

**ZI-T-A: Under the "Z" for Hero!**  
Text by Mia Sally Correia

The socially private and publicly driven Executive Director of the Portuguese Association of Manitoba (APM) found herself thrust into the media spotlight after an armed robbery on Halloween at the twice-weekly bingo in its main hall, an event which has occurred without serious incident for the last 20 years.

Seventy year old Zita Lopes, who doesn't look a day over 60 [editorial note], was sitting behind her usual post at the rolley-cart in the APM lobby, selling bingo books to players. Because it was Halloween, she didn't think it was too unusual to be approached by a woman, whose face was obscured. "The next thing I knew," as she was quoted in the *Winnipeg Free Press*, "I got sprayed!"

With her usual aplomb, she yelled for someone to call 911 and pushed the rolley-cart hard into the woman, which sent the would-be crook reeling backwards and running out the door, after tossing the tray into the air and sending money hither and thither. Bingo players came to the well known Executive Director's rescue, pinning the crook's 17 year old teenage accomplice to the floor and giving chase to the woman, who managed to get away, only to later turn herself into police.

Bingo-playing nurses came to Zita's aid while other players picked up the scattered money and tended to the unlucky 17 year old whose 38 year old female leader -- not so fearless as it turns out -- left him hanging. Both were eventually charged by Winnipeg police officers with weapons charges and kept in custody. The Winnipeg Police Service wouldn't identify the crook duo, but savvy sources are thinking either mother-son team or May-September romance.

**ZI-T-A: Debaixo do "Z" por Herói!**  
Texto por Mia Sally Correia

A diretora executiva socialmente privada e publicamente desembaraçada da Associação Portuguesa de Manitoba (APM) encontrou-se sob os holofotes da mídia depois de um assalto à mão armada no Halloween durante o bingo que acontece duas vezes por semana em seu salão principal, um evento que ocorreu sem incidentes graves aos últimos 20 anos.

Zita Lopes, 70 anos, que não parece nem ter mais de 60 anos [nota editorial], estava sentada atrás de seu posto habitual no carrinho de rolley no lobby da APM, vendendo livros de bingo para os jogadores. Por ser o Dia das Bruxas, ela não achava incomum ser abordada por uma mulher com rosto obscuro. "A próxima coisa que eu sabia", como ela foi citada no *Winnipeg Free Press*, "eu fui pulverizado!"

Com a sua habitual disposição, ela gritou para alguém ligar para o 911 e empurrou o carrinho com força contra o corpo da mulher, o que fez com que o pretendente se virasse para trás e corresse pela porta, depois de atirar a bandeja no ar e enviar dinheiro para cá e lá. Os jogadores de bingo vieram ao socorro da conhecida diretora executiva, prendendo o cúmplice adolescente de 17 anos no chão e perseguindo a mulher, que conseguiu fugir, apenas para depois se entregar a polícia.

As enfermeiras que jogavam bingo ajudaram Zita, enquanto outros jogadores pegavam o dinheiro espalhado e cuidavam do azarado jovem de 17 anos cuja líder feminina de 38 anos - não tão destemida quanto parece - o deixou pendurado. Ambos foram eventualmente acusados com acusações de armas e mantidos em custódia. O Serviço de Polícia de Winnipeg não identificaria a dupla, mas fontes experientes estão pensando na equipe mãe-filho, ou romance de maio a setembro.

**JANTAR ANUAL DO PARQUE - APM**  
**APM'S ANUAL PARK DINNER 2/11**

Photos by/Fotos por Michel da Silva



Cantora Michelle Madeira, aqui vista com Presidente da APM, Fatima Gomes Carreiro, abrilhantou a noite viva.



**PORTUGUESE IN MANITOBA website**  
[www.portugueseinmanitoba.com](http://www.portugueseinmanitoba.com)  
O Portal da Comunidade Portuguesa de Manitoba

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

**WINTER IS COMING! CALL NOW... FOR SNOW REMOVAL CONTRACTS!**

EFIS System  
Acrylic & Stucco  
Stucco Wire  
Cultured Stone  
Renovations

## EDITORIAL: Um Tempo de Colheita; Um Tempo de Agradecimento...

“A vida só pode ser entendida olhando para trás, mas tem de ser vivida a pensar no futuro”

~Soren Kierkegaard

We've lost some big personalities this fall; people who've shaped our little Winnipeg corner of the Portuguese diaspora from day one. In November, we bid a solemn farewell to Portuguese Fish and Food Market's first co-owner, Preciosa Fernandes; Casa do Minho Portuguese Cultural Centre's integral element, Hérmes Ribeiro; and gentlewoman Maria Leonilde Bento of Ilha Verde Portuguese Grocery Store. At press time, we lost well-known community member and Immaculate Conception Parish pillar, José Bergantim as well as precious Angel-baby Olivia Rose Roque Pavao.

Between sad and heavy moments, we also joined together in celebration and joy, hosting many artists outside of our city: Portuguese Kids – *My Big Fat Portuguese Wedding* ensemble and Victor Santos from USA; Michelle Madeira from GTA, ON; Agosto Canário and Cristiana Antunes from Minho, Portugal; José Esteves, Rui Santos, Hélder Pereira, Vasco Daniel, Carlos Sousa, Emanuel Coelho, and José Santos of Açores, Portugal.

### Here it is Done; Here it is Paid

We reap as we sow, my friends. We celebrated Cultural Week XIX at Casa dos Açores, with enthusiasm, dedication to the cause, and much merriment, under the skillful leadership of our trans-Atlantic brother, José Santos, who literally lives both here and there – something most of us only do figuratively as bilingual, bicultural Portuguese-Canadians. Also, at Casa dos Açores, the Portuguese Women's Solidarity League hosted its annual Fall Tea and fashion show, and presented a \$10,000 cheque to CancerCare Manitoba, to fight against a disease that has taken so many of us Portuguese...

Other autumn highlights included Banda Lira de Fatima's 27th anniversary dinner; the well-attended Halloween Social of Matt Caetano and Chantel Soares; APM's annual family Halloween; Halloween with Elvis Presley/Eddy Melo at Port Café Lounge; the Portuguese Recreation and Sport Park's annual dinner with Michelle Madeira; and DMB Construction's feast of St Martin, hosted by Domingos Bravo. At press time, we were invited by local event promotor Sammy Sousa to attend *Fora do Contexto* at Casa do Minho, with visiting Portuguese comedian Hugo Sousa, and marked our calendars for the upcoming Jantar da Terceira Idade at the Portuguese Association of Manitoba as well as the Banda Lira de Fatima's Christmas dinner this pasat weekend and Luis Salsa's CD Release Party at Port Cafe Lounge.

### For Good Understanding, A Half Word is Enough

My mother, who happens to be my Portuguese editor, likes to say as she edits my work: *muita parra e pouca uva*, which literally translates to lots of leaves and few grapes, or, too many words and little meaning, which is not literally a good yield for making wine, or figuratively, for better understanding. She is right, much as I hate to admit it. It might be my style, these days, to use lots of words, but do all of these words lead to extra understanding? Not likely. Is my style getting in my way of good understanding? Likely.

I need to pare down as I gear up for another creative transition; that is, to turn *Navegante-O Mundial* into the magazine I've always wanted. The magazine I think this community needs, with shorter stories, glossier pictures and a wider reach, more pages, and more opportunities to share more stories by using less words.

2020 is forty days away as I write this note. I want to put by best foot forward into the next decade, and make it a time when half words are more than enough. Lord knows that full words and long sentences never procured for me better understanding, anyway.

Back to actions; actions of gratitude!  
Meet me in the middle?

## EDITORIAL: A Time of Harvest; A Time of Thanks...

“Life can only be understood backwards, but it must be lived forwards”

~Soren Kierkegaard

Nós perdemos grandes personalidades este Outono; pessoas que ajudaram a desenvolver desde do dia um, o nosso cantinho da diáspora Portuguesa em Winnipeg. Só no mês de Novembro, dissemos um adeus solene à primeira Empresária de Portuguese Fish and Food Market, Preciosa Fernandes; o Elemento integral da Casa do Minho, Hermes Ribeiro; e a simpática Maria Leonilde Bento da mercearia Ilha Verde. Ao tempo da imprensa, perdemos o conhecido pilar da nossa comunidade e paroquiano da Imaculada Conceição, José Bergantim e a anjinha-bébé, Olivia Rose Roque Pavao.

Entre momentos tristes e pêsames, temo-nos também juntado em celebração e alegria, prestando hospedagem aos artistas fora da cidade: Portuguese Kids – *My Big Fat Portuguese Wedding* ensemble e Victor Santos dos EUA; Michelle Madeira da GTA, ON; Augusto Canário e Cristiana Antunes, do Minho, Portugal; José Esteves, Rui Santos, Helder Pereira, Vasco Daniel, Carlos Sousa, Emanuel Coelho, e José Santos de Açores, Portugal.

### Aqui se faz; Aqui se paga

Nós colhemos o que plantamos, meus amigos. Nós celebramos a XIX Semana Cultural na Casa dos Açores, com entusiasmo, dedicação à Causa, e regozijo, debaixo da liderança habilidosa do nosso irmão transatlântico, Coordenador José Santos, que literalmente vive lá e cá, o que alguns de nós também fazemos figurativamente, como luso-canadianos bilingues e biculturais.

Também, na Casa dos Açores, a Liga Solidária da Mulher Portuguesa, debaixo da liderança carinhosa da Presidente Maria do Carmo Cabral, celebrou mais um Chá de Outono com um Fashion show, e onde ouvimos a história de sobrevivência da corajosa mãe e esposa Raina Stromberg, antes da apresentação de \$10.000 dólares de fundos angariados, para o CancerCare Manitoba, em luta contra a doença que tem levado muitos de nós portugueses...



Outros momentos altos incluíram o jantar de aniversário da Banda Lira de Fátima; o Halloween Social do Matt Caetano e Chantel Soares; o Family Halloween na APM; o Halloween com Elvis Presley/Eddy Melo no Port Café Lounge; o Jantar Anual do Park da APM, com a conhecida Michelle Madeira; e a Festa de São Martinho do DMB Construction, patrocinado por o simpático Domingos Bravo.

Ao tempo da imprensa, fomos convidados pelo promotor de eventos, Sammy Sousa, para comparecer na Casa do Minho para assistir ao programa *Fora de Contexto*, com cómico visitante de Portugal, Hugo Sousa.

Marcámos o nosso calendário para o Jantar da Terceira Idade na Associação Portuguesa de Manitoba, no dia 15 de Dezembro e também, o passamos um jantar de natal agradável com a Banda Lira de Fátima, no dia 30 de Novembro, na Casa dos Açores, antes de assistirmos ao CD Release Party do Luis Salsa no Port Cafe Lounge.

### Para Bem Entendimento, Meia Palavra Basta

A minha mãe, que é também a minha editora Portuguesa, gosta de dizer quando revê o meu trabalho: *muita parra e pouca uva*, em outras palavras: muita palestra e pouca ação, e não é, literalmente, uma boa receita para fazer vinho, ou figurativamente, para gerir entendimento. Ela tem razão, apesar de eu não gostar de admitir. Pode ser meu estilo, estes dias, para usar muitas palavras, mas será que estas palavras extras conduzem a um melhor entendimento? Provavelmente que não. Será que o meu estilo está bloqueando um bom entendimento? Provavelmente, que sim.

Preciso de parar, começando a evoluir e transformar o Navegante-O Mundial, na revista que sempre quis. A revista que acho que esta comunidade precisa, com histórias mais curtas, fotos brilhantes e um alcance maior, com mais páginas e mais oportunidades de compartilhar outras histórias, usando menos palavras. 2020 virá em 40 dias

Eu quero entrar com o pé direito na próxima década, que será o tempo em que meia palavra basta. Deus sabe que palavras cheias e frases compridas, nunca me favoreceram para um melhor entendimento.

Voltarei às ações; ações de graça!  
Encontra-me no meio?



**LUSOCANTV**  
Portuguese Community Television

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](http://www.youtube.com-lusocantv)

Contatos: [pbergantim@shaw.ca](mailto:pbergantim@shaw.ca) 204-479-9297

**CSP VIDEO**

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

Carlos Sousa  
Tony Soares  
Cell 204. 299. 8041

[www.facebook.com/carlos.sousa.798278](http://www.facebook.com/carlos.sousa.798278)

**CKJS AM 810**  
MULTILINGUAL

PORTUGUESE PROGRAM "VOZ LUZITANA"

**JP Cardoso**  
HOST/PRODUCER

520 Corydon Avenue  
Winnipeg, MB R3L 0P1  
[www.ckjs.com](http://www.ckjs.com)

Phone: 204-960-6692  
Fax: 204-453-8244  
[jcardoso@ckjs.com](mailto:jcardoso@ckjs.com)

**INTERN INFORMANT— BY ANGELA CICERON**

*My name is Angela Ciceron, and I am a student at the University of Manitoba, working towards an Arts degree. I currently work as a reporter for OMundial, and a program coordinator for The Shameless Circle. I fell in love with journalism when I worked as a writer, and eventually the editor-in-chief, for my previous campus newspaper, and it paved my career choice and work ethic. Journalism has also given me the opportunity to educate myself and to be more aware about current world issues. In my spare time, I like to read, paint, and occasionally, think of ways in which we can help our planet to live a little bit longer. When I grow up, I kind of want to save the world, or maybe go to law school (whichever comes first).*

**EDITORIAL TAKE-OVER to give THANKS & PRAISE**

**PART I -- ANGELA CICERON SUPERSTAR!**

Angela Ciceron is one of the most modest, capable, self-confident, and driven young women I've had the pleasure to meet and work with in recent years; as such, it didn't really surprise me when I read about her in the Winnipeg School Division 1 Annual Report 2018/19 (photo source at right). I learned two things: one, Angela won the Governor General's Medal 2019 for Daniel McIntyre Collegiate Institute; and two, she also won a WSD Post-Secondary Scholarship.

Keep in mind that I meet with Angela a few times a month, and that we communicate regularly by text message and e-mail, yet she hadn't said a word to me about either distinction! *Not one.*

GenXers like me are sometimes a bit jaded about proceeding generations (and baby boomers, too, truth be told), but I have hope for her generation -- variously called iGen or Gen Z; if they're anything like Angela, my old age will be golden!

Immensely proud and appreciative to work with such a thoughtful and creative young woman: an immigrant like me, speaking at least two languages and with just as many jobs.

**Whatever it takes!?**

That should be the *Navegante-O Mundial* motto...

**Who else wants in?!**

Congratulations to Angela, and best wishes for continued success in her studies, an evolving career in journalism, and with much gratitude for her ongoing contributions to the Portuguese, Filipino and our larger Canadian community.

The WSD NUMBERS:

Out of a total of 14 secondary schools, and 2,142 graduates, Angela was one of 14 students to be honoured and recognized for her hard work in WSD secondary schools.

We should all be as driven and conscientious as this personable young woman. Go Angela, go!

**PART II -- LUIS SOARES and FAMILY A REAL MANITOBA HERO!**

Community member and Cancer survivor Luis Soares and family show us the heroes in the cancer journey; as local football great Milt Stegall, who is the HSC Millionaire Lottery Spokesperson, tells us, "I'd like you to meet a real Manitoba hero. Luis Soares fought cancer, and won!" As part of an ad-campaign for TV, the courageous and close-knit family sit together in unity and remind us that any time you make a contribution to an HSC lottery (or to CancerCare Manitoba), you're supporting real medical professionals helping real people."

**RE/MAX TOP PRODUCER!**



**Mario Lopes**  
Your Investment Realtor  
**RE/MAX**  
EXECUTIVES REALTY  
520 Academy Road  
Winnipeg, Manitoba, R3N 2A8  
Office Phone: 204-947-9800

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

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

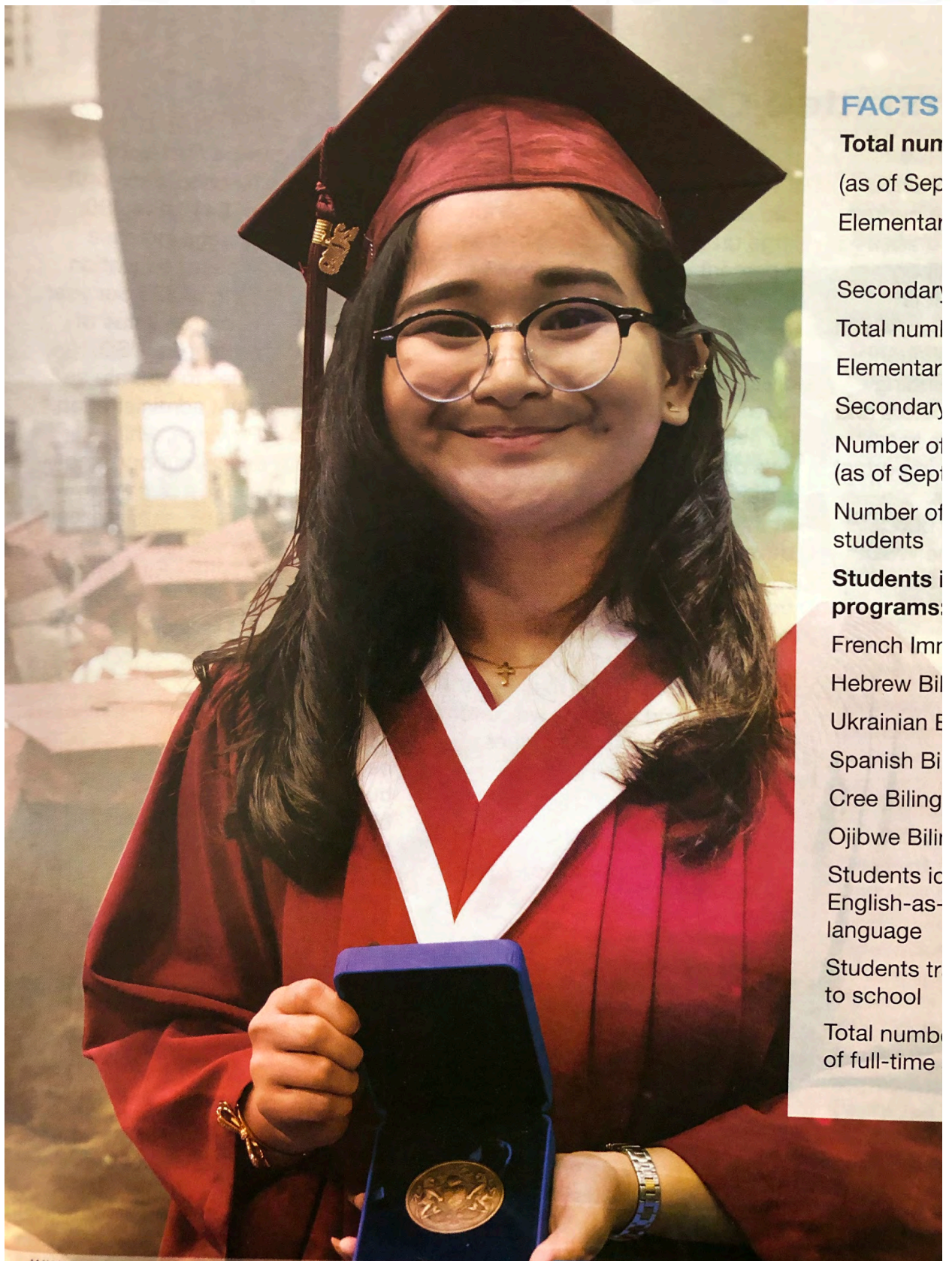
TEXT: 204-336-2746

FAX: 204-480-4816

EMAIL: mario@mariolopes.ca

WEBSITE: www.mariolopes.ca

O vosso agente imobiliário para investimentos, e o unico nome e número que precisa para vender ou comprar imóveis --telefone ou manda uma mensagem por texto, para 204.336.2746



**FACTS**

Total number of students in Elementary

Secondary Total number of students in Elementary

Secondary Number of students (as of September)

Number of students in programs:

French Immersion

Hebrew Bilingual

Ukrainian Bilingual

Spanish Bilingual

Cree Bilingual

Ojibwe Bilingual

Students in English-as-a-second-language

Students transferred to school

Total number of full-time

Parabéns a Angela Ciceron, por ter ganhado o Prémio do Governador Geral e receber um dádivo escolar!

tantos Portugueses na nossa comunidade. Nos desejamo-lhe muitos anos de saúde e vida!

