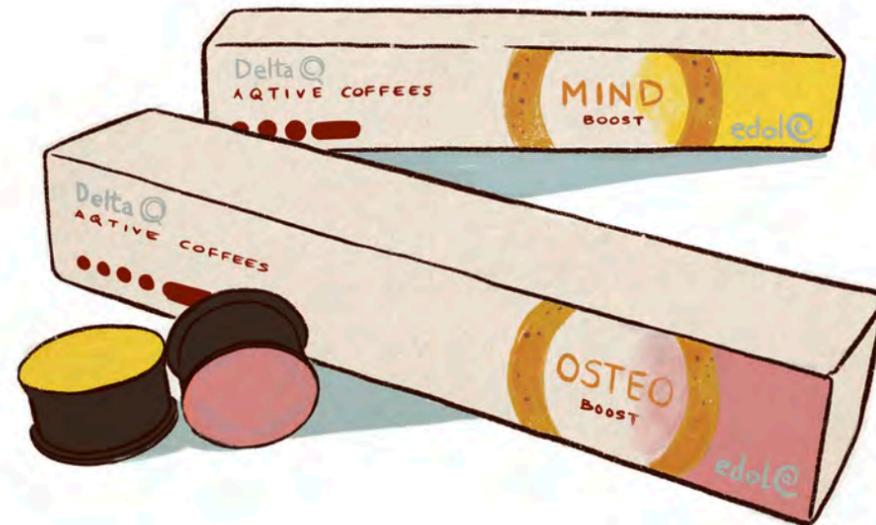
Carlos Setra: CEO da Edol



Rui Nabeiro: Fundador da Delta



Juntou-se uma imensa sabedoria farmacêutica, de um lado, a um profundo conhecimento sobre café e inovação, do outro. O objetivo era criar uma nova categoria de cafés, inovadora nos seus benefícios. Um projeto com bastantes desafios criativos e de investigação, em que ambas as partes procuraram encontrar a solução ideal através da combinação das substâncias ativas mais indicadas.



Desta união nasceu então uma inédita gama de cafés funcionais: aQtive Coffees. Dois blends de café em cápsulas, com duas fórmulas enriquecidas com vitaminas e minerais, que acrescem aos benefícios naturais associados ao consumo moderado de café e que respeitam o perfil sensorial do expresso Delta Q, validado pelos respetivos provedores oficiais.



Como tomar este café?  
Da mesma forma que se toma um expresso Delta Q. Numa dose de 30 ml, simples, não misturando com leite ou outras substâncias. Uma cápsula por dia e as doses diárias recomendadas de cada substância ativa presente nas receitas dos aQtive Coffees garantem os benefícios reconhecidos para a saúde e bem-estar associados a estes mesmos ingredientes.



# OS PERDIDOS E ACHADOS DO CAFÉ

O QUÊ  
CORPOS ESTRANHOS

ONDE  
CENTRO DE CIÊNCIA  
DO CAFÉ

**NOUTROS** tempos, ao abrir os sacos de café verde vindos de paragens tão distantes como o Quênia, a Colômbia, o Brasil ou Timor, entre outras, encontravam-se, por vezes, algumas surpresas no seu interior. Adelino Cardoso, responsável pela torrefação da Novadelta, chamava-lhes “os corpos estranhos”. “É tudo o que não era café”, resume.

Esses corpos estranhos podem ser descritos de outra forma. Eram uma espécie de perdidos e achados do café, objetos diversos que - por descuido dos trabalhadores agrícolas responsáveis pelo enchimento dos sacos - iam parar ao seu interior. Iam, já não vão, porque hoje existem processos de limpeza nos países de origem.

Mas ao longo de 60 anos de atividade da Delta deu para encontrar nesses sacos de tudo um pouco. “Tirámos de lá paus, pedras, uma catana, facas, chinelos, até uma vassoura grande”, começa por enumerar Adelino. Os objetos mais invulgares foram entregues no Centro de Ciência do Café e estão hoje expostos numa das zonas do museu. Entre eles incluem-se talheres, chaves e até maços de tabaco de origens longínquas. Mas houve uns quantos que não chegaram a esse destino. “Uma vez, encontrámos umas notas da Guatemala dentro de um saco. Houve aqui uma confusão para ver quem é que ia ao banco trocar, mas chegaram lá e aquilo não valia nada”, recorda Adelino. O que o responsável ainda guarda no seu escritório são uns ganchos que servem para puxar os sacos e que também foram encontrados no seu interior. “Aquilo dá jeito”, explica. Mais jeito do que as notas guatemaltecas.



