



Navegante

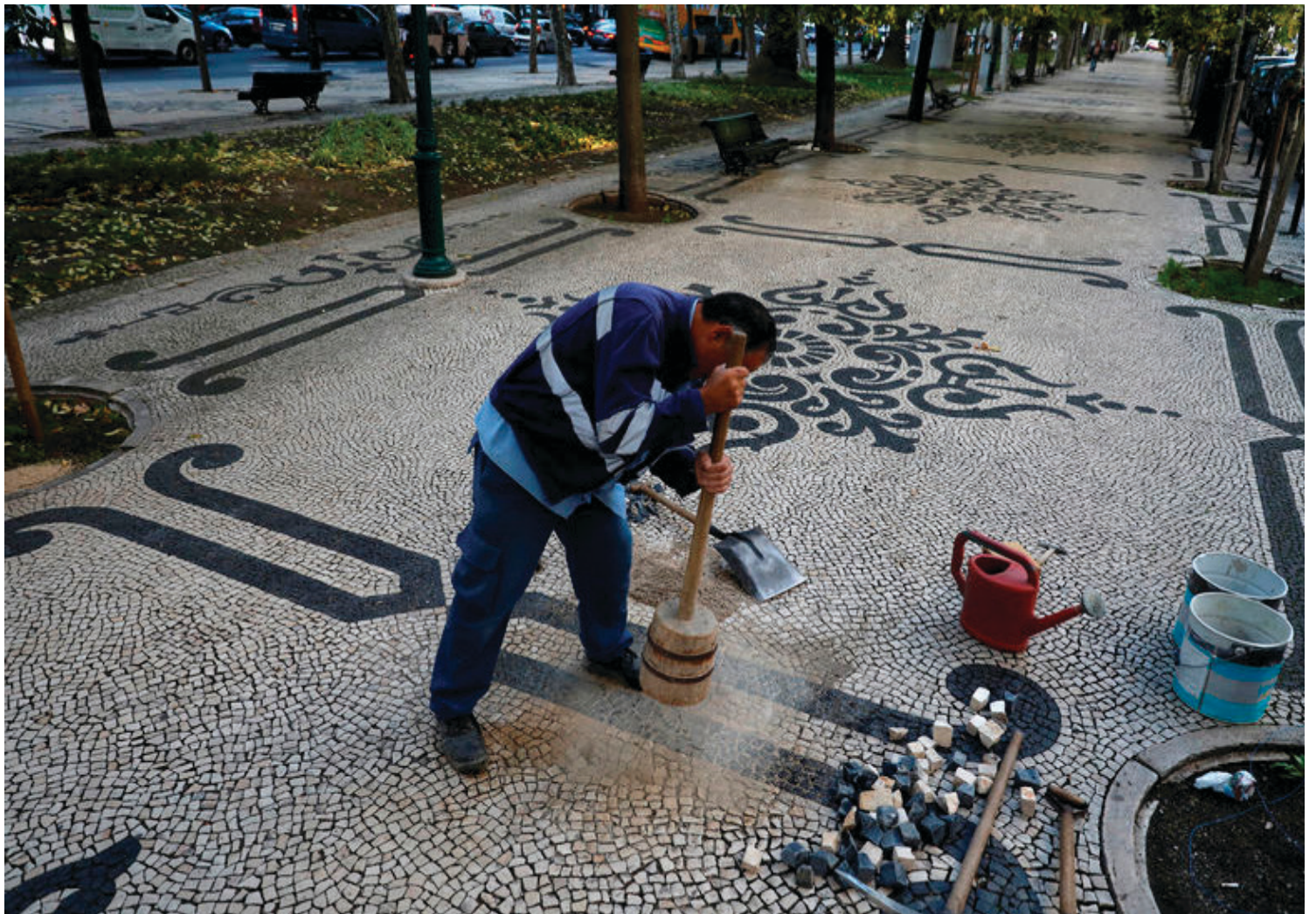
Cultural

WWW.NAVEGANTE-OMUNDIAL.COM



Mundial

THE PORTUGUESE NEWSPAPER
VOL 2 ISSUE 10 2020



PUBLISHER / EDITORA
Navegante Cultural Navigator
204.981.3019

EDITOR-IN-CHIEF
Mia Sally Correia
eMail: omundial@outlook.com
www.navegante-omundial.com

CONSULTANTS
Pedro Aires Correia
& **PORTUGUESE EDITOR**
Maria José R. Marques Correia

PHOTOGRAPHY
Michel da Silva for Navegante-O Mundial

INTERCULTURAL GUEST EDITORS
Tony Guerreiro, **Multi-Media**
Liz Oliveira, **Poetry & Stuff**
Nahurira Rwamatooro, **Via Africa**
Mike St. Lawrence, **History**

PARTNER
Paulo Bergantim, Luso-Can TV
INTERN
Selena Loureiro

ADVISORS 2020
Lucy Andrade; João Pedro Correia
Paulo Jorge Cabral, Consul
Debbie Dunmall; Maria Parker
Manny Martins-Karman
Mala Sachdeva; Mario J. Santos

EDITORIAL COLLABORATORS
Evanston Chung; Eduarda Gil
Dr. Carlos A. O. Pavão; Paulo Salgueiro, Jr.
Victor Lopes & Dr. Nadine Shelton

PHOTOGRAPHIC COLLABORATORS
Nuno Pereira
Tony Soares & Fatima Sousa, CSP Video

COVER & INSIDE FRONT PHOTOS:
Cobblestone Construction Workers;
Getty Images, Jeff Greenberg

*Photos not sourced are in the public domain
or part of the Creative Commons; Articles
without a by-line are written in-house*

PRINTED BY:
Winnipeg Sun Commercial Print Division



Letter from the Editor

experience as we undertake our life's work.

Tired // and lonely, // So tired // The heartaches, // Meltwater trickles // Down the rocks, // The fingers are numb, // The knees tremble. // It is now, // Now that you must not give in. // Weep // If you can, // Weep // But do not complain, // The way chose you -- // and you must be thankful.

Hammarskjold worked with his head, although this poem makes it sound as though he worked with his hands; this poem was likely written when he was exploring the United Nations Security Council to intervene during the bloody conflict in the Congo; when he was working with his heart.

If we didn't know that he worked mostly with his head, we might be forgiven for thinking that he worked with his hands; that maybe he worked concrete on the streets of our city, or that perhaps, he had returned from a long and loney tour at Keeyask, away from family and friends.

It takes great passion and energy to build as the Portuguese have built in this new land of ours; with our hands and our hearts in this home away from home, many of us have been called to build up a community in ways that take their toll both physically and spiritually.

It is incorrect thinking, to my mind, to limit our understanding of a calling to make a living; **a vocation** as we say, to cerebral or intellectual pursuits only -- the so-called white collar jobs that keep our hands soft, a paper-cut or two notwithstanding.

The word vocation has traditionally been associated with the church, in referring to the "calling" heard by priests, monks, and sisters, and by extension, as the word encompassed other "callings" outside of the church, in society, to professions exercised by architects, lawyers, doctors, nurses and teachers, etc.

Only recently has the word vocation been applied to the trades; to those of us who have been called upon to make a living with our hands and with our hearts, to make daily sacrifices with our bodies, and to live with the chronic scarring and physical fatigue as well as the mental exhaustion, of workplace injuries not fully healed; the daily grind of split shifts and weekend work; OT for months on end; and the seasonal uncertainty of when the lay-off will come, and whether we'll have the necessary number of eligible hours for employment income that will continue to cover our mortgage payments, and enable us to contribute meaningfully to our household economies, without taking on even more physical work in the off-season, for cash under the table.

The former, late Secretary of the United Nations, Dag Hammarskjold, wrote a poem entitled "Markings," to express the weariness that we all sometimes

Vocation is a call for all of us, whether we work with our hands or our heads, or both; vocation starts in the heart.

But finding a vocation does not always come easy, or without struggle -- some of us work two jobs or more as we fulfill our life's purpose here on earth. And in finding our vocation, we strive to align three basic human needs:

- what does society need from us?
- what does our soul need to grow?
- what opportunities can we seize?

Knowing our vocation is just the starting point -- big hint: it's based upon our talents and skills. How far we take our vocation in making this world a better place is up to us and our readiness in fulfilling the promise of our hero's journey to stand and deliver.

For the Portuguese who were called to this country of ours to build, especially in the early years, with the challenge of English as an additional language, it is, as it always is, a matter of perspective. There is a story about manual work, famously told by psychologist Robert Assagioli, about three stone-cutters.

When the first stone-cutter is asked what he is doing, he says with resigned bitterness, "I am cutting stones into blocks, a foot by a foot by 3/4s of a foot," before lamenting a life in which he does this day after day, over and over again, until the day of his death.

The second stone-cutter responds somewhat differently, "I am earning a living for my beloved wife and children, so that my children may grow strong with good food, and stay clothed and warm against the elements, with a roof over their heads, and a mother who is loved and cared for by their father."

The third stone-cutter is joyous in his response, "I am building a house of God," he says with pride, "a cathedral so strong and sturdy that it will stand the test of time -- a holy beacon that will call forth the faithful, for a thousand years or more!"

We, the Portuguese, can truthfully say that, **building is in our blood. Where we once built an empire, for good and not-so-good, we are now building and re-building our cities and communities** across the diaspora; some of us literally, with our hands and our hearts. Some of us more figuratively, with our heads and our hearts.

Our vocation as a people is a powerful integration. After all, we are a mixture of genes, cultures, and histories... Carthaginian, Greek, Jewish, Celtic, Iberian, Celt-Iberian, Goth, Visigoth, Suevi, Moor, and African, to name but a few typically listed as founding tribes and nations in our history books.

Tell me, my friends, what do you see when you look at your hands? Can you see the love in your fingertips; in the whorls of your prints; in the lines of your palms; in the calouses you've acquired since youth? Can you see the love that was shared among centuries of ancestors to build you as you are, just as you are building others as they are?

Table of Contents

Highlights

Code Red Manitoba Update	06
Health and Beauty – Saúde e Beleza	08
Calado Construction Interview/Entrevista.	10
Maria Jose Correia, Civil Construction/Construção Civil	14
Michelle Madeira Interview/Entrevista.	16
Combatentes Page – Página dos Combatentes	18
History/Historia -	20
The Covid Condition	22
Paulo Salgueiro Jr	24
Dr. Carlos Pavão	25
Angels in Wolseley.	26
Horoscope, English	27
Nuno Pereira	28
Prose & Poetry by Liz Oliveira.	30
Horoscope, Português	32
Obituaries – Obituários	33



Carta da Editora

O ex-secretário das Nações Unidas, Dag Hammarskjold, escreveu um poema intitulado "Marcações", para expressar o cansaço que todos nós às vezes experimentamos ao realizar o trabalho.

*Cansado // e sozinho, // Tão cansado //
As dores no coração, // A água do degelo
escorre // Descendo pelas rochas, // Os
dedos estão dormentes, // Os joelhos
tremem. // É agora, // Agora que você não
deve ceder. // Chore // Se você puder, //
Chore // Mas não reclame, // O caminho é
que escolheu você // e você deve ser grato.*

Hammarskjold trabalhou com a cabeça, embora este poema faça soar como se ele trabalhasse com as mãos; este poema provavelmente foi escrito quando ele estava implorando ao Conselho de Segurança das Nações Unidas para inverter durante o conflito sangrento no Congo; quando ele estava trabalhando com seu coração. Se não soubéssemos que ele trabalhava principalmente com a cabeça, seríamos perdoados por pensar que ele trabalhava com as mãos; que talvez ele trabalhasse concreto nas ruas de nossa cidade, ou que talvez ele tivesse retornado de uma longa e solitária turnê em Keeyask, longe da família e amigos.

É preciso muita paixão e energia para construir como os portugueses construíram nesta nova terra; com as mãos e o coração nesta casa longe de casa. É pensamento incorreto, a meu ver, limitar nossa compreensão de um chamado para ganhar a vida; uma **vocação**, como dizemos, apenas para atividades cerebrais ou intelectuais - os chamados empregos de colarinho branco que mantêm nossas mãos macias, apesar de um corte de papel.

A palavra vocação tem sido tradicionalmente associada à igreja, referindo-se ao "chamado" ouvido por padres, monges e irmãs, e por extensão, pois a palavra englobava outros "chamados" fora da igreja, na sociedade, para profissões exercidas por arquitetos, advogados, médicos, enfermeiras e professores, etc. Só recentemente a palavra vocação foi aplicada aos ofícios; para aqueles de nós que foram chamados para ganhar a vida com as mãos, para fazer sacrifícios diários com nossos corpos, e para viver com as cicatrizes crônicas e fadiga física,

bem como a exaustão mental, de maguas não totalmente curadas; a rotina diária de turnos divididos e trabalho de fim de semana; OT por meses a fio; e a incerteza sazonal de quando virá a dispensa, e se teremos o número de horas elegíveis para renda de emprego que continuará a cobrir nossos pagamentos de hipotecas e nos permitirá contribuir significativamente para nossas economias domésticas, sem tirar em ainda mais trabalho físico, para ganhar dinheiro por baixo da mesa.

A vocação é um apelo para todos nós, quer trabalhemos com as mãos ou com a cabeça; ou ambos, a vocação começa no coração. Mas encontrar uma vocação nem sempre é fácil ou sem dificuldade - alguns de nós trabalham em dois empregos ou mais enquanto cumprimos o propósito de nossa vida aqui na terra. É ao encontrar nossa vocação, nos esforçamos para alinhar três necessidades humanas básicas:

- o que a sociedade precisa de nós
- o que nossa alma precisa
- oportunidades para aproveitar

Conhecer nossa vocação é apenas o ponto de partida - grande dica: é baseado em nossos talentos e habilidades. Até onde levamos nossa vocação para tornar este mundo um lugar melhor depende de nós e de nossa prontidão em subir na jornada de nosso herói para resistir e entregar. Para os portugueses que foram chamados a este nosso país construírem, sobretudo nos primeiros anos, com o desafio acrescido do inglês como língua adicional, é, como sempre, uma questão de perspectiva. Há uma história sobre trabalho manual, contada pelo psicólogo Robert Assagioli, sobre três cortadores de pedras.

Quando é questionado sobre o que está fazendo, ele diz com amargura resignada: "Estou cortando pedras em blocos, um pé por um pé, por 3/4s de pé," antes de lamentar uma vida em que



Mario Lopes
Your Investment Realtor

RE/MAX

EXECUTIVES REALTY
Office Phone: 204.947.9800
520 Academy Road
Winnipeg, Manitoba, R3N 2A8
Each office independently
owned
and operated

TOP PRODUCER!
Consistently Number 1 REALTOR

@

RE/MAX Office

520 Academy Road in Winnipeg

Cell: **33-MARIO (336-2746)**

*The only name and number you need
when buying or selling real estate!*

TEXT: 204.336.2746

eMAIL: mario@mariolopes.ca

FAX: 204.480.2816

WEB: www.mariolopes.ca

*O vosso agente imobiliário para investimentos
e o Unico nome e numero
que precisa para vender ou comprar imoveis
telefone ou manda uma mensagem por texto, para 204.336.2746*

ele faz isso dia após dia, até o dia de sua morte. O segundo responde de maneira um pouco diferente: "Estou ganhando a vida para minha amada esposa e filhos, para que meus filhos cresçam fortes com boa comida e vestidos contra os elementos, com um teto sobre suas cabeças, e uma mãe que é amada por seu pai." O terceiro respondeu com alegria: "Estou construindo uma casa de Deus," disse ele com orgulho, "uma catedral tão forte e resistente que resistirá ao teste do tempo - um farol sagrado que invocará os fiéis, por mil anos ou mais!"

Nós, portugueses, podemos dizer **que construir está no nosso sangue. Onde antes construímos um império, para o bem ou não, agora estamos construindo e reconstruindo nossas comunidades em toda a diáspora**; alguns de nós literalmente, com nossas mãos e nossos corações. Alguns de nós mais figurativamente, com nossas cabeças e nossos corações. Nossa vocação como povo é uma integração poderosa. Afinal, somos uma mistura de culturas e histórias... Cartagineses, gregos, judeus, celtas, ibéricos Celta-ibérico, gótico, visigodo, suevi, mouro e africano, para citar apenas alguns.

Digam-me, meus amigos, o que vê quando olha para suas mãos? Pode ver o amor nas pontas dos dedos; nas espirais de suas impressões; nas linhas de suas palmas; nos calos que adquiriu desde a juventude? Consegue ver o amor que foi compartilhado entre séculos de ancestrais para construir você como é, assim como está construindo outros?



1-1085 Ellice Avenue
Winnipeg, MB R3G 0E2

Fax: 204-775-4419
www.cambrian.ca

Gestoras de produtos Financierios

Maria Almeida

Tel: 204-925-2653

malmeida@cambrian.mb.ca

Edwarda Sardinha

Tel: 204-925-2754

esardinha@cambrian.mb.ca



NANCY GONÇALVES

— LAW OFFICE —

Nancy M. Gonçalves

Barrister & Solicitor, Notary Public

*Nancy Gonçalves Law Office
202-1080 Wall Street
Winnipeg, Manitoba
R3E 2R9
Canada*

*T. +1 204 783 0554
F. +1 204 772 4231*

*info@nancygoncalves.com
www.nancygoncalves.com*

Code Red Province of Manitoba

Code Red, level critical

Effective Thursday, November 12, 2020, the Province of Manitoba moves to Code Red, level critical, for a period of two incubation periods, or up to four weeks, until Thursday, December 10, 2020.

Closures and Restrictions

Social contacts are limited to one's household, although single people are able to designate one person. Additional restrictions include: non-essential travel as well as inter-provincial travel to and from northern Manitoba; closures of hair salons and aesthetics services; religious and cultural gatherings, except virtually; gyms and fitness centres; and all recreational activities from museums to libraries, including casinos, theatres, and concerts.

Open with Conditions

Restaurants and bars are closed, except for delivery, drive-thru, and pick-up. Medical and therapeutic services, including massages therapists, can provide services. And while film productions must cease, funerals and weddings are limited to five people at a social distance, plus officiant.

Retail businesses listed as critical services are open at 25% capacity, selling:

- food and household products in grocery stores, convenience stores, supermarkets, butcher shops, bakeries, markets, and hardware;
- personal protective equipment;
- essential goods and services for animal health and well-being;
- gas and car services;
- office supplies and computer services and related goods;
- liquor and cannabis;

- accommodations; and newspapers
- maintenance, including cleaning;
- telecommunications and IT;
- financial services and banks;
- utilities and related services;
- legal services and seniors' care.

Schools are Open

There is no change to schools as blended learning continues in-class and online for grades 9-12, where distance learning is not possible; K-8 in person with case-exception remote learning; and ongoing distance learning for universities and colleges. Childcare also continues as is; together with health care. Patients will be contacted by their providers only if there is a change to scheduled appointments. Further, designated caregivers may continue to visit Personal Care Homes.

