



Navegante
www.navegante-omundial.com *Cultural*



Mundial

THE PORTUGUESE NEWSPAPER

VOL 2 ISSUE 4 2020

Prologue to an Issue

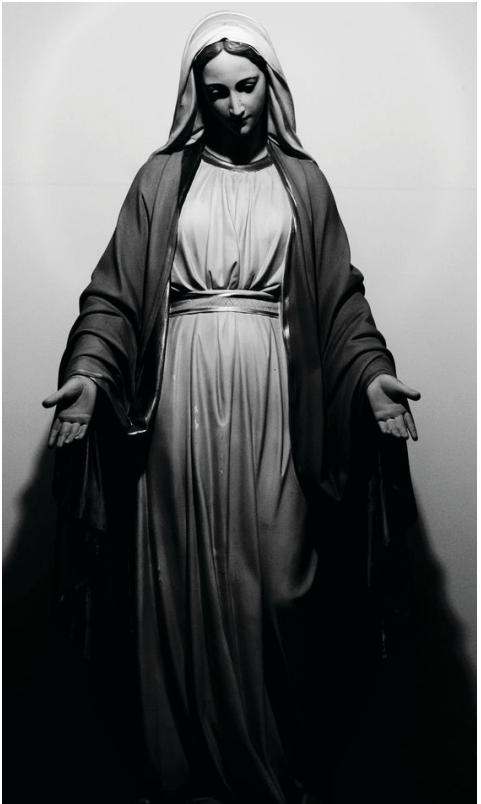
The Portuguese culture is inextricably linked with Christian expressions of faith, principally those of the Roman Catholic Church. Across Portugal, the month of May is reserved for venerations of Senhor Santo Cristo and Nossa Senhora de Fátima, both of which spiritually reverberate across the Portuguese global diaspora. Owing to the pandemic restrictions this year, public masses have only just re-commenced at the Immaculate Conception Parish in Winnipeg, which is the devotional touchstone of Portuguese-Canadians in Manitoba, but the familiar processions will not unfurl solemnly through narrow Point Douglas streets, where the faithful gather to pray and sing. Promises made to the Divine in supplication will have to keep: fervent prayers to Saints and Archangels; to the Holy Saint Christ, or to Our Lady of Fátima; to the Holy Spirit, will also have to wait, or to be whispered at home, alone. It is a profound cultural loss for the Portuguese community in this province, to be absent sacred traditions and spiritual sustenance; a loss that prohibits an annual contribution to, and participation in, the religious institutions and organizations to which many give mind, body, heart and soul.

On behalf of all who contribute to and support **Navegante Cultural - O Mundial**, I would like to extend gratitude to the Romeiros, the Irmandades, the Comissões, the Domingas, the Clergy at Immaculate Conception, and to all the faithful. In my heart, I can hear the percussive brass echoes of Banda Lira de Fátima... *Ave, Ave, Ave Maria!*

Prólogo à Edição

A cultura portuguesa está indissoluvelmente ligada às expressões cristãs de fé, principalmente as da Igreja Católica Romana. Em Portugal, o mês de maio é reservado para venerações, do Senhor Santo Cristo e de Nossa Senhora de Fátima, que reverberam espiritualmente pela diáspora global portuguesa. Devido às restrições da pandemia deste ano, as missas públicas só agora recomeçaram na Paróquia da Imaculada Conceição, em Winnipeg, que é a pedra de toque devocional dos luso-canadianos em Manitoba, mas as procissões familiares não se desenrolam solememente pelas ruas estreitas de Point Douglas, aonde os fiéis se reúnem para orar e cantar. As promessas feitas ao Divino em súplica terão de esperar: orações fervorosas a santos e arcangels; ao Santo Cristo, ou a Nossa Senhora de Fátima; para o Espírito Santo também terá que esperar, ou ser sussurrado em casa, sozinho. É uma perda cultural profunda para a comunidade portuguesa nesta província, estar ausente de tradições sagradas e sustento espiritual; uma perda que proíbe uma contribuição anual e participação nas instituições e organizações religiosas às quais muitos dão mente, corpo, coração e alma.

Em nome de todos os que contribuem e apoiam a **Navegante Cultural - O Mundial**, gostaria de agradecer aos Romeiros, Irmandades, Comissões, Domingas, Clérigos da Imaculada Conceição e a todos os fiéis. No meu coração, ouço os ecos percussivos de bronze da Banda Lira de Fátima... *Ave, Ave, Ave Maria!*



Mãe

*Lembro-me de ti todos os dias.
Amar é nunca pedir desculpa
Doi-me, quando pediste desculpa
Tu me amavas, sempre e sentias.*

*Desculpa filho!...
amor no teu coração
Amar é nunca pedir desculpa
Tive ainda tempo de pedir perdão
Foram cinquenta anos de culpa*

*Hoje fiz o que tu não querias.
Chorei! Chorei convulsivamente
Pelo amor que tenho todos os dias.*

*Choro porque sinto bem de ti
Sei que me proteges, onde estás.
Eu sinto o amor que tens por mim*



PUBLISHER / EDITORA
Navegante Cultural Navigator
204.981.3019

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

DISTRIBUTION / PUBLICITY
CONSULTANT:
Pedro Aires Correia

PORTRUGUESE 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

ADVISORS 2020:
Lucy Andrade
Paulo Bergantim, Luso-Can TV
Paulo Jorge Cabral, Consul
João Pedro Correia
Debbie Dunmall
Maria Parker
Mala Sachdeva
Mario J. Santos

EDITORIAL COLLABORATORS:
Euclides Cavaco, Poet(a)
Yvonne Cerqueira
João Pedro Ernesto, Poet(a)
Paula Kabulak
Victor Lopes & Dr. Nadine Shelton

PHOTOGRAPHIC COLLABORATORS:
Claudia Angela Moniz, C.A.M.
Dela Silva
Nelia Soares
Tony Soares & Fatima Sousa, CSP Video

COVER & INSIDE FRONT COVER PHOTOS:
Senhor Santo Cristo,
Nossa Senhora da Fátima e Pastorinhos
Creative Commons ©

PRINTED BY:
Winnipeg Sun Commercial Print Division



Navegante
Cultural



Letter from the Editor:

Carta do Editor

Journalism became a profession in western Europe and North American in the 20th century. This professional status created a set of standards and norms for journalists

to report without "fear or favour" on important public issues; at the same time, journalism became a paid occupation, separate from public relations. Prior to this democratic movement in journalism, reporting in the media was entrusted to lawyers, politicians, and other members of the chattering classes; in blunt Marxist terms: the bourgeoisie.

In Portugal, the democratic change in journalism came a little later than it did in other parts of Europe. The bloodless revolution of the carnations in 1974 kick-started public service reporting on issues of economic, political, and social concern -- topics that were once censored in the press by the corporate dictatorship of Salazar, and later, Caetano. The main idea behind this kind of reporting, which was seen almost overnight in Portugal, is that democratic decision-making can be informed by sharing stories that provide citizens with the necessary information to make sense of current events, beyond partisan politics or corporate agendas.

Small and independent news outlets like NaveganteCultural-OMundial exist between and between so-called alternative news and the mainstream media, known by its tiring acronym, MSM, and if you believe alternative news outlet, responsible for spreading all sorts of "fake news."

What is fake and what is real is a major existential topic for another time and place, suffice to say for now where the news is concerned, folks read and uphold what they already believe, due to a thinking error that is known as "confirmation bias." Digital technology on media platforms such as Facebook has spawned countless echo-chambers, where you hear back what you say and there is little room for respectful dialogue. If you're "left wing," you say and think certain things and uphold big corporate media giants such as CNN as the standard of objective journalism. If you're "right wing," you think and say certain other things and uphold Fox News as the underdog purveyor of truth.

All of us approach media, whether TV, print, digital, radio or social, with a core set of values, and it takes an exceptionally open-minded person to avoid mutual congratulation networks that serve only to confirm our biases.

I'm as guilty as anyone else, although I do make a significant effort to keep an open mind, and I am fortunate that the advertisers and members who support this publication ask nothing of me with respect to either a left or right slant to my stories.

In this print and online publication, reporting is more about integrating and developing community than it is about left or right politics; yet still, I've an obligation to tell the truth as I know it and to chronicle important stories in my continuous vision of *informing the portuguese*, based here in Winnipeg but with an eye on the diaspora -- all without "fear or favour," and all with a passion to leave things better than I found them.

O jornalismo tornou-se uma profissão na Europa Ocidental e na América do Norte no século XX. Esse status profissional criou um conjunto de padrões e normas para os jornalistas reportarem sem "medo ou favor" sobre questões públicas importantes; ao mesmo tempo, o jornalismo tornou-se uma ocupação remunerada, separada das relações públicas. Antes desse movimento democrático no jornalismo, as reportagens na mídia eram confiadas a advogados, políticos e outros membros das classes tagarelas; em termos marxistas bruscos: a burguesia.

Em Portugal, a mudança democrática no jornalismo ocorreu um pouco mais tarde do que em outras partes da Europa. A revolta sem derramamento de sangue dos cravos em 1974 deu início ao serviço público, relatando questões de interesse econômico, político e social - tópicos que antes eram censurados na imprensa pela ditadura corporativa de Salazar e, posteriormente, Caetano. A principal ideia por trás desse tipo de reportagem, vista quase da noite para o dia em Portugal, é que a tomada de decisões democráticas pode ser informada através do compartilhamento de histórias que fornecem aos cidadãos as informações necessárias para entender os eventos atuais, além de políticas partidárias ou agendas corporativas.

Existem meios de comunicação pequenos e independentes, como o NaveganteCultural-OMundial, entre o chamado jornalismo alternativo e a grande mídia, conhecida por seu acrônimo, MSM, e se acredita em outro meio de comunicação, responsável por espalhar todo tipo de "notícias falsas".

O que é falso e real é um tópico existencial importante para outro tempo e local, basta dizer agora, no que diz respeito às notícias, que as pessoas leem e defendem o que já acreditam, devido a um erro de pensamento conhecido como "viés de confirmação." A tecnologia digital em plataformas de mídia como o Facebook gerou inúmeras câmaras de eco, onde você ouve o que diz, e há pouco espaço para um diálogo respeitoso. Se é "da esquerda," diz e pensa certas coisas e defende grandes gigantes da mídia corporativa, como o CNN, como o padrão do jornalismo objetivo. Se é "da direita," pensa e diz algumas outras coisas e defende o Fox News como a menosprezadora da verdade.

Todos nós abordamos a mídia, seja na TV, impressa, digital, rádio ou social, com um conjunto central de valores, e é preciso uma pessoa excepcionalmente aberta para evitar redes de felicitações mútuas que servem apenas para confirmar nossos preconceitos.

Sou tão culpada quanto qualquer outra pessoa, embora faça um esforço significativo para manter a mente aberta e tenho a sorte de que os anunciantes e membros que apoiam esta publicação não me perguntam nada em relação à inclinação esquerda ou direita em compartilhar as minhas histórias.

Nesta publicação impressa e on-line, os relatórios são mais sobre integração e desenvolvimento da comunidade do que sobre política de esquerda ou direita; ainda assim, tenho a obrigação de dizer a verdade como a conheço e de narrar histórias importantes em minha visão contínua de informar os portugueses, baseada aqui em Winnipeg, mas de olho na diáspora - tudo sem "medo ou favor," e tudo com uma paixão para deixar as coisas melhores do que as encontrei.

Table of Contents

Summary - Sumário

Health and Beauty – Saúde e Beleza	06
Super Mario: Building Culture & Developing Community ..	10
Food and Drink – Comida e Bebida	13
Combatentes Page – Página dos Combatentes	18
History – História: Ponte de Lima	20
Super Mario, Continuado	22
Adiado	24
Horoscope – Horóscopo	27
Let's Learn Update: History of/História de Pandemics/Pandemia ..	28
Travel – Viagem	29
Sports – Desporto	30
Obituaries – Obituários	33
Community, Comunidade e Sócios	35

PROVINCIA PREPARA-SE PARA A SEGUNDA FASE DE ABERTURA, COVID-19

Até o momento de imprensa, o governo de Manitoba continua dando passos para restaurar serviços e abrir negócios, enquanto toma medidas seguras para garantir o distanciamento (físico) social e o bem-estar dos Manitobanos. A partir de 22 de maio de 2020, as reuniões internas aumentaram para 25 pessoas, enquanto as reuniões externas aumentaram para 50 pessoas - ambas requerem uma distância social (física) de dois metros, exceto para breves encontros. Essas regras se aplicam a reuniões sociais que incluem casamentos e funerais, mas podem mudar se o número de casos Covid-19 aumentar.

A partir de 1º de junho de 2020, a Fase Dois deverá continuar a expansão com restauração adicional de negócios em outros setores, como serviços de assistência à infância e educação; casas de cuidados pessoais; acampamentos diurnos; esportes coletivos; instalações de recreio ao ar livre e campos de golfe; viajar para parques, acampamentos, cabanas, pousadas e resorts do norte; piscinas particulares e privadas; piscinas, spas e academias de ginástica; academias

e instalações de treino; centros culturais, comunitários e de serviços; serviços pessoais como estética, e estúdios de tatuagem; restaurantes, bares, salas de bebidas, bares de cerveja, cervejarias; e produção de filmes. Para a lista completa acesse: <http://www.manitoba.ca/covid19/restoring/index.html>

Casas de cuidados pessoais permitirão visitas ao ar livre; a escola será aberta para reuniões individuais entre educadores e alunos, seguindo o protocolo determinado pelas divisões e escolas; as aberturas dos locais internos de comida e bebida limitarão os espaços internos e externos a 50% da capacidade. Proteção como máscaras são discricionários, mas medidas para sanitar superfícies e lavar as mãos são obrigatórias. Para guia comercial, redução de risco e orientações gerais, acesse: www.manitoba.ca/covid19

Grandes festivais como Folklorama, os Folk, Jazz e Fringe Festivais continuam fechados, assim como esportes profissionais, como o hóquei NHL e o futebol CFL. As corridas de cavalos, no entanto, são retomadas em Assiniboine Downs, sem espectadores ao vivo. A província agradece feedback sobre o plano de restauração em: <https://engagemb.ca>

PROVINCE PREPARES FOR SECOND PHASE COVID-19 OPENINGS

At press time, the Manitoba Government is continuing with steps to restore services and open businesses, while taking safe measures to ensure social (physical) distancing and well-being of Manitobans.

Starting May 22, 2020, indoor gatherings increased to 25 people, while outdoor gatherings increased to 50 people -- both of which require a social (physical) distance of two meters except for brief exchanges. These rules apply to social gatherings that include worship, weddings, and funerals, but may change if numbers of Covid-19 cases increase.

Starting June 1, 2020, Phase Two continued with the additional restoration of businesses services across other sectors such as child care services and education; personal care homes; day camps; team sports; outdoor recreation facilities and golf courses; travel to northern parks, campgrounds, cabins, lodges, and resorts; public and private swimming pools; splash pools, spas and fitness clubs; gyms and training facilities; community and service centres; personal services such as aesthetics and tattoo parlours; restaurants, bars, beverage rooms, brew pubs, microbreweries; and film production. *All businesses in our community are now open.*

For a complete list of openings go to:
<http://www.manitoba.ca/covid19/restoring/index.html>

Personal care homes will allow outdoor visits; school will open to include one-on-one meetings between educators and students, following protocol determined by divisions and schools; openings of indoor food and beverage locations will limit both indoor and outdoor spaces to 50% capacity. PPE such as masks are discretionary, but measures for sanitizing surfaces and washing hands are mandatory.

For business advice, risk reduction, and other, general guidance, go to: www.manitoba.ca/covid19

Large festivals such as Folklorama, the Folk, Jazz and Fringe Festivals remain closed as do professional sports such as NHL hockey and CFL football. Horse racing, however, resumes at Assiniboine Downs, without live spectators.

The province welcomes feedback on the restoration plan at: <https://engagemb.ca>

The Divine Matrix

O Matriz Divino -- Uma Serie Editorial inspirada por Gregg Braden -- An Editorial Series inspired by Gregg Braden

Small Miracles

In a book written by Yitta Halberstam and Judith Levanthal, *Small Miracles: Extraordinary Coincidences from Everyday Life*, there is an extraordinary story about the power of forgiveness that transcends the bounds of time. It is paraphrased here from Braden's account in *The Divine Matrix*.

The death of Joey's father came as a shock, moreso because they hadn't spoken since Joey turned 19 and started questioning the family's beliefs in Judaism. To Joey's father, no greater disgrace could befall the family, than to doubt and put into question such an ancient, divine belief and the cherished traditions of their family. He threatened Joey with the end of their relationship and disownment from the family unless Joey recanted and changed his mind. But alas, Joey could not, and so, he left home to make his way in the world.

In India, at a small cafe, Joey ran into a friend who shared with him the unexpected news of his father's death. Joey immediately returned home and began to explore his Jewish heritage, motivated by a compelling need to gain insights into his father as well as himself. After some time of reading, there came a time for action. Joey booked a flight to Israel, to explore for himself the ancient roots of his family's traditions and religious beliefs.