TEXTO TIAGO PAIS FOTOGRAFIA MANUEL MANSO



PARA FAZER UM BOM  
CAPPUCCINO, BASTA  
TER CAFÉ E ESPUMA DE  
LEITE. MAS PARA FAZER  
UM CAPPUCCINO BOM  
E BONITO, É PRECISO  
UM INGREDIENTE EXTRA:  
ALGUMA PACIÊNCIA.  
FOI O QUE  
APRENDEMOS NUMA  
MANHÃ COM O BARISTA  
RICARDO GOMES.

## **CAFÉ COM NOTA ARTÍSTICA**

“A LATTE ART DÁ ORIGEM A DESENHOS FLUIDOS, APENAS COM A ESPUMA DO LEITE. NO LATTE PAINTING DESENHA--SE À MÃO, COMO QUEM RABISCA UMA FOLHA.”

O primeiro coração num cappuccino terá sido desenhado na Vivace, uma cafeteria de Seattle, nos Estados Unidos, no final dos anos 80. De lá, a tendência espalhou-se nas últimas três décadas. Primeiro pelos quatro cantos dos Estados Unidos e depois pelo resto do mundo.

Hoje, quem pede um cappuccino pode, também, arriscar pedir corações, rosetas, formas geométricas, letras, números ou desenhos livres como decoração. A imaginação é o limite. Mas nem todos os baristas saberão corresponder: a arte de brincar com a espuma e criar padrões não é para qualquer um. Ou poderá ser?

Na verdade, demora-se a dominá-la, mas, ganhando-lhe o jeito, torna-se mais simples do que se possa pensar. E se não sai bem à primeira, sai bem à segunda ou à terceira. Pelo meio, dá-se largas à imaginação.

Para aprender com quem mais sabe do assunto, torna-se indispensável uma visita à nova The Coffee House Experience, na Avenida da Liberdade. É lá que por estes dias se encontra Ricardo Gomes. O barista formador do Centro de Ciência do Café divide o tempo entre esta e as outras duas lojas da marca (uma em Lisboa e a outra no Porto), onde forma outros baristas, e ainda visita clientes Delta de norte a sul do país, ensinando-os a tirar partido dos produtos e equipamentos que têm. “Se o produto é de excelência, o resultado na chávena tem de ser de excelência”, explica.

Foi assim, com toda a confiança e paciência, que Ricardo passou uma manhã a revelar os segredos que estão por detrás de um bom cappuccino, com nota artística. As técnicas de que mais gosta são duas: a *latte art*, que dá origem a desenhos mais fluidos e que contam apenas com a espuma do leite, e o *painting*, que consiste em desenhar à mão as formas como quem rabisca uma folha com um lápis na mão. A primeira exige mais treino do que a segunda, mas ambas são excelentes formas de tornar a preparação de um cappuccino mais prazerosa e de tornar a própria bebida uma obra de arte.



É UMA técnica que leva tempo a aperfeiçoar, mas que quando se aprende é como andar de bicicleta: já não se esquece. Chama-se *latte art* aos desenhos feitos sobre um café expresso com espuma de leite colocada sobre ele. E se metade da ciência está no movimento, a outra metade começa ainda na preparação do leite.

O creme, ou espuma, é criado através da emulsão do leite. O melhor é mesmo o de origem animal que, por conjugar proteína, lactose e gordura, permite criar a consistência certa. Com um tubo vaporizador de máquinas de café, um misturador elétrico de tamanho reduzido ou simplesmente a máquina Milk, da Delta Q, consegue bater-se o leite até transformar a sua textura no creme pretendido.

A uma temperatura de aproximadamente quatro graus, o leite emulsionado cria microbolhas de ar que o mantêm intacto, à superfície da chávena, e lhe permitem segurar os desenhos que são feitos com a última parte do creme.

Depois do expresso e da primeira e mais compacta parte do creme de leite, o famoso desenho da roseta cria-se num movimento único, que primeiro cria a folhagem da parte mais larga para a mais fina, e depois a cruza ao meio com uma linha diagonal, até à base. Os profissionais distinguem-se dos amadores pelas diferentes cores na folhagem, criadas com uma precisão de movimento que permite deixar a espuma mais clara e mais escura lado a lado.