[Manitoba.ca](https://www.manitoba.ca) > COVID-19 > #RestartMB > Pandemic Response System

Código Vermelho, nível crítico

A partir de quinta-feira, 12 de novembro de 2020, a Província de Manitoba passa para o Código Vermelho, nível crítico, por um período de duas incubações, quatro semanas, até 10 de dezembro de 2020.

Fechamentos e restrições

A restrição dos contatos sociais é a família caseira, e para os solteiros, mais um. Outras restrições incluem: viagens não essenciais; fechamentos de salões de cabeleireiro e estética; encontros religiosos e culturais, exceto virtualmente; ginásios; e atividades recreativas, museus e bibliotecas, incluindo cassinos, teatros e concertos.

Aberto com Condições

Restaurants e bares estão fechados, exceto para entrega e drive-thru. Serviços médicos e terapêuticos, incluindo massagistas, podem fornecer serviços. Embora as produções cinematográficas devam cessar, os funerais e casamentos são limitados a cinco pessoas, mais o oficial.

As empresas com serviços essenciais estão abertas a 25% capacidade, vendendo:

- alimentos e produtos domésticos em mercearias, supermercados, padarias, mercados e ferragens;
- equipamento de proteção pessoal;
- bens e serviços essenciais para a saúde e o bem-estar animal;
- serviços de gás e automóveis;
- material de escritório e informática;
- licor e cannabis;
- acomodações; e jornais
- manutenção, incluindo limpeza;
- telecomunicações e TI;
- serviços financeiros e bancos;
- utilitários e serviços relacionados;
- serviços jurídicos e aos idosos.

As escolas estão abertas

Não há mudança para as escolas, pois o ensino híbrido continua em sala de aula e online para as séries 9-12, onde o ensino à distância não é possível; K-8 em pessoa com aprendizagem remota de exceção de caso; e ensino à distância contínuo para universidades e faculdades. Os cuidados infantis também continuam; junto com os cuidados de saúde. Os pacientes serão contatados por seus provedores apenas se houver uma alteração nas consultas agendadas. Além disso, os cuidadores designados podem continuar a visitar as Casas de Pessoas Idosas.



Willson Caetano

Pharmacy Manager
Tel: (204) 586-0007
Fax: (204) 586-0910

pharmacymanagermainst@rrcoop.com

Utilize o Cartão CO-OP nas Compras da Farmácia

Farmácia
Red River
CO-OP Ltd.

1425 Main Street
Winnipeg, MB
R2W 3V3



You're at home here

We care about
Community Health

DR. A. FERNANDES
O SEU DENTISTA
PORTUGUÊS – SERVIÇO
EM INGLÊS E PORTUGUÊS;
SERVICE
IN ENGLISH AND
PORTUGUESE –
YOUR PORTUGUESE
DENTIST
2055 McPhillips St., Unit 1
Winnipeg MB R2V 3C6
204.339.2675

VIDEL MEDICAL CLINIC & VIDEL PHARMACY
FAMILY DOCTOR • WALK-INS • PHARMACY
FAMILY DOCTOR ACCEPTING NEW PATIENTS & WALK-INS
LANGUAGES SPOKEN: ENGLISH & PORTUGUESE
711 SARGENT AVENUE CLINIC 204-775-5180 PHARMACY 204-774-0940 HOURS: MON-FRI 9AM - 5PM • SAT 10AM - 1PM

Food & Drink

Bon Appetit, com Eduarda Gil



Alcatra à Moda da Terceira

A Alcatra à Moda da Terceira é um prato típico açoriano que teve a sua origem por volta de 1450, no início do povoamento da Ilha Terceira. Acredita-se que os primeiros povoadores desta ilha vieram das Beiras, zona de Trás-os-Montes, onde havia (e há) um prato, a *chanfana*.

Ingredientes:

- 1,5kg de alcatra com osso;
- 100g de toucinho defumado;
- 2 colheres de sopa de banha;
- 2 cebolas grandes cortadas em meia lua; 1 cabeça de alho;
- 4 folhas de louro; sal q.b.
- 1/2 colher de chá de cravo em grão;
- pimenta preta em grão q.b.
- 250ml de vinho branco

Modo de Preparação:

Separados os ingredientes, é preciso cortar a carne em pedaços de tamanho médio, o alho, o toucinho em fatias finas e as cebolas em meia lua.

Esfregue a carne com sal, coloque num recipiente com o vinho branco e tempere com pimenta preta e chá de cravo. Unte o alguidar com a banha e cubra o fundo com cebola e alho.

Coloque a carne no alguidar, alternando com cebola, alho, louro e o toucinho. Ao final, cubra a carne com o vinho e um pouco de água, sem cobrir o alguidar. Tampe, leve ao forno e deixe cozer lentamente em forno moderado. Fique atento quando a carne estiver tostada na parte de cima, para então retirar do forno

e virar os pedaços do avesso. Coloque novamente no forno.

No final, quando ambos os lados estiverem tostados e o molho estiver escuro e cheiroso, retire do forno e sirva imediatamente. Recomenda-se como acompanhamento pão.

Traditional Terceira Alcatra

This is a typical Azorean dish that had its origin around 1450, dating back to the settlement of Terceira Island. It is believed that the first inhabitants of this island came from Beiras, in the Trás-os-Montes, where there was (and there is) a dish, *chanfana*.

Ingredients:

- 1.5kg of rump with bone;
- 100g of smoked bacon;
- 2 tablespoons of lard;
- 2 large onions cut in half;
- 1 garlic head; 4 bay leaves
- 1/2 teaspoon of cloves;
- black peppercorns and salt to taste; 250ml white wine

Preparation:

Separate the ingredients: cut the meat into medium-sized pieces, slice the garlic and cut the bacon in thin slices; onions into half moons.

Rub the meat with salt, place in a container with white wine and season with black pepper and cloves. Then grease the bowl with the lard and cover the bottom with onion and garlic.

Place the meat in the bowl, alternating with onion, garlic, bay leaf and bacon. Then cover the meat with wine and a little water, without filling the bowl. Cover, bake and simmer slowly in a moderately-heated oven.

When the top layer of meat is lightly browned, remove the pot from the oven and turn the pieces around, so the bottom ones are on top. Put back in oven and watch for the top pieces to become lightly browned.

When both sides are nicely browned, and the sauce is dark and fragrant, remove from the oven and serve immediately; it's best when the broth is bubbling.

...Or, call me and order a serving!
204.792.9246 | eduardagil@live.ca



DENTISTAS

Dr. Manuel Resendes
Complete Dental Care for you and your family

204-786-6068
NEW PATIENTS WELCOME

Suite 340 - Colony Square, 500 Portage Avenue, Winnipeg

ResendesDental.ca





Karma Esthetics & Hair Salon

Text 204.510.3851
or Call 204.257.7527

103-1549 St. Mary's Road
Winnipeg, MB R2M 5G9

Hours: Sun & Mon - closed
Tues & Thurs - 10am to 8pm
Wed & Fri - 9am to 5pm
Sat - 9am to 4pm



Anabela Oliveira

PORTUGUESE BARBERSHOP

HAIRSTYLING

ESPECIALIZADO EM CORTES E PENTEADOS MODERNOS



PROPRIETARIO
DANIEL FELIZARDO

204.783.8429

38 Kate Street
Winnipeg | Manitoba | R3A 1J8

Saúde & Beleza

Wear Safety Glasses

By Dr. Nadine Shelton

Why we wear them

It is important to protect our eyes using safety glasses, to promote good vision for our entire lives. Wearing the appropriate clothing and accessories are important for all activities. We must never forget to protect our eyes, by wearing safety glasses or sunglasses.

Safety glasses are mandatory to some jobs and activities but they should also be considered for certain sports, school and leisure activities. The bone structure of the face does a good job at protecting the eye from large objects and debris but smaller objects, fumes or chemicals can still cause a lot of damage to eyes, if they're not properly protected.

When to wear them

The most obvious use of safety glasses would be on construction sites, where there are solid projectiles like metal, wood or concrete and dust that could enter the eye. Safety glasses are required to prevent any splashes or harmful fumes from reaching the eyes; even if dealing with dangerous chemicals or alkali, like oven cleaner or drain unblocker, in the home setting, safety glasses are a good protective barrier in keeping the eye shielded from harm.

Safety glasses are important to use when working with bodily fluids which could contain virus particles.

At home uses

Safety glasses are well used in the workplace, but often forgotten at home, or when not at work. With many people staying at home instead of traveling, home improvement projects have been on the rise, and it's important to remember to wear safety glasses when cutting or when sanding objects.

Many folks often forget to use eye protection, especially if they are doing a quick project or working in multiple areas. People often say to me "I was just doing something quick, so I didn't think I needed my safety glasses," when they come to me to remove whatever is in their eye.

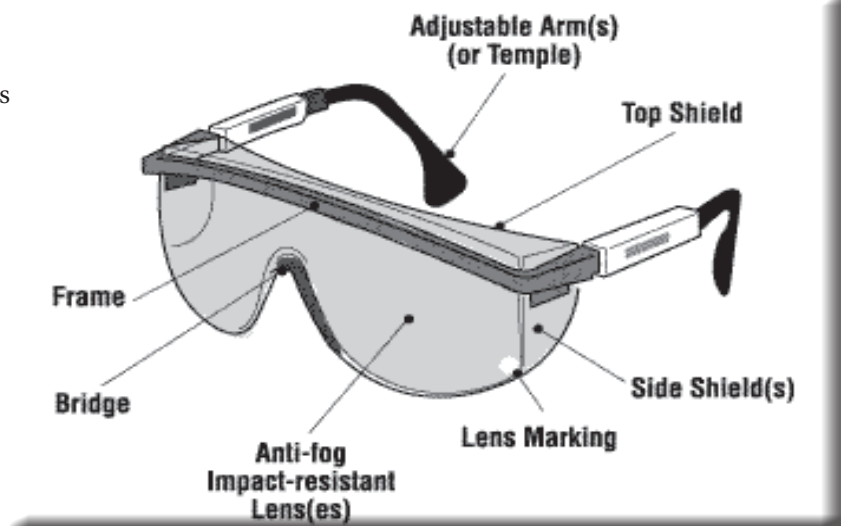
Use safety glasses during yard maintenance, home projects and when camping/hiking, to protect your eyes. You never know when you might get a branch in your eye from walking in the woods or from chopping wood.

Safety glasses standards

In some cases, just wearing a good pair of wrapped sunglasses can protect the eyes, but if official safety glasses are required, then there are lenses that must be made to be impact resistant standards. Safety lenses must meet certain AINSI standards and require polycarbonate lenses that are at least 2mm thick in the center.

They're available in regular safety glasses, clear plastic fit over glasses, or can be made to a specific prescription or sunglasses tint.

There are many different styles of safety frames available at nv eye care and most plans and insurance allow direct billing to your insurance provider.



The Owner

Dr. Nadine Shelton B.Sc, O.D. studied at University of Winnipeg, Canada and Indiana University, USA. She has worked in Guanajuato, Mexico assisting outreach patient eye care VOSH (Volunteer Optometric Services to Humanity).

Her university days focused on early child eye care and low vision.

Dr. Shelton has been practicing optometry for thirteen years in Winnipeg and celebrated three years in private practice at nv, with her partner Victor Lopes, in the heart of the Corydon Village.

Eye Care at nv During COVID-19

nv eye care & eye wear is open for all routine and emergent eye care, while limiting one patient/family in the office at a time. It is best to call ahead or email to ensure we are not busy helping someone else. If there is a patient ahead of you, we ask that you have a seat outside on our patio until we are done. All surfaces are disinfected between appointments.

If you are feeling sick, we ask you to call the Misericordia Urgent Eye Care Clinic at 204.774.6581. You must call to reschedule your appointment with us if you are feeling sick, or have traveled outside the province or country in the last 14 days, or have been with a person who is sick or has travelled.



Use óculos de segurança

Por Dr. Nadine Shelton

Por que os usamos

É importante proteger nossos olhos com óculos de segurança, para promover uma boa visão por toda a nossa vida. Usar roupas e acessórios adequados é importante para todas as atividades. Nunca devemos esquecer de proteger os olhos, usando óculos de segurança ou óculos de sol.

Os óculos de segurança são obrigatórios para alguns trabalhos e atividades, mas também devem ser considerados para certas atividades esportivas, escolares e de lazer. A estrutura óssea do rosto faz um bom trabalho na proteção dos olhos de objetos grandes e detritos, mas objetos menores, vapores ou produtos químicos ainda podem causar muitos danos aos olhos, se não estiverem devidamente protegidos.

Quando usá-los

O uso mais óbvio de óculos de segurança seria em canteiros de obras, onde há projéteis sólidos como metal, madeira ou concreto e poeira que pode entrar no olho. Óculos de segurança são necessários para evitar que respingos ou gases prejudiciais atinjam os olhos; mesmo ao lidar com produtos químicos perigosos ou alcalinos, como limpador de forno ou desbloqueador de ralos, em casa, os óculos de segurança são uma boa barreira de proteção para manter os olhos protegidos de danos.

É importante usar óculos de segurança ao trabalhar com fluidos corporais que podem conter partículas de vírus.

Usa em casa

Óculos de segurança são bem usados no local de trabalho, mas muitas vezes esquecidos em casa ou quando não estão no trabalho. Com muitas pessoas ficando em casa em vez de viajar, os projetos de reforma estão em ascensão, e é importante



lembrar de usar óculos de segurança ao cortar ou lixar objetos.

Muitas pessoas costumam se esquecer de usar proteção para os olhos, especialmente se estiverem fazendo um projeto rápido ou trabalhando em várias áreas. As pessoas costumam me dizer "Eu estava apenas fazendo algo rápido, então não achei que precisava dos meus óculos de segurança", quando me procuram para remover o que quer que esteja em seus olhos.

Use óculos de segurança durante a manutenção do quintal, projetos domésticos e ao acampar / fazer caminhadas, para proteger seus olhos. Você nunca sabe quando pode ter um galho no olho por andar na floresta ou por cortar madeira.

Padrões de óculos de segurança

Em alguns casos, apenas o uso de um bom par de óculos de sol embalados pode proteger os olhos, mas se os óculos de segurança oficiais forem necessários, então existem lentes que devem ser feitas para serem resistentes a impactos.

As lentes de segurança devem atender a certos padrões AINSI e exigem lentes de policarbonato com pelo menos 2 mm de espessura no centro.

Eles estão disponíveis em óculos de segurança comuns, plástico transparente sobre os óculos ou podem ser feitos para uma prescrição específica ou tonalidade de óculos de sol.

Existem muitos estilos diferentes de armações de segurança disponíveis na nv ocular e a maioria dos planos e seguros permite cobrança direta ao seu provedor de seguros.

Marque uma consulta privada e crie óculos de segurança personalizados com ou sem prescrição e tonalidade.

É importante que tratemos bem nossos olhos, pois precisaremos deles por muitos anos.



nv
EYE CARE
EYE WEAR
(204) 504 – 6863
698 Corydon Ave
nvmyeyes.com

Grátis - Exames dos olhos <19 anos
Grátis - Olho consulta urgente/ médico
- é melhor marcar uma consulta

COVID regulamentos em vigor

Óculos de segurança e customizáveis

reserve agora!

Dra. Nadine Shelton O.D.
serviços em inglês, francês e português

Desejamos ser a sua óptica

WEAR YOUR SAFETY GLASSES

FORESIGHT IS BETTER THAN NO SIGHT



E lembre-se, pode ser mais rápido remover algo de seu olho na nv ou em outro optometrista, em vez de esperar muito na sala de emergência de um hospital.

Para mais informação contacte Dra. Shelton: 204.504.6863, e aprende mais em: nvmyeyes.com

And remember, it may be quicker to have something removed from your eye at nv or another optometrist, rather than spending long wait times in a Hospital's Emergency Room.

For more information, contact Dr. Nadine Shelton: 204.504.6863, and learn more at: nvmyeyes.com



From Calado Construction...

Arsenio and Bruno Calado

Father and Son partners Arsenio and Bruno Calado dominate the construction landscape of our prairie skies with their big machines and impeccable reputation for excellence in project management. Below are excerpts taken from a series of written and spoken conversations with son Bruno.

"I see the value of our relationship more so now, than when I was younger," says Bruno about his father, over sips of Starbucks coffee that he planned ahead of time to get for us, for the in-person part of our interview.

We are sitting six feet apart at twin desks in a well-ventilated common room suitable for interviews, after having bowed our greetings. It's the reality of interviews in times of Covid-19 public health restrictions. The hum of the HVAC is comforting and familiar. We are not wearing masks [the interview took place in early September] but we are being cautious.

Bruno continues to speak about his father with admiration and consideration as I take notes, "What I didn't figure out as a child, I'm finally getting full force as an adult. It's starting to sink in and positively shape our relationship."

Bruno pauses to laugh, while waving his index finger at me, "by the way, that is not something that you want your crane to do -- sink in!"

He laughs some more, his sense of humour in full throttle, "write that down: cranes should not sink in!"

I pantomime furious writing in my notepad. I know his father well -- one of the larger-than-life figures in our community, and because of that, I've already advised Bruno to talk to me about his father as though I don't know a thing about him or his mother and his sister; all of whom I know as well.

"Your father..." I prompt him.

"Yes," he says. "My father. He is an incredible human being -- a complex and sophisticated thinker, but completely down-to-earth. He's a veteran of active combat like your dad, and he left Portugal to get away from an oppressive state."

"The climate was still politically hostile a couple of years after the revolution [25 de Abril 1974] when he left in 1976, after marrying my mother and coming in search of a better life. He's a progressive man, politically, and generous in what he gives

and how he lives. I think he was having a hard time adapting to his old life, after the war..."

"Why Winnipeg?" I ask.

"My father's sister had moved to Winnipeg, earlier, from Bugalhos, and so, she sponsored him. There are three siblings on my dad's side."

"And your mom's side?" I ask. "Also from Ribatejo?"

"Yes, but they're from Alcanena, and my mom has a much larger family. Anyway, when they got here, my dad worked with Prall Construction."



"He was a jack-of-all-trades, over there, for over 17 years, although he had been a welder in Portugal. Let's see..."

He worked as a bricklayer assistant, a general mechanic, a shop supervisor, material delivery driver, and then back to a mechanic, but more specifically on cranes -- this was now the late 70s -- and because of that work and his ongoing practical experience in handling cranes, he was grandfathered in to a ticket in Manitoba."

"I did not know that," I said, "that he also has a Red Seal."

"I wrote mine," Bruno said, "which extends across Canada -- it's inter-provincial in Manitoba, BC, Saskatchewan, Northwest Territories, Ontario, Alberta, and Nunavut. My dad's ticket is limited to Manitoba, which suits him just fine as he leaves the travelling to me."

"You like travelling," it's more a statement than a question.