Joey made a pilgrimage to the Wailing Wall in Jerusalem, where Orthodox Jews go to worship each day, repeating the words of prayers that have been repeated for centuries. Joey had written a note to his father, declaring his love and asking God for forgiveness. Following the custom at the Wailing Wall, Joey planned to leave the note in one of the stone crevices. He searched for just the right spot, and as he was about to insert his note, something for which current science has no explanation, occurred: another note fell from the spot.

A strange feeling overcame Joey as he reached down to pick up the note. He recognized the writing -- it was his father's! Joey's father had written and left the note in

the Wailing Wall, some time before his death, obviously.

In a twist of fate, Joey's father had placed a note asking for forgiveness and declaring his love for his son, in the very same spot that Joey had gone to place a note asking for forgiveness and declaring his love for his father.

No livro escrito por Yitta Halberstam e Judith Levanthal, Pequenos Milagres: Coincidências

Extraordinárias da Vida Cotidiana, há uma história extraordinária sobre o poder do perdão que transcende os limites do tempo. Está parafraseada aqui, do The Divine Matrix.

A morte do pai de Joey foi um choque, mais ainda, porque eles não conversavam desde que Joey completou 19 anos e começou a questionar as crenças da família no judaísmo. Para o pai de Joey, nenhuma desgraça maior poderia acontecer à família do que duvidar uma crença antiga, e as tradições queridas de sua família. Ele ameaçou Joey com o fim de seu relacionamento e renúncia da família, a menos que Joey se retratasse e mudasse de idéia. Mas, infelizmente, Joey não podia, e assim, ele saiu de casa para fazer o seu caminho no mundo.

Na Índia, num pequeno café, Joey viu um amigo que compartilhou com ele as inesperadas notícias da morte de seu pai. Joey voltou para casa e começou a explorar sua herança judaica, motivado por necessidade de obter entendimento sobre seu pai e sobre si mesmo. Depois de algum tempo de leitura, chegou o momento de agir. Joey marcou passagem para Israel, com planos de explorar as crenças religiosas de sua família.



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 imóveis telefone ou manda uma mensagem por texto, para 204.336.2746

Joey fez uma peregrinação ao Muro das Lamentações em Jerusalém, onde os judeus ortodoxos vão adorar todos os dias, repetindo as palavras de orações que foram repetidas por séculos. Joey tinha escrito uma nota, declarando seu amor ao pai e pedindo perdão a Deus. Segundo o costume no Muro das Lamentações, Joey planejava deixar o bilhete em uma das fendas de pedra. Ele procurou o ponto certo e, quando estava prestes a inserir sua nota, algo para o qual a ciência atual não tem explicação, ocorreu: outra nota caiu do mesmo ponto.

Um sentimento estranho o dominou quando Joey se abaixou para pegar a nota. Ele reconheceu a escrita - era do pai! O pai de Joey havia escrito e deixado o bilhete no Muro das Lamentações, algum tempo antes de sua morte, quem sabe quando; o que se sabe é que Joey deveria encontrar a nota em que seu pai declarou seu amor por seu filho e pediu perdão a Deus por tê-lo recusado.

Em uma reviravolta do destino, o pai de Joey colocou uma nota pedindo perdão e declarando seu amor por seu filho, no mesmo lugar em que Joey havia colocado uma nota pedindo perdão e declarando seu amor por seu pai.



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

— L A W O F F I C E —

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

Health & Beauty

Paulino Spectacles: The Art of Handcrafted Eye- wear from Portugal

By Dr. Nadine Shelton

The brands we showcase at our optical, like Paulino Spectacles, reflect who we are. Family owned, quality, small scale, unique and inspired by travel. Ramiro Paulino, owner, designer and third generation eyewear family member who takes pride in his heritage and commitment to fine craftsmanship and style.

The brand had its start in the 1930's with Bernardo Paulino Pereira opening his first optical store in Santarem, Portugal. Durability and function in their work was emphasized right from the beginning as they expanded westward towards the town of Caldas da Rainha



Handmade in Portugal Frames

Ramiro tells us about growing up in the shop and making toys out of the materials he found lying around the work bench. He eventually learned his father's techniques, secrets and acquired his passion for the craft.

Craftsmanship, Inspiration and Design

Producing these timeless frames begin with an idea that is captured on paper, drawn over and over to perfect every curve and detail to ensure frame comfort and style.

The handmade process of these pieces only use the best of Italian Mazzucchelli acetate, as they are known for its strength, unique patterns and colour combinations and are backed by a 2 year warranty. Each finished frame has a beautiful smooth polish and are inspected to assure only the highest standards of perfection.

Only Minutes Away and....
Ready to Serve You!

VIDEL MEDICAL CLINIC & VIDEL PHARMACY
WALK-INS • FAMILY DOCTOR • PHARMACY



FAMILY DOCTORS
MALE • FEMALE
Accepting New Patients
Walk-Ins Are Welcome
Languages spoken:
English, Hindi, Punjabi,
Arabic & Portuguese

CLINIC PHONE NUMBER: 204.775.5160
711 Sargent @ Toronto FREE PARKING (BEHIND THE MEDICAL CLINIC)

VIDEL PHARMACY
HOURS
Mon-Fri: 9am to 5:30pm
Saturday: 9am to 1pm



Full Provision of Dental Services as of June 1, 2020

Full Provision of Pharmacy Services ongoing... 3 month prescriptions available again.

Dr. A. Fernandes



O seu dentista Português



2055 McPhillips St.
Unit 1
Tel. 204.339.2675
Winnipeg, MB
R2V 3C6



Willson Caetano

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

Farmácia
Red River CO-OP Ltd.

1425 Main Street
Winnipeg, MB
R2W 3V3



You're at home here

We care about
Community Health

pharmacymanagermainst@rrcoop.com

Utilize o Cartão CO-OP nas Compras da Farmácia

I respect Ramiro's keen eye of architecture and love of Portuguese buildings and his ability to combine classic and vintage eye wear shapes in his design interpretations. The results speak for themselves, when wearing and seeing these eye-catching curves and edges of his spectacles.

The Connection

Unique to this brand, is the personal touch Ramiro connects to each model. He pairs the places or people that have made an impact in his life in the esthetic of each frame. In the *Nazare* frame, inspired from his memory of going to the beach on Sundays with his family as a boy, we see his easy relaxed take on the wayfarer style frame that comes in four different colour combinations both in gloss and matte finishes.

The strong, playful and feminine looks of the *Teresa* and *Sara* frames are an uncanny match to his sisters' personalities and also come in four different colour combinations and finishes. The likes of Paulino Spectacles cannot be seen in another eye wear brand in how they bring their life experience, family history and personalities. It's so cool that people can wear these specs with this sense of history that lives in their frames and lets the wearer be a part of that history.

I love my *Filipa* sunglasses, I can wear them with a sweater or cardigan for an easy vintage feel or a cute leather jacket for an edgier, street look. I'm dying to wear my *Filipa* sunglasses in public once this home isolation is over! For now, you'll have to see me wear them at @nvmyeyes. And yes, *Filipa* has a family connection with Ramiro, named after his niece who is described as a sweet and educated lady.

And I would agree, as this piece evokes a vintage Hollywood golden era look, but with more modern sophistication.

From a style perspective, these specs have an endless range and offer a bolder statement. I can pair any vintage or modern outfits with these treasures; it all works.

*Full Provision of
Dental Services as of
June 1, 2020*

*Full Provision of
Esthetics as of
June 1, 2020*

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



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

nv

EYE CARE
EYE WEAR

(204) 504 – 6863
698 Corydon Ave
nvmyeyes.com

Óculos exclusivos - produzidos em Portugal

**20% de desconto nos óculos e \$75 sem seguro por
Exames dos olhos (adultos \$95 regular) até 31 de julho de 2020**

poupe - reserve agora!

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

Desejamos ser a sua óptica

Paulino Spectacles makes a natural fit with us at nv eye care and you can browse them at: nvmyeyes.com/shop, trusting that these glasses will make you look and feel your best.

Editorial Note -- I own a pair of progressive reading glasses by Paulino, a beautiful pair of bronze-coloured Ramiro's with gold inlay in the arms. They're lightweight and durable. And best of all, they help me create this publication! Huge thanks to Nadine for both the eye exam and the design consultation!

This unique eye boutique and optician is the only one in Winnipeg to offer services in Portuguese, and to carry one of the most stylish, contemporary eyewear labels in Portugal. Go have a look for yourself-- pun intended!

nv is a full service optical with eye exams and a great selection of unique-to-the-city eye wear.

*Full Provision of
Services since May
22, 2020*

PORTUGUESE BARBERSHOP HAIRSTYLING

ESPECIALIZADO EM
CORTES E
PENTEADOS MODERNOS



PROPRIETARIO
DANIEL FELIZARDO

204.783.8429

38 Kate Street
Winnipeg | Manitoba | R3A 1J8

Saúde Beleza

Óculos Paulino: A arte dos óculos artesanais de Portugal

Por Dr. Nadine Shelton

As marcas que mostramos em nossa óptica, como Paulino Spectacles, refletem quem somos. Propriedade familiar, qualidade, pequena escala, única e inspirada em viagens. Ramiro Paulino, proprietário, designer e membro da família de óculos de terceira geração que se orgulha de sua herança e compromisso com o artesanato e o estilo.

A marca teve início nos anos 30 com Bernardo Paulino Pereira, abrindo sua primeira loja de óptica em Santarém, Portugal. A durabilidade e a função em seu trabalho foram enfatizadas desde o início, à medida que se expandiam para o oeste em direção à cidade de Caldas da Rainha.

Ramiro nos contou sobre o seu crescimento na loja e fazer brinquedos com os materiais que encontrou ao redor da bancada de trabalho. Ele finalmente aprendeu as técnicas, os segredos de seu pai e adquiriu sua paixão pelo ofício

A produção desses quadros temporais começa com uma idéia que é capturada no papel, desenhada repetidamente para aperfeiçoar todas as curvas e detalhes para garantir o conforto e o estilo do quadro. O processo artesanal dessas peças usa apenas o melhor do acetato italiano Mazzucchelli, uma vez que são conhecidos por sua resistência, padrões únicos e combinações de cores e contam com uma garantia de 2 anos. Cada quadro acabado possui um belo polimento suave e é inspecionado para garantir apenas os mais altos padrões de perfeição.

Respeito o olhar aguçado de Ramiro pela arquitetura e o amor pelos edifícios portugueses e sua capacidade de combinar formas clássicas e vintage de óculos em suas interpretações de design. Os resultados falam por si, ao usar e ver essas curvas e bordas atraentes de seus óculos.

Nota Editorial -- Tenho um par de lentes progressivas para ler, óculos desenhados por Paulino; um lindo par de Ramiro, em cor bronzeada com acentos de ouro nas suas armações. São leves e duráveis. E ainda melhor, ajudam-me a escrever e desenhar esta publicação! Um grande obrigado a Nadine pelo exame, e também, a consulta estilista!

Adoro meus óculos de sol Filipa, posso usá-los com um suéter ou cardigã para uma sensação vintage fácil ou uma jaqueta de couro fofo para um visual de rua mais ousado. Estou morrendo de vontade de usar meus óculos de sol Filipa em público, assim que esse isolamento doméstico acabar! Por enquanto, você terá que me ver usá-los em @nvmyeyes. E sim, Filipa tem uma ligação familiar com Ramiro, em homenagem a sua sobrinha que é descrita como uma senhora doce e educada.

E eu concordo, pois essa peça evoca um visual vintage da era dourada de Hollywood, mas com sofisticação mais moderna.

De uma perspectiva de estilo, essas especificações têm um alcance infinito e oferecem uma declaração mais ousada. Posso combinar qualquer roupa vintage ou moderna com esses tesouros; tudo funciona.

Eye Care at nv During COVID-19

nv eye care & eye wear is open for eye emergencies and will be limiting one patient/family in the office at a time.

It is best to call ahead or email to make an appointment and allow time for surfaces to be disinfected between patients.

Patients will be directed to call the Misericordia Urgent Eye Care Clinic at 204-774-6581, if they are feeling sick, have traveled outside the province or country in the last 14 days or have been in contact with a person who has symptoms, or traveled outside of Manitoba.



The Owner

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

Her university days focused on early child eye care and low vision. Dr. Shelton has spent almost nine years in South St.Vital growing her practice. She recently opened her own new practice with her partner Victor Lopes in the heart of the Corydon Village.



Dr. Nadine Shelton, B.Sc, O.D., mostrando os seus óculos de sol, Filipa, por Paulino Spectacles, durante os tempos de COVID-19, em frente da sua loja óptica, na Corydon Avenue, aguardando tempos em que possa usar os seus óculos de sol muito mais publicamente!

Um local tão fixe, que têm sua própria esplanada na Corydon!

Paula's Limelife

By/Por Paula Kabulak

Limelife By Alcone has been around for over 70 years. They started in Hollywood, by supplying make up to stars and for Broadway productions. As the years went on, however, Alcone wanted to make their products more widely available to all, so they opened up a store front in New York City to ensure that everyone could have access to these amazing products, and not just movie stars and folks on Broadway.

I was introduced to Limelife about eight months ago, when I tried a sample. Well, I instantly fell in love with it, and what it did for my skin. The products are 100% natural. And they are simply amazing. Alcone has completely transformed my skin!

The make up is free of silicones, parabens and sulphates; in short, all of the nasty ingredients that will make you sick. When you use skincare or make up with those harmful chemicals, it takes only seconds for them to get into your bloodstream from your skin.

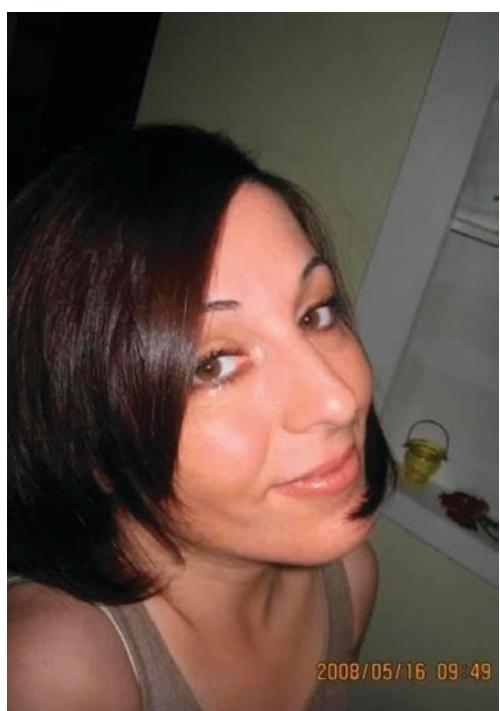
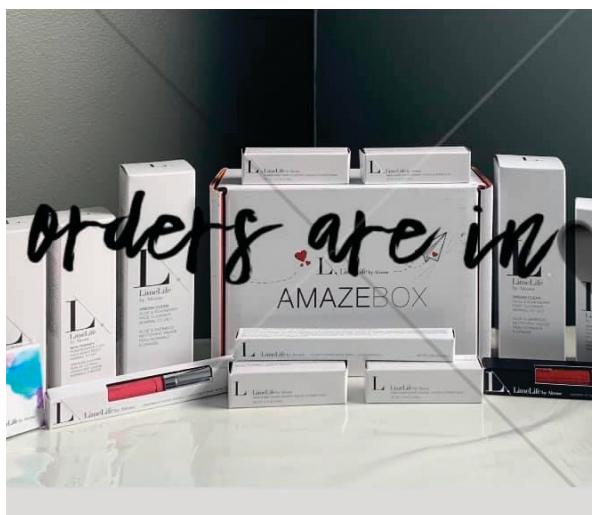
Limelife By Alcone strives to make you look and feel amazing, mainly because there are no harmful chemicals in the products. I was sold by that fact alone. I was also excited by Alcone's approach to beauty and their social responsibility in using only the best, natural ingredients.

There was only one thing to do at that point, and that was to join Alcone's amazing team. After all, I love the products so much, it seemed only natural for me to join the team and become part of this amazing and healthy approach to beauty, by becoming a beauty guide and promoting the products!

Why not join me? I look younger now than I did 12 years ago...

If... you just want to improve your skin condition, or if you have psoriasis, eczema, acne, or any other troublesome skin conditions, then I have an answer for you. Alcone!
If... you want to know more about our amazing skin care and makeup products or a business opportunity, then please reach out to me. I would love to chat.

Paula Kabulak
204.869.0135
paulakabaluk@hotmail.com
Limelife By Alcone Beauty Guide



A **Limelife By Alcone** existe há mais de 70 anos. Eles começaram em Hollywood, fornecendo maquilhagem para estrelas e para produções da Broadway. Com o passar dos anos, no entanto, Alcone queria tornar seus produtos mais amplamente disponíveis para todos, então eles abriram uma frente de loja na cidade de Nova York para garantir que todos pudessem ter acesso a esses produtos incríveis, e não apenas estrelas de cinema e pessoas na Broadway.

Fui apresentada ao Limelife há cerca de oito meses, quando experimentei uma amostra. Bem, instantaneamente me apaixonei por ele e pelo que fez na minha pele. Os produtos são 100% naturais. E eles são simplesmente incríveis. Alcone transformou completamente a minha pele!

A maquilhagem é livre de silicones, parabenos e sulfatos; em resumo, todos os ingredientes desagradáveis

que a deixarão doente. Quando usa produtos para a pele com esses produtos químicos nocivos, leva apenas alguns segundos para entrar na corrente sanguínea, através da pele.