Parabéns ao Luis Soares e Família em sobreviver cancro, e porem uma face na doença que tem atingido

Foto a ESQ: Ashley, Lucy, Milt Stegall, e Luis Soares, *credito ao WFP*; tirada durante a campanha para o HSC Millionaire Lottery, cujos fundos revertem a favor da luta contro o cancro.



**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

**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



## VAMOS APRENDER MICAELENSE

Na ilha de São Miguel, há um vernáculo Português, que foi influenciado por a mistura de povos que povoaram a ilha, incluindo aqueles que vieram de Flandres.

Estas expressões vêm dum livro escrito pela falecida professora, Fátima Sequeira Dias.

## LET'S ALL LEARN MICAELENSE

São Miguel has a vernacular Portuguese influenced by the mix of people who populated the island, including the Flemish. These terms come from a book written by the late professor, Fatima Sequeira Dias.



-- povo sempre como trabalhador e abnegado. Numa altura em que o turismo era reduzido e os que emigravam tardava em regressar à terra, todo aquele que desembarcava na ilha era logo reconhecido como diferente e identificado pela sua pronúncia.

**É DE ARDER!** Qualquer coisa que dói. Não nos referimos as dores físicas, apenas a mágoas e a desgostos. Há decisões que são de arder... Vemos coisas que são de arder... E, alguns deles ardem tanto que chegam a queimar!

**É DE LISBOA:** Gostamos de confundir o continente português com Lisboa... Daí que qualquer continental que desembarque na ilha seja apresentado como sendo de Lisboa. Esquecemos a interioridade nacional e, contudo, temos motivos para recordar que, entre os milhares de militares mobilizados para as ilhas, durante a I e a II guerras mundiais, poucos vinham de Lisboa.

De resto, ser de Lisboa nem sempre é tido como elígio, porquanto narram-se inúmeros episódios de espertezas saloias de lisboetas nas ilhas: como, por exemplo, a do caixeiro-viajante que insistia que as suas lapiseiras era as únicas que excreviam em francês e inglês ou a dauele que vendia os despertadores, mas alugsava a chave para dar corda. De resto, a maior espertez de alguns foi terem casado com as ricas herdeiras locais...

**continued from the last edition... DOCA:** Today we no longer talk about the dock or the dock forest, but we are talking about the Ponta Delgada Port: an ambitious undertaking carried out in the second half of the 19th century, after several centuries of claims by the Michaelis. The monumental works of the artificial port of Ponta Delgada, as contemporary times called them, constituted an epic for the capitals involved and the innovative engineering works required. Sir John Rennie (1794-1874), an English engineer responsible for the construction of large numbers of ports in the British Empire, was invited to follow the works, but over the years, other engineers, now national, were also intervening in the process. The work is part of the set of public works carried out by Fontismo, but with the substantial difference that it was the locals who paid it with specific taxes on exported oranges. After several setbacks and many adversities, the port was completed in the twentieth century.

The port that had been claimed to be the outlet for the huge agricultural production of the island, once completed, by the numerous port taxes required and the agricultural crisis on the island, did not, after all, attract the immense navigation of the North Atlantic, as they had dreamed. Over the years, there have been several legislative measures to promote their monetization. Today, the Administration of the Ports of Ponta Delgada and Santa Maria Ponta Delgada has as its main segment of activity the containerized merchandise. In 2009, it handled 58,786 containers (28, 128 20-foot units and 30, 658 40-foot units), for a total of 89, 444 TEUs.

The emblematic Portas do Mar, which were designed by architect Manuel Salgado, were inaugurated in 2008, transforming the Ponta Delgada basin and opening the city to the sea. There is a marina, a public swimming pool and a commercial space with restaurants and shops. The new infrastructure has brought a cosmopolitanism to the city and is an attraction of numerous cruise ships.

**DOLA: THE DOLA** - There was a time when the dollar, the coveted American currency, was exchanged between individuals, because family members in America used to send home dollars to the family. So there were those who sold dollars and some who bought dollars on the black market to evade bank charges. It was a clean business, practiced naturally. Also naturally, women from São Miguel referred to

dollars in the feminine: *the dola*. The American currency is female, because America - not the USA, has never ceased to be female for Azoreans.

**IS FROM THE ISLANDS:** This expression is common among the micaelenses to refer to the Azoreans of the other islands of the archipelago. In fact, for a long time it was also added that they were from the "islands below," because there was a feeling that São Miguel was the largest, with its 746, 82km<sup>2</sup>. Moreover, it had the strength of its agricultural wealth. Since the others were inferior in power and grandeur, soon their inhabitants were also considered inferior to the people of Micaelense - people always as workers and selfless. At a time when tourism was low and those who emigrated were slow to return to land, everyone who landed on the island was soon recognized as different and identified by their pronunciation.

It's from burning! Anything that hurts. We do not refer to physical pain, only hurt and heartbreak. There are decisions that are *burning*... We see things that are *burning*... And, some of them burn so much that they catch fire!

**IS FROM LISBON:** We like to confuse the Portuguese continent with Lisbon ... Hence any continental landing on the island is presented as being from Lisbon. We have forgotten the national interiority, and yet we have reason to remember that among the thousands of soldiers deployed to the islands during the First and Second World Wars, few came from Lisbon.

Moreover, being from Lisbon is not always considered to be eligible, as there are numerous episodes of Lisbon's saloias cleverness on the islands: as, for example, that of the traveling salesman who insisted that his mechanical pencils were the only ones to write in French and English or the one who sold the alarm clocks, but hired the wind-up key. In fact, the smartest among those from "Lisbon" have managed to marry the rich local heirs ...

*João Simões Corrêa, Jr -- Troço do Mar, Doca de Ponta Delgada, São Miguel, Açores. Meu avô.*



o porto que fora reivindicado para ser o escoadouro da imensa produção agrícola micaelense, uma vez concluído, pelas inúmeras taxas portuárias exigidas e pela crise agrícola na ilha, afinal não atraía a imensa navegação do Atlântico Norte, como tinham sonhado os micaelenses. Ao longo dos anos, foram várias medidas legislativas para promover a sua rentabilização. Hoje, a Administração dos Portos de Ponta Delgada e Santa Maria Ponta Delgada tem como principal segmento de actividade a mercadoria contentorizada. No ano de 2009, movimentou 58, 786 contentores (28, 128 unidades de 20 pés e 30, 658 unidades de 40 pés), num total de 89, 444 TEUs.

Recorde-se que as emblemáticas Portas do Mar, cujo projecto foi da autoria do arquitecto Manuel Salgado, foram inauguradas em 2008, logo transformando a baía de Ponta Delgada e abrindo definitivamente a cidade ao mar. Ao termina de cruzeiros associa-se uma marina, uma piscina pública e um espaço comercial com restaurantes e lojas. A nova infra-estrutura trouxe um inusitado cosmopolitismo à cidade pela atracção de inúmeros barcos de cruzeiro.

**DÓLA: A DÓLA** -- Houve um tempo em que o dólar, a cobiçada moeda americana, era trocado entre os particulares, porque os familiares na América tinham por costume enviar dólares para a família, na correspondência. Assim, havia quem vendia dólares e havia quem comprava dólares, no mercado negro, para fugir às taxas bancárias. Era um negócio limpo, praticando com naturalidade. Também com naturalidade, os micaelenses sempre falaram dos dólares no feminino: a dóla. A moeda Americana é fêmea, porque a América -- e não os EUA, nunca deixou de ser fêmea para os açorianos.

**É DAS ILHAS:** Esta expressão é comum entre os micaelenses para se referirem aos açorianos das outras ilhas do arquipélago. Aliás, também durante muito tempo acrescentava-se que eram das "ilhas de baixo," porque havia o sentimento de que São Miguel era a maior, com os seus 746, 82km<sup>2</sup>. Além disso, tinha a força da sua riqueza agrícola. Sendo as demais inferiores em poder e grandeza, logo os seus habitantes também eram tidos como inferiores aos micaelenses



**NANCY GONÇALVES**

— LAW OFFICE —

**Nancy M. Gonçalves**  
Barrister & Solicitor, Notary Public

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

T: +1 204 783 0554  
F: +1 204 772 4231

info@nancygoncalves.com  
www.nancygoncalves.com

**Fountain Tire**



**JOSE FERREIRA**  
FOUNTAIN TIRE OWNER

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

**Pneus Good Year  
Mecânica**

**Liga Solidária da Mulher Portuguesa:  
Chá de Outono, Casa dos Açores 27/10**

No passado dia 27 de Outubro, mais uma vez se celebrou o tradicional Chá de Outono, na Casa dos Açores, que pôs o seu salão à disposição da Liga Solidária da Mulher Portuguesa, para o Evento. O Salão encontrava-se com a lotação esgotada e a Mestre de Cerimónias foi Sara Dias.

Ao iniciar, deu as Boas Vindas às senhoras presentes e convidou a irmã Karina da Igreja da Imaculada Conceição para Ação de Graças. Seguiu-se o serviço da refeição em estilo de bufete, pelo chamamento de mesas, que rapidamente foi servido. Constatou-se de peito de galinha panado, arroz de vegetais e salada mista. Sobremesas oferecidas pelas senhoras presentes; colocados um prato de doces em cada mesa.

Foi chamada ao palco Maria do Carmo Cabral, Presidente da Liga Solidária que, no seu discurso, apresentou os convidados, falou um pouco dos 11 anos da Organização que preside, mencionando que a Liga já ofereceu 85.000 dólares ao Cancer Care Manitoba e, na sua totalidade, incluindo outras Organizações, os donativos até à presente data, perfazem a quantia de 154.000 mil dólares.

Agradeceu às suas colegas da Liga, a todas as senhoras presentes, à Casa dos Açores, à APM por ter cedido a cozinha nos preparativos da refeição e a todas as voluntárias-ós.

De seguida a senhora Raina Stromberg, a Oradora convidada, falou da sua experiência como sobrevivente do cancro, ouvida num silêncio absoluto. Recebeu uma grande ovação. Foi-lhe oferecido um ramo de flores por Lita Salgueiro, Vice Presidente da Liga. De seguida foi chamada ao palco a senhora Patti Smith, Chief Development Officer do CancerCare Manitoba, para receber um cheque de 10.000 dólares, que ficou muito agradecida. Falou sobre o desenvolvimento da pesquisa do Cancro na sua Instituição, de que é Diretora.

Lita Salgueiro chamou ao palco a senhora Monique Levesque-Pharoah, representante do Health Science Center Foundation, que informou que se está a organizar um Evento no ano de 2020, cujo tema será: SAVOUR: WINE AND FOOD EXPERIENCE PORTUGAL. Fez um apelo para comprarem bilhetes, e apelou para patrocínio de Firms Portuguesas.

Após um pequeno intervalo, começou o desfile de passagem de modelos. Participaram as Firms D' Ella Boutique de Milú Simões; Melanie Lynne, Laura Petites, Laura Plus, sob a gerência de Natasha Dias; Nygard International, e Hush and Shut. Participaram crianças, jovens e senhoras da nossa Comunidade.

Ensaçadas por Stephanie Aguiar, um Grupo de crianças apresentou duas danças modernas. Ao terminar, ainda vieram ao palco mascaradas, para atirarem bombons às assistentes, lembrando o dia do Halloween. A tarde terminou com o sorteio de prémios, cujos fundos reverteram a favor da Liga.

Presentes a filmar, estavam Paulo Bergantim e sua Equipa de Luso'Can TV, Mia Sally Correia do jornal O Mundial e Cláudia Moniz, fotógrafa. Foi uma tarde de verdadeira confraternização, muito apreciada pelas senhoras presentes.

**Fall Tea 27/11  
Casa dos Açores**

The traditional Fall Tea of the Portuguese Women's League was at full capacity. MC Sara Dias hosted a program that included Grace by Sister Karina of the Immaculate Conception Parish, followed by a beautiful repast consisting of chicken, vegetable rice, and mixed salad. An overflowing plate of dessert was placed on every table as the women present listened in total silence to the survival story of Raina Stromberg; following the key-note speech, President Maria do Carmo Cabral and Vice President Maria (Lita) Salgueiro made a presentation of \$10,000 to CancerCare Manitoba's Chief Development Officer, Patti Smith, who was supported by Monique Levesque-Pharoah of the Health Sciences Centre Foundation in making an appeal for the Portuguese community to support philanthropic health care; specifically, the annual HSC Foundation Dinner SAVOUR: WINE AND FOOD EXPERIENCE PORTUGAL on February 22, 2020

To date, the League has raised \$85,000.00 for CancerCare Manitoba.

**KEYNOTE SPEECH ~ RAINA STROMBERG**

pictured far left, next to Patti Smith of CCMB; Maria do Carmo Cabral and Maria (Lita) Salgueiro.



**'Twas the night before chemo...**

...and all through the house, not a creature was stirring, except me freaking out. It was December 14, 2017 and I just entered the most challenging chapter of my life. I'm not talking about cancer. I'm talking about becoming a brand new parent of a two week old daughter. Cancer was the added challenge to this life chapter that was about to get more challenging the very next day.

Becoming a parent and facing illness are chapters many people face during some point in life; however, most people don't have those two chapters collide at warp speed -- I did.

On October 3, 2017 I heard those four terrifying words that merged those two chapters together, "you have breast cancer." I was about to turn 34 and 7 months pregnant. I went from finding a lump in the shower, that I thought was just a breast change that came with pregnancy, to having my world fall apart in the matter of weeks. I was finally beginning to enjoy pregnancy after being very anxious for the first two trimesters. My husband and I had suffered a late loss of twins in the second trimester the year prior. Pregnancy so quickly after such



a traumatic loss was very difficult for me as I never fully processed our loss. Once I reached the third trimester I was getting excited and finally calming down about fear of another loss, then BOOM! I was diagnosed with Triple Negative Breast Cancer (TNBC), one of the most aggressive forms of breast cancer.

My oncology team agreed that the rapidly growing tumour had to go ASAP. My head was spinning, on information overload, and I had lost control over my life. At 8 months pregnant I underwent a lumpectomy surgery. The medical team had two patients to look after, both me and my daughter. I was in great hands at Health Sciences Centre and recovered just in time to deliver our daughter Cecilia 4 weeks later, right on her due date.

What was supposed to be a beautiful bonding time as a new family of three was interrupted just 12 hours after delivering Cece. I was wheeled off to the imaging floor at St. Boniface hospital for multiple scans to stage my cancer, as we had to wait until after delivery to safely scan my body without potentially harming our daughter. Less than a week later I was officially diagnosed with stage 2a grade 3 Triple Negative Breast Cancer without lymph node involvement. Treatment was as follows: 8 rounds of dose dense chemotherapy every two weeks to begin 4 days after port placement surgery the following week.

There was a good chance that the aggressive chemotherapy treatment would put me into early menopause and could permanently affect my fertility. I was unable to undergo egg retrieval fertility preservation due to the timing of giving birth and the need to immediately start chemotherapy. The oncologists could not put off treatment any longer and waiting for the window of opportunity to harvest my eggs after having a baby was too risky. So my husband and I had to come to terms that we probably would not be able to have a large family and would be a happy family of three.

Chemotherapy took quite a toll on my body as well as on my mental health. I was recovering from giving birth and experiencing post-partum hormones all while going through chemo induced menopause. On Christmas Day my hair began to fall out, I was experiencing multiple daily hot flashes, and felt as if I was suffering from the chronic flu. By New Year's Eve my head was shaved down to patchy stubble and I was unable to fully take care of my daughter, let alone myself.

A beautiful long brown wig and soft and comfortable headwear pieces were provided to me at this time through the Guardian Angel Caring Room. I was able to borrow these wonderful pieces until I was finished treatment and until I was comfortable with my appearance and ready to go out without them. The volunteers who fitted me with the wig and headwear pieces were so caring and made me feel beautiful. They truly helped me through this difficult transition of losing a part of my identity and appearance.

If any husband deserves "Husband of the Year" award it would go to Nate. He took a 10 month parental leave from work to take care of Cecilia and me. I never thought our vows of "in sickness and in health" would really come into effect until we were well into our Golden Years. He didn't even question taking a leave from his job to take care of our family. There really are no words to express my love and gratitude that I have for this man, my amazing husband, and phenomenal father to Cecilia. He truly is the hero of my story.  
continued on p9

## VIA AFRICA by NAHURIRA RWAMUTOORO

all text and photos courtesy of Nahurira Rwamutooro

### Sisters of the Medusa

Uganda like many other African countries has had the same president for the past thirty three years. After the long guerilla war that ended in 1986, president Yoweri Museveni took office and has been in power to date.

Ugandans from both the ruling and opposition parties unanimously agree that at a certain point, even the best dancer has to leave the stage. All efforts from the opposition and pressure groups seems to have fallen on barren rock and yielded zero results.

The regime has been consistent in 'winning' elections and suppressing the opposition every chance they get, perhaps the opposition is not doing enough to effect meaningful change or perhaps then regime is too strong to be shaken by

Either way, I could gladly compare the three key figures of Ugandas opposition to the Graeae of Greek mythology. The Graeae were three ghastly witch sisters of the Medusa that shared one eye and each took turns using that eye to see.



The absurd hags relied on the single eye's vision and resolution to see the world and do whatever kept their names in the greek history books.

### Squint Past the Fog

I would confidently agree that Uganda's opposition leaders seem to share a single pair of old spectacles through which they squint and comprehend the politics of this country. These spectacles are old, scratched and have slowly become translucent and almost obsolete. Everything seen through these spectacles looks half blurred and its hard to make out the foggy images.

Its a rather harsh comparison but this seems to be the only logical explanation as to why they have failed to get over their petty differences and convince Ugandans that they can effect change and deliver on their promises.

The time for showbiz, theatrics, ponzi scheme slogans and unrealistic demo station campaigns seems to be long gone.

We need to know where you are taking us, we need to hear fiscal plans, grassroot economic policies and learned reforms that will give us hope for at least a semblance of a déjà vu fundamental change.

They need to dump the old spectacles and squint past the fog of their inability to take lessons from the consistent NRM vote winning machine. History will not absolve them of their petty in-house grudges...that is if they will amount to anything more than just footnotes in any history books - books that will only be written by the victor. Not so many get interested in the loser's *Mein Kampf*.

Disillusioned participants in the circus whose act no longer excites the public and constantly complain that the rules are unfair. Like Sisyphus, every five years they tediously roll the boulder up the mountain only for the NRM to push it down again.

Perhaps they don't have to roll the boulder, perhaps they have to destroy the boulder, perhaps they have to destroy the mountain but either way, they really have to look beyond the whole boulder mountain concept...

### Irmãs da Medusa

Uganda, como muitos outros países africanos, teve o mesmo presidente nos últimos trinta e três anos. Após a longa guerra de guerrilha que terminou em 1986, o presidente Yoweri Museveni assumiu o cargo e está no poder até o momento.

Tanto os ugandenses quanto os partidos no poder e da oposição concordam por unanimidade que, em um determinado momento, até o melhor dançarino precisa sair do palco. Todos os esforços dos grupos de oposição e pressão parecem ter caído sobre rochas estereis e não produziram resultados.

O regime tem sido consistente em "vencer" as eleições e suprimir a oposição a cada chance que tiver, talvez a oposição não esteja fazendo o suficiente para efetuar mudanças significativas ou talvez o regime seja forte demais para ser abalado por

De qualquer maneira, eu pude comparar de bom grado as três figuras-chave da oposição de Uganda com as Graeas da mitologia grega. Os Graeae eram três irmãs bruxas medonhas da Medusa que compartilhavam um olho e cada uma revezava-se usando esse olho para ver.

