

ENTREVISTAS

Novos líderes,
novas metas

LION

Versão Portuguesa | AL 2025/2026 | julho-agosto 2025

A.P. Singh

Uma liderança
ao serviço
do mundo

.....



Fundação Champalimaud
reconhece impacto de Lions Club
International Foundation



HISTORIAL

A Revista LION, a publicação oficial de Lions International é publicada com autorização da diretoria internacional em 19 idiomas Em vigor a partir de 16 de outubro de 2024 Capítulo XVI Página 1 - alemão, bengalês, chinês, coreano, dinamarquês, espanhol, finlandês, grego, holandês, indiano, inglês, italiano, japonês, nepalês, norueguês, português, sueco, tailandês e turco.



We Serve

FICHA TÉCNICA

Conselho de Governadores: Presidente, Lucinda Fonseca; Vice-presidente, Maria Clara Guterres; Vice-presidente António Ferreira; Secretária, Eugénia Loureiro; Tesoureiro, José Catarino.

Conselho de Redação: Isabel Moreira, Vera Rodrigues e Ana Pereira.

Editor: Isabel Moreira

Email: revista.lion@lionsclubes.pt

- Tel. + 351 914 874 197

Design e paginação: António Cândido

Propriedade da Edição: Revista Lion - Versão Portuguesa, registado no ICS sob o nº 110355, Distrito Múltiplo 115 de Lions Clubes

Rua Basílio Teles, 17-3º

1070- 020 LISBOA - PORTUGAL

telefone +351 217 263 939

E-mail: secretaria.dm115@lionsclubes.pt

NIPC nº 501 293 531

Impressão: FIG – Indústrias Gráficas, SA

Tiragem: 2.600 exemplares

Depósito Legal: 349526/12

EXECUTIVE OFFICERS

President A.P. Singh, India; Immediate Past President Fabrício Oliveira, Brazil; First Vice President Mark S. Lyon, USA; Second Vice President Dr. Manoj Shah, Kenya; Third Vice President Tony Benbow, Australia.

DIRECTORS

Second year directors

Raj Kumar Agarwal, India; Guy-Bernard Bami, France; Dr. Karl Brewi, Austria; Debbie Cantrell, USA; Chris Carlone, USA; Luis Augusto David Caro Chong, Peru; Dato' Yeow Wah Chin, Malaysia; Lorena Hus, Slovenia; Ea-Up Kim, Republic of Korea; S. Magesh, India; Robert "Ski" Marcinkowski, USA; Pankaj Mehta, India; Bert Nelson, USA; Ramesh C. Prajapati, India; Princess Bridget Adetope Tychus, Nigeria; Graeme Wilson, New Zealand; David Wineman, USA; Dong Zhao, China.

First year directors

Subhash Babu, India; Nadine Bushell, Trinidad; Soon-Tak Choi, Republic of Korea; Liz Crooke, USA; Debbie Dawson, Canada; Celina Guimarães, Brazil; Nazmul Haque, Bangladesh; Kuo-Yung Hsu, China Taiwan; Dr. Mark Mansell, USA; Drazen Melcic, Croatia; Ryozi Nishina, Japan; Niels Schneck, Romania; Gary Steele, USA; Tomoyuki Tanabu, Japan; Hroar Thorsen, Denmark; Melissa Washburn, USA; David W. Wentworth, USA.

ÍNDICE

03

Mensagem
do Presidente Internacional

04

Editorial

16

Introduzindo o Lions Quest no
Sistema de Justiça Juvenil

18

Lions Clubs International
Foundation distinguida com
Prémio António Champalimaud
de Visão 2025

19

Entrevista a **Lucinda Fonseca**,
Presidente do Conselho Nacional
de Governadores (CNG) AL 2025-26

23

Entrevista a **António Ferreira**,
Governador Distrito 115
Centro Norte AL 2025-26

25

Entrevista a **Clara Guterres**,
Governadora do Distrito 115 Centro
Sul – AL 2025-2026

28

Entrevista a **Ana Rita Campos**,
Presidente Nacional dos LEOs
de Portugal – AL 2025-2026

31

Opinião - O Lionismo e os
desafios de um mundo novo

33

Clubes

34

Entrevista a **Abel Mota**, Vencedor
do Prémio Nacional de Literatura
Lions 2025

Juntos, somos imparáveis.

Caros Lios,

Todos os dias, algures no mundo, um Lion está a fazer a diferença - um lembrete poderoso de que o nosso espírito de serviço nunca para. O mundo precisa de nós agora mais do que nunca, e cada ato de bondade que realizamos ajuda a tornar o mundo num lugar melhor.

É por isso que o crescimento é essencial. Para chegarmos a mais pessoas, transformarmos mais vidas e reforçarmos o nosso impacto, temos de expandir a nossa associação. Devemos acolher todos os que tenham um coração voltado para o serviço. Através da MISSÃO 1.5, estamos a fazer exatamente isso: a convidar novos membros e a formar novos clubes. Isto não é apenas uma iniciativa - é a nossa responsabilidade. Cada um de nós tem uma dívida pessoal para com o Lion que nos convidou, e a melhor forma de a retribuir é trazer alguém novo para a nossa família global.

Ao olharmos para o futuro, lembremo-nos de que cada novo membro é uma nova oportunidade para despertar novas ideias, nova energia e um novo compromisso com o serviço no teu clube e na tua comunidade. O crescimento não se mede apenas em números; trata-se de alargar o alcance da nossa compaixão e multiplicar o impacto que podemos ter juntos.

O impulso está do nosso lado. Vamos aproveitá-lo para crescer ainda mais fortes e servir com ainda mais convicção. Não estamos apenas a crescer - estamos a construir uma força imparável para o bem.

Juntos servimos,



A handwritten signature in white ink that reads "A.P. Singh". The signature is fluid and cursive, with the first letters of the first and last names being capitalized and prominent.

A.P. Singh

Presidente Internacional
Lions Clubs International

Editorial



Esta edição da Revista LION marca o início de um novo ciclo. Apresentamos uma renovação gráfica pensada para conferir modernidade e tornar a leitura mais apelativa e envolvente. Um olhar renovado que honra o passado e abre caminho a novas possibilidades, reafirmando a missão de dar voz ao Lionismo português e de valorizar o impacto transformador do nosso movimento.

Quero deixar um profundo agradecimento ao Companheiro Henrique Matos, que desempenhou de forma exemplar a função de Editor com dedicação, rigor e profissionalismo. O trabalho que realizou é motivo de reconhecimento e orgulho, constituindo uma referência para todos nós. Recordo com gratidão o momento em que, ao candidatar-me à Presidência do Distrito Múltiplo, o convidei para este desafio — convite que acolheu com generosidade e espírito de serviço, deixando-nos um legado sólido e inspirador.

Este é também, para mim, um regresso. Já tive a honra de assumir estas funções em anos anteriores e é com o mesmo entusiasmo e sentido de responsabilidade que volto a dedicar-me à Revista LION. Sinto-me privilegiada por estar acompanhada por uma equipa talentosa e empenhada — Vera Rodrigues, Ana Pereira e António Cândido — cuja colaboração será essencial para concretizar a visão que temos para este projeto editorial.

Não posso deixar de expressar, de forma muito especial, o meu agradecimento à Presidente do Conselho Nacional de Governadores, CC Lucinda Fonseca, pelo convite para regressar a estas funções. É uma honra poder servir novamente a nossa Associação através desta publicação, que é memória e identidade do Lionismo em Portugal.

A renovação que hoje apresentamos é apenas o início de uma nova etapa. Queremos que cada página reflita o dinamismo dos nossos Clubes, conte histórias que nos orgulham e revele, com autenticidade e emoção, a marca do serviço desinteressado que nos define. Esta é a nossa missão, o nosso compromisso e a nossa forma de continuar a Servir.

Isabel Moreira

Editora

revista.lion@lionsclubes.pt

A.P. SINGH

PRESIDENTE INTERNACIONAL

DE 2025 – 2026



Liderar para Servir, Servir para Liderar.



Temos o compromisso de deixar este mundo melhor do que o encontramos. Juntos, o nosso serviço torna isso possível.

E podemos expandir os nossos serviços com o crescimento do nosso quadro associativo.



**“SER LION
AJUDOU A
TORNAR-ME UMA
PESSOA MELHOR.”**

Um mundo que moldou a sua vida

A.P. Singh chama a Índia de lar, e é um lar diferente de qualquer outro. A Índia é o berço da civilização humana, com uma cultura que remonta a milhares de anos. No entanto, apesar da sua grande antiguidade, a Índia moderna é mais jovem e mais próspera do que nunca.

Nascido e crescido em Calcutá, A.P. absorveu o sonho de Tagore:

*Onde a mente não teme e a cabeça se ergue
Onde o mundo não foi partido em pedaços por finas paredes domésticas
Onde o fio da razão não se perdeu no árido deserto dos hábitos mortos
Nesse céu de liberdade, meu Pai, que a minha pátria desperte.*

E essa é uma visão que A.P. incorpora como Lion.

Ele acredita que serviço e liderança andam de mãos dadas – um complementa o outro. Os Lions não se esforçam para se tornarem grandes líderes, eles apenas tentam servir da melhor maneira possível. É somente por meio do serviço que eles evoluem como grandes líderes.

Essa confluência de serviço e liderança leva-nos ao pedestal mais alto da **liderança servil**, que A.P. acredita ser o modelo para a nossa associação.

Portanto, talvez tenha sido o destino que o/a trouxe ao Lions.

“Ser Lion ajudou a me tornar uma pessoa melhor”, diz ele. “Ser Lion ajudou-me a perceber ainda mais que tenho um dever para com os outros. E isso proporcionou-me uma maneira muito gratificante de realizá-lo.”

A.P. foi influenciado pelos princípios de partilha da sua comunidade e pelo que Kahlil Gibran tem a oferecer:

*Você doa pouco quando doa de suas posses.
É quando você doa de si mesmo que você realmente doa.
Não é o medo da sede quando o poço está cheio, a sede que é insaciável? Portanto, doe agora, para que a época de doação seja sua e não dos seus herdeiros. Você costuma dizer: “Eu doaria, mas somente para os merecedores.”
As árvores em seu pomar não dizem isso, nem os rebanhos em seu pasto.
Eles doam para viver, pois negar é perecer.
Aquele que é digno de receber os seus dias e as suas noites é digno de receber tudo o mais de você.
E aquele que mereceu beber do oceano da vida merece encher o seu copo com o seu pequeno riacho.*

A Índia pode ter sido o local onde o sistema de valores de A.P. criou raízes, mas foi no Lions que sua vida de serviço alçou voo. Ele hoje tem coração indiano e espírito global e está pronto para trabalhar em ambientes interculturais para inspirar o Lions a crescer na era da [MISSÃO 1.5](#).

Como um **líder servil**, A.P. é movido pelo desejo de ouvir o que os Lions têm a dizer e, em seguida, ser a voz dos Lions do mundo ao ser o primeiro que serve.

Uma visão de crescimento para o Lions

Como a maioria dos Lions, A.P. estava concentrado no seu clube e na sua comunidade quando começou a sua jornada Lionística. Em seguida, viajou para fóruns e convenções do Lions em todo o mundo, passou um tempo de qualidade com Lions com os quais desenvolveu laços de amizade e, gradualmente, preparou-se com uma perspectiva global.

O mundo é tão diverso, mas é unificado no que diz respeito à necessidade de construir pontes para a compreensão internacional e o serviço às comunidades.

A.P. está convencido de que precisamos crescer em todos os distritos globalmente e que podemos fazer isso juntos.

A.P. diz: “Se você não tem as pessoas, não tem uma organização”.

Um Lions clube sem serviço não tem sentido e um distrito Lionístico que não cresce não está sendo justo com a associação. Temos que manter o legado e a tocha do serviço acesa. Precisamos crescer para poder servir mais.

A.P. vê o crescimento do quadro associativo – e o serviço crescente que isso traz – como nossa meta mais importante, e ele quer que os Lions entendam que a fundação de novos clubes e a posse de novos associados são essenciais para o nosso futuro.

“A opção é simples: ou crescemos como uma associação ou perecemos gradualmente como

uma pessoa frágil cujo corpo começou a ceder”, diz ele. Lions International é o maior presente para a humanidade, representando o sol por trás das nuvens escuras do desespero dos desafios como catástrofes naturais, diabetes, câncer infantil, deficiência visual e degradação ambiental.

