



# NOVA

 Servilusa  
AGÊNCIAS FUNERARIAS

Entrevista a Carlos Vaz Marques,  
jornalista, autor e editor

Dia da Árvore promove  
a sustentabilidade

Futuro Crematório de Torres Vedras será  
construído e gerido pela Servilusa

## LIVRO PATROCINADO PELA SERVILUSA APRESENTADO NO PANTEÃO NACIONAL

“*Enquanto Vamos Sobrevivendo a Esta Doença Fatal*”, de Nélson Nunes, é a mais recente obra sobre a morte e o luto que conta com o apoio da Servilusa. A apresentação pública realizou-se a 28 de maio, no Panteão Nacional, e contou com a participação do autor, mas também das especialistas na área do luto, Ana Costa e Cristina Felizardo. Com a moderação da jornalista Ana Paula Almeida, o momento ficou marcado pela partilha de experiências e de emoções, para a qual contribuiu igualmente uma plateia repleta de cuidadores formais e informais.

## SUMÁRIO

### EM FOCO

04 Novidades do setor

### MUNDO SERVILUSA

05 Apoio ao desporto e à cultura

06 Dia da Equipa

08 Novo Crematório de Torres Vedras com concessão assinada

### NA PELE DE

09 Ricardo Gonçalves, coordenador comercial do Algarve

### LINHA DA FRENTE

10 Panteão Nacional acolhe apresentação do novo livro patrocinado pela empresa

### ATITUDE SOCIAL

14 A Servilusa nos Santos Populares

15 Do Alentejo a Fátima com a Servilusa

16 Desporto solidário a Norte

17 O Algarve com praias mais limpas

18 Dia da Árvore mobiliza a empresa

19 Palhaçadas e muita festa no Dia Mundial da Criança

### DE PORTAS ABERTAS

20 Em Loures todos os dias são bons para celebrar

### ESPAÇO APPSF

22 As últimas formações com o cunho APPSF

### PONTOS DE VISTA

24 Carlos Vaz Marques, jornalista, autor e editor

### ZOOM OUT

26 Os melhores passadiços para caminhar na natureza



6



19



26

## CORREIO DO LEITOR

### Goreti Moutinho

Assistente Social

"Foi com enorme prazer que assisti ao lançamento do livro do grande Nelson Nunes no dia 28 de maio.

O tema era delicado e foi debatido com leveza e serenidade.

A organização primou pelo rigor e excelência. Foi um momento de partilha que envolveu todos os presentes, um despertar de sentidos, onde o ambiente, a luz, a música e o espaço envolvente se uniram para provocar um mistico de boas sensações. Grata à Servilusa pelo convite."

### Luana Freitas

Estagiária comercial na Servilusa

Quando iniciei o meu estágio como comercial, na Servilusa, estava um pouco receosa, mas encarei isso como um desafio. Só me arrependeria se não tivesse vivido esta experiência, pois abriu portas para o meu autoconhecimento. Senti que mesmo sendo estagiária, fazia parte da equipa. Demonstraram interesse pela minha formação e por mim, tanto como pessoa quanto como profissional. Senti que fiz parte de algo com grande significado.

Hoje identifico em mim características que não sabia que tinha. Estou grata por esta oportunidade, que marcou a minha vida de uma maneira surpreendente.

# Investimentos que fazem a diferença

Foto: Paulo Magalhães



**PAULO MONIZ CARREIRA**

Diretor-geral de negócio da Servilusa

O investimento faz parte do posicionamento da Servilusa. Investimos no desenvolvimento do setor, na mudança de mentalidades, na formação de profissionais, na comunidade, nas famílias, na sustentabilidade. Orgulhamo-nos do valor criado por este investimento e do impacto da nossa atividade no setor, nas famílias, na sociedade.

Nesta edição da *i-nova*, damos conta dos últimos investimentos da empresa, desde logo na missão que assumimos desde sempre de contribuir para a desmistificação da morte e do luto, apoiando profissionais e cuidadores informais. Mais uma vez foi possível colocar o nosso cunho na edição de uma obra que contribui para a compreensão e aceitação da morte e do luto. “Enquanto Vamos Sobrevivendo a Esta Doença Fatal”, de Nélsion Nunes, associou a Servilusa à editora de referência Ziguarte, do jornalista Carlos Vaz Marques; e deu o mote para uma apresentação pública, em forma de debate, que o Panteão Nacional acolheu num ambiente intimista, proporcionando partilhas emotivas e profissionais.

Na área da cremação, investimos na construção e gestão de uma nova infraestrutura, desta vez em Torres Vedras. Ganhámos o concurso para construção do novo crematório de Torres Vedras, num contrato que vai levar esta opção a uma zona que não tinha oferta. Ençetamos agora uma empreitada de 10 meses, que tem como grande desafio a recuperação e adaptação do património já existente, garantindo o conforto das famílias e da comunidade de forma sustentável.

Continuamos igualmente a apostar na expansão da empresa a nível nacional, com várias integrações, novas lojas e remodelações, que terão continuidade em 2024.

Com o objetivo de ser ainda mais eficiente no atendimento ao cliente, a Servilusa continua a investir fortemente nos sistemas de informação e gestão da empresa, com um desenvolvimento significativo do digital, continuando a optar por soluções mais sustentáveis e eficientes, tanto ao nível do CRM (Customer Relationship Management) como da gestão de operações a nível nacional.

Investimos na comunidade. Apoiamos o desporto e a cultura, nesta edição com destaque para o investimento no desenvolvimento do futebol feminino. Já no âmbito da nossa política de responsabilidade social, é preciso sublinhar que todas as ações que levamos a cabo de Norte a Sul do país, só são possíveis devido ao empenho e voluntarismo dos colaboradores da Servilusa. São eles que identificam oportunidades, propõem e desenvolvem ações que fazem realmente a diferença na sociedade e participam ativamente nas mesmas, como aconteceu, por exemplo, no Dia Mundial da Criança, no Dia da Árvore e em todos os outros dias que assinalamos, porque todos os dias são bons para celebrar a vida.

E esta atividade tem sido reconhecida pelos nossos parceiros e pela comunidade em geral. De referir a este respeito que, mais uma vez, a Servilusa foi distinguida pelo município da Amadora, no qual se localiza a nossa sede, como Empresa Solidária. É para nós muito gratificante receber este reconhecimento e perceber que estamos efetivamente a fazer a diferença na sociedade.

Preparamo-nos agora para um período de férias, que nos permite descansar e recarregar baterias. Voltemos ainda mais motivados e enérgicos, alinhados com a missão e os valores da Servilusa. Boas Férias!

**PROPRIEDADE**

**Servilusa – Agências Funerárias, SA**

Diretor geral de negócio: Paulo Moniz Carreira  
Morada: Edifício Santa Teresa, Rua Luís de Camões, n.º 27,  
Buraca, 2610-105 Amadora  
Tel.: (+351) 214 706 300 N.º Verde: 800 204 222  
Website: [www.servilusa.pt](http://www.servilusa.pt) e-mail: [servilusa@servilusa.pt](mailto:servilusa@servilusa.pt)  
NIPC: 500 365 571 Capital social: € 1.277 640



**EDIÇÃO**

**Conteúdos Criativos, Lda.**

Travessa da Palma, N.º 14 2705-859 Terrugem SNT  
Tel.: (+351) 912 359 837  
E-mail: [geral@ccriativos.pt](mailto:geral@ccriativos.pt)

**Periodicidade:** Semestral

**Tiragem:** 1000 exemplares

**Publicação** isenta de registo na ERC, ao abrigo do Decreto Regulamentar n.º 8/99, de 6 de junho, artigo 12.º, 1.ª alínea

# Funerais espaciais em crescimento

Em 1992, o Columbia, da NASA, levou ao espaço um cilindro de aço inoxidável com uma pequena quantidade das cinzas do criador de 'Star Trek', Gene Roddenberry. Cinco anos depois, os restos mortais de 24 pessoas – incluindo o psicólogo Timothy Leary e, novamente, Roddenberry – descolaram a bordo do Pegasus para celebrar o primeiro funeral espacial privado. Já a primeira e a única pessoa cujos restos mortais repousam na Lua é o astrofísico e geólogo americano Eugene Shoemaker, falecido num acidente de trânsito em 1997, sendo que a NASA decidiu levar algumas das suas cinzas na sonda espacial 'Lunar Prospector', numa missão que descolou em 1998.

Atualmente, é possível realizar um funeral espacial, que consiste no envio de uma porção simbólica de cinzas para o espaço ou para a Lua, por um valor que varia entre os 2 e os 13 mil euros. Desde 1992 realizaram-se cerca de 2500 funerais espaciais, havendo ainda registo de uma dúzia de animais de estimação, cujas cinzas foram enviadas para o espaço, com as empresas que operam neste mercado a revelar registos de crescimento na ordem dos 63% ao ano.



DR

## Tanatologia corvídea

Um estudo publicado recentemente no jornal científico *Animal Behaviour* contribui para consolidar a ideia de que existe efetivamente uma tanatologia corvídea, mostrando que os corvos temem a morte e aprendem com ela. Perante a morte de um semelhante, os corvos reúnem-se em bando para "avaliar" as circunstâncias da mesma e se a sua origem constitui perigo para os restantes elementos, num ritual que dura entre 15 e 20 minutos.