"Oh yeah!" he says, "I've been moving

around one way or another since pulling my first lever in summer 1993. In high school, I worked locally for the most part, but started travelling after 1999, when I finished Business Administration at Red River College, and got my Red seal."

"Favourite places?"

"BC is beautiful, but I quite enjoyed Keyask and building a part of Manitoba's history..."

I'm a student of history, and that's what I would have become -- a history teacher, if my dad hadn't suggested that I become a crane operator during the summers."

"You know, it's funny," he volunteers, "I could work anywhere in Canada, but I keep coming back to Manitoba..."

"Why is that, do you think?"

"I'm not sure," he ventures, "it could be that because my son [AJ Calado] is here, along with the rest of my family, that I am drawn here. Family is everything to me."

"But it could also be because I have worked on some significant

projects here in Manitoba -- besides Keyask, Calado Construction was involved in building IG Field at the University of Manitoba, and together with a solid group of builders, we've been involved in building 300 Main Street, which has yet again changed the Winnipeg skyline at our iconic Portage and Main corner."

"Or it could be because I love working with my dad!" He laughs again. "He taught me all the important foundations of this trade... He is a builder in the most pure sense. I'm more of an artist, truth be told. My dad taught me a rough-and-ready kind of operation; an old school sink-or-swim approach, like he was taught. There were no courses back in the day. You learned on the job or you didn't get paid..."

"And he took that work ethic and started his own company, called Calado Crane at first; a self-made man who worked hard to provide for his family and build up our community -- not just our Portuguese one with his voluntary work, but our Canadian one, with his Crane-work."

to Calado Group of Companies

Red Seal Builders

Os sócios pai e filho, Arsênio e Bruno Calado, dominam a paisagem de construção dos nossos céus de pradaria com as suas grandes máquinas e reputação impecável na gestão de projectos. Abaixo estão trechos retirados de uma série de conversas escritas e faladas com Bruno.

“Vejo o valor do nosso relacionamento mais agora do que quando era jovem,” diz Bruno sobre seu pai, tomando goles de café Starbucks que ele planejou com antecedência levar para nós, para esta parte da entrevista.

Estamos sentados a quase dois metros de distância em duas mesas numa sala comum bem ventilada, adequada para entrevistas. É a realidade das entrevistas em tempos de restrições de saúde pública da Covid-19. O zumbido do HVAC é reconfortante e familiar. Não estamos usando máscaras [a entrevista foi realizada no início de setembro], mas estamos sendo cautelosos.

Bruno continua a falar sobre seu pai com admiração e consideração enquanto faço anotações: “O que eu não descobri quando criança, estou obtendo como adulto. Está começando a penetrar, e moldar positivamente nosso relacionamento.”

Bruno pausa para rir, enquanto acena com o dedo indicador para mim, “a propósito, isso não é algo que você queira que seu guindaste faça - penetrar ou afundar!”

Ele ri um pouco mais, seu senso de humor a todo vapor, “anote isso: guindastes não devem afundar!”

Faço uma mímica de furiosa escrita no meu bloco de notas. Eu conheço bem o pai dele - uma das figuras maiores em nossa comunidade, e por causa disso, já aconselhei Bruno a falar comigo sobre seu pai como se eu não soubesse nada sobre ele ou sua mãe e sua irmã; todos os quais eu conheço também.

“Seu pai ...,” eu o indico.

“Sim,” ele diz. “Meu pai. Ele é um ser humano incrível - um pensador complexo e sofisticado, mas completamente pé no chão. Ele é um veterano do combate ativo como seu pai e deixou Portugal para fugir de um estado opressor.”

“O clima ainda era politicamente hostil alguns anos depois da revolução [25 de Abril de 1974] quando ele partiu em 1976, depois de se casar com minha mãe e vir em busca de uma vida melhor.

Ele é um homem progressista, politicamente, e generoso no que dá, e como ele vive. Acho que ele estava tendo dificuldade em se adaptar à sua antiga vida, depois da guerra...”

“Por que Winnipeg?” Eu pergunto.

“A irmã do meu pai tinha se mudado para



Winnipeg, antes, de Bugalhos, e então, ela o patrocinou. Existem três irmãos do lado do meu pai.”

“E o lado da sua mãe?” Eu pergunto. “Também do Ribatejo?”

“Sim, mas eles são de Alcanena, e minha mãe tem uma família muito maior. De qualquer forma, quando eles chegaram aqui, meu pai trabalhava na Prall Construction.”

“Foi pau para toda obra, lá, durante mais de 17 anos, embora tenha sido soldador em Portugal. Vamos ver...”

Ele trabalhou como ajudante de pedreiro, mecânico geral, supervisor de loja, motorista de entrega de material e depois voltou a mecânico, mas mais especificamente em guindastes - isso era agora o final dos anos 70 - e por causa desse trabalho e sua prática contínua no manuseio de guindastes, ele recebeu uma passagem em Manitoba.”

“Eu não sabia”, disse eu, “que ele também tem um selo vermelho.”

“Eu escrevi o meu”, disse Bruno, “que se estende por todo o Canadá - é interprovincial em Manitoba, BC, Saskatchewan, Territórios do Noroeste, Ontário, Alberta e Nunavut. A passagem do meu pai é limitada a Manitoba, o que é ótimo para ele, já que ele deixa a viagem para mim.”

“Gosta de viajar,” é mais afirmação do que pergunta.

“Oh sim!” ele diz: “Eu tenho me mudado duma forma ou de outra desde que puxei minha primeira alavanca no verão de 1993. No colégio, trabalhei na maior parte do tempo local, mas depois de 1999, quando terminei Administração de Empresas no Red River College, e ganhei o selo vermelho, comecei a viajar.”

“Lugares favoritos?”

“BC é lindo, mas eu gostei bastante de Keeyask e de construir uma parte da história de Manitoba... Eu sou um estudante de história, e é isso que eu teria me tornado - um professor de história, se meu pai não tivesse sugerido que eu me tornasse um operador de guindaste durante o verão. “Sabe, é engraçado”, ele se voluntaria, “eu poderia trabalhar em qualquer lugar do Canadá, mas continuo voltando para Manitoba ...”

“Por que?”

“Não tenho certeza”, ele arrisca, “pode ser porque meu filho [AJ Calado] está aqui, junto com o resto da minha família, que eu estou aqui. Família é tudo para mim.”

“Mas também pode ser porque eu trabalhei em alguns projetos significativos aqui em Manitoba - além de Keeyask, a Calado Construction estava envolvida na construção do IG Field na Universidade de Manitoba, e junto com um sólido grupo de construtores, estivemos envolvida na construção da 300 Main Street, que mais uma vez mudou o horizonte de Winnipeg em nossa esquina principal.”

“Ou pode ser porque adoro trabalhar com meu pai!” Ele ri novamente. “Ele me ensinou todos os fundamentos importantes deste comércio... Ele é um construtor no sentido mais puro. Eu sou mais um artista, verdade seja dita. Meu pai me ensinou um tipo de operação simples; maneira forte!”

Crane-Walkers

Masters of Infrastructure

“Bem a dizer, meu pai me ensinou um tipo de operação simples; uma abordagem da velha escola, afundar ou nadar, como lhe ensinaram. Não havia cursos naquela época. Você aprendeu no trabalho ou não recebeu...”

“E ele pegou essa ética de trabalho e abriu sua própria empresa, chamada Calado Crane a princípio; um ‘self-made man’ que trabalhou duro para sustentar sua família e construir nossa comunidade - não apenas nossa comunidade portuguesa com seu trabalho voluntário, mas nossa comunidade canadiana, com seu trabalho de construção e guindaste.”

“I train the guys, in some ways, the way I was trained; I push my team to excell, as I push myself to excell, every single day. Sure, I’ve had some ‘oh shit! moments as my crane lifted on one side -- two legs on the ground and two legs in the air; moments when I’ve felt my heart pumping furiously in my chest, but those moments on the edge of my seat have made me respect the power of the big machines, and taught me to understand myself as both an crane operator, and by consequence, as a builder. My white-knuckle moments have definitely made me a better builder.”

“My dad’s voice is in my head, even when he’s not there physically, watching me, or giving me guidance during breaks. And some days, I’ve become the machine, in a way -- I visualize a lot of my work and in doing that, I can see problems as they might unfold, and take corrective action before they do.”

“It’s a fast-paced high energy work and it’s not for the faint of heart. Over years and years, I’ve learned by trial and error, what the machines can do (and what they can’t do) -- I love the creativity of pulling the levers and showing by doing. You can’t really teach this kind of work in a simulated environment. You have to learn it by doing, but in a controlled environment.”

“We’re a diverse group of operators at Calado Construction. My dad is still number one -- the alpha. He’s 72 years old and comes in every single day. He’s usually the first one on site and the last one to leave. I think he appreciates me a lot more than he did before I went away for work.”

I love working with my family. It’s not just my dad, either; my brother-in-law also works with us as an Estimator/GM.”

“They say that life is lived forwards, but understood backwards.”

I nod “Yes, Kierkegaard.”

“Jordan Peterson says something similar in his 12 Rules for Life.”

“I became a better person when I became a better father. And I became a better operator when I became a better person. Peterson says, start by making your bed everyday. I do that figuratively and literally. My day starts and ends at home.”



“Eu treino os homens, de certa forma, do jeito que fui treinado; Eu empurro minha equipe para se destacar, como eu me empurro para se destacar, todos os dias. Claro, eu tive alguns ‘oh merda!’ momentos em que meu guindaste se ergueu de um lado - duas pernas no chão e duas no ar; momentos em que senti meu coração batendo furiosamente no peito, mas aqueles momentos na ponta do meu assento me fizeram respeitar o poder das grandes máquinas e me ensinaram a entender a mim mesmo como operador de guindaste e, por consequência, como construtor. Meus momentos difíceis definitivamente me tornaram um construtor melhor.”

“A voz do meu pai está na minha cabeça, mesmo quando ele não está fisicamente lá, me observando ou me orientando durante os intervalos. E alguns dias, eu me tornei a máquina, de certa forma - eu visualizo muito do meu trabalho e, ao fazer isso, posso ver os problemas como eles podem se desdobrar e tomar medidas corretivas antes que o façam.”

“É um trabalho de alta energia em ritmo acelerado e não é para os fracos de coração. Ao longo dos anos e anos, aprendi por tentativa e erro, o que as máquinas podem fazer (e o que não podem fazer) - adoro a criatividade de puxar as alavancas e mostrar fazendo. Você realmente não pode ensinar este tipo de trabalho em um

ambiente simulado. Temos que aprender fazendo, mas num ambiente controlado.”

“Somos um grupo diverso de operadores na Calado Construction. Meu pai ainda é o número um - o alfa. Ele tem 72 anos e vem todos os dias. Ele geralmente é o primeiro no local e o último a sair. Acho que ele me aprecia muito mais do que antes de eu sair para trabalhar.”

“Amo trabalhar com minha família. Não é apenas meu pai; meu cunhado também trabalha conosco como um avaliador/GM.”

“Dizem que a vida é vivida para a frente, mas bem entendida só para trás.”

Eu aceno “Sim, Kierkegaard.”

“Jordan Peterson diz algo semelhante em suas 12 regras para a vida.”

“Eu me tornei uma pessoa melhor quando me tornei um pai melhor. E me tornei um operador melhor quando me tornei uma pessoa melhor. Peterson diz, comece fazendo sua cama todos os dias. Eu faço isso figurativa e literalmente. Meu dia começa e termina em casa.”

“To master the crane, you have to master yourself first. It sounds like a Stars Wars cliché, but it’s true.”

A Crane-walker? I smile.

He smiles back. “Yes. A Crane-walker!”

What does the future hold for the crane-walkers at Calado Construction?

He smiles again and then continues more seriously; thoughtfully and slowly, in between sips of the coffee that remains in his cup.

“I see the vision as a group of companies -- the Calado Group of Companies. We’re already there in terms of construction, and 10 years from now, I can see us including rental property management and land development in our portfolio as natural progressions. I see partnerships with like-minded groups of companies across sectors, including partnerships with government.

Any parting words or advice?

“Do good in this world and don’t ever let anyone tell you that you’re not good enough; that you can’t do something, just because they can’t... Don’t let anyone project their fear and insecurity onto you.”

“In the end, family is everything; and for me, no matter how far afield I’ve gone, all roads lead home.”

*"Do what you
love
and you will
never
work a day
in
your life."*

micellemadeira.com

*@micellemadeiramusic
Instagram.com*

*Entrevista na pagina 15
Interview on page 15*



myFlowersToGo.com

646 WILLIAM AVE, WINNIPEG MB, R3A-OK3

Beautiful Flower Arrangements

Birthday, Wedding, Funeral Flowers & all other Occasions.

We sell Portuguese 18k Gold, earrings, bracelets, chains.



Paulo Sergio Carvalho



We sell Wedding Licenses & provide Wedding Officiant Services

Bus: 204-633-2295 or 204-783-8673 Cell: 204-294-4389

Email: askflowerstogo@gmail.com Loc: 646 William Ave

Ninho de Portugal



Phone / Fax:
204-772-9378

934 Sherbrook St
Winnipeg, MB
R3E 2M6

Bakery • Take Out Food • Frozen Fish • Imported Groceries

Arruamentos Tradicionais

RECODAÇÕES DUMA DESENHADORA...

por Maria José Correia

A visita a qualquer cidade ou vila do País, é sempre uma viagem ao passado, onde se podem apreciar trabalhos de calçada, alguns muito belos.

No ano de 1966, já casada com um rapaz natural dos Açores, tive a oportunidade de viajar até Ponta Delgada no mês de Maio, onde permaneci até fins de Janeiro de 1967, em casa de meus sogros.

Com conhecimentos de desenhadora de construção civil, profissão que exercia em solteira, no Continente, e sabendo que, na Seção Técnica da Câmara Municipal de Ponta Delgada, havia uma Vaga deixada por um Desenhador que tinha emigrado para o Canadá, resolvi apresentar-me ao Chefe dos Serviços Técnicos Eng. Luis Manuel Câmara, para inquirir se era possível ir preencher aquela vaga!

É claro que o Engenheiro pensou que eu estava a mentir e não percebia nada do assunto, pois era a primeira vez na sua vida, que ouvia falar numa mulher desenhadora de construção civil... Mas foi muito condescendente e concordou que eu lá voltasse no dia seguinte, para desenhar um projeto no estirador!

Dar-me-ia a resposta, conforme a minha aptidão!

Lá fiquei toda entusiasmada e fiz tudo em condições... Planta de localização, mudança de 1.000 para 100, fachada principal, fachada posterior, corte A - B, planta do Rés do Chão, planta do primeiro Andar com as divisões à Escala de 1 por 100... Resumindo: Contratou-me e lá fiquei a ganhar mil e oitocentos escudos por mês, o que, para o ano de 1966, era um belíssimo ordenado!

É claro que o trabalho não constava só de projetos de casas. Havia plantas para divisão de ruas, levantamentos topográficos, desenhos para passeios, e o Sr. Arquiteto Paisagista Quintanilha chefe dessa Seção Urbanista, me incumbiu de desenhar os passeios em frente do Palácio da Justiça.



Com a ajuda do Topógrafo Sr. Rafael, uma excelente pessoa sempre pronto a ajudar, tudo se concluiu... E ainda lá estão, com a ajuda dos calceteiros, especialistas na matéria, que fizeram um bom trabalho.

Entretanto no mês de Dezembro, no dia 13, nasceu a minha filha e fiquei em casa durante 3 semanas que, na altura, era o que davam a uma mãe recente.

A bebé foi batizada no dia de Natal, com a presença de minha irmã Celeste, que tinha vindo aos Açores a acompanhar-me no nascimento. Resolvemos que eu regressasse ao Continente com a bebé de mês e meio, no mês de Janeiro de 1967.

A ideia era tratar com mais urgência da papelada para o Canadá o que realmente aconteceu... Em Junho de 1968, viemos... Mãe, Pai, Filha e Filho.

O Pedro começou a pintar, ajudado pelo irmão que o ensinou e eu não pude

exercer a minha profissão de Desenhadora pois quando aqui cheguei, não era usado o sistema métrico, a que eu estava habituada.

Entretanto, passados uns anos, resolvi abrir a boutique Conforto do Bebe, no ano de 1977, onde vendia roupa desde recém-nascidos até ao tamanho 14. Fechei o negócio no ano de 1997.

E agora, com a passagem dos anos, tudo se modificou! A velhice está à porta e certamente a morte não demorará muito a chegar... Dizem eles, e é verdade, recorda é viver.

Nota Editorial: a calçada a volta do Palácio da Justiça ainda continua como foi desenhada por Maria José Correia, vista aqui a esquerda, numa foto

adquirida do Correio da Manhã.



CORK & OLIVE

PORTUGUESE MARKET & COFFEE BAR

939 Notre Dame Avenue
Winnipeg MB R3E 0M8
204.219.0492

Coming soon to a new location!



Stay tuned for details in 2021

Calçada Portuguesa

Paving as a Craft

by Maria José Correia

A visit to any city or town in our country, is always a trip to the past, where you can appreciate our paving, some very beautiful.

In 1966, I was already married to a boy born in the Azores, and I had the opportunity to travel to Ponta Delgada in May, where I stayed until the end of January 1967, at my in-laws' house.

With knowledge gained as a civil construction designer, a profession that I practiced as a single woman, on the Continent, and upon hearing that in the Technical Section of Ponta Delgada City Hall, there was a vacancy left by a Designer who had emigrated to Canada, I decided to introduce myself to the Head of Technical Services, Eng. Luis Manuel Câmara, to ask if it was possible to fill that vacancy!

Of course, the Engineer didn't believe me at first, because it was the first time in his life that he had heard about a woman designer in civil construction... But he was very obliging and arranged for me to come back the next day, and demonstrate my aptitude on the drawing board. He would give me an opportunity, he said, depending on my aptitude!

There I was, all excited, and I designed everything in good condition... Location (site) plan, change from 1,000 to 100 scale, main facade, rear facade, cut A - B, ground floor plan, first floor plan with 1 to 100 scale divisions... In short: He hired me, and I started at 1,800 escudos a month, which, for 1966, was a wonderful salary!

The work was not just about house designs. There were plans for dividing streets, topographical surveys, drawings for sidewalks, and Landscape Architect Quintanilha, head of the Urban Section, tasked me with designing the sidewalks in

front of the Palace of Justice, a modern design in those days, which required a more modern paving in front of it.

With the help of Surveyor Mr. Rafael, an excellent person always ready to help, everything was designed and completed... And still there to this day, with the help of the pavers, specialists in the field, who did a good job.

Meanwhile in December, on the 13th, my daughter was born and I stayed at home for three weeks which, at the time, was what they gave to a recent mother.

The baby was baptized on Christmas Day, in the presence of my sister Celeste, who had come to the Azores to accompany me at birth. We decided that I would return to the Continent with the baby for a month and a half, in January 1967.