As bruxas absurdas dependiam da visão e resolução de um único olho para ver o mundo e fazer o que mantinham seus nomes nos livros de história grega.

### Estrabismo após o Nevoeiro

Concordo plenamente que os líderes da oposição de Uganda parecem compartilhar um único par de óculos antigos, através dos quais eles apertam os olhos e compreendem a política deste país. Esses óculos são velhos, arranhados e lentamente se tornam translúcidos e quase obsoletos. Tudo o que é visto através desses óculos parece meio desfocado e é difícil distinguir as imagens nubladas.

É uma comparação bastante dura, mas esta parece ser a única explicação lógica do porquê eles não conseguiram superar suas diferenças mesquinhas e convencer os ugandenses de que podem efetuar mudanças e cumprir suas promessas.

O tempo para showbiz, teatro, slogans de esquemas ponzi e campanhas irrealistas de estações de demonstração parece ter passado muito tempo.

Precisamos saber para onde você está nos levando, precisamos ouvir planos fiscais, políticas econômicas de base e reformas aprendidas que nos darão esperança de pelo menos uma aparência de uma mudança fundamental do déjà vu.

Eles precisam abandonar os óculos antigos e apertar os olhos além da névoa de sua incapacidade de tirar lições da consistente máquina ganhadora de votos da NRM.

A história não os absolverá de seus insignificantes ressentimentos internos ... ou seja, se eles chegarem a algo além de notas de rodapé em qualquer

livro de história - livros que serão escritos apenas pelo vencedor. Poucos se interessam pelos perdedores *Mein Kampf*.

Participantes desiludidos no circo cujo ato não excita mais o público e constantemente reclamam que as regras são injustas. Como Sísifo, a cada cinco anos eles entediam a pedra pela montanha apenas para o NRM empurrá-la novamente.



Talvez eles não tenham que rolar a pedra, talvez tenham que destruí-la, talvez tenham que destruir a montanha, mas de qualquer forma, precisam realmente olhar além do conceito de montanha inteira ...

**"When we let go of what we are, we become what we might be..." ~Sun Tzu.**



*My name is Nahurira Rwamutooro from Uganda, deep in the bowels of Africa. I feel lucky to take this opportunity to bring you insights into the African lifestyle, Culture, and Norms that make this Continent bizarre and awesome in equal measure.*



**EDITORIAL NOTE: NAVEGANTE-O MUNDIAL is equally lucky! Welcome aboard, matey!**





**Farmácia Red River CO-OP Ltd.**  
1425 Main Street  
Winnipeg, MB  
R2W 3V3

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

pharmacymanagermainst@rrcoop.com

**Utilize o Cartão CO-OP nas Compras da Farmácia**

**CO-OP**  
Your're at home here

*We care about Community Health*



**SERVIÇO COMPLETO DE LIMPEZAS COMERCIAL E RESIDENCIAL**

**BEE-CLEAN**  
BUILDING MAINTENANCE

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

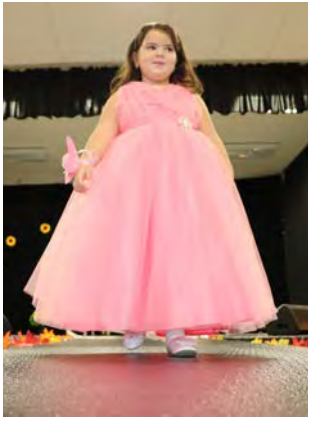
**Contratos de Limpeza com Chave**  
*Preencha a sua aplicação de trabalho nos nossos escritórios - escritórios através do Canada: de Quebec até a British Columbia*

[www.bee-clean.com](http://www.bee-clean.com)

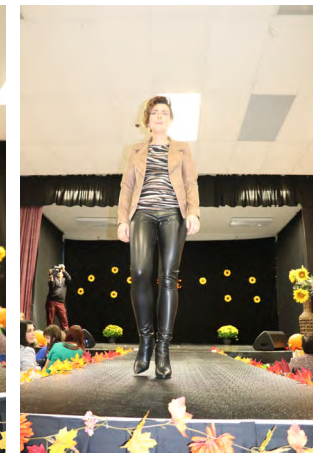
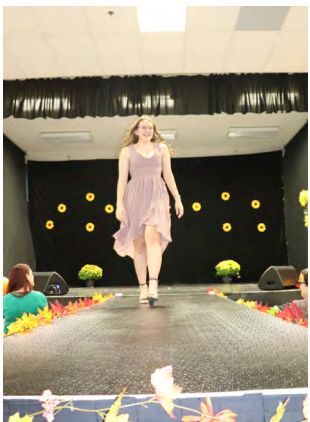
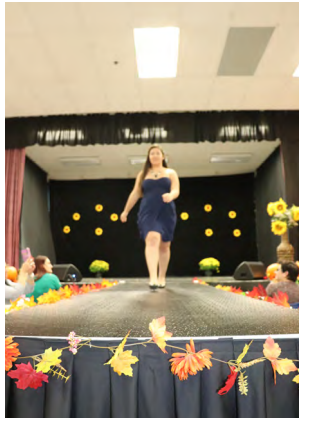
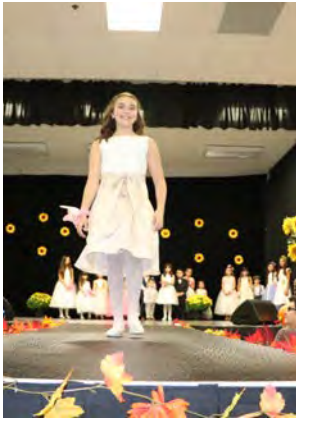
Proprietario: José Correia

375 Nairn Avenue  
Winnipeg | Manitoba | R2L 0W6  
204.668.4420 P 204.663.0491 F

FASHION SHOW -- CHA DE OUTONO



**JTS CLUB** MEMBERS ONLY  
1030 Keewatin Street, Suite 10 | Winnipeg | Manitoba | R2R 2E2 204.632.6850



**Ninho de Portugal**  
Supermercado e Padaria  
934 Sherbrook Street  
Winnipeg | Manitoba | R3A 1N2

Enchidos:  
❖ Chouriços, Morcelas e Farinheiras  
❖ Toucinho, Torresmos, e Carnes Frias

Dois pratos servidos diários, peixe e carne  
Take out - Encomende antes de sair de casa!

Padaria e Pastelaria Portuguesa:  
Pão caseiro, bolos levedos, massa, malassadas, bolo de serfã, bolo a avozinha  
Variedade de doçaria Portuguesa!

Variedade de queijos

Gerencia de  
Jose Mauricio e Carlos Oliveira  
204.772.9378

**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

## Bon Appetit! BITOQUE by COMMITTEE

This recipe is fairly easy in theory, but it takes years of practice to grill the steak just right, a good deal of patience to hand-cut the potatoes, heat the olive oil, and wait to fry them only when the oil is hot enough to crisp the batatas at first dip, and then, most importantly, the "lata" to make the self-proclaimed best "bitoque," complete with ovo-a-cavala -- egg on horseback.

**Set aside about 1 hour (or less if you're fast) to make this dish in a relaxed manner.** All you need is love in your heart and a glass or two of vinho tinto -- just make sure it's Portuguese vintage; preferably from your own home-made colheita, or your neighbour's if you're not the sort to stomp on grapes.

**Now, onto business...** Assuming that you have read the ingredient list before shopping, or searching through your cupboards, and that you have all that you need in your kitchen, start by reading through the recipe.

**First step:** set aside everything you need, storing what you don't right away in the fridge as you prep.

**Second step:** go over the recipe's instructions to keep the order of operations clear in your head -- keep the recipe handy at all times.

**Third step.1:** keep a Portuguese avó or mãe (pai, tio, tia, prima, etc...) on stand by, in case you need clarity, or the wine is getting to your head.

**Third step.2:** if you don't have a Portuguese life-line on stand-by, such as Moe Infantino or King Kong at Port Café, enlist the support of a friend of any ethnicity who knows how to grill steak.

**Fourth step:** turn on some music or TV, and pour another glass; remember to open your heart...

### Ingredients for 6-8 servings:

- 6-8 "minute" steaks of your choice, raw
- coarse sea salt; black pepper & white wine
- 1-2 cloves of garlic, or more, to taste; bay leaves
- 1/3 cup, or more, to taste, of olive oil for steaks
- 2 or more cups of olive oil for your deep fryer (see your instructions) or deep pan
- 6-8 eggs -- brown and free range
- white rice -- optional; parsley if you're fancy
- mixed salad: lettuce; tomatoes & onions, plus red wine vinegar; olive oil & seal salt to taste
- black olives, unpitted; pitted if you must
- fresh buns --papo secos, with butter
- More butter -- 2 or 3 tablespoons for frying

### JUST DO IT:

The morning of the day you're serving these for dinner, if you have time, marinate the steaks in the coarse salt, add pepper, bay leaves (one or two), diced garlic to your taste, and some white wine.

As I've previously told you, I don't measure any of this stuff, so I don't have a proper amount; just pour a little bit of white wine over the steaks and cover when done -- use the numbers in the recipe as a rough guide. Place in fridge and only pull out when you're ready to fry them.

Add olive oil to a skillet, and when hot, toss in the smashed, sliced, or diced garlic cloves and about 2 tablespoons of butter.

Fry over medium heat until hot and the garlic starts popping. Add the steaks, discard the marinade. Fry for about 15 minutes or so until they're cooked. Remember to turn them over half way through so they fry up nicely on either side. You'll have a bit of sauce in there and that's good, we want that.

In the meantime, peel and cut your potatoes into sticks and fry them until golden brown.

Cook up a little bit of rice with a dash of salt and a little butter, but only if you want it. Rice is optional; fries are not!

Make the salad, by mixing lettuce, sliced tomatoes and onions, drizzle on some olive oil, vinegar and coarse salt. Old school? Skip the black pepper. New school? Grind it out to taste. Once the steaks and the fries are ready, in a small skillet, add a little butter and fry up the eggs, one at a time. When done, put them on the steaks. Now let's plate it!

Place the steak on a plate, top with the fried egg. On either side of the steak and egg put fries, salad and a little

mound of rice. Drizzle some of the sauce from the steak over the rice and egg and VOILA. you're done. Pour more wine.

Add cheese, papo secos, and black olives to your table... Now sit down and enjoy it. If you've skipped some steps, or not properly followed the order, don't worry. Have more wine and do better next time!

**Note:** If you're craving Bitoque right now, go to **Port Café Lounge** and ask co-owner and year-round Chef, Moe Infantino, or winter-Chef, Joe Gravito, aka King Kong, to hook you up with a freshly-grilled steak and hand-cut batatas fritas. You'll feel like you're **super-luso gastro-winner!**

Esta receita é bastante fácil em teoria, mas são necessários anos de prática para grelhar o bife da maneira certa, muita paciência para cortar as batatas à mão, aquecer o azeite e esperar fritá-las somente quando o óleo estiver quente o suficiente agarrar as batatas no primeiro mergulho e depois, o mais importante, a lata para fazer o auto-proclamado melhor "bitoque de derreter na boca", completo com ovo-a-cavalha - ovo a cavalo.

Separe cerca de 1 hora (ou menos, se você for rápido) para preparar este prato de maneira descontraída. Tudo que você precisa é amor em seu coração e um copo ou dois de vinho tinto - apenas certifique-se de que é vintage português; de preferência da sua colheita caseira ou do vizinho, se você não é do tipo que pisa nas uvas. **Agora, vamos aos negócios...** Supondo que você tenha lido a lista de ingredientes antes de fazer compras ou pesquisando nos armários e que tenha tudo o que precisa em sua cozinha, comece lendo a receita mais uma vez.

**Primeiro passo:** reserve tudo o que você precisa, armazenando o que não precisa enquanto prepara.

**Segundo passo:** leia as instruções da receita para manter a ordem das operações clara - mantenha a receita sempre à mão.

**Terceiro passo.1:** mantenha uma avó ou mãe portuguesa (pai, tio, tia, prima, etc ...) em espera, caso precise de clareza ou o vinho esteja chegando à sua cabeça.

**Terceiro passo.2:** se você não tem uma linha de vida portuguesa em stand-by, como Moe Infantino ou King Kong no Port Café, conte com o apoio de um amigo de qualquer etnia que saiba como assar bife.

**Quarto passo:** ligue um pouco de música ou TV e despeje outro copo; lembre-se de abrir seu coração ...

### Ingredientes para 6-8 porções:

- 6-8 bifes de "minuto" de sua escolha, crus
- sal grosso; pimenta preta e vinho branco
- 1-2 dentes de alho, ou mais, a gosto; folhas de louro
- 1/3 xícara, ou mais, a gosto, de azeite para bifes
- 2 ou mais xícaras de azeite para a fritadeira (consulte as instruções) ou panela
- 6-8 ovos - marrom e ao ar livre
- arroz branco - opcional; salsa se você gosta
- salada mista: alface; tomate e cebola, além de vinagre de vinho tinto, azeite e sal de foga a gosto
- azeitonas pretas, sem caroço; sem caroço, se você deve
- pães frescos --papo secos, com manteiga
- Mais manteiga - 2 ou 3 colheres de sopa para fritar

### APENAS FAÇA:

Na manhã do dia em que você os servir, se tiver tempo, deixe marinhar os bifes com sal grosso, adicione pimenta, louro (um ou dois), alho picado ao seu gosto e um pouco de vinho branco.

Como já lhe disse anteriormente, não medo nada disso, portanto não tenho uma quantidade adequada; basta derramar um pouco de vinho branco sobre os bifes e cobrir quando terminar - use os números na receita como um guia aproximado. Coloque no frigorífico e retire apenas quando estiver pronto para fritá-las.



Adicione o azeite a uma frigideira e, quando estiver quente, misture os dentes de alho esmagados, cortados em cubos ou cortados em cubos e cerca de 2 colheres de sopa de manteiga. Frite em fogo médio até ficar quente e o alho começar a estalar.

Adicione os bifes, descarte a marinada. Frite por cerca de 15 minutos ou até que estejam cozidos. Lembre-se de entregá-los na metade do caminho para que frite bem de ambos os lados. Você tem um pouco de molho lá e isso é bom, queremos isso. Enquanto isso, descasque e corte as batatas em palitos e frite-as até dourar.

Cozinhe um pouco de arroz com uma pitada de sal e um pouco de manteiga, mas somente se você quiser. Arroz é opcional; batatas fritas não são! Faça a salada, misturando alface, tomate fatiado e cebola, regue com um pouco de azeite, vinagre e sal grosso. Moda antiga? Pule a pimenta preta. Nova escola? Moer a gosto. Quando os bifes e as batatas fritas estiverem prontos, em uma frigideira pequena, adicione um pouco de manteiga e frite os ovos, um de cada vez. Quando terminar, coloque-os nos bifes.

Agora vamos prato! Coloque o bife em um prato e cubra com o ovo frito. Em ambos os lados do bife e ovo coloque batatas fritas, salada e um pouco de arroz. Regue um pouco do molho do bife sobre o arroz, o ovo e o VOILA. você está feito. Despeje mais vinho.

Adicione queijo, papo secos e azeitonas pretas à sua mesa ... Agora sente-se e divirta-se. Se você pulou algumas etapas ou não seguiu corretamente o pedido, não se preocupe. Bebe vinho e faça melhor da próxima vez!

**Nota:** Se você está desejando Bitoque agora, vá ao **Port Café Lounge** e peça ao co-proprietário e chef do ano, Moe Infantino, ou ao chef de inverno Joe Gravito, também conhecido como King Kong, que o conecte com um bife grelhado e batatas fritas cortadas à mão. Você se sentirá como um **super-luso gastro-vencedor!**



309 Stanley Street  
Winnipeg | Manitoba | R3A 0X1 204.944.8145-P 204.949.0012-F  
[www.fourseasonsautobody.com](http://www.fourseasonsautobody.com)

### Reparamos Carros Domésticos e Importados

Carros de Cortesia e Trabalhos com Garantia

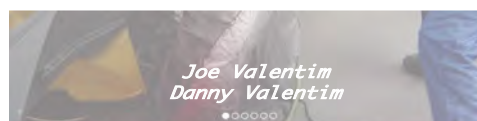
Serviço Completo:

Bate Chapa, Pintura, e Para-brisas

Reparações de Autopac \* Safety Inspections



MPI Accredited Repair Facility



PROVIDING GREAT SERVICE FOR  
OVER 40 YEARS!

Servindo a comunidade com honestidade!



**BESTWAY** AGENCIES (RTI) LTD.

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

555 Notre Dame Avenue  
Winnipeg, MB Canada R3B 1S5



Phone 204.774.1634

Fax 204.774.1636

e-mail [walter@bestwayagencies.ca](mailto:walter@bestwayagencies.ca)



AGCREDITED AGENT



Jose Rodrigues  
Manuel Rodrigues  
Antonio Rodrigues



**CHA DO OUTONO KEY NOTE SPEECH**  
- RAINA STROMBERG *continued from P5*

*My mental health was greatly impacted during the first few weeks of treatment. I never really had the opportunity to process the loss of our twins the year before as I became pregnant shortly thereafter. I was struggling with navigating life. I was missing out on being there for Cece due to the side effects from chemotherapy.*

*I needed help in sorting out all that was going on in my head. That is when I met Susan, a wonderful CancerCare counsellor who drove an hour each way every two weeks to see me close to where I live rurally north of Winnipeg. We worked on processing everything from the very beginning from the loss of the twins and working through my cancer diagnosis, all while learning to be a parent. My mind was a mess, like tangled ball of yarn, that had to be unravelled and put back together. Susan has helped me immensely with this.*

*As a young adult with cancer I felt very out of place walking into CancerCare chemotherapy centres. Most people were decades older as only 4% of newly diagnosed cancer patients are from the ages of 18-39. The nurses and staff were so warm and wonderful and tried to make me feel as comfortable as possible; however, I could still feel eyes looking at me as I walked to my chemo infusion chair.*

*I also found it difficult connecting with other people in my age group. People could sympathize with what I was going through but not truly understand how I was actually feeling. I could be in a room full of people, with or without cancer, yet feel so alone. I felt as if I didn't fit into the cancer patient "mould" or fit in with other new parents and people in my age group. Instead of attending "Mommy and Me" classes with my daughter I was going to the hospital for countless appointments and lengthy chemotherapy infusions.*

*My husband, our families, and our friends were great supporters and helped out immensely throughout my cancer journey but I was still missing a connection to people who understood what I was going through on a personal level. My mother was a 9 year breast cancer survivor and I turned to her often for advise; however, she was diagnosed during a different chapter of her life in her mid-50s. I was needing comradery with peers my own age. Though a series of "a friend of a friend" connections I was put into contact with another young breast cancer patient who also was diagnosed during pregnancy in her early 30s.*

*Suddenly I felt not so alone as there was another person out there like me! We texted back and forth about everything from wig specialists to tips on how to numb the skin over my port for less painful chemo infusions. Together we attended monthly Young Adult Cancer Support (YACS) meetings at CancerCare HSC with other young adult cancer thrivers, moderated by a very talented and kind counsellor named Ian. It was a safe place to talk about anything and everything going on in our lives, good or bad, and without judgement. I felt at home and welcomed with open arms. The eyes that would look at me were not "pity eyes" but rather eyes that understood every word that I said on a personal level.*

*I was also connected with a friend of my sister who was diagnosed with breast cancer in her late 30s. She is a mother of two lovely girls and has an amazing husband. She was on the other side of diagnosis and treatment and living life to the fullest as a breast cancer survivor. Seeing their happiness and resilience was aspiring to me and my fuel to keep going in my cancer journey.*

*She introduced me to a wonderful local social group of cancer thrivers through an organization called*

*Young Adult Cancer Canada (YACC). I attended monthly fun social outings with my husband and the group. It was a place that I could be myself, find camaraderie, vent about cancer life, and have an actual great time with people who just "get it." Nate also was able to connect with other spouses and supporters who understood what he too was going through.*