A referida investigação publicada no *Animal Behaviour* detetou que, durante este processo, é ativada a parte do cérebro que atua na tomada de decisão complexa, por oposição às áreas que impulsionam ações instintivas. O estudo vem assim reforçar a ideia de que embora a reação dos corvos à morte tenha originado inúmeros mitos e histórias, as suas práticas reais são uma combinação de cautela, inteligência e, talvez, até luto.



DR

## Fotojornalista palestino vence World Press Photo

Mohammed Salem, fotojornalista palestino ao serviço da Reuters, foi o vencedor da Fotografia do Ano do World Press Photo, com uma imagem captada numa morgue em Gaza. Uma mulher palestina, Inas Aby Maamar, de 36 anos, abraça o corpo da sobrinha, Saly, de 5 anos, embrulhado numa mortalha no hospital Nasser, em Khan Younis, Gaza. A referida fotografia já tinha sido considerada uma das melhores do ano pela revista *Time*.



## Papa Francisco altera protocolo para funeral papal

O Papa Francisco decidiu alterar o protocolo do funeral dos Papas. Além de ter decidido que o seu corpo não vai ser exposto ao público, quando falecer, em declarações publicadas pelo *La Voz de Galicia*, é referido que os funerais papais passarão a ser feitos "com dignidade, como qualquer cristão". De acordo com o mesmo periódico, Francisco terá referido que o ritual fúnebre estava "demasiado sobrecarregado", explicando:

"Parecia-me excessivo fazer dois velórios. Que seja apenas um, com o Papa já no caixão, como em todas as famílias". No caso do Papa Francisco há mais uma alteração, já que não será sepultado nas grutas do Vaticano, na Basílica de São Pedro, como costuma

acontecer, mas na Basílica de Santa María La Mayo. Sobre esta decisão o Papa Francisco esclareceu: "Tenho uma grande devoção por Santa Maria Maggiore, mesmo antes de ser Papa, desde sempre. Já lá está tudo preparado. Logo a seguir à escultura da Rainha da Paz há um pequeno recinto, uma porta que dá para uma sala que servia para guardar o candelabro. Vi-o e pensei: é este o lugar, e o local da sepultura já está preparado ali."



DR

## Racing Power na final da Taça de Portugal

O Racing Power Football Club, equipa feminina fundada em 2020 e apoiada pela Servilusa, chegou nesta época ao 3.º lugar da tabela da Primeira Liga Feminina e disputou a final da Taça de Portugal contra o Sport Lisboa e Benfica. Não ganhou, mas mostrou que esta é uma equipa que veio para ficar. “O projeto apresentado pelo Racing Power Football Club cativou-nos desde o seu início e assim que os resultados começaram a aparecer logo na primeira época, percebemos que a nossa aposta tinha sido certa. Estivemos ao lado de uma equipa que vai ser certamente referência no futebol feminino em Portugal, e a quem desejamos o maior sucesso”, sublinha Carlos Martins, diretor comercial e marketing da empresa.



DR

## Servilusa renova com o futsal do Benfica

Uma das parcerias mais antigas da Servilusa é a que a empresa estabeleceu com a equipa de futsal do Sport Lisboa e Benfica. Carlos Martins garante que “este patrocínio permite uma maior divulgação do protocolo com o Benfica e o apoio a uma modalidade que é cada vez mais relevante no desporto português”. Nesta época, o Benfica terminou na 3.ª posição da Liga Placard.



DR

## Apoio ao Técnico Futebol Clube

No âmbito do protocolo com o Instituto Superior Técnico e do apoio à equipa de masters do Técnico Futebol Clube (TFC), a Servilusa apoiou simbolicamente a participação de alunos do Instituto Superior Técnico da Universidade de Lisboa que, após vencerem o Campeonato Nacional Universitário de Futebol, participaram, representando Portugal, nos Campeonatos Europeus Universitários, que se realizaram na Hungria, de 12 a 24 de julho. “O TFC teve origem há alguns anos numa equipa universitária do Técnico, alunos que após concluir o curso quiseram continuar a praticar futebol e criaram uma equipa para disputar o Inatel e, mais tarde, uma equipa de masters, para quem procurava um ritmo mais acessível adequado às idades dos “entas”. É já uma comunidade de centenas de praticantes que, além do desporto tem também preocupações sociais e desenvolvem ações com populações menos favorecidas, e é este o contexto da contribuição Servilusa, estar onde se interage com a sociedade e a comunidade como é o caso”, justifica Carlos Martins, diretor comercial e marketing da Servilusa. Conheça o clube em <https://www.tecnicofc.pt>.

## Sr. Rui: uma minissérie com o apoio Servilusa

A minissérie da Prime Video, que retrata a vida do conhecido empresário de Campo Maior, Rui Nabeiro, falecido a 19 de março, conta com o apoio da Servilusa, no que à sua produção diz respeito. “É com muito orgulho que fazemos parte deste projeto que conta a história de uma das figuras mais carismáticas do nosso país, que através do seu trabalho e da sua forma de estar, colocou a sua cidade natal, Campo Maior, no mapa. Trata-se de um caminho percorrido que soube aliar o sucesso empresarial às especificidades do local onde a empresa estava inserida e das famílias que impactava, sempre com a preocupação de devolver à comunidade tudo o que dela recebia. Esta é uma missão que partilha os mesmos princípios e valores da Servilusa e, por isso, só poderíamos estar disponíveis para apoiar um projeto que pretende divulgar a vida e a obra de Rui Nabeiro”, resumiu Carlos Martins.

DR





# PARQUE DOS POETAS INSPIRA 8.º DIA DA EQUIPA SERVILUSA

O Parque dos Poetas, em Oeiras, serviu de inspiração para o Dia da Equipa Servilusa, que este ano se realizou a 17 de maio e convidou os colaboradores a mostrar o seu “profissionalismo literário”. T&F: [Vanessa Bilro](#)

## Capacidade de organização e comunicação



O primeiro desafio testou a capacidade de organização da equipa, com os colaboradores a terem de formar uma meia-lua agrupados do maior para o mais pequeno. Logo de seguida tiveram de reproduzir uma sequência de gestos, ao jeito do tradicional jogo “telefone estragado”.



Nem só de literatura vive o poeta

A pontaria também se juntou à festa, com o arco e flecha a ditar a pontuação.



Baralha e volta a dar

Completar versos de alguns dos 60 poetas representados neste parque de Oeiras foi outro dos desafios propostos.



Medidas "a olho"

Exatamente dois litros, era quanta água tinha de ser transportada para um balde com recurso a diferentes recipientes e alguma agilidade entre curvas e contracurvas.



Golo!

Uma das provas que mais pontos atribuía aos participantes passava por marcar golos em caixas de madeira. Descobrimos verdadeiros craques... a bola é que os atralhou um bocadinho.



Draaaaaa!!!!

Se representar um clássico como "Eurico, o presbítero", de Alexandre Herculano, é uma ideia assustadora, juntar-lhe o último hit do Tik Tok, "Poc Poc", de Pedro Sampaio, pode ter consequências nefastas, como dor de barriga... De tanto rir!!! Perdoe-os, senhor Herculano!



"Passito a passito, suave, suavecito" foi o truque para cumprir este desafio sem fazer explodir minas imaginárias ao estilo batalha naval, versão física.



Minas e armadilhas

No labirinto a busca foi pelas peças que permitiam formar uma imagem e passar ao próximo desafio. O difícil foi não se perderem na vista.

Em busca do puzzle escondido



Num lago de fantasia, o peixe ficou para quem teve mais habilidade e astúcia. Boa pescaria!

Ah peixe, peixe, peixe, peixe!



Depois de tanta ginástica (física e mental) chegou o momento mais esperado: o tradicional porco no espeto. Fazê-lo desaparecer foi a prova mais rápida de todo este Dia da Equipa Servilusa, no qual a equipa azul foi a mais pontuada. Parabéns!



Queremos porco no espeto!

# Contrato de concessão do futuro Crematório de Torres Vedras assinado em março

**A 23 de março a Servilusa assinou o contrato de concessão do futuro Crematório de Torres Vedras, depois de ter vencido o concurso público levado a cabo pela Junta de Freguesia de Santa Maria, São Pedro e Matacães. T&F: Vanessa Bilro**

A Servilusa venceu o concurso para concessão do futuro Crematório de Torres Vedras, que será construído no Cemitério de São Miguel e muito em breve se juntará aos 11 crematórios da Empresa, atualmente em operação: Aveiro, Cascais, Elvas, Faro, Figueira da Foz, Guimarães, Leiria, Porto/Lapa, Póvoa de Santa Iria, Rio de Mouro e Santarém. O contrato de concessão foi assinado no dia 23 de março perante uma plateia de personalidades da administração local.

Durante o evento, o diretor-geral de negócio da Servilusa, Paulo Carreira, teve oportunidade de passar em retrospectiva o investimento por parte da empresa na cremação em Portugal, com a construção e gestão da maioria das infraestruturas criadas. Explicando que cada local "é analisado, pensado e projetado por uma equipa técnica que garante que o resultado final respeita integralmente as especificidades de cada local, bem como os valores da Servilusa, na sua missão de proporcionar conforto e tranquilidade a todas as famílias que vão usufruir da infraestruturas, numa construção e atividade sustentáveis", Paulo Carreira focou ainda que "a empresa tem cinco certificações que garantem que o resultado final, que é auditado, cumpre inteiramente com todas as exigências".