The idea was to finish with paperwork for immigration to Canada, and so... In June 1968, we came... Mother, Father, Daughter and Son, who had been born on the mainland on March 3, 1968.

Pedro started painting, encouraged by his oldest brother João, who taught him the trade, and unfortunately, I wasn't able to work in my profession as a Designer because when I arrived here, the metric system was not yet in use.

However, after a few years later, I decided to open the boutique Conforto do Bebe, in 1977, where I sold clothes from newborns to size 14. I closed the store and retired in 1997, turning my attention to community volunteer work.

And now, with the passing of the years, everything has changed! Old age is at the door and certainly death will not be long in coming... They say, and it is true, to remember is to live.



Editorial Note: the sidewalk around the Palacio da Justiça still continues as it was designed by Maria José Correia, seen left, in a photo acquired from Correio da Manhã.

Portuguese Paving

Across the mainland and the two Portuguese archipelagos, and throughout the former territories, calçada Portuguesa is ubiquitous in our cities, towns and municipalities. A traditional paving, used mainly in Pedestrian areas, *calçada* consists of small flat pieces of stones arranged in patterns or images, much like tile mosaic. Portuguese workers are hired around the world, for their expertise.

It is a dying craft, however, and the entire profession is at risk...

Calceteiros work long hours for low wages; apprenticeship opportunities are decreasing as very little new construction is undertaken, and because of the costs and sustainability of calçada -- the surface is slippery when wet and loose stones can become tripping hazards; raw materials are harder to obtain; and finished works wear more quickly than its more modern construction material-cousins like concrete or asphalt.

Most modern work is for conservation or major architectural projects...

Paving as a craft is thought to have originated in Mesopotamia, and later exported to ancient Greece and Rome -- Portugal was populated in its infancy, and culturally influenced, by Mesopotamians, Greeks, and Romans, among others.

The Romans would pave their vias in the same way that the Portuguese did...

The good news is that in Brazil, and in other parts of the Portuguese mundo, modern adaptations are simulating calçada. All is not lost, just transforming.

DELTA
SPORTS CLUB
586 Agnes St
Winnipeg, MB R3E 1K7
Victor Gomes (204) 774-7909 Simplicio Vaz

A tasty variety of breads, buns and pastries, including...
Pasteis de Nata / Custard Tarts & Pao de Milho / Corn Bread
We wholesale breads, buns and pastries, and deliver every day fresh bakes city wide.
HOME OF THE FAMOUS WATER BREAD
717 Sargent Ave, Winnipeg, MB R3E 0B1
Monday to Saturday 7 am to 6 pm
Phone (204) 775-7612
lisbonbakerywpg@gmail.com
LIKE US ON INSTAGRAM & FACEBOOK

An Interview with Michelle

November 11, 2020

Into what genre or type of music would you place your work?

It's hard to label me. When I performed in musicals I sang Broadway and jazz songs. In my own shows, I enjoy singing different styles of music blending pop/rock and country blues.

Would you like to share with us what it was like to participate in Canadian Idol?

It was a positive experience. I learned a great deal about how the music and television industries work together in making up the entertainment industry.

Do you keep in touch with anyone you met on the program?

Many individuals from the idol series have moved on to other careers outside of music to make a living. I keep in touch and with what they are doing on a peripheral plane as I focus on my career.

How has it affected your career?

Canadian Idol has given me a level of notoriety across Canada and into the border states in America. I have also incorporated into my career the tools I learned from my time on Canadian Idol.

Who are your major influences?

They are diverse from country singer Shania Twain to pop diva Celine Dion to jazz singer Nancy Wilson.

How long have you been singing?

I started singing very young but it was in my teen years I decided to pursue music seriously as a career and it has been fulfilling as a form of self-expression while making people happy.

What inspired you to start singing?

Listening to the wonderful music my father loved to play and to see how happy it made him. As I listened, I realized how much I enjoyed music and how happy it made me feel. I sing for the love of music.

Which songs do you enjoy performing?

Portuguese songs include: "Chamarita," "Segura Na Mao De Deus," and "Marcha Medley." English songs include: "At Last," "Old Time Rock And Roll," and "I Can't Make You Love Me."

What are the main themes of your songs?

Love - finding love, loss of love, regrets about love, contemplations about love

Who writes your songs?

I sing a certain amount of familiar songs for audiences to enjoy themselves, but my creative direction now is writing more my original material such as "Drifter," "Letting Go." I am releasing a Christmas single this year called "The First Christmas" written by myself and Janelle Demello and produced by Cosimo Crupi with Evanson Chung as executive producer and me as contributing vocal producer. The song will be available on various music portals such as Spotify and for purchase through music e-commerce platforms.

How have you evolved as a singer?

Like most young singers starting out, it is exciting performing and being in front of people and getting applause which I have always appreciated...and still do. By nature, I am a learner and have grown musically in my craft. My evolution has been with the subtleties and refinement of my knowledge and skills.

What is your biggest challenge as a singer?

I have a level of personal excellence that is in my mind. In the past, I used to be very scrutinizing in my judgment of my performances or recordings.

How have you been able to overcome this challenge?

My Manager and producer, Evanson Chung, explained the difference between the mediums of performing and recording and what is expected. I was happy to learn that my hard work and rehearsals pay off.

Where can fans access to your music?

Fans can gain access to my music on various music portals and media platforms such as YouTube and purchase of CDs.

Do you have a website? Yes. Go to:

www.michellemadeira.com

Is there anyone you'd like to acknowledge for support in Winnipeg or home?

Many people and relatives have helped me through the years and I am forever grateful. My parents and my sister Alita, for their love and support. Milu Pacheco for her work in selecting great material and creating amazing shows for me. She is the person who introduced me to Winnipeg. Also, Sandra Clemente, Fatima Carreiro, Mario Santos, Zita and the Portuguese Association, Mia Sally Correia and Mundial The Portuguese Newspaper.

How do you describe your heritage?

My nationality is Canadian because I was born in Canada. I am happy to be of Portuguese ancestry because of the rich cultural heritage of music, food, language and other gifts which exposed me to more than the Canadian mainstream.

Are you fluently bilingual, beyond your ability to sing in the Portuguese language?

English is my first language, but I am relatively bilingual. I sing and record in Portuguese and I communicate with my grandparents in Portuguese.

Would you care to share with us, where from Portugal, your parents and ancestors originate?

My father and his family are from São Miguel, Açores and my mother and her family are from Minho on the continent.

Would you care to offer any advice to aspiring singers?

I can share what I have learned. Entertainment executives and audiences look for authenticity, genuineness and legitimacy in what a performer does.

Trends comes and go, but only a handful of artists in each trend do survive to have a long and lasting career.

Parting words or advice...?

Gratefulness and humility, hard work and desire to learn from the best are essential elements for success and happiness.

Visit www.navegante-omundial.com for YouTube videos of Michelle Performing

"Me & Bobby McGee" and "Black Horse & A Cherry Tree," *live at Lula*

Ana Godinho Esteves
CHEF / OWNER

Viena Do Castelo
Portuguese Foods

857 Sargent Ave
Winnipeg, MB
R3E 0C5

TEL: 204.415.4615
EMAIL: portuguesefoods@vienadocastelo.com
WEB: www.vienadocastelo.com

Helia Mclvor
INSURANCE BROKER

REIDER
INSURANCE

P. 204.338.3888
F. 204.338.9981
C. 204.291.3894

Helia.Mclvor@Reider.ca

www.reider.ca

B-925 LEILA AVENUE | WINNIPEG MB | R2V 3J7

Entrevista com Michelle

11 de Novembro 2020

Em que gênero ou tipo de música colocaria seu trabalho?

É difícil me rotular. Quando atuava em musicais, cantei canções da Broadway e jazz. Em meus próprios shows, gosto de cantar diferentes estilos de música misturando pop/rock e country blues.

Você gostaria de compartilhar conosco como foi participar do Canadian Idol?

Foi uma experiência positiva. Aprendi muito sobre como as indústrias da música e da televisão trabalham juntas na construção da indústria do entretenimento.

Você mantém contato com alguém que conheceu no programa?

Muitos indivíduos da série Idol seguiram para outras carreiras fora da música para ganhar a vida. Eu mantenho contato e com o que eles estão fazendo enquanto continuo focada em minha carreira.

Como isso afetou sua carreira?

Canadian Idol me deu um nível de notoriedade no Canadá e nos estados fronteiriços da América. Eu também incorporei as ferramentas que lá aprendi.

Quem são suas maiores influências?

Eles são diversos, desde a cantora country Shania Twain até as divas Celine Dion e a cantora de jazz Nancy Wilson.

Há quanto tempo você está cantando?

Comecei a cantar muito jovem, mas foi na minha adolescência que decidi seguir a música seriamente como uma carreira e tem sido uma forma de auto-expressão e de fazer as pessoas felizes.

O que te inspirou a começar a cantar?

Ouvir a música maravilhosa que meu pai gostava de tocar e ver como isso o deixava feliz. Enquanto ouvia, percebi o quanto gostava de música e como ela me fazia sentir feliz. Eu canto por amor à música.

Quais canções gosta de cantar?

As canções portuguesas: "Chamarita," "Segura Na Mão De Deus," e "Marcha Medley." As músicas em inglês incluem: "At Last," "Old Time Rock And Roll" e "I Can't Make You Love Me."

Quais são os principais temas de suas músicas? Amor - encontrar o amor, perder o amor, arrependimentos sobre o amor, contemplos sobre o amor.

Quem escreve suas canções?

Eu canto uma certa quantidade de músicas conhecidas para o público se divertir, mas minha direção criativa agora é escrever mais meu material original, como "Drifter," "Letting Go." Estou lançando um single de Natal este ano chamado, "The First Christmas" escrito por mim e Janelle Demello e produzido por Cosimo Crupi com produtor executivo Evanson Chung e eu como produtor vocal. A música estará disponível em vários portais de música como o Spotify e em plataformas de e-commerce.

Como evoluiu como cantora?

Como a maioria dos jovens cantores começando, é emocionante atuar e estar na frente das pessoas e receber aplausos que sempre apreciei... e ainda aprecio. Por natureza, sou um aprendiz e cresci musicalmente em meu ofício. Minha evolução foi com as sutilezas e refinamento de meus conhecimentos e habilidades.

Qual é seu maior desafio como cantora?

Tenho um nível de excelência pessoal que está em minha mente. No passado, costumava ser escrutínio em julgamento de minhas performances ou gravações.

Como conseguiu superar esse desafio?

Meu empresário e produtor, Evanson Chung, explicou a diferença entre os meios de atuação e gravação e o que é esperado. Fiquei feliz em saber que meu trabalho árduo e ensaios valeram a pena.

Onde os fãs podem acessar sua música?

Podem obter acesso à minha música em vários portais e plataformas de como YouTube e CDs. **Ou o website** www.michellemadeira.com

Há alguém que gostaria de agradecer pelo apoio em Winnipeg ou em casa?

Muitas pessoas e parentes me ajudaram ao longo dos anos, e sou eternamente grato. Aos meus pais e à minha irmã Alita, pelo amor e apoio.



Milu Pacheco por seu trabalho na seleção de ótimos materiais e criação de shows incríveis. Ela é a pessoa que me apresentou a Winnipeg. Também, Sandra Clemente, Fátima Carreiro, Mário Santos, Zita e APM, Mia Sally Correia e O Mundial The Portuguese Newspaper.

Como descreve sua herança?

Minha nacionalidade é canadiana pois nasci no Canadá. Estou feliz de ter descendência portuguesa, devido à rica herança cultural de música, comida, língua. Inglês é minha primeira língua, mas sou bilingue. Eu canto e gravo em português e comunico com meus avós em português.

Gostaria de partilhar conosco, de onde são os seus pais e antepassados?

O meu pai e a sua família são de São Miguel, Açores e a minha mãe e a família dela são minhotas no continente.

Importaria se de dar algum conselho a aspirantes a cantores?

Os executivos de entretenimento e o público procuram autenticidade e genuinidade no que faz um artista. As tendências vêm e vão, mas apenas um punhado de artistas em cada tendência sobrevive para ter uma longa carreira.

Últimas palavras...? Sejam gratos e humildes; e apredem dos melhores!



LUSO CANADIAN CLUB

913 Sargent Avenue | Winnipeg MB | 204.783.7479

Servimos: Petiscos, Marisco, Sandwiches

Vendemos: Bebidas, Refrescos, Aguas e Cafe

Venha visitar-nos!

Combatentes

Obra de Militares

Desde o nascimento de Portugal, no ano de 1143, com o auxílio do Papa e após definidas as causas e consequências das batalhas de S.Mamede e de Cerneja, ficou reforçada a ambição do alargamento do território inicial, na altura Condado Portucalense, para Sul.

Com o reconhecimento dos Cavaleiros da Ordem do Templo, D.Afonso Henriques obteve uma crucial ajuda para as suas intenções e foram-se tomando várias parcelas mouriscas:

- † Santarém, 1147
- † Lisboa meses mais tarde, 1147
- † Silves, 1189
- † Alcaccer do Sal, 1217
- † Faro, 1249

Das campanhas de Guerra às Operações de Paz, são quase mil anos de História Militar que fizeram Portugal.

É de elementar justiça e verdade lembrar os 7 anos 1964-1961 na Índia, as Campanhas de Angola e Moçambique 1914-1917, e o esforço da Guerra Colonial Portuguesa 1961-1974, sempre com a Força Militar nas primeiras filas.

Começando da Batalha de Ourique a Aljubarrota em 1385, da Conquista de Ceuta a Alcácer-Quibir em 1578, da Restauração às Invasões Francesas em 1807-1810, da Batalha de La-Lys, às Missões Internacionais da NATO, da União Europeia ou das Nações Unidas, em Timor, no Líbano ou no Afeganistão, na Bósnia ou na República Centro-Africana. São as Guerras da Fundação e da Independência. Soldados sempre presentes.

A Força Militar ajudou a construir os Impérios da Índia, do Brasil e de África. Das lutas dinásticas às Guerras Liberais, da Implantação da República à Ditadura Militar de Regime Autoritário, ao 25 de Abril de 1974, à transição para a Democracia, acabando com o Fascismo em Portugal e para que o Poder Político reúna condições diplomáticas para atender à mudança dos tempos.



A irresponsabilidade do Poder Político, a imperícia diplomática, e, mais recentemente a falta de coragem, quase levaram à destruição de um Portugal que foi **obra de militares!**

Imagem do Castelo de Guimarães, considerado o berço de Portugal, tirada do website, portugaltravelguide.com



TPO Janitorial Services Ltd.

FATIMA OLIVEIRA / Operations Manager

P: 204.783.5270 F:204.783.5553 C: 204.229.7771
E: fatima.tpo@ts.net W: tpojanitorial.com

Fountain Tire

3020 Portage Ave.
Winnipeg, MB
T: 204-888-0808
F: 204-888-5060

**Pneus Good Year
Mecânica**

JOSE FERREIRA
FOUNTAIN TIRE OWNER



With recognition of the Order of Knights Templar, D. Afonso Henriques obtained their crucial help for his intentions in conquering and taking a number of strategic Moorish forts:

- † Santarém, 1147
- † Lisbon 1147
- † Silves, 1189
- † Alcacer do Sal, 1217
- † Faro, 1249

From War campaigns to Peace Operations, Portugal has almost a thousand years of continuous military history. More recently, we recall seven years between 1964-1961 in India, the Campaigns of Angola and Mozambique between 1914-1917, and the efforts of the Portuguese Colonial Wars between 1961-197; always there has been a Portuguese Military Force occupying the front rows of our historical theatre.

Starting from the Battle of Ourique to Aljubarrota in 1385, the Conquest of Ceuta to Alcácer-Quibir in 1578,

the Restoration to French Invasions in 1807-1810, the Battle of La-Lys, to the International Missions of NATO, the European Union or the Nations United Nations, Timor, Lebanon or Afghanistan, Bosnia or the Central African Republic, Portugal's military is integral to its presence in the world.

Since the birth of Portugal, in the year 1143, with the help of the Pope and after defining the causes and consequences of the battles of S.Mamede and Cerneja, the ambition to widen the initial territory, at the time Portucalense County, to the South, came about as a series of battles.

These are the Foundation and Independence Wars. And soldiers always present.

The Military Forces helped build the Empires of India, Brazil and Africa. From the dynastic struggles to the Liberal Wars, from the Implantation of the Republic to the Military Dictatorship of Authoritarian Regime, on April 25, 1974, to the transition to Democracy, ending Fascism in Portugal and enabling diplomatic conditions to meet the changing times.

The irresponsibility of Political Power, diplomatic malpractice, and more recently, the lack of courage, almost led to the destruction of a country built on the work of the military!

SERVIÇO COMPLETO DE LIMPEZAS COMERCIAL E RESIDENCIAL



Vendemos equipamento e produtos de limpeza nos nossos armazéns a preço de retalho

Contratos de Limpeza com Chave

Preencha a sua aplicação de trabalho nos nossos escritórios – escritórios através do Canada: de Quebec até a British Columbia

www.bee-clean.com

Proprietario: José Correia

375 Nairn Avenue

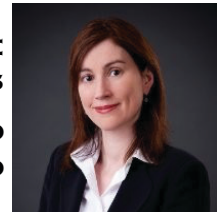
Winnipeg | Manitoba | R2L 0W6

204.668.4420 P 204.663.0491 F



ADVOGADOS E SOLICITADORES

NOTÁRIO PÚBLICO



DRA. SILVIA DE SOUSA, ADVOGADA

**1700-242 HARGRAVE STREET
WINNIPEG MB CANADA R3C 0V1**

TEL: 204.934.2592

FAX: 204.934.0592

E-MAIL: SVD@TDSLAW.COM

WEBSITE: WWW.TDSLAW.COM

FOUR SEASONS
AUTO BODY

309 Stanley Street
Winnipeg | Manitoba | R3A 0X1 204.944.8145-P 204.949.0012-F
www.fourseasonsautobody.com

Reparamos Carros Domésticos e Importados

Carros de Cortesia e Trabalhos com Garantia
Serviço Completo:
Bate Chapa, Pintura, e Pára-brisas
Reparações de Autopac * Safety Inspections

MPI Accredited Repair Facility

Joe Valentim
Danny Valentim

PROVIDING GREAT SERVICE FOR
OVER 40 YEARS!

Servindo a comunidade com honestidade!

History~História: An Ode to Viriathus

By Mike St. Lawrence

In ancient times, Portugal was not a nation state. Instead, lands of the Iberian Peninsula were once inhabited by many Celtic tribes that historians today call Celt-Iberians. During these times, each Celt-Iberian tribe would raid each other for livestock. However, there are times when the tribes would form into a confederation. One such tribal confederation is known today as the Lusitani or Lusitanian. Just outside the city of Viseu, Portugal recognises one of the most famous Lusitani warriors as a hero by a monument called Cava de Viriato. Just how important does Viriato's life factor into the formation of Portugal as a nation state?