# LATTE PAINTING

80

**MAIS SIMPLES** de reproduzir em casa e com infinitos resultados possíveis, a técnica de *latte painting* é igualmente aplicada a cappuccinos, que sobrepõem creme de leite a café expresso numa chávena. A diferença é que os desenhos são criados não pela forma como se deixa cair o creme, mas pela sua posterior manipulação, daí a facilidade acrescida.

O leite coloca-se lentamente na chávena e a parte final, mais cremosa, fica para o fim, para criar um círculo mais claro que deve ficar ao meio da chávena. Esse espaço é a tela em branco onde se podem desenhar flores ou letras, formas geométricas ou mesmo humanas.

Com uma ferramenta fininha, como um palito por exemplo, vai-se retirando aos poucos a espuma escura para criar figuras no círculo mais clarinho. É como levar o pincel à paleta de cores antes de desenhar. Os corações e as flores, que são provavelmente as formas mais desenhadas em *latte painting*, começam por ser figuras circulares que, com uma passagem em linha reta que as desfaz na diagonal, ganham a forma pretendida. Para lhes dar mais expressão, pode optar-se por desenhar o primeiro círculo com *topping* de chocolate ou caramelo, que dá origem a linhas mais expressivas e que faz sobressair ainda mais o desenho final na chávena.