A.P. acredita que todo Lion tem um papel a desempenhar e uma dívida a pagar.

Afinal de contas, estamos todos aqui hoje porque alguém nos convidou para sermos Lions. Não teríamos sido Lions se alguém não tivesse trabalhado para fundar o nosso clube; agora é nossa vez de construir o próximo clube no nosso distrito.

É assim que o nosso serviço cresce. É assim que o nosso legado cresce. E é por isso que os Lions de todo o mundo estão a assumir o compromisso de expandir os nossos clubes e serviços através da MISSÃO 1.5.

Para A.P., os associados são o centro – eles lideram e servem.

Eles nos definem. Eles nos conduzem. E eles nos guiarão.





MISSION1.5 



Liderar para Servir, Servir para Liderar.

Quando servimos, estamos ao lado dos nossos companheiros Lions e Leos. Estamos com as pessoas de todo o mundo. E defendemos a compaixão, a força que move os corações de todos os que servem.

Leos e Leo-Lions não são o nosso futuro – eles são o nosso presente. Eles são partes interessadas importantes. Junto com as mulheres, devemos dar-lhes todo o espaço e a liberdade de que precisam para trabalhar e crescer na nossa organização.

Sabemos que a mudança é algo que fazemos, não algo que esperamos.



**“A DIVERSIDADE
REVIGORA E TRAZ
MAIS ENERGIA PARA A
ASSOCIAÇÃO.”**



Sabemos que a construção de qualquer coisa de valor requer colaboração, ação intencional e liderança impulsionada pela paixão e pelo propósito – o tipo de liderança que somente os Lions trazem.

Precisamos trabalhar juntos para expandir a nossa organização para que possamos aumentar o nosso impacto. Devemos dar o exemplo, liderando o mundo no serviço. Seremos sempre reconhecidos pelo excelente trabalho que o Lions realizou no passado, mas precisamos

de garantir um presente maravilhoso que dê origem a um futuro glorioso por meio do crescimento da associação.

Os Lions lideram para servir e servem para liderar.



Abrir caminho e servir cada vez mais

Estamos servindo para tornar o mundo um lugar melhor e estamos crescendo para que possamos tornar o nosso impacto maior, as nossas comunidades mais fortes e o nosso futuro mais seguro. Essa tem sido a filosofia da nossa organização e é isso que tem contribuído para fazer de Lions International a principal organização de clubes de serviço do mundo. Ao apoiar essas prioridades globais, estamos a abrir o caminho para isso.

EXPANDIR OS NOSSOS CLUBES E OS NOSSOS SERVIÇOS

Somos uma associação de pessoas – uma organização de clubes de serviço voluntário. Mais associados significam um serviço melhor, contínuo e expandido para responder às crescentes necessidades do mundo.

Todo país tem a sua própria moeda; o quadro associativo é a moeda de Lions International. Os Lions e seus clubes prestam serviços, têm companheirismo, fazem contatos, criam marcas, angariam fundos e até contribuem para LCIF. Precisamos fortalecer-nos sempre e ter uma proporção favorável entre os que entram e os que saem. O serviço sem os Lions é inconcebível. O acréscimo contínuo de associados e

clubes é necessário para expandir a nossa capacidade de serviço e para repor a perda constante por motivos que fogem ao nosso controle. O crescimento é imperativo para nós à medida que expandimos os nossos horizontes.

Lions, clubes e distritos serão reconhecidos durante todo o ano pelas suas realizações no apoio à MISSÃO 1.5 com o crescimento do quadro associativo, promoção da conservação de associados e fundação de novos clubes. O crescimento da associação é a responsabilidade não escrita de todo Lion e a obrigação estatutária de todo líder eleito ou nomeado.

A MISSÃO 1.5 é o sistema operacional da nossa associação e todos os nossos recursos precisam ser concentrados para alcançar as suas metas e expandir a nossa capacidade de serviço.



MISSION 1.5

"A MISSÃO 1.5 VISA TORNAR CADA CLUBE FORTE, CADA CLUBE MAIS DINÂMICO E CADA ATO DE SERVIÇO AINDA MAIS IMPACTANTE."

IMPULSIONAR O SERVIÇO JUNTOS

Os Lions apoiam a Fundação de Lions Clubs International (LCIF), e a LCIF apoia os nossos serviços. Ao trabalharmos juntos, estamos a investir nas pessoas que atendemos e nos lugares que chamamos de lar. Juntas, a nossa associação e fundação, criam soluções duradouras para alguns dos maiores desafios enfrentados pelas nossas comunidades. Você pode fazer parte da solução apoiando LCIF.

LCIF está a fazer progressos na formação de parcerias com entidades corporativas, ONGs e órgãos governamentais, uma vez que a colaboração é a chave para servir com prudência e eficácia.

A.P. acredita que as doações para LCIF são, de facto, investimentos para a segurança, proteção e melhoria das gerações futuras.

INOVAR O SERVIÇO

Para enfrentar os desafios do mundo, precisamos primeiro de desafiar a nós mesmos. Quando adotamos a inovação e a melhoria contínua, podemos expandir o nosso impacto, a satisfação dos associados e o serviço que prestamos.

Os distritos são incentivados a determinar as metas de desenvolvimento sustentável da ONU que promoverão e a incentivar todos os clubes a planejar projetos para as três semanas de serviços globais em apoio à saúde mental, ao meio ambiente e ao combate à fome.

Os programas de formação em liderança estão a ser ajustados para garantir que todas as oportunidades

sejam utilizadas para enfatizar a importância do crescimento da associação.

A melhoria contínua pode não ter fim, mas agora é o momento certo para começar.

ACOLHER A DIVERSIDADE, INCLUINDO TODOS

Servimos em quase todos os países do mundo – precisamos incluir mais pessoas no nosso serviço, especialmente jovens, mulheres e pessoas com diferentes origens culturais. A inclusão cria uma organização que serve e representa o mundo.

Precisamos de nos certificar de que nossa cultura e abordagem em todos os clubes e distritos sejam favoráveis aos jovens e às mulheres.

Os Lions são incentivados a convidar associados de todas as origens étnicas e géneros. O nosso serviço estende-se por todo o mundo, portanto, devemos alcançar todos os que têm um coração para servir.





Todo serviço leva ao sucesso

O nosso sucesso é definido pelo nosso serviço. Aqui estão as principais etapas que podem ajudar-nos a alcançar maior sucesso através do nosso serviço.

EXPANDIR OS CONTACTOS

O nosso alcance global coloca o mundo na ponta dos nossos dedos. Explore o conhecimento coletivo, as perspetivas culturais e o sucesso dos Lions, aproveitando as oportunidades de aprender, crescer, conectar-se e servir.

Os Lions devem expandir os seus contactos para construir conhecimento e pontes em todo o mundo. A.P. também incentiva o estabelecimento de redes de negócios Lionísticos no maior número possível de distritos para atrair jovens empreendedores. Ele incentiva a viagem a outros distritos, estados e países para conhecer os Lions como parte do turismo de serviço, para aprender as melhores práticas em outros lugares e partilhar as suas próprias perspetivas.

LIDERAR DANDO O EXEMPLO

Os Lions seguem o que veem os seus líderes fazerem, não o que ouvem os seus líderes dizerem. A liderança não se refere ao número de seguidores que se tem, mas ao número de líderes que se cria.

Toda a organização precisa evoluir com o tempo. Precisamos incentivar a mudança porque o que era relevante antes pode ter perdido a relevância hoje. Seja o exemplo que traz à tona o melhor dos outros e de você mesmo. Isso pode envolver aprendizagem e, às vezes, até mesmo desaprendizagem.

MANTER-SE EM DIA COM A TECNOLOGIA

A tecnologia está entrelaçada com a forma como vivemos e cria novas oportunidades para melhorar a forma como servimos. Podemos surpreender-nos com os pontos de vista dos jovens adultos, mas eles são, de facto, uma geração diferente, que nunca viveu sem conectividade digital, e muitas vezes precisamos adaptar-nos ao que eles dizem.

Qualquer organização será tão mais eficaz quanto a sua tecnologia e a sua capacidade de manter-se em dia com o mundo em constante mudança. Os Lions percorreram um longo caminho e são conhecidos pela sua capacidade de adaptação e crescimento. Também é hora de integrarmos o poder da Inteligência Artificial (IA) nos nossos clubes e distritos para podermos alcançar e crescer mais.

Quando adotamos a tecnologia – e nos mantemos em dia com ela – podemos beneficiar em todos os níveis e conectar-nos melhor com os voluntários mais jovens. Portanto, use as ferramentas que podem ajudar-nos a evoluir e prosperar. Então, o mantra é:

Precisamos de todos os Lions para LIDERAR, SERVIR e CRESCER.

Introduzindo o **Lions Quest** no Sistema de Justiça Juvenil

Por **Shelby Washington** ◀

Os programas de aprendizagem social e emocional do Lions Quest foram desenvolvidos para apoiar, incentivar e valorizar as forças e experiências únicas de cada aluno. Concebidos para criar um sentido de ligação e de pertença dentro e fora da sala de aula, estes programas garantem que todos reconhecem o seu valor e os seus contributos para a sociedade, para que ninguém se sinta excluído.

Em 2022, o Ex-Diretor Internacional (PID) Jerome Thompson perguntou a si próprio: «*Como podemos levar o Lions Quest a ambientes onde possamos servir melhor os jovens em risco maior?*» Após uma conversa com o Ex-Governador de Distrito Daniel Elkins e o PID Shea Nickell, ficou a saber que mais de 700 mil jovens norte-americanos enfrentam, todos os anos, julgamentos por violarem a lei.

Num esforço para servir a comunidade e levar esperança a quem mais precisa, o PID Thompson lançou um projeto-piloto para introduzir o Lions Quest no sistema de justiça juvenil. Como alternativa determinada pelo tribunal em vez da detenção, jovens em liberdade condicional começaram a participar num curso Lions Quest personalizado de 16 semanas. O PID Thompson explica: «*As lições do Lions Quest são muito bem estruturadas. Começam por compreender quem*



somos - porque temos de nos conhecer para podermos interagir com os outros. Depois abordam as competências de comunicação e como ter interações positivas.»

Seguindo o exemplo do PID

Thompson, foi criado um novo Lions Clube em Madisonville, Kentucky, com o objetivo exclusivo de apoiar o Lions Quest. O clube iniciou um projeto-piloto em parceria com o juiz do tribunal de justiça juvenil do Condado

Para saber mais
sobre como
o Lions Quest
está a transformar
vidas, visite
lions-quest.org



de Hopkins, oferecendo o programa a jovens dos 12 aos 17 anos que tenham sido condenados por um crime. Estes jovens têm uma escolha: concluir o programa Lions Quest ou ir para um centro de detenção juvenil.

Desde a implementação do programa, os jovens têm demonstrado um crescimento notório. A Lion Faith Shelton, facilitadora do Lions Quest para o programa de justiça juvenil, relata: «No início, a maioria estava

relutante em participar e sentia que estava a ser forçada a estar ali. No entanto, à terceira sessão, já vinham com entusiasmo. Queriam fazer parte do programa e perguntavam o que podiam fazer a seguir.»

As relações dos participantes com os seus pais também melhoraram significativamente. «Antes, os jovens tinham dificuldade em falar com os pais, mas depois do programa, os pais disseram-nos que finalmente conseguiram ter as conversas que queriam ter há anos. Com as ferramentas que demos aos pais e aos filhos para comunicarem de forma eficaz, adequada e positiva, conseguiram finalmente construir uma relação saudável», afirma a Lion Shelton.

O impacto deste programa vai além da juventude. Segundo o PID Thompson, «Um jovem disse-nos que não sabia como cumprir o serviço comunitário obrigatório para terminar a liberdade condicional, por isso ajudámo-lo a encontrar uma solução. Anos depois, concluiu os estudos a tempo e conseguiu um bom emprego. Mais tarde, voltou a contactar-nos para pedir ajuda com a gestão do orçamento. Isto é um compromisso para a vida — os nossos voluntários estão a fazer a diferença na vida de jovens que, por sua vez, trabalham para melhorar a qualidade de vida de outros na sua comunidade.»