Após a leitura pública do contrato usou da palavra o presidente da Junta de Freguesia de Santa Maria, São Pedro e Matacães, David Lopes, para explicar a importância deste investimento da Servilusa, que vai responder "a uma necessidade da freguesia, do município de Torres Vedras e da região Oeste, que é disponibilizar o serviço de cremação, mas também contribuir para a resolução de questões relacionadas com a sobrelocação do cemitério no qual esta infraestruturas vai ser construída, renovando um edifício histórico, que irá acolher o crematório".

Também a presidente da Câmara Municipal de Torres



Vedras, Laura Rodrigues, marcou presença e destacou a importância desta parceria público-privada, muito elogiada, no final, pelo, à data, Secretário de Estado da Administração Local e Ordenamento do Território, Carlos Miguel, que fez questão de saudar a parceria entre a freguesia, o município e a Servilusa e de defender que "as parcerias público-privadas, como esta, são muito importantes e a forma certa" de criar valor para as freguesias e os municípios. A obra tem um prazo de execução de 10 meses.



## Servilusa volta a ser distinguida na Amadora

A Servilusa voltou novamente a ser distinguida como Empresa Solidária pela Câmara Municipal da Amadora. A Cerimónia de Atribuição da Distinção Municipal aconteceu a 25 de junho, tendo a Servilusa sido representada pela responsável de Qualidade, Ambiente e Responsabilidade Social, Cláudia Moita.

"Este reconhecimento, que já recebemos há vários anos, é fruto das nossas iniciativas de responsabilidade social no concelho da Amadora, à semelhança do que acontece nos outros pontos do país", esclarece Cláudia Moita, lembrando que "a Responsabilidade Social é um dos pilares da empresa, pelo que o reconhecimento desse trabalho é sempre gratificante".



# Ricardo Gonçalves

Coordenador comercial do Algarve

## O poder de mudar de vida

**Mudar do Alentejo para o Algarve foi um desafio que Ricardo Gonçalves e a família assumiram com vontade de crescer. E cresceram. Olhando para 11 anos ao serviço da Servilusa, o elvensê, que é agora coordenador comercial do Algarve, garante que esta mudança fortaleceu a sua capacidade de gestão, tanto a nível profissional como familiar.**

**T: Vanessa Bilro**



Aos 38 anos, Ricardo Gonçalves assumiu a coordenação comercial do Algarve, depois de mais de uma década como técnico comercial na Servilusa. Hoje revê-se na “pressão dos números e da qualidade do serviço”, no trabalho por objetivos, na gestão de recursos e está “como peixe na água”: “Gosto da pressão dos números, de controlar o que está a ser feito, o que está por fazer, de gerir recursos. É um grande desafio gerir equipas, porque estamos a falar de impactar a vida daquelas pessoas e das suas famílias.”

Rigor, capacidade de gestão e motivação são as três características que Ricardo Gonçalves considera indispensáveis para o desempenho das suas funções, que passam por alocar recursos aos serviços, apoiar a equipa durante todo o processo, elaborar escalas de serviço e reportar à Gestora de Unidade de Negócio. “Gosto de motivar a equipa, apoiar os técnicos, saber se estão bem, porque tudo tem impacto na experiência do cliente. E, como costume dizer: ‘Não somos uma empresa que vende refrigerantes e batatas fritas’. Disponibilizamos um serviço num mo-

mento delicado e irrepetível. Não há segundas oportunidades para fazer bem”, salienta.

Apesar da responsabilidade acrescida, o coordenador comercial garante que tem uma vida mais descansada. E partilha: “Entre para a Servilusa em 2013, para a loja de Elvas, de onde sou natural tal como toda a minha família. Também nessa altura foi uma grande mudança, porque tinha um negócio próprio – uma pastelaria – que tivemos de trespassar devido às alergias graves da minha filha. Entretanto, comecei a dar apoio no Algarve e até 2015 repartia-me entre esta área e o Alentejo, o que teve grande impacto na gestão familiar. Muitas ausências e a minha esposa sobrecarregada.”

Em 2015 tudo mudou. Ricardo Gonçalves e a família rumaram ao Algarve e começaram uma nova vida: “Acabou-se o vai e vem. Ficamos a morar em Portimão, o que melhorou bastante a nossa vida. Claro que sem rede de apoio é um desafio gerir o dia-a-dia. Não é fácil, mas fazemo-lo em conjunto, como uma equipa.” No contexto profissional, mesmo

antes das novas funções que assumiu em março, também houve alterações significativas: “No Alentejo a tradição dita a rapidez do serviço, tanto que muitos clientes acabavam por confessar, mais tarde, que, com mais tempo para pensar, teriam optado por outros serviços. Já no Algarve, não há tanta pressa, procuram-se mais serviços inovadores e depois há uma forte presença de estrangeiros, com outros costumes, outras ideias, o que faz com que haja uma maior diversificação e oportunidade de aprendizagem e isso é muito aliciante, principalmente quando estamos numa empresa que tem a inovação no seu ADN e dá aos colaboradores todas as condições para darem o melhor de si todos os dias.”

Mais feliz no trabalho e também com o facto de poder desfrutar melhor do fim-de-semana e fazer o que mais gosta, “como ver futebol [risos], passear com a família na praia e, claro, visitar a família no Alentejo”, Ricardo Gonçalves não tem dúvidas: “Ir para o Algarve fez-me crescer como pessoa, como profissional, como homem e esse também era o objetivo.”

LINHA DA FRENTE

# MAIS DO QUE UM DEBATE, UMA PARTILHA



A 28 de maio, o Panteão Nacional encheu-se de histórias, de experiências de vida, de partilhas. Mais do que um debate entre especialistas na área do luto e da perda, promoveu-se uma conversa que se estendeu a todos os presentes. T&F: Vanessa Bilro

A psicóloga e formadora da Associação Portuguesa dos Profissionais do Setor Funerário (APPSF), Ana Costa, a investigadora na área do luto, Cristina Felizardo; o escritor Nélson Nunes, cuja mais recente obra, patrocinada pela Servilusa, aborda o tema da morte e da perda; e a conceituada jornalista Ana Paula Almeida, na qualidade de moderadora, foram os convidados da empresa para dinamizar uma conversa em torno deste, ainda, tabu social. Perante uma plateia que reuniu profissionais do setor, cuidadores formais e informais, diretores de residências e instituições de solidariedade social, a empatia gerada entre todos acabou por transformar o debate realizado a 28 de maio, no Panteão Nacional, numa partilha de histórias, de experiências profissionais e de vida, de medos, de receios, mas também de esperança.

No final, ficou claro, como antecipou na abertura o diretor-geral de negócio da Servilusa, Paulo Moniz Carreira, ainda sem saber o quão intensa viria a ser esta experiência, que “falar sobre a morte, a perda e o processo de luto é hoje algo cada vez mais natural, fruto de um longo caminho percorrido pela empresa, em parceria com a Associação Portuguesa dos Profissionais do Setor Funerário, na promoção do debate e da formação sobre este tema comum a todos nós”. Afinal, como lembrou a moderadora Ana Paula Almeida, “por dia morrem mais de 100 mil pessoas no mundo e esta condição de finitude é comum a todos nós”. Assim, continuou a moderadora, “este é um tema que nos interessa a todos e que nos toca a todos”.

### Perspetiva literária: aprender e partilhar

Foi precisamente com a consciência desta realidade que Nélson Nunes, autor do livro “Enquanto Vamos Sobrevivendo a Esta Doença Fatal” e convidado deste debate, decidiu saber mais sobre este tema da morte e da perda com as quais, confessa, nunca se ter deparado. Assim sendo, a questão foi imediata: O que o motivou a escrever um livro sobre a morte? “Como todos os livros que escrevo, este nasceu igualmente de uma ‘comichão’, que neste caso era o facto de todos os dias pensar na morte e de ninguém querer falar sobre ela. Tentei lançar o tema várias vezes entre a minha família, mas sem sucesso. Era um assunto sobre o qual ninguém queria falar”, partilhou o escritor.

Nélson Nunes não desistiu e continua a desafiar os familiares para falarem sobre o assunto, mas confessou que foi durante o processo de escrita do livro “Enquanto Vamos Sobrevivendo a Esta Doença Fatal” que se deparou com histórias e experiências enriquecedoras e que lhe deram diferentes perspetivas sobre a morte. “É o caso do senhor Carlos”, começa por referir o escritor, para depois partilhar: “Doente terminal, está numa dependência da Santa Casa, em Lisboa. Cruzou-se com o meu livro e comprou-o. Depois, sugeriu à sua cuidadora, Isabel, que o lessem em conjunto. Todas as manhãs, debatiam o que tinham lido. Criaram um caderno onde apontaram dúvidas, ideias, desafios, colagens. Foi a cuidadora que entrou em contacto comigo para partilhar esta história. Como poderão imaginar, nenhum autor ficaria indiferente a um evento destes. Por causa das minhas palavras, estas duas pessoas estão mais





ligadas do que nunca. Sei-o porque me convidaram para almoçar na semana passada e nota-se que há ali um carinho, uma intimidade, que só se constrói com partilhas tão intensas como estas. A morte tem este condão estranho de nos fazer sentir mais iguais e, como tal, mais próximos.”

Sem querer, Nélsón Nunes acabou por perceber que a sua obra, que foi escrita, lembra, “para aprender e ganhar conhecimento, eventualmente preparar-me para uma futura perda”, acabou por ser uma importante ferramenta para quem estava a passar por um processo de fim de vida e também para a cuidadora que acompanhava esse mesmo processo. E, tanto para Ana Costa como para Cristina Felizardo, este é o exemplo perfeito do potencial terapêutico que pode ser encontrado em obras como esta.