*Chemotherapy was completed at the end of March 2018 and less than three months later I underwent a double mastectomy with reconstruction. My recovery was lengthy due to healing issues. After surgery my treatment was complete and I thought that I would have felt like a new woman and ready to move on with my life, although this was not the case. I was suffering from post-chemo syndrome, chronic pain, and brain fog. It was an uneasy feeling when all of the appointments suddenly stopped. I felt like a bird who was not ready to leave the nest.*

*Fear of cancer recurrence was consuming me as there is a higher rate of recurrence with triple negative breast cancer, especially in younger women. I started a medication early fall to help stabilize my mood and began attending a Narrative Therapy counselling group for young cancer survivors. Again, I was introduced to fellow young cancer patients who all just entered a new chapter in our cancer journey, I like to call "What Do I Do Now With My Life?" We just won the war yet our battle was not over and our wounds needed healing. Co-counsellors Ian and Patti facilitated the group and gave us resources to move forward in a life with cancer in the rear view mirror rather than drivers seat.*



*At this time I was beginning to feel better and was taking full advantage of the many wonderful resources and programs offered through CancerCare. I was actively involved in the Young Adult Cancer programs, and completed treatment in the CancerCare physical therapy program, and began the Eat Well, Get Fit, Live Well program shortly thereafter. Both programs helped me incorporate post surgical physical activity and healthy eating habits into my life to live a healthier lifestyle.*

*Early 2019 I was recovering physically and mentally from treatment and I started to feel like a new version of my old self. I was enjoying life and being a mother to Cece. I was able to manage my pain through diet and activity. My bloodwork to test my fertility kept coming back post-menopausal despite my body feeling better. I underwent a revision surgery in February and developed a terrible infection that required multiple rounds of antibiotics, further intervention, and close monitoring. That feeling of unwell suddenly brought me back to the trauma of chemotherapy. My body did not bounce back as quickly as I had hoped and I had another setback in my recovery.*

*My body needed time to heal again. A couple of months later I was feeling better and I was excited to set a return-to-work date for beginning of August. It was time to celebrate life and the three of us headed to Arizona in April for a friend's wedding and to meet up with Nate's parents for a warm getaway.*

*Life beyond cancer was now my reality and life was good. My scars were a daily reminder of what I fought*

*through and I too was now on the other side. This was what felt like the start of a great life chapter.*

*I started to not feel well again in late spring, yet this was different than "chemo" unwell. It turned out that we were indeed beginning a great life chapter. We were about to embark on a new journey as a family of four when we found out that I was pregnant again. Somehow throughout everything a miracle had happened. December will be a much different holiday season this year, full of happiness and our new bundle of joy.*

*Through the happiness I have survivor's guilt and often think about my friends who won't have the opportunity to have more life chapters due to their cancer. I am grateful and fortunate every day for my life and health after cancer and for the amazing programs and opportunities that I was able to access through CancerCare Manitoba. Your generous donations have helped fund so many of the useful programs that I participated in and continue to participate in to guide the new me. I cannot control life or if my cancer does come back.*



*What I can control is how I react to life's hiccups so I try to slow down and enjoy life and not sweat the small stuff. Life is a beautiful thing and I know how truly precious it is.*

*Thank you.*

**PORTUGUESE BARBERSHOP**  
HAIRSTYLING

ESPECIALIZADO EM  
CORTES E  
PENTEADOS MODERNOS

PROPRIETARIO  
DANIEL FELIZARDO  
204.783.8429

38 Kate Street  
Winnipeg | Manitoba | R3A 1J8

**João Luis**  
Bookkeeper/Income Tax

711-A Sargent Avenue  
Winnipeg, Manitoba R3E 0B1  
Tel: 204.783.8326 Fax: 204.783.8460  
Email: joao@mts.net Cell: 204.781.5355

**Dr. A. Fernandes**

**O seu dentistas Português**

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

**OF CRUSADERS AND ROAD ALLOWANCES -- AN INTERVIEW WITH METIS LION-HEART AND SOCIOLOGIST TIM GROUETTE**

Tim, tell me about your journey from catholic school boy and athlete at St Paul's High School in Winnipeg to your studies in sociology at the University of Manitoba, to your career as a civil servant in Manitoba, and now, to your life beyond government in human resources, career development, and coaching? *My journey was definitely not a planned one. I ended up at St. Paul's because my parents wanted me to have a better education, one that challenged me and one that offered me more opportunity. Sports, a broader education, exposure to a wider world than the regional high school in my catchment could offer.*

*I loved the comradery and the healthy competition sports gave me. I just wasn't talented enough to play at a higher level. It did give me to confidence and helped me discover a skill for understanding systems and the roles individuals play in making them work. This was the beginnings of my foray into coaching. At first, by pure coincidence. When at 14/15 yrs old, my youth baseball coach stopped showing up, I just took over and guided my peers to our town championship. There was the exhilaration of winning but the deeper knowledge of identifying their strengths and putting them where they became better.*

*I started my career working in Aboriginal not-for-profits after rediscovering my family's history and my way of trying to make a difference in the world. Then, after a number of years, and speaking with some friends I made in the provincial government, I thought that working on the other side of the table would allow me to affect more change. (I was mistaken --the system is broken beyond the reach of one person's ability to fix it) Along the way I took my love of coaching and helping people to the HR field, but there too, especially what I experienced in government was a system focused on the edges of good or bad and not on the bigger picture. It was adversarial when it could have been co-operative.*

*To be honest, I never really found my stride in any one career, I always felt there was more to learn more to do than the limited parts any one position offered. It was my own journey in looking at myself to be a better husband, partner and a better father for my two daughters that I "found" a calling in coaching. While I still have a deep desire and need to work with Indigenous, in coaching, I've found a way to truly connect with people and help them gain insight and re-invent themselves through developing a deeper perspective. So now I'm in the process of building a Coaching and Consulting practice that will allow me to do what I love and still help people.*

**Why and when did you move from the prairies to the West Coast?** *I moved out here in the summer of 2017 --for an opportunity to build a company's Indigenous employment strategy. It was the perfect storm of my skills, experience and passion for indigenous. While that contract has ended my family and I love it here that we are not looking back and forging a new life out here. If it were up to my wife, we would have been out here 25 years ago. It took me a little longer to see the beauty and potential outside of the box I built in Manitoba. We had spent some of our vacation time out here and on day decided that our future was here.*

**How did you meet wife Connie, and which came first, the relationship or the mutual interests in bettering the human condition...?** *Connie and I grew up around the block from one another, but never really met until I was in University and she was just finishing high school. Some mutual friends thought we would be a good couple and literally dropped her in my lap at one of her house parties. The relationship started fast and rocky. I was trying to find my way through University and I was not the ideal boyfriend. As a matter of fact when I look back at it, I can credit Connie with my desire and path to coaching and helping other men transform, It was her love that made*

*me face the truth of my short comings as a man.*

**Full Disclosure -- I have worked with you professionally (previously in the Government of Manitoba, and more recently, in private consulting and training practice), but for those who haven't, how would you describe to them your professional style, and how do you integrate it with your personal code of ethics/values?**

*I am very laid back, thoughtful with a work ethic and drive to get things done. I really dislike the "busy" work that was so much of my time in government. I like -- need meaningful work to do - doing things for a purpose -- on purpose. At the heart of it all, I'm a coach/teacher -- I want people to understand the what, how and why. Teach systems and frameworks as evolving organic structures that change and adapt with new ideas and information.*

**Tell me about MMIWG and why all Canadians (natives and newcomers as historian Bruce Trigger might say) should care...**

*This is a product of colonization. It's appalling that this hasn't garnered a larger piece of our collective social conscience. It is a representative of a lack of proper education for Canadians about our own history, the good and the bad. We are taught little outside of the fur-trade and treaties to build the railway. There is little about pre-contact America and the vibrant and complex societies that were here and now for the most part lost. Most don't understand or seek to understand the complexity of the issues as they are mired in legal, cultural and socio-economic rhetoric that does more to create moral judgment that a deeper understanding that is needed for true reconciliation.*

**And while you're at it, could you expand a bit on the dark and disturbing history of Metis road allowances...?** *After the Manitoba Act and due to the greed and corruption of land agents, many Metis never received their land script. And forced them to the edges of society - figuratively and literally. Being dis-possessed of their land the only land available were the government road allowances to eke out a living on.*

**Did you know that the Portuguese Association of Manitoba have a Sport and Recreation Park at St. Laurent, near Lake Manitoba? Can you tell us a bit about the Metis at St. Laurent...?**

*No. It wasn't my experience or family narrative.*

**How do you balance your private practice as a consultant, including your work in education and awareness raising around Canadian Reconciliation, with your role as a father of two young women, and sports as well as life coach?** *It all stems from a desire to help people grow and learn. At first it was just in sports and coaching my girls spots teams, but when I truly listened to myself, I found I was asking my players to commit and fall in love with the process of practise -- of continuous improvement . Something I hadn't fully done for myself. So I had to walk my talk. Thanks to my wife who allowed me to commit my time to coaching. Coaching my own daughters created a new openness and a deep trusting relationship where we can hold each other accountable for our words and actions. Also this seemed to help in them confidently exerting their independence and critical thinking. As for reconciliation, they are keenly aware of the short comings of our current Canadian social fabric and while they aren't public activists they do their part in a quiet way.*



**VIVIAN SANTOS**  
CITY COUNCILLOR - POINT DOUGLAS

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

204 986 8401

VSANTOS@WINNIPEG.CA  
VIVIAN SANTOS.CA

COUNCILLOR VIVIAN SANTOS @VIVS4PDW

**And speaking of Reconciliation... Would you like to help us better understand the differences among Canada's first peoples from your perspective: First Nations, Indigenous, Metis, Inuit, and the more legislated differences between status and non-status "Indians"...** *Reconciliation needs to start in our schools. It wasn't until I reached university that I was able to access a more full picture of Canadian history and perspectives that countered the prevailing narrative of mainstream education. I strongly feel that education, awareness is key to changing the narrative and unpacking the truth from the story.*

**What do you make of "blood quota" for determining Indigenous ancestry, for example, the Haudenosaunee (Mohawk) of the Iroquois Confederacy who have policy about who can marry in as well as live on reserve? How do you think "diversity" red herrings like (the global) Ancestry.com or 23 and Me fit in with what's going on in our pluralistic, multicultural Canada, first articulated by (the late, former Prime Minister) Pierre Trudeau -- Justin's (current Prime Minister) dad? Essentially, I'm asking you to flesh out your cultural and ethno-historical philosophy and how you integrate your personal family history with your current day-to-day reality as a Metis Crusader with "good skin"...** *Slippery slopes, blood purity etc. sounds like the eugenics of the early 20th century. Some of these policies are remnants of old government philosophies of assimilation. There is more to being a nation member than blood. We miss the socio-psychology aspects of culture and community affiliations.*

**What do you do for R&R...?** *Not that you appear to have copious amounts of free time, but in my experience, driven folks like you and have equally driven hobbies and interests... Spending time with my wife, hiking traveling, fishing and reading*

**If you could give one piece of advice to a large number of people, irrespective of national boundaries or cultural identifies, what would it be, and why?** *Fall in love with getting better -- read, learn, practice and share. Be curious with people, things and situations.*

**What are your plans for the future...? Favourite colour? Number? Horoscope sign? Spirit animal?** *I'm a Leo for whatever that is worth and have an affinity to the number 13. Not sure I have a spirit animal but I do believe that our creator give us signs through nature.*

**And finally, would you like to make a prediction about where we'll be as a country once the current generation is raised?** *Judging from my daughters -- I see hope -- They have a passion for learning, critical thinking, the compassion and empathy needed to facilitate change in the world. I'm anticipating a move away from the divisiveness of populous politics, all issues are not black or white, this or that, The world is more nuanced than that. We need to replace opinion with rational debate, fear with curiosity.*

**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



**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



info@jgjanitorialservices.ca

www.jgjanitorialservices.ca

## CRUSADERS E ESTRADA PERMISSÕES - ENTREVISTA COM MÉTIS LION-HEART E SOCIOLOGIST TIM GROUETTE

Tim, conte-me sobre sua jornada de menino e atleta de escola católica na St Paul's High School em Winnipeg até seus estudos em sociologia na Universidade de Manitoba, para sua carreira como funcionário público em Manitoba, e agora, para sua vida além do governo em recursos humanos, carreira desenvolvimento e treinamento? Minha jornada definitivamente não foi planejada. Acabei na St. Paul's porque meus pais queriam que eu tivesse uma educação melhor, uma que me desafiasse e uma que me oferecesse mais oportunidades. Esportes, uma educação mais ampla, exposição a um mundo mais amplo do que o ensino médio regional em minha bacia hidrográfica poderia oferecer. Eu amei o camaradagem e os esportes de competição saudáveis me deram. Eu simplesmente não era talentoso o suficiente para jogar em um nível superior. Isso me deu confiança e me ajudou a descobrir uma habilidade para entender os sistemas e os papéis que as pessoas desempenham para fazê-las funcionar. Este foi o começo da minha incursão no coaching. A princípio, por pura coincidência. Quando aos 14/15 anos, meu treinador de beisebol juvenil parou de aparecer, eu apenas assumi o cargo e guiei meus colegas para o campeonato da cidade. Havia a alegria de vencer, mas o conhecimento mais profundo de identificar seus pontos fortes e colocá-los onde eles se tornavam melhores.

Comecei minha carreira trabalhando em aborígenes sem fins lucrativos depois de redescobrir a história da minha família e minha maneira de tentar fazer a diferença no mundo. Depois de vários anos, e conversando com alguns amigos que fiz no governo da província, pensei que trabalhar do outro lado da mesa me permitiria afetar mais mudanças. (Eu estava enganado - o sistema está quebrado além do alcance da capacidade de uma pessoa para consertá-lo) Ao longo do caminho, adorei o treinamento e a ajuda de pessoas no campo de RH, mas também lá, especialmente o que vivenciei no governo. sistema focado nas margens do bem ou do mal e não na imagem maior. Era contraditório quando poderia ter sido cooperativo. Para ser sincero, nunca encontrei meu passo em nenhuma carreira, sempre senti que havia mais a aprender do que as partes limitadas que qualquer posição oferecia. Foi minha própria jornada ao me considerar um marido, parceiro e pai melhor para minhas duas filhas que "encontrei" um chamado no coaching. Embora ainda tenha um profundo desejo e precise trabalhar com os indígenas, no treinamento, encontrei uma maneira de realmente me conectar com as pessoas e ajudá-las a obter insights e a reinventarem-se desenvolvendo uma perspectiva mais profunda. Agora, estou no processo de construção de uma prática de Coaching e Consultoria que me permitirá fazer o que amo e ainda ajudar as pessoas.

Por que e quando você se mudou das pradarias para a costa oeste? Mudei-me para cá no verão de 2017 - para ter uma oportunidade de construir a estratégia de emprego indígena de uma empresa. Foi a tempestade perfeita de minhas habilidades, experiência e paixão pelos indígenas. Embora esse contrato tenha encerrado minha família e eu adoro aqui que não estamos olhando para trás e forjando uma nova vida aqui. Se dependesse da minha esposa, estaríamos aqui há 25 anos. Demorei um pouco mais para ver a beleza e o potencial fora da caixa que construí em Manitoba. Tínhamos passado algum tempo de férias aqui e no dia decidimos que nosso futuro estava aqui.

Como você conheceu a esposa Connie e qual veio primeiro, o relacionamento ou os interesses mútuos em melhorar a condição humana ...? Connie e eu crescemos ao redor do quarteirão, mas nunca nos conhecemos até eu estar na Universidade e ela estava terminando o ensino médio. Alguns amigos em comum pensaram que seríamos um bom casal e literalmente a jogaram no meu colo em uma de suas festas. O relacionamento começou rápido e difícil. Eu estava tentando encontrar o caminho pela Universidade e não era o namorado ideal. De fato, quando olho para trás, posso creditar

Connie com meu desejo e caminho de treinar e ajudar outros homens a se transformarem. Foi o amor dela que me fez encarar a verdade de minhas falhas como homem.

Divulgação total - Trabalhei com você profissionalmente (anteriormente no governo de Manitoba e, mais recentemente, em consultoria privada e prática de treinamento), mas para aqueles que não o fizeram, como você descreveria a eles seu estilo profissional e como você o integra ao seu código pessoal de ética / valores? Sou muito descontraindo, atencioso com uma ética de trabalho e desejo de fazer as coisas. Eu realmente não gosto do trabalho "ocupado" que era tanto do meu tempo no governo. Eu gosto - preciso de trabalho significativo para fazer - fazer coisas com um propósito - de propósito. No centro de tudo, sou treinador / professor - quero que as pessoas entendam o que, como e por que. Ensine sistemas e estruturas como estruturas orgânicas em evolução que mudam e se adaptam a novas idéias e informações.

Conte-me sobre o MMIWG e por que todos os canadenses (nativos e recém-chegados, como o historiador Bruce Trigger pode dizer) devem se importar... Este é um produto da colonização. É espantoso que isso não tenha acumulado um pedaço maior de nossa consciência social coletiva. É um representante da falta de educação adequada para os canadenses sobre nossa própria história, os bons e os maus. Somos ensinados pouco fora do comércio de peles e tratados para construir a ferrovia. Há pouco sobre a América pré-contato e as sociedades vibrantes e complexas que estavam aqui e agora na maior parte perdidas. A maioria não entende ou procura entender a complexidade dos problemas, pois estão envolvidos na retórica legal, cultural e socioeconômica que faz mais para criar um julgamento moral que um entendimento mais profundo necessário para uma verdadeira reconciliação.

E enquanto você está nisso, você poderia expandir um pouco a história sombria e perturbadora das permissões de estradas da Metis ...? Após a Lei de Manitoba e devido à ganância e corrupção dos agentes agrários, muitos Metis nunca receberam seus escritos. E os forçou aos limites da sociedade - figurativa e literalmente. Sendo desapropriadas de suas terras, a única terra disponível eram os subsídios do governo para ganhar a vida.

Sabia que a Associação Portuguesa de Manitoba tem um Parque Desportivo e Recreativo em St. Laurent, perto do Lago Manitoba? Você pode nos contar um pouco sobre o Metis em St. Laurent...? Não. Não foi minha experiência ou narrativa familiar.

Como você equilibra sua prática privada como consultor, incluindo seu trabalho em educação e conscientização em torno da Reconciliação Canadense, com seu papel de pai de duas jovens, além de praticar esportes e ser treinador de vida? Tudo deriva de um desejo de ajudar as pessoas a crescer e aprender. No começo, era apenas no esporte e treinando minhas equipes de garotas, mas quando eu realmente me ouvia, descobri que estava pedindo aos meus jogadores que se comprometessem e se apaixonassem pelo processo de prática - de melhoria contínua. Algo que eu ainda não tinha feito completamente. Então eu tive que caminhar minha palestra. Agradeço à minha esposa, que me permitiu dedicar meu tempo ao treinamento. Treinar minhas próprias filhas criou uma nova abertura e um profundo relacionamento de confiança, onde podemos nos responsabilizar por nossas palavras e ações. Além disso, isso parecia ajudá-los a exercer com confiança sua independência e pensamento crítico. Quanto à reconciliação, eles estão profundamente

**Ana Godinho Esteves**  
CHEF / OWNER



**Viena Do Castelo**  
Portuguese Foods

857 Sargent Ave  
Winnipeg, MB  
R3E 0C5

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

cientes das deficiências de nosso atual tecido social canadense e, embora não sejam ativistas públicos, fazem sua parte de maneira silenciosa.

E por falar em reconciliação ... Gostaria de nos ajudar a entender melhor as diferenças entre os primeiros povos do Canadá da sua perspectiva: Primeiras Nações, Indígenas, Metis, Inuit e as diferenças mais legisladas entre status e não-status "Índios" ... A reconciliação precisa começar nas escolas. Não foi até chegar à universidade que consegui acessar uma imagem mais completa da história e perspectivas canadenses que contrariou a narrativa predominante da educação convencional. Sinto fortemente que a educação, a conscientização é a chave para mudar a narrativa e desvendar a verdade da história.