O Limelife By Alcone esforça-se para fazer vos parecer incrível, principalmente porque não há conservantes, ou químicos nocivos nos produtos. Eu fui vendida apenas por esse fato. Também fiquei empolgada com a abordagem de Alcone à beleza e sua responsabilidade social em usar ingredientes naturais.

Só havia uma coisa a fazer naquele momento: juntar-me à incrível equipe de Alcone. Afinal, eu amo tanto os produtos, que parecia natural juntar-me à equipe, e tornar-me parte dessa abordagem incrível e saudável da beleza, tornando-me numa guia de beleza e promovendo os produtos!

Por que não se juntar a mim? Eu pareço mais jovem agora do que há 12 anos ...

Se... apenas deseja melhorar sua condição de pele, ou se você tem psoriase, eczema, acne ou qualquer outra condição de pele problemática, **então eu tenho uma resposta para si. Alcone!**

Se... quiser saber mais sobre nossos incríveis produtos para cuidados com a pele e maquilhagem ou uma oportunidade de negócio, entre em contato comigo. Eu adoraria conversar.

Paula Kabulak
204.869.0135
paulakabaluk@hotmail.com
Limelife By Alcone Beauty Guide

Super-Mario: Building Culture & Developing Community

Photos by/Fotos por Michel da Silva

Mario Lopes has two offices, one of them is his official RE/MAX location on Academy Road, near Route 90, where he has been #1 Realtor every month since September 2018, but for two: a well-deserved break for his parents' 50th wedding anniversary in Portugal; the other, as runner-up to a respected colleague.

"She worked hard that month," he recalls, "And I love healthy competition! It keeps me on my toes."

Mario's other office is in the northwest corner of the West End on Wellington Avenue at Strathcona Street, near the tracks by the Community Centre, just down from West View Park, aka Garbage Hill.

Mario loves houses and toys and he leads by example, "I love showing people that they can invest in Real Estate, or that they can buy and sell toys (cars, boats, etc.) at Auction, Kijiji -- those are my favourite!"

"I never pay retail for cars and I always help clients get the best price for the houses. I think that's why I have a lot of repeat business. Many of my clients have become friends. Even before I show them anything, I'm on the computer [a large screen monitor covers most of one desk] doing research. I look at zoning, I consider what my clients are looking for..."

I check the listings in the neighbourhood. I look at actual sale prices in comparison to listing pricings. I also check out the scene -- is there construction going on? Could that work in our favour to lower a price if a client is patient enough to live in a temporary construction zone? Not everyone is, but it's one of those things that make a difference in negotiation. Another thing is whether a client is willing to take a later or earlier possession date in exchange for a lower bid."

"And then there is the duplex advantage," he continues, "Many people have no idea that when you buy a duplex, you can use the rental income of the second suite to help qualify you for the mortgage to buy the

duplex in the first place. That is a huge piece of important information to consider when buying property."

"I did not know that one," I say.

"There are many other things that so many people do not know, for example, if you have a larger piece of land, and you subdivide it into two separate parcels, as long as you live in the main house, all the profit from selling the newly created piece of land is tax free! These are tips that can make people a lot of money. I love to help people by explaining to them what they can do. That sort of thing."

"It sounds like you see opportunities," I say.

"Yes, I see opportunities. With cars, I buy them at Auction, Kijiji, etc., then I sell them; it is a game to me. This way, when I sell them, I can honestly say that I've driven them myself."

He chuckles. "I'm addicted to Kijiji!"

"Why Real Estate?" I ask.

"I wanted to be an architect, so I went to Red River College to study drafting. Computer Automated Design and Project Management at the University of Manitoba. I also studied economics and psychology. I was a double major in those two disciplines.

At 20 years old, I decided to try real estate and hold off on architecture. I'd always admired the guys in that profession: men like Jose Furtado, Manuel Mota, Joe Rodrigues; the late Manuel Guerra who founded O Mundial. All of them well-trusted by their clients."

"It's funny about trust," he continues reminiscing, "At RE/MAX in 1994, I had earned the number 1 salesmen for the month of September -- I was 20 years old at the time. I had set the record for being the youngest Realtor to be number 1 -- I was trusted by my clients, and I was hooked. It was a fantastic feeling, I will admit."

"Tell me a little about your family business," I say, switching gears.

"In 1999, in a family business, we created a residential investment company with 235 units. I learned how to apply for government grants and I was able to access over \$2,000,000 in government funding to help renovate the buildings and provide affordable housing to new Canadians.

In 2010, we won the only CMHC (Canada Mortgage and Housing Corporation) Award ever given to a private development group in Manitoba. One of my proudest moments and an Award that I still display proudly on my mantle.

In 2018, we sold the portfolio of buildings, and so, I returned to my first passion: selling Real Estate, including showing people how to invest and make money.

In September of that same year, my daughter Bella started school full time in grade one at St. Alphonsus School, a private catholic school, which I love."

"I attended St. Alphonsus Church when I lived in East Kildonan," I comment. "And some of my St. Mary's Academy friends started at that elementary school."

"It's a good school," he says.

"What happened with your dive back into Real Estate?" I ask.

"I earned #1 Realtor for sales in my office in 2018 and 2019, and I was also awarded the RE/MAX Titan Award in 2019. At the same time, I was the #4 top selling Realtor in our province in 2019, out of all RE/MAX offices in Manitoba."

I pause my scribbling to look at the numerous awards on his mantle, and a pile more that are neatly stacked nearby. "It shows," I say with a smile.

"In the end, I am doing all of this for my daughter, and to help the community, especially the Portuguese community of Winnipeg..."

"2020 is off to a great start as I've been number one selling Realtor in January, February, March, and April -- so far hanging in for May..."

This allows me to give back in ever greater amounts. I was fortunate to grow up very involved in our community. I was involved in our Portuguese Church, the Immaculate Conception Parish, where I was a proud member of the youth group. I was even a member of the church council back in the day!

I was a founding member of the Portuguese Seniors Home, Lar Santa Isabel and the Portuguese Business Association. I was a folk dancer at Casa do Minho, while playing guitar with my father for any other cultural centre or groups that needed musicians such as the Madeira Dance Group, Island of Pico Dance Group, Casa dos Açores, Carnavals, etc. I loved playing everywhere!"

"Why is that, you think?" I ask.

"I love to see people smile and even better, to enjoy themselves, and it gives me joy to have even a little part in making that happen."

My community involvement early on set a foundation for my love for community and my desire to now give back. The community has been so supportive of me over my 25 years as a Realtor, it seems only right for me to give back. I want to leave a legacy that my daughter can be proud of as her father."

He pauses thoughtfully and then looks around the room, motions his head towards the centre of it.



"This is part of that legacy."

"How so?" I ask.

"You're sitting in the foundation of a future three storey condominium building with a parking garage; 16 suites and a couple of penthouses -- one of those is reserved for my daughter. I'm not in a hurry, though. I love my West End "Home Office," which looks exactly the way it did as the day I bought it. Would you believe this is zoned industrial?!"

"No," I say, "I never would have guessed." We are sitting in what I grew up calling, the "Tuxedo of the West End."

"How has Covid-19 affected your business?"

"As an essential service, we never closed, but recently, since the public health restrictions have relaxed, and we're now able to hold open houses again, it's been better. I'm not big on open houses, though. They're too attractive to nosy neighbours. The lookie-loos, who just want to come and snoop... Anyway, we have protocol for sanitizing surfaces and wearing masks, maintaining distance and that sort of thing. I've never been much for traditional showings. I prefer a more creative approach to helping clients realize their dreams."

"What do you mean?" I ask.

"I love to show clients houses by boat," he says, "that's one thing! I got the idea from a farmer-realtor who would show prospective farmers hectares of available farm property by

helicopter. I thought to myself, I can do that with my waterfront properties, but by boat (weather permitting). I do that around the Netley Creek area. I pick up my clients by boat, or I have them meet me near my boat, and I take them over to the prospective property. They're usually sold even before we dock and go ashore to check out the place on foot."

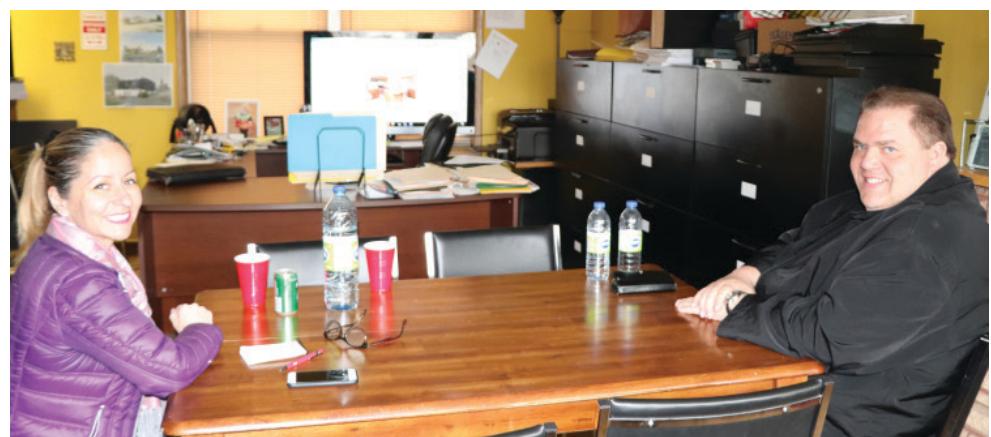
"You give them a different perspective, maybe?"

"Yes," he muses, "maybe. I help them actualize their vision in a different way. With a fresh pair of eyes; help them see the potential..."

"Is that your approach to community building, also?" I ask, referring to his known generosity to multiple causes and organizations in the Portuguese community.

"Besides enjoying it -- supporting people, I mean, I love organizing fundraisers. I just love it! And I'm grateful for opportunities to support and help people. I am fortunate to have the ability to set up win/win/win events that are fun/bring people together/ and raise funds for a good cause. I have been fortunate to be a part of great teams. Other well known folks such as Sam Sousa, Fabrizio Vassallo, Robert Carreira, Paulo Oliveira and his family, etc. But as a team, we do our part; in the end, it's the numerous volunteers and sponsors and members that make all of our events a success."

Community development is important to me, but it's also personal."



"I get the biggest smile on my face when I see my daughter up on stage, especially when I'm up there with her, playing live music on the guitar with my musician-friends like Sammy [Sousa], Henry Braga, Ted Cruz, Marco Ferreira, Luisa Abreu, and John [Marques]... I've known those guys for years. I love the energy of being up on stage."

I also used to play in a band with Hermano [Silva], Paulo Raulino, Gerry Pacheco, Paulo Neta, Luis Palmeiro, Bobby Borges, Sandra Resendes, etc.

Winnipeg is extremely fortunate to have had so many live bands over the years... Eddy Melo and those guys from the 70s, John Vieira and Christina Machado, and the whole Alvorada Band, John Pimentel, Paulo Bergantim, and Destiny. Rocha and Raizes, and now SanCarlos with Carlos Vieira and Sandra Resendes..."

"I should do a music special for the magazine," I say, making a quick side note near the top of my notebook.

"You should!" he says. "So many of us never made any money, but we played on stage because we love it -- to make people smile and have a good time, no matter which organization."

"What drives you?" I ask.

"Besides the enjoyment," he thinks about the question. "Mostly the kids. I love doing things for kids. They're so appreciative. They haven't learned to just smile politely. They clap their hands and jump up and down. It's fantastic. I especially love Christmas with kids. I'm the secret supporter of Santa at the Casa do Minho Christmas Party. I'm also a supporter of the Cathechism program at Immaculate Conception Parish. I donated 100 bibles back in 2017, which was my way of doing a small part to give back to the exact same Sunday School program that I attended. I also wanted to thank Sr. Gomes and all of the teachers for their years of volunteering. He even saved a bible for me when the order came. I still have it on my night-stand."

"You enjoy giving anonymously?" It's a comment but comes out a question.

"Absolutely!" he smiles broadly. "It's the best way, although it's not always possible. Sometimes, you have to donate in public to challenge other community members to give as well."

I love giving back. It feels good. I was once a kid, too, and now, I'm just a big kid. I didn't always have the things that I have now... I've supported many causes over the years such as Diabetes, the Children's Hospital, Autism, anything I can. I support local children in our community."

"How do you see yourself, besides as a big kid?" I ask, smiling.

"I'm different. I'm not better than anyone else, I'm just different. I have made mistakes and I am not perfect, and I will never be perfect."

I'm a member of every Portuguese organization here in Winnipeg: Knights of Columbus -- I'm a big sponsor and I pay for their annual Christmas hampers; Veterans Association, Banda Lira de Fatima, Portuguese Association of Manitoba, Casa dos Açores, Casa do Minho, the Portuguese Park -- which is a great place for which we should all be grateful. There are over 200 campsites there! As for me, I help when people ask me to help. But again, I am just doing a small part. There are many volunteers who have done much more than I ever can do over the years and hats off to all of them. They are a real asset to our community here."

"What happened last year with Portugal Day at IG Field?" I ask.

"The FC Valour Team asked me for support, and so, I helped them organize a Portugal Day. I put together a team with Paulo Oliveira and we asked Banda Lira de Fatima to come play and some of the folk dance groups to come out and dance."

Banda Lira de Fatima was set to play the Canadian and Portuguese anthems. We were going to pre-game, etc... Unfortunately, it rained that day and pre-game events were canceled. Some Portuguese family members had bought tickets for their entire family and some wanted a refund. Now, FC Valour doesn't give refunds, but I stepped up and paid back those who wanted a refund, out of my own pocket. I didn't have to do that, but I felt responsible because it rained and some folks were out a lot of money, so I did the right thing."

"You can't control rain, though, Mario..." I comment.

"I know. I'm just different that way. Not better than anyone else, just different."

"Where where you born?"

"Here in Winnipeg. My parents are from São Jorge in Açores. I have two siblings. I'm the oldest."

"Are you fluently bilingual?" I ask as if I don't know the answer.

"I get by," he laughs.

"What's the best advice you've ever gotten that you'd like to give to others?"

"Oh, that's easy. Alfredo Santos [of Al-San Construction] once told me: when you work hard and work smart, and earn a little bit, you can either put up a big fence to keep people away, or set

up a longer table and invite others to join you. And me, I put out the longest table possible. I like to do good things, while having fun doing those good things. I like helping people -- that's why I do what I do. To me, it's about building up community, not tearing it down. That's community spirit: we work hard, we play hard, and even better, we raise money for good causes. Thankfully, there are still members of our community who are helping all organizations. That's the only way to continue building our community and our culture.

We need to re-build our community. We need to look at the good things other communities are doing, like the Filipinos and the East Indians. We need to be strong like them and then role model behaviour for other newcomer communities. We've been here long enough in this country to do that."

"Where do we start?"

"We start by saying thank you, and being grateful for what we have! We start by bringing people together to celebrate and contribute, and to leverage opportunities for fund-raising in creative ways that provide meaningful cultural experiences.

Back in February 2020, our group put on the first ever Prince & Princess Ball in our community. The goal was to raise enough money to buy a defibrillator for the Portuguese Park. In the end, two defibrillators were donated! How can you not get emotional when something starts off as an idea that ends up being so successful -- and the kids and parents enjoyed the event. I will always be part of anything that helps our community!

I challenge others to get involved; if they haven't been involved yet, and I guarantee that once you do, you will be hooked!"

"So it's not enough to write cheques?"

"Writing a cheque is what it is, but what is priceless is seeing our children smile, laugh, and play together as friends. The adults sometimes have different opinions based upon where you're from in Portugal. But kids don't care where you live in Winnipeg... On a personal note, I want to thank everyone in our community for the kindness extended to my daughter Bella -- a todos, obrigado!"

Finally if anyone needs help or advice, or wants to talk, please approach me, because if I can, I will."

And that is Mario Lopes, not needing or wanting accolades, but wanting and needing to help; no better than anyone else, just different. Driven to leave a community legacy for all to benefit.

Food & Drink

Comida e Bebida

Life is too short not to drink the Port! Editorial Thanks!

At Navegante-O Mundial, we're most fortunate to be invited to places with very tasty treats to sample: Blue Room, Cork and Olive Market, Delta Sports Club, JT's Club, Club LisboaAçores, X-Cues, The Club, Viena do Castelo, Port Cafe Lounge, Sporting Club and new kid on the block, Club Seven. Re-opening for Service Indoors as of June 1, 2020, 50% occupancy or up to 25 people!



ANSWERS TO QUESTIONS FROM VOL 2, ISSUE 3

Top right: Club Seven, Surf & Turf with Tomato Rice & Steamed Vegetables; Second Row, L - R: Port Cafe Lounge, Leitão Assado; JT's Club, Polvo a Lagareiro by guest chef Gabriel; LisboaAçores, Christmas Buffet: Galinha Assada, Bifanas, Batatas Rosadas, Costeletas, Pizza, Wings e Salada Mista; Third Row, L-R: Delta Club, Simplicio's Lamb Plate & Victor's Shrimp Plate; Viena do Castelo, Bitoque com Arroz, Batatas Fritas, e Salada Mista, com um "side" de Favas, e outro "side" de Bacalhau a Braz, com Azeitonas Pretas.