### **Clínica e investigação: respeitar e escutar**

Ana Costa e Cristina Felizardo abordaram ainda outras estratégias da sua vida profissional e da sua experiência pessoal, que despertaram bastante interesse por parte de uma plateia que se mostrou atenta e participativa. Cristina Felizardo tem um vasto currículo na área do luto, tendo liderado diversos projetos de investigação. Mas foi a sua partilha pessoal que mais comoveu os participantes. Mãe de um adolescente com uma doença rara a quem deram meses de vida e já há muito superou essa fasquia, Cristina Felizardo partilhou como “é viver todos os dias a pensar que pode ser o último no qual abraça e beija” o filho e como é “que se dá a volta e encontra forças” na busca de conhecimento, na partilha de experiências e, principalmente, “em não deixar nada para amanhã”.

A psicóloga e formadora da APPSF, Ana Costa, partilhou em seguida algumas orientações para quem está a passar ou

a acompanhar um processo de luto, não sem antes esclarecer que, “apesar de se associar o luto à morte, há muitos tipos de perdas, algumas que não passam pelo falecimento de um ente querido, mas que também precisam de ser geridas num processo de luto”. Deixado o alerta e sempre salvaguardando que “cada caso é um caso”, Ana Costa referiu que apoiar uma pessoa que está a passar por uma perda implica, antes de tudo, respeitar a sua individualidade e escutá-la. Muitas vezes a pessoa não fala logo, pelo que, por vezes, o escutar pode ser observar a sua expressão”.

Colocada a questão sobre como apoiar crianças em luto, que é sempre uma das maiores dúvidas que surgem quando se fala da morte, e nesta conversa no Panteão Nacional não foi exceção, Ana Costa foi perentória ao defender que “a criança deve ser incluída na gestão deste processo e deve sempre dizer-se a verdade e dar uma explicação adequada à idade, tendo muito cuidado nas palavras que são utilizadas”. No outro extremo encontra-se a gestão do processo de luto e de fim de vida das populações seniores. Mais uma vez a psicóloga e formadora da APPSF lembrou que “é importante ouvir as pessoas, deixá-las falar abertamente sobre as suas dúvidas e criar uma relação de empatia”.

Naturalmente chegaram-se a temas que envolvem decisões individuais sobre a vida e sobre a morte, como a eutanásia e o suicídio. Duas situações limite, sobre as quais Ana Costa referiu que “a eutanásia é sempre um pau de dois bicos” e se esta poderá ser “uma decisão pessoal que se tem de garantir que seja consciente”, em relação ao suicídio e ao aumento de número de casos, particularmente no interior do país, com o Alentejo a bater recordes, como notou a moderadora Ana Paula Almeida, a psicóloga e formadora da APPSF atribuiu esse ato “a um impulso que resulta de um mundo demasiado rápido, que obriga



a decisões rápidas e, tantas vezes, precipitadas”.

Foi por isso que Ana Costa terminou a sua participação nesta conversa com um alerta e um desafio: “É importante não nos esquecermos de cuidar de nós, pois se não estivermos bem também não vamos conseguir apoiar o outro.” Já o desafio [ver caixa “Tu que vais cuidar de mim”] foi ao encontro do último assunto que esteve em cima da mesa e que passou pela participação individual no processo de fim de vida, incluindo as cerimónias fúnebres. Sobre este aspeto, foi Nélsion Nunes que começou por defender o exemplo de outros países e que em Portugal se reflete no Plano de Funeral em Vida, da Servilusa, e que passa “pela pessoa poder escolher como é que quer que seja a sua despedida e participar no planeamento da mesma.” No fundo, defendeu-se que o derrubar de tabus traz empoderamento individual no que diz respeito à morte, ao luto e ao processo de fim de vida, contribuindo para diminuir a ansiedade entre todos os envolvidos e promover a tranquilidade e a confiança.

## “Tu que vais cuidar de mim”

No final do debate, a psicóloga e formadora da APPSF, Ana Costa, propôs um desafio que teve a força de arrancar emoções. “À vossa frente têm uma folha branca, que vos peço que dobrem ao meio e coloquem o vosso nome na capa e, no interior, a frase ‘Tu que vais cuidar de mim, quero que saibas’”, começou por pedir Ana Costa. Depois foi pedido que cada um fizesse uma lista de coisas que gosta de fazer. No final, a psicóloga e formadora explicou: “Esta é não só uma boa forma de dizermos aos outros o que gostamos quando já não tivermos capacidade para tal; mas, principalmente, uma excelente oportunidade para recorrermos ao que escrevemos hoje, lembrando-nos de continuar sempre a fazer o que gostamos. Por exemplo, no meu caso diz: ‘Ana, tu que vais cuidar de mim, quero que saibas que... adoras dançar!’ Há dois anos que, sempre que fazia este exercício, escrevia “dançar” e nunca dançava até que comecei a fazê-lo e é aqui que está o desafio: encontrem formas de continuar a fazer o que gostam.” Porque isto não é sobre morrer, é sobre viver!

# Arraial dos Navegantes inaugura Festas de Lisboa com o apoio da Servilusa

A 30 de maio já cheirava a sardinha assada no Arraial dos Navegantes, um dos primeiros do programa das Festas de Lisboa 2024. Como habitual, a Servilusa associou-se ao evento enquanto patrocinador, mas também proporcionando um dia diferente à população sénior da freguesia. T&F: Vanessa Bilro

Não foi de arco e balão, mas foi com sardinhas assadas, caracóis e outros petiscos típicos por altura dos Santos Populares que a Servilusa deu as boas-vindas à edição de 2024 do Arraial dos Navegantes. A empresa convidou 21 utentes do Centro de Dia Social e Comunitário da Junta de Freguesia de Moscavide e Portela e da Comissão Unitária Reformados Pensionistas Idosos Moscavide (CURPIM) para um lanche-convívio, num dos eventos mais esperados do ano por estas instituições.

“Todos os anos convidamos utentes de instituições parceiras aqui da freguesia, proporcionando um dia diferente, de confraternização e boa disposição. Este ano não foi exceção e foi possível promover a vinda de mais de duas dezenas de utentes, que esperamos que passem um bom momento connosco e fiquem com vontade de regressar”, explica Pedro Costa, relações institucionais da Servilusa na Grande Lisboa.

Eulália Barbosa, da CURPIM, é a representante de uma das instituições convidadas e garante que os utentes ficam sempre com vontade de voltar ao Arraial dos Navegantes com a Servilusa: “Vimos todos os anos e é sempre com grande expectativa que recebemos o convite da Servilusa para este lanche-convívio. Os utentes ficam sempre entusiasmados.”

Opinião idêntica tem Marília Silva, coordenadora do Centro de Dia Social e Comunitário da Junta de Freguesia de Moscavide e Portela, que afirma: “Os utentes gostam muito de vir conviver. É um dia diferente e eles precisam, embora o centro seja bastante ativo e promova muitas atividades. No entanto, esta parceria com a Servilusa acaba por complementar a nossa atividade, seja ao nível da formação ou da participação nestes eventos. O ar livre e o convívio é o que os nossos utentes mais valorizam.”

Este ano também se juntou à festa um grupo de colaboradores da Servilusa, numa tarde que ficou marcada pela confraternização, pela música e pelos petiscos ao ar livre, que chamam o verão. Viva o Arraial dos Navegantes!



## Servilusa volta às festas de São João de Paramos



A presença da empresa em festas em honra dos santos populares não se ficou só por Lisboa, com a equipa de relações institucionais do Norte, composta por Paula Santos e Domingos Patrício, a organizar a terceira presença consecutiva nas Festas de São João de Paramos e de Nossa Senhora Aparecida, em Paramos, Espinho, de 21 a 24 de junho. “As festividades contaram com um programa diversificado, com música, marchas, missa e procissão, agradando a todos os públicos. Foram quatro dias de festa que ficaram para a memória”, sublinha Paula Santos.

A Servilusa esteve presente com um stand, que divulgou a oferta da empresa, mas que teve também um cariz solidário. Como explica a relações institucionais da Servilusa “vendemos Bolas de Berlim e parte do valor foi entregue a uma Instituição de solidariedade social da região, desta vez à Conferência Vicentina Santo Tirso de Paramos”.



## Servilusa apoia grupo de peregrinos

São pouco mais de 180 km os que separam a Ermida de Nossa Senhora da Visitação, em Montemor-o-Novo, do Santuário de Fátima; e que o Grupo de Santiago, proveniente da Freguesia de Santiago do Escoural, realiza há 21 anos. Este ano partiram com o apoio da Servilusa e ganharam uma nova peregrina. T: [Vanessa Bilro](#)

O Grupo de Santiago, mais conhecido pelo Grupo dos Púcaros, precisava de apoio para a sua jornada do distrito de Évora, mais precisamente da Ermida de Nossa Senhora da Visitação, no concelho de Montemor-o-Novo, para Fátima. Os caminhos deste grupo cruzaram-se com o da coordenadora comercial do Alentejo, Marisa Achemann, e a Servilusa deu o empurrão que faltava para se fazerem à estrada entre 7 e 14 de maio.

Nesta altura, o apoio da Servilusa deixou de ser uma “questão de púcaros”, fitas e outros materiais necessários à realização desta jornada. “Juntei-me aos cerca de 65 peregrinos, que, acompanhados por cinco guias, um dos quais espiritual, que é o Padre Nuno, todos os anos, cada um com a sua fé, se une nesta jornada, que se iniciou há 21 anos”, partilha Marisa Achemann.