Viriato or Viriathus (c. 180-140 BCE), as he is known in English/Latin, became a military leader of the Lusitani in their fight against the Romans. Not much is known of Viriato's early life, whether he is the son of a shepherd or had some nobility status within his tribe. However, we can assume he participated in the warrior culture of Celtic life as was the custom for most healthy males of his time. In particular, Viriato was most likely part of the raiding parties against other tribes, learning the ways of stealthy guerrilla warfare to avoid catastrophic casualties to the warriors of his tribe.

Sextus Julius Frontinus gives us an example of this type of warfare..., "Viriathus, on one occasion, having placed men in ambush, sent a few others to drive off the flocks of the Segobrigenses. When the latter rushed out in great numbers to defend their flocks and followed up the marauders, who pretended to flee, they were drawn into an ambush and cut to pieces." So, there were no set-piece battles between Celt-Iberian tribes involving thousands of warriors.

On the other hand, when a foreign invader tried to establish dominance over the Celt-Iberian tribes, the tribes would come together to form a confederation to fight the common enemy. Typically, a war chief would be elected temporarily to coordinate and conduct Lusitani forces until the end of the conflict.

After a long conflict with Rome, beginning in 194 BCE, the Celt-Iberian tribes had been subdued and were governed by Rome. In the years following, Roman governors in this region treated the tribes people very poorly. Eventually in 154 BCE, when Viriato was in his twenties, the Lusitani confederation began to fight back in open rebellion. In 150 BCE, after four years of conflict, both sides were exhausted. So, the Roman leadership offered the Lusitani an offer of peace with beneficial conditions. The Romans instructed the tribes to bring their people, including warriors, women and children with all their belongings to a common meeting place. Some estimates indicate there could have been 30,000 tribes people that arrived to meet the Romans. Once there, the Roman legions disarmed the warriors, then systematically massacred them. The women and children were sold into slavery. All of their belongings were confiscated by the Roman commander. A few warriors escaped the massacre, including Viriato. The betrayal by the Romans enraged him to become the fighting spirit of the Lusitani tribes and unleash hell on Rome. Frontinus confirms, "Viriathe, who from a robber had become chief of the Celtiberians."

By this time, Viriato knew the Roman legion was strong in open field battle, using set-piece battle formations to outmaneuver their enemy. The Lusitani could not defeat the Romans in a head-to-head fight. However, the Lusitani trained for years in skirmish tactics to lure small Roman units into an ambush and to disperse in the face of larger Roman forces or reinforcements. Frontinus writes, "Viriathus, leader of the Lusitanians, extricated himself from an awkward position, and from the menace of our troops, by the same method as Sertorius, disbanding his forces and then reassembling." The Lusitani warriors used sturdy javelins and their falcata (curved) sword to devastating effect against surrounded Roman soldiers who were trained for closed formation rather than individual melee combat. Again, Frontinus writes about the tactics used by Viriato..., "pretending to give way to the Roman cavalry, (Viriato) brought them into

potholes and ravines; and, while he himself escaped by solid paths which he knew, the Romans, to whom the places were unknown, got stuck and were cut to pieces." So, the conflict became a stalemate. The Lusitani, always on the defensive, never had the resources to march on Rome. The Romans kept sending legions, but could not defeat the "fighting spirit" of the Lusitani. As Freddy Silva says, "...the great Lusitanian warrior whose tactics once stonewalled the Roman takeover of his kingdom."

Finally, Rome had to resort to bribing those close to Viriato to murder him in his sleep, with the intention of removing the "fighting spirit" that united a people against overwhelming odds. In this case, I believe fate was cruel and it saddens me that a warrior as great as Viriato did not have the honour to die fighting in battle, but by cowardly treachery. I also believe that Viriato did not have a substantial influence in the formation of Portugal as a nation state, since Roman aggression was intent on subjugating the Lusitani and the outcome would have been the same eventually. However, Viriato to this day, represents the "fighting spirit" of the people in Iberia that will be known as Portuguese. I recommend the reader to see the recently released Portuguese movie about Viriato and to further research the many articles written about this period in history.

Resources:

- https://penelope.uchicago.edu/Thayer/E/Roman/Texts/Frontinus/Strategemata/1*.html
- <https://www.amazon.com/First-Templar-Nation-Knights-Created/dp/1620556545>
- <https://www.youtube.com/watch?v=q5kleX6F-cM>
- https://www.tripadvisor.ca/Attraction_Review-g189149-d7032533-Reviews-Cava_de_Viriato_Viseu_Viseu_District_Northern_Portugal.html
- <https://en.wikipedia.org/wiki/Viriathus>
- <https://www.ancient.eu/Viriathus/>
- <http://www.gutenberg.org/cache/epub/16237/pg16237-images.html>



Luís
INCOME TAX SERVICE

João Luís
Accountant/Bookkeeper/Income Tax

711-A Sargent Avenue
Winnipeg, Manitoba R3E 0B1

T: 204.783.8326 F: 204.783.8460 Email: joao@mts.net



Anniversaries | Baptisms | Birthdays | Confirmations | Debuts
Events | Fund-Raisers | Weddings | Receptions

Port Café
Lounge
& Event Centre

204.505.4588
768 Mountain Avenue | Winnipeg | Manitoba | R2W 1T7 Jaime Amorim, Owner

Viriato

Lider dos Lusitanos

Nos tempos antigos, Portugal não era um Estado-nação. Em vez disso, as terras da Península Ibérica já foram habitadas por muitas tribos celtas que os historiadores hoje chamam de celtas-ibéricos. Durante esses tempos, cada tribo celta-ibérica atacava uns aos outros para obter gado. No entanto, há momentos em que as tribos formariam uma confederação. Uma dessas confederações tribais é conhecida hoje como Lusitani ou Lusitano. Nos arredores da cidade de Viseu, Portugal reconhece um dos mais famosos guerreiros lusitanos como herói por um monumento denominado Cava de Viriato. Qual a importância da vida de Viriato na formação de Portugal como Estado-nação?

Viriato ou Viriathus (c. 180-140 aC), como é conhecido em inglês / latim, tornou-se um líder militar dos Lusitani em sua luta contra os romanos. Não se sabe muito sobre a infância de Viriato, se ele é filho de um pastor ou tinha algum status de nobreza dentro de sua tribo. No entanto, podemos presumir que ele participou da cultura guerreira da vida celta, como era o costume para a maioria dos homens saudáveis de sua época. Em particular, Viriato provavelmente fez parte dos grupos de invasão contra outras tribos, aprendendo os métodos de guerrilha furtiva para evitar baixas catastróficas para os guerreiros de sua tribo.

Por outro lado, quando um invasor estrangeiro tentava estabelecer domínio sobre as tribos celtas-ibéricas, as tribos se uniam para formar uma confederação para lutar contra o inimigo comum. Normalmente, um chefe de guerra seria eleito temporariamente para coordenar as forças Lusitani até o final do conflito.

Depois de um longo conflito com Roma, começando em 194 AEC, as tribos celtas-ibéricas foram subjugadas e governadas por Roma. Nos anos seguintes, os governadores romanos desta região trataram muito mal o povo da tribo. Por fim, em 154 aC, quando Viriato tinha vinte e poucos anos, a confederação Lusitani começou a lutar em rebelião aberta. Em 150 AEC, após quatro anos de conflito, ambos os lados exaustos.

Assim, a liderança romana ofereceu aos Lusitani uma oferta de paz com condições benéficas. Os romanos instruíram as tribos a trazer seu povo, incluindo guerreiros, mulheres e crianças com todos os seus pertences para um local de encontro comum. Algumas estimativas indicam que pode ter havido 30.000 pessoas de tribos que chegaram para encontrar os romanos. Uma vez lá, as legiões romanas desarmaram os guerreiros e os massacraram sistematicamente. As mulheres e crianças foram vendidas como escravas. Todos os seus pertences foram confiscados pelo comandante romano. Alguns guerreiros escaparam do massacre, incluindo Viriato. A traição dos romanos o enfureceu para se tornar o espírito de luta das tribos lusitanas e desencadear o inferno em Roma.

Por esta altura, Viriato sabia que a legião romana era forte na batalha de campo aberto, usando formações de batalha preparadas para superar o inimigo. Os lusitanos não conseguiram derrotar os romanos em uma luta corpo a corpo. No entanto, os Lusitani treinaram durante anos em táticas de escaramuça para atrair pequenas unidades romanas para uma emboscada e para se dispersar diante de forças ou reforços romanos maiores. Frontinus escreve: "Viriathus, líder dos

Lusitanos, livrou-se de uma posição incômoda e da ameaça de nossas tropas, pelo mesmo método de Sertório, dispersando suas forças e depois reunindo-se novamente." Os guerreiros Lusitani usaram dardos resistentes e sua espada falcata (curva) para efeito devastador contra soldados romanos cercados que foram treinados para formação fechada em vez de combate corpo a corpo individual.

Então, o conflito se tornou um impasse. Os Lusitani, sempre na defensiva, nunca tiveram recursos para marchar sobre Roma. Os romanos continuaram enviando legiões, mas não conseguiram derrotar o "espírito de luta" dos lusitanos. Como diz Freddy Silva, "... o grande guerreiro lusitano cujas táticas uma vez impediram a conquista romana de seu reino."



Finalmente, Roma teve que recorrer ao suborno de pessoas próximas a Viriato para matá-lo durante o sono, com a intenção de remover o "espírito de luta" que unia um povo contra todas as probabilidades. Nesse caso, acredito que o destino foi cruel e me entristece que um guerreiro do porte de Viriato não tenha tido a honra de morrer lutando em uma batalha, mas por uma traição covarde. Creio também que Viriato não teve uma influência substancial na formação de Portugal como Estado-nação, uma vez que a agressão romana pretendia subjugar os Lusitani e o resultado teria sido o mesmo eventualmente. No entanto, Viriato representa até hoje o "espírito de luta" do povo ibérico que ficará conhecido como português. Recomendando ao leitor que veja o recém-lançado filme português sobre Viriato e ler sobre este período da história.

EMPIRE SANITATION SUPPLY LTD.
YOUR SUPPLY SOLUTION

Paulo Amaral

1808 Main Street
Winnipeg MB, R2V 2A3
empiresanitation.ca

Order Desk: (204) 632-8664
Cell: (204) 918-7722
Fax: (204) 697-0630
empiresasu@mymts.net

J.G. Janitorial Services Ltd
FOR ALL YOUR JANITORIAL NEEDS

JOE & MARIA GONÇALVES

Tel: (204) 632-8664
Cell: (204) 793-4941
Fax: (204) 697-0630

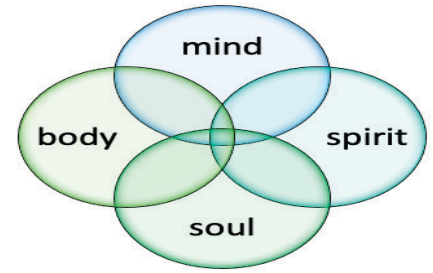
1808 Main Street
Winnipeg MB, R2V 2A3

EcoLogo. COR. ACCREDITED BUSINESS

info@jgjanitorialservices.ca www.jgjanitorialservices.ca

The Covid-Condition

Body. Mind. Soul. Spirit.



At time of writing, Manitoba, with a population of approximately 1.2 Million, had a total of 16,118 cases; 487 new cases; 9,024 active cases, and 6,804 recovered cases; of the 9,024 active cases, 327 are in the hospital, with 44 in ICU.

There have been 348,768 tests taken, which is about one-half of Winnipeg's total population, and a test positivity rate of 14.2% -- 290 people have died of Covid-19, including a Winnipeg boy under age 10.

Dr. Brent Roussin, the Chief Provincial Public Health Officer said on Friday, "we're not going to be able to have enough capacity to maintain those numbers for much longer." Nearly two-thirds of current new cases are in the Winnipeg region; 307 were announced on Saturday, 28/11/2020.

On Conspiracies & Conspiracy Theories

Conspiracies are typically investigated and uncovered by journalists, former or current employees, social scientists, or whistleblowers, who have conducted first hand research, or are presenting evidence based on facts.

Conspiracy theories are generally created from a patchwork of opinions and speculations found and shared online; re-posted memes; and a sundry collection of "just-so" stories full of tidy endings.

Conspiracies are messy and complex -- even bizarre; no tidy endings in real life, and too many loops to properly close. A narrative with intersecting shades of grey.

Conspiracy theories are tidy and simple -- even trite; all closed loops and moralistic endings, with a "told you so" message and a discourse full of a black and white cast of characters, starring heroes and villains.

Of course human beings are conspiratorial, but they're disorganized to a fault and greedy AF, to the point where agreement among more than a handful, even in elite circles, is nearly impossible.

How can we spot the difference?

6 critical questions

things to think about when someone has something to say

- who** Who said it?
Someone you know? Someone famous? Someone in authority?
Should it matter who said it?
- what** What did they say?
Did they give facts or opinions?
Did they give all the facts?
Did they leave something out?
- where** Where did they say it?
Was it in public or in private?
Did other people have a chance to talk about the other side?
- when** When did they say it?
Before, after, or during an important event?
- why** Why did they say it?
Did they explain their opinions?
Were they trying to make someone look good or bad?
- how** How did they say it?
Were they happy, sad, angry, or didn't care? Did they write it or speak it?
Could you understand it?

Copyright © 2009 critical thinking asylum

With these questions in mind, let's analyze the covid-condition across the four dimensions of our shared humanity: body, mind, soul, and spirit; an integration across all dimensions creates a harmony of self and others.

Body | Society

This is where we concern ourselves with matters of flesh and blood; our physical health and well-being and the five senses: sight, smell, sound, sense, and taste.

This is the dimension in which we talk about vaccinations (or herd immunity) as well as proactive and reactive actions to avoid contracting the coronavirus, such as washing our hands, socially distanced interaction, and wearing masks indoors.

With respect to our society, this is where we concern ourselves with an understanding of our western model of medicine, wherein we treat disease after-the-fact with acute care, and in conspiracy theories, where it comes to prevention, we fear Bill Gates and his ilk for daring to include a tracking device with every proactive vaccine [this is said tongue-in-cheek] and its supposed link with 5G.

We look at big systems here, such as capitalism, the macro economy, and more organically, how we relate to mother earth.

We understand that decisions about whether to close or restrict businesses, are beyond the purview of our public health officials and must be considered within a greater authority of government. We need to ask whether we would really be okay with a public servant (the chief provincial medical officer of health), who is drawing a salary, making policy decisions that we typically confer upon our elected public servants in a parliamentary system of democracy. After all, we can vote-out a political administration, while it's next-to-impossible for us to fire a public servant.

Political officials are not politically interfering; rather, they are considering the evidence presented to them by public servants such as medical practitioners, and making balanced decisions that take into account both epidemiology and the economy.

Consider this: the virus has killed one in every 1,000 North Dakotans, notwithstanding advice presented by medical practitioners and policy actions taken by elected officials. And yet, some folks remain in denial about the seriousness of the novel coronavirus and its pandemic swath, preferring still, to use trite and unhelpful terms such as "plandemic" and "scamdemic," and referring to themselves as "woke."

Last week, the facts present in Manitoba: 30 new cases per day per 100,000 people.

NOVA MEGA LOJA EM:
1725 Ellice Ave., Winnipeg
Tel: 204 783-1727
www.furnitureandmore.ca

- * MOBÍLIAS
- * ELECTRODOMOMÉSTICOS
- * ELECTRÓNICOS
- * ARTES DECORATIVAS

QUARTOS DE CAMA; QUARTOS DE SALA;
SALAS DE JANTAR; ESTANTES
MESAS
MAQUINAS DE LAVAR
MAGQUINAS DE SECAR
FOGÕES
FRIGORÍFICOS
MICRO-ONDAS
ARCAS;
TELEVISÕES; STEREOS; AR
CONDICIONADOS... E MUITO MAIS!

*Catholic Cemeteries
Management Inc.*

Lorne Bound
Family Services Counsellor

3990 Portage Avenue
Winnipeg, Manitoba R3K 1W3

ph: (204) 888-7557 • fax: (204) 885-5834
cell: (204) 229-5698
e-mail: assumptioncemetery@mymts.net

A Condição-Covid

Corpo. Mente. Alma. Espírito.

Mind | Culture

Here, in this dimension, we consider mental models and consciousness. What is our perspective? Our paradigms of thinking; mostly secular and mostly scientific, conspiracy theories notwithstanding.

This is where we concern ourselves with what we can do to improve our mental health, which is, I would assert, just as important as our physical health. Here we also consider our intellect; our various kinds of intelligence -- emotional, physical, and social. We figure out how we relate to our selves in society.

Did we train in any kind of thinking useful in critically shifting through evidence, such as a science like biology, epidemiology, or virology; a humanity such as history to understand how global pandemics spread; and a philosophy related to legal precedence or government administration, to help us understand how decisions are made in modern democracies and how large systems actually work?

And if we're going to bang the conspiracy drum, do we actually have any evidence, or any cultural awareness of what a true conspiracy actually looks like, or are we just sharing facile memes and opinions on social media, such as the irresponsible and ungrounded percentage that this virus only kills 99.9% of us, worldwide?

In short, do we fight reality and propagate a vision based upon our hopeful in-denial wishes, or do we accept reality as it is, and make the best of it, according to our choices?

We are not powerless in supporting our bodies with the power of our minds: we can read a book or listen to music; practice deep breathing or meditation; review our holy books for inspiration and guidance; ... and most practical of all, we can establish simple, daily routines, even if we only commit to making our beds every morning, or taking a daily shower to wake up.

We know that severely limiting our contact to others is dangerous to our health -- humans are social creatures after all; further, we also know that, sometimes, the cure is worse than the disease.

Portuguese health authorities, for example, are reporting that 85% of intensive care beds set aside for Covid-19 are occupied. Besides taxing the system, Covid-19 has created an environment across nations, wherein folks presenting with serious conditions, including acute mental health illness with suicide ideation, might not have space for treatment -- same goes for folks with heart disease.

♻️ Mundial

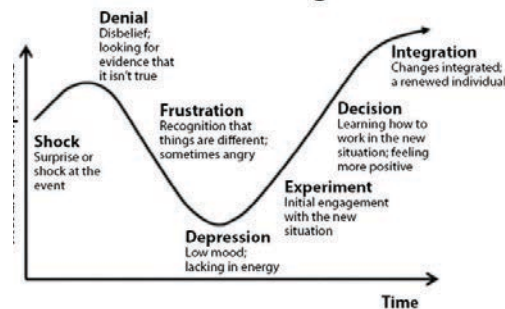
Soul | Love

A shared humanity includes a conscious as well as an unconscious. This is our experience: we are souls in a body and we are collective souls on an earth. Our feelings matter. We have values, emotions, and ethics. We relate to others. We have individual personalities that interact with other personalities.