Lions Clubs International Foundation distinguida com Prémio António Champalimaud de Visão 2025



A Lions Clubs International Foundation (LCIF) foi uma das três organizações distinguidas com o **Prémio António Champalimaud de Visão 2025**, um reconhecimento de prestígio internacional pelo compromisso prolongado e impactante na prevenção e tratamento da cegueira a nível mundial.

A LCIF foi premiada pelo seu programa **SightFirst**, lançado em 1990, que já permitiu que mais de **544 milhões de pessoas** em todo o mundo tenham acesso a cuidados oftalmológicos. Com o envolvimento direto de membros Lions, profissionais de saúde e parceiros comunitários, o programa

formou mais de **2,6 milhões de profissionais de saúde ocular**, contribuiu para a construção e equipamento de mais de **1.700 centros oftalmológicos** e realizou mais de **9 milhões de cirurgias às cataratas**, prevenindo a perda grave da visão a cerca de **30 milhões de pessoas**. Só em 2024, foram examinadas **aproximadamente 54.000 pessoas** e realizadas **mais de 10.500 cirurgias**.

O SightFirst está presente em **118 países**, refletindo um esforço global único de mobilização de recursos e de voluntariado Lions para restaurar a visão e melhorar os serviços de cuida-

dos oftalmológicos em comunidades desfavorecidas.

O Prémio António Champalimaud de Visão, atribuído anualmente pela **Fundação Champalimaud**, reconhece organizações que têm um impacto transformador na prevenção da cegueira evitável e na promoção da saúde ocular global. Nesta edição de 2025, a LCIF foi premiada em conjunto com a **International Agency for the Prevention of Blindness (IAPB)** e a **The Fred Hollows Foundation**, organizações igualmente reconhecidas pelo seu papel estratégico na promoção da visão em escala global.

LUCINDA FONSECA

PRESIDENTE DO CONSELHO NACIONAL
DE GOVERNADORES (CNG) AL 2025-26

“O Lionismo português precisa, hoje mais do que nunca, de reencontrar a sua voz no mundo”

Lucinda Fonseca, Presidente do Conselho Nacional de Governadores (CNG) para o ano lionístico 2025-2026, assume o cargo com a convicção de que “o Lionismo português precisa, hoje mais do que nunca, de reencontrar a sua voz no mundo”. Com uma visão centrada na liderança partilhada, na inovação e no reforço da capacidade de resposta social dos Clubes, apresenta-se “com alma de jardineira: para cuidar do que cresce, sem esquecer as raízes”.

O que a motivou a candidatar-se à presidência do Conselho Nacional de Governadores (CNG)?

O tempo tem-me ensinado que há janelas que se abrem apenas uma vez.

E que há convites silenciosos da vida aos quais não se deve responder com hesitações. Senti que era chegada a hora de devolver, com responsabilidade e esperança, tudo o que recebi deste movimento que me formou, me elevou e me devolveu à essência do serviço.

Assumi este desafio porque acredito profundamente que o Lionismo português precisa, hoje mais do que nunca, de reencontrar a sua voz no mundo, com a firmeza dos princípios e a leveza dos sonhos. Candidatei-me com alma de jardineira: para cuidar do que cresce, sem esquecer as raízes.

Quais são os principais objetivos que definiu para este ano lionístico?



SENTI QUE ERA CHEGADA A HORA DE DEVOLVER, COM RESPONSABILIDADE E ESPERANÇA, TUDO O QUE RECEBI DESTE MOVIMENTO QUE ME FORMOU, ME ELEVOU E ME DEVOLVEU À ESSÊNCIA DO SERVIÇO.

Quero ajudar a consolidar um Lionismo à altura do tempo em que vivemos. Isso significa:

- Reforçar a liderança partilhada e ética, que inspira mais do que comanda;
- Apoiar e motivar os Governadores de Portugal, reconhecendo-os como primeiros líderes dos seus Distritos e dos seus Clubes, dando-lhes mais força e ânimo para renovar a ação dos nossos Clubes, sem abdicar da sua identidade;
- Valorizar a formação, a comunicação clara, a inclusão e a inovação;
- Fortalecer a Fundação Lions de Portugal e o reconhecimento público do seu trabalho;
- Apostar em projetos estruturantes nas causas globais – com especial destaque para o Cancro Infantil;
- E, sobretudo, mostrar que cada Lion conta. Cada gesto importa. Cada Companheiro pode ser farol.



“Precisamos de sair do conforto das rotinas”

Em que áreas considera mais urgente reforçar a ação dos Lions em Portugal?

Precisamos de sair do conforto das rotinas. É urgente reforçar a capacidade de resposta social dos nossos Clubes, adaptando as atividades à realidade concreta das comunidades. A inovação, a visibilidade do serviço, o trabalho em rede com outras instituições, e o rejuvenescimento dos quadros são temas inadiáveis.

A comunicação, sobretudo a digital, é um território onde devemos investir com seriedade e criatividade. Comunicar é servir melhor.



CANDIDATEI-ME COM ALMA DE JARDINEIRA: PARA CUIDAR DO QUE CRESCE, SEM ESQUECER AS RAÍZES.

Que balanço faz da evolução do movimento Lions no nosso país?

O Lionismo português é uma árvore de raízes fundas e copa vasta. Cresceu com nobreza e passou por várias estações. Houve primaveras de expansão e alguns invernos de re-tração.

Hoje, temos Clubes muito distintos entre si, mas unidos pelo ideal comum de servir. Precisamos reencontrar um sentido coletivo de missão e desenhar, com coragem, o mapa do futuro. A história honra-nos. O futuro exige-nos.

Quais são, na sua opinião, os maiores desafios que os clubes enfrentam atualmente?

Enfrentamos o desafio do tempo: tempo que escasseia, tempo que dispersa. E também o da motivação. Muitos Clubes envelheceram, e há quem resista a sair do conhecido.

Mas o maior desafio talvez seja o de manter o equilíbrio entre o respeito pela tradição e a ousadia da mudança. Há que honrar os pilares sem receio de erguer novas pontes. Sem isso, arris-



É URGENTE REFORÇAR A CAPACIDADE DE RESPOSTA SOCIAL DOS NOSSOS CLUBES, ADAPTANDO AS ATIVIDADES À REALIDADE CONCRETA DAS COMUNIDADES

camo-nos à estagnação.

Como podemos atrair e envolver mais jovens no nosso movimento?

Primeiro, escutando-os. Depois, confiando-lhes espaços reais de decisão e ação. Os jovens querem autenticidade, impacto e pertença. O nosso desafio é apresentar o Lionismo não como uma moldura fechada, mas como uma casa aberta, com janelas para o mundo e portas para a esperança.

Projetos de voluntariado úteis, liderança inspiradora, uso inteligente das redes sociais e formação contínua são caminhos que podem cativar novas gerações.

Pretende lançar ou reforçar algum projeto nacional durante este

mandato?

Sim. Pretendo reforçar quatro grandes eixos:

- A Visibilidade e Comunicação Lionística, através de uma assessoria especializada;
- A Formação e Mentoria, para capacitar líderes com alma e visão;
- O Serviço com Impacto, com foco em Cancro Infantil, na Inclusão e na Saúde Mental;
- O fortalecimento da Fundação Lions de Portugal e o apoio à Fundação Internacional Lions Clubes (LCIF), como âncoras e alavancas dos nossos projetos e causas nobres em todo o mundo, garantindo socorro imediato em caso de catástrofes.

Além disso, apostamos em publi-

cações estruturantes, como o Anuário Lionístico, que é simultaneamente memória e bússola para todos os que desejam compreender e apoiar o nosso movimento.

O que a motivou a tornar-se Lion?

O exemplo. O exemplo silencioso e constante de Companheiros que serviam com alegria, sem esperar recompensa. Entrei nos Lions porque vi, nesse movimento, a tradução viva dos valores em que acredito: solidariedade, justiça, amizade, compromisso.



QUERO AJUDAR A CONSOLIDAR UM LIONISMO À ALTURA DO TEMPO EM QUE VIVEMOS

E também porque sempre fui inquieta. Quis fazer parte da mudança que desejo ver no mundo.

Que momentos mais a marcaram no seu percurso como Lion?

São tantos... Mas destacaria três:

- O meu primeiro mandato como Presidente de Clube, onde compreendi que liderar é, acima de tudo, escutar;
- O ano de Governadora, em que percebi a força das equipas e a beleza do serviço partilhado;
- E agora, este tempo de presidência nacional, que encaro como missão e privilégio.

Também me marcaram profundamente os momentos em que vimos brilhar os olhos de uma criança, de um idoso, de um doente, ao receberem a nossa ajuda. Aí reside o verdadeiro milagre Lionístico.

Que mensagem gostaria de deixar aos Companheiros e Companheiras Lions e Leos do país?

A todos os que partilham este Ideal, deixo um apelo sentido: abramos juntos a Janela do Futuro. Que ela nos permita ver mais longe, sentir mais fundo e agir com mais propósito.

Sejamos construtores de pontes, e não guardiões de muros. Sejamos corajosos na mudança e ternos na forma como nos acolhemos uns aos outros.



O Lionismo é uma herança que recebemos - mas é também um legado que deixamos. E esse legado só será digno se tiver sido tecido com coragem, verdade e esperança.

Sejamos, Companheiros, os autores de uma nova página. Uma página escrita a várias mãos. Em nome do Serviço. Em nome da Humanidade.

A INOVAÇÃO, A VISIBILIDADE DO SERVIÇO, O TRABALHO EM REDE COM OUTRAS INSTITUIÇÕES, E O REJUVENESCIMENTO DOS QUADROS SÃO TEMAS INADIÁVEIS.

ANTÓNIO FERREIRA

GOVERNADOR DISTRITO 115
CENTRO NORTE AL 2025-26

“O futuro do Distrito 115 Centro-Norte depende da união e da capacidade de inovar”

Com mais de três décadas de dedicação ao movimento Lions, António Ferreira assume, no ano lionístico 2025-2026, o cargo de Governador do Distrito 115 Centro-Norte. Com espírito de missão e forte sentido de responsabilidade, define como prioridades a consolidação dos clubes, o crescimento do quadro social e o reforço das causas ligadas ao cancro pediátrico e à diabetes. Nesta entrevista, partilha a sua visão para o futuro do distrito, os principais desafios que antecipa e a importância de fortalecer a ligação entre Lions e Leos.

Como encara o desafio de liderar o Distrito 115 Centro-Norte neste ano lionístico?

É, sem dúvida, um grande desafio, que abracei com entusiasmo e responsabilidade. Espero estar à altura não só das minhas próprias expectativas, mas também das de todos os companheiros que me apoiaram e incentivaram nesta caminhada.

Que sentimentos o acompanham neste início de mandato?

Sinto uma mistura de ansiedade e confiança: ansiedade pela vontade de concretizar os objetivos a que me propus, e confiança porque acredito

que, com o empenho de todos, iremos alcançá-los.

Quais são as principais metas que definiu para o distrito?

O meu programa privilegia a estabilidade do distrito, através da consolidação dos clubes e do reforço da sua vitalidade. É fundamental estimular a criação de novos clubes e, sempre que possível, contribuir para o cumprimento da Missão 1.5.

Há causas prioritárias que pretende destacar?

Sim. Todas as causas são importantes, mas defini como prioritárias o

combate ao cancro pediátrico e à diabetes. Também darei especial atenção às iniciativas de apoio à visão.

Que estratégias pretende adotar para promover o crescimento e o envolvimento dos clubes?

A comunicação é essencial. Temos de reforçar a ligação entre os clubes e a estrutura distrital, criar canais de partilha de conhecimento e disponibilizar ferramentas que facilitem o trabalho. A divulgação dos princípios e objetivos do movimento Lions é determinante para atrair novos membros e motivar os atuais.

Como caracteriza o perfil dos clubes do Distrito 115 Centro-Norte?

Cada clube tem a sua identidade, moldada pela comunidade em que se insere e pela dimensão do seu quadro social. Essa diversidade traduz-se em diferentes formas de servir, mas todos partilham um elo comum: a missão de ajudar quem mais precisa. Apesar da heterogeneidade, considero que o distrito está equilibrado e plenamente governável.

Que dificuldades têm sido mais frequentes e como pensa apoiar os clubes?