Da viagem feita de púcaro na mão para receber água dos guias ao longo do percurso, a coordenadora comercial diz recordar para sempre “o espírito de entreajuda”, a forma como a receberam e a fizeram sentir parte do grupo, “o amor no cora-

ção destas pessoas disponíveis a todo o momento para ajudar” e, particularmente, “a forma emocionada como, no final, todos assistiram à missa no Santuário de Fátima, depois de 7 dias a caminhar e a ultrapassar desafios em conjunto”.

Ali, de lágrimas nos olhos, a satisfação do objetivo cumprido deixou para trás as dores, as bolhas, as dificuldades, como as pequenas maleitas que, com o esforço, se podem tornar grandes barreiras. “A fascite plantar contraída no âmbito da prática da corrida, e que estava adormecida desde 2017, acordou no segundo dia e fez a peregrinação connosco. É uma dor difícil de gerir, porque é aguda e irradia, mas consegui ir contornando esta dificuldade concentrada em ajudar os outros peregrinos, alguns dos quais com muito mais problemas, como bolhas ou queimaduras de alcatrão”, descreve Marisa Achemann. E conclui: “Esta foi uma grande experiência, que desafia a resiliência e as emoções trazendo ao de cima o melhor de cada um de nós.”

## Santos Populares dão o mote ao Encontro Intergeracional

Em Coimbra também se “brincou” aos Santos Populares, no âmbito do 2.º Encontro Intergeracional “Memória e Futuro”, numa iniciativa da parceria entre a Servilusa e a Unidade de Cuidados na Comunidade Norton de Matos (UCCNM), como o grupo Anos de Vida (Qualidade e com o jardim de infância Quinta das Flores. Este grupo já funciona há 16 anos e, pelo segundo ano consecutivo, organiza esta iniciativa, com o objetivo de proporcionar o convívio entre gerações. Os mais jovens puderam, assim, celebrar a tradição dos Santos Populares, com música e dança, com os mais velhos, “num momento de alegria e de partilha de histórias, de experiências e de aprendizagem entre gerações”, como salienta Luís Matos Cabo, relações institucionais da Servilusa na zona Centro. Por seu turno, a coordenadora deste projeto, Clara Lopes, sublinha o entusiasmo de todos os participantes em relação ao evento: “Este ano o objetivo do mesmo foi mostrar como se vive os Santos Populares, promovendo a coordenação motora e o exercício físico. Este encontro entre gerações tem tido muita recetividade.”



DR



# Caminhadas solidárias e programas desportivos são um sucesso a Norte

No Dia da Família (18 de maio), em Valbom, e a 22 de junho, em Arcozelo, a Servilusa ajudou a promover duas caminhadas solidárias, que contaram com centenas de participantes. Em Gondomar, a 24 de maio, houve Zumba, Danças de Salão e Takewondo também com o apoio da empresa. T: [Vanessa Bilro](#)

Organizada pela Associação de Pais da Escola Secundária de Valbom, com o patrocínio da Servilusa, realizou-se a 18 de maio, Dia da Família, uma caminhada solidária, em Valbom, que reuniu mais de 600 participantes. “Com um percurso de aproximadamente 5 km, junto ao Rio Douro, esta foi uma manhã de exercício, com uma paisagem memorável, que teve início, em jeito de aquecimento, com uma aula de Zumba”, conta Domingos Patrício, Relações institucionais da Servilusa a Norte.

A diretora do Agrupamento Escolar, Cristina Varela, presente no evento, agradeceu o apoio à Servilusa, que, além do patrocínio, também participou na caminhada, representada por quatro colaboradores. Uma semana depois, a 24 de maio, o exercício físico voltou à União de Freguesias de Gondomar São Cosme, Valbom e Jovim, com o patrocínio da Servilusa, no âmbito da iniciativa “Maio, mês do coração”. Os participantes foram convidados a fazer rastreios de saúde e a praticar Takewondo, Danças de Salão e Zumba, numa manhã animada, que contou também com algumas escolas da freguesia.

## Exercício e solidariedade

A 22 de junho, as atenções voltaram-se novamente para a caminhada, desta vez em Arcozelo e em parceria com a Farmácia Portuense. “O objetivo deste evento foi a recolha de bens de primeira necessidade (alimentares e de higiene pessoal) para serem doados à Obra Vicentina São Miguel de Arcozelo, instituição responsável pela entrega de cabazes a várias famílias carenciadas da freguesia de Arcozelo”, explica Paula Santos, relações institucionais da Servilusa na zona Norte.

Com partida junto à Farmácia Portuense e a chegada nos Bombeiros Voluntários da Aguda, que também se associaram a esta causa, foram centenas de participantes os que quiseram estar presentes, praticar exercício e ajudar. “Foi possível recolher 455 bens de primeira necessidade, que agora vão, através da Obra Vicentina de São Miguel de Arcozelo, direitinhos para quem mais precisa”, nota Paula Santos.

## Missão Bomu-Kêlê conta com o apoio da empresa

A Servilusa uniu-se à missão Bomu-Kêlê, iniciativa criada em 2019 por um grupo de jovens da Paróquia de Nossa Senhora dos Navegantes, em Lisboa, com o objetivo de desenvolvimento de ações junto dos jovens de comunidades dos Países Africanos de Língua Oficial Portuguesa, principalmente São Tomé e Príncipe, no âmbito de dois dos Objetivos de Desenvolvimento Sustentável da agenda 2030, designadamente a promoção de uma educação de qualidade e redução das desigualdades. No ano passado, a Missão Bomu-Kêlê realizou o primeiro de três anos de intervenção nesta comunidade com impacto em aproximadamente 100 crianças/jovens, dividindo-se entre as intervenções propriamente ditas e a recolha de fundos que permitiram continuar o projeto. A Servilusa apoiou esta iniciativa não só através de donativo, que todos podemos fazer em [www.missaobomukele.pt/apoia](http://www.missaobomukele.pt/apoia), mas também adquirindo t-shirts solidárias e participando nas noites de “quizz” organizadas para recolher fundos para que esta seja uma missão cumprida.



Conheça a missão Bomu-Kêlê



# Colaboradores da Servilusa participam em ações de limpeza no Algarve

Em abril, as praias de Quarteira e Albufeira foram alvo de duas ações de sensibilização e recolha de resíduos, tendo a Servilusa participado em ambas, com um grupo de voluntários.

T&F: Sofia Silva

Beatas e muito plástico foram os principais resíduos recolhidos em duas ações de limpeza, uma em Albufeira e outra em Quarteira, nas quais os colaboradores da Servilusa participaram em abril.

A primeira, no dia 10, foi na praia de Quarteira e contou com cerca de 500 pessoas, entre as quais vários colaboradores da Servilusa das agências de Silves, Portimão, Olhão, Loulé, São Brás de Alportel, Faro e Albufeira. "Os colaboradores são de diferentes zonas da região, garantindo que a nossa participação não afeta a atividade das agências", começa por explicar à *i-nova* Armanda Cercas, relações institucionais da Servilusa no Algarve.

No entanto, é habitual o grupo empresarial incentivar o voluntariado e é algo que se repete ao longo do ano em diferentes iniciativas, quer deste género, quer de outras tipologias. O que têm em comum é o sentido de responsabilidade social que está na sua base. "Plantação de árvores, limpeza de praias, Dia da Criança, iniciativas com idosos" são apenas alguns exemplos, enumerou a responsável.

"Nós estamos atentos às ações de responsabilidade social que existem dentro da comunidade. Hoje, juntamo-nos a esta grande iniciativa organizada pelo 'Marshopping Algarve' para recolher o lixo da praia. Como equipa de voluntários que somos, quisemos estar aqui a ajudar", justificou.

## Unidos pela sustentabilidade

E durante uma manhã percorreram muitos metros, com sacos na mão, e olhos postos na areia para encontrar o lixo que apesar dos inúmeros apelos, continua a chegar às praias. É por esta razão que o valor maior está na mensagem. "A sustentabilidade faz parte do ADN do Marshopping Algarve. Ela é

crucial em toda a nossa operação. Muito mais do que um dia de limpeza de praia, esta é uma iniciativa de consciencialização ambiental e sensibilização para a preservação dos ecossistemas marinhos e do meio ambiente", referiu Ana Antunes, diretora do Marshopping Algarve.

Esta foi a sexta edição da iniciativa que, no total, desde que estreou, já tirou das praias mais de 21 toneladas de resíduos. Além das beatas, são redes de pesca, madeiras, plástico. No final, foram selecionados os que podiam ser reutilizados para servir de matéria prima aos workshops que tiveram lugar em maio, na Semana do Ambiente, organizada pela Câmara Municipal de Loulé, outra entidade parceira, como a IKEA ou a Agência Portuguesa do Ambiente.

"A taxa de reciclagem média está na ordem dos 56 por cento", contabilizou Ana Antunes. Ou seja, cerca de metade do lixo foi reintroduzido em processos de reciclagem.

Por sua vez, em relação à Servilusa, a responsável considera que "é muito importante e super gratificante perceber que entidades privadas se juntam a estas iniciativas. Conseguem mobilizar as suas equipas, colocando um pouco de parte toda a cadeia de produção e as responsabilidades que têm para dedicarem este dia a iniciativas desta natureza".