What can you do to improve your soul's well-being during this pandemic? How can you inter-connect with other souls to improve their well-being?

Help someone! Call a loved one. Practice gratitude. Write in a journal and let your feelings come and go. Understand where you are in dealing with the grief of the profound loss imposed upon us all by this coronavirus. Tap into the love in your life: parental, filial, planotic, romantic, erotic...

The Kübler-Ross change curve™



Spirit | Cosmos

Beyond soul, there is spirit; for me, spirit is where we as individuals collectively intersect with our "divine," whether it be God or God consciousness, or yes, even secular humanity, which serves as its own placeholder for a global human ethos.

Our intuition lives here, as does our cosmic awareness. Here we process emotions beyond how we think of them in our minds and feel them in our bodies.

It is here that we truly experience, as the buddhists say, Namaste (the divine in me, recognizes the divine in you), and find space for fate and its ironies as the Portuguese say: *A ironia do destino. Destiny.*

Here we can pray, reflect or meditate, and relate to "God."



Manitoba, no fim de Novembro, com uma população de aproximadamente 1,2 milhões, tinha um total de 16.118 casos; 487 novos casos; 9.024 casos ativos e 6.804 casos recuperados; dos 9.024 casos ativos, 327 estão no hospital, sendo 44 na UTI. Podemos entender melhor a condição de Covid-19 em quarto dimensões humanas, com diversas estratégias em cada qual:

Corpo | Sociedade

É aqui que nos preocupamos com questões de carne e sangue; nossa saúde física e bem-estar e os cinco sentidos: visão, olfato, audição, sentido e paladar; alimentação, lavagem de mãos e uso de mascaradas; manter distancias sociais.

Mente | Cultura

O que podemos fazer para melhorar nossa saúde mental, que é, eu diria, tão importante quanto nossa saúde física? Aqui consideramos nossos vários tipos de inteligência emocional, e descobrimos como relacionamos na sociedade.

Soul | Ame

Uma humanidade compartilhada inclui um consciente e um inconsciente. Esta é a nossa experiência: somos almas num corpo e somos almas coletivas numa terra. O que pode fazer para melhorar o bem-estar da sua alma durante esta pandemia? Ajude alguém! Ligue para um ente querido. Pratique a gratidão. Explore o amor em sua vida: paternal, filial, romântico, erótico...

Spirit | Cosmos

Além da alma, existe o espírito; para mim, espírito é onde nós, como indivíduos, coletivamente cruzamos com o "divino", seja Deus ou consciência de Deus, ou sim, até mesmo a humanidade secular, a um ethos humano global. Destino. Aqui podemos orar, refletir ou meditar e nós relacionar com "Deus."

Cantoria

Paulo Salgueiro, Jr.

A Cantoria or, cantigas ao desafio, has to be one of my favorite aspects of being of Azorean descent.

Throughout the year in Portuguese communities, it is not uncommon to hear of these events taken place. Here in the United States and in Canada we are fortunate enough to have singers here, but also singers from the Azores, who visit to participate in such a marvelous tradition.

Cantoria is an improvised rhyming poetic duel singing between two individuals, which is accompanied by Portuguese guitars.

Topics can vary. Whether they are serious topics or testing each other's quickness is sarcasm ability, their improvisational abilities are fantastic!

I try to attend as many Cantorias as possible being here in Massachusetts. In December of 2019, I had the opportunity to attend one that featured two new artists. One of which was Artur Jorge Miranda, who is from the village of Cinco Ribeiras on the island of Terceira.

It was reassuring seeing younger individuals under 30 years old participating in Cantoria. Oftentimes, we hear of traditions dying off, but Cantoria appears to be living on!

When asked if he thought Cantoria will live on Artur said "Thanks to a constant evolution in the art of improvisational singing, we have been seeing an increase in the number of singers and also younger spectators, so yes, despite some setbacks related to issues with Covid 19, I think that singing has what it takes to stay alive for many more years."

When asked about the current state of the tradition and his hopes for Cantoria, Artur said "I hope that the singing remains alive not only in the Azores, but also in the Diaspora, since it is a piece of our culture."

"I sincerely hope that in a few years more young people will appear to sing and energize the songs to the challenge."

Cantoria is just one small part of our culture, yet has such a rich appreciation among its followers and participants. It is a tradition I hope will continue and hopefully spark interest among those who have not heard of it before.

Editorial Note: Cantigas ao Desafio is alive and well in Winnipeg as local artists perform regularly, with invited guests from Portugal, most notably, Agosto Canário last year. At right is Cristina Ferreira.



Respostas em Português por Artur Jorge Miranda:

Boa noite, em relação a primeira pergunta, no início o improviso e algo desconcertante e chega a ser até um pouco assustador, uma vez que quando subimos ao palco não fazemos a mínima ideia do que se vai passar durante o tempo em que improvisados as cantigas.

Acho que quanto mais cantamos melhor e o nosso desempenho mas estamos sempre a aprender.

As minhas principais inspirações no improviso são todos os meus colegas com quem já tive a honra de partilhar o palco, cada um deles com as suas características e os seus concelhos fazem com que eu cresça como cantor e como pessoa.

Cantar ao desafio para além de ser o perpetuar de um traço cultural dos Açores e também uma excelente forma de fazer poesia ao ritmo da viola.

O que eu mais gosto na cantoria e apreciar a capacidade que cada cantor tem de em pouco tempo procurar as melhores respostas encontrar as melhores palavras para se poder exprimir cantando.

Graças a uma evolução constante na arte de cantar ao improviso temos vindo a assistir a um aumento do número de cantadores e também de espectadores cada vez mais jovens, por isso sim, apesar de alguns contratemplos relacionados com as questões com o covid 19 acho que a cantoria tem o necessário para se manter viva por muitos mais anos.

Eu espero que a cantoria se mantenha viva não só nos Açores mas também na Diáspora uma vez que ela é um pedaço da nossa cultura. I, espero sinceramente que daqui por uns anos apareçam mais jovens a cantar e a dinamizar as cantigas ao desafio.



A Cantoria ou, cantigas ao desafio, deve ser um dos meus aspectos preferidos de ser de descendência açoriana.

Ao longo do ano nas comunidades portuguesas, não é raro ouvir falar destes eventos. Aqui nos Estados Unidos e no Canadá temos a sorte de ter aqui cantores, mas também cantores dos Açores, que nos visitam para participar numa nesta tradição.

Cantoria é um duelo poético improvisado que rima entre dois indivíduos, que é acompanhado por guitarras portuguesas. Os tópicos podem variar. Quer sejam tópicos sérios ou testando a rapidez um do outro é habilidade de sarcasmo, a improvisação são fantásticas!

Tento frequentar o maior número de Cantorias possível estando aqui em Massachusetts. Em dezembro de 2019, tive a oportunidade de assistir a um que contou com dois novos artistas. Um deles foi Artur Jorge Miranda, natural da vila das Cinco Ribeiras, na ilha Terceira.

Foi reconfortante ver jovens com menos de 30 anos participando em Cantoria. Muitas vezes, ouvimos falar de tradições morrendo, mas Cantoria parece estar vivendo!

Quando questionado se achava que Cantoria viveria de Artur disse "Graças a uma evolução constante na arte do canto improvisado, temos visto um aumento no número de cantores e também de espectadores mais jovens, então sim, apesar de alguns contratemplos relacionados a questões com Covid 19, acho que cantar tem tudo para permanecer vivo por muitos mais anos."

Questionado sobre o estado atual da tradição e as suas esperanças para a Cantoria, Artur disse "Espero que o canto continue vivo não só nos Açores, mas também na Diáspora, visto que é um pedaço da nossa cultura".

"Eu sinceramente espero que em alguns anos mais jovens apareçam para cantar e energizar as canções para o desafio."

Cantoria é apenas uma pequena parte de nossa cultura, mas tem uma valorização tão rica entre seus seguidores e participantes. É uma tradição que espero que continue e que desperte o interesse daqueles que nunca ouviram falar dela.

Nota Editorial: Cantigas ao Desafio estão vivos e bem em Winnipeg, visto que vários artistas locais actuam regularmente com convidados de Portugal, nomeadamente Augusto Canário no ano passado. A esquerda é artista e cantora Cristina

I am a Covid Survivor

Dr. Carlos A.O. Pavao



At the time this news article was written, the United States has identified over 11 million COVID cases, and just over 250,000 loved ones and friends have died. To date, the state of Georgia has identified over 400,000 cases, and approximately 9,000 people died due to COVID. Massachusetts has close to 200,000 COVID cases identified to date, and just over 10,000 people how died from COVID complications. Manitoba has so far identified close over 11,000 cases with 179 deaths due to COVID.

A logical question a person might ask is why some states have more cases and deaths than others. This is not an easy answer to address. Each state has different population sizes, and the proportion of those infected and deaths to the general population can vary based on the state population size. Georgia close to 11 million people, Massachusetts has close to 7 million, and Manitoba has approximately 1.2 million. By examining the population size, the state of Georgia has suffered more deaths and more people infected by COVID.

More importantly, each state has state and local laws that differ in how public health and medical services are delivered. Some places provide better and have more health and medical services than others. Other issues to consider, states with more rural areas have a difficult time in providing health and medical services. Some rural hospitals are closing. Some states have more people visiting and traveling through than others.

The common area of agreement among public health experts is how state leaders approach a public health and medical crises like COVID. For example, the state of Massachusetts took the COVID crises as a serious public health crisis. March of this year, Massachusetts was proactive to limit the number of COVID cases by requiring people to wear masks, and to limit how the virus can transmit. Also, in March, Manitoba, like Massachusetts, was proactive in addressing the possible spread of COVID by declaring the Emergency Measures Act. Georgia, the home of the Centers for Disease Control, the governor was slow in responding to the COVID threat. In April, the Governor of Georgia, was surprised that masks can work to prevent the spread of COVID. In May, the state of Georgia was accused and documented errors of misreporting the number of COVID cases and deaths. The state of Georgia has even sued Atlanta and other cities in Georgia to prevent a mask mandate. To this day, one can travel one hour outside of Atlanta and will see many people not wearing masks.

Why should we wear masks? Masks not only helps to protect you but also helps to protect others. On October 3rd, I tested positive for COVID. I was in shock. I do COVID public health research. I have been interviewed by newspapers on the dangers of COVID. I was ashamed that I tested positive. How can this happen? Then I realized that my story should

serve as a warning to all. If I can get it, then the virus does not care who you are or what you do.

I always wear my mask and clean my hands. I rarely leave the house. I stay away from places where I see alot of people. The month of October I spent recovering from COVID. COVID is nothing like the flu. The headaches, body pains, loss of appetite, loss of memory, and loss of smell and taste was not the flu I have ever had. I still get tired when I do too much. I asked myself how did I contract COVID? The answer is from people not wearing masks. I was in a Walmart and took the evaluator from the parking lot to the store, and several people in the elevator were not wearing masks. I just froze and hoped for the best.

Why should we wear a mask? When you hear of a friend who was on a ventilator for five weeks and died because of COVID. He is not much older than me. When you watch the news and hear of a 20 year old died from COVID complications. There are too many stories of loved ones who have died. We all now should know of someone who has died from COVID.

COVID is real. COVID can not only hurt you, but it can hurt your loved ones. I will not see my family for the holidays. I want to see them next year... and I hope you also have the same desire to see your family next year.

Dr. Pavao at cpavao@gsu.edu

Na época em que este artigo foi escrito, os Estados Unidos identificaram mais de 11 milhões de casos de COVID e pouco mais de 250.000 entes queridos e amigos morreram. Até o momento, o estado da Geórgia identificou mais de 400.000 casos e aproximadamente 9.000 pessoas morreram devido ao COVID. Massachusetts tem cerca de 200.000 casos COVID identificados até o momento, e pouco mais de 10.000 pessoas morreram de complicações COVID. A província de Manitoba, no Canadá, identificou até agora cerca de 11.000 casos, com 179 mortes devido ao COVID.

Uma pergunta lógica que uma pessoa pode fazer é por que alguns estados têm mais casos e mortes do que outros. Esta não é uma resposta fácil de abordar. Cada estado tem diferentes tamanhos de população, e a proporção de pessoas infectadas e mortes para a população em geral pode variar com base no tamanho da população do estado. Geórgia tem quase 11 milhões de habitantes, Massachusetts tem cerca de 7 milhões e Manitoba tem 1,4 milhão de habitantes. Ao examinar o tamanho da população, o estado da Geórgia sofreu mais mortes e mais pessoas infectadas pelo COVID.

Mais importante ainda, cada estado tem leis estaduais e locais que diferem na forma como os serviços médicos e de saúde pública são prestados. Alguns lugares oferecem melhor e têm mais serviços de saúde e médicos do que outros. Outras questões a serem consideradas:

estados com mais áreas rurais têm dificuldade em fornecer serviços de saúde e médicos. Alguns hospitais rurais estão fechando. Alguns estados têm mais pessoas visitando e viajando do que outros.

A área comum de acordo entre os especialistas em saúde pública é como os líderes estaduais abordam a saúde pública e as crises médicas como o COVID. Por exemplo, o estado de Massachusetts considerou as crises do COVID como uma grave crise de saúde pública. Em março deste ano, Massachusetts foi proativo para limitar o número de casos COVID, exigindo que as pessoas usassem máscaras, e para limitar a forma como o vírus pode ser transmitido. Além disso, em março, Manitoba, como Massachusetts, foi pró-ativo ao abordar a possível disseminação da COVID ao declarar a Lei de Medidas de Emergência. Geórgia, a casa dos Centros de Controle de Doenças, o governador demorou a responder à ameaça do COVID. Em abril, o governador da Geórgia, ficou surpreso ao ver que as máscaras podem funcionar para evitar a propagação da COVID. Em maio, o estado da Geórgia foi acusado e documentou erros de comunicação incorreta do número de casos e mortes de COVID. O estado da Geórgia até processou Atlanta e outras cidades da Geórgia para impedir um mandato de máscara. Até hoje, pode-se viajar uma hora fora de Atlanta e ver muitas pessoas sem máscaras.

Por que devemos usar máscaras? As máscaras não apenas ajudam a protegê-lo, mas também ajudam a proteger outras pessoas. Em 3 de outubro, testei positivo para COVID. Eu estava em choque. Eu faço pesquisas de saúde pública COVID. Fui entrevistado por jornais sobre os perigos da COVID. Tive vergonha de ter testado positivo. Como isso pode acontecer? Então percebi que minha história deveria servir de alerta a todos. Se eu conseguir pegá-lo, o vírus não se importa com quem você é ou o que você faz.

Sempre uso minha máscara e limpo minhas mãos. Raramente saio de casa. Eu fico longe de lugares onde vejo muitas pessoas. Passei o mês de outubro me recuperando do COVID. COVID não é nada como a gripe. As dores de cabeça, dores no corpo, perda de apetite, perda de memória e perda de olfato e paladar não foram a mesma gripe que eu já tive. Ainda fico cansado quando faço muito. Eu me perguntei como contratei a COVID? A resposta vem de pessoas que não usam máscaras. Eu estava em um Walmart e levei o avaliador do estacionamento até a loja, e várias pessoas entraram no elevador sem máscaras. Eu apenas congelei e torci pelo melhor.

Por que devemos usar uma máscara? Existem muitas histórias de entes queridos que morreram. Todos nós agora devemos saber de alguém que morreu de COVID. COVID é real. COVID não pode apenas machucar você, mas pode machucar seus entes queridos.

Angels in Wolseley

Mulvey School for Misericordia

In honour of the 25th Anniversary of Misericordia Health Centre Foundation's Angel Squad, we are sharing stories in the 25 days leading up to the 2020 Angel Squad!

The Misericordia Health Centre Foundation's annual Angel Squad Campaign is something that Mulvey School, The Mulvey School Touring Choir and the Principal of Mulvey School, Peter Correia looks forward to every year. Principal Correia further explains that the wonderful Angel Squad Campaign provides an excellent opportunity to further promote the importance of fostering students' understanding of giving back, promoting good citizenship and philanthropy. The many community connections fostered by the school, in particular the Angel Squad Campaign provides our students with valuable experiences to build awareness that it is always important to take care of each other, our importance to one another regardless of age and for sure always being kind to one another.

"It's such a Mulvey long-standing tradition," he said, recalling so many fond memories of years past. "We post Angel Squad wording on our outdoor sign in the schoolyard. We have lined the school's fence with Angels, drew picture postcards for the annual mailing campaign and one year we even formed the word "Hi Angels" in the school field for the Misericordia residents to admire and of course the annual singing where we bring students over to Misericordia really early in the morning, at 7:30 a.m., to share the students carolling talents. The students love singing to the passing cars and then warming up with a hot chocolate back to the school.

Principal Correia is reminded daily of the impressive, significant accomplishments of the MHC Foundation Angel Squad Campaign through the numerous projects he knows have been accomplished through generous community donations as well as "The Guinness Book of World Record certificate for the largest gathering of angels adorns our hallway," explained Peter. "That was such a fun event and an honour to host. Everyone participated: staff, students, parents, and schools."

With COVID-19 restrictions in place, Peter's understands Mulvey won't be able to participate in Angel Squad this year as they traditionally have done. However, what he definitely is extremely confident about, that will not change is Misericordia's commitment to their ongoing care and compassion to the health and wellness for all who they serve. It is always a privilege to visit the residents and with our health care heroes across the street, we thank them so very much for their selfless compassion and dedication.

We will miss them this year on our tour but not to be outdone by COVID-19 restrictions, Peter and his staff and students are planning a little "special something" to safely share with Misericordia Centre / Place residents, and staff a little something, stay tuned!



text ANGEL to 20222 to donate today!
reprinted in its entirety from
[www.misericordiafoundation.com/
angelsquadstories.html](http://www.misericordiafoundation.com/angelsquadstories.html)

Em homenagem ao 25º aniversário do Angel Squad da Misericordia Health Center Foundation, estamos compartilhando histórias nos 25 dias que antecederam o Angel Squad de 2020!

A campanha anual Angel Squad da Fundação do Centro de Saúde da Misericórdia é algo que a Mulvey School, The Mulvey School Touring Choir e o Director da Mulvey School, Peter Correia aguardam todos os anos. O diretor Correia explica ainda que a maravilhosa campanha Angel Squad oferece uma excelente oportunidade para promover ainda mais a importância de fomentar a compreensão dos alunos sobre retribuição, promovendo a boa cidadania e a filantropia.

As muitas conexões com a comunidade promovidas pela escola, em particular a campanha Angel Squad, fornece aos nossos alunos experiências valiosas para construir a consciência de que é sempre importante cuidar uns dos outros, nossa importância uns para os outros, independentemente da idade e com certeza sempre sendo gentis um para o outro.