FIM DE SEMANA GRANDE

81

# ILHA TERCEIRA

TEXTO  
TIAGO PAIS

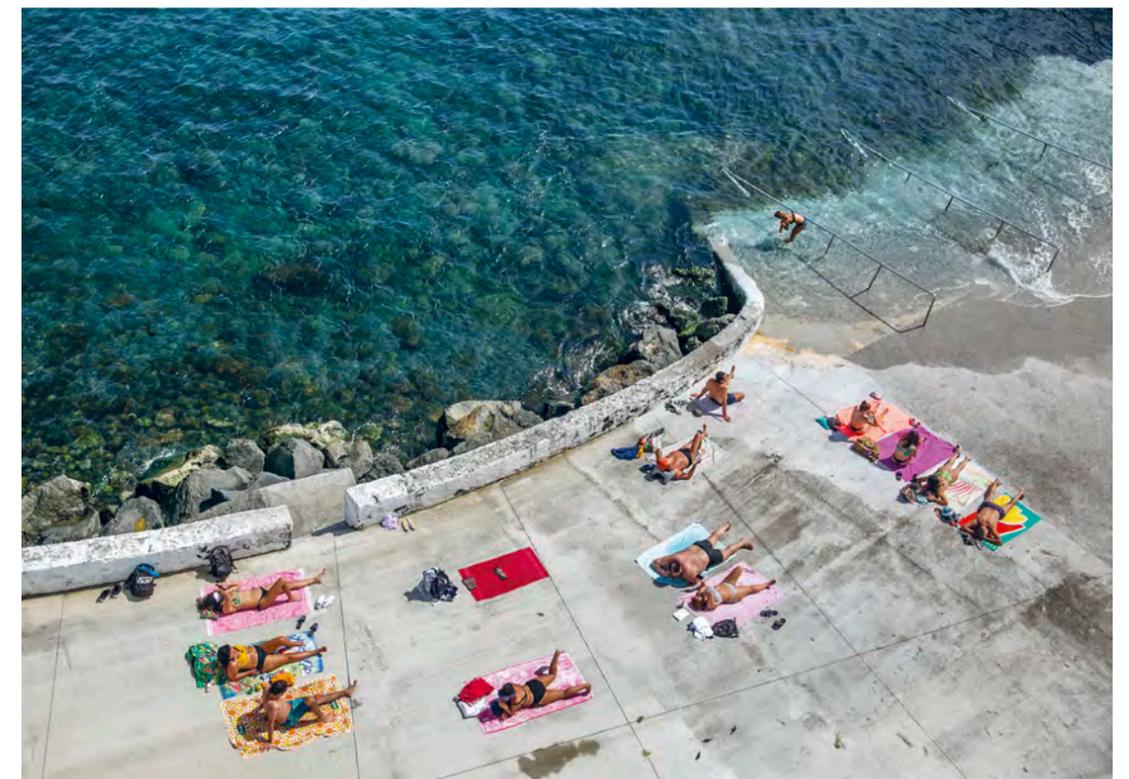


HÁ QUEM DIGA QUE OS AÇORES TÊM OITO ILHAS E UM PARQUE DE DIVERSÕES, A TERCEIRA. UMA FIGURA DE ESTILO COM UM FUNDO DE VERDADE. NA SEGUNDA ILHA MAIS POPULOSA DOS AÇORES, COME-SE, BEBE-SE E CELEBRA-SE A VIDA COMO EM POUCOS LUGARES DO MUNDO. NÃO TEM AS LAGOAS DE SÃO MIGUEL, AS FAJÃS DE SÃO JORGE OU AS CASCATAS DAS FLORES, MAS NÃO LHE FALTAM OUTRAS QUALIDADES NEM O TAMANHO IDEAL PARA DESCOBRIR NUM FIM DE SEMANA GRANDE.

# ANGRA DO HEROÍSMO

Começamos este périplo por um local incontornável: a cidade mais importante da ilha, capital de Portugal por duas vezes, em 1580 e 1830. Património Mundial da UNESCO, o centro de Angra do Heroísmo foi reconstruído após o terrível sismo de 1 de janeiro de 1980. Exemplarmente reconstruído, diga-se, e ainda mais bem mantido: vale a pena passear a pé por esta cidade limpa, pisando as calçadas onde o basalto é predominante e com os olhos nas fachadas que misturam branco e cores garridas nos vãos de portas e janelas. A melhor vista da cidade obtém-se a partir do vizinho **MONTE BRASIL**, formado por uma erupção vulcânica submarina, e que hoje é uma Reserva Natural onde é possível passear, fazer piqueniques, observar fauna, flora e, claro, Angra do Heroísmo em toda a sua extensão e beleza. Pelo meio, não se perca a doçaria da histórica **PASTELARIA O FORNO**, onde Ana Maria Costa é a guardiã das receitas mais açucaradas da ilha, como as famosas queijadas Dona Amélia ou os pudins Conde da Praia, nem os mergulhos na **ZONA BALNEAR DA SILVEIRA**, onde o mar é límpido e convidativo: a temperatura da água em outubro costuma rondar os 23 °C. E para refeições que fazem jus à fama da Terceira na matéria ficam duas sugestões: para petiscos partilháveis, **TASCA DAS TIAS**, mesmo no centro da cidade, e para comida substancial, feita no forno de lenha, a justamente famosa **TABERNA ROBERTO**, junto ao Hospital do Espírito Santo.

- ① **PASTELARIA O FORNO** RUA DE SÃO JOÃO, 53 / 295 213 729  
**TASCA DAS TIAS** RUA DE SÃO JOÃO, 113 / 295 628 062  
**TABERNA ROBERTO** GROTA DO MEDO, 1 / 966 431 126