Com moldes diferentes, por ser uma ação desenvolvida na cidade, mas com o mesmo objetivo, no sábado seguinte, os colaboradores da Servilusa voltaram a 'vestir a camisola' para se juntarem à Câmara Municipal de Albufeira e outras entidades numa outra ação de limpeza, desta vez na cidade. Andaram, então, por diversas ruas a tentar apanhar os diferentes tipos de resíduos que, por diversas razões, vão parar ao chão e fizeram passar a mensagem de que é urgente preservar e melhorar a qualidade ambiental do planeta.



# Dia da Árvore e das Florestas motivou ações de sensibilização

O dia 21 de maio – Dia Mundial da Árvore e Dia Internacional das Florestas – é sempre importante para uma empresa que tem a sustentabilidade no ADN. Este ano, a Servilusa comemorou a data com duas ações de sensibilização nas agências da empresa e nas escolas do país. T: Vanessa Bilro

De Norte a Sul, as equipas da Servilusa moveram esforços para colocar em prática duas ações de sensibilização ambiental, assinalando, desta forma, o Dia Mundial da Árvore e Dia Internacional das Florestas (21 de maio). Nas agências foram preparados e entregues em todo o país cerca de 400 kits ecológicos compostos por um pequeno vaso de terracota de argila, com sementes de girassol e terra.

Cláudia Moita, responsável de Qualidade, Ambiente e Responsabilidade Social da Servilusa destaca a importância desta campanha “no âmbito da política da empresa para as questões ambientais e de responsabilidade social, que se alia ao trabalho de proximidade à comunidade desenvolvido pelas equipas de relações institucionais”. Quanto à escolha dos kits ecológicos, Cláudia Moita justifica a mesma com o facto de a empresa querer que as pessoas tenham “a possibilidade de experienciar nas suas casas, varandas, quintais, escolas, o contacto com a terra e a emoção de ver nascer e dar vida a uma planta, sensibilizando-as para a necessidade de proteger a natureza e contribuir para a redução da pegada ecológica”.

Já nas escolas, o objetivo foi adaptar a informação e a ação de sensibilização à faixa etária dos alunos, proporcionando aprendizagem a brincar. “Foi possível na maioria das escolas criar um circuito com quatro estações, nas quais os alunos foram desafiados a concluir jogos no âmbito da temática do ambiente e da sustentabilidade”, explica a responsável de Qualidade, Ambiente e Responsabilidade Social da Servilusa.

O primeiro desafio consistiu na resposta a um “quiz” sobre o Dia da Árvore; seguindo-se o jogo da memória, que convidou os participantes a saber os nomes das árvores nativas de Portugal; na terceira estação, os alunos tiveram de identificar as diferentes partes de uma árvore; sendo que, no final, as crianças recebiam o mesmo kit ecológico que foi distribuído nas lojas da empresa, para pintarem e depois levarem para casa. “Este desafio teve uma boa adesão por parte das escolas contactadas, sendo que, em alguns casos, além da ação que propusemos, foram também plantadas árvores pelos alunos e professores, com a participação dos colaboradores da Servilusa”, afirma Cláudia Moita.



## Em Espinho plantou-se a semente da leitura

O Dia da Árvore foi celebrado em Espinho em parceria com a livraria “Palavrania”, proporcionando a um grupo de crianças o contacto com a poesia. Depois de ouvirem um conto que estimulou a imaginação, “cada participante recebeu uma flor de girassol, com o compromisso de cultivar não apenas a planta, mas também a mente, lembrando que tal como o girassol, somos capazes de virar os nossos rostos em direção à luz, procurando crescer”, diz Paula Santos, relações institucionais da Servilusa na zona Norte, que contou, mais uma vez, com o apoio das floristas da empresa, Joana e Daniela.





## DIA MUNDIAL DA CRIANÇA

# Sorrisos, brincadeiras e muitas palhaçadas

O Dia Mundial da Criança é uma data muito especial para a Servilusa e, todos os anos, os colaboradores mobilizam-se, de Norte a Sul, para proporcionar um dia especial aos mais pequenos. No Algarve, os colaboradores encarnaram o papel de palhaços visitantes e levaram brincadeiras e muitas palhaçadas a várias instituições. **T: Vanessa Bilro**

Servilindas é o nome do grupo de “palhaços visitantes” criados e encarnados pelos colaboradores da Servilusa do Algarve, respetivamente Armanda Cercas, Cláudia Guerreiro e Mónica Alves. Durante o mês de junho, estas brincalhonas andaram a provocar sorrisos com as suas palhaçadas, por diversas instituições do Algarve, como forma de celebrar o Dia Mundial da Criança, que se festeja a 1 de junho.

Além das brincadeiras e palhaçadas, estes “visitadores” levaram também kits compostos por lápis de cor, que foram distribuídos igualmente em todos os pontos do país. Mas estes palhaços foram mais além e surpreenderam com pinturas faciais, balões e insufláveis, espalhando alegria, arrancando sorrisos, num dia de festa muito diferente do que o que aquelas crianças estão habituadas.

“Queríamos fazer algo diferente para assinalar o Dia Mundial da Criança”, explica Armanda Cercas, relações institucionais da Servilusa no Algarve. “Há melhor personagem do que os palhaços para fazer rir as crianças?”, pergunta, por seu turno, a mentora desta ideia, Mónica Alves.

O primeiro “espetáculo” aconteceu a 29 de maio, no infantário O Caracol, em Estoi, para 50 crianças, com direito a insuflável e pinturas faciais. O sucesso foi instantâneo e a animação não ficou por aqui. “O *feedback* foi muito bom, tanto por parte dos responsáveis das várias instituições e, principalmente, das crianças, as protagonistas deste dia especial. Para nós, colaboradores, foi um desafio que nos levou para fora da nossa zona de conforto e que, acima de tudo, nos proporcionou muita diversão. Saímos do infantário a pé e fomos para a loja de Estoi onde continuamos a animação, desta vez, para um grupo de seniores que nos foi visitar”, descreve Armanda Cercas.

A 31 de maio foram para Ferragudo e além da animação no infantário O Moinho, foram também abordados pelas responsáveis do Centro de Apoio a Idosos de Ferragudo. “Acabámos por animar



os utentes do lar também, que ficaram mesmo muito contentes”, lembra a relações institucionais do Algarve. Mas estes profissionais tinham de seguir caminho e, da parte da tarde, a festa foi feita em Portimão, no infantário A Flor. “Mais uma vez levámos o insuflável onde as crianças pularam e dançaram, fizemos pinturas faciais e distribuimos balões”, revela Mónica Alves, a administrativa da loja de Estoi. E, juntamente com Armanda Cercas, conclui: “Foi muito gratificante ver o sorriso e a felicidade das crianças, com o extra da população senior que se juntou à festa.”

### Kits para colorir o mundo

Também noutros pontos do país a distribuição dos kits com lápis de cor mobilizou os colaboradores da Servilusa para que a sua entrega fosse feita com pompa e circunstância.

No Centro Social e Cultural e no Centro Infantil da Cruz Vermelha, ambos em Valbom, o relações institucionais da Servilusa na zona Norte, Domingos Patrício, fez a entrega dos kits num momento de interação com as crianças, que também incluiu insufláveis.

No Alentejo, foi Marisa Achemann, coordenadora comercial e relações institucionais, a organizar a entrega dos kits, que foi realizada no dia 31 de maio, tanto na Escola do 1.º Ciclo de Santa Luzia, em Elvas, como em ações de rua em Elvas, que promoveu no Jardim Público, a Feira da Criança; e em Campo Maior.

Na Grande Lisboa, este dia foi celebrado a 4 e 5 de junho. No primeiro dia foi na Creche O Sol, da Caritas Diocesanas de Setúbal, com a distribuição de um conjunto de lápis de cera e um desenho para colorir a 23 crianças. No dia seguinte, na loja Magno Benfica, em Lisboa, foram distribuídos os kits às crianças. “Estas iniciativas contam sempre com a ajuda das colegas das lojas, para a realização e sucesso destas iniciativas, neste caso, da Mónica Silva”, explica Susana Pascoal, a relações institucionais da Grande Lisboa.

# NO CORAÇÃO DE LOURES

Inaugurada em 2013 e renovada há quatro anos, a Agência Funerária Loures está situada bem no coração da cidade e já conquistou todos à sua volta. Afinal, todos os dias são ótimos para lembrar que a Servilusa está ali para a comunidade.

T&F: Vanessa Bilro



Localizada na principal artéria da cidade de Loures, no n.º 49 da Avenida da República, a Agência Funerária Loures faz “boa vizinhança” há mais de uma década. A *i-nova* foi visitar este espaço da Servilusa, em junho, e encontrou uma loja de portas abertas para a comunidade, que já se habituou a comemorar “Os Dias De...” com a empresa.

“Aqui em Loures promovemos muitas iniciativas junto da comunidade, que são todas muito bem recebidas, até porque oferecemos sempre um pequeno brinde associado a um dia específico, como o Dia da Mãe, o Dia do Pai, o Dia do Chá”, explica Susana Pascoal, relações institucionais da Servilusa na Grande Lisboa. E acrescenta: “Nessas ações não nos limitamos a estar à porta da loja, mas acabamos por visitar os nossos vizinhos, vamos também à Praça de Táxis, à paragem do autocarro, à PSP. Só assim conseguimos chegar a todos.”

### De dentro para fora

Dentro das ações já realizadas, a mais recente foi a que assinalou o Dia Internacional do Chá, a 21 de maio, na qual a empresa distribuiu saquetas de chá e uma caneca de papel, aliando a vertente de sustentabilidade ambiental à iniciativa. Também na Páscoa foram distribuídas amêndoas pelos transeuntes e vizinhos.