"É uma tradição de longa data, na Mulvey", disse ele, lembrando tantas boas memórias de anos anteriores.

"Colocamos o texto do Angel Squad em nosso letreiro ao ar livre no pátio da escola. Alinhamos a cerca da escola com anjos, desenhamos cartões postais para a campanha anual de mala direta e um ano até formamos a palavra "Olá, Anjos" no campo da escola para os moradores da Misericórdia admirarem e, claro, o canto anual para onde trazemos os alunos. à Misericórdia bem cedo pela manhã, às 7h30, para partilhar os talentos da alegria dos alunos. Os alunos adoram cantar para os carros que passam e avisar com um chocolate quente de volta à escola.

O Diretor Correia é lembrado diariamente das realizações impressionantes e significativas da Campanha do Esquadrão Anjo da Fundação MHC por meio dos inúmeros projetos que ele sabe que foram realizados por meio de generosas doações da comunidade, bem como "O certificado do Livro Guinness do Recorde Mundial para o maior encontro de anjos adorna nosso corredor," explicou Peter. "Foi um evento muito divertido e uma honra para sediar. Todos participaram: funcionários, alunos, pais e escolas vizinhas."

Com as restrições do COVID-19 em vigor, Peter's entende que Mulvey não poderá participar do Angel Squad este ano, como tradicionalmente tem feito. No entanto, no que ele definitivamente está extremamente confiante, isso não mudará é o compromisso da Misericórdia com seu cuidado contínuo e compaixão pela saúde e bem-estar de todos a quem ela serve. É sempre um privilégio visitar os residentes e, com nossos heróis da área de saúde do outro lado da rua, agradecemos muito a eles por sua compaixão e dedicação altruísta.

Sentiremos falta deles este ano em nossa excursão, mas não para ser superado pelas restrições do COVID-19, Peter e sua equipe e alunos estão planejando um pequeno "algo especial" para compartilhar com segurança com os residentes do Centro / Lugar da Misericórdia e com os funcionários algo, Fique ligado!

envie ANGEL para 20222 para doar hoje!
reimpresso em sua totalidade a partir de
[www.misericordiafoundation.com/
angelsquadstories.html](http://www.misericordiafoundation.com/angelsquadstories.html)

Horoscope *horoscope @bustle.com*

Escorpião/Scorpion 23/10 a 21/11

You're pushed to be as optimistic as you can now. This might mean being selective about what you choose to give your attention and energy to today. Just because you can do something doesn't mean you should. Lucky numbers: 77, 43, 91

Sagitário/Sagittarius 22/11 a 21/12

Be intentional with how you manage your resources, including your heart. Don't be so quick to invest in something or take on an opportunity out of fear or desperation. Do your research and trust your gut. Lucky numbers: 66, 13, 11

Capricórnio/Capricorn 22/12 a 19/1

Go easy on yourself today, Cap. You're allowed to get tired. You're allowed to be in need of help or support. Now's not the time for trying to keep up appearances. Your vulnerability is your power now. Own it. Lucky numbers, 97, 21, 3

Aquário/Aquarius 20/1 a 18/2

Your worries may be hard to ignore today, but try to focus on what you can control and take action on that. Too, what are some things you can be grateful for right now? Give yourself some credit. Lucky numbers: 17, 4, 2

Peixes/Pisces 19/2 - 20/3

YBe mindful of comparing yourself to others today. How can you better celebrate and honor what makes you unique? Choose something about yourself and fall in love with it. Lucky numbers: 15, 2, 25

Carneiro/Aries 21/3 - 19/4

Be mindful of barreling ahead or jumping into things aimlessly today. Nourish your heart space and focus only on what you truly feel called toward. Create a sanctuary for yourself so you can help re-create the world. Lucky numbers: 10, 2, 5

Touro/Taurus 20/4 - 20/5

It might be challenging for you to see a different perspective today if you're too invested in something you believe. Be open to a new perspective. If feeling anxious, talking to friends could be helpful. Lucky numbers: 88, 99, 78

Gêmeos/Gemini 21/5 a 20/6

Money is on your mind today. Think realistically, but try not to let the fear of lack or scarcity stop you in your tracks. You're being asked to reevaluate what you want while recognizing how much you already have. Lucky numbers, 1, 15, 27

Caranguejo/Cancer 21/6 - 22/7

It might be hard to know if you're coming or going today, making it necessary to find stillness where you can. Be mindful of subscribing to self-defeating narratives or engaging in relationship dynamics that drain you. Lucky numbers, 87, 67, 93

Leão/Leo 23/7 a 22/8

You might be feeling anxious or moody today. Try to take it easy and not sweat the small stuff. Let things work themselves out. You might be pleasantly surprised. A nap could give you the reset you need. Lucky numbers: 76, 71, 68

Virgem/Virgo 23/8 a 22/9

You're pushed to step outside of your comfort zone and lean on others. You don't have to take everything on yourself. On another note, give yourself space to be messy and make mistakes. Perfection is an illusion. Lucky numbers: 3, 10, 18

Balança/Libra 23/9 a 22/10

You're feeling ambitious today, but be mindful of letting people detract from your enthusiasm or your work. You may need to stand firm with a family member or someone you work with. Be honest with your feelings. Lucky numbers: 15, 19, 23

Winnipeg Free Press

Looking to make some Extra Cash ?



EARN \$1000/mo*
For part time work

Join the Winnipeg Free Press Carrier Team

- Door-to-door delivery
- Average Route: 3 hrs. Monday through Saturday
- Paper pickup ranges bet ween 1:00 am - 3:00 am
- Gas allowance per kilometers used
- Great way to get in shape
- Ideal for students or new Canadians
- Great for Seniors wanting to supplement their income
- Must have a vehicle & valid Drivers License to apply

For more information call 204-697-7155
Email: freepress.depot@freepress.mb.ca
.....
*Route size varies. Value represents average route size.

Winnipeg Free Press

Nuno Pereira

Beleza Manitoba Beauty

Nuno Pereira lives in Thompson, Manitoba, and started his journey as photographer in April 2020. Falling in love instantly with the lens, his photos have already appeared in other media such as TV. Contact: nuno610@icloud.com | 1.204.939.3511 Pictured mid-right is Nuno and his GSD, Ringo.



Start Living Your Dream...

dreamhavenrealty.com   

WALTER MOTA

Broker/Licensed Real Estate Professional
204-770-4092 | mota@mts.net



We are proud to announce that DreamHaven Realty Inc has partnered with AIR MILES®† Reward Program!

Our strategic marketing approach and accurate pricing together with modest selling fees allow us to provide you with results-based, exceptional service that saves you big money!



Selling homes in a timely manner at top market value has enabled us to achieve success for our clients. That's why we can offer you Performance Advantages that will allow you to accomplish your real estate goals.



We focus on TIME, PRICING and extensive MARKETING exposure to get RESULTS and REWARDS for our CLIENTS!



©†TM† Trademarks of AirMiles Royalties. Limited Partnership used under license by DreamHaven Realty Inc.®



Nuno Pereira
PHOTOGRAPHER


BESTWAY AGENCIES (RTI) LTD.

- ✓ Agência de Viagens
- ✓ Imobiliária
- ✓ Agência de Seguros
- ✓ Escola de Condução

555 Notre Dame Avenue
 Winnipeg, MB Canada R3B 1S5


 Phone 204.774.1634
 Fax 204.774.1636
 e-mail walter@bestwayagencies.ca


 ACCREDITED AGENT


 Manitoba Public Insurance

Jose Rodrigues
Manuel Rodrigues
Antonio Rodrigues

ALL THE CARING
ALDA ALHO FERREIRA
 BA, BHECOL, RMFT, RSW, CHT, CNLT

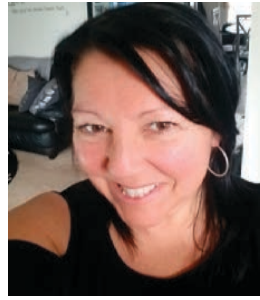
MARRIAGE & FAMILY THERAPIST IN PRIVATE PRACTICE
 Individual, Couple, Group, Child & Family Therapy

W204-393 Portage Avenue Sky Walk to the Bay Winnipeg MB R3B 3H6
 204.781.9658 - Cell 204.942.2413 - Fax allthecaring@hotmail.com

abuse, addictions, anger, anxiety, communication, crisis, depression, fear, grief, loss, lifestyle habits & life changes, parenting, phobias, trauma and hypnosis; therapy available in Portuguese and English; terapia em Português e Inglês

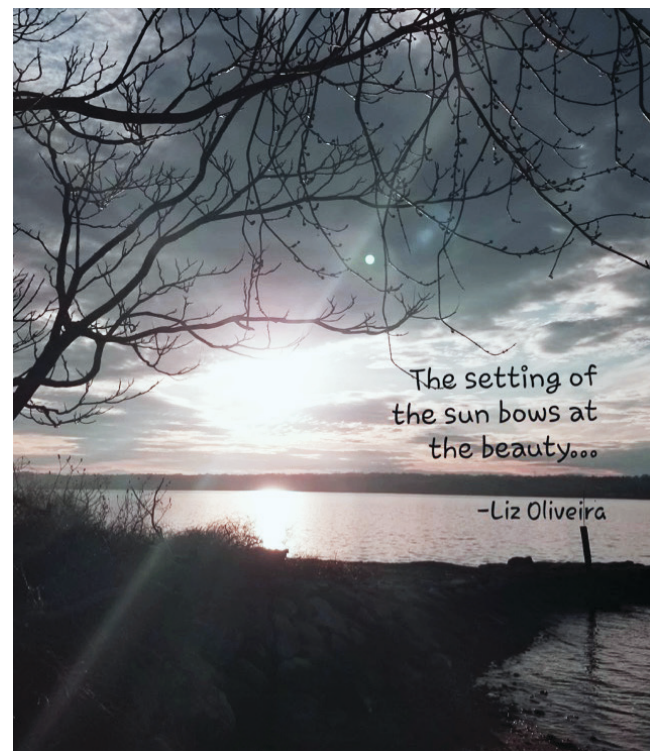
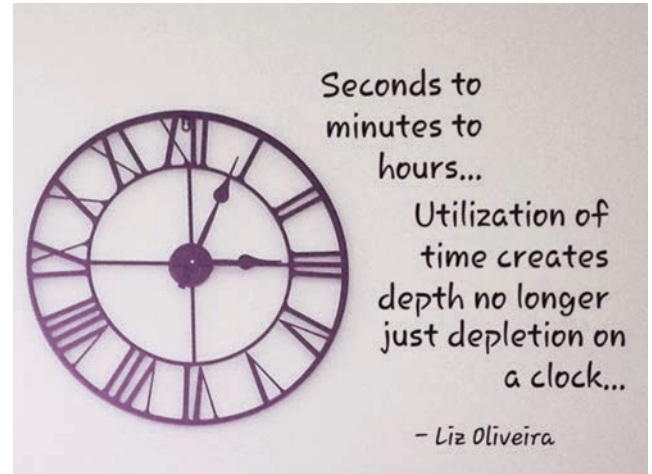
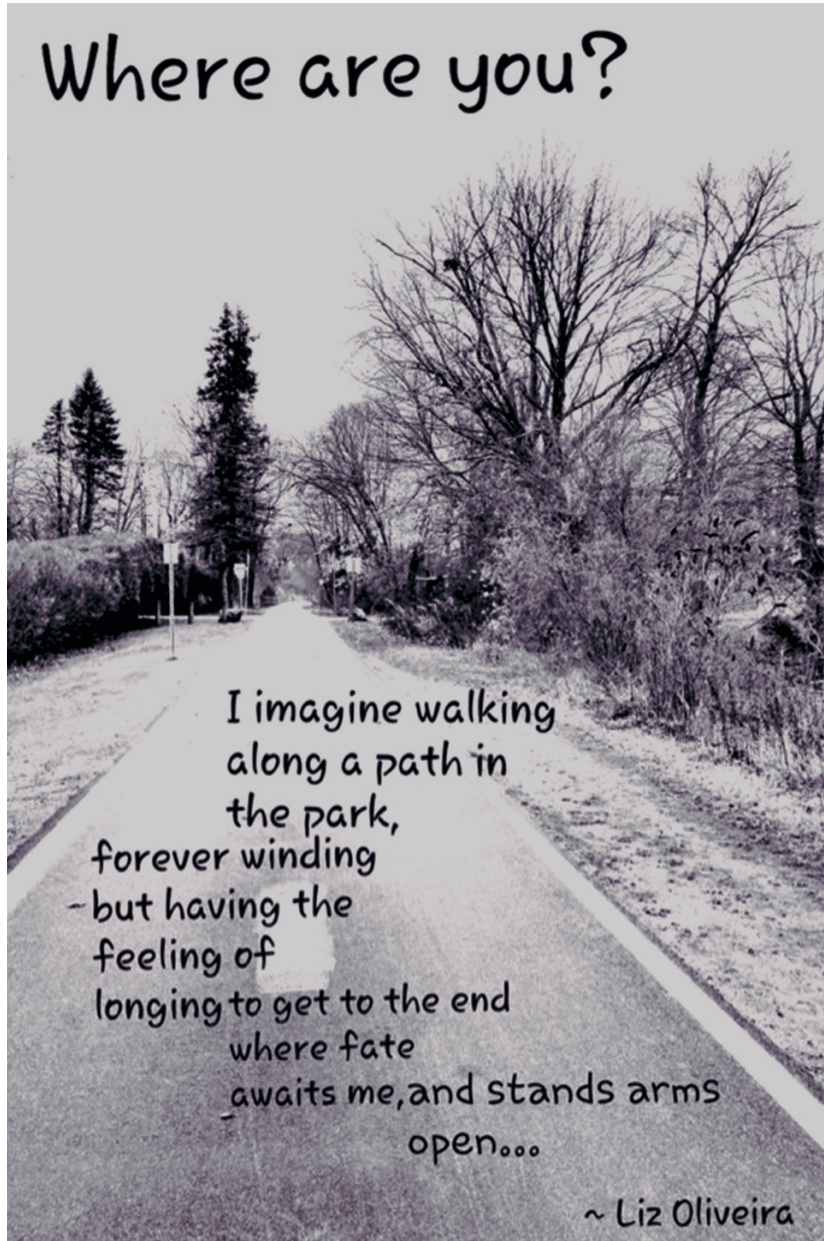
Prose & Poetry

Selections by Liz Oliveira



Elizabeth Silva Oliveira is a tenderfoot Portuguese-American poet who splits her time between the hospitality industry and a corporate insurance career.

Do you have suggestions for poems or prose in either Portuguese or English?
Send to omundial@outlook.com, attention Liz Oliveira.




Matt Sarmatiuk
General Manager

Volvo Winnipeg
Point West Autopark
3965 Portage Avenue, Unit 10
Winnipeg, Manitoba R3K 2G8
Telephone 204.831.4856 Fax 204.831.4225
matt.sarmatiuk@birchwood.ca



BROOKSIDE
AUTOBODY

GERÊNCIA
Tony e Gilberto Cabral

SERVIÇO
AUTOPAC REPARAÇÕES E
PINTURAS DECARROSE E CAMIÕES



Tel. (204) 632-6225
180 Parklane Avenue
Winnipeg, MB R2R 0K2

@craftysisterswpg

Bella & Lexie Friesen

Bella and Lexie Friesen are two sisters from south end Winnipeg, currently attending ecole Viscount Alexander, grade seven, and Ecole Bonny Castle, grade four.

Owing to Covid-19 public health restrictions, their usual recreation and sport activities were cancelled -- both sisters are avid soccer players, among other things, and so, they found themselves with a lot of spare time on their hands.

Inspired by an auntie, and supported by their parents, the girls decided to get crafty! The result?

A small home-based business with a giving heart: a portion of all proceeds go to Winnipeg Harvest. And best of all, their parents have committed to matching their charitable donation.

So, if you're looking for something unique and special this holiday season, either for yourself, or someone else, why not head on over to Instagram and search for @craftysisterswpg to peruse their home-crafted signs, which are available in time for the holidays!

Prices are reasonable -- from a small sign for \$20.00, measuring 18.5" x 5.5", to a larger porch sign at \$40.00, approximately 53" x 10.5", or a custom order to match your budget, no wood shall go wasted in creating a crafty decoration suitable for your decor.

These two enterprising young sisters are learning valuable life lessons and taking advantage of opportunities. Good role models for all of us!

To place an order, direct message Bella & Lexie @craftysisterswpg

Bella e Lexie Friesen são duas irmãs do sul de Winnipeg, atualmente estudando na ecole Visconde Alexander, sétima série, e Ecole Bonny Castle, na quarta série.

Devido às restrições de saúde pública da Covid-19, suas atividades recreativas e esportivas habituais foram canceladas - as duas irmãs são ávidas jogadoras de futebol, entre outras coisas, e assim, elas se viram com muito tempo livre em suas mãos.

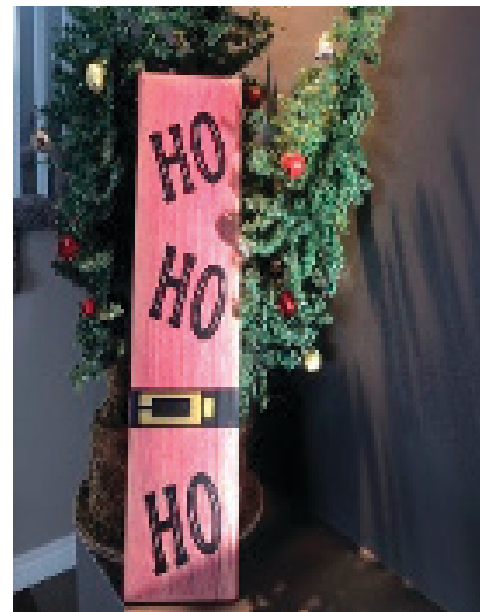
Inspiradas por uma tia e apoiadas pelos pais, as meninas decidiram ser astutas! O resultado?

Uma pequena empresa doméstica com um coração generoso: uma parte de todos os lucros vai para a Winnipeg Harvest. E o melhor de tudo, seus pais se comprometeram a igualar sua doação de caridade.

Então, se você está procurando por algo único e especial neste período de festas, seja para você ou outra pessoa, por que não vai até Instagram e pesquise @craftysisterswpg para examinar seus cartazes feitos em casa, que estão disponíveis a tempo para os feriados!

Os preços são razoáveis - de uma pequena placa de \$ 20,00, medindo 18,5 "x 5,5", a uma placa de varanda maior de \$ 40,00, aproximadamente 53 "x 10,5", ou um pedido personalizado para combinar com seu orçamento, nenhuma madeira será desperdiçada na criação uma decoração engenhosa adequada para sua decoração.