Full Provision of Services
as of June 1, 2020

 **myFlowersToGo.com**
646 WILLIAM AVE, WINNIPEG MB, R3A-0K3

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

Food & Drink Comida & Bebida

Relatório West End Report

VIENA DO CASTELO

CORK & OLIVE PORTUGUESE MARKET & COFFEE BAR

- **Viena do Castelo** continua preparando encomendas para “pick up” -- veja o anúncio na página 16 para detalhes. Chefe Ana Godinho e marido/partner Luis Esteves extendem o mesmo simpático serviço e acolhimento aos clientes, e esperam abrir com serviços interiores no breve futuro.

Viena do Castelo continues to prepare orders for pick up -- see ad on page 16 for details. Chef Ana Godinho and husband/partner Luis Esteves extend the same warm and welcoming service to their clients, and expect to open interior services in the near future.

- **Cork & Olive** está aberto nos Domingos e todos os dias da semana; fechado nas Terças. Têm café e sandes para “pick up” e fazem entregas a casa dentro dos limites da cidade, depois de horas. Telefone para o número em baixo, ou manda um texto para 204.998.0618. O interior está aberto a 50% capacidade.

Cork & Olive is open on Sundays and during the week; closed only on Tuesdays. The interior is open at 50% capacity. Coffee and sandwiches are available for pick up and deliveries within city limits, after store hours. Call the number in the ad below, our send a text to 204.998.0618.



CORK & OLIVE

PORtUGUESE MARKET & COFFEE BAR



939 Notre Dame Avenue
Winnipeg MB R3E 0M8
204.219.0492

Full Provision of Services
as of June 1, 2020



MEMBERS ONLY
CLUB

1030 Keewatin Street, Suite 10 | Winnipeg | Manitoba | R2R 2E2 204.632.6850

Drive by Birthday Party

Celebrations in Times of Covid-19

Lexie Friesen's First Interview

Lexie Friesen turned nine on May 2, 2020, and celebrated with a birthday parade and come-and-go driveway party, where friends and family gathered 10 at a time, with a public health directive compliant footprint of six feet spaces among rotating groups.

Mom Sabrina Da Silva Friesen and dad Jim Friesen, together with older sister Bella, were on hand to keep the flow going and ensure that all guests were warmly welcomed with self-serve individual cupcakes and canned drinks from a cooler next to a sanitizing station with lysol wipes and gel hand sanitizer.

Grandparents Apolinário and Delminda da Silva and Ben and Annie Friesen put in an appearance, as did numerous aunties and uncles such as Jan and Bob Friesen, a number of friends with colourfull banners and gifts, and O Mundial photographer, uncle Michel da Silva.

I caught up with Lexie in between visits, sheltered from the brisk spring wind in the family's camper-trailer.

"What's it like?"
"It's different," she said, smiling broadly. "Because of the Coronavirus, we couldn't have a regular party, so we planned a drive-by party to follow the rules and have fun."

"Were you excited to see your family and friends today?"
"Oh yeah! There was Livia, Abby, and Gavin. Isabella came too... Oh, and Sage! Plus my sister Isabella, but we call her Bella."

"What grade are you in, Lexie?"
"Grade three, French Immersion."

"I'm looking forward to getting back to normal, but it might not be this year," she said quietly, taking a sip of soda.

"How do you feel about this Coronavirus?" She shrugs. "I'm careful to wash my hands and not touch my face, but I'm not scared. I'll be okay!" She concludes confidently and gives me another broad smile.

"You know what I got for my birthday that was my favourite?" she asks.

"No, what?"
"A sling (for my arm)! A tongue cleaner to clean my tongue -- get rid of the white stuff, and a tutu for my llama."

"You know what else?" she volunteers.

"No, what else?"
"This is way better than I thought it would be... If I could tell other kids having birthdays, I would say: don't worry, it's fun! It'll be way more fun than you think it'll be!"

"What's the best thing about it?"

"Spending time with family and friends, and um... getting interviewed for the first time! Oh, oh! And of course trying on my sling!" she smiles gleefully.

"Happy birthday Lexie!"



Lexie Friesen fez nouve anos no dia 2 de maio de 2020 e comemorou com um desfile de aniversário e uma "driveway" festa, onde amigos e familiares reuniam-se 10 por vez, com uma pegada compatível com a diretiva de saúde pública de seis pés de espaço.

A mãe Sabrina Da Silva Friesen e o pai Jim Friesen, juntamente com a irmã mais velha Bella, estavam à disposição para manter o fluxo e garantir que todos os convidados fossem calorosamente recebidos com bolos de "self-serve" individuais e bebidas em lata de um refrigerador ao lado duma estação de desinfetante com toalhetes de lysol e desinfetante para as mãos em gel.

Os avós Apolinário e Delminda da Silva e Ben e Annie Friesen apareceram, assim como numerosas tias e tios como Jan e Bob Friesen, vários amigos com faixas e presentes coloridos, e o fotógrafo O Mundial, tio Michel da Silva.

"Feliz aniversário, Lexie! Parabéns!"



*Full Provision of Services
as of June 1, 2020*

DELTA
SPORTS CLUB
586 Agnes St
Winnipeg, MB R3E 1X7
(204) 774-7909 Simplicio Vaz
Victor Gomes

Pick up your orders at
Cork & Olive. Call first!



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

Ponto de Vista Inter-Cultural

Nós vamos morrer? Sim, alguns de nós vão morrer, é a lei natural; é a seleção natural, quem sobreviver viverá para contar a história. Não há ajuda chegando, ninguém está vindo para salvá-lo. Você poderia olhar para o céu, mas a própria morte o desprezará e sorrirá em sarcasmo. Pelo lado positivo, os judeus não estão matando a Palestina e o noticiário da noite não é dominado por homens armados do Estado islâmico, marines americanos em combate e o Boko Haram seqüestrando adolescentes.

O terrorismo global está no nível mais baixo de todos os tempos, embora seja discutível se a humanidade não está travando uma guerra biotecnológica para sobreviver à pandemia. Pela primeira vez na humanidade moderna, a humanidade está lutando em um terreno desnívelado contra um inimigo cruel que não conhece fronteiras, não tem raça e luta com um conjunto diferente de regras.

É ridículo como um vírus trouxe a humanidade com todos os seus avanços modernos de joelhos; procuramos encontrar e assimilar seres extraterrestres do espaço, mas não podemos domar micróbios de nosso próprio planeta. A Terra está protestando e revoltando nosso fracasso em manter uma existência simbiótica com a natureza. Por um tempo, os peixes se reproduzem, os pássaros cantam e não competem com o som dos motores, as cabras percorrem as ruas e as formigas cruzam os passeios sem serem oprimidos e esmagados pelos pés humanos.

Mesmo países com os piores casos de poluição como a Índia parecem ter registrado uma mudança significativa na qualidade do ar respirável desde que o país iniciou um bloqueio total de veículos e fábricas. O planeta está reiniciando. É hora de redefinir nossas prioridades para mais médicos e menos soldados, mais pesquisas médicas e menos políticas. As galinhas chegaram em casa para se empoleirar;

a Terra está reiniciando. Nem sempre podemos dar sem devolver...

Na Uganda, África Oriental, 50 casos de Coronavírus foram registrados no momento da redação deste documento, três com resultado negativo após recuperação total. O país está fechado, exceto por cargas, lojas e supermercados. Todos somos aconselhados a ficar em casa, embora o movimento a pé seja permitido, desde que não seja em grandes grupos. O governo está fornecendo farinha e feijão de milho aos pobres e vulneráveis e há um toque de recolher às 19h. Os apanhados nas ruas após o toque de recolher são açoitados e espancados pela polícia.

A aura geral sobre o coronavírus para os ugandenses comuns é que a doença não foi feita para matar africanos. Parece um tanto ingênuo e patético, mas entre as 53 pessoas que deram positivo, incluindo um bebê de 8 meses, nenhuma delas morreu há mais de um mês, e a doença parece não exibir sintomas avançados e terríveis na população até o momento. Tempo.

Gripes e resfriados são uma doença comum, mesmo nos trópicos, mas ninguém realmente fica em casa ou vai ao hospital por causa disso. A maioria acredita que são os fortes genes africanos, o calor tropical ou a imunidade forte [Nota do editor: concordo.] O maior absurdo é como um chinês comeu uma sopa de morango e agora um africano precisa lavar as mãos a cada cinco minutos para se livrar das manchas da sopa... Os morcegos da superstição tradicional do Uganda são vistos como mamíferos muito feios que trazem infortúnios e maus presságios - vermes que são fumigados no local e destruídos por todos. Imaginar que alguém comeu um morango e depois infectou o mundo inteiro com uma pandemia não ressoa bem em um país onde os morcegos simbolizam um mau presságio.

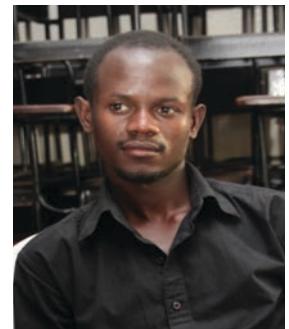
Estatísticas de analistas da Al Jazeera projetaram que a África pode ter mais de 20.000 mortes em um espaço de duas semanas.

A média na Uganda, com zero treinamento médico acredita que a análise se baseia amplamente na taxa de infecção na Europa e na Ásia e nos maus sistemas de saúde nos países africanos.

Na Uganda, temos apenas um centro

Via Africa

de testes e a instalação pode testar um número limitado de pessoas em um dia; também acreditamos que muitas pessoas têm o vírus, mas são assintomáticas e o vírus não tem absolutamente nenhum efeito sobre eles.



Minha opinião sobre o jogo Covid-Blame?

1) Digamos que a China ocultou os dados. Vamos até dizer que foi bioterrorismo. Os EUA tiveram dois meses para se preparar para um cenário da vida real que o governo Obama havia avisado que o presidente eleito Trump poderia acontecer. Os próprios agentes de inteligência e autoridades de saúde de Trump o alertaram que algo assim poderia acontecer; então, por que os EUA falharam em sua resposta? Outros países como Taiwan, Cingapura e Coréia do Sul muito mais perto da China lidaram com essa pandemia muito melhor e tiveram muito menos tempo para se preparar.

2) Ato de Deus - As cláusulas de pandemia são cláusulas padronizadas em qualquer grande acordo comercial ou mesmo contrato, exceto em situações políticas e militares. Os países retiraram suas obrigações antes e a guerra estourou. Eles são responsáveis?

3) Alguém acredita seriamente que a China, à beira de grandes avanços socioeconômicos, correria o risco de prejudicar o estilo kamikaze dos EUA? De certa forma, a China desencadeou um milagre econômico. Por que o PCC correria esse risco? Que tipo de narcisista pensaria assim?

4) A China é irrepreensível? Não. Nenhum governo, exceto os EUA, tinha um aviso prévio. A OMS é inocente? Provavelmente não. A China os notificou em 31 de dezembro de 2019 e eles tinham equipes em funcionamento até 4 de janeiro de 2020. Provavelmente, sentem as estatísticas fabricadas dos chineses.

Quando Wuhan estava em quarentena, o que o resto do mundo pensava, exceto, oh, que draconiano! Precisamos encontrar a culpa. E, neste caso, o Ocidente encontrou o único bode expiatório que pode enfrentá-los econômica e militarmente.



Viana Do Castelo
Portuguese Foods

Ana Godinho Esteves
CHEF / OWNER

857 Sargent Ave
Winnipeg, MB
R3E 0C5

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

Inter-Cultural POV Via Africa

Nahurira Rwamatooro

REPRINTED FROM VOL 2, ISSUE 3, WITH COMPLETE NEW TRANSLATION ON THE LEFT

Are we going to die? Yes, some of us are going to die, it's the natural law; it's natural selection, those who survive will live to tell the tale. There is no help coming, no one is coming to save you. You could look up to the heavens but death itself will look down on you and smile in sarcasm. On the bright side, Jews are not killing Palestines and the evening news is not dominated by angry Islamic state gunmen, American marines in combat, and the Boko Haram abducting teenage girls. Global terrorism is at an all-time low, though it is debatable whether humanity is not fighting a biotechnological war to survive the pandemic. For the first time in modern humanity, mankind is fighting on an unleveled ground against a ruthless enemy that knows no borders, no race, and fights with a different set of rules.

It's beyond laughable how a virus has brought humanity with all its modern advancements to its knees; we seek to find and assimilate extraterrestrial beings from space, yet we can't tame microbes from our own home planet. The earth is protesting and revolting our failure to uphold a symbiotic existence with nature. For a while, the fish will reproduce, the birds will sing and not compete with the sound of motor engines, goats will roam the streets and ants will cross the side-walks without being downtrodden and crushed by human feet. Even countries with the worst cases of pollution like India seem to have recorded a significant change in the quality of breathable air since the country initiated a full lockdown on vehicles and factories. The planet is rebooting. It's time to re-set our priorities to more doctors and less soldiers, more medical research and less politics. The chickens have come home to roost; earth is re-booting. We can't always take without giving back....

In Uganda, East Africa, 50 cases of Coronavirus were logged at time of writing, three tested negative after recovering fully. The country is on lock-down except for cargo and shops and supermarkets. We are all advised to stay home though movement on foot is allowed as long as it's not in big groups. The government is supplying maize flour and beans to the poor and vulnerable and there is a 7pm curfew. Those caught on the streets after the curfew are whipped and beaten by the police.

The general aura about the Coronavirus to the average Ugandan is that the disease was not made to kill Africans. It sounds rather naive and pathetic, but among the 53 people that tested positive, including an 8 month old baby, none of these have died in over a month, and the disease seems not to display advanced and dire symptoms among the population as of press time.

Flus and colds are a common disease even in the tropics, but nobody really stays home or goes to the hospital over such. Most believe that it's either the strong African genes, the tropical heat, or strong immunity [Ed Note: I concur.] The biggest absurdity is how a Chinese ate a bat soup and now an African has to wash hands every five minutes to get rid of the soup's stains... Bats in the Ugandan traditional superstition are looked at as very ugly mammals that bring misfortune and bad omen -- vermin that are fumigated on site and destroyed by everyone. To imagine that someone ate a bat and later on infected the whole world with a pandemic doesn't resonate well in a country where bats symbolize bad omen. Statistics from analysts on Al Jazeera projected that Africa might have more than 20,000 deaths in a space of two weeks. The average Ugandan with zero medical training believes that the analysis is largely based on the infection rate in Europe and Asia and the poor health systems in African countries.

In Uganda, we only have one testing centre and the facility can test a limited number of people in a day; we also believe that many people have the virus but are asymptomatic and the virus has absolutely no effect on them.

My take on the Covid-Blame Game?

1) Let's say that China hid the data. Let's even go so far as to say it was bioterrorism. The USA had two months to prepare for a real-life scenario that the Obama administration had warned then President-elect Trump could happen. Trump's own intelligence agents and health officials warned him that something like this could happen, so then, why did the USA botch its response? Other countries such as Taiwan, Singapore, and South Korea much closer to China handled this pandemic much better and they had much less time to prepare. 2) Act of God -- Pandemic clauses are boilerplate provisions in any major trade agreement or even contract, excepting political and military upheaval. Countries have pulled out of their obligations before and war has broken out. Are they then responsible? 3) Does anyone seriously believe that China, at the cusp of major socio-economic breakthroughs, would risk hurting the USA kamikaze-style? China has in some ways pulled off an economic miracle. Why would the CCP take that risk? What kind of narcissist would think so? 4) Is China blameless? No. No government, save the USA had advance warning. Is the WHO innocent? Probably not. China notified them on December 31, 2019 and they had teams up-and-running by January 4, 2020. They probably feel for the fabricated Chinese statistics.

When Wuhan was quarantined, what did the rest of the world think, except, oh, how Draconian! We need to find blame. And in this case, the West has found the only scapegoat that can stand up to them economically and militarily.



Página dos Combatentes



Em primeiro lugar espero que os Combatentes sócios e não sócios do Núcleo da Liga dos Combatentes em Winnipeg e suas famílias se encontrem bem de saúde, assim como toda a nossa Comunidade.

Se Deus quiser, temos algo programado para a terceira semana de Agosto no nosso Monumento aos Combatentes por Portugal, Passado Presente e Futuro. Encomendámos ao Chapel Lawn, uma pedra em Granito preto, igual ao Pedestal dos nossos Veteranos falecidos, para o Pedestal do Bust of the Women, in the Monument of the Combatentes for Portugal, Past, Present, and Future, located at Chapel Lawn Cemetery at 4000 Portage Avenue in Winnipeg.

Temos uma Comissão a trabalhar nesse sentido, em que fazem parte duas viúvas de Veteranos e também a nossa Direção.

Estamos a contar que se concretize para a sua inauguração este ano.

Mais informações sobre este projeto contatar Pedro Correia, Fátima Sousa, ou Conceição Oliveira.

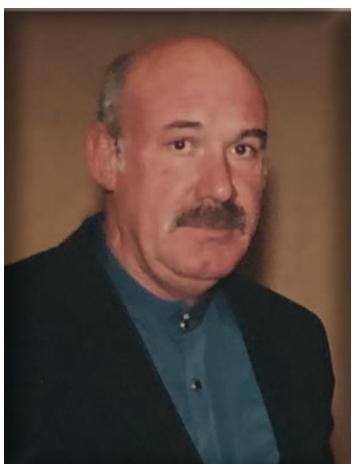
Telefones, respectivamente: 204.228.1132, 204.582.5961, 204.783.5270

Também serão gravados os nomes das 5 viúvas de Combatentes, que já faleceram.