No entanto, lembra Susana Pascoal, “a iniciativa de maior sucesso foi aquela na qual convidamos a nossa florista para fazer pequenos arranjos aqui na loja, virada para a rua, que depois distribuíamos por quem passava”. Nesse dia, “as pessoas viam quem vinha da loja com os pequenos arranjos e começaram a fazer fila à porta, porque também queriam receber”, lembra a relações institucionais da Grande Lisboa.

Além destas ações, “temos muito boas relações com instituições locais como a PSP, a Câmara Municipal de Loures ou a Associação Pereira da Mota, com as quais e nas quais promovemos *workshops* e formações, em parceria com a Associação Portuguesa dos Profissionais do Setor Funerário, bem como ações nas quais levamos música às instituições e até já organizamos sessões de terapia com cães”, descreve Susana Pascoal.

Este trabalho é consubstanciado todos os dias por Ângela Rua, que chegou à Servilusa em novembro de 2023, mas reside desde sempre no concelho. “As pessoas valorizam bastante estas ações de proximidade que fazemos na loja, sendo que há muitas que acabam por vir aqui para, por exemplo, pedir ajuda para o preenchimento de documentos ou até mesmo só para falar. Sempre que realizamos uma ação perguntam sempre quando é a próxima”, explica a administrativa da Agência Funerária Loures, demonstrando que o trabalho realizado pela equipa de relações institucionais da Servilusa está efetivamente a contribuir para alimentar o objetivo de proximidade com a comunidade.

### E de fora para dentro

Havendo esta ligação à vizinhança, o próximo passo para a relações institucionais da Servilusa será “reforçar a realização de ações dentro da loja, chamando as pessoas e as instituições locais”. Ana Aires, coordenadora das lojas da Grande Lisboa, partilha esta visão, relevando “a localização privilegiada da loja, o acesso fácil e o estacionamento disponível, bem como as dimensões da loja e a sua luminosidade”, como características-chave para a aposta neste tipo de iniciativas.

“A população que reside no centro de Loures é envelhecida e procura a melhor relação qualidade-preço. Perante esta realidade, procuramos mostrar que, além da qualidade e das várias opções relativamente a custos, do serviço funerário em si,



uma agência funerária pode também ser um local de convívio, de aprendizagem, que apoia a comunidade no dia-a-dia”, nota Ana Aires.

Assim, além das ações fora de portas, Susana Pascoal e Ana Aires consideram que está na altura de chamar a comunidade para dentro da loja. “Pela proximidade com a PSP e dadas as características da população, faz-nos sentido propor que considerem a loja de Loures para uma das ações de sensibilização sobre segurança, que normalmente promovem junto das populações seniores”, adianta Ana Aires. “Também queremos voltar a ter mais ações com as floristas e replicar *workshops* que já realizamos noutras lojas, como o que ensina a criar um “jardim de aromáticas”, conclui Susana Pascoal.

## Apoio ao luto no Café Memória - Loures

Criado em 2013, com o objetivo de proporcionar espaços de interação para pessoas com problemas de memória e/ou demência, e seus familiares, contribuindo, assim, para a redução do isolamento social, o Café Memória é um projeto da Associação Alzheimer Portugal com a empresa Sonae Sierra. Com uma abrangência nacional, uma vez por mês, o Café Memória abre portas em diferentes pontos do país, com o apoio de instituições a nível nacional e local, entre as quais a Servilusa, que proporcionou a sessão de junho do Café Memória Loures.

“A convite da Misericórdia de Loures, a Servilusa promoveu a sessão Apoio ao Luto, ministrada pelo psicólogo clínico e

formador da Associação Portuguesa dos Profissionais do Setor Funerário [APPSF], Victor Sebastião”, enquadra Susana Pascoal, relações institucionais da Servilusa na Grande Lisboa. Assim, no Arquivo Municipal de Loures, com a presença 24 pessoas, entre os 30 e os 90 anos, foi abordado o tema do luto, nas suas diferentes dimensões.

Victor Sebastião falou sobre o que é o luto, que tipos de luto podemos fazer; e apresentou algumas estratégias para o dia-a-dia. “Mais do que uma exposição sobre o tema foi uma partilha de experiências, vivências e conhecimento entre todos os participantes”, afirma Susana Pascoal.



DR

## Luto na adolescência na Escola de Comércio de Lisboa

Parceira institucional da Servilusa, a Escola de Comércio de Lisboa convidou a empresa para participar no seu almoço-conferência, encontro anual de cinco escolas, que este ano decorreu a 7 de maio, e abordar a temática do luto na adolescência. O psicólogo e formador da APPSF, Victor Sebastião, participou neste encontro de trabalho, que reuniu 17 psicólogos dos diferentes estabelecimentos de ensino.

Como descreve a relações institucionais da Grande Lisboa, Susana Pascoal, presente no evento, “as psicólogas, que tinham como objetivo ouvir tudo o que podiam sobre o tema e apreender o máximo possível para transportar para o seu dia a dia profissional e até pessoal, puderam fazê-lo num ambiente descontraído e muito tranquilo. No final, a professora e formadora da Escola de Comércio Patrícia Videira agradeceu à Servilusa pela partilha de conhecimento”.



DR



DR

## APPSF forma alunos da Escola Secundária Romeu Correia em Almada

No âmbito da parceria estabelecida há cinco anos entre a APPSF e a Escola Secundária Romeu Correia, em Almada, decorreu a 13 de maio uma ação de formação de Apoio ao Luto, para os alunos do Curso Técnico de Auxiliar de Saúde. “Esta é uma parceria que começou com um pedido da Prof.ª Maria João para uma formação que foi realizada para os alunos do curso de Geriatria, há cinco anos, e voltamos a ser convidados para outras ações, a última das quais para o Curso Técnico de Auxiliar de Saúde. Alunos e professora agradeceram a oportunidade de poderem falar sobre o tema com tranquilidade e sem a carga pesada que normalmente envolve estes assuntos”, explica o formador da APPSF e psicólogo clínico, Victor Sebastião.

## Formação para os militares da GNR

A 23 de abril a Servilusa e a APPSF estiveram no Destacamento Territorial de Setúbal para uma ação de formação sobre Gestão de Stress. Foram 7 os militares da GNR que participaram nesta ação de formação ministrada pelo formador da APPSF e psicólogo clínico, Victor Sebastião. O sucesso da ação ditou que a APPSF realizasse ainda mais duas, uma sobre Apoio ao Luto e a outra sobre Gestão de Conflitos.



DR

## Webinar para Escola Superior de Enfermagem de Coimbra

A psicóloga e formadora da APPSF, Ana Costa, ministrou um *webinar* intitulado “Cuidar em Fim de Vida”, para os alunos do 3.º ano da Escola Superior de Enfermagem de Coimbra. Foram mais de 200 os alunos a assistir a esta oportunidade formativa, que, como salienta Luís Matos Cabo, relações institucionais da Servilusa na zona Centro, contou com “uma excelente palestra da Dr.ª Ana Costa”.

## ATIVIDADE INTERNACIONAL

### EFFS prepara Assembleia-Geral

Nos dias 2 e 3 de outubro, os líderes europeus do setor reúnem em Zurique, na Suíça, na Assembleia-Geral da European Federation of Funeral Services (EFFS), elegendo os seus corpos gerentes, ato a preparar na próxima reunião do *board* agendada para setembro; mas também debatendo os temas mais prementes. “Além de seguir de perto o tema das alternativas à cremação e inumação, ainda na busca de informações técnicas determinantes, seguimos também com muito interesse os nossos colegas da NFDA [National Funeral Directors Association], sendo que a diretora executiva da EFFS assistiu à apresentação, na reunião deste organismo realizada a 4 de junho, do Global Consumer Survey, permitindo discutir os comportamentos e hábitos de consumo”, explica Paulo Moniz Carreira, presidente da APPSF e membro do *board* da EFFS. Mais informações em <https://www.efs.eu>.

### Convenção da FIAT-IFTA realiza-se na Polónia

Cracóvia, na Polónia, foi a cidade escolhida para acolher, de 18 a 20 de setembro, a Convenção Anual da FIAT/IFTA - Fédération Internationale des Associations de Thanatologues - International Federation of Thanatologists Associations. “Além das reuniões dos diferentes grupos de trabalho, como o Heritage Committee e o Education Committee, e, claro, da eleição do novo presidente e terceiro vice-presidente da FIAT/IFTA, é esperada com grande expectativa a sessão sobre motivação para ação, que irá contar com a presença de atletas polacos de referência no desporto internacional”, antecipa Paulo Moniz Carreira, presidente da APPSF. Mais pormenores em <https://fiatifta2024.com>.

Entrevista a Carlos Vaz Marques  
jornalista e editor

## “PERCEBI A GRANDE SERIEDADE COM QUE A SERVILUSA ENCARA A SUA MISSÃO DE RESPONSABILIDADE EMPRESARIAL”

Jornalista, autor e editor, Carlos Vaz Marques, dispensa apresentações. No entanto, através da sua editora, a Zigurate, preocupa-se em apresentar “obras capazes de estimular a reflexão sobre questões que o jornalismo e o espaço mediático que temos não consegue desenvolver suficientemente”. Foi assim que apostou no livro “Enquanto Vamos Sobrevivendo a Esta Doença Fatal”, de Nélsion Nunes, e descobriu na Servilusa a parceria ideal. T: Vanessa Bilro



Rui Gaudêncio

### O que motivou um jornalista e autor de programas de renome a apostar numa editora especializada em livros de não ficção?