A retenção de companheiros continua a ser o principal desafio – um problema que não é exclusivo de Portugal, mas transversal a todo o mo-



RECONHEÇO QUE A LIGAÇÃO ENTRE LEOS E LIONS AINDA NÃO É TÃO SÓLIDA QUANTO DEVERIA SER



**A RETENÇÃO DE
COMPANHEIROS
CONTINUA A SER
O PRINCIPAL
DESAFIO - UM
PROBLEMA QUE
NÃO É EXCLUSIVO
DE PORTUGAL,
MAS TRANSVERSAL
A TODO O
MOVIMENTO LIONS**

vimento Lions. Quando o espírito da missão não é bem transmitido ou assimilado, o elo quebra-se. Precisamos de ser mais dinâmicos, inovar e introduzir novas ideias. O meu compromisso é ouvir os clubes, compreender as suas dificuldades e estar disponível para apoiar no que for necessário para reforçar a sua intervenção.

Que papel atribui ao trabalho com os Leos?

Os Leos são fundamentais para o futuro do movimento. Contudo, reconheço que a ligação entre Leos e Lions ainda não é tão sólida quanto deveria ser. É essencial criar mais oportunidades de trabalho conjunto e facilitar a transição dos Leos para Lions. Só assim garantiremos a continuidade e o rejuvenescimento do espírito de serviço.

Que mensagem gostaria de dei-

xar aos companheiros e companheiras do distrito?

Deixo um apelo à união. Só com o empenho coletivo conseguiremos alcançar os objetivos que definimos para este ano lionístico. Conto com cada companheiro e companheira para que, juntos, façamos do Distrito 115 Centro-Norte um exemplo de serviço e solidariedade, em benefício de todos aqueles que mais precisam da nossa ajuda.

Lion há mais de 30 anos

Quando e como começou o seu percurso no movimento Lions?

A minha ligação iniciou-se em 1992, através do então Lions Clube de Esmoriz. Em 1994 ingressei no Lions Clube de Vila Nova de Gaia, ao qual continuo vinculado até hoje.

Quais foram as experiências mais marcantes ao longo da sua trajetória?

Recordo com emoção os primeiros anos, quando tive oportunidade de aprender e assumir responsabilidades. No segundo ano fui secretário do clube e, dois anos depois, presidente.

Entre os projetos mais marcantes destaco a campanha “Sou Vigilante da Floresta”, pela forte vertente pedagógica junto dos jovens e pelo impacto na prevenção dos incêndios. Também o contacto próximo com comunidades vulneráveis continua a ser uma experiência transformadora, que reforça diariamente a importância do nosso serviço.





CLARA GUTERRES

GOVERNADORA DO DISTRITO 115 CENTRO SUL – AL 2025-2026

“O grande desafio passa pela capacidade de manter os sócios dos clubes e pelo aumento do quadro de associativo”

Ao assumir o cargo de Governadora do Distrito 115 Centro Sul, Clara Guterres destaca o compromisso com a cooperação, a motivação dos clubes e o fortalecimento de causas prioritárias como Cancro Infantil, Diabetes e Saúde Mental. Com um percurso marcado pelo serviço e pela liderança, a Governadora aposta na inovação, no envolvimento dos Leos e na criação de novas formas de participação para garantir um Lionismo sustentável e dinâmico.

Como encara este desafio de liderar o Distrito 115-CS?

Assumir a liderança deste distrito é, sem dúvida, um privilégio e uma grande responsabilidade. O Distrito 115-CS é composto por clubes, cujos companheiros são empenhados e trabalham bem as suas comunidades. Acredito firmemente no poder do trabalho conjunto e na partilha de ideias para superar obstáculos e alcançar bons resultados. O meu compromisso é promover um ambiente de cooperação e respeito mútuo, para que cada iniciativa tenha impacto real e duradouro nas nossas comunidades.

Que sentimentos a acompanham neste início de ano?



ESCREVER É, ANTES DE MAIS, PARA MIM, UM EXERCÍCIO DIÁRIO QUE EXIGE DISCIPLINA E MÉTODO

No início deste mandato, sinto uma mistura de emoções, sentimentos positivos, pelo potencial do impacto favorável, e por algumas mudanças que podemos realizar. Em simultâneo, um forte sentido de compromisso para enfrentar desafios. A confiança na nossa Presidente do CNG, CL Lucinda Fonseca é motivadora na realização dos nossos programas, a confiança na equipa e nos nossos Planos de Ação, traçados para cada área de intervenção, trazem-me segurança e otimismo e uma forte consciencialização, para cada tomada de decisão.

Quais são as principais metas que definiu para o distrito ao longo deste ano?



As metas estabelecidas para o Distrito 115CS AL2025-2026, são bastante ambiciosas, mas também estimulantes, tais como:

- Aumentar o número de clubes no Distrito
- Aumentar o quadro associativo, desenvolvendo serviços impactantes, visando o recrutamento de mais associados.
- Formar/treinar líderes: criando cronogramas de capacitação para Presidentes de Divisão, Presidentes de Clubes, Secretários e Tesoureiros.
- Cumprir as semanas de foco estabelecidas pelo Presidente Internacional, A.P. Singh, nomeadamente: Saúde Mental e Bem Estar – 4 a 12 de outubro, 2025

Fome- 3 a 11 de janeiro, 2026
Meio-Ambiente- 18 a 26 de abril, 2026.

Há áreas ou causas prioritárias que pretende destacar e fortalecer?

Sim. Para além, das semanas de foco nos serviços já referidos, vamos fortalecer as seguintes causas:

Cancro Infantil e Diabetes

Causa específica: Saúde Mental e Bem Estar, que se deverá manter ao longo do ano, por ser uma resposta emergente.

Que estratégias propõem para promover o crescimento e o envolvimento dos clubes?

Para promover o crescimento e o

envolvimento dos clubes, vamos investir na sua motivação, oferecendo uma comunicação mais próxima e transparente, uma escuta ativa das necessidades dos clubes, e valorizando o intercâmbio de boas práticas entre os mesmos.

Serão promovidos eventos conjuntos, ao nível das Divisões e do Distrito.

Como descreveria o perfil atual dos clubes do Distrito 115CS?

Os Clubes do Distrito 115CS possuem um perfil diversificado e dinâmico. Eles destacam-se pelo empenho no serviço comunitário, pela promoção de atividades culturais e educacionais, além de participarem em grandes causas como: o cancro infantil, diabetes, fome, visão, meio ambiente, entre outras.

Trabalham com uma grande rede de serviços, e com instituições públicas e privadas.

Que dificuldades têm sido mais frequentes e como pretende apoiar os clubes na sua superação?

Apesar do dinamismo e zelo dos clubes, é necessário reconhecer o decréscimo de clubes, e associados ao longo dos anos, no Distrito 115CS. Porém, existem desafios significativos a superar para garantir a sustentabilidade do movimento.

Para revitalizar os clubes lions e torná-los mais atraentes, é indispensável repensar suas estruturas e atividades. Isto inclui, a criação de clubes de interesse especial, clubes virtuais, clubes para jovens universitários, e para mulheres jovens.

É necessário o envolvimento consistente dos seus associados, a necessidade de adaptação às novas realidades sociais. Para isso, torna-se fundamental investir em estratégias de integração de novos sócios, promovendo iniciativas na área da formação.

Assim, o grande desafio passa pela capacidade de manter os sócios dos



clubes, e pelo aumento do quadro de associativo.

Que papel atribui ao trabalho dos Leos no reforço do futuro movimento?

O trabalho dos Leos é fundamental. Para fortalecimento, e continuidade de do nosso movimento. Eles trazem-nos juventude, inovação, criatividade, outra forma de estar mais consentânea com a realidade atual. Eles serão o futuro dos Lions.

Quando e como começou o seu percurso no movimento Lions?

Entrei no movimento Lions em 2013, inicialmente, como voluntária participando em eventos do Lions Clube Lisboa Sete Colinas. Tornei-me membro oficial apenas em janeiro de 2015, da maior Associação do mundo, quando fui registada em Lions Clubs Internacional.

Fiz o caminho lionístico, como presidente do clube, de divisão, de região e quase em simultâneo, fui assessora de várias causas.

Companheiros Lions incentivaram-me a candidatar-me a Governadora do Distrito 115CS. Após reflexão com o meu clube, assumi o desafio com determinação.

Cumpri todas as etapas de candidatura e recebi formação nacional e

internacional muito focada na Liderança do Distrito.

Que experiências mais a marcam ao longo da sua trajetória?

Ao longo destes anos, muitos foram os momentos que marcaram o meu percurso, mas destaco aquele em que fui incentivada a candidatar-me ao cargo de Governadora. Representou não apenas uma responsabilidade acrescida, mas também uma renovação do compromisso com os valores do movimento Lions.

Nas viagens realizadas a Chicago e Orlando, foi possível observar a grandiosidade do nosso movimento.

Que mensagem gostaria de deixar aos Companheiros e Companheiras do seu distrito neste ano de trabalho e de serviço conjunto?

Cheguei há pouco tempo de ser empossada como governadora, por Lions Clubs Internacional. Porém, diria que o caminho de um Lion, nem sempre é fácil. Mas devemos olhar em frente, para os nossos objetivos e metas.

Procurando seguir o exemplo de quem lidera, pelo exemplo, com humildade, numa liderança alinhada, linear, sem entropias, em que cada um saiba o lugar que ocupa, e o que fazer em cada momento. Refletir sobre o Código de Ética.

ANA RITA CAMPOS

PRESIDENTE NACIONAL DOS LEOS
DE PORTUGAL – AL 2025-2026

“O movimento LEO em Portugal está a crescer com passos firmes e conscientes”

Eleita Presidente Nacional dos LEOs de Portugal para o AL 2025-2026, Ana Rita Campos encara o novo desafio com entusiasmo e sentido de missão. Com oito anos de percurso no movimento, destaca o voluntariado como uma “escola de vida” que transforma tanto quem serve como quem recebe, e acredita que a força dos jovens LEO está na união, na criatividade e na capacidade de fazer a diferença, um gesto de cada vez.

O que sentiu ao ser eleita Presidente do DM LEO?

Ser eleita Presidente do Distrito Múltiplo 115 – LEOs de Portugal foi uma enorme honra e uma responsabilidade que abraço com entusiasmo e sentido de missão. Após mais de oito anos de caminhada no movimento LEO, sinto que este é o culminar de um percurso de aprendizagem, dedicação e serviço. Foi um momento de orgulho, mas também de grande humildade, pois sei que este cargo representa todos os Leos do nosso país e exige compromisso com cada um deles.

Que objetivos definiu para este ano leonístico e como pensa concretizá-los?

O lema do meu mandato é “União no compromisso de servir”, e os objetivos centrais passam por:

Fortalecer a união e a comunica-

ção entre clubes e o Distrito, através de encontros regulares, grupos digitais de partilha e um sistema contínuo de feedback.

Aumentar a participação ativa dos LEOs, com desafios mensais, sistemas de reconhecimento e atividades de teambuilding.

Expandir a visibilidade e impacto do movimento, com campanhas nas redes sociais, parcerias externas e eventos abertos à comunidade.

Capacitar os LEOs para o futuro, através de formações em liderança, plataformas colaborativas e um calendário partilhado de atividades.

São objetivos ambiciosos, mas assentes em estratégias concretas e exequíveis que envolvem todos os clubes e LEOs do país.

Como caracteriza o espírito LEO e o que o distingue da grande família

Lions?

O espírito LEO é jovem, irreverente, dinâmico e profundamente comprometido com a mudança. Representamos a energia da juventude aliada a uma vontade inabalável de servir. Ser LEO é viver os valores da Liderança, Experiência e Oportunidade, com a consciência de que pequenos gestos podem ter um enorme impacto na vida de quem mais precisa.

Enquanto os Lions trazem consigo a sabedoria, a experiência e o legado de décadas de serviço, os Leos trazem o olhar fresco, a criatividade e a ousadia de quem acredita que é possível transformar a realidade. Esta complementaridade é o que enriquece e fortalece a nossa grande família de serviço.

Em que áreas considera mais urgente a ação dos LEOs na sociedade portuguesa?

Atualmente, há várias áreas onde o impacto dos LEOs é essencial. A crise ambiental, agravada pelos incêndios que têm afetado o país, exige uma resposta ativa dos jovens em campanhas de sensibilização e reflorestação. Também destacaria o apoio à saúde mental, especialmente entre os jovens, e a solidariedade social, através de ações com populações vulneráveis. Os LEOs têm a capacidade e o compromisso para atuar em todas estas frentes.