Saudações amigáveis.

Pedro Correia, Presidente dos Combatentes,
Winnipeg Núcleo em nome da Comissão

Na foto ao lado esquerdo, está o nosso falecido amigo e ex-Combatente de guerra em Angola, Eugénio Silva, que morreu no dia 9 de Abril 2008; bom homem de família, exemplar colega; respeitado membro comunitário, e ex-membro da Liga dos Combatentes, Núcleo de Winnipeg. Com amor e saudades da esposa Maria, restante família, ex-Combatentes e amigos; Paz a sua Alma!



I am writing on behalf of the Portuguese War Veterans of Manitoba Association Involvement Committee. One of the many functions of this committee is to raise funds to replace the cement pedestal of the Bust of the Women, in the Monument of the Combatentes for Portugal, Past, Present, and Future, located at Chapel Lawn Cemetery at 4000 Portage Avenue in Winnipeg.

The pedestal will be replaced in black granite to be consistent with the Veterans' monument and engraved with the names of Veterans' spouses who have passed on.

The cost is \$6,000.00 plus tax. We have ordered the stone with plans for inauguration in August 2020. We are seeking your support -- no amount is too small... Thank you!

On behalf of our committee, Pedro Correia, President of the Portuguese War Veterans Committee Members:
Col. (Ret) Joel Roy, Albino Felizardo, Maria Oliveira, Fatima Rego Sousa, Carlos Oliveira, and Luis Vicente

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

JOSE FERREIRA
FOUNTAIN TIRE OWNER

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

**Pneus Good Year
Mecânica**

PTSD Stress de Guerra

Orientações de Auto-Ajuda para Combatentes e Família

Eis Algumas situações mais comuns e algumas estratégias para lidar melhor com algumas perturbações psicológicas dos ex-combatentes de guerra.

1. Aconselhar a não ver nada que faça lembrar a guerra

É comum os familiares dizerem ao ex-combatente para não verem as fotos do tempo da tropa ou os programas de televisão sobre assuntos relacionados com a guerra porque isso “vai fazer-lhe mal.” É natural que perante uma situação que lhe lembra o acontecimento traumático, o ex-combatente se emocione ou se irrite. Pode até acontecer que se isole e tenha dificuldades em dormir, mas isso não quer dizer que ele esteja a prior da sua doença. **Orientação:** Seja paciente e mostre-se disponível para ouvir as suas queixas e angústias.

2. Evitar falar no assunto

É comum os familiares dizerem ao ex-combatente para esquecer o que aconteceu na guerra e continuarem a sua vida, mas este conselho não é adequado. Além de não ajudar o combatente a sentir-se melhor, só vai fazer com que ele se sinta incomprendido e se isole mais.

Orientação: Ouça atentamente o que o ex-combatente quer partilhar (o seu sofrimento, as suas memórias da guerra) e encoraje-o a procurar ajuda médica, psicológica ou social.

3. Acordar o ex-combatente quando ele está a ter um pesadelo

Por vezes é aflitivo ver o ex-combatente inquieto, sobressalto ou a gritar enquanto está a ter um pesadelo relacionado com os conflitos da guerra. É comum as esposas acordarem os seus maridos para terminarem aquele sofrimento. **Orientação:** Lembre-se que ele está apenas a sonhar e não vai acontecer-lhe nada de mal. Acordá-lo só vai aumentar a probabilidade dos pesadelos continuarem. É preferível sair da cama e ir dormir para outro local, de forma a conseguir dormir mais tranquilamente.

4. Ficar Zangado(a) e crítico(a) o ex-combatente quando ele está irritado

Por vezes o ex-combatente está tão irritado que explode por tudo e por nada.

Muitas vezes essa irribilitade está relacionada com as memórias intrusivas e persistentes da guerra e não com a esposa ou com o(s) filho(s). **Orientação:** É preferível nessas alturas não lhe dizer nada e aguardar que acalme.

5. Insistir que o ex-combatente saia e conviva

O ex-combatente pode procurar o isolamento por ter dificuldade em apreciar as conversas de pessoas, por não conseguir divertir-se como antigamente, ou para evitar ambientes barulhentos. Os sentimentos podem ter ficado afetados após a vivência de um acontecimento traumático e torna-se mais difícil para ele sentir alegria.

6. Ficar irritado(a) e zangado(a) quando o ex-combatente se esquece de alguma tarefa que lhe pediu

Após a vivência de uma situação traumática e a concentração e a memória a curto prazo podem ficar afetadas. O esquecimento não é propositado e uma atitude crítica pode frustrá-lo ainda mais. **Orientação:** Pode ajudar o combatente incentivando-o a escrever as suas tarefas num papel “lembretes” e colocá-lo num sítio visível.

7. Aprender mais sobre a doença e sobre o tratamento

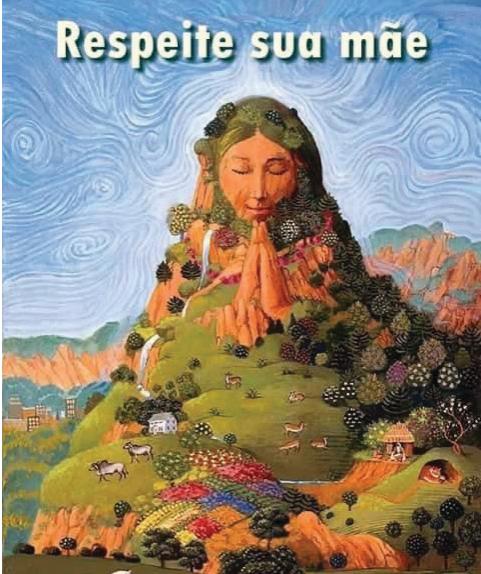
Aprender que determinadas reações do ex-combatente são próprias da sua perturbação psicológica ajuda-o (a) sentir-se menos frustrado e a lidar melhor com esses comportamentos. **Orientação:** Pode procurar informação na Internet, junto do seu médico ou psicólogo.

8. O tratamento do ex-combatente

Durante o tratamento, os médicos e os psicólogos vão ajudar o ex-combatente a viver melhor com as memórias da guerra. Este processo é doloroso e pode acontecer que no início do tratamento ele se sinta mais inquieto. **Orientação:** O suporte da família é fundamental nesta fase.

9. Se necessário, procurar ajuda médica, psicológica e social

Cuidar dum ex-combatente, ou pessoa com PTSD, vítima de eventos traumáticos, pode ser desgastante e emocionalmente perturbador para famílias. **Orientação:** Tenham muita paciência e coragem!



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 Canadá: de Quebec até a British Columbia

www.bee-clean.com

Proprietário: José Correia

375 Nairn Avenue

Winnipeg | Manitoba | R2L 0W6

204.668.4420 P 204.663.0491 F

TDS THOMPSON DORFMAN SWEATMAN

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

History: Ponte de Lima

Historize This...

By Mike St. Lawrence



If you have never been to Ponte Lima, Portugal, then I highly recommend you visit. I have been there numerous times in the past and I enjoy it the same every time. The Rio Minho is one of the most important rivers in the Minho region, but the Rio Lima has an interesting history. In about 138 BC, legend claims this beautiful and calm river stopped a Roman army of approximately 12,000 trained and seasoned fighting men. *Can this be true?*

According to a Portuguese tourism guide, "During the early Roman rule of Portugal, they believed that the Rio Lima was the Lethe River, one of the underworld rivers of Hades. Therefore, anyone who immersed in its waters would lose their mind to Oblivion. General Decimus Junius Brutus was forced to test this superstition in 138 BCE, during a campaign into northern Spain. He crossed first on his horse and to ensure his men didn't get "lost to Oblivion" shouted out their names as they braved the waters. This first crossing of the Lima River is commemorated by Roman statues on either side of the river banks."

This story is a little different than the one told to me by locals that had grown up in the region, and interestingly, sources like Wikipedia confirm it "the Roman general Decimus Junius Brutus Callaicus sought to dispose of the myth, as it impeded his military campaigns in the area. He was said to have crossed the Lima and then called his soldiers from the other side, one by one, by name. The soldiers, astonished that their general remembered their names, crossed the river without fear."

The first thing strange thing is that a Roman general would call out twelve thousand legionaries by name. For me, this is hard to believe. Secondly, the "superstitious" legionaries, refusing to cross is unusual for a Roman legion. If a Roman soldier refused an order, it would bring harsh punishment. It was considered mutiny to disobey, and the Roman punishment for mutiny was severe. Known as decimation, every tenth legionary would be selected for death at the hands of his cohort and friends! Decimation was traumatic for the selected legionary, but also for his friends. In addition, a couple of other details about the accuracy of the models were bothersome. For example, stirrups were not invented until about 100 CE. Furthermore, the soldier's uniform and weapons look more imperial and medieval than is typical of an ancient Republican Roman legionary.

I found several references to the time period. Firstly, Strabo's work called Geography, gives a detailed account of two Galician tribes crossing the Lima to rob, plunder and pillage the Lusitanian tribes. Shortly after crossing the Lima, the two Galician tribes had a disagreement and there was some fighting and one of the leaders died. Strabo goes on to say they scattered and remained on the Lusitanian side of the river. As a result, the Lima became known as the river Lethe or "Oblivion." Appian, simply states in his Wars in Spain, that Brutus was the first of the Romans to think of crossing over the Lima to pursue the "robbers." Both Strabo and Appian make no mention of Brutus having difficulty crossing the Lima. However, A Dictionary of Greek and Roman Biography and Mythology makes note of Roman soldiers refusing to march further when attempting to cross the Lima, but that, when "Brutus seized the standard from the standard-bearer, and began to cross the river alone, they immediately followed him."

According to ancient sources, the Lima had a reputation as a river of "oblivion" from the two Galician tribes crossing it and never returning home; it pre-dates the Romans. In 138 BCE, Decimus Junius Brutus and a Roman army did cross the Lima river. Both Strabo and Appian in their accounts make no mention of the Roman army having trouble crossing the Lima nor any names being called out by the soldiers or the general. I believe the models need to be updated to the time period this event took place, perhaps having the general holding the legion standard. More importantly, the event of the story appears to be factually accurate, but we can only imagine the details of the story, as Pliny the Elder put it, "By the ancients it was called the *River of Oblivion*, and it has been made the subject of many fabulous stories."

Sources: Ponte de Lima Portugal – A tourism guide © 2020 Porto-North-Portugal.com; <https://en.wikipedia.org/wiki/Lethes>; <https://www.unrv.com/military/discipline.php>; for a complete list, contact the author by way of Navegante Cultural-O Mundial at omundial@outlook.com

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 | Debut
Events | Fund-Raisers | Weddings | Receptions

Port Café Lounge & Event Centre

800 Seating Capacity
Restoration of Services
June 1, 2020
204.505.4588
768 Mountain Avenue | Winnipeg | Manitoba | R2W 1L7
Jaime Amorim, Owner

História: Ponte de Lima

Se nunca esteve em Ponte Lima, Portugal, recomendo que visite. Eu já estive lá várias vezes no passado e gosto disso sempre. O Rio Minho é um dos rios mais importantes da região do Minho, mas o Rio Lima tem uma história interessante. Por volta de 138 AC, a lenda afirma que esse rio bonito e calmo parou um exército romano de aproximadamente 12.000 combatentes treinados e experientes. ***Isso pode ser verdade?***

Segundo um guia de turismo português, "durante o início do governo romano de Portugal, eles acreditavam que o rio Lima era o rio Lethe, um dos rios do submundo do Hades. Portanto, qualquer pessoa que mergulhasse em suas águas perderia a cabeça para o esquecimento. O general Decimus Junius Brutus foi forçado a testar essa superstição em 138 AC, durante uma campanha no norte da Espanha. Ele cruzou primeiro a cavalo e para garantir que seus homens não se "perdessem no esquecimento" gritavam seus nomes enquanto enfrentavam as águas. Esta primeira travessia do rio Lima é comemorada por estátuas romanas em ambos os lados das margens do rio."

Essa história é um pouco diferente da que me foi contada pelos habitantes locais que cresceram na região e, curiosamente, fontes como a Wikipedia confirmam que "o general romano Decimus Junius Brutus Callaicus procurou se desfazer do mito, pois impedia seus militares. campanhas na área. Dizia-se que ele atravessou o Lima e depois chamou seus soldados do outro lado, um por um, pelo nome. Os soldados, surpresos que o general se lembrasse de seus nomes, atravessaram o rio sem medo.

A primeira coisa estranha é que um general romano chamaria doze mil legionários pelo nome. Para mim, isso é difícil de acreditar. Em segundo lugar, os legionários "supersticiosos", recusar-se a atravessar, é incomum para uma legião romana. Se um soldado romano recusasse uma ordem, isso traria punições severas. Foi considerado motim desobedecer, e a punição romana por motim foi severa. Conhecido como dizimação, todo décimo legionário seria selecionado para a morte nas mãos de sua coorte e amigos!

A dizimação foi traumática para o legionário selecionado, mas também para seus amigos. Além disso, alguns outros detalhes sobre a precisão dos modelos eram incômodos. Por exemplo, os estribos não foram inventados até cerca de 100 DC. Além disso, o uniforme e as armas do soldado parecem mais imperiais e medievais do que é típico de um antigo legionário romano republicano.

Encontrei várias referências ao período. Primeiro, o trabalho de Strabo, chamado Geografia, fornece um relato detalhado de duas tribos galegas que cruzam o Lima para roubar, saquear e saquear as tribos lusitanas. Logo após cruzar o Lima, as duas tribos galegas tiveram um desentendimento e houve alguns combates e um dos líderes morreu.

Strabo continua dizendo que eles se espalharam e permaneceram no lado lusitano do rio. Como resultado, o Lima ficou conhecido como o rio Lethe ou "Oblivion." Appian, simplesmente



declara em suas guerras na Espanha, que Brutus foi o primeiro dos romanos a pensar em atravessar o Lima para perseguir os "ladrões." Strabo e Appian não mencionam Brutus tendo dificuldade em atravessar o Lima. No entanto, Um Dicionário de Biografia e Mitologia Grega e Romana observa que os soldados romanos se recusam a marchar ainda mais quando tentam atravessar o Lima, mas que, quando "Brutus pegou o estandarte do porta-estandarte e começou a atravessar o rio sozinho, eles imediatamente o seguiram.

Segundo fontes antigas, o Lima tinha a reputação de ser um rio de "esquecimento" das duas tribos galegas que o atravessavam e nunca voltavam para casa; antecede os romanos. Em 138 AC, Decimus Junius Brutus e um exército romano atravessaram o rio Lima. Tanto Strabo quanto Appian, em seus relatos, não mencionam que o exército romano tenha problemas para atravessar o Lima, nem que nomes sejam chamados pelos soldados ou pelo general. Acredito que os modelos precisam ser atualizados para o período em que esse evento ocorreu, talvez com o general mantendo o padrão da legião. Mais importante, o evento da história parece ser factualmente preciso, mas podemos apenas imaginar os detalhes da história, como Plínio, o Velho, disse: "Pelos antigos era chamado de **Rio do Esquecimento**, e foi feito o assunto de muitas histórias fabulosas."

A lista de pesquisas pode ser obtida através de e-mail para omundial@outlook.com

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 BBB

info@jgjanitorialservices.ca www.jgjanitorialservices.ca

Super-Mario: continuado

"Para mim, é importante construir a comunidade, e não destruí-la"

Sou diferente. Não me considero melhor do que os outros, mais simplesmente, diferente, e gosto de contribuir; de construir; de ajudar."

Mario Lopes tem dois escritórios, um deles é o local oficial RE/MAX na Academy Road, perto da Rota 90, onde ele é o corretor de imóveis nº 1 todos os meses desde setembro de 2018, mas por dois: uma pausa bem merecida para os pais '50º aniversário de casamento em Portugal; o outro, como vice-campeão de um colega respeitado. "Ela trabalhou duro naquele mês", lembra ele, "e eu amo uma competição saudável! Isso me mantém na ponta dos pés." O outro escritório de Mario fica no canto noroeste do West End, na Wellington Avenue, na Strathcona Street, perto das trilhas do Community Center, logo abaixo do West View Park, também conhecido como Garbage Hill.

Mario adora casas e brinquedos e lidera pelo exemplo: "Adoro mostrar às pessoas que elas podem investir em imóveis ou que podem comprar e vender brinquedos (carros, barcos etc.) em Auction, Kijiji - esses são meus favoritos!"

"Eu nunca pago varejo de carros e sempre ajudo os clientes a obter o melhor preço para as casas. Acho que é por isso que tenho muitos negócios repetidos. Muitos dos meus clientes tornaram-se amigos. Mesmo antes de mostrar qualquer coisa, estou no computador [um monitor de tela grande cobre a maior parte de uma mesa] pesquisando. Eu olho para o zoneamento. Considero o que meus clientes estão procurando..."

Verifico as listagens na vizinhança. Eu olho para os preços de venda reais em comparação com a lista de preços. Eu também observo a cena - está acontecendo alguma construção? Isso poderia funcionar a nosso favor para reduzir um preço se um cliente for paciente o suficiente para viver em uma zona de construção temporária?