# COSTA OCIDENTAL

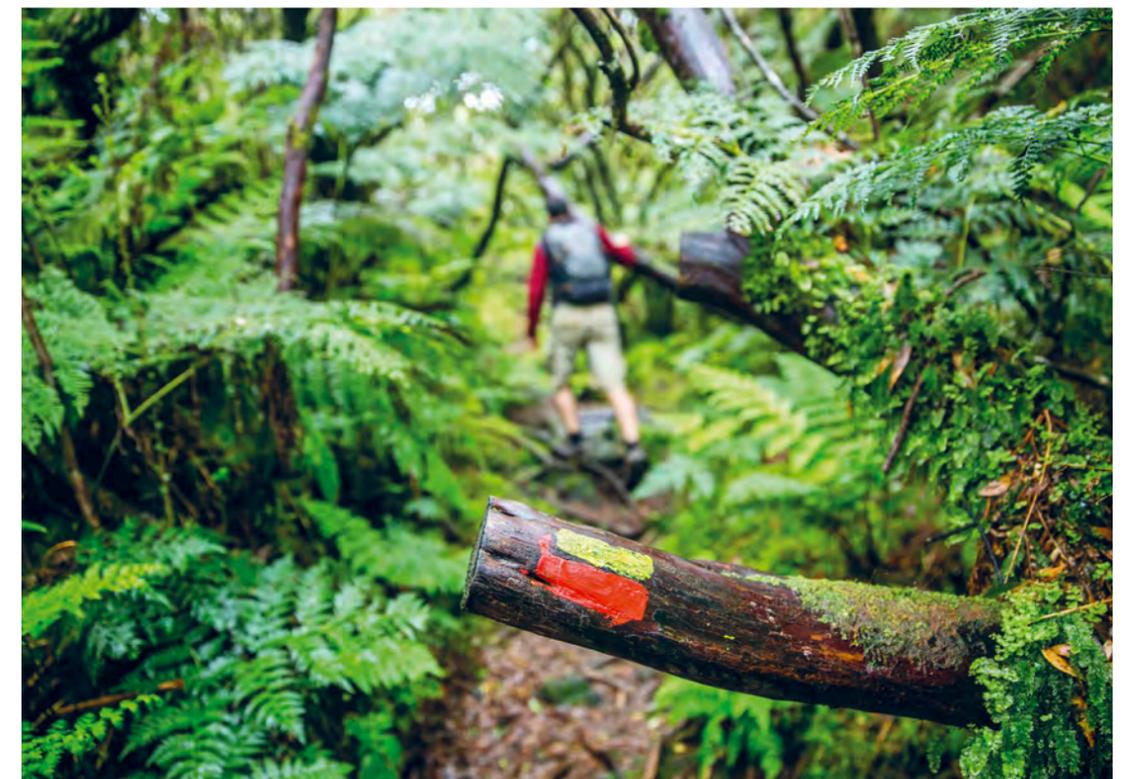
Saindo de Angra do Heroísmo em direção a oeste, a primeira paragem obrigatória é a castiça vila piscatória de São Mateus. Aqui encontra-se um dos ícones da restauração terçoense, o **BEIRA-MAR**, que - como o nome deixa adivinhar - é especialista em peixe e marisco fresquíssimos. As filas à porta não enganam: o produto é ótimo e a cozinha trata-o à altura. Seguindo a estrada principal, que contorna a ilha, a próxima paragem é nas Cinco Ribeiras, onde se encontram umas bonitas piscinas naturais, com vista para as ilhas de São Jorge e do Pico, e a fábrica do queijo mais antigo da ilha, o **QUEIJO VAQUINHA**. No bar contíguo é possível prová-lo, acompanhado de bolo lêvedo e um copo de vinho local. É também nesta zona que se encontra um dos projetos de alojamento mais interessantes da Terceira: o **PICO DA VIGIA**. Parece, à primeira vista, uma aldeia antiga; mas, na verdade, as seis casas que ali existem foram construídas de raiz na encosta de um pico onde existia um posto de vigia da baleia - assim que era avistada, disparava-se um foguete para avisar os baleeiros. Bruno Gonçalves, o responsável, chegou à ilha em 1998; e, quando encontrou este cantinho, apaixonou-se de imediato. E não falta quem, como ele, se apaixone. “Tenho clientes que chegam cá vindos de um lado da ilha e só veem o resto no caminho para o aeroporto”, diz. Esses clientes dificilmente provarão a belíssima alcatra do **TI CHÔA**, ou farão uma incursão ao interior da ilha, para percorrer um dos seus trilhos mais bonitos, o dos **MISTÉRIOS NEGROS**, que passa por lagoas, vegetação endémica e pela rocha vulcânica que lhe dá nome, antes de terminar no meio de uma floresta de criptomérias.