Pode partilhar um ou dois projetos que simbolizem o impacto do trabalho LEO?

Um dos projetos mais simbólicos do movimento LEO em Portugal é a *Atividade das Crianças*. Realizada todos os anos desde 1997, esta iniciativa consiste num campo de férias de fim de semana para crianças carenciadas, provenientes de várias regiões do país, e é inteiramente organizado pelos Leos de Portugal.

Durante dois dias, oferecemos um espaço seguro e acolhedor onde as crianças podem, simplesmente, ser crianças — brincar livremente, experimentar novos jogos, rir, conhecer



A CRISE AMBIENTAL, AGRAVADA PELOS INCÊNDIOS QUE TÊM AFETADO O PAÍS, EXIGE UMA RESPOSTA ATIVA DOS JOVENS

novas pessoas e tecer laços de amizade e esquecer, por instantes, os desafios que enfrentam no dia a dia. É um fim de semana onde a alegria é a regra, a leveza é sentida em cada canto, e onde percebemos que o nosso tempo e dedicação podem realmente mudar algo na vida de alguém.

“O voluntariado é uma poderosa ferramenta de transformação”

Que importância tem para si o voluntariado no desenvolvimento pessoal e social dos jovens?

O voluntariado é uma poderosa

ferramenta de transformação — tanto do mundo como de quem serve. Permite aos jovens desenvolverem competências essenciais como liderança, empatia, resiliência e criatividade. Ensina-nos a escutar, a agir, a partilhar.

Ao mesmo tempo, promove uma consciência social ativa, incentivando-nos a pensar para além de nós próprios e a promover uma sociedade mais justa e inclusiva. No fundo, ser voluntário é investir nos outros e, simultaneamente, em nós mesmos. É preparar uma geração mais consciente, mais solidária e mais humana.

Como vê o atual estado do movimento LEO em Portugal? Que balanço faz?

O movimento LEO em Portugal está a crescer com passos firmes e conscientes. Nos últimos anos, temos investido fortemente na expansão, com a criação de novos clubes e ativação de outros em várias cidades

do país. Esta estratégia tem permitido alargar o alcance do nosso impacto e integrar cada vez mais jovens na missão de servir.

O balanço é positivo: há mais energia, mais vontade, mais projetos e, sobretudo, mais jovens dispostos a fazer a diferença. Estamos a construir um movimento mais coeso, mais preparado e cada vez mais presente na sociedade portuguesa.

O que considera essencial para atrair mais jovens para o movimento e garantir a sua motivação?

A chave está na criação de uma experiência significativa e envolvente. Atividades de teambuilding, espaços de partilha de ideias, desafios estimulantes e a oportunidade de ver o impacto real do seu trabalho são fundamentais para manter os jovens motivados.

Além disso, é essencial que os LEOs se sintam ouvidos, valorizados e reconhecidos dentro da estrutura. Precisamos de continuar a dar espaço à criatividade e à liderança jovem, mostrando que aqui cada voz conta e cada gesto importa.

Qual é a relação entre LEOs e Lions? Que aspetos desta parceria gostaria de fortalecer?

A relação entre Leos e Lions tem evoluído de forma muito positiva nos últimos anos. A colaboração na criação e ativação de novos clubes LEO tem sido um verdadeiro exemplo de trabalho em equipa entre gerações. Hoje, há mais proximidade, mais diálogo e mais vontade de construir juntos.

Ainda assim, acredito que podemos continuar a fortalecer esta parceria. Seria importante que os Lions mantivessem uma postura ainda mais aberta e confiante, reconhecendo a capacidade e o valor do trabalho que os LEOs desenvolvem. Ao combinarmos a experiência dos Lions com a energia dos LEOs, conseguimos um movimento mais forte, mais unido e preparado para os desafios do futuro.



LEO há oito anos “Fui inspirada pelo exemplo do meu irmão”

Como e quando começou o seu envolvimento com o movimento LEO?

O meu envolvimento com o movimento LEO começou há mais de oito anos, no LEO Clube da Trofa. Fui inspirada pelo exemplo do meu irmão, que também foi Leo, e desde então nunca mais larguei este caminho. Encontrei no movimento um espaço de crescimento, amizade e serviço, onde cada desafio se tornou uma oportunidade de fazer mais e melhor pelos outros.

“Uma experiência transformadora a vários níveis”

O que mais aprendeu desde que integrou este universo de serviço?

Integrar o movimento LEO foi, e continua a ser, uma experiência transformadora a vários níveis. Aprendi que servir é muito mais do que oferecer tempo ou executar uma tarefa — é um compromisso com o outro, com a comunidade, e com a construção de um mundo mais solidário.

Aprendi que, muitas vezes, é fora da nossa zona de conforto que mais crescemos. Ao aceitar desafios dentro do movimento — seja liderar uma equipa, organizar um evento ou simplesmente dar a cara por uma causa — desenvolvemos uma confiança que levamos connosco para outros contextos da vida. O volun-

tariado obriga-nos a adaptar, improvisar e tomar decisões com impacto, e isso é uma verdadeira escola de vida.

Ser Leo ensinou-me que as pequenas ações têm poder, mesmo quando parecem invisíveis. Um sorriso, um gesto de escuta, uma palavra no momento certo podem ser tudo aquilo que alguém precisava. Muitas vezes achamos que não é suficiente, mas basta estarmos presentes para fazer a diferença.

Outro aspeto fundamental foi o reconhecimento da riqueza que existe na diversidade. Trabalhar com jovens de diferentes zonas do país, com histórias, culturas, identidades diversas e perspetivas distintas ensinou-me a respeitar e a valorizar o trabalho em equipa. No movimento Leo, aprendemos que as melhores soluções surgem quando unimos diferentes vozes e competências em torno de um objetivo comum.

Em suma, ser Leo ensinou-me que o impacto real começa nos gestos mais simples e que, ao servirmos os outros, também nos transformamos a nós próprios. Essa é a essência do voluntariado: uma troca constante, onde todos ganham — sobretudo, a sociedade que construímos juntos, um dia de cada vez.

Que experiências mais a marcaram até hoje enquanto LEO?

A atividade *Abraçar Portugal* foi, sem dúvida, uma das mais marcantes. É incrível como um gesto tão simples pode provocar reações tão distintas. Houve quem recusasse o abraço, talvez por estranheza ou desconfiança, mas houve também quem o aceitasse com um sorriso e dissesse: “Estava mesmo a precisar disto hoje.” Esses momentos ficam connosco.

E claro, a *Atividade das Crianças*. Ver aquelas crianças tão diferentes entre si a brincar juntas, a rir, a criar laços, a sentirem-se seguras e felizes durante um fim de semana... é algo que nos toca profundamente. Mostra-nos, de forma muito clara, porque é que fazemos o que fazemos.

O que diria a um jovem que nunca ouviu falar dos LEOs?

Diria: imagina um grupo de jovens como tu, cheios de vontade de mudar o mundo, um sorriso e uma ideia de cada vez. Agora junta a isso amizades para a vida, experiências transformadoras, e a oportunidade de te desenvolveres pessoalmente enquanto fazes a diferença na vida de quem mais precisa. Isso é ser LEO.

Convidamos-te a conhecer um movimento que transforma não só comunidades, mas também quem faz parte dele. Porque ser Leo é servir, crescer, liderar... e nunca mais ser o mesmo.



**O VOLUNTARIADO
OBRIGA-NOS
A ADAPTAR,
IMPROVISAR E
TOMAR DECISÕES
COM IMPACTO,
E ISSO É UMA
VERDADEIRA
ESCOLA DE VIDA.**

O Lionismo e os desafios de um mundo novo



Devo dizer que não me considero ser portador de uma interpretação ideológica de todos os Lions sobre este tema, mas sinto que posso – com a vossa benevolência – apresentar uma perspectiva pessoal, de um Lion que viveu e vive intensamente a experiência associativa no âmbito de Lions Clubs International.

Vivemos tempos difíceis e complexos. Os conflitos geopolíticos, as perturbações da economia global têm também o seu impacto na vida da nossa instituição. O mundo tornou-se mais errático e imprevisível.

O desafio de quem tenta prever o futuro é perceber até que ponto devemos olhar para o presente. Farei uma tentativa de dizer o que penso do mundo do lionismo no futuro dos próximos 10/20 anos, embora de forma sintetizada. Para isso, tentei avaliar os principais elementos, circunstâncias, coordenadas e métricas, em que vivemos no mundo real.

Quando pensamos como será a vida da geração que nos vai seguir e o que podemos esperar dos anos que aí vêm, muitas tendências económicas, sociais e geopolíticas globais, que dominarão esse futuro começamos a ter contornos reais. São já visíveis alguns dos grandes decisores dos próximos 10/20 anos e estão entre nós. Alguns nas universidades, outros no início das suas carreiras. As suas ideias e decisões moldarão o novo mundo. Temos uma ideia implícita de como o mundo irá evoluir, mas pintar uma imagem do futuro, aguarda a clarificação de ideias e expectativas.

Mesmo que discordem das minhas previsões, o que certamente acontecerá, pelo menos terão a oportunidade de comparar as vossas ideias, com uma visão alternativa, que aqui vos vou deixar.

Nos últimos 30 anos, as novas tecnologias evoluíram a um ritmo alucinante o que fez alterar os padrões de vida de milhões de pessoas. Poderá o mundo desenvolvido tornar-se ainda mais desigual à custa dos avanços tecnológicos? Não se sabe. Prever mudanças sociais é sempre difícil, mas temos que aceitar o amplo consenso científico que nos diz que o ambiente e a vida no novo mundo vão mudar. Isso obriga-nos a pensar como o lionismo se irá enquadrar nesse novo universo.

O nosso Movimento irá, inevitavelmente, enfrentar, no futuro, as consequências dessa evolução, mas

irá emergir, mais uma vez, como força importante, acionada por cada um de nós Lions.

Começemos pela Paz – num mundo cada vez mais dividido e que nos fala quotidianamente de conflitos belicistas, o nosso empenho pela paz deve ser constante e autêntico. Ser Lion também significa ser embaixador da paz, não só entre as pessoas, mas entre os povos e as nações. A paz inicia-se com pequenos gestos no nosso dia a dia: um sorriso, escutar e estar atento, uma mão que se estende a quem está em dificuldade.

Favorecer o encontro e cooperação entre comunidades diferentes. Continuar e aumentar essa grande iniciativa do “Cartaz da Paz”, na qual participam milhares de jovens de todo o mundo e que acaba de distinguir 24 vencedores, na sua maioria de países grandes e distantes, como a China e dar a maior ênfase à continuidade do “curso de redação sobre a paz”. Todos nós, podemos avançar com diversas formas de sensibilização a favor da paz e dos direitos humanos: vincular o nosso afeto através das redes sociais, àqueles que sofrem as agruras dos conflitos na era das plataformas digitais, que podem induzir novas imagens e novos códigos dos algoritmos e da inteligência artificial, da “learning machine” e do meta verso, poder-se-á transportar, refletir e espalhar ideias, como transformar a sua potencialidade e oportunidade para o mundo no caminho para a paz.

O ambiente, um dever de cidadania – a crise ambiental, como grande desafio do nosso tempo, exigirá de nós Lions um papel crucial. A nossa responsabilidade não deve ser limitada somente a ações locais, mas deve ter um empenhamento global no caminho para a sustentabilidade. Podemos trabalhar com as nossas comunidades sobre a recuperação do verde urbano, reciclagem, e proteção da biodiversidade. Promover o uso responsável dos recursos será essencial para garantir um futuro sustentável para as gerações futuras. A LCIF vai continuar a ter que ajudar a minorar os efeitos devastadores de calamidades naturais, que irão aumentar por motivo das alterações climáticas em várias partes do mundo.

A água, um bem precioso, hoje definido como “ouro azul”

A água é um recurso vital para milhões de pessoas no mundo, que não têm acesso a ela. Nós, os Lions, temos um papel importante na preservação deste meio indispensável à vida. Teremos que sensibilizar cada vez mais as comunidades para a necessidade de se preservar os recursos hídricos e promover processos que possam garantir o acesso à água potável para todos. Cada gota conta e cada iniciativa, mesmo pequena, poderá ter um enorme impacto na preservação da água.