Nem todo mundo é, mas é uma daquelas coisas que fazem a diferença na negociação. Outra coisa é se um cliente está

disposto a tirar uma data de posse mais tarde ou mais cedo em troca de uma oferta menor."

"E depois há a vantagem do duplex", continua ele, "muitas pessoas não têm idéia de que, quando você compra um duplex, você pode usar a renda do segundo conjunto para ajudar a qualificá-lo para a hipoteca de comprar o duplex no primeiro Lugar, colocar. Essa é uma enorme informação importante a considerar ao comprar imóveis."

"Eu não conhecia esse", eu digo. "Há muitas outras coisas que tantas pessoas não sabem, por exemplo, se você tem um pedaço de terra maior e o subdivide em duas parcelas separadas, desde que viva na casa principal, todo o lucro com a venda o pedaço de terra recém-criado é isento de impostos! Essas são dicas que podem render muito dinheiro às pessoas. Adoro ajudar as pessoas, explicando o que elas podem fazer. Esse tipo de coisas."

"Parece que você vê oportunidades..." "Sim, vejo oportunidades. Com carros, eu os compro em Auction, Kijiji etc., depois os vendo; é um jogo para mim. Dessa forma, quando os vendo, posso dizer honestamente que os conduzi pessoalmente."

Ele ri. "Eu sou viciado em Kijiji!"

"Por que imóveis?" Eu pergunto. "Como eu queria ser arquiteto, fui para o Red River College para estudar desenho. Design automatizado por computador e gerenciamento de projetos na Universidade de Manitoba. Eu também estudei economia e psicologia. Eu era duas vezes maior nessas duas disciplinas."

Aos 20 anos, decidi experimentar imóveis e adiar a arquitetura. Sempre admirei os caras dessa profissão: como José Furtado, Manuel Mota, Joe Rodrigues; o falecido Manuel Guerra, que fundou O Mundial. Todos eles têm a confiança de seus clientes.

É engraçado confiar em confiança", ele continua relembrando, "na RE/MAX em 1994, eu havia conquistado o número 1 de vendedores no mês de setembro - eu tinha 20 anos na época. Eu havia batido o recorde de ser o corretor de imóveis mais jovem a

ser o número 1 - eu era confiável por meus clientes e fiquei viciado. Foi uma sensação fantástica, admito."

"Conte-me um pouco sobre os negócios da sua família," digo, trocando de marcha.

"Em 1999, em uma empresa familiar, criamos uma empresa de investimento residencial com 235 unidades. Aprendi a me candidatar a subsídios do governo e consegui acessar mais de US \$ 2.000.000 em financiamento do governo para ajudar a reformar os prédios e fornecer moradias populares aos novos canadenses.

Em 2010, ganhamos o único prêmio CMHC (Corporação Mortgage e Habitação do Canadá) já concedido a um grupo de desenvolvimento privado em Manitoba. Um dos meus momentos de maior orgulho e um prêmio que ainda exibo com orgulho em meu manto.

Em 2018, vendemos o portfólio de edifícios e, então, voltei à minha primeira paixão: vender imóveis, incluindo mostrar às pessoas como investir e ganhar dinheiro. Em setembro do mesmo ano, minha filha Bella começou a estudar em período integral no primeiro ano da escola St. Afonso, uma escola católica particular, que amo."

"O que aconteceu com o seu mergulho de volta ao setor imobiliário?" Eu pergunto.

"Ganhei o corretor de imóveis nº 1 por vendas em meu escritório em 2018 e 2019 e também recebi o prêmio RE/MAX Titan em 2019. Ao mesmo tempo, fui o corretor de imóveis nº 4 mais vendido em nossa província em 2019. de todos os escritórios da RE/MAX em Manitoba."

Faço uma pausa no meu rabisco para olhar para os inúmeros prêmios em seu manto, e mais um monte empilhado ordenadamente por perto. "Isso mostra", eu digo com um sorriso.

"No final, estou fazendo tudo isso pela minha filha e para ajudar a comunidade, especialmente a comunidade portuguesa de Winnipeg.

2020 está começando muito bem, já que venho vendendo o corretor número um em janeiro, fevereiro, março e abril - até agora em maio..."



- * MOBÍLIAS
- * ELECTRODOMÔMESTICOS
- * ELECTRÓNICOS
- * ARTES DECORATIVAS



NOVA MEGA LOJA EM:

1725 Ellice Ave., Winnipeg
Tel: 204 783-1727
www.furnitureandmore.ca

QUARTOS DE CAMA; QUARTOS DE SALA;
SALAS DE JANTAR; ESTANTEIS
MESAS
MAQUINAS DE LAVAR
MAQUINAS 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: assumptioncemetary@mymts.net

Isso me permite retribuir em quantidades cada vez maiores. Tive a sorte de crescer muito envolvido em nossa comunidade. Estive envolvido na nossa igreja portuguesa, a Paróquia da Imaculada Conceição, onde eu era um membro orgulhoso do grupo de jovens. Eu era até membro do conselho da igreja naquela época!

Fui membro fundador da Casa Séniör Portuguesa, Lar Santa Isabel e da Associação Empresarial Portuguesa. Fui dançarino de folclore na Casa do Minho, enquanto tocava violão com meu pai em qualquer outro centro cultural ou grupo que precisasse de músicos como o Grupo de Dança da Madeira, Grupo de Dança da Ilha do Pico, Casa dos Açores, Carnavals, etc. em toda parte!"

"Por que isso, você acha?" Eu pergunto.

"Adoro ver as pessoas sorrirem e, melhor ainda, se divertir, e me alegra ter um pouco de participação nisso.

Meu envolvimento com a comunidade desde o início estabeleceu uma base para meu amor pela comunidade e meu desejo de retribuir. A comunidade tem me apoiado tanto nos meus 25 anos como corretor de imóveis, que parece apenas certo retribuir. Quero deixar um legado do qual minha filha possa-se orgulhar com o pai.

Ele faz uma pausa pensativa e, em seguida, olha ao redor da sala, aponta a cabeça em direção ao centro.
"Isso faz parte desse legado."

"Como assim?" Eu pergunto.

"Você está sentado nos alicerces de um futuro prédio de três andares com uma garagem; 16 suítes e duas coberturas - uma delas é reservada para minha filha. Eu não tenho pressa, no entanto. Adoro o meu "Home Office" do West End, que parece exatamente como era no dia em que o comprei. Você acreditaria que isso é industrial por zonas?!"

"Não," eu digo, "eu nunca teria imaginado." Estamos sentados no que eu cresci pedindo diversão, o "Tuxedo do West End".

"Como o Covid-19 afetou seus negócios?"

"Como um serviço essencial, nunca fechamos, mas recentemente, uma vez que as restrições de saúde pública recolocaram e agora podemos manter casas abertas novamente, foi melhor. Eu não sou grande em casas abertas, no entanto, eles são muito atraentes para vizinhos intrometidos.

Os lookie-loos, que só querem vir bisbilhotar ... Enfim, temos protocolo para higienizar superfícies e usar máscaras, mantendo distância e esse tipo de coisa. Eu nunca fui muito pelas exibições tradicionais. Prefiro uma abordagem mais criativa para ajudar os clientes a realizar seus sonhos."

"O que quer dizer?" Eu pergunto.

"Adoro mostrar as casas dos clientes de barco", diz ele, "isso é uma coisa! Tive a idéia de um fazendeiro-corretor de imóveis que mostraria hectares de propriedades agrícolas disponíveis por helicóptero. Pensei comigo mesmo: posso fazer isso com minhas propriedades à beira do rio, mas de barco (se o tempo permitir). Eu faço isso na área de Netley Creek.

Pego meus clientes de barco ou eles me encontram perto do meu barco e os levo para a propriedade em potencial. Eles geralmente são vendidos antes mesmo de atracarmos e desembarcarmos para verificar o local a pé."

"Dá a eles uma perspectiva diferente, talvez?"

"Sim", ele pensa, "talvez. Ajudo-os a atualizar sua visão de uma maneira diferente. Com um novo par de olhos; ajudá-los a ver o potencial ..."

"Essa é a sua abordagem para a construção da comunidade também?" Eu pergunto, referindo-me à sua generosidade conhecida por múltiplas causas e organizações na comunidade portuguesa.

"Além de gostar - apoiar as pessoas, eu adoro organizar arrecadadores de fundos. Eu simplesmente amo isso! E sou grato pelas oportunidades de apoiar e ajudar as pessoas. Tenho a sorte de ter a capacidade de organizar eventos de vitória/vitória/vitória que são divertidos/reunir pessoas/ e angariar fundos para uma boa causa. Tive a sorte de fazer parte de grandes equipes. Outros conhecidos, como Sam Sousa, Fabrizio Vassallo, Robert Carreira, Paulo Oliveira e sua família, etc. Mas, como equipe, fazemos a nossa parte; no final, são os numerosos voluntários, patrocinadores e membros que tornam todos os nossos eventos um sucesso.

O desenvolvimento da comunidade é importante para mim, mas também é pessoal."

"Recebo o maior sorriso no rosto quando vejo minha filha no palco, especialmente quando estou lá com ela, tocando música ao vivo no violão com meus amigos músicos como Sammy [Sousal], Henry Braga, Ted Cruz, Marco Ferreira, Luisa Abreu e John [Marques] ... Conheço esses caras há anos. Eu amo a energia no palco.

Eu também tocava em uma banda com Hermano [Silva], Paulo Raulino, Gerry Pacheco, Paulo Neta, Luis Palmeiro, Bobby Borges, Sandra Resendes, etc. Winnipeg é extremamente afortunado por ter tantas bandas ao vivo ao longo dos anos ... Eddy Melo e os caras dos anos 70, John Vieira e Christina Machado, e toda a banda de Alvorada, John Pimentel, Paulo Bergantim e Destiny. Rocha e Raizes, e agora SanCarlos com Carlos Vieira e Sandra Resendes ..."

"Eu deveria fazer um especial de música para a revista", digo, fazendo uma anotação rápida perto do topo do meu caderno.

"Você deve!" ele diz. "Muitos de nós nunca ganhamos dinheiro, mas tocamos no palco porque amamos - fazer as pessoas sorrirem e se divertirem, independentemente da organização."

"O que te leva?" Eu pergunto.

"Além do prazer", ele pensa sobre a pergunta, "principalmente as crianças. Eu amo fazer coisas para crianças. Eles são tão agradecidos. Eles não aprenderam a sorrir educadamente. Eles batem palmas e pulam para cima e para baixo. É fantástico. Eu amo especialmente o Natal com crianças. Sou o defensor secreto do Papai Noel na Festa de Natal da Casa do Minho. Eu também sou um defensor do programa

de catecismo na paróquia da Imaculada Conceição. Doei 100 Bíblias em 2017, que era minha maneira de fazer uma pequena parte para retribuir exatamente o mesmo programa da Escola Dominical em que participei. Eu também queria agradecer a Ir. Gomes e todos os professores pelos anos de voluntariado. Ele até salvou uma Bíblia para mim quando a ordem chegou. Ainda tenho na minha mesa de cabeceira.

"Você gosta de dar anonimamente?" É um comentário, mas sai uma pergunta.

"Absolutamente!" ele sorri amplamente. É o melhor caminho, embora nem sempre seja possível. Às vezes, você precisa doar em público para desafiar outros membros da comunidade a doar também. Eu amo retribuir. Isso é bom. Eu também era criança e agora sou apenas uma criança grande. Nem sempre eu tenho as coisas que tenho agora ... apoiei muitas causas ao longo dos anos, como diabetes, hospital infantil, autismo, tudo que posso. Apoio crianças locais em nossa comunidade."

"Como se vê, além de uma criança grande?" Eu pergunto sorrindo.

"Eu sou diferente. Não sou melhor que ninguém, sou apenas diferente. Cometi erros e não sou perfeito, e nunca serei perfeito. Sou membro de todas as organizações portuguesas aqui em Winnipeg: Knights of Columbus - sou um grande patrocinador e pago pelos cestas anuais de Natal; Associação de Veteranos, Banda Lira de Fátima, Associação Portuguesa de Manitoba, Casa dos Açores, Casa do Minho, Parque Português - que é um ótimo local pelo qual todos devemos agradecer. Existem mais de 200 parques de campismo lá! Quanto a mim, ajudo quando as pessoas me pedem ajuda. Mas, novamente, estou apenas fazendo uma pequena parte. Há muitos voluntários que fizeram muito mais do que eu jamais consegui ao longo dos anos e tiramos o chapéu para todos eles. Eles são um trunfo real para a nossa comunidade aqui."

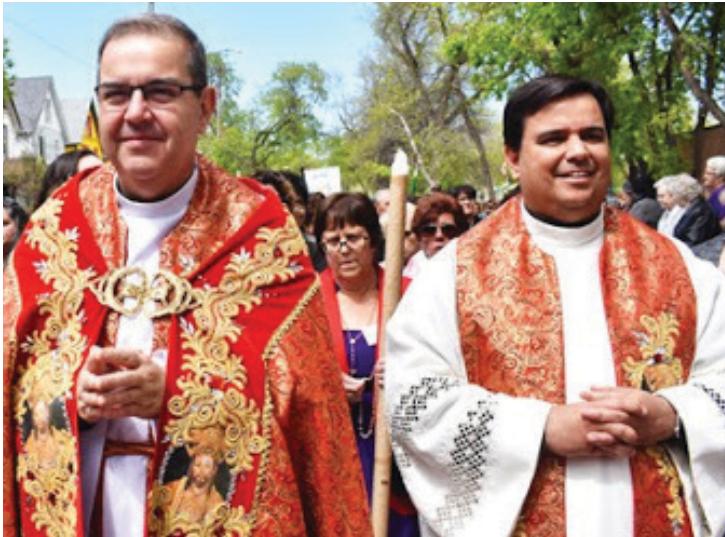
"O que aconteceu no ano passado com o Portugal Day no IG Field?" Eu pergunto.

"A equipa do FC Valor pediu-me apoio e, por isso, ajudei-os a organizar um dia de Portugal. Montei uma equipe com Paulo Oliveira e pedimos à Banda Lira de Fátima que viesse tocar e que alguns dos grupos de dança folclórica saíssem para dançar. A Banda Lira de Fátima estava preparada para tocar os hinos canadenses e portugueses. Estábamos indo para o pré-jogo, etc ... Infelizmente, choveu naquele dia e os eventos pré-jogo foram cancelados. Alguns membros da família portuguesa haviam comprado ingressos para toda a família e outros queriam um reembolso. Agora, o FC Valor não concede reembolso, mas eu intensifiquei e paguei do meu próprio bolso aqueles que queriam um reembolso. Eu não precisava fazer isso, mas me senti responsável porque choveu e algumas pessoas estavam gastando muito dinheiro, então fiz a coisa certa."

"Mas você não pode controlar a chuva, Mario ..." comentou. "Eu sei. Eu sou diferente assim. Não melhor que ninguém, apenas diferente." *Continuado na p32*

Senhor Santo Cristo

Adiado 2021



Espirito Santo

Adiado 2021

Nélia e Silvino Soares, Mordomos



Like Fathers Like Sons

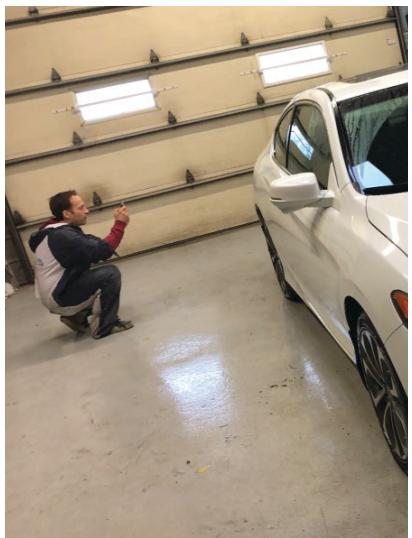
A Picture Tale of two Dannys

Albino Felizardo and Danny Felizardo own and operate Portuguese BarberShop on Kate Street, the popular and well-known neighbourhood barbershop in the Portuguese community, across from the Portuguese Association of Manitoba, where father Albino is a life-long volunteer and current member of the Board of Directors. Albino is also a Combatente and member of the Immaculate Conception Church, together with his wife, Gracinda, a hairstylist, and their other son, their wives, and now grandchildren.

Joe Valentim and Danny Valentim own and operate Four Seasons Autobody Shop on Stanley Street, a respected and full service body shop with Autopac direct repair, in the heart of the core area, close to the Immaculate Conception Parish, where father Joe and wife Leonor are also parishioners and long-time, active members of the Portuguese community, with more formal roles for Joe as former member of the Board of Directors of the Portuguese Association of Manitoba. Joe is also a combatente.

Both father and son duos are consummate and outgoing professionals, with an exacting eye for detail in the art and craft of barbing and the science and mechanics of autobody repair. Both have served my family unfailingly, over multiple cars/hair trends for decades now. I recently attended the re-opening of the barbershop to snap some pics and chat with the engaging father-son duo, following excellent service for yet another minor repair for my Honda V6 at the bodyshop, which has a mother of pearl paint that was superbly matched up.