O que você acha da "cota de sangue" para determinar a ascendência indígena, por exemplo, o Haudenosaunee (Mohawk) da Confederação Iroquois que tem uma política sobre quem pode se casar e viver em reserva? Como você acha que os arenques vermelhos da "diversidade", como (o global) Ancestry.com ou 23 e Me, se encaixam no que está acontecendo em nosso Canadá pluralista e multicultural, articulado pela primeira vez pelo (ex-primeiro-ministro) Pierre Trudeau - Justin ( atual Primeiro Ministro) pai? Essencialmente, estou lhe pedindo para aprofundar sua filosofia cultural e etno-histórica e como você integra sua história pessoal da família com a realidade atual do dia-a-dia como um Cruzado Metis com "boa pele"... Encostas escorregadias, pureza do sangue etc. soa como a eugenia do início do século XX. Algumas dessas políticas são remanescentes de antigas filosofias de assimilação do governo. Ser membro de uma nação é mais do que sangue. Sentimos falta dos aspectos sócio-psicológicos da cultura e das afiliações comunitárias.

O que você faz para R & R ...? Não que você pareça ter uma quantidade abundante de tempo livre, mas na minha experiência, pessoas motivadas como você e hobbies e interesses igualmente motivados ... Passar um tempo com minha esposa, fazer caminhadas, viajar, pescar e ler

Se você pudesse dar um conselho a um grande número de pessoas, independentemente de fronteiras nacionais ou identidades culturais, o que seria e por quê? Apaixone-se por melhorar - leia, aprenda, pratique e compartilhe. Seja cortês com pessoas, coisas e situações.

Quais são seus planos para o futuro...? Cor favorita? Número? Signo do horóscopo? Espírito animal? Sou um Leo pelo que vale e tenho uma afinidade com o número 13. Não tenho certeza se tenho um animal espiritual, mas acredito que nosso criador nos dá sinais da natureza.

E, finalmente, você gostaria de fazer uma previsão sobre onde estaremos como país depois que a geração atual for gerada? A julgar pelas minhas filhas - vejo a esperança - elas têm paixão pelo aprendizado, pensamento crítico...sem medo, e com curiosidade.



**1-1085 Ellice Avenue**  
Winnipeg, MB R3G 0E2

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

**Gestoras de produtos Financieros**

**Maria Almeida**  
Tel: 204-925-2653  
malmeida@cambrian.mb.ca

**Edwarda Sardinha**  
Tel: 204-925-2754  
esardinha@cambrian.mb.ca



**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

almoço da entrada 12:00 pm- almoço 12:30 pm  
**terceira**  
15 de dezembro 2019 **idade**  
Associação Portuguesa de Manitoba



Imagem dos bonecos de barro d'évora com amor

animação musical com a

# Banda Aurora

Adultos \$20.00 • Crianças \$10.00 • Mais de 65 grátis

*para reservas  
contactar*

**Dora**  
204 227 3444

**Albino**  
204 783 8429

**APM**  
204 793 3461

Associação Portuguesa de Manitoba  
659 Young St. - Winnipeg



**ANIVERSÁRIO LUTUOSO  
Carlos Jorge Caleiras  
27.3.1966 -- 13.1.2015**

*Querido Filho*

*Quatro anos passaram desde que o Senhor te chamou para junto de si, e nos nossos corações, a dor aumenta todos os dias; a saudade não tem fim. Tu eras a luz das nossas vidas. Descanse em paz junto do Senhor, meu querido filho. As nossas orações e o nosso amor estarão sempre contigo.*

*Eterna saudade dos teus pais José Antonio e Ofelia Caleiras, tia Maria Graciete Sousa, primos Belinda e Anibal Tomé, e suas filhas Ava e Chloe Tomé e restantes familiares em Portugal.*

*Descanse em Paz*

*Dear Son*

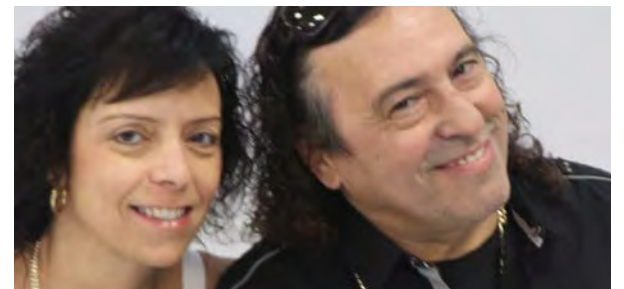
*Four years have passed since the Lord called you to be with Him, and the pain in our hearts increases every day; we miss you without end. You were the light of our lives. Rest in peace in the company of the Lord, my dear son. Our prayers and our love remain with you always.*



*Eternally missing you are your parents Jose Antonio and Ofelia Caleiras, aunt Maria Graciete Sousa, cousins Belinda and Anibal Tome, and daughters Ava and Chloe Tome, together with family in Portugal.*

*Rest in Peace*

**DMB -- FESTA DE SÃO MARTINHO E REMEMBRANCE DAY -- 9/11 FEAST OF ST MARTIN BY DMB CONSTRUCTION -- DOMINGOS BRAVO AND FRIENDS**



**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](http://www.caladoconstruction.com)



## HALLOWEEN SOCIAL @ APM MATT CAETANO & CHANTEL SOARES

Photos by/fotos de Michel da Silva

With thanks to dear friend Cris Gomes and congratulations to son Matt and future DIL Chantel.



## A PART OF THE FURNITURE: JOHN & MARIA (LITA) SALGUEIRO



READING OVER THE NOTES I MADE DURING A PROFILE-INTERVIEW WITH JOHN AND MARIA (LITA) SALGUEIRO — GREGARIOUS AND DRIVEN CO-OWNERS OF JS FURNITURE IN WINNIPEG AND PORTAGE LA PRAIRIE, I RE-GROUP WITH A FUN GOOGLE SEARCH ON THEM AS (TORONTO-BASED, CANADIAN ACTRESS) “JESS SALGUEIRO’S PARENTS,” BOTH OF WHOM I’VE KNOWN SINCE BEFORE JESS WAS BORN... AND VOILA! TRUTH IS STRANGER THAN FICTION AND IT’S A GOOGLE WORLD, MY FRIENDS. BIG BROTHER IS ALWAYS WATCHING...

JOHN RECALLS HOW HE WAS WORKING FOR SWIFT CANADA WHEN HE TOOK A RISK OF OPPORTUNITY TO SWITCH OVER TO SALES AT OLMAN’S FURNITURE (SINCE CLOSED) IN WINNIPEG. IT WAS THE YEAR WE GOT MARRIED — 1973, MARIA ADDS, AND I WAS WORKING AT THE BANK.

### WHY FURNITURE?

IT WAS AN OPPORTUNITY. YOU COULD SAY THAT I DIDN’T PICK FURNITURE; IT PICKED ME! HE CHUCKLES AT THE MEMORY. I STAYED WITH OLMAN’S FOR TWO YEARS, UNTIL 1976, AND IN THE MEANTIME, I OPENED UP JS FURNITURE WITH MY BROTHER-IN-LAW AND SISTER, WHO MANAGED THE STORE DAY-TO-DAY WHILE I CONTINUED TO WORK FOR OLMAN’S. I ENJOYED THE CHALLENGE OF WORKING AT BOTH, BUT WHEN WE GOT TOO BUSY AT JS FURNITURE, I MADE THE DECISION TO LEAVE OLMAN’S AND CONCENTRATE ON THE FAMILY BUSINESS.

### WHEN DID MARIA COME ON BOARD?

MARIA LAUGHS. I CAME OVER WHEN JOHN TOLD ME THAT HE NEEDED A SECRETARY, AND THAT HE WOULD HIRE A “CUTE ONE” IF I DIDN’T COME OVER FROM THE BANK. SHE LAUGHS. SERIOUSLY, I KNEW IT WAS BEST FOR THE BUSINESS: TO BUILD JS FURNITURE TOGETHER — WE WERE ALREADY INVOLVED IN THE PORTUGUESE COMMUNITY, AND IT WAS A GOOD FIT FOR US AS A COUPLE.

WE’VE BEEN IN BUSINESS 45 YEARS, JOHN ADDS, STARTING AT 672 SARGENT AVENUE, RIGHT BESIDE MORDEN’S CHOCOLATES. IT’S ONE YEAR LESS THAN OUR ANNIVERSARY — EASY TO REMEMBER.

THEY ARE SITTING WITH ME IN THEIR OFFICE, WHICH IS FILLED WITH A LIFETIME OF BUSINESS AWARDS, FAMILY PHOTOS, AND TOASTMASTERS DISTINCTIONS FOR MARIA; GOLF AWARDS FOR JOHN. I GET UP TO TAKE A CLOSER AS O MUNDIAL PHOTOGRAPHER DIGITALLY DOCUMENTS OUR CONVERSATION. MARIA NOTICES AND SAYS I’VE BEEN A MEMBER OF TOASTMASTERS FOR 22 YEARS. MY HOME CLUB IS CENTENNIAL 313, WHICH MEETS EVERY WEDNESDAY AT 6:30PM, AT THE CINDY KLASSEN RECREATION CENTRE ON SARGENT AVENUE. BEING IN TOASTMASTERS HAS OPENED UP MANY OPPORTUNITIES FOR ME NOT ONLY IN MY BUSINESS AND PRIVATE LIFE, BUT IT’S BEEN GOOD FOR MY PERSONAL DEVELOPMENT, TOO.

HOW SO? I ASK AS JOHN SMILES PROUDLY, HIS CHIN PROPPED UP ON INTERLACED THUMBS AND INDEX FINGERS.

TOASTMASTERS HAS GIVEN ME THE CONFIDENCE AND SKILLS TO SPEAK PUBLICLY. I HAVE NO PROBLEM IN DELIVERING A FORMAL SPEECH OR GIVING MY OPINION ON A TOPIC. IN 2011, I RECEIVED THAT AWARD, POINT TOWARDS THE ONE I’VE JUST BEEN REGARDING CAREFULLY. IT READS: TOASTMASTER OF THE YEAR. I’VE ALSO BEEN PRESIDENT OF MY CLUB THREE TIMES.

TOASTMASTERS INTERNATIONAL IS A USA-BASED NON-PROFIT EDUCATIONAL ORGANIZATION WITH CLUBS AROUND THE WORLD, INCLUDING PORTUGAL. THE PURPOSE IS TO PROMOTE COMMUNICATION AND PUBLIC-SPEAKING SKILLS.

I’M ALSO INVOLVED IN THE PORTUGUESE WOMEN’S LEAGUE IN



MANITOBA; CURRENTLY, I AM THE VICE PRESIDENT OF THE ORGANIZATION WHICH HOLDS TWO EVENTS A YEAR. WE HAVE THE FALL TEA IN OCTOBER AND A LADIES GALA DINNER IN MARCH, TO CELEBRATE INTERNATIONAL WOMEN’S DAY. WE RAISE FUNDS PRINCIPALLY FOR CANCERCARE MANITOBA; TO DATE, WE’VE RAISED \$80,000 DOLLARS. IT’S NOT JUST ABOUT THE MONEY, EITHER; IT’S ABOUT FINDING A CAUSE ABOUT WHICH YOU’RE PASSIONATE AND PURSUING IT WITH ALL OF YOUR HEART.

JOHN ADDS, IT’S LIKE I TELL OUR YOUNGEST DAUGHTER, JESS; BE GOOD AT WHAT YOU DO, AND THE MONEY WILL COME. IT’S KEPT ME IN BUSINESS ALL OF THESE YEARS; SERVING THE CUSTOMER AS BEST I CAN, WITH PASSION.

### WHAT WAS IT LIKE, TO SERVE THE PORTUGUESE COMMUNITY BACK IN THOSE EARLY YEARS? I ASK.

THE COMMUNITY WAS MUCH SMALLER BACK THEN, AND WHEN WE FIRST GOT INTO BUSINESS WITH MY BROTHER-IN-LAW AND SISTER, WE WERE SPEAKING A LOT OF PORTUGUESE IN STORE, AND SELLING OUT OF MUCH SMALLER LOCATION. I KEPT MY JOB AT OLMAN’S FOR THE FIRST TWO YEARS, WHERE I WAS ALSO SPEAKING PORTUGUESE AS WELL AS ITALIAN, JOHN TELLS ME, BUT AFTER A FEW YEARS, IT BECAME APPARENT THAT I COULDN’T KEEP BOTH... WE WERE TOO BUSY!

IT HAPPENED AT THE SAME TIME, ALMOST, MARIA RECOUNTS, THE GROWTH IN OUR COMMUNITY AND THE GROWTH IN OUR BUSINESS.

MY SISTER AND BROTHER-IN-LAW WENT BACK TO PORTUGAL, AND SINCE 1981, IT’S BEEN JUST US, TOGETHER WITH EMPLOYEES WHO ARE LIKE FAMILY.

AS JOHN BEGINS TO REMINISCE, MARIA PROMPTS HIS RECALL, LISTING OFF WELL-KNOWN MEMBERS OF OUR COMMUNITY WHO ARE EITHER PAST OR PRESENT EMPLOYEES, FOLKS LIKE THEIR FIRST SALESMAN CASMIRO RODRIGUES, AS WELL AS BOTH OF HIS SONS YEARS LATER; CARLOS BRITO AND JOHN LOPES, WHO IS STILL IN THE FAMILY; MY OWN BROTHER PETER, WHILE HE WAS IN UNIVERSITY, AND NUMEROUS OTHERS WHO’VE MOVED WITH THEM FROM 672 SARGENT AVENUE — THEIR BELOVED LOCATION NEXT TO MORDEN’S, TO THE WELL-KNOWN STORE FURTHER EAST ON SARGENT NEXT TO BOMBA CLUB, FROM WHERE THEY USED TO RECRUIT DELIVERY PEOPLE, THEN TO ELLICE AVENUE ACROSS FROM JOHN M. KING SCHOOL, TO THEIR CURRENT, MORE SPACIOUS LOCATION AT THE CORNER OF ELLICE AVENUE AND CENTURY STREET. THEY’VE HAD SECOND LOCATIONS IN WINNIPEG AND HAVE BEEN A FIXTURE IN PORTAGE LA PRAIRIE FOR 25 YEARS.

WE CATER TO MORE THAN JUST THE PORTUGUESE THESE DAYS, JOHN TELLS ME. OH SURE, WE HAVE A LOT OF OUR OLD-TIME CUSTOMERS WHO LIKE TO REMINISCE, BUT WE’RE VERY ETHNICALLY DIVERSE IN OUR CLIENTELE. I’VE SEEN A LOT OF CHANGES OVER THE YEARS ACROSS ALL ETHNIC COMMUNITIES IN WINNIPEG. I MEAN, I WAS HIRED AT OLMAN’S TO SPEAK ITALIAN! THEN THEY FOUND OUT I COULD SPEAK PORTUGUESE...

THERE WERE 15 ON THE FLOOR, MARIA ADDS PROUDLY, AND JOHN WAS ALWAYS TOP SALESMAN! IT COULD BE BECAUSE HE SPOKE MORE THAN ONE LANGUAGE, BUT MORE THAN THAT, I THINK IT WAS BECAUSE OF HIS KNACK TO UNDERSTAND THE NEEDS OF THE CUSTOMER.

JOHN LAUGHS. IT’S TRUE. I’M PRETTY SENSITIVE TO WHAT PEOPLE WANT. WHEN WE STARTED ATTRACTING FILIPINO CLIENTS, WE BROUGHT IN A LOT OF RICE COOKERS AND KARAOKE MACHINES, AND SOME BREAD-MAKERS TOO.

### WHEN DID YOU EXPAND INTO WHOLESALE?

A FEW YEARS AGO, WE BOUGHT A WHOLESALE COMPANY AND BEGAN TO SELL TO OTHER STORES ACROSS CANADA, MOSTLY TO NORTHERN COMMUNITIES IN OTHER PROVINCES. IT’S HOW WE OVERCAME THE BIG BOX COMPETITION IN WINNIPEG. OUR RETAIL SALES ARE STILL GOOD, BUT OUR WHOLESALE IS BOOMING.

### DO YOU SELL TO RETAILERS IN WINNIPEG?

JOHN SHARES A COUPLE OF SURPRISING RETAIL CLIENTS.

### REALLY?!

LATER, DURING A TOUR OF HIS STORE, HE POINTS OUT TO ME AND PHOTOGRAPHER, WHICH OF HIS PIECES HAVE AN “X” RETAILER LOOK, AND WHICH HAVE A “Y” RETAILER LOOK. AT ONE POINT, I TELL HIM THAT I’VE SEEN ONE PARTICULAR “X” PIECE AT THE AFOREMENTIONED “X” RETAILER.

EVERYTHING IN OUR STORE IS UNIQUE, EVEN WHEN IT ENDS UP IN WELL-KNOWN RETAILERS, BECAUSE WE GET A LOT OF PRODUCT FROM UNTAPPED NORTH AMERICAN MARKETS IN CHINA. THE WHOLESALER-RETAIL RELATIONSHIPS IN THIS CITY HAVE CHANGED. IT’S NO LONGER AN ISSUE TO BUY FROM US TO LOCAL RETAILERS, JUST BECAUSE WE MIGHT BE SEEN AS COMPETITION.

WE ARE FILLING NEEDS OF OUR CUSTOMERS, WHETHER THEY ARE INDIVIDUALS IN OUR COMMUNITY OR INDIVIDUAL RETAILERS IN OUR COMMUNITY.

JOHN HAS RECENTLY RETURNED FROM CHINA; MARIA FROM PORTUGAL.

WHAT WAS THE NATURE OF YOUR TRIP TO CHINA? I ASK, BEFORE CHUCKLING, AND SAYING, I DON’T MEAN TO SOUND LIKE A CUSTOMS OFFICER!

BOTH JOHN AND MARIA LAUGH WITH ME.

WE’RE THE NUMBER ONE WHOLESALER IN CANADA FOR MATTRESS STOCK. WE’LL GO ON A TOUR OF THE WHOLESALE LATER, HE SAYS. YOU’LL SEE. IT’S HARD TO EXPLAIN IN WORDS THE ENORMITY OF STOCK THAT WE GET FROM CHINA. LET’S GO HAVE A LOOK, IT’S JUST ACROSS THE WAY, ON ST JAMES STREET.

AS WE PACK UP AND PREPARE FOR THE TOUR, I ASK ONE LAST QUESTION, MOSTLY OUT OF PERSONAL CURIOSITY BECAUSE I’VE KNOWN THEM SO LONG:

### WHAT DO THE TWO OF YOU DO TO UNWIND?

WE HAVE OUR COTTAGE, JOHN SAYS, PLUS TWO QUADS, TWO SNOWMOBILES, A MOTORCYCLE, AND A SEA-DOO...

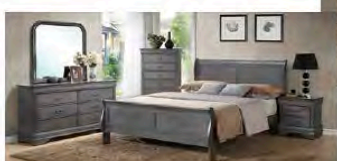
MARIA ADDS, WE ALSO TRAVEL TO VISIT FAMILY IN PORTUGAL, AND OF COURSE, TO SEE OUR DAUGHTER JESS IN TORONTO. I HAVE MY PAINTING AND JOHN HAS HIS GOLF; IT’S IMPORTANT TO BALANCE WORK WITH REST AND RELAXATION. I HONESTLY DON’T THINK WE COULD DO WHAT WE DO WITHOUT TAKING THE TIME TO UNWIND.

BUT AS WE BID OUR FAREWELL TO JOHN AND MARIA, MARIA SAYS TO ME, OH, BEFORE I FORGET, WE’VE GOT A TASTE OF PORTUGAL HSC FOUNDATION DINNER COMING UP IN 2020, AND WE’RE GETTING TOGETHER MEMBERS OF OUR COMMUNITY, INCLUDING MEDIA, FOR AN ORGANIZING COMMITTEE. JOHN WILL SEND YOU AN E-MAIL WITH THE DETAILS.