**BEIRA-MAR CANADA DO PORTO, 46 / 295 642 392**

**QUEIJO VAQUINHA CANADA DO PILAR, 5 / 295 907 138**

① **PICO DA VIGIA CANADA DAS RUAS / 969 702 614**

**TI CHÔA GROTA DO MARGARIDE / 295 906 673**



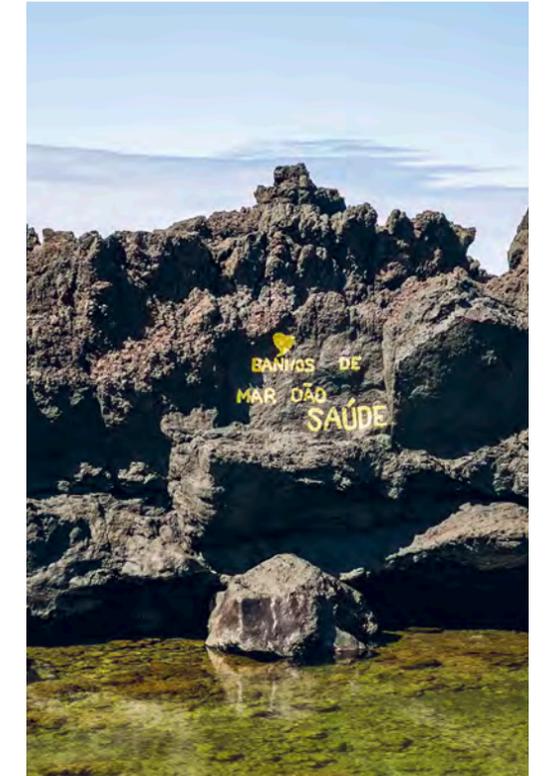
# BISCOITOS

O nome está longe de remeter, à primeira audição, para o significado que aqui lhe atribuem. Biscoitos, na Terceira, são as rochas negras formadas pelo contacto da lava com a água do mar e que na Costa Norte da ilha ajudam a compor um cenário idílico junto às famosas **PISCINAS NATURAIS** da freguesia homónima. No verão, este costuma ser um local muitíssimo concorrido para mergulhos refrescantes, que podem ser alternados com os petiscos servidos nas barraquinhas à entrada da zona balnear. Mas Biscoitos não é apenas zona de banhos, antes também de vinhos. É aqui que se produz o famoso Verdelho terceirense e a paisagem não engana, já que é pintada por inúmeras vinhas delimitadas pelas curraletas, os muros típicos feitos de pedra vulcânica. O **MUSEU DO VINHO** é o lugar ideal para ficar a saber mais sobre esta produção tão antiga e específica. Muito perto, encontra-se um dos **IMPÉRIOS DO DIVINO ESPÍRITO SANTO** que existem espalhados pela Terceira. São pequenos templos com uma arquitetura muito característica, dedicados ao Espírito Santo, divindade cujas festas em sua honra - 50 dias depois do domingo de Páscoa - são um dos momentos altos do ano terceirense. Outro desses Impérios está em Altares, freguesia vizinha onde também mora um dos melhores restaurantes da ilha, o **CANETA**, muito conhecido por uma sobremesa deliciosa, o doce de vinagre. Um dia cheio como este pede uma noite de sono descansada, longe de quaisquer ruídos, numa das cabanas de madeira do **CAPARICA ECOLODGE**, um projeto de turismo sustentável e minimalista, onde o respeito pela natureza é o mandamento principal.

**MUSEU DO VINHO CANADA DO CALDEIRO, 3 / 965 667 324**

**CANETA RUA AS PRESAS, 13 / 295 989 162**

① **CAPARICA ECOLODGE CANADA DA FONTE / 295 989 100**



①

# PRAIA DA VITÓRIA

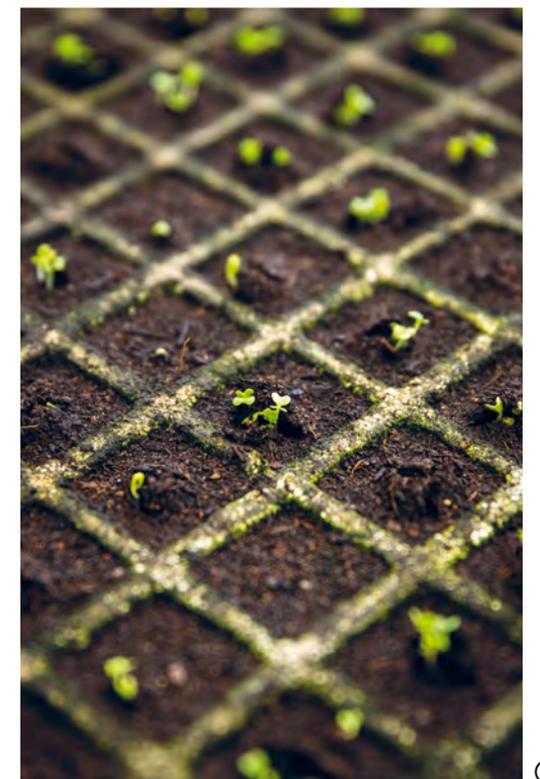
A segunda cidade da ilha Terceira começou por chamar-se apenas Praia - e não falta quem se refira a ela desta forma, seja por tradição ou economia de palavras. Tornou-se Praia da Vitória por ter sido palco, em 1829, da batalha que deu a vitória aos liberais sobre os absolutistas. O centro histórico está bem cuidado, o paredão convida a passeios e as praias a mergulhos - tanto a Grande, que acompanha a marginal, como a Prainha, junto à marina. Existem diversas vistas elevadas sobre a cidade, sendo que a do **MIRADOURO DA SERRA DO CUME** junta-lhe uma belíssima panorâmica sobre os campos verdes circundantes. Volta e meia, ainda se veem e ouvem aviões militares americanos a rasgar o céu, apesar da enorme redução de contingente na Base das Lajes, vizinha de um dos melhores restaurantes da zona para comer peixe, o **SABORES DO ATLÂNTICO**, cujos proprietários são donos da peixaria do mercado local e onde o molho da casa - manteiga, com massa de malagueta e alho - torna tudo (ainda) mais saboroso. Também é por estes lados que Avelino Ormonde dá uso aos seus conhecimentos de agricultura biológica, que começou por aprender com os americanos, já lá vão 30 anos. A sua **BIOFONTINHAS** produz de tudo um pouco - sempre nas devidas épocas, claro - e com o foco na ecologia e respeito pela natureza. Usam uma mistura dos desperdícios prensados com citrinos e água para pulverizar as culturas e evitar as pragas, por exemplo, e procuram praticar a agrofloresta, ou seja, ter árvores que se complementam, como o castanheiro e a bananeira.