Para fazer um pedido, envie uma mensagem direta para Bella e Lexie em @craftysisterswpg



WIZARD ALARMS

Moisés Gravito
204.228.0011

VIVIAN SANTOS
CITY COUNCILLOR - POINT DOUGLAS

CITY HALL, 510 MAIN STREET
WINNIPEG, MB R3B 1B9

204 986 8401

VSANTOS@WINNIPEG.CA
VIVIAN SANTOS

COUNCILLOR VIVIAN SANTOS @VIVS4PDW

Horoscopo

Horoscope @bustle.com

Escorpião / Escorpião 23/10 a 21/11

Você foi pressionado a ser o mais otimista possível agora. Isso pode significar ser seletivo sobre o que você escolhe para dar atenção e energia hoje. Só porque você pode fazer algo, não significa que você deve. Números da sorte: 77, 43, 91

Sagitário / Sagittarius 22/11 a 21/12

Seja intencional na maneira como você gerencia seus recursos, incluindo seu coração. Não seja tão rápido em investir em algo ou aproveitar uma oportunidade por medo ou desespero. Faça sua pesquisa e confie em seu instinto. Números da sorte: 66, 13, 11

Capricórnio / Capricórnio 22/12 a 19/1

Vá com calma hoje, capitão. Você pode ficar cansado. Você tem permissão para precisar de ajuda ou suporte. Agora não é hora de tentar manter as aparências. Sua vulnerabilidade é seu poder agora. Adquira. Números da sorte, 97, 21, 3

Aquário / Aquarius 20/1 a 18/2

Suas preocupações podem ser difíceis de ignorar hoje, mas tente se concentrar no que você pode controlar e agir sobre isso. Além disso, quais são algumas coisas pelas quais você pode ser grato agora? Dê a si mesmo algum crédito. Números da sorte: 17, 4, 2

Peixes / Peixes 19/2 - 20/3

Você está ciente de se comparar com os outros hoje. Como você pode celebrar e honrar melhor o que o torna único? Escolha algo sobre você e se apaixone por isso. Números da sorte: 15, 2, 25

Carneiro / Aires 21/3 - 19/4

Esteja atento para não ir em frente ou pular nas coisas sem rumo hoje. Alimente o espaço do seu coração e concentre-se apenas no que você realmente se sente chamado. Crie um santuário para você para que possa ajudar a recriar o mundo. Números da sorte: 10, 2, 5

Touro / Taurus 20/4 - 20/5

Pode ser um desafio para você ver uma perspectiva diferente hoje, se você investir demais em algo em que acredita. Esteja aberto a uma nova perspectiva. Se estiver se sentindo ansioso, conversar com amigos pode ser útil. Números da sorte: 88, 99, 78

Gêmeos / Gêmeos 21/5 a 20/6

O dinheiro está em sua mente hoje. Pense de forma realista, mas tente não permitir que o medo da carência ou da escassez o impeça de seguir em frente. Você está sendo solicitado a reavaliar o que deseja, reconhecendo o quanto você já tem. Números da sorte, 1, 15, 27

Caranguejo / Câncer 21/6 - 22/7

Pode ser difícil saber se você está indo ou vindo hoje, sendo necessário encontrar quietude onde puder. Lembre-se de subscrever narrativas derrotistas ou de envolver-se em dinâmicas de relacionamento que o esgotam. Números da sorte, 87, 67, 93

Leão / Leo 23/7 a 22/8

Você pode estar se sentindo ansioso ou mal-humorado hoje. Tente pegar leve e não se preocupar com as pequenas coisas. Deixe as coisas se resolverem. Você pode ser agradavelmente surpreendida. Uma soneca pode dar-lhe o reset de que precisa. Números da sorte: 76, 71, 68

Virgem / Virgem 23/8 a 22/9

Você é forçado a sair de sua zona de conforto e apoiar-se nos outros. Você não tem que assumir tudo sozinho. Por outro lado, dê a si mesmo espaço para bagunçar e cometer erros. A perfeição é uma ilusão. Números da sorte: 3, 10, 18

Balança / Libra 23/9 a 22/10

Você está se sentindo ambicioso hoje, mas fique atento para não deixar que as pessoas prejudiquem seu entusiasmo ou trabalho. Você pode precisar ser firme com um membro da família ou alguém com quem você trabalha. Seja honesto com seus sentimentos. Números da sorte: 15, 19, 23



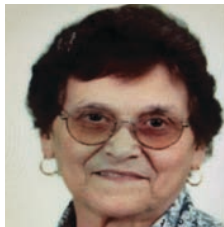
Obituaries

LEONILDE GRAVITO

It is with deep sorrow and much love that we mourn the passing of Leonilde Gravito on November 13, 2020 at the age of 92 years.

She will be lovingly remembered by her children: Durval (Iria), Emilia (Martinho).

Grandchildren: Ryan (Teija), Lisa (Jason), Graciana (Paulo), Elsie (Rob), and Great-grandchildren: Kane and Rylee, as well as numerous relatives and friends. She was predeceased by her loving husband João da Costa Gravito in 1976.



Leonilde was born in 1928 in Faja de Cima, São Miguel Acores, Portugal and immigrated to Canada (Winnipeg) in 1970. A private service was held at the family's request at Assumption Cemetery, where Leonilde was laid to rest on November 20, 2020.

The family wishes to send a special thank you to the staff at the Grace Hospital for their care and compassion.

SUSANA MARGARIDA MEDEIROS

On Saturday, November 21st, 2020, Susan passed peacefully at the age of 48. She is survived by her husband of 27 years, 24 married, Antonio (Tony). Her memory will live on through her two sons Nicholas and Devon. Susan was predeceased by her father (Manuel Cabral). She is survived by her mother (Maria Teresa), brother Manuel (Angela), and sister Teresa.

She leaves behind nephews, Steven, Alex, Brayden, Shane, and niece Caylee as well as numerous family members in Portugal, The United States, and Canada. She will be missed tremendously. The pleasant memories of her

existence will remain deep in the hearts of her family and friends.

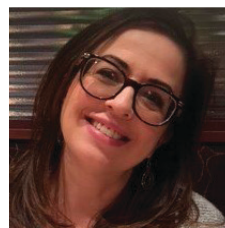
Susan was born on February 2nd, 1972 in Capelas, São Miguel, Azores. Susan came to Winnipeg with her family in 1974 seeking a new beginning. She was a loving wife, mother, sister, aunt, and friend. Susan was a people person, and would brighten up any room she walked in. She was always happy and believed in the idea that it took too much energy to be angry. She was dedicated to her family, friends, and would always put others before herself. Susan was employed at Community Therapy Services for 20 years, and was passionate about her work. She enjoyed fitness and loved adventures or travelling with the family. She had an eye for fashion and a heart for baking.

The family would like to thank the staff at the Women's Hospital, who each had a hand in Susan's care. We would also like to thank the Palliative Care team and CancerCare for their compassion and guidance during her journey.

Reverend Monsignor Maurice J. Comeault, officiated the service on November 30, 2020 at Cropo Funeral Chapel. In lieu of flowers, donations can be made to CancerCare Manitoba.

MARIA DOS ANJOS SANTOS TAVARES

On Thursday, November 19, 2020, Maria dos Anjos passed away peacefully in her sleep, at the age of 91. Maria dos Anjos is survived by her two sons João Manuel (Filomena) and Gilbert (Eddie), grandchildren Paulo (Jessica), Gorete (Joe), Kristle (Mike), Michael (Marilou), Khorie (Patricia), Julian (Ola); great grandchildren



Makenzie, Victoria, Noah, Dominique, Demetri, Caleb, Alex, Arielle, Andrew, Emily, Nicholas, Isabel, Kalista and Alexander; her sister Maria da Conceição, brother-in-law Manuel (Liberta), sisters-in-law Odete, and Luisa; and multi-generations of nieces and nephews in Winnipeg, Toronto, Bermuda, East Providence, and São Miguel. Maria dos Anjos was predeceased by her husband João, father; Manuel dos Santos Machado, mother; Evangelina Jesus Ferreira; sisters Maria Luisa, Evangelina, and brothers José, and Manuel Eduardo.

Maria dos Anjos was born August 16, 1929 in Fajã de Cima, São Miguel, Açores, Portugal. In 1970, she immigrated to Winnipeg with her husband and her two sons and worked hard to build a new life for herself and her family. She instilled family values and a strong work ethic in her children and supported them always with words of wisdom, love and compassion.

Maria dos Anjos was by all accounts a special human with unwavering purpose, admirable inner strength and a really endearing comical side to her personality. Even her name was special. Divine. It translates as Mary of Angels. She raised two sons and did so rather well, since they were diligent and doting examples of nurturing men who knew how to care for their mother. Beyond that, she was also a caregiver to her husband in the later years of his life when the effects of his juvenile diabetes eventually took his eyesight and his leg. In the last 30+ years, following the death of her husband, Maria dos Anjos was defined entirely by herself. Not a typical thing for a woman born in 1929 in Portugal. It seemed like she ascended to her place atop her family tree with relative ease.

Like it was always meant to be that way. She was fiercely independent and lived at Lar de Santa Isabel for the last 25 years with the support of her family and later in life, homecare.

Graveside service at Assumption Cemetery on 3990 Portage Avenue took place Tuesday, November 24, 2020. In lieu of flowers, please donate in her memory to the Diabetes Association of Manitoba.



INTEGRITY | INTEGRIDADE CARING ABOVE ALL | CARINHO ACIMA DE TUDO RELIABILITY | CONFIABILIDADE

At Cropo, we provide meaningful end of life services that reflect the beliefs and values of your family. We continue our proud support of the Portuguese community, and we are always available to provide thoughtful options and professional guidance.

Caring Above All.

Na Cropo, prestamos serviços significativos no final da vida, que refletem as crenças e valores de sua família. Continuamos com nosso orgulhoso apoio da comunidade portuguesa e estamos sempre disponíveis para fornecer opções atenciosas e orientação profissional.

Cuidar acima de tudo.

1442 MAIN STREET | 1800 DAY STREET | WINNIPEG, MANITOBA
204.586.8044 | 1.866.586.8044 TOLL FREE
CROPO.COM

Obituaries

JOSE CARLOS MEDEIROS

It is with immense pain and heartache that the family announces the passing of our beloved José (Joe) Carlos Da Camara Medeiros at St. Boniface Hospital, on Saturday, November 14, 2020, at the age of 60.

He leaves to mourn, wife Maria and their four sons, Ricardo, Julian (Monica), Kevin, and Steven (Jean); grandchildren, Donavin, Julianna, Stella, Felipa and Xavienna. He is also survived by his sisters; Donna, Lurdes and Maria and his brothers; Joao, Luis and Mario; Joe was predeceased by his father, Joao; his mother, Maria Natalia and sister, Olivia.

Joe was born on May 24, 1960, in Ponta Delgada, Açores, Portugal. He was a loving husband, father, grand-father, uncle, cousin and friend. He was a very diligent, and responsible man who had a thriving and strong work ethic. He always wanted the very best for everyone and made sure all ends were met for his family. To know Joe, was to love him and be loved by him. He always had ear to listen to you, a story to tell, a word of wisdom to share and a joke to tell. We can't count the moments where has helped many people and all the memories that were made with everyone. He is well-known in the Portuguese Community, and worked in the Construction industry for many years in Winnipeg. He will truly be missed.



A private service took place on Monday, November 23. To view the service visit www.cropo.com. Go to Jose's memorial page and select the livestream link.

CARLOS ALBERTO SOARES 1943 - 2020

On Wednesday November 25th, 2020 Carlos passed peacefully at 77 years of age. He is survived by his wife Rosa of 55 years. His memory will live on through his 5 children, Grace (Emmanuel), Joe (Adelle), Roberto (Carla), Natalia (Phillip), Elisabete (Gilberto) as well as 17 grandchildren and 15 great grandchildren and many nephews and nieces.

He is also survived by his sister in USA Carmelia (Luis). Carlos was predeceased by his father Jose, his mother Maria de Carmo, and sister Armenia Tavares.

Carlos was born on August 5, 1943 in Ponta Delgada Azores, Portugal. He immigrated to Canada in 1972 and made Winnipeg his home. He was a hard working family man who worked tirelessly to fulfill his passion for Automotive Mechanics at Azores Auto Service for 22 years until his retirement. Carlos lived his life to the fullest. The Family would like to thank all the staff at HSC, GH4 ward for all their support. A private funeral liturgy was celebrated in the chapel of Voyage Funeral Home on December 1, 2020, after which he was laid to rest at Brookside Cemetery.



To access the live stream of the liturgy, please please visit: voyagefuneralhomes.com.

Alegral-vos no senhor, e regozijal-vos, vos os justos: e cantal alegremente, todos vos que sois retos de coracao ~Salmos 32:11

Na quarta-feira, 25 de novembro de 2020, Carlos passou pacificamente aos 77 anos de idade. Ele deixa sua esposa Rosa de 55 anos. A sua memória viverá através dos seus 5 filhos, Grace (Emmanuel), Joe (Adelle), Roberto (Carla), Natalia (Phillip), Elisabete (Gilberto), bem como 17 netos e 15 bisnetos e muitos sobrinhos e sobrinhas. Ele também deixa sua irmã nos EUA, Carmelia (Luis). Carlos foi falecido por seu pai José, sua mãe Maria de Carmo e sua irmã Armênia Tavares.

Carlos nasceu a 5 de agosto de 1943 em Ponta Delgada Açores, Portugal. Ele imigrou para o Canadá em 1972 e fez de Winnipeg sua casa. Foi um trabalhador de família que trabalhou incansavelmente para cumprir a sua paixão pela Mecânica Automóvel na Azores Auto Service durante 22 anos até à sua reforma. Carlos viveu sua vida ao máximo. A Família gostaria de agradecer a todos os funcionários da ala HSC, GH4, por todo o apoio.

Uma liturgia fúnebre particular foi celebrada na capela da Voyage Funeral Home em 1º de dezembro de 2020, após a qual ele foi sepultado no cemitério de Brookside.

Para *acessar a transmissão ao vivo da liturgia*, visite: voyagefuneralhomes.com.

MOSAIC

F U N E R A L

CREMATION & CEMETERY SERVICES

Honest Service. Sincere Staff.

We are committed to providing compassionate service at both our Nairn and Inkster locations. Our team of professional experts will guide and support you during your time of grief, and ensure your loved one is celebrated.

Call today for competitive funeral and memorial packages.

Feel at Home.

IMMEDIATE NEED? WE'RE HERE FOR YOU 24/7

(204)275-5555

1839 INKSTER BOULEVARD
1006 NAIRN AVENUE
MOSAICFUNERALS.CA
INFO@MOSAICFUNERALS.CA

OWNER DARIN HOFFMAN
& SPOUSE ZENY REGALADO



Community | Comunidade

Contact us to advertise: omundial@outlook.com | 204.981.3019



Associação Portuguesa de Manitoba
659 Young St.
Winnipeg, Manitoba
204-783-5607



Casa dos Açores
1 Açores Street
Winnipeg, Manitoba
R3B 0V4 Canadá
E-mail: casadosacores.wpg@mts.net
Tel. 204-947-0049




Centro Português Casa do Minho
1080 Wall St., Winnipeg, MB R2E 2R9 Canadá
Tel. 204-772-1070 E-mail: 7721070@mts.net



PORTUGUESE IN MANITOBA
www.portugueseinmanitoba.com



PORTUGUESE PROGRAM "VOZ LUZITANA"



JP Cardoso
HOST/PRODUCER
520 Corydon Avenue
Winnipeg, MB R3L 0P1
www.ckjs.com
Phone: 204-960-6692
Fax: 204-453-8244
jcardoso@ckjs.com




Serviço de Foto e Vídeo
Casamentos - Batizados
Aniversários - Festas Privadas
Colaboradores Freelance:
PortugueseInManitoba Website
LusoCanTv - Jornal O Mundial
1279 Redwood Avenue
Winnipeg, MB R2X 0Y7




Carlos Sousa **Tony Soares**
Cell 204.299.8041
www.facebook.com/carlos.sousa.798278



TELEVISÃO COMUNITÁRIA PORTUGUESA
Todos os dias na Cabo TV da SHAW canal 9
Veja também todos os shows anteriores no You Tube
www.youtube.com-lusocantv
Contatos: pbergantim@shaw.ca 204-479-9297

Memberships | Sócios 2020

- Contribution/Contribuição**
- **\$10.00** name/nome on page/página
 - **\$25.00** name/nome on page/página & small business card/cartão de negócio, pequeno, uma vez por ano
 - **\$50.00** name/nome on page/página & one time 1/8 page of news or event coverage, e.g., In Memoriam/1/8 página de notícias, uma vez por ano;
 - **\$75.00** name/nome on page/página & 1/2 page one time news or event coverage/1/2 página de notícias, uma vez por ano;
 - **\$100.00+** name/nome on page/página & full page of news or event coverage, one time per year/uma página inteira de notícias, uma vez por ano
- **ALVORADA**, o CONJUNTO
 - Em memória de **ARMANDO RAPOSO CAMARA**
 - **MARIA JOSÉ CORREIA**
 - **J. PETER CORREIA**
 - **PEDRO AIRES CORREIA**
 - **LIGA DOS COMBATENTES, NÚCLEO DE WINNIPEG**
 - **LUSO-CAN TV**
 - In memory of **MARY & PETER MÁRUSCHAK**
 - **CARLOS & YVONE OLIVEIRA**



- Em memória de **JOSÉ MARIANO MEDEIROS MOREIRA**
- Em memória de **EUGÉNIO SILVA, COMBATENTE**
- Em memória de **CARLOS SOUSA, COMBATENTE**
- Em memória de **ANTÓNIO TAVARES**

*Parabens Nuno Pereira!
Happy Birthday Nuno Pereira!
From all of us at Navegante O Mundial*



*Parabens Mary Bruce! 100 anos!
Happy Birthday Mary Bruce! 100 years!
with Love from your Family and Friends*



Luis Jorge (204) 963-4800
advance.acrylic@gmail.com
299 Hoddinott Rd.
East St. Paul, MB R2E 0H7

ADVANCE
Acrylic & Stucco LTD

Call us for Snow Removal

EFIS System
Acrylic & Stucco
Stucco Wire
Cultured Stone
Renovations



CALADO
CONSTRUCTION

66 St Paul Blvd
West St. Paul, Manitoba
Canada R2P 2W5



CONTACT: 204.334.8689 – OFFICE
204.334.4163 – DISPATCH
204.334.5806 – FAX
www.caladoconstruction.com



G
GARCEA
GROUP OF COMPANIES



GRANITE
CONCRETE SERVICES

Tuscany
CONSTRUCTION
The Tile Specialist

colour
DESIGN DECORATING



P: (204) 338 - 9776 E: info@garceagroup.ca W: www.garceagroup.ca

DMB
CONSTRUCTION

Domingos M. Bravo

Phone: 775-4259 Fax: 772-4943 E-mail: dmbconstruction@mts.net

For All Your Interlocking Stone and Concrete Needs
● Residential and Commercial ● Bonded and Insured