I LAUGH AS WE HUG GOODBYE, SO MUCH FOR REST AND RELAXATION, I SAY WITH A WINK.



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



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

QUARTOS DE CAMA  
QUARTOS DE SALA  
SALA DE JANTAR  
ESTANTES \*MESAS  
MAQUINAS DE LAVAR  
MAGQUINAS DE SECAR  
FÔGÕES \* FRIGORÍFICOS  
MICRO-ONDAS \* ARCAS  
TELEVISÕES \* STEREO  
AR CONDICIONADOS  
E MUITO E MUITO MAIS



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

Lendo as anotações que fiz durante uma entrevista de perfil com John e Maria (Lita) Salgueiro - co-proprietários gregários e motivados de JS Furniture em Winnipeg e Portage la Prairie, re-agrupei com uma divertida pesquisa no google sobre eles como (Toronto de origem canadiana) "pais de Jess Salgueiro", que eu conheço desde antes de Jess nascer... e pronto! A verdade é mais estranha que a ficção e é um mundo do Google, meus amigos. O Big Brother está sempre assistindo...

John lembra como estava trabalhando para a Swift Canada quando correu o risco de passar para as vendas nos móveis de Olman (desde que fechados) em Winnipeg. Foi o ano em que nos casamos - 1973, acrescenta Maria, e eu trabalhava no banco.



#### Por que móveis?

Foi uma oportunidade. Poderia dizer que não escolhi móveis; eles me escolheram! Ele ri com a memória. Fiquei na Olman's por dois anos, até 1976, e, enquanto isso, abri os móveis com meu cunhado e irmã, que administravam a loja no dia-a-dia enquanto continuava trabalhando no Olman's. Gostei do desafio de trabalhar com os dois, mas quando ficamos muito ocupados com a JS Furniture, tomei a decisão de deixar o Olman's e me concentrar nos negócios da família.

#### Quando Maria entrou a bordo?

Maria ri. Eu vim quando John me disse que precisava de uma secretária e que contrataria uma "fofa" se eu não viesse do banco. Ela ri. Sério, eu sabia que era melhor para o negócio: construir JS Furniture juntos - já estávamos envolvidos na comunidade portuguesa, e foi um bom ajuste para nós como casal. Trabalhamos há 45 anos, acrescenta John, a partir da 672 Sargent Avenue, ao lado dos Morden's Chocolates. É um ano a menos que o nosso aniversário - fácil de lembrar.

Eles estão sentados comigo em seu escritório, repleto de prêmios de negócios, fotos de família e distinções de toastmasters para Maria; prêmios de golfe para John. Levanto-me para me aproximar enquanto o fotógrafo O Mundial documenta digitalmente nossa conversa. Maria nota e diz que é membro da Toastmasters há 22 anos. Meu clube local é o centenário 313, que se encontra todas as quartas-feiras às 18h30, no centro de recreação Cindy Klassen, na Sargent Avenue. Fazer parte do Toastmasters abriu muitas oportunidades para mim, não apenas nos meus negócios e na vida privada, mas também foi bom para o meu desenvolvimento pessoal.

**Como assim?** Pergunto enquanto John sorri com orgulho, o queixo apoiado nos polegares e nos dedos indicadores entrelaçados.

Toastmasters me deu a confiança e as habilidades necessárias para falar publicamente. Não tenho nenhum problema em fazer um discurso formal ou dar minha opinião sobre um tópico. Em 2011, recebi esse prêmio, aponte para o que acabei de considerar com cuidado. Diz: Toastmaster do ano. Eu também fui presidente do meu clube três vezes.

Toastmasters International é uma organização educacional sem fins lucrativos, com sede nos EUA, com clubes em todo o mundo, incluindo Portugal. O objetivo é promover a comunicação e as habilidades de falar em público.

Também estou envolvido na liga portuguesa de mulheres em Manitoba; atualmente, sou o vice-presidente da organização que realiza dois eventos por ano. Tomamos o chá do outono em outubro e um jantar de gala para mulheres em março, para comemorar o dia internacional da mulher. Arrecadamos fundos principalmente para o cancelcare manitoba; até o momento, levantamos us \$ 80.000. Também não é apenas sobre o dinheiro; trata-se de encontrar uma causa pela qual você é apaixonado e perseguiu-la com todo o seu coração.

John acrescenta, é como eu disse à nossa filha Jess; seja bom no que faz e o dinheiro virá. Tenho mantido nos negócios todos esses anos com esse pensamento; servindo o cliente da melhor maneira possível, com paixão.

**Como foi servir a comunidade portuguesa naqueles primeiros anos?** Eu pergunto. A comunidade era muito menor naquela época e, quando

## LUSO CANADIAN CLUB

913 Sargent Avenue | Winnipeg MB | 204.783.7479

Servimos: Petiscos, Marisco, Sandwiches

Vendemos: Bebidas, Refrescos, Aguas e Cafe

Venha visitar-nos!

começamos a negociar com meu cunhado e irmã, conversávamos muito em português e vendíamos em locais muito menores. Eu mantive meu emprego no Olman's durante os primeiros dois anos, onde também falava português e italiano, mas depois de alguns anos, ficou claro que eu não conseguia manter os dois ... Estávamos muito ocupados!

Aconteceu ao mesmo tempo, quase, conta Maria, o crescimento em nossa comunidade e o crescimento em nossos negócios.

Minha cunhada e cunhado voltaram para Portugal e, desde 1981, somos apenas nós, junto com funcionários que são como a família.

John menciona membros conhecidos de nossa comunidade que são funcionários antigos ou atuais, pessoas como seu primeiro vendedor Casmiro Rodrigues, bem como seus filhos anos depois; Carlos Brito e John Lopes, que ainda está na família; meu próprio irmão Peter, enquanto ele estava na universidade, e muitos outros que se mudaram com eles da 672 Sargent Avenue - sua localização amada ao lado de Morden's, à conhecida loja mais a leste, em Sargent, ao lado do Bomba Club, de onde costumavam recrutar entregadores e, em seguida, Ellice Avenue em frente a John M. King school, para sua localização atual e mais espaçosa na esquina da Ellice Avenue e Century Street. Eles tiveram uma segunda localização em Winnipeg e são uma atração em Portage la Prairie há 25 anos.

Hoje atendemos mais do que apenas o português, me diz John. Ah, claro, temos muitos de nossos clientes antigos que gostam de lembrar, mas somos muito etnicamente diversos em nossa clientela. Eu vi muitas mudanças ao longo dos anos em todas as comunidades étnicas em Winnipeg. Quero dizer, fui contratado na Olman's para falar italiano! Então eles descobriram que eu sabia falar português ...

Havia 15 no chão, Maria acrescenta orgulhosamente, e John sempre foi o melhor vendedor! Poderia ser porque ele falava mais de um idioma, mas mais do que isso, acho que foi por causa de sua habilidade em entender as necessidades do cliente.

John ri. É verdade. Sou bastante sensível ao que as pessoas querem. Quando começamos a atrair clientes filipinos, trouxemos muitas panelas de arroz e máquinas de karaokê e algumas máquinas de fazer pão também.

#### Quando você expandiu para o atacado?

Há alguns anos, compramos uma empresa atacadista e começamos a vender para outras lojas no Canadá, principalmente para comunidades do norte em outras províncias. Foi assim que vencemos a grande competição de box em Winnipeg. Nossas vendas no varejo ainda são boas, mas nosso atacado está crescendo.

**Você vende para varejistas em Winnipeg?** John compartilha alguns clientes surpreendentes no varejo.

#### Realmente?!

Mais tarde, durante uma visita à sua loja, ele aponta para mim e para o fotógrafo, quais de suas peças têm aparência de varejista "x" e quais têm aparência de varejista "y". A certa altura, digo a ele que vi uma peça em particular "x" no varejista "x" mencionado acima.

Tudo em nossa loja é único, mesmo quando acaba em varejistas conhecidos, porque obtemos muitos produtos

dos mercados norte-americanos inexplorados da China. As relações atacado-varejo nesta cidade mudaram. Não é mais um problema comprar de nós para varejistas locais, apenas porque podemos ser vistos como concorrentes.

Estamos atendendo às necessidades de nossos clientes, sejam eles indivíduos de nossa comunidade ou revendedores individuais de nossa comunidade.

John voltou recentemente da China; Maria de Portugal.

**Qual foi a natureza de sua viagem à China?** Eu pergunto, antes de rir e dizer, não quero parecer um funcionário da alfândega!



John e Maria riem comigo.

Somos o atacadista número um no Canadá para colchões. Depois faremos um tour pelo atacado, ele diz. Você verá. É difícil explicar em palavras a enormidade de ações que recebemos da China. Vamos dar uma olhada, do outro lado, na rua St. James.

Enquanto fazemos as malas e nos preparamos para a turnê, faço uma última pergunta, principalmente por curiosidade pessoal, porque as conheço há tanto tempo:

#### O que fazem para relaxar?

Nós temos nossa casa, diz John, mais dois quadriciclos, dois motos de neve, uma motocicleta e um sea-doo ...

Maria acrescenta, também viajamos para visitar a família em Portugal e, é claro, para ver nossa filha Jess em Toronto.

Eu tenho minha pintura e John tem seu golfe; é importante equilibrar o trabalho com descanso e relaxamento. Sinceramente, acho que não poderíamos fazer o que fazemos sem ter tempo para relaxar.

Mas, quando nos despedimos de John e Maria, ela me diz: antes de eu esquecer, temos um gostinho do jantar Portugal HSC Foundation em 2020 e estamos reunindo membros da nossa comunidade, incluindo mídia, para um comitê organizador. John enviará um e-mail com os detalhes.

Eu ri enquanto nos abraçamos, tanto por descanso e relaxamento, digo com uma piscadela.

**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



## PAGINA DOS COMBATENTES

Texto e Fotos de Pedro Correia

### ACTIVIDADES -- REMEMBRANCE DAY

#### Dia 1 de Novembro de 2019

Começámos por aceitar o convite da Escola Guyot Elementary School, onde falámos a 43 alunos. Presentes Pedro Correia, que falou sobre esta data, Alcides Almeida e Carlos Oliveira. A professora Marie Albano agradeceu-nos a nossa visita, e o livro que oferecemos, referente ao dia.

#### Dia 4 de Novembro de 2019

O Núcleo da Liga dos Combatentes de Winnipeg, foi convidado pela VanBellghem Elementary School, para fazer apresentação a uma classe de 30 alunos, sobre o significado do Remembrance Day. Correu tudo bem e os alunos fizeram algumas perguntas, que foram amistosamente respondidas. Presentes Pedro Correia, Carlos Oliveira e Alcides Almeida, que se apresentou e também falou.

#### Dia 5 de Novembro de 2019

Fomos convidados pela professora Adessa Kilen, através do Memory Canadá, a participar no Remembrance Day na Sargent Park School, para falar numa classe de 30 alunos. Correu tudo bem e o Power Point que levei, foi muito apreciado. Os alunos fizeram perguntas... Presentes, Pedro Correia e Carlos Oliveira.

#### Dia 7 de Novembro de 2019

Fomos convidados através de Memory Canadá, para fazer uma apresentação no Miles Mac Donald Collegiate. A professora Kara Street, Coordenadora do programa, recebeu Pedro Correia e Alcides Almeida, apresentando-nos um Coronel da Força Aérea do 17 Wing, já meu conhecido. Este levou-nos à sua Classe de jovens de 16 anos, cerca de uns 30. Alcides Almeida e Pedro Correia, falaram sobre as experiências como soldados por Portugal. Coronel Brow também falou. Houve perguntas por parte dos alunos... As 11 horas, principiou o Evento no Ginásio, com uma assistência de 1.200 alunos e professores. Abriu com entrada das bandeiras do Canadá, com um Grupo de Cadetes das várias Armas.

Coronel Brow falou no palco, discurso alusivo ao dia do Armistício. Depois foi a vez de Pedro Correia, que descreveu o Power Point fornecido pelo Principal da Mulvey School, Peter Correia. Ouviu-se um Coro da Escola acompanhado por órgão e guitarra elétrica, muito bem interpretado. Depois a professora Kara levou-nos a visitar uma Exposição nos corredores da Escola, onde havia Memorbília dos Veteranos, com livros e fotos, incluindo um Veterano canadiano, seu avô.

Oferecemos à Escola e sua biblioteca, o livro do veterano português Pedro Correia, escrito por Mia Sally Correia. Agradeceram-nos imenso a nossa comparação com apertos de mãos e um Thank you for your Services...

Portugal era reconhecido, por nosso intermédio, aqui no Canadá!...

#### Dia 8 de Novembro de 2019

Visita a Mulvey School às 9 h e 30 Convidados pelo Principal da Escola Peter Correia e pela Vice Principal Wendy, dirigimo-nos ao Ginásio da Escola, mas antes fomos recebidos com café e bolos no Staff Room, num amigável acolhimento. Fomos acompanhados pelo nosso Presidente da Assembleia Geral Coronel Joel Roy, antigo Comandante da Base Aérea 17 Wing, agora reformado. Presentes Pedro Correia, Carlos Oliveira, Alcides Almeida, Luis Vicente, Leonel Vieira e Polícia que acompanha o dia a dia da Mulvey School, Mike. Os alunos estavam todos sentados no Ginásio com uma boa disciplina, acompanhados por seus professores. Alguns pais e mães dos alunos, também estavam presentes, incluindo a mãe do Principal, que fez questão de comparecer.

O voluntário da Gordon Bell School, tocou os toques da Praxe, muito bem interpretados. Também um jovem aluno vestido com a sua Regúlia dançou muito bem no palco. Sua mãe estava presente. Abriu a cerimónia Principal da Escola Peter Correia, apresentando os convidados e dando as Boas Vindas a todos, dissertando sobre o significado desta data. As bandeiras conduzidas por Patrols, entraram no Ginásio ao som do tambor, tocado pelo mesmo aluno que dançou. Foram depositadas Coroas de Flores pelos Veteranos Portugueses Coronel Roy e Carlos Oliveira, seguindo-se todas as classes, com coroas de flores em papel, feitas pelos alunos. Houve um coro no palco, dirigido pela professora Wanita e um significativo Power Point, explicado pelo principal Peter Correia. Alunas recitaram poesias e a Vice-Principal Wendy fechou o Evento, agradecendo a todos a sua presença.

#### No mesmo dia 8 de Novembro de 2019.

Seguimos para Ilhe the Cheains, após a cerimónia na Mulvey School, Pedro Correia e Carlos Oliveira. Na Escola Gabrielle-Roy Collegiate, estavam presentes 2 Coroneis da Força Aérea, um Tenente da Marinha e um Sargento Da R.C.M.P. e os Pais dos alunos. Fomos recebidos pela professora de música,

**MOSAIC**  
FUNERAL  
CREMATION & CEMETERY SERVICES

### Honest Service. Sincere Staff.

Our team of professional experts will guide you during your time of grief and ensure your loved one is well celebrated.

Call today for our competitive funeral and memorial packages.



Darin Hoffman  
Owner

### Feel at Home.

IMMEDIATE NEED? CALL (204)275-5555 FOR ASSISTANCE, WE'RE AVAILABLE 24/7  
1839 INKSTER BLVD • 1006 NAIRN AVE • MOSAICFUNERALS.CA • INFO@MOSAICFUNERALS.CA

Monique. Nesta Escola, só se fala Francês. Houve bandeiras em parada e toques da Praxe, com 2 minutos de silêncio. Estava um bom coro cantando no Ginásio, de meninas e rapazes.

Fomos falar a uma classe de 40 jovens músicos entre 16 e 17 anos, de ambos os sexos. Alguns reconheceram-nos do ano passado... Desta vez a professora pediu se podíamos falar sobre PTSD. Foi uma explicação boa, respondendo a perguntas que os alunos iam fazendo... Agradeceram a nossa comparação, querem voltar a receber-nos... Agradecemos à professora Monique e à Escola pelo reconhecimento e pelo almoço oferecido. *MERCI.*



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



## SEU HORÓSCOPO MENSAL CORADO POR UM ARQUEIRO

**ESCORPIÃO - 24.10 - 22.11**

*Feliz Aniversário; Visão geral anual*

O peixe morre pela boca - este mês, é especialmente importante que você não diga nada que volte a assombrá-lo na próxima década; algumas pessoas têm lembranças como elefantes! Você deve saber como é um deles. Isso não será difícil para você, porque você é extremamente charmoso por todos no momento.

Pratique a gratidão devidamente. Você é a estrela favorita dos holofotes no momento, então se autopromova, mas seja humilde! Seu apelo sexual habitual está fora das paradas! Por mais desconfortável que possa ser lutar contra o seu humor às vezes, faça-o. Outros apreciarão sua modéstia e isso o tornará ainda mais disarvel.

### Amor e sexo

Se você está em um relacionamento ou solteiro, sua aura encantadora se estende a parceiros de longo prazo, bem como a novos relacionamentos. O flerte está a cada esquina e alguns podem se transformar em experiências mais profundas. Aqui também é importante ser humilde.

### Carreira e Dinheiro

**A geração de dinheiro terá que esperar até depois das férias** - você tem uma auréola de ouro ao seu redor, desde que contenha a língua com relação aos relacionamentos interpessoais. E aí que você vai brilhar mais. E quem sabe? Pode ajudar a configurá-lo para a carreira e outras oportunidades de ganhar dinheiro no novo ano de 2020.

### Saúde e bem estar

Beber água! Para um sinal de água, isso é fundamental durante os meses mais frios para mantê-lo bem hidratado, enquanto regula o fogo interno. Lembre-se de lavar as mãos. A temporada de gripes e resfriados está chegando em breve e será difícil se você não tomar medidas preventivas.

### Vida social

O encanto com o qual você apresenta será útil nas inúmeras reuniões de Natal e feriado que estão chegando. Não se esforce demais, no entanto. Não há problema em ficar em casa de vez em quando. Mas quando você sair, não tenha medo de explodir e exibir.

Sorte # 18, Carta de Tarô, *Rainha de Copas*

**SAGITÁRIO - 23.11 - 22.12**

Dinheiro, dinheiro, dinheiro - Ka-ching! Sua frugalidade e trabalho duro estão finalmente valendo a pena quando você começa a ver um abalo na sua dívida (agora cada vez mais gerenciável) - devem ser esses três empregos! Você é um verdadeiro ímã monetário este mês; e embora você possa tratar a si mesmo e a seus entes queridos de vez em quando, há muito tempo são dias de excesso e de gastar mais do que você ganha. Este verão de 2020 está previsto para viagens ao exterior, devido à sua gestão fiscal consistente e prudente. Não tenha medo de fazer compras pequenas, especialmente se você se encontra em uma capital europeia que tem grandes vendas de verão e descontos promocionais. Pense em Paris, mas passe Lisboa.

Sorte # 13, Carta de Tarô, *Rainha de Ouros*

**CAPRICÓRNIO - 23.12 - 20.1**

Você está ganhando equilíbrio e autoconfiança a cada dia e deixando para trás hábitos infantis e mágoas passadas - assombra também. Você está menos preocupado com o status deste mês e mais reflexivo sobre onde está na sua vida. Perdas recentes ensinaram-lhe algumas lições duras sobre o que realmente importa; valorize essas cicatrizes em seu coração, elas são bem merecidas e merecidas. Entregue-se a aventuras divertidas de vez em quando. Você não precisa ser tão sério o tempo todo. As pessoas acham seu humor depreciativo excepcionalmente sexy.

Sorte # 9, Carta de Tarô, *O Hierofante*

**AQUÁRIO - 21.1 - 19.2**

Mude sua perspectiva e mude seu mundo. Casos secretos de amor estão acontecendo para



alguns; planos secretos estão sendo feitos por outros. Agora é a hora de pensar de onde você veio e para onde está indo. Normalmente, você pode relaxar e recuar neste

inverno, refletindo sobre a década passada e decidindo o que está entrando ou saindo durante a década o fará surpreendentemente feliz e no controle de seu destino. Não acredita em mim? Tente! Verá...