O meu interesse pelos livros é o meu mais persistente interesse cultural. Sempre tive atividades relacionadas com livros: comecei a minha atividade profissional no Jornal de Letras, ingressei na TSF com uma rubrica sobre livros (ainda antes de começar a fazer noticiários e reportagem) e tenho há muito uma colaboração com a editora Tinta-da-china, onde dirijo uma coleção de literatura de viagens. Criar a minha própria editora foi assim um passo natural. A escola da não ficção como marca identitária da Zigurate tem a ver com a necessidade que sinto de que haja obras capazes de estimular a reflexão sobre questões que o jornalismo e o espaço mediático que temos não consegue desenvolver suficientemente e que só no formato mais amplo do livro poderemos aprofundar.

### O luto é um desses temas que é preciso aprofundar em livro?

A questão da morte e, em particular, do modo como se lida com o luto, é provavelmente o mais intemporal dos temas. Assim, quando o escritor Nélsion Nunes propôs o seu livro “Enquanto Vamos Sobrevivendo a Esta Doença Fatal” a reação imediata, depois de perceber o âmbito, foi a de que estava perante um tema sobre o qual não há muita coisa no registo que o autor encontrou para esta espécie de investigação sobre o modo como nos relacionamos com a morte. Lido o livro, face à qualidade da obra, trabalhámos na edição com o autor de modo a que viesse a ter a forma final que tem.

### O que destaca desta obra?

O autor consegue um equilíbrio raro entre uma investigação séria, uma narrativa de enorme empatia e até um tom de hu-



mor suave; nada do que é humano lhe é estranho.

### **Pessoalmente, qual a relação que tinha com este tema?**

A minha relação com a questão da morte é a mais comum: quero ver o assunto à distância.

### **Mudou alguma coisa nessa sua relação com a inevitabilidade da morte, da perda e do luto depois deste livro?**

Fiquei mais sensível à ideia de que falar do assunto é por vezes mais saudável do que tentarmos evitá-lo.

### **Do ponto de vista da promoção desta obra, receou que a mesma não fosse bem recebida dado o tabu que ainda paira em torno do tema?**

Confesso que foi um assunto que não me preocupou demasiado. Tenho uma convicção profunda de que os bons livros se impõem por si próprios. Se quisesse lidar apenas com sucessos comerciais, estaria noutra ramo da edição. A estratégia usada para fazer o livro chegar aos leitores foi a de sempre: identificar potenciais "aliados", ou seja, pessoas ou entidades capazes de reconhecer o mérito do livro e tentar, a partir daí, fazer com que a obra chegasse mais longe, nomeadamente por meio de apresentações públicas com a presença do autor.

### **O debate no Panteão Nacional, com profissionais especialistas na área, o autor e a apresentação da jornalista Ana Paula Almeida foi a apresentação perfeita para esta obra?**

Julgo que só por essa sessão já valeria a pena termos proposto o livro à sociedade, editando-o.

### **Depois desta sessão, que foi mais uma conversa e um momento de partilha, como é que olha para o facto da obra que editou estar a contribuir para derrubar tabus, neste caso, em torno da morte, da perda e do luto?**

O facto de um livro da Zigate abrir espaço a um debate necessário e a uma troca de experiências enriquecedora, é um motivo de orgulho para mim, pessoalmente, como editor, e para a editora Livros Zigate. Um orgulho, é justo dizê-lo, que terei de partilhar em primeira instância com o autor deste livro magnífico, Nelson Nunes.

### **A Servilusa foi a parceira natural para esta obra?**

Foi a mais natural possível. Na tal lógica de encontrar "aliados" pesquisei que tipo de programas de apoio ao luto existem em Portugal e deparei-me, muito naturalmente, com a Servilusa. Conhecia a Servilusa, como a maior parte dos portugueses conhecerá. Felizmente, sem nunca ter tido ainda de recorrer aos



**"A questão da morte e, em particular, do modo como se lida com o luto, é provavelmente o mais intemporal dos temas"**

seus serviços. Fiquei a conhecer os projetos e investimentos da empresa apenas depois da pesquisa que fiz, por causa do livro.

### **Qual a sua opinião sobre este posicionamento da empresa de contribuir para a evolução do setor e o bem-estar dos profissionais e famílias?**

Creio que é muito importante uma empresa como a Servilusa não se limitar ao serviço imediato, mas dedicar uma parte do seu esforço empresarial ao acompanhamento posterior às famílias enlutadas.

### **Qual a sua opinião sobre a forma de trabalhar da Servilusa?**

A forma empenhada com que abraçou a proposta de contribuir para a viabilização do livro "Enquanto Vamos Sobrevivendo a Esta Doença Fatal" fez-me perceber a grande seriedade com que a Servilusa encara a sua missão de responsabilidade empresarial.

# 7 PASSADIÇOS QUE TEM MESMO DE FAZER

Paisagens deslumbrantes, rios, riachos, ribeiros, cascatas, praias, serras e bosques. Isto é tudo o que pode ver ao percorrer os passadiços de Portugal. Aqui ficam sete sugestões de passadiços que tem mesmo de conhecer.



DR

## 1. Passadiços do Paiva

Inaugurados em 2015, com a maior ponte pedonal suspensa do mundo como ex-libris, os Passadiços do Paiva ligam as praias fluviais de Areinho e da Espiunca, em Arouca, e têm uma extensão total de 8,7 km. Com descidas e subidas acentuadas o percurso demora cerca de 2h30.



DR

## 2. Passadiços do Sistelo

Estes passadiços oferecem dois percursos, pelos quais pode optar caso tenha ou não crianças pequenas ou dependendo da condição física. Assim, tem um percurso circular de 2 km, inserido na Ecovia do Vez, que pode prolongar até à ponte medieval de Vilela, o que já perfaz 11 km, partindo da Aldeia do Sistelo e que leva aos novíssimos Passadiços das Lagoas do Vez. Pelo caminho vai cruzar bosques e pontes medievais, ver ermidas, capelas e espigueiros e soberbas paisagens naturais. Não faltam cascatas, para ir a banhos.



DR

## 3. Passadiços do Mondego – Serra da Estrela

A partida para uns dos mais recentes passadiços nacionais faz-se na aldeia de Videmonte. Durante 12 km vai conhecer alguns dos geossítios mais arrebatadores do Estrela Geopark, contemplar as ruínas de antigos moinhos de água e fábricas de lanifícios, cruzar bosques de carvalhos e castanheiros, atravessar três pontes suspensas e ver lagoas e quedas de água, entre elas a Cascata do Caldeirão. A chegada é na Barragem do Caldeirão.



DR

## 5. Passadiços de Nisa

Nestes passadiços o Alentejo e a Beira Baixa encontram-se numa paisagem acompanhada pelo rio Tejo.

Encontram-se no Trilho da Barca d' Amieira, um percurso de 3,6 km, que inicia na Barragem da Fratela e termina em Amieira do Tejo. Aqui vai encontrar um histórico muro de sirga para percorrer, uma ponte suspensa de sustar a respiração, pontos para observação de aves, um miradouro transparente sobre o rio Tejo e o baloiço mais instagramável do país. No final delicia-se com uma sopa de peixe do rio, na vila raiana do Arneiro.

## 6. Rail Bike Marvão

Este não é um passadiço, mas já que estamos no Alentejo, é incontornável falar desta atração que deu vida às linhas férreas desativadas. Aqui é possível percorrer 15 ou 32 km pela ferrovia a pedalar, enquanto observa a paisagem pontuada por sobreiros, carvalhos, riachos, campos verdes e vida selvagem. O ponto-alto do percurso de 15 km é a passagem por uma ponte a 30 metros do solo, que oferece uma vista panorâmica antes de regressar à estação. Já no de 32 km tem ainda a oportunidade de passar pela vila histórica de Castelo de Vide e parar para um piquenique.



DR



DR

## 4. Passadiços da Cresmina

Conheça as Dunas da Cresmina, no Guincho, em Cascais, num percurso de 2,2 km, durante o qual poderá observar espécies vegetais únicas e saber mais sobre a fauna e a flora locais, com o centro interpretativo como apoio. Património paisagístico do Parque Natural de Sintra- Cascais, as Dunas da Cresmina estendem-se ao longo do areal da Praia do Guincho, com a Serra de Sintra e o Cabo da Roca como pano de fundo.



DR

## 7. Passadiços do Carvoeiro

Nos Passadiços do Carvoeiro, tal como outros existente no Algarve, entre os quais os de Alvor e os da Ponta da Piedade, em Lagos, poderá observar a costa algarvia em todo o seu esplendor, com as formações rochosas de diferentes recortes, que lhe são características, sem esquecer Algar Seco, uma obra prima da natureza, local onde termina o percurso de 1,5 km. Já o seu início é na Capela da Nossa Senhora da Encarnação, podendo pelo caminho apreciar as ruínas do forte desta padroeira da vila de Carvoeiro. Todo o percurso é iluminado, pelo que poderá percorrê-lo também numa caminhada noturna.

# PLANEAR FAZ PARTE DA VIDA

## Plano Funeral em Vida

Simples | Flexível | Vantajoso | Seguro

Liberte  
a sua família  
de qualquer  
encargo ou  
preocupação.

funeralvida.servilusa.pt  
**800 204 222**

Número Grátis