The pictures, as they say, are worth a thousand words. What's in a name? **Would a Danny by any other name be as "sweet" at his job?!** With a nod to Shakespeare, here's my response: **No way!** In my experience, **there's something (exemplary) about a Danny.** Big thanks to Albino and Joe for raising fine young men, who're now following in the footsteps of their daddys, still fine young-at-heart men.



Finding her Voice

Isabella Morden,

Seventeen year old Isabella Morden is first generation Portuguese and bilingual French and English. She is the daughter of Sandy Guerreiro Morden and Greg Morden, and niece of Tony Guerreiro, mason by day and multi-media tech at Luso-Can TV and Navegante Cultural-O Mundial, otherwise.

Together with her sister Maria, who is only 14 years old, and teenage band mates Leigh Belair on drums, Katarina Zoller on bass, Zoe Oughton on drums, and another friend on piano, they comprise a band called Klouds, who were previously called Chicane Electrique, and have been playing together since seventh grade.

"That's when I discovered my voice," says Isabella, "when someone at school suggested that we form a band. I didn't play any musical instrument at all before then, although I was musically inclined."

"Do you play now?" I ask.

"Yes, I started by learning ukulele, and then guitar and piano, but my first instrument was and is my voice!" she tells me over a telephone interview in late Spring.
"How would you characterize your style?"

"Indie-pop, is probably the best catch-all, but we're don't like to limit ourselves," she says taking time to think, "I would say that we are more about using songs to tell stories..."

"You sing a lot in French," I comment. "Any in Portuguese?"

"Not in public, but my mom would love that," she laughs breathlessly into the phone. "She would love me to sing fado!"

In grade 12, Isabella's graduating class is affected by Covid-19 public health restrictions, but she's philosophical about her stress.

"I am stressed about it, that's true, but there's nothing I can do about it. So when I'm not doing school work, I'm singing."

"What are your plans after graduation?"

"I'm going to St Boniface University, but we'll see whether I keep up with the band. I want to be a teacher and inspire children the way my music teacher, Serge Carriere, who is also in a band with his wife, Joanne Carriere, inspired me. Maybe that's why I

Canada

like older music so much; Billy Joel, Johnny Cash..." she trails off and giggles.

"Are you available for bookings once the restrictions lift?"

"Oh, for sure," she affirms, "send me an e-mail at isabella.morden@gmail.com. In the meantime, find me on Facebook or YouTube. If you like what you hear in my voice, you know where to find me..."

Isabella Morden é primeira geração e bilingue Frances-Inglês; filha de Sandy Guerreiro-Morden e Greg Morden, e sobrinha de Tony Guerreiro. Junto com sua irmã Maria, que tem só 14 anos de idade, faz parte dum conjunto com outras jovens.

Isabella conta-me que encontrou a sua voz quando juntou-se com outras jovens, e só começou a tocar ukulele, piano, e guitarra depois de começar atuando com a banda. Um dia, gostaria de aprender e cantar fado, que seria um encanto para sua mãe! Contacte Isabella para contactar o seu conjunto, através de e-mail: isabella.morden@gmail.com, se quiser ouvir a voz impressionante desta jovem encantadora e talentosa.

Elena Morizio, Italia

Elena Morizio is an Italian artist, who currently realizes works of art on mirror. Her passion, together with psychology and humanities, is art as therapy. That is why, several weeks ago, she decided to ask her closest friends to draw their interpretation of the Coronavirus on any home mirror, using a pen or lipstick. I am one of her friends, on Facebook. I accepted her challenge and asked to share her story. She said yes and went on to explain that her intent is to provide our unconscious a way to express itself through eternal images, symbols, myths, and archetypes; ultimately, a way to make its voice heard.

"The mirror has always been and will always be a reflection of unspeakable and unacceptable parts of ourselves. A window on our repressed anger, for example, on our fears; on our unexpressed emotions; our grudges; our instincts and talents, unfairly compressed. In short: our Shadow," Elena told me by e-mail.

The same Shadow, following her Jungian assumptions, is usually deprived of the possibility of integrating itself more harmoniously with the lighter parts of our being, sometimes known variously as self or ego, and by extension, accepted as an integral part of who we are, light and dark.

I fancy myself an amateur Jungian, and so, I am keen to participate in her project and to share her message; that is, without integration of light and dark, our path to authenticity, serenity, self-actualization and love; for our environment and for others, is just another product of human vanity at best, and existential hubris at worst.

Using the Virus and the historical moment of a global pandemic, Elena wants to know which fears and emotions have come up to the surface from our deep inner world. From a few drawings to an eruption of international ideas coming in; from USA, Canada, South America, Africa, Indonesia, Europe, Australia. Something new is being born... An art teacher from La Plata, Argentina is proposing this to her class; a school from Chicago, another from New York City -- even in the midst of the American turmoil; another from Geneve; my magazine based in Winnipeg... Simpatico, all of us. A collective conscious. Together in affirming the importance that art has played, and will always play, together with Philosophy and Religion in the human condition.

Lori Shepherd, whom I playfully call Urban Shaman, formerly of Chicago and NYC, now nestled against the layered hills just

outside Las Vegas, brought Elena into my sphere; Cherie Martin, with whom I attended private catholic girls school in Winnipeg, formerly of Las Vegas and now of Chicago, brought Lori into my world. Without these three, my mirror of experience would not be as clear.

"Art is a tool to express the inexpressible," Elena concludes in her short e-mail interview, "There was a world before and there will be a world after Coronavirus." Go to Instagram and Facebook: *Reflections for Change: <https://www.facebook.com/reflectionsforchange/>* and send your art by e-mail to: reflectionsforchange@gmail.com
My contribution is below:



Horoscope

www.mariahelena.pt

Touro/Taurus Love -- a good conversation with your partner will strengthen your relationship; good money opportunities are knocking; answer! 21/4 a 20/5

Amor -- uma boa conversa com o seu companheiro fortalecerá a vossa relação e poderão surgir boas oportunidades, não as deixe fugir. A sua saúde encontra-se fortalecida, mas não se exceda. Números da sorte: 6, 15, 18, 28, 33, 47

Gêmeos/Gemini Love -- you may experience confusion in regard to your feelings for your partner. Don't let domestic issues get in the way of your lovelife. 21/5 a 20/6

Amor -- poderá sentir-se confuso em relação aos sentimentos que nutre pelo seu parceiro. Não deixe que os assuntos domésticos interfiram na sua vida amorosa. Números da sorte: 4, 10, 24, 31, 39, 43

Caranguejo/Cancer Love -- unexpectedly turns up when you least expect it. Try to ensure that your soul is transparent, but get some sleep to gain energy. 21/6 a 21/7

Amor -- acontece quando menos espera. Procure que a sua alma seja transparente. Durma mais horas, precisa de restabelecer a sua energia. Em termos de dinheiro, o seu bom desempenho vai ajudá-lo a ter maior segurança e estabilidade profissional. Números da sorte: 8, 17, 14, 10, 2, 3

Leão/Leo Love -- stop expecting so much of your partner. Be more tolerant and understanding; secure your union. Avoid foods high in fats. 22/7 a 22/8

Deixe de exigir tanto do seu par. Seja mais tolerante e compreensivo, fomente a união. Retire da sua alimentação comidas ricas em gorduras, e cuide melhor do seu coração. Em termos de dinheiro, organize melhor as suas tarefas. Números da sorte: 9, 6, 5, 4, 7, 1

Virgem/Virgo Love -- You now have the opportunity to forgive what has hurt you greatly in the past. Your professional opinion is highly sought after. 23/8 a 22/9

Ter agora a oportunidade de perdoar aquilo que o magoou no seu passado. A sua opinião profissional será valorizada, mas tenha cuidade com aquilo que come; a sua saúde poderá sofrer de problemas, se não. Números da sorte: 44, 41, 10, 20,

Balança/Libra Love -- a discussion with someone you love can leave you drained. Appeal to comprehension and learn to listen and support differences. 23/9 a 22/10

Amor -- uma discussão com pessoa amada poderá deixá-lo renitente. Apele à compreensão e saiba ouvir para superar as diferenças. Em termos de dinheiro, desempenhe as tarefas profissionais o melhor possível. O sucesso conquista-se pelo empenho e pelo esforço. Números da sorte: 18, 11, 14, 27

Escorpião/Scorpion Love -- your state of anxiety can generate discussions. Face life with a more optimistic attitude and you'll see things improve.

23/10 a 21/11

Love -- o seu estado de ansiedade poderá originar discussões. Encare a vida de uma forma mais optimista e verá que tudo corre melhor! Dinheiro -- seja fiel a si mesmo e siga à risca os planos que traçou. Números da sorte: 3, 36, 25, 14

Sagitário/Sagittarius Love -- talk to your partner to resolve divergences of opinion and clarify, where necessary.

22/11 a 21/12

Amor -- converse com o seu par para resolver divergências conjugais. Fale sobre o que é necessário esclarecer. Em termos de saúde, precisa de dormir mais. Acredite na sua competência e avance com as suas ideias. Números da sorte: 9, 10, 20, 30, 4, 7

Capricórnio/Capricorn Love -- Dedicate more time to your friends. Untangle your ties of friendship. With dedication and hardwork, you will meet goals. 22/12 a 20/1

Amor -- dedique mais tempo aos seus amigos. Estreite os laços de amizade. Em termos de dinheiro, com empenho e dedicação, conseguirá alcançar os seus objectivos. Números da sorte: 6, 15, 23, 32, 40, 51

Aquário/Aquarius Love -- your partner may be exceptionally hard on you right now. Maintain a firm line, while remaining sincere.

21/1 a 19/2

Amor -- o seu par poderá estar demasiado exigente consigo. Mantenha-se firme e seja sincero com ele. Tenha mais atenção pois está mais propenso a sofrer acidentes. Números da sorte: 2, 6, 19, 20, 27, 42

Peixes/Pisces Love -- a change in plans could affect your relationship.

20/2 a 20/3

Amor -- uma mudança de planos pode afetar a sua relação. É tempo de um novo recomeço! Em termos de dinheiro, não gaste mais do que o necessário. Números da sorte: 9, 7, 1, 10, 20, 33

Carneiro/Aries Love -- you'll hear news from a friend, and your friend network will expand; your smile will light all in your vicinity!

21/3 a 20/4

Amor -- Saberá notícias de um amigo. A sua vida social ganhará um novo fôlego. Que o seu sorriso ilumine todos em seu redor! Atenção com os excessos, seja comedido. Números da sorte: 8, 17, 11, 4, 2, 3

Para ler mais/To read more, go to: www.mariahelena.pt

Winnipeg Free Press

Looking to make
some Extra Cash ?

EARN
\$1000/mo*
For part time
work



Join the
Winnipeg Free Press
Carrier Team

For more information
call 204-697-7155

Email: freepress.depot@freepress.mb.ca

- Door-to-door delivery
- Average Route: 3 hrs. Monday through Saturday
- Paper pickup ranges between 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

Winnipeg Free Press

*Route size varies. Value represents average route size.

Vamos Aprender

História de Pandemias e Carpe Diem!

Let's Learn:

History of Pandemics and Shine a Light

Following up on Vol 2, Issue 3's History of Pandemics, graphic at right created by visualcapitalist.com, let's look at some silver linings across those global timelines.

Of his own age, Charles Dickens wrote, "it was the best of times, it was the worst of times," and of our own age, we can see that there are worlds of opportunities for those courageous and curious enough to seize the risks, by shining their own lights in the uncertain, dim light of the Covid-19 pandemic.

Here is a short list of other things; some good, some worth noting, which occurred during the worst of our deadly human pandemis:

Black Death 1346-1353, killed 200M, 30-50% of European peoples, and ravaged Europe and Africa; spread by fleas

Italian Renaissance; 1346, Battle of Crécy, the first European Battle where gunpowder is used; Declaration of the 100 Years War

Small Pox 1520 - 1900s, killed 56M, in Europe, and many millions more in North and South America, approximately 90% of Indigenous peoples in the Americas, continuing over waves and centuries.

In 1521, João III becomes King of Portugal and António Correia captures Bahrain, which remains under Portuguese Rule until 1602. The vaccine against smallpox is introduced by Edward Jenner in 1796.

Cholera 1817 - 1923, killed 1M plus; a global scourge with no agreed upon number of fatalities; a total of seven waves caused by contaminated water.

João VI becomes King of Portugal in 1816 as part of a regency council that remains in effect until 1820; a provisional

government is established with a liberal parliamentary constitution; the Constitution is ratified in 1822, and with it, comes bloodless Independence for Brazil, also in 1822.

Spanish Flu 1918-1920, killed 40-50 M The last major pandemic, originating in the American mid-west.

The monarchy of the north is created in Porto and lasts for about a month in 1918. World War I draws to a close.

HIV-AIDS 1981- ongoing, killed 25-35M, first identified in 1976; no longer the death warrant that it was in the beginning, thanks to cocktails of combined pharmaceuticals.

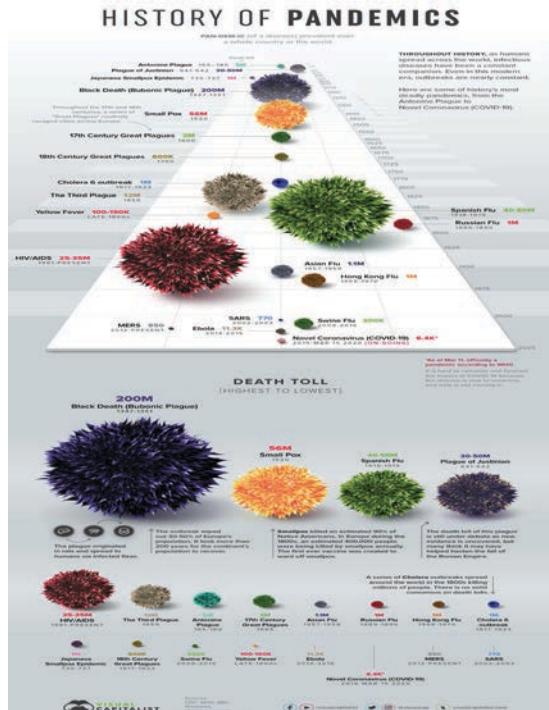
Portugal joins the European Union, then known as the EEC, in 1986, and hosts the World Expo in 1998.

Asian Flu/Hong Kong Flu 1956-1958 and 1968-1970, killed approximately 1M respectively, shadowing Portuguese immigration to Canada in early years and during the bigger waves in the 1960-70s.

Plague of Justinian 541-542, aka Bubonic Plague, 25M plus: the first wave of the plague, which swept through the Byzantine Empire and Mediterranean port cities, killed up to 5,000 people a day at its apogee.

This plague came-and-went until 750 CE (and wouldn't resurge again until the 14th century), coinciding with the unique development of the Byzantine Empire; a new role for the Roman Papacy and of Monasticism; notably, the origins of Islam and the rapid rise of the Arabic Empire also coincided with this pandemic.

Antonine Plague 165-175 CE, 5M plus - 60-70M plus: striking Asia Minor, Greece, and Italy, this virus was transported by Roman soldiers returning from Mesopotamia. It decimated the Roman army, crippling the world economy for 10 years, and is thought



to have been the first known outbreak of smallpox (ancient.eu/antonine_plague/)

Emperor Marcus Aurelius wrote his philosophy about self-restraint, duty, and respect for others, entitled *Meditations*; as John Stuart Mill put it, "the highest ethical product of the ancient mind," at this time.

He said, talking to himself, and in doing so, enjoining us to talk to ourselves similarly:

"No one could ever accuse you of being quick-witted.

All right, but there are plenty of other things you can't claim you "haven't got in you."

Practice the virtues you can show: honesty, gravity, endurance, austerity, resignation, abstinence, patience, sincerity, moderation, seriousness, high-mindedness.

Don't you see how much you have to offer -- beyond excuses like "can't?"
And yet, you still settle for less.

Marcus Aurelius led by example. Sadly and somewhat ironically, he is said to have died of the plague, which sent Rome into a tailspin when his wayward son succeeded; the rest of which, is as they say, history.



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

 Manitoba Public Insurance

PROVIDING GREAT SERVICE FOR OVER 40 YEARS!

MPI Accredited Repair Facility *Servindo a comunidade com honestade!*

LIVE YOUR DREAM... CALL US TO SELL, BUY OR BUILD YOUR HOME



DREAM HAVEN REALTY INC.

dreamhavenrealty.com Walter Mota Manuel Mota Tara Mota 204.944.2770

Travel Portugal+



BTA **BESTWAY** AGENCIES (RTI) LTD.

555 Notre Dame Avenue
Winnipeg, MB Canada R3B 1S5

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

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

AGTA Agents of Canadian Travel Agents
Membre confédération des agents de voyage

IATA ACCREDITED AGENT

Manitoba Public Insurance

Jose Rodrigues
Manuel Rodrigues
Antonio Rodrigues



Sports & Recreation

Isolation or...

Alone, detached, segregated, and separated...
These are the words used in describing it.
Fear, anxiousness, depression, and despair...
These are the causes used in explaining it.
Or can they?

Seconds to minutes to hours quickly become
Days to weeks and possibly months
Uncertainty builds as trust deconstructs
Views of surroundings filtered by horizontal lines
Distorted images that used to be clear and
unobstructed

Journeys that breathed air, warmth of the sun, or
raindrops on our skin
Become controlled by the walls and degrees within
our confined spaces
Human interactions that once led to closeness and
relationship
Become distancing of social connection and resulting
detachment
Reality... or is there an alternate?