A viagem pode terminar no coração da ilha, a 20 minutos da Praia da Vitória, no **ALGAR DO CARVÃO**, um dos raros cones vulcânicos em todo o mundo onde é possível entrar e, conseqüentemente, ficar de boca aberta perante o cenário que ali se apresenta. Só vendo, mesmo, porque não há palavras que lhe façam justiça.

① **SABORES DO ATLÂNTICO** ESTRADA DO AEROPORTO, 12 / 295 700 594

② **BIOFONTINHAS** RUA DAS FONTINHAS / 964 122 264

**ALGAR DO CARVÃO** PORTO JUDEU / 295 212 992



①

②



ONDE  
SE BEBE  
O MELHOR  
CAFÉ DO  
MUNDO

## CAUX SWISS HOTEL MANAGEMENT SCHOOL

Com quatro letrinhas apenas se escreve uma pequena vila alpina nos arredores de Montreux, com vista para o lago Genebra e o ar idílico típico dos postais, embalagens de chocolate suíço ou das paisagens que ilustram as célebres histórias de Heidi. O imponente edifício que marca a sua paisagem é um antigo hotel, de estilo *Belle Époque*, o Caux Palace Hotel. Esse edifício, que mantém toda a sua sumptuosidade, é hoje a sede da Swiss Hotel Management School, uma das mais reputadas escolas de formação hoteleira da Europa. E qual é o café que por ali se bebe? Delta, nem mais – o

lote Platinum Grão foi escolhido através de uma prova cega com diversos concorrentes.

Esse não é, aliás, o único produto do Grupo Nabeiro que se encontra no interior das suas belíssimas paredes. O azeite Adega Mayor tempera as refeições e os chás Deltea ajudam a aquecer as gargantas dos oradores, já que o espaço recebe, anualmente, inúmeras conferências. Quando chega o Natal, o grupo SEG (Swiss Education Group) também confia nos produtos do Grupo Nabeiro. Nos últimos três anos foram distribuídos cerca de 500 packs Adega Mayor a colaboradores e *stakeholders* diversos. Uma tradição que já foi renovada para 2021.



A D A E N S

UMA EXPERIÊNCIA  
DO TAMANHO  
DOS SEUS SONHOS

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

Herdade dos Adaens | 7370-171 Campo Maior - Portugal  
[reservas@adaens.com](mailto:reservas@adaens.com) | [geral@adaens.com](mailto:geral@adaens.com)  
+ 351 268 249 340 | +351 268 680 040

# E se o desperdício fosse só o início?

Na Delta nada se perde, tudo se transforma.

Por isso, as borras de café, as cápsulas usadas ou os resíduos de produção têm uma segunda vida. Seja como embalagens, peças de design ou de arquitetura. É tudo uma questão de perspectiva, respeito pelo planeta e pelas gerações futuras.

Saiba mais sobre os projetos de economia circular da Delta em [delta60anos.com](http://delta60anos.com)



**DESPERTOS PARA O FUTURO**