Sorte # 22, Carta de Tarô, *Dois de Copas*

**PEIXES - 20.2 - 20.3**

Amigos e familiares o levarão para casa nas férias - relaxe um pouco e deixe-os! Você tem um bom grupo de amigos ao seu redor, mas você tem uma tendência a ser impaciente com eles em relação a pequenas coisas. Em uma nota não relacionada, mas de acordo com seu estilo de vida (*ritmo A* e repleto de pessoas, lugares e coisas), uma oportunidade será apresentada para você se conectar com alguém novo. Se esse novo relacionamento leva ao amor romântico ou platônico depende inteiramente de você. De qualquer forma, essa nova pessoa deixará uma marca significativa em seu coração - seja uma bênção ou uma lição, como diz o ditado atual.

Sorte # 5, Carta de Tarô, *Rei dos Corações*

**AIRES - 21.3 - 20.4**

Você brilha muito neste mês, impressionando amigos e inimigos, assim como chefes; VIPs também! Procurar permissão, se necessário - você sempre pode pedir perdão mais tarde. Mas se você precisar perguntar: peça um aumento; peça uma promoção; peça uma chave do banheiro executivo, por assim dizer; peça ainda mais bênçãos de riqueza e abundância ao universo. Essas bênçãos serão concedidas, desde que você esteja pedindo de boa fé e do fundo do seu coração. Se você não pedir o que deseja, nunca conseguirá o que precisa. Coisas positivas estão surgindo durante todo o mês e se estendendo para o novo ano e década, à medida que você avança. Vá Aires!

Sorte # 11, Carta de Tarô, *O Mundo*

**TAURUS - 20.4 - 21.5**

Mover! Você precisa viajar, explorar novos lugares e ver coisas novas. Você precisa conhecer novas pessoas e aprender algumas coisas novas - talvez até um novo idioma. Certifique-se de que seu passaporte esteja atualizado, com certeza, mas saiba que sua sede pode ser facilmente domada com um passeio a uma pequena cidade no domingo à tarde ou uma viagem à livraria ou museu local; até um novo shopping lhe dará uma perspectiva estrangeira muito necessária. Mude a maneira como você olha as coisas e elas mudarão a maneira como elas olham para você. O que é observado se comporta de maneira agradável ao observador. Lembre-se disso quando tiver dúvidas ou ficar triste com a sua realidade. É muito melhor do que você imagina. Tenha fé.

Sorte # 3, Carta de Tarô, *A Carruagem*

**GÊMEOS - 21.5 - 20.6**

Um mês auspicioso, em dezembro, para definir um orçamento e cumpri-lo durante o próximo ano - não pense nisso como uma resolução ou você a abandonará em fevereiro; em vez disso, pense nisso como um conjunto de regras para ajudá-lo a viajar mais ... Esse também é um bom mês para você negociar termos de empréstimos e revisar sua conta bancária em busca de taxas de serviço ocultas - tudo isso se soma, portanto, enquanto como você está nisso, você também pode limpar todos os serviços eletrônicos ou digitais que não precisa mais e excluir contas expiradas. Livre-se de assinaturas remanescentes de boletins e páginas que você não lê mais. Bloquear spam desnecessário. Nenhuma dessas coisas irá gerar renda adicional ou proporcionar prazer, mas eles continuarão a entupir sua caixa de entrada e ocupar a memória digital necessária. E para as mulheres, uma palavra de cautela: não deixe sua bolsa no chão!

Sorte # 88, Carta de Tarô, *Sete de ouros*

**CÂNCER - 22.6 - 22.7**

Todos os seus relacionamentos estão em alta quando você termina a década, então continue e termine forte! Você é um schmoozer nato, mesmo que esteja um pouco reservado em mostrar suas verdadeiras emoções. Encontre alguns amigos em horários inesperados do dia ou em lugares novos e estranhos ao longo do mês. Você ficará surpreso com o modo como essas pequenas mudanças em sua rotina o tirarão do controle e impedirão que essas relações de crescimento fiquem presas a sulcos e fiquem obsoletas. Se você ainda está tentando satisfazer suas necessidades, agindo de maneira infantil ou se comportando de maneira infantil, recuará em todos os relacionamentos - você merece melhor e você também se acasala!

Sorte # 3, Carta de Tarô, *Rei de Corações*

**LEO - 23.7 - 23.8**

Trabalhe na organização de seus espaços - organize e organize sua mesa, comece por lá e vá até o armário e até o porta-malas do carro. Adicione um toque pessoal no trabalho; você receberá o elogio procurado que é sua marca registrada e, por fim, pode até levar a um aumento ou a uma nova oportunidade. Você se sente bem agora, ao cumprir prazos em todos os aspectos de sua vida pessoal e profissional. Isso ajuda a encerrar a década no seu estilo habitual e glorioso. Sente-se e aproveite seu trabalho duro na limpeza. Você ganhou. O romance está no horizonte.

Sorte # 21, Carta de Tarô, *O Sol*

**VIRGEM - 24.8 - 23.9**

Um grande mês de festas e festas de fim de ano está chegando - pegue um café com leite; agarre seus amigos. Encontre-se para almoçar, tomar bebidas, jantar ou depois do trabalho. Grandes festas. Festas pequenas. Todas as festas. Ir a shows, eventos esportivos; até parques para cães, se você tiver um - um cachorro que é; e mesmo que não o faça, encontre seus amigos donos de cães. Leve seus filhos junto. Não tem filhos? Peça emprestado suas sobrinhas ou sobrinhos. Participe de um concerto de Natal em uma escola local se você não tiver o evento de seus filhos na sua agenda. Seja brincalhão; diverta-se!

Sorte # 44, Carta de Tarô, *O Louco*

**LIBRA - 24.9 - 23.10**

Este é um mês de atividades acolhedoras e encontros discretos. Então arrume a sua sala de estar e cozinha e faça compras para comprar mantimentos e bebidas espirituosas! Decore para as férias, se você comemorar. Caso contrário, compre algumas flores recém-cortadas. Também é um bom momento para explorar uma nova propriedade, se você estiver no mercado. De qualquer forma, compre algumas meias aconchegantes para acompanhar suas atividades aconchegantes em casa e levante os pés - mas não se esqueça de colocar algumas bases para baixo, para não manchar sua mesa de café. Derramar vinho é boa sorte, mas não é tão fácil de remover quando seco. E, enquanto falamos sobre vinho, considere fazer um vinho quente - pelo menos dois palitos de canela para dar sabor. Prepare-se para a magia de 2020.

Sorte # 33, Carta de Tarô, *O Mágico*





**T D S**

**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](mailto:SVD@TDSLAW.COM)  
WEBSITE: [WWW.TDSLAW.COM](http://WWW.TDSLAW.COM)**



## Centro Português Casa do Minho

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

**YOUR MONTHLY HOROSCOPE  
AS CURATED BY AN ARCHER**

**SCORPIO – 24.10 – 22.11**

**Happy Birthday; Yearly Overview**

The fish dies by the mouth -- this month, it is especially important that you not say anything that will come back to haunt you in the next decade; some folks have memories like elephants! You should know as you're one of them. This won't be hard for you to do because you are exceedingly charming and well-liked by all right now.

Practice gratitude duly. You're the spotlight's favorite star right now, so self-promote, but be humble about it! Your usual sex appeal is off the charts! As uncomfortable as it can be to fight through your moodiness at times, do it. Others will appreciate your modesty and it will make you even more miserable.

**Love & Sex**

Whether you are in a relationship or single, your charming aura extends to long term partners as well as new flings. Flirtations are around every corner for you and some could develop into deeper experiences. Here too, it is important to be humble.

**Career & Money**

Money-making will have to wait until after the holidays -- you've got too much of a golden halo around you, provided that you curb your tongue, with respect to interpersonal relationships. That's where you will shine most. And who knows? It might help set you up for career and other money-making opportunities in the new year 2020.

**Health & Wellness**

Drink water! For a water sign, this is key during the cooler months to keep you well-hydrated, while regulating your inner fire. Remember to wash your hands. Cold and Flu season is coming soon and it will hit you hard if you don't take preventative measures.

**Social Life**

The charm with which you present will come in handy at the numerous Christmas and holiday gatherings coming your way. Don't overextend yourself, however. It's okay to stay home once in a while. But when you do go out, don't be afraid to bling it up and flaunt it.

Lucky #18, Tarot Card, *Queen of Hearts*

**SAGITTARIUS – 23.11 – 22.12**

Money, money, money -- Ka-ching! Your ongoing frugality and hard work is finally paying off as you begin to see a dent in your (now becoming increasingly manageable) debt -- it must be those three jobs! You are a veritable money magnet this month; and although you can treat yourself and your loved ones once in a while, long gone are the days of excess and spending more than what you make. This summer, 2020, is set for overseas travel, owing to your consistent and prudent fiscal management. Don't be afraid to throw in a little shopping, especially if you find yourself in a European capital that has huge summer sales and promotional discounts. Think Paris but spend Lisbon.

Lucky #13, Tarot Card, *Queen of Diamonds*

**CAPRICORN – 23.12 – 20.1**

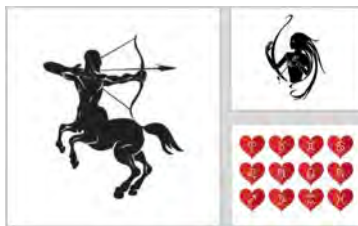
You are gaining poise and self-confidence by the day, and leaving behind childish habits and past hurts -- haunts too. You are less concerned about status this month and more reflective about where you are at in your life. Recent losses have taught you some harsh lessons about what really matters; treasure those scars in your heart, they're well earned and deserved. Indulge in playful escapades now and again. You don't have to be so serious all of the time. Folks find your self-deprecating humour exceptionally sexy.

Lucky #9, Tarot Card, *The Hierophant*

**AQUARIUS – 21.1 – 19.2**

Change your perspective and change your world. Secret love affairs are happening for some; secret plans are being made by others. Now is the time to think about where you have come from and where you are going. Normally outgoing, you may want to sit back and retreat this winter, reflecting on this past decade and deciding what's in or out for the the decade will make you surprisingly happy and in control of your fate. Don't believe me? Try it! You'll see...

Lucky #22, Tarot Card, *Two of Hearts*



**PISCES – 20.2 – 20.3**

Friends and family will guide you home for the holidays -- relax a little and let them! You have a good group of friends around you, but you have a tendency to be impatient with

them over small things. And on an unrelated note, yet in keeping with your lifestyle (Type A-paced and crammed with people, places, and things) an opportunity will present for you to connect with someone new. Whether this new relationship leads to romantic or platonic love is entirely up to you. Either way, this new person will leave a significant mark on your heart -- either a blessing or a lesson as the current saying goes.

Lucky #5, Tarot Card, *King of Hearts*

**AIRES – 21.3 – 20.4**

You shine very brightly this month, impressing friend and foe alike, as well as bosses; VIPs too! Seek permission if you must -- you can always ask for forgiveness later. But if you must ask: ask for a raise; ask for a promotion; ask for a key to the executive bathroom, so to speak; ask for even more blessings of wealth and abundance from the universe. These blessings will be granted, provided that you are asking in good faith and from the bottom of your heart. If you don't ask for what you want, you will never get what you need. Positive things are coming your way all month, and extending into the new year and decade as you put your best foot forward. Go Aires!

Lucky #11, Tarot Card, *The World*

**TAURUS – 20.4 – 21.5**

Move! You need to travel, to explore new places, and to see new things. You need to meet new people and learn some new things -- maybe even a new language. Ensure that your passport is up-to-date, sure, but know that your wanderlust can just as easily be tamed with a pleasure ride to a small town on a Sunday afternoon, or a trip to the local bookstore or museum; even a new shopping mall will give you some much-needed foreign perspective. Change the way you look at things and they will change the way they look at you. That which is observed behaves in ways pleasing to the observer. Remember that when you have doubts or get gloomy about your reality. It's far better than you might think. Have faith.

Lucky #3, Tarot Card, *The Chariot*

**GEMINI – 21.5 – 20.6**

An auspicious month, December, to set a budget and stick to it throughout the coming year -- don't think of it as a resolution either, or you'll drop it come February; rather, think of it as a set of rules to help you travel more... This is also a good month for you to negotiate terms for loans and review your bank account for hidden service fees -- all of it adds up, so while you're at it, you may as well clean up any electronic or digital services that you no longer need and to delete expired accounts. Get rid of lingering subscriptions to newsletters and pages you no longer read. Block unnecessary spam. None of these things will generate additional income or provide you with pleasure, but they will continue to clog your inbox and take up needed digital memory. And for the ladies, a word of caution: don't leave your purse on the floor! It's bad luck.

Lucky #88, Tarot Card, *Seven of Diamonds*

**CANCER – 22.6 – 22.7**

All of your relationships are on the upswing as you finish up the decade, so keep going, and finish strong! You're a natural-born schmoozer, even if you are somewhat reserved in showing your true emotions. Meet some friends at unexpected times of day or strange, new places over the course of the month. You'll be surprised at how those small changes in your routine will bring you out of your shell a and

keep those upswing relationships from getting stuck in ruts and going stale. If you're still trying to get your needs met by acting out or behaving in a childish manner, you will slide back throughout all relationships -- you deserve better, and so do you mates!

Lucky #3, Tarot Card, *The Fool*

**LEO – 23.7 – 23.8**

Work on organizing your spaces -- declutter and organize your desk, start there, and work your way up to your closet, and even the trunk of your car. Add a personal touch at work; you'll get the sought after praise that is your hallmark, and ultimately, it may even lead to a raise or fresh opportunity. You feel good right now as you're meeting deadlines across all aspects of both your personal and professional lives. This helps to close off the decade in your usual, glorious style. Sit back and enjoy your hard work in cleaning up. You've earned it. Romance is on the horizon -- either heating up a current relationship or starting a new one.

Lucky #21, Tarot Card, *The Sun*

**VIRGO – 24.8 – 23.9**

A great month of parties and holiday festivities are on the horizon -- grab a latte; grab your friends. Meet for lunch, drinks, dinner, or after work. Big parties. Small parties. All parties. Go to concerts, sporting events; even dog parks, if you have one -- a dog that is; and even if you don't, meet up with your dog-owning friends. Take your kids along. Don't have kids? Borrow your neices or nephews. Attend a Christmas Concert at a local school if you don't have your children's event on your calendar. Be playful; have fun! You can get serious in 2020.

Lucky #44, Tarot Card, *The Fool*

**LIBRA – 24.9 – 23.10**

This is a month of cosy-home-bound activities and low-key gatherings. So tidy up your living roo and kitchen and go shopping for groceries and spirits! Decorate for the holidays, if you celebrate. If you don't, buy some fresh-cut flowers. It is also a good time to explore a new homestead, if you're in the market. At any rate, buy some cosy socks to go with your cosy activities at home and put your feet up -- but don't forget to put some coasters down so you don't stain your coffee table. Spilling wine is good luck, but not so easy to remove when dry. And while we're on the subject of wine, consider making some mulled wine -- at least two cinammon sticks for flavour. Get ready for the magic of 2020.

Lucky #33, Tarot Card, *The Magician*

**Coming next month -- your holiday horoscope!**



**Japinder Singh**  
REALTOR®  
Coldwell Banker  
ULTIMATE SERVICE  
Cell: 204.999.4594  
Office: 204.985.4300  
Fax: 204.475.5069  
japinder@coldwellbanker.ca  
www.coldwellbanker.ca  
COLDWELL BANKER  
PREFERRED REAL ESTATE

### Associação Portuguesa de Manitoba Tarde de Halloween

Text e Fotos por Paulo Delgado

No passado domingo dia 27 de Outubro a Associação Portuguesa de Manitoba realizou uma vez mais a festa do dia das bruxas (Halloween). Esta é uma tarde das famílias, não só as de origem portuguesa mas também ás famílias dos utentes do Bingo bem como aos vizinhos do bairro onde a APM está localizada.

Um sem número de máscaras encheram o salão da APM. Crianças e adultos trajaram-se a rigor com a fantasia favorita. Atividades tais como jogos, pinturas e decoração de bolos fizeram as delícias dos mais pequenos. A boa música para dançar este ano esteve a cargo do Brandon Aguiar. As pipocas e o algodão doce eram oferta da casa e para os mais famintos alguma comida para venda.

Uma tarde cheia e muito bem passada que uma vez mais foi possível graças ao esforço e dedicação dos muitos voluntários. Para eles um muito obrigado.

### Portuguese Association of Manitoba Halloween Afternoon

Text and Photos by Paulo Delgado

Last Sunday, October 27th, the Portuguese Association of Manitoba once again held it's annual Halloween party. This is an afternoon for families, not only those of Portuguese origin, but also the families of Bingo players as well as APM's neighbors.

Countless masks filled the APM hall. Children and adults dressed up in their favorite costumes. Activities such as games, paintings and cake decorating delighted the little ones. The good dance music this year was played by Brandon Aguiar. Popcorn and cotton candy were a gift from the house, and for the truly hungry folks, there was food for sale.

It was a busy and well spent afternoon, made possible thanks to the efforts and dedication of the many volunteers at APM. To them, a thank you very much!



## Associação Portuguesa de Manitoba

659 Young St.  
Winnipeg, Manitoba  
204-783-5607

## Semana Cultural XIX, 2019 Casa dos Açores

A Casa dos Açores levou a efeito uma semana cultural, desde o dia 3, até ao dia 10 de Novembro. A cerimónia de abertura contou com a presença de vários convidados. Presentes: O Consul de Portugal Paulo Jorge Cabral, Presidente da Banda Lira de Fátima, Luis Dias, Sr. Padre André Lico e irmã Karina da Igreja da Imaculada Conceição, Pedro Correia, Presidente do Núcleo da Liga dos Combatentes de Winnipeg, Maria do Carmo Cabral, Presidente da Liga Solidária da Mulher Portuguesa, Fátima Gomes Carreiro, Presidente da APM, Paulo Bergantim, diretor de Luso-CanTV, Sally Correia, Editora do jornal *O Mundial*, Fátima Sousa da CSPV., e João Cardoso, de rádio, Voz Lusitana.

As primeiras palavras de Boas Vindas foram proferidas por João Cardoso Presidente da Assembleia Geral, seguindo-se o Presidente da Direção João Paulo Melo e José Santos, Coordenador desta semana cultural.

Chamado ao palco, o Consul Paulo Jorge Cabral, apresentou saudações em nome do Governo de Portugal, falou sobre o contributo que a Casa dos Açores tem prestado à Comunidade Açoreana, abrindo oficialmente a décima nona semana cultural da Casa dos Açores.

A Banda Lira de Fátima tocou os hinos de Portugal, do Canadá e Região Autónoma dos Açores, seguindo com um bom concerto debaixo da regência da maestrina Maria Dias Carreiro. Houve a atuação de ranchos folclóricos da Casa, o cançonetista. João Pimentel e o Grupo de Cantares Amigos da Farra. Na segunda feira dia 4, mais folclore e a explicação de José Santos, sobre a forma correta como eram dançadas estas danças açoreanas.



Terça feira dia 5, noite dedicada aos Combatentes. Sally Correia serviu de M.C. foi apresentado um Power Point sobre os Combatentes. Estavam presentes cerca de 35 Combatentes, acompanhados de suas esposas, que jantaram um belo jantar por um preço muito razoável, graças à colaboração do Presidente João Paulo Melo e sua Direção. Antes de finalizar, Pedro Correia ofereceu uma Placa Comemorativa à Casa dos Açores. O Presidente e o Coordenador da semana cultural José Santos, vieram ao palco recebe-la. Também o Consul Paulo Jorge Cabral, no seu discurso, destacou o contributo dos Combatentes nas Comunidades onde estão integrados e o apoio que se esforçam por prestar aos seus camaradas. O Governo de Portugal agora, está a procurar resolver muitos assuntos relacionados com o bem estar dos Combatentes. Houve a atuação de Luis Salsa, vestido de militar, e João Pimentel, que animaram o serão.