Fome e Sede – uma urgência a enfrentar – a luta contra a fome e a sede deverá ser central na nossa ação. Cada dia, milhões de crianças sofrem de má nutrição pela falta de comida e de água. Como Lions, teremos o dever de agir. A LCIF, em ligação com o “programa mundial de alimentos”, continuará a fornecer milhares de refeições escolares e a organizar a recolha de alimentos, campanhas de sensibilização e programas de apoio a famílias e crianças. A solidariedade deve ser o nosso farol e cada gesto, ainda que simples, irá salvar vidas.

Desenvolver e promover a cultura – a cultura configura-se como um instrumento essencial para o crescimento moral e social de cada pessoa, representando ao mesmo tempo a prática de consciente guia de valores humanos. Isto não só oferece uma vantagem para o desenvolvimento das potencialidades individuais, mas promove o diálogo, a tolerância e a empatia entre as pessoas e as comunidades. Nós, os Lions, podemos continuar a dar o nosso impulso na vertente cultural, como polo de atração entre as pessoas.

Missão 1.5 – esta campanha da nossa Associação Internacional, que tem como objetivo conseguir até 2027 atingir 1 milhão e 500 mil sócios, para ajudarmos milhões de pessoas no mundo, está ainda distante de ser alcançado. Temos agora 1380.000 sócios. Mas o nosso movimento vai crescer a mais largo prazo. Pensamos que esse crescimento virá principalmente da Índia, China, Japão, África, Austrália e Nova Zelândia. Vejamos a tendência das cúpulas dirigentes da nossa Associação internacional dos últimos anos e as que se seguem. Crescer para “fazer crescer” a nossa ação no mundo. Isso será determinante para o aumento de novos sócios e novos clubes. Esperemos que a pressão para atingir o objetivo, não veja a meta só como quantidade, mas também como qualidade.

O Movimento Leo continuará forte e dinâmico – a diferença de gerações vai continuar a coexistir, embora seja necessário conseguir a melhor flexibilidade exigida pelas gerações mais jovens, em que a *geração x* e a *geração z* irão desenvolver os seus percursos, com desenvolvimento melhor adaptado ao futuro.

Apoio e socorro a grandes catástrofes – a LCIF, o grande motor da nossa associação internacional, continuará a prestar a sua ajuda, através das

nossas contribuições, para o socorro das grandes catástrofes no mundo, que irão aumentar por efeito das alterações climáticas e irão afetar milhões de pessoas.

Campanhas pela saúde – cancro infantil, diabetes e visão continuarão a ser as nossas causas globais, cujos objetivos terão de continuar a concretizar-se, de tal modo que as comunidades do mundo inteiro continuarão a esperar por elas, e nós os Lions, teremos que manter esse caminho, atuando de formas mais eficazes e mais céleres, graças aos avanços das novas tecnologias da saúde. Não podemos descartar uma eventual nova pandemia, que poderá surgir no futuro, tendo que vir a colaborar com a OMS, que já se está a preparar para ela.

Afeto como guia – ser Lion significa também abraçar uma missão de afeto e aproximação aos outros. Deveremos pôr cada vez mais em jogo o nosso coração e o nosso afeto, indo ao encontro das necessidades das nossas comunidades, para podermos responder com ações concretas. A verdadeira dimensão do nosso serviço, não será só o resultado obtido, mas também a dedicação e vontade pessoal com que iremos enfrentar cada desafio, que o mundo que aí vem, nos vai colocar.

Esta é a minha visão do “*lionismo num mundo novo*”, como Lion de base, com princípios, hábitos e memórias, embora essa previsibilidade esteja sujeita a eventuais desvios, que o tempo e as circunstâncias poderão alterar. Mas de uma coisa estou certo: o lionismo continuará a ser o farol que guiará grande parte das nossas vidas.

PCC Fernando Dias Esteves

Lagoa-Açores

Entrega de bens à Maternidade Daniel de Matos

O Lions Clube de Coimbra procedeu à entrega de bens à Maternidade Daniel de Matos, em Coimbra.

Foram doados artigos de primeira necessidade, incluindo roupas de bebé, produtos de higiene, um carrinho de bebé e uma cadeira de transporte. Esta ação teve como objetivo apoiar mães e recém-nascidos em situação de maior fragilidade social.

A Maternidade Daniel de Matos acolheu os donativos com reconhecimento, integrando-os no apoio prestado às utentes que mais necessitam.



CRÉDITOS ANTÓNIO MARQUES

(da esquerda para a direita): Odete Antunes (Past Presidente do LC de Coimbra), Maria Helena Marques (Secretária do LC de Coimbra), Dra. Janete (Maternidade Daniel de Matos), Sofia Félix (Presidente do LC de Coimbra) e Dra. Teresa Almeida Santos (Diretora da Maternidade Daniel de Matos)

Transmissão de funções do Leo Clube de Coimbra impulsionando a juventude

Durante a cerimónia, foram destacadas duas iniciativas de grande relevância para o clube: a Carta ao Pai Natal, que consiste na oferta de brinquedos a centenas de crianças institucionalizadas, e o projeto Abraçar Portugal.

Os Leos de Coimbra realizaram a transmissão de funções que assinala o encerramento do mandato da Past Presidente Inês Carraca e a tomada de posse do novo Presidente, Fábio Ricardo, para o próximo ano. Este momento marca a continuidade do trabalho desenvolvido pelo Leo clube, reforçando o compromisso com o serviço à comunidade. A nova direção assume funções com o objetivo de manter o dinamismo e a dedicação às causas sociais que têm caracterizado a atuação dos



Leos de Coimbra. Com esta transição, os Leos de Coimbra renovam o seu compromisso com a solidariedade, a proximidade à comunidade e o espírito de serviço que os distingue.

Estiveram presentes companheiros do Lions Clube de Coimbra na transmissão de funções e membros da anterior e nova direção do Leo Clube de Coimbra

ICC em Aveiro: Um Marco para a Inclusão e a Inovação Tecnológica



De 5 a 14 de agosto de 2025, Aveiro foi palco de um evento internacional inédito em Portugal: o **ICC – International Camp on Communication and Computers (Campo Internacional de Comunicação e Computadores)**. Organizado pelo **Lions Clube Santa Joana Princesa** e acolhido pela **Universidade de Aveiro**, o encontro reuniu **80 jovens cegos e com deficiência visual**, oriundos de **12 países europeus e do Japão**, acompanhados por **25 técnicos especialistas e coordenadores** e **dezenas de voluntários**.

Com uma atmosfera multicultural e criativa, o ICC promoveu um espaço de **partilha de conhecimento, desenvolvimento pessoal e capacitação tecnológica**. O objetivo é simples e transformador: preparar jovens com deficiência visual para uma vida académica e profissional de sucesso, apoiando-os com formação técnica, competências sociais e inspiração

para uma participação ativa na sociedade.

Workshops: Formação de Excelência ao Alcance de Todos

Os **workshops do ICC** foram o coração do evento, concebidos para responder às necessidades reais dos participantes e para explorar as mais recentes inovações tecnológicas. Ministrados por **especialistas internacionais**, incluem conteúdos práticos e personalizados, desde níveis introdutórios até masterclasses. Entre os temas que estiverem em destaque em Aveiro, incluem-se:

- **Últimos desenvolvimentos tecnológicos** para iniciantes e avançados.
- **Internet e acessibilidade digital**, incluindo segurança e ferramentas online.
- **Software e aplicações especializadas** em diferentes áreas.
- **Aprendizagem intercultural, comunicação e bem-estar**.

- **Integração no ensino superior e oportunidades internacionais.**
- **Preparação para o mercado de trabalho**, com técnicas de candidatura, avaliação de competências e integração laboral.

Esta abordagem prática garante que cada participante encontre conteúdos relevantes para os seus interesses e necessidades, fortalecendo competências essenciais para o futuro.

Atividades de Lazer: Inclusão Além da Sala de Aula

Para além das sessões técnicas, o ICC oferece um conjunto de **atividades culturais e de lazer** pensadas para promover a autonomia, o espírito de equipa e a troca intercultural. O programa incluiu:

- Excursões na região de Aveiro, conhecida pelos canais, barcos moliceiros e património histórico.
- Atividades desportivas e jogos inclusivos, desafiando os participan-

tes a explorar novas experiências.

- Serões culturais com música, dança e partilha de tradições dos vários países presentes.

- Momentos de socialização e networking com especialistas e voluntários.

Estas atividades reforçam a

confiança e as competências sociais dos jovens, criando memórias e amizades duradouras.



TRÊS DÉCADAS DE IMPACTO GLOBAL

Criado no final dos anos 80 com o apoio das universidades de **Linz (Áustria)** e **Karlsruhe (Alemanha)**, o ICC tem sido um **ponto de partida** para mais de 2.000 jovens cegos ou com deficiência visual e cerca de 1.600 especialistas, em 17 países diferentes. A edição de 2025, em Aveiro, marca a **30ª edição** deste evento, que continua a inspirar novas gerações.

INCLUSÃO E EDUCAÇÃO: UM DESAFIO COLETIVO

Num mundo em rápida mudança, a inclusão exige inovação. Criar sistemas paralelos para estudantes com deficiência visual seria impraticável; por isso, é essencial integrar estes jovens no **sistema de ensino regular**, dotando-os de ferramentas tecnológicas e competências sociais que lhes permitam acompanhar um ambiente académico e laboral competitivo. O ICC assume-se como uma **resposta estratégica e global**: um espaço de aprendizagem intensiva, motivação e capacitação que valoriza o potencial de cada participante.

PORTUGAL NO CENTRO DA INOVAÇÃO

A escolha de Aveiro como sede do ICC 2025 não foi coincidência. A Universidade de Aveiro, reconhecida pelo seu investimento em **investigação e tecnologia**, é o cenário ideal para acolher este encontro. O **Lions Clube Santa Joana Princesa** lidera a organização, com o apoio de uma vasta rede de voluntários e parceiros locais, reforçando o compromisso da comunidade com a inclusão e a solidariedade. O ICC em Aveiro foi muito mais do que um evento: foi um **marco histórico para Portugal** e uma oportunidade única para mostrar ao mundo como a tecnologia, a educação e a cooperação internacional podem transformar vidas.



Vozes do ICC: Uma Experiência que Transforma

Estes testemunhos revelam o espírito do ICC: um espaço de **superação, amizade e crescimento pessoal**. Para muitos, este é o primeiro contacto com uma rede internacional de jovens que partilham desafios semelhantes e a mesma vontade de aprender.

UMA VIAGEM INESQUECÍVEL

“Viajei durante 31 horas desde o Japão para estar em Aveiro. O ar fresco, o som de línguas diferentes e o encanto da cidade fizeram-me sentir que tinha valido a pena. Para mim, o ICC é mais do que um evento: é uma oportunidade para crescer, criar laços e ver o mundo de uma nova forma.”

Kotaro Shirahama, Japão, participante ICC 2025

“O MELHOR PROGRAMA EM QUE JÁ PARTICIPEI”

“Participei em workshops muito úteis, como o ‘Travelling as a VIP’. Também adorei o passeio de barco e conhecer Aveiro. Já estive em outros programas, mas este é o melhor de todos.”

Dorka Horváth, Hungria

A FORÇA DA COMUNIDADE

“O ICC criou uma rede de apoio onde percebi que não estava sozinha. Partilhar histórias com jovens com desafios semelhantes mudou a minha vida e deu-me confiança para o futuro.”

Eliska Koldova, República Checa



A FAMOSA “FEBRE DA NUTELLA”

Uma simples vontade de comer Nutella transformou-se numa piada interna que uniu participantes de vários países. A história, contada por Aaron Quidousse, mostra que até os pequenos detalhes criam memórias inesquecíveis.

UM SEGUNDO LAR

“O ICC será sempre o meu ‘olá’ mais doce e o adeus mais difícil. É um lugar onde me sinto validada e parte de uma comunidade global.”

Kaja Kralj, Eslovénia

CRESCIMENTO PESSOAL E LAÇOS PARA A VIDA

“No ICC, senti-me como uma criança cheia de entusiasmo. Fiz amizades duradouras e já penso

em organizar um workshop no futuro. Esta experiência moldou-me profundamente.”

Mihails Olehavs, Letónia

DE MEDO A GRATIDÃO

“Achei que ia querer voltar para casa a chorar, mas agora sei que vou chorar quando for embora. O ICC superou todas as minhas expectativas.”