Hope, trust and belief
Heroes emerging who were hidden in plain sight
Never seen but now appear more clearly
Bonds forming and humanity rising in our midst
Opinions soar yet commonality survives
Utilization of time creates depth no longer just
depletion on a clock
Love grows stronger despite losses unimaginable
This moment unprecedented yet one to be seized.

Isolation or reconciliation...?
you decide.

by Liz Oliveira, Guest Editor

Poetry & Stuff



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

Other passions and pursuits include family and friends, treading lightly ocean-side, curling up with a good book, and practicing interior design.

Got suggestions for poems by poets writing in either Portuese or English? send to omundial@outlook.com, attention Liz Oliveira

**WELCOME XAVIER ANTHONY PAUL KATCHUR,
BORN MAY 15, 2020, AT 7:10AM, WEIGHING IN
AT 7LBS AND 4 OUNCES.**

**CONGRATULATIONS TO FIRST-TIME PARENTS
ELIZABETH REIS AND ADRIAN KATCHUR, AND
TO BOTH SETS OF GRANDPARENTS, INCLUDING
THE LATE FILOMENA DA CUNHA MACHADO REIS
AND JOSE ANTONIO (TONY) REIS -- YAY FOR
ME, TOO; ANOTHER LITTLE COUSIN FOR THE
EVER-EXPANDING CORREIA LINE... ❤**



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



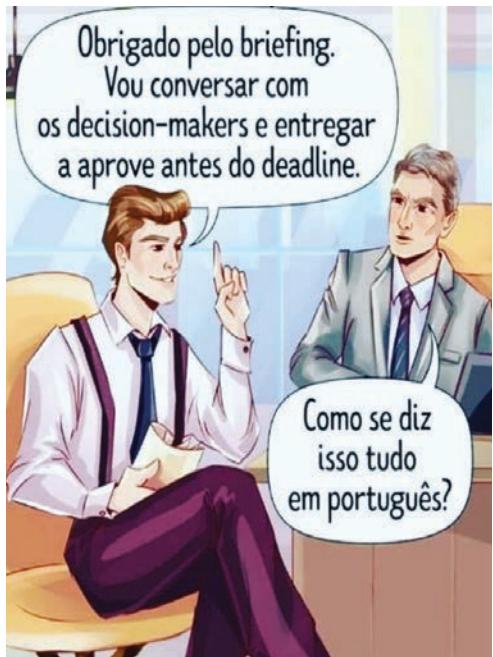
GERÊNCIA
Tony e Gilberto Cabral

**SERVIÇO
AUTOPAC REPARAÇÕES E
PINTURAS DECARROSE E CAMIÕES**



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

Poesia & Coisas



Go to: www.folklorama.ca for Folklorama At Home, 2020



Ambulance Chaser Day Tripper -- Warning: Portuguese Triggers!

Following a hands-off tussle with a naked man*, who appeared to take exception to the Lusitanian feng shui of city-issue garbage bins in front of Portuguese florist Sergia's Flowers on William Avenue, two parameatics lost possession of their ambulance as their bare-footed attendee, no doubt a frustrated consumer of below grade, recreational street-product cut by post capitalist street-entrepreneurs trying to increase narrow profit margins during these dried-up supply chain times of Covid, jumped into the vehicle and set off on a trip of complaint to another local Portuguese authority -- the Portuguese Association of Manitoba (Portuguese Cultural Centre) on Young Street at Notre Dame Avenue.

Alas, both long-time business and touch-stone cultural organization were not yet fully open owing to Covid restrictions, and so, the hapless naked man, landed the runaway ambulance on the paved sidewalk, crashing into the Northwest wall of the Portuguese home-away-from home and was summarily apprehended by WPS, bringing to an end his psychotropic quest for justice and quality city planning in this Winterpeg world.

Editorial Note: Mental Illness and Addictions are serious. Portugal got it right when it decriminalized drug use and set up treatment programs for users, instead of jail time or legal fines, opting to charge dealers instead. This tongue-in-cheek report is testament to the Portuguese maxim: it's better to laugh than to cry! I hope he* gets help.



Super-Mario: continuado

"Onde nasceu?"

"Aqui em Winnipeg. Meus pais são de São Jorge, nos Açores. Eu tenho dois irmãos. Eu sou o mais velho."

"É fluentemente bilíngue?" Eu pergunto como se não soubesse a resposta.

"Eu aguento," ele ri.

"Qual o melhor conselho que você já recebeu que gostaria de dar aos outros?"

"Oh, isso é fácil. Alfredo Santos [da Al-San Construction] me disse uma vez: quando você trabalha duro, trabalha com inteligência e ganha um pouco, pode montar uma grande cerca para afastar as pessoas ou montar uma mesa mais longa e convidar outras pessoas para juntar à você. E eu, coloquei a mesa mais longa possível. Eu gosto de fazer coisas boas, enquanto me divirto fazendo essas coisas boas. Eu gosto de ajudar as pessoas - é por isso que faço o que faço. Para mim, é sobre construir uma comunidade, não destruí-la. esse é o espírito da comunidade: trabalhamos duro, jogamos duro e, melhor ainda, arrecadamos dinheiro por boas causas. Felizmente, ainda existem membros da nossa comunidade que estão ajudando todas as organizações. Essa é a única maneira de continuar construindo nossa comunidade e nossa cultura.

Precisamos reconstruir nossa comunidade. Precisamos olhar para as coisas boas que outras comunidades estão fazendo, como os filipinos e os indianos orientais. Precisamos ser fortes como eles e, em seguida, modelar o comportamento do modelo para outras comunidades recém-chegadas. Estamos aqui há tempo suficiente neste país para fazer isso."

"Por onde começamos?"

"Começamos dizendo obrigado e agradecendo o que temos! Começamos trazendo as pessoas para celebrar e contribuir e aproveitar as oportunidades de angariação de fundos de maneiras criativas que proporcionam experiências culturais.

Em fevereiro de 2020, nosso grupo organizou o primeiro baile de príncipes e princesas da nossa comunidade. O objetivo era arrecadar dinheiro suficiente para comprar um desfibrilador para o Parque Português. No final, dois desfibriladores foram doados! Como pode não se emocionar quando algo começa como uma idéia e acaba tão bem-sucedida - e as crianças e os pais gostaram. Sempre farei parte de qualquer coisa que ajude a nossa comunidade!

Desafio os outros a se envolverem; se eles ainda não estiverem envolvidos, e garanto que, ficaram viciado!"

"Não basta escrever cheques?"

"Escrever um cheque é o que é, mas o que não tem preço é ver nossos filhos sorrirem, rirem e brincarem juntos como amigos. As vezes, os adultos têm opiniões diferentes com base em sua localização em Portugal. Mas as crianças não se importam onde você mora em Winnipeg ... Em uma nota pessoal, quero agradecer a todos em nossa comunidade pela gentileza oferecida a minha filha Bella - a todos, obrigado!"

"Finalmente, se alguém precisar de ajuda ou conselho, ou quiser conversar, por favor, me aproxime, porque se posso, eu irei."

E esse é Mario Lopes, sem precisar ou querer elogios, mas querendo e precisando ajudar; não é melhor que ninguém, apenas diferente.

Motivado a deixar um legado da comunidade para que todos possam beneficiar.

COVID-19
Coronavirus Disease 2019

10 WAYS YOU CAN HELP THE ELDERLY AND/OR PEOPLE WITH UNDERLYING CONDITIONS LIVING ALONE

- Check on them frequently, preferably by phone given the risk of transmission.**
- If you visit them, maintain a distance of at least 1 meter and avoid physical contact (handshakes, hugs).**
- Buy groceries, supplies and medicines for them.**
- Make sure they have at least a month's stock of all their regular medicines in case they need to stay home.**
- Help them connect with doctors, neighbors, friends and family if needed.**
- Remind them to wash their hands frequently, keep objects and surfaces clean, and avoid physical contact with those who are sick.**
- Make a plan in case they fall ill and decide how transportation will be arranged to seek health care.**
- Encourage them to maintain a healthy lifestyle: eat nutritious foods, get enough sleep, don't smoke, stay active and limit alcohol use.**
- Be kind and show empathy. Talk and listen to them. Help them cope with stress. Once the pandemic is over, you will hug again!**
- If your loved one is in a home for the elderly, avoid visits. Use phone, video chat or email to keep in touch.**

DESDE 1957, QUE GENEROSAMENTE SUPORTA A NOSSA COMUNIDADE, COM COMPRAIXAO, BONDADE, E CARINHO.
SERVICOS CREMATORIOS E FUNERAIS NORMAIS.



1442 Main Street, Winnipeg, Manitoba

204.586.8044
1.888.586.8044 TOLL FREE

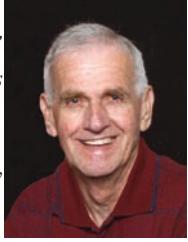


Obituaries

JOÃO MANUEL SILVA SOUSA February 8, 1949 - May 25, 2020

It is with great sadness the family announces the passing of João Sousa on Monday May 25, 2020.

He is survived and lovingly remembered by his wife Grasiela Sousa, daughters Natercia (Rui) Reis, Catarina (Kinny) Lamba, Ana Sousa (Randy Amaral), sisters Margarida (António) Reis, and Lídia Ferreira (living in Portugal) brother Tiberio (Judy) Sousa along with many nieces and nephews and his beloved grandson Austin Reis. He is predeceased by his parents and his brother José Maria Sousa.



A private service was held with family, burial at Assumption Roman Catholic Cemetery

MARIA DA ASCENÇÃO RESENDES DE SOUSA

It is with gratefulness and immense sorrow we announce Maria de Sousa's battle with ALS has ended. Maria passed away with her family by her side at the Grace Hospital on Friday, May 15th, 2020 at the age of 71.

Maria is survived by her loving husband of almost 47 years, José; son Sergio (Marcy); grandson Brian; sisters Maria do Conceição and Aldina (José); brothers Antonio (Eduarda), Manuel (Ines) and Joao (Ana); brother-in-law Jose Figueiredo and beloved extended family who are mourning this painful loss.



Maria was predeceased by her parents Manuel and Vergina Sousa; her brother José Curvelo (Maria do Nascimento); sister Maria do Espírito Santo and brother-in-law Antonio Moraes.

Maria was born in Santa Maria, Açores, Portugal and immigrated to Canada with José and infant son, Sergio in November 1974.

Upon her arrival to Canada, Maria spent her first year employed at Western Glove Works and then moved over to work at the Fairmont Hotel (formerly known as the Westin Hotel and Winnipeg Inn) in the kitchen and then laundry from late 1975 until 1994 when she was forced to retire due to health issues.

Being the doting wife and Mother, when grandson Brian arrived in 1999, Maria selflessly dedicated her time to helping raise Brian while his parents worked, continuing on to take Brian to school daily until he was old enough to no longer require an adult escort.

Maria was an adept seamstress and an incredible cook, although she didn't think so. Maria's world revolved around her family.

She enjoyed doing anything as long as she was with them. The loss of Maria has created a huge void in our family, but we truly take solace in knowing she is no longer suffering from this devastating illness. Maria will be greatly missed and forever remembered and loved.

Pallbearers are Victor Sousa, Terry Desousa, Marco Morais, Nelson Travassos, Helder Travassos and Tony Soares.

Due to COVID-19 a private funeral mass was held at Crope Funeral Chapel, with interment following immediately at Assumption Roman Catholic Cemetery.

The family would like to thank the medical staff at the Grace Hospital for their care, kindness and compassion during Maria's final days and the Manitoba ALS Society for always being there when we needed them most, whether it was for new equipment to try, access to their Boost program or emotional support.

We would also like to acknowledge and send a special thank you to Ana Teixeira and Olga Sousa for visiting with Maria either before or after shift or on their breaks when we were not allowed to do so due to COVID-19.

In lieu of flowers, memorial donations may be made to the Manitoba ALS Society (2A-1717 Dublin Ave., Winnipeg Manitoba R3H 0H2).

JOÃO MACHADO TAVARES de MELO

Peacefully on April 27, 2020, João Machado Tavares de Melo passed away to join his wife, Carmélia, who predeceased him 7 months ago. He was also predeceased by his parents and siblings, and leaves behind his brother, Manuel, from Brampton, Ontario. He also leaves behind his son, Roger, daughter-in-law Marlene, grandson Michael, daughter Fatima, sister-in-law Manuela da Costa, and many nieces and nephews.



João left São Miguel, Açores, Portugal for Canada in 1957. He worked for CN starting with the rail gangs before retiring as a Carman at CN's Symington Yards in 1989. He was a man of few, sometimes no words, but whose deeds spoke louder. João gave generously to family when needed whether it's his hands for a home project or car rides. He was a hardworking and practical man, yet ready to joke and loved to laugh.

Due to Covid-19 restrictions, a burial has already taken place, however, there are plans for a Funeral Mass once they are eased in the future. In lieu of flowers, we ask people to donate to Holy Names House of Peace on 211 Edmonton Street. Finally, the family thanks the staff at Poseidon Personal Care home for their care during his stay.

I have fought the good fight, I have finished the race, I have kept the faith. (2 Timothy 4:7)

In Memoriam

**EM MÉMORIA de JOSÉ MARIANO
De MEDEIROS MOREIRA**

**Aniversário Lutuoso --
June 25, 2019 - June 25, 2020**

Un ano já passou, mas os corações dos que te amam continuem tristes e saudosos pela falta da sua presença. Guardmos com muito carinho nos nossos corações.

Com muito amor da esposa, filhos, netos, e restante família.

One year has passed, but the hearts of those who love you continue to be filled with sadness and sorrow. We hold you with tenderness and care in our hearts.

With much love from your wife, children, grandchildren and family.

Navegante Cultural-O Mundial extends heartfelt sympathy to the family -- wife, children, and grandchildren, and friends of Jose Mariano De Medeiros Moreira, and acknowledges his tremendous contributions to our Portuguese community.



Sr. Moreira was a long time director of the Banda Lira de Fátima Philharmonic; he was an active member of Immaculate Conception Parish, and a founding member of both Santíssima Trindade as well as Senhor Santo Cristo. He was also a director at the Portuguese Association of Manitoba.

Born in Ribeirinha, São Miguel, Azores, Portugal in 1946, he brought with him to Winnipeg in 1974, a love of music, family, community and sport, making lasting and generous contributions in all of those areas.

*We little knew that morning,
God was going to call your name,
In life we loved you dearly,
In death we do the same.*

*It broke our hearts to lose you,
You did not go alone.
For part of us went with you
The day God called you home.*

*You left us beautiful memories,
Your love is still our guide,
And though we cannot see you,
You are always at our side.*

Saudade do meu pai:

*A perda do seu pai,
não importa quantos anos você tenha,
muda sua vida para sempre.*

*Um pai é um protetor,
que nos defende e nos mantém seguros
Nunca superamos esta perda,
apenas aprendemos a viver com ela,
mas o mantemos para sempre
em nossos pensamentos.*

**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



 *Navegante Cultural*

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 Acores

Tel. 204-947-0049

1 Acores Street
Winnipeg, Manitoba
R3B 0V4 Canadá
E-mail: casadosacores.wpg@mts.net



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



PORTEGESE 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



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

C S P
V I D E O

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
Cell 204. 299. 8041
www.facebook.com/carlos.sousa.798278

Memberships | Sócios

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 JOSE CORREIA
- J. PETER CORREIA
- PEDRO AIRES CORREIA
- LIGA DOS COMBATENTES, NÚCLEO DE WINNIPEG
- In memory of MARY & PETER MARUSCHAK
- Em memória de JOSÉ MARIANO MEDEIROS MOREIRA

- CARLOS & YVONE OLIVEIRA
- Em memória de EUGÉNIO SILVA, COMBATENTE
- Em memória de CARLOS SOUSA, COMBATENTE



HAPPY BIRTHDAY, MANITOBA,
FELIZ ANIVERSÁRIO!
GOING STRONG AT 150,
ANOS DE IDADE

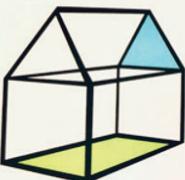
How Manitoba Entered Confederation...
A delegation of Metis and Canadian Party members traveled to Ottawa to negotiate the creation of the province of Manitoba.

John Christian Schultz was in Ontario, stirring up anti-Metis sentiment, which tainted negotiations with Prime Minister McDonald's government, who refused to allow provincial control of the lands and granted only 200K of hectares to the Metis.

Violence erupted in the Red River Valley; Militia was sent; and Riel and his provisional government were not allowed to become the official government.

*The Manitoba Act was promulgated in 1870.
Louis Riel is now legitimately acknowledged as Founding Father of Manitoba.*





 Complete construction & renovation • • •
ARMAND's
construction
Yes, we are open as an Essential Service during Covid-19.

Tony Cabral
Project Manager

Tel. 204.999.2036
tony@armandsconstruction.com

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

ADVANCE
Acrylic & Stucco LTD.

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








GARCEA
GROUP OF COMPANIES



SJ CONSTRUCTION LTD.



GRANITE CONCRETE SERVICES



Tuscany CONSTRUCTION
The Tile Specialist



colour
DESIGN DECORATING



BEDROCK LANDSCAPING

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

OMB
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