Quarta feira dia 6. Neste dia, foi servida a Ementa que usualmente se serve às sextas feiras. Houve a atuação do Grupo Amigos da Farra.

Quinta Feira dia 7. Noite destinada à Gastronomia Açoreana, apresentando pratos típicos dos Açores. Houve a atuação do artista terceirense Victor Santos, radicado nos Estados Unidos. Exibição do Grupo de violas e cantares TRIO DAS ILHAS, composto por Victor Santos, Emanuel Coelho vindo da Terceira e Carlos Sousa, vindo de S.Miguel. Também atuou o acordeonista e guitarrista Henrique Braga de Winnipeg.

Sexta feira e sábado, dias 8 e 9, os dois dias destinados às Cantigas ao Desafio, apresentou um vasto leque de cantadores: Augusto Canário, Cristiana Antunes vindos do Continente -Minho-, Rui Santos, Hélder Pereira, Carlos Sousa, José Esteves, Vasco Daniel, dos Estados Unidos, Victor Santos, António Arruda e José Pavão, ambos de Winnipeg e José Santos, Açores, Winnipeg.

Domingo dia 10, houve missa na Igreja da Imaculada Conceição, em memória dos sócios falecidos. As 4 horas da tarde, foram servidas as sopas do Espírito Santo, confeccionadas e servidas pelas voluntárias da Casa dos Açores. Presentes alguns convidados, entre eles o Presidente da Casa do Minho, sr. Filipe Alves, Vivian Santos, vereadora da Câmara Municipal, Patrocinadores e Órgãos da Comunicação Social. Atuação da Banda Lira de Fátima, grupos folclóricos da Casa dos Açores; da Casa do Minho, os Tradicionais; da Associação Portuguesa de Manitoba, Alegria; Pérolas da nossa Banda; e o concerto pela Banda sob a regência de Maria Dias Carreiro, Maestrina.



Atuaram os cançonetistas da nossa Comunidade, Hermano Silva, Luis Salsa e João Pimentel. Pedro Correia ofereceu ao cantador Augusto Canário uma Placa Comemorativa e o livro *Caçadores Especiais*, escrito por Mia Sally Correia, que foram muito agradecidos. Foi sorteada uma viagem aos Açores, oferta de Azores Airlines. Todos os participantes receberam um Certificado, entregue pelo Presidente João Paulo Melo, que também ofereceu medalhas comemorativas a Augusto Canário e Cristiana Antunes. A exposição cultural da autoria de Geraldina Sousa e Maria Dias Carreiro, estava completa e foi muito elogiada por aqueles que a puderam apreciar.

O Evento foi oficialmente encerrado pelo Consul de Portugal Paulo Jorge Cabral, que afirmou, entre outras palavras, que a Semana Cultural Açoreana, é um Evento de muito relevo na Comunidade Portuguesa de Winnipeg

Texto/Text de/by Maria Jose e Mia Sally Correia  
Fotos/photos por/by Michel da Silva



# CORK & OLIVE

PORTUGUESE MARKET & COFFEE BAR



939 Notre Dame Avenue  
Winnipeg MB R3E 0M8  
204.219.0492



Tel. 204-947-0049

## Casa dos Açores

1 Açores Street  
Winnipeg, Manitoba  
R3B 0V4 Canadá

E-mail: [casadosacores.wpg@mts.net](mailto:casadosacores.wpg@mts.net)



## Covering the Cost of Eye Exams

By Dr. Nadine Shelton

### Understanding what is covered in eye health

Professionals that offer services to people can be expensive. People seeking eye care are not immune to this. Ophthalmologists (eye surgeons), Optometrists (eye care specialists) and Opticians (lens and eye wear specialists) require fees that can be too much for a person to cover. Many have private insurance to cover costs of an optometrist and glasses. All others will have to pay for these services out of pocket, unless they fall under one of the three groups that Manitoba Health will cover the cost of.

The first group consists of youth under the age of 19. They are covered for one routine eye exam every year with a valid Manitoba Health Card number.

The second group are those over the age of 65 years with a valid Manitoba Health Card number. They are covered for a partially covered routine eye exam every year. The fee for seniors can range from about \$20 to \$80 depending on the clinic and the extra tests performed such as photo images of their eye and other field tests.

The third group are all people, with a valid Manitoba Health Card number. All Manitobans that come to see an Optometrist or Ophthalmologist with a medical condition or a medical eye emergency then your eye exam will be covered by Manitoba Health. This includes Diabetes health checks, glaucoma pressure checks, eye infections, corneal abrasions (scratches on your eye), foreign objects in the eye and any other medical concerns involving your eyes. Also any post-surgery exams are also covered whether you see your eye surgeon or your optometrist, all these exams should not have any cost to you for the visit. Optometry offices are independent and set their own fee structure and may include additional fees for eye exam services.

Optometry offices are better suited to examine and treat your eye conditions more so than an urgent care unit or a medical walk-in clinic. Optometrists have microscopes, eye drops and the expertise needed to examine and treat eye conditions quickly and efficiently. They have the ability to write prescriptions for patients needing medications to overcome their eye medical concerns and make quicker referrals to an Ophthalmologist for people needing eye surgery, like cataracts surgery for example. Most clinics will see people with medical eye issues on a walk in basis or same day. It is always better to call the clinic first to see if the Optometrist is in and can see you.

### Eye Care Advice

Please contact your local optometrist or call us at eye care eye wear, if you have a specific concern and are wondering about eye exam coverage or about the above recommendations. Patient visits with eye concerns are always covered by Manitoba Health, for those with a Manitoba Health number. For more answers to your vision health questions, please contact me, Dr. Nadine Shelton at nv eye care eye wear, 204-504-6863.



**Please bring your Manitoba Health Card to each visit**

## Superando o custo dos exames oftalmológicos

Por Dr. Nadine Shelton

### Entendendo o que é coberto na saúde ocular

Profissionais que oferecem serviços às pessoas podem ser caros. Pessoas que procuram atendimento oftalmológico não são imunes a isso. Oftalmologistas (cirurgiões oftalmologistas), Optometristas (especialistas em oftalmologia) e Oftalmologistas (especialistas em lentes e óculos) exigem taxas que podem ser muito caras para uma pessoa cobrir. Muitos têm seguro privado para cobrir os custos de um optometrista e óculos. Todos os outros terão que pagar por esses serviços do próprio bolso, a menos que caiam em um dos três grupos pelos quais a Manitoba Health cobrirá o custo.



**Dr. Nadine Shelton using a Phoropter during a routine eye exam**

O primeiro grupo é composto por jovens com menos de 19 anos. Eles são cobertos por um exame oftalmológico de rotina todos os anos com um número válido do Cartão de Saúde Manitoba.

O segundo grupo são aqueles com mais de 65 anos com um número válido do Cartão de Saúde Manitoba. Eles são cobertos para um exame oftalmológico parcialmente coberto a cada ano. A taxa para idosos pode variar de US \$ 20 a US \$ 80, dependendo da clínica e dos testes extras realizados, como imagens fotográficas dos olhos e outros testes de campo.

O terceiro grupo é composto por todas as pessoas, com um número válido de cartão de saúde Manitoba. Todos os Manitobans que procuram um Optometrista ou Oftalmologista com uma condição médica ou uma emergência oftalmológica, seu exame oftalmológico será coberto pela Manitoba Health. Isso inclui exames de saúde para diabetes, verificações de pressão de glaucoma, infecções oculares, abrasões na córnea (arranhões no olho), objetos estranhos no olho e quaisquer outras preocupações



Grátis - Exames dos olhos <19 anos com MB Health #  
Grátis - Olho consulta urgente/ médico com MB Health #

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

**Óculos Exclusivos-super leves e impressos em 3D**

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

**poupe - reserve agora!**

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

**Desejamos ser a sua óptica**

médicas que envolvam seus olhos. Além disso, todos os exames pós-cirúrgicos também são cobertos, seja você consultando seu oftalmologista ou seu optometrista; todos esses exames não devem ter nenhum custo para você pela visita.

Os escritórios de optometria são independentes e definem sua própria estrutura de taxas e podem incluir taxas adicionais pelos serviços de exames oftalmológicos.

Os escritórios de optometria são mais adequados para examinar e tratar as condições oculares mais do que uma unidade de atendimento de urgência ou uma clínica médica. Os optometristas possuem microscópios, colírios e a experiência necessária para examinar e tratar as condições oculares de maneira rápida e eficiente.

Eles têm a capacidade de escrever prescrições para pacientes que precisam de medicamentos para superar suas preocupações médicas oculares e fazer encaminhamentos mais rápidos a um oftalmologista para pessoas que precisam de cirurgia ocular, como a cirurgia de catarata, por exemplo. A maioria das clínicas verá pessoas com problemas oculares médicos em uma caminhada ou no mesmo dia. É sempre melhor ligar para a clínica primeiro para ver se o optometrista está e pode vê-lo.

### Cuidados com os olhos

Entre em contato com o optometrista local ou ligue para o oftalmologista, se você tiver uma preocupação específica e estiver se perguntando sobre a cobertura do exame oftalmológico ou sobre as recomendações acima. As visitas de pacientes com problemas oculares são sempre cobertas pelo Manitoba Health, para aqueles com um número de Manitoba Health. Para obter mais respostas para suas perguntas sobre saúde visual, entre em contato comigo, Dra. Nadine Shelton, na nv eye care eye wear, 204-504-6863.





## OBITUARIES

### OLIVIA ROSE ROQUE PAVAO ~2018-2019

Olivia Rose Roque Pavao passed peacefully in the arms of her parents on November 24th, 2019 at 7:50pm. Olivia Rose was born on May 5th, 2018 at 7:48pm, during her short time here on earth she touched many lives and was loved deeply by family and friends. Her life was brief gift to us that will live on in our hearts forever.



She will be deeply missed by her Mama, Papa (Parents Marcia and Allan) and brother Carter, her Grandparents (Avos, Lucia, Francisco and Ana) uncles and aunts (Nuno, Angie, Kelly, Adam, Kim and Andy) also cousins (Alexander, Anthony, Nathan and Makena) along with all our extended families near and far.

Funeral service was celebrated at Immaculate Conception Parish, 181 Austin Street North, on Friday November 29th. There was a viewing at 9:00 am followed by Mass at 10:00 am and final goodbyes at Assumption Cemetery, 3990 Portage Avenue.

### JOSE OLIVEIRA BERGANTIM ~1942-2019

It is with heavy hearts that we announce the passing of our dear husband, father, brother, grandfather and great-grandfather, Jose Oliveira Bergantim, at the age of 77 years on November 14, 2019. Jose was born in Feteiras do Sul, San Miguel, Açores, Portugal on September 2, 1942. He immigrated to Canada on November 5, 1966. Left to cherish his memory are his wife Matilde and his children, Paulo (Rosy) and Sonya (Sorin).



He will be deeply missed by his grandchildren Alyssa, Katarina, Lucas, Eric, Stefanie, Anthony, Ileana & Emelie, his great grand-daughter Jenesis; siblings, Carlos (Eulalia), Ilidio (Lourdes) and Lucia along with numerous in laws, cousins, nephews and nieces. He was predeceased by his parents Manuel & Virginia Bergantim and his brother Manuel Bergantim.

Thank you to Dr. Bashir and Nurse Marisa at CancerCare Manitoba, the staff at WRHA Palliative Program (special thanks to Angela & Cori), and the staff at the 3rd floor Palliative Care of Riverview Health Centre (special thanks to Daniella). Mass of Christian Burial was celebrated on Wednesday, November 20 at 7:00 p.m. at Our Lady of Perpetual Help Parish, 4588 Roblin Blvd. Viewing will be held one-hour prior, beginning at 6:00 p.m. In lieu of flowers, donations can be made to CancerCare Foundation or Heart and Stroke Foundation. He will be deeply missed by his family



### PRECIOSA MOURA FERREIRA FERNANDES

September 4, 1928 – November 11, 2019

It is with great sadness that we announce the passing of our beloved Mother, Grandmother, and Great grandmother, Preciosa Fernandes on Monday, Nov. 11, 2019 at age 91. She passed away with family at her side after living with complications of Alzheimer's disease over the past 10 years. Preciosa was predeceased by her beloved husband of 49 years, Diamantino Fernandes, her parents and 5 siblings. Preciosa was a devoted wife, mother and grandmother, who will be lovingly remembered by her daughter Maria America (Jose Cortez), her son Roger (Anna), her grandchildren Robert (Debby), Tania (Alex), Kyle and Chantelle, great grandchildren Emily, Mia and Gabriella. She will be missed by family and friends both in Winnipeg and Portugal.



Preciosa was born in Urqueira, Portugal. Immigrating in 1965 to Canada with her husband and young family to settle in Winnipeg. In Winnipeg, Preciosa's first job was in a factory, then at a local supermarket and bakery.

In 1975, she and her husband became owner-operators of Portuguese Fish and Food Market. Preciosa was a hard worker and loved her job as cashier and operating the store until she retired in 1992. She enjoyed her retirement home in Portugal for a few years, moving back to Winnipeg in 2003 to be with family. She loved spending time with her grandkids and socializing with friends and family.

The family sends a great big THANK YOU to the staff of Unit 1 at St. Joseph's Residence for their superb care and support.

Prayer Service was held on Monday, November 18, 2019 at 7:00 p.m. and Mass of Christian Burial was celebrated on Tuesday, November 19, 2019 at 10:00 a.m. both at Immaculate Conception Roman Catholic Church, 181 Austin St. with Rev. Fr. Andre Lico officiating. Interment to follow in her hometown of Urqueira, Portugal next to her beloved spouse.

### MARIA LEONILDE BENTO

Peacefully on November 7th, 2019 at the age of 71 years old, Maria Leonilde Bento passed away with her family by her side. Maria Leonilde was born on November 19, 1947 and raised in São Miguel Açores, Portugal. She immigrated to Winnipeg, Manitoba Canada in 1969.

Leonilde is survived by her husband of 50 years, Daniel Bento and her 5 children Denny, Bonnie (John), Debbie (Jeff), Nancy (Chris) and Brian (Amanda).



Leonilde will also be fondly remembered by her nine grandchildren, Sarah, Lucas, Marcus, Maxim, Daniella, Matthew, Alexis, Alia and Leiya. Leonilde was a woman of strong faith. She had a welcoming presence and made everyone she met feel like they were family. She always had a kind word for everyone whom she met.

She was a kind, generous woman who touched the lives of so many people without realizing it. She had a friendly personality and always made people around her laugh.

The family would like to express their sincere gratitude to the staff at St. Boniface Hospital. Family and Friends paid their condolences on Tuesday, November 12 at 7:00 p.m. at Immaculate Conception Parish, 181 Austin Street. Mass of Christian Burial was celebrated on Wednesday, November 13 at 10:00 a.m. at Immaculate Conception Parish, 181 Austin Street.

**Casa dos Açores**  
**Jantar de Natal**  
Sábado, 14 de Dezembro de 2019  
Entrada às 18h00



*Delicioso Jantar de...*  
Sopa, Salada, Peito de Galinha e Lombo com Acompanhamento, Sobremesa e Café

*Ementa das Crianças...*  
Sopa, Chicken Fingers e French fries e Sobremesa

**JOÃO PIMENTEL**  
**E... Pai Natal**

**Ingressos: Sócios \$20.00 N/Sócios 22.50**  
**Crianças \$10.00**

Para bilhetes, telefone para a Sede (204) 947-0049,  
João Paulo (204) 955-6442, Nélia (204) 479-4080

**Casa dos Açores**  
**PASSAGEM DE ANO**  
31 de Dezembro de 2019  
Entrada às 18h00

SERÃO MUSICAL POR



**DELICIOSO JANTAR**  
Sopa, Salada, Steak com Camarão, com Acompanhamento, Sobremesa e Café

**Ementa para Crianças**  
Sopa, Chicken Fingers e French Fries e Sobremesa

**Sócios \$45.00 N/Sócios \$55.00**  
**Crianças \$15.00**

*\*Haverá camarão à venda para depois do jantar, quem quiser agradecia-se que encomendassem com antecedência\**

Para bilhetes, telefone para a Sede (204) 947-0049,  
João Paulo (204) 955-6442, Nélia (204) 479-4080

**AVISO**

Devido às festividades de Natal & Ano Novo, não haverá Peixe na Sexta-feira, dias 27 de Dezembro e 3 de Janeiro. Voltamos de novo a partir do dia 10 de Janeiro de 2020.

**Obrigado e Boas Festas!**

Iremos distribuir novamente Cabazes de Natal pela nossa comunidade portuguesa, e aceitamos donativos de produtos secos, enlatados, etc.

\*\*\*

Due to Christmas and New Year festivities there will not be Restaurant Service on Friday, December 27<sup>th</sup> & January 3<sup>rd</sup>. We return again on January 10<sup>th</sup>, 2020.

**Thank You and Happy Holidays!**

We will once again be distributing Christmas hampers within our Portuguese community, and we will gladly accept donations of dry goods, canned food, etc.

204.586.8044  
1.888.586.8044 TOLL FREE

**Creppa**  
FUNERAL CHAPEL

1442 Main Street, Winnipeg, Manitoba

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

**PUBLISHER/EDITORA**  
 Navegante Cultural Navigator  
 204.772.5820  
 204.981.3019

**EDITOR-IN-CHIEF**  
 Mia Sally Correia



e-mail: [omundial@outlook.com](mailto:omundial@outlook.com)

**DISTRIBUTION-PUBLICITY CONSULTANT:**  
 Pedro Aires Correia

**PORTUGUESE COPY EDITOR:**  
 Maria José R. Marques Correia

**ADVISORY GROUP 2019:**  
 João Pedro Correia  
 Lucy Andrade,  
 Agostinho Bairos; Paula Calado  
 Paulo Bergantim, Luso-Can TV  
 Paulo Jorge Cabral, Consul  
 Ritchie Gage,  
 Mala Sachdeva  
 Mario J. Santos

**COLLABORATORS:**  
 Angela Ciceron, **Reporter**  
 Paulo Delgado, APM; Mark Neves, DMCI  
 Victor Lopes, Dr. Nadine Shelton  
 Dela Silva, Tony Soares, Nelia Soares  
 Fatima Sousa, CSP Video  
 Claudia Angela Moniz, C.A.M. Photography  
 Nahurira Rwamatooro, **Via Africa**  
 Michel da Silva, **O Mundial Photographer**

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

**DREAM HAVEN REALTY INC.**

[dreamhavenrealty.com](http://dreamhavenrealty.com)

Walter Mota Manuel Mota Tara Mota  
**204.944.2770**

**SAVOUR: WINE & FOOD EXPERIENCE**  
**PORTUGAL**  
 FEBRUARY 22, 2020  
 BIC CONVENTION CENTRE  
 PARTNERSHIP OPPORTUNITIES

**EVENT DETAILS**  
 SATURDAY, FEBRUARY 22, 2020  
 BIC Convention Centre - 1st & Balmora  
 RECEPTION: 6:30 p.m.  
 WINE & FOOD EXPERIENCE: 7:30 p.m.  
 TICKETS: \$200  
 UNDER AGE 30 TICKETS: \$75  
 ATTIRE: Cocktail

NEEDS SERVICES CAREY FOUNDATION QUALICO HAWP



**WINNIPEG FREE PRESS (WFP)  
 CULTURE PAGE WITH O MUNDIAL!**  
 ONE SATURDAY EACH MONTH IN THE WFP

**NEXT MONTH: FORA DE CONTEXTO COM  
 HUGO SOUSA E FOTOS DE PRESÉPIOS.**

**PARTING SHOTS -- SEMANA CULTURAL XIX  
 CASA DOS AÇORES & CHÁ DE OUTONO 2019**