Christina Sarri, Grécia

VOLUNTÁRIOS QUE FAZEM A DIFERENÇA

“Para Lotina, voluntária de Moçambique, o ICC foi uma oportunidade de aprender e crescer. Depois de ensinar alunos cegos no seu país, veio a Aveiro e descobriu uma nova forma de se conectar com o mundo.”





Lions Clube Santa Joana Princesa apoiam o primeiro Summer Games da Special Olympics em Portugal (Aveiro)

Aveiro e Vagos receberam, durante três dias (de 3 a 5 de setembro), a edição internacional dos *Summer Games – Special Olympics Portugal*, uma celebração do desporto inclusivo que reuniu cerca de 300 atletas de oito países: Andorra, Emirados Árabes Unidos, Espanha, Itália, Malta, Mónaco, Roménia e, claro, Portugal. O evento contou com a participação ativa do **Lions Clube Santa Joana Princesa**, reforçando o compromisso da organização com a inclusão social e o apoio a causas humanitárias.

Com competições em modalidades como atletismo, ténis de mesa, basquetebol, futebol, andebol, natação e ginástica, os jogos foram mais do que um torneio desportivo: foram uma demonstração de superação, solidariedade e partilha. Paralelamente, os atletas tiveram acesso a rastreios de saúde, atividades culturais e momentos de convívio, numa verdadeira celebração de igualdade de oportunidades.

A cerimónia de abertura, realizada na emblemática Praça do Rossio,



em Aveiro, contou com a presença da campeã olímpica Rosa Mota, que acendeu a pira olímpica, marcando simbolicamente o arranque desta edição histórica. Voluntários Lions participaram ativamente na organização, no acolhimento dos atletas e famílias e na dinamização das atividades, mostrando a força do voluntariado em ação.

O **Special Olympics Portugal** sublinhou que esta foi a primeira edição internacional dos Jogos de Verão no país, destacando Aveiro como cidade anfitriã exemplar. O Vice-Presidente da Câmara Municipal de Aveiro, Rogério Carlos, a Vice-Reitora da Universidade de Aveiro, Alexandra Queirós, o presidente do Special Olympics Portugal, António Marques, e o Diretor para a Europa e Ásia do Special Olympics, Gonzalo Ramos Solanes, agradeceram o envolvimento dos parceiros e volun-

tários, salientando o impacto transformador do evento na comunidade.

A participação do movimento Lions, em particular do Lions Clube Santa Joana Princesa, foi decisiva para o sucesso da iniciativa, apoiando a logística, acolhendo atletas e reforçando valores de cidadania ativa e inclusão social. A CC Lucinda Fonseca e o DG António Fernando Ferreira também se associaram ao evento, demonstrando a união do movimento Lions em Portugal na defesa da dignidade e no apoio às pessoas com deficiência intelectual.

O sucesso desta edição abre portas para futuras edições internacionais em Aveiro, consolidando a cidade como referência no desporto inclusivo e demonstrando como o voluntariado Lions contribui para uma sociedade mais justa e solidária.

LIONS CLUBE DE VILA NOVA DE FAMALICÃO

Um verão marcado pela solidariedade e pelo serviço à comunidade

O Lions Clube de Vila Nova de Famalicão tem vindo a protagonizar, nas últimas semanas, um intenso conjunto de ações de serviço, sempre fiel ao lema **“Nós Servimos”**. Entre a entrega de ajudas técnicas, a realização de eventos solidários e a colaboração em iniciativas desportivas e sociais, o clube reafirma a sua missão de estar ao lado de quem mais precisa.

Entrega de ajudas técnicas a instituições famalicenses

Num esforço conjunto com o Lions Clube de Roissy Pays de France, fruto de uma parceria de longos anos, o Lions Clube de Vila Nova de Famalicão procedeu, entre 21 de julho e 1 de agosto, à entrega de diversas ajudas técnicas a instituições do concelho.

As instituições apoiadas foram:

Centro Social Paroquial de Rui-vães (25 de julho) – fraldas, batas, resguardos, pijamas e toucas descartáveis.

Centro Social Paroquial de Landim (25 de julho) – 3 camas articuladas elétricas, 2 elevadores de banho, cadeirões, cadeiras de banho e sanitárias, bengalas, cadeirão elétrico, fraldas, toucas e resguardos descartáveis.

Centro Social Paroquial de Esmériz (25 de julho) – andarilhos, elevador de sanita, bengalas, canadianas, fraldas, batas, pijamas, protetores de calçado e resguardos descartáveis.

Centro Social e Paroquial de Vale S. Cosme (25 de julho) – 3 camas articuladas elétricas, fraldas, batas, pijamas e protetores de calçado descartáveis.

Cuidar Maior (25 de julho) – cadeira



de rodas e apoio para cama.

Conferência Vicentina de S. Tiago de Antas (25 de julho) – 2 camas articuladas elétricas e packs de fraldas descartáveis.

Conferência Vicentina de Requião

(21 de julho e 1 de agosto) – camas elétricas articuladas.

Estas ajudas visam melhorar a qualidade de vida dos utentes sinalizados pelas instituições e reforçar o apoio às comunidades locais.



SUNSET SOLIDÁRIO APOIA ASSOCIAÇÃO DAR AS MÃOS ①

No dia **18 de julho**, realizou-se mais uma edição do **“Sunset Solidário Lions”**, evento destinado à angariação de fundos. Este ano, as verbas reverteram para a **aquisição de uma carrinha para a Associação Dar as Mãos**.

A atividade contou com a presença de companheiros, amigos e convidados, num ambiente de convívio e partilha, marcado pela hospitalidade dos companheiros CL Fernanda e CL Carlos Vieira de Castro, que acolheram o evento nas suas instalações.

APOIO ALIMENTAR À ASSOCIAÇÃO DAR AS MÃOS

No dia x de julho, o Lions Clube de Vila Nova de Famalicão entregou à Associação Dar as Mãos os bens alimentares recolhidos no último jantar assembleia do clube, reforçando o apoio a famílias em situação de vulnerabilidade.

TRAIL PENEDO A MOURA APOIA BOMBEIROS ②

No dia **12 de julho**, os Lions e Leos de Vila Nova de Famalicão participaram na **2.ª parceria com a Associação Mogege Aventura**, integrando o **Trail Penedo da Moura 2025**. A Caminhada Lions, incluída no evento, teve como objetivo apoiar os **Bombeiros Voluntários de Vila Nova de Famalicão**, com a totalidade das verbas angariadas a reverter para a corporação.

A atividade contou ainda com a presença do companheiro **CL Marinus Van Greuningen**, do Lions Clube de Zaventem (Bélgica), que se associou à iniciativa.

Distribuição de bens a famílias carenciadas

No âmbito do projeto **“Alívio à Fome”**, o Lions Clube da Figueira da Foz procedeu, em junho, à distribuição de bens de primeira necessidade a famílias carenciadas, devidamente recenseadas pelas Juntas de Freguesia da zona urbana.

Novos sócios, distinções e passagem de testemunho



O almoço de transmissão de funções ficou marcado pela **admissão de dois novos sócios** – o Coronel **Vítor Rodrigues** e a Enfermeira **Ivone Mouro** –, apadrinhados respetivamente pelas Companheiras **Fernanda Paula Pinheiro** e **Alice Mano-Carbonnier**.

Na mesma ocasião, foi atribuída a distinção de **“Cidadão da Figueira”** à Major-General **Ana Rita Baltazar**, natural de Tavarede, primeira mulher a alcançar o posto de Major-General da Força Aérea Portuguesa.

Houve também espaço para homenagear a **Comissão das Jornadas de Teatro Amador**, com a entrega de uma placa de reconhecimento, iniciativa da Past-Presidente **Gabriela Cardoso**.

A Presidente cessante, **Fernanda Paula Pinheiro**, emocionou-se ao agradecer o apoio recebido durante o seu mandato, sublinhando a dedicação da sua equipa mais próxima – a Secretária **Alice Mano-Carbonnier** e o Tesoureiro **Rui Fernandes**.

Seguiu-se a **passagem de testemunho** para o novo Presidente, o Companheiro **Fernando Dias Esteves**, o Lion mais antigo do país e figura incontornável do movimento em Portugal. À frente do 2.º clube mais antigo do país, com **62 anos de existência**, o novo Líder assumiu o desafio com honra e gratidão, apelando à união, amizade e renovação, destacando a entrada de novos membros “que vêm para servir e não para fazer número”.

O encontro terminou com abraços, agradecimentos e a partilha de entusiasmo para os desafios futuros.

PRESENÇA MARCANTE NA FEIRA DAS FREGUESIAS

Entre os dias **13 e 24 de junho**, durante as Festas da Cidade, o Clube marcou presença na **Feira das Freguesias**, com uma barraquinha de rifas. O objetivo foi a angariação de fundos para os projetos **“Alívio à Fome”** e **“Investigação e tratamento do cancro pediátrico”**.

“Foi um trabalho intensivo de preparação da tendinha e 12 dias de presença em horários integrais”, destacou fonte do Clube. “Agora é tempo de agradecer do fundo do coração a todos os que nos visitaram para nos saudar, conversar ou contribuir adquirindo rifas.”

O Clube deixou ainda um agradecimento à **Câmara Municipal da Figueira da Foz**, pela cedência do espaço e pelo apoio logístico.

SARDINHADA INAUGURA NOVO ANO LIONÍSTICO

arranque do Ano Lionístico 2025/2026 foi celebrado no dia **19 de julho**, com uma animada **sardinhada** no Páteo de Eventos da Junta de Freguesia de Buarcos e São Julião.

O encontro reuniu **45 participantes**, entre membros do Lions da Figueira da Foz, convidados e companheiros do Lions Clube de Coimbra.

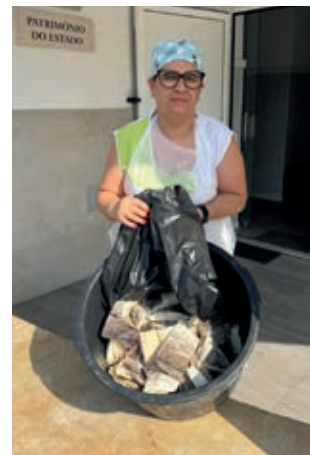
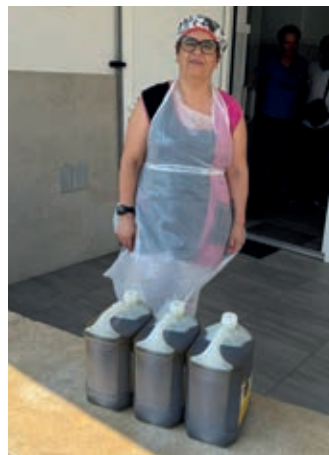
Num ambiente de amizade, companheirismo e serviço ao próximo, a tradição portuguesa deu sabor a uma jornada que simbolizou o espírito de união e de celebração do movimento.

LIONS CLUBE DE LEIRIA

Apoio contínuo aos Sem-Abrigo

O **Lions Clube de Leiria** mantém o seu compromisso com o **Centro de Apoio aos Sem-Abrigo de Leiria**, reforçando a ajuda prestada nos meses de julho e agosto. O CL **Manuel Francisco**, responsável por esta nobre atividade, procedeu à entrega da carne de um porco, destinada a enriquecer as refeições dos cerca de **50 utentes** do Centro. O apoio incluiu ainda **15 quilos de bacalhau** e **15 litros de azeite**.

Ao longo do ano – e já há vários anos consecutivos – o



Clube tem assegurado a entrega de diversos géneros alimentares, com destaque para a fruta, garantindo assim um contributo regular e significativo para o bem-estar dos mais desprotegidos.



Admissão de novos sócios e reconhecimento de percurso

Na Assembleia Geral de transmissão de funções, o Lions Clube de Leiria celebrou um momento especial com a entrega ao CL **Luciano Ramo** do **Chevron comemorativo dos seus 30 anos de dedicação como sócio Lion**.

Foram ainda admitidas duas novas Companheiras, **CL Alexandra** e **CL Marina**, que vêm reforçar a equipa de Leiria com a sua energia e vontade de servir.

Na sua intervenção, o CL **Pedro Espírito Santo** evocou com emoção o saudoso **CL Noivo**, figura marcante de Companheirismo, Amizade e Entrega ao Clube. Expressou a sua gratidão a todos os presentes, com especial destaque para o **Presidente da Câmara Municipal de Leiria, Dr. Gonçalo Lopes**.

Sublinhou ainda a importância do trabalho desenvolvido pelo **Leo Clube**, destacando o papel fundamental



que desempenha na sociedade.

Dirigindo-se ao CL **Carlos Silva**, que assume a Presidência do Clube, afirmou: “Assumir a Presidência de um Clube é um desafio constante, mas depois dessa experiência nunca mais será o mesmo. O Presidente não é o Clube, mas o Clube é o reflexo da imagem do seu Presidente.”

O momento contou também com palavras de reconhecimento ao CL **Francisco Ribeiro**, Governador do Distrito 115 Centro Sul, a quem foi feita “uma vénia pelo cumprimento escrupuloso do que

prometeu e anunciou, centrado no Companheirismo, nos Afetos e na Verdade, sem se deixar guiar por egos sem conteúdo”.

Em nome do Clube, foi-lhe entregue um **Certificado de Apreço**, como reconhecimento pelo desempenho da função de Governador do Distrito 115 Centro Sul.

Derby Solidário apoia IPO do Porto

O Lions Clube da Lusofonia, apesar de, com muita tristeza, não ter podido estar presente por ter outros compromissos, contribuiu

para a realização deste evento da Divisão V, para angariação de fundos para o IPO do Porto - ala Pediátrica. Parabéns aos membros

dos quatro Clubes, desta Divisão, que têm vindo a concretizar ações em conjunto para confirmarmos o lema - juntos servimos melhor.



CRESCIMENTO DO CLUBE 1

Com a admissão de seis novos sócios, o Lions da Lusofonia inicia um processo de crescimento do Clube, com dois objetivos: dar seguimento e incrementar cada vez mais as atividades do Clube e contribuir para o objetivo do Lions Internacional de atingir 1,5 milhões de membros.

ENCERRAMENTO DO AL2024/25 E TRANSMISSÃO DE FUNÇÕES AL2025/26 2

No dia 29 de junho, fizemos o habitual convívio de companheirismo, para encerramento do Ano Lionístico, que terminou da melhor forma, com espírito de alegria e amizade, naquele que é o “nosso” espaço de eleição a Casa do Roupeiro, em Sabariz, Braga, propriedade dos nossos companheiros Eugénia e José Augusto Alves, que gentilmente nos acolhem e nos fazem sair de lá com muita vontade de voltar. O calor atmosférico e

dos anfitriões fizeram com que este dia tivesse carga suficiente para enfrentarmos o novo AL.

LIONS EM AÇÃO - COLHEITAS DE SANGUE

Neste Ano Lionístico de 2025/26, começamos as colheitas de sangue na Freguesia de Leça da Palmeira, a primeira de mais de uma dezena, em diversas Freguesias do Concelho de Matosinhos. Com a indispensável parceria com o Instituto Português do Sangue e Transplantação e com as Juntas de Freguesias da Senhora da Hora, Custóias, Leça da Palmeira e, este ano, contamos com uma nova experiência na Freguesia de Lavra, estamos prontos para ajudar os doentes que de todos necessitam.

Assim vamos consolidando esta ação, de extrema importância para a vida, em geral, e continuamos a fazer esforços para a estender a mais locais, do concelho de Matosinhos. O alerta insistente do IPST, apelando à dádiva, por escassez das reservas de sangue, motiva-nos a fazer mais e melhor. Os doentes podem contar com o esforço do Lions!

Doação de roupas e brinquedos ①

Nos dias 16 julho e 1 de agosto, o Lions Clube do Montijo doou roupas e brinquedos na Loja Social do Montijo, Igreja Pentecostal da Graça Adonai e no Centro de Apoio à vida da Santa Casa da Mesericórdia do Montijo.



Entrega de bens aos bombeiros ②

No dia 31 de julho, o Lions Clube do Montijo respondendo ao apelo das duas Corporações de Bombeiros do Concelho do Montijo (Ca-

nha e Montijo), que se encontram mobilizados no Norte do País, no combate aos incêndios e no apoio às populações das zonas afetadas,

deu o seu contributo com a entrega de bens essenciais nas duas Corporações.

ABEL MOTA

VENCEDOR DO PRÉMIO NACIONAL
DE LITERATURA LIONS 2025

“A escrita é um exercício diário que exige disciplina e método”

Abel Mota, vencedor do Prémio Nacional de Literatura Lions 2025, fala sobre o romance *Um Pouco Mais de Sol*, a influência de Mário de Sá-Carneiro e o papel da literatura na sociedade contemporânea.

O escritor Abel Mota conquistou o Prémio Nacional de Literatura Lions 2025 com o romance *Um Pouco Mais de Sol*, uma obra que mergulha nos últimos meses da vida de Mário de Sá-Carneiro, cruzando factos históricos com imaginação literária. Em entrevista à Revista LION, o autor fala sobre o processo criativo, as suas influências, a importância da distinção e a forma como encara a literatura enquanto espaço de reflexão e transformação.

Que história está no coração da obra premiada? Pode partilhar conosco o ponto de partida deste livro?

Na génese de *Um Pouco Mais de Sol* esteve a percepção de que os derradeiros meses de vida de Mário de Sá-Carneiro, apesar de objeto de análise por parte de biógrafos e estudiosos, permaneciam, tanto quanto pude apurar, por explorar enquanto matéria ficcional. Interroguei-me então sobre o que poderia surgir do confronto entre os factos conhecidos e a imaginação literária. O livro nasce dessa tensão: não apenas para revisitar uma figura central do modernismo português, mas sobretudo para investigar os contornos

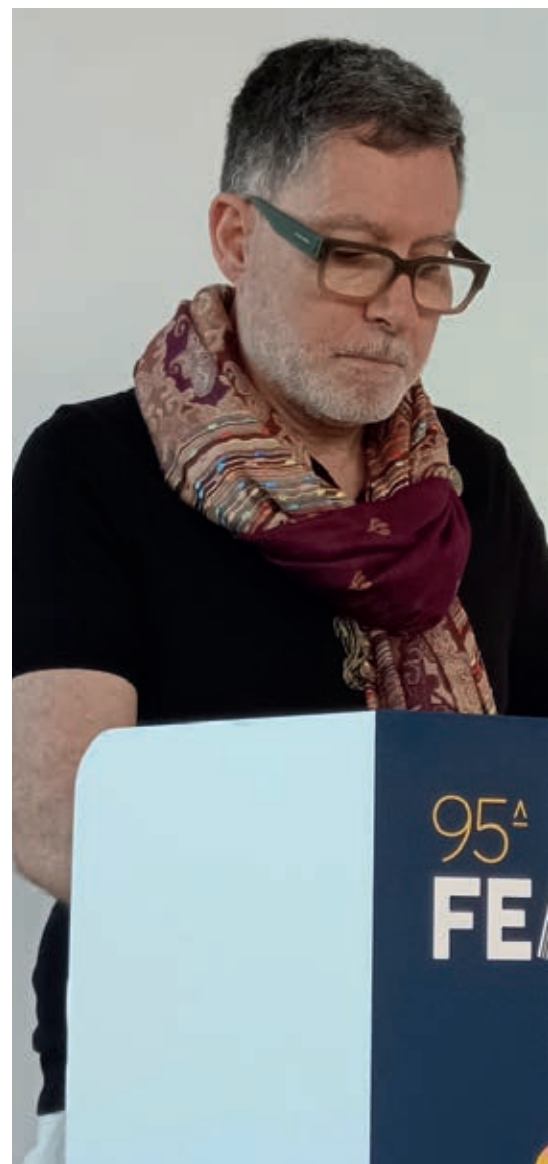
mais ambíguos da criação artística e o modo como esta se enraíza no desejo, na angústia, nos vínculos afetivos, nos gestos de fuga e, por vezes, de entrega.

Como foi o processo de criação: partiu de uma ideia clara ou a narrativa foi-se revelando à medida que escrevia?

Habitualmente, escrevo as primeiras páginas sem um rumo definido. Foi, aliás, o que sucedeu com este romance. Deixo-me conduzir pela escrita, sem saber à partida aonde me levará. No início, não havia ainda uma personagem concreta, nem a decisão de escrever sobre Mário de Sá-Carnei-

ro. Essa escolha impôs-se mais tarde, quando, tendo já delineado um certo ambiente e uma figura central, percebi que era sobre ele que queria, afinal, escrever. A partir desse momento, dediquei-me às investigações necessárias para construir personagens credíveis, tanto quanto me foi possível, e um ambiente que não traísse a época. O enredo sofreu alguns ajustes ao longo do processo, mas foi sobretudo ao nível da arquitetura do romance que senti necessidade de intervir. A estrutura inicial obedecia a uma lógica distinta, que tive de desmontar e reconstruir, até chegar à versão que apresentei a concurso e que veio a ser publicada.

Há personagens ou situações inspiradas na realidade, ou tudo pertence-





A INICIATIVA LIONS ABRE, NA MINHA OPINIÃO, UM ESPAÇO ESSENCIAL PARA QUE AUTORES COM ALGO A DIZER POSSAM VER A SUA OBRA PUBLICADA POR UMA CASA EDITORIAL DE RENOME, COMO É O CASO DA GUERRA & PAZ

ce ao universo da ficção?

Quase todas as personagens do romance têm origem em figuras reais. Aliás, chamo a atenção para esse aspeto no final da obra, onde apresento uma lista com os nomes das pessoas que estiveram na sua génese. Para lhes dar corpo, recorri a fontes diversas: obras literárias, registos genealógicos, estudos académicos, correspondência, entre outros. Procurei, sempre que possível, respeitar os dados disponíveis, tanto do domínio público como do privado, sobre essas figuras. Foi o caso de Mário de Sá-Carneiro, Carlos Augusto, José Pacheco, entre outros. No caso de personagens sobre as quais encontrei apenas referências esparsas, como Carlos Franco, Mimi ou José d'Araújo, houve maior margem

para a invenção. Ainda assim, há duas personagens inteiramente ficcionais: Luís e Angelina, os caseiros da família Sá-Carneiro no romance. Foram criados por mim, e os seus nomes são uma homenagem aos meus pais.

O que representa para si a escrita? É uma vocação, uma necessidade, um ato de resistência...?

Escrever é, antes de mais, para mim, um exercício diário que exige disciplina e método. Mas é também e sobretudo um gesto interior que só se justifica quando há algo a dizer. Com esta obra, o que pretendi não foi apenas convidar à leitura de Mário de Sá-Carneiro, mas sobretudo recordar que, por detrás da obra, existiu um homem com dilemas, fragilidades e desejos. Interessou-me, acima de tudo, colocar em evidência questões que continuam a atravessar o nosso tempo: a construção da identidade, os vínculos afetivos, os projetos que se alimentam do sonho e, talvez mais incisivamente, esse vazio interior que, se não pertence a todas as épocas, se tornou pelo menos incontornável na nossa.

“Escrevo desde muito novo”

Como e quando descobriu que queria ser escritor?

Escrevo desde muito novo. Guardo ainda, numa pasta preta no fundo de uma gaveta do meu escritório, os poemas que fui escrevendo ao longo dos anos. Tinha cerca de dez anos quando comecei a preencher cadernos com o esboço do que poderiam ter sido romances; outras vezes, recortava imagens de revistas antigas e inventava histórias a partir delas. Mais tarde, arrisquei alguns textos infantojvenis, que nunca saíram do arquivo do meu computador. Posso, por isso, dizer que a escrita me acompanha desde sempre, não como vocação, mas como lugar de enraizamento, como uma forma de estar no mundo.





ESCREVER É, ANTES DE MAIS, PARA MIM, UM EXERCÍCIO DIÁRIO QUE EXIGE DISCIPLINA E MÉTODO

tes: *não vás por aí!*, o que se aplica tanto aos temas como à forma, incluindo o léxico. Se há convicção que este prémio veio reforçar é a de que, como escreveu José Régio, «*Não sei por onde vou, só sei que não vou por aí*». Rejeito os atalhos, o apelo das multidões. Não porque não deseje chegar ao maior número de leitores possível, claro que sim!, mas porque há limites que me imponho: o de não trair a minha voz, o de não abdicar de uma escrita em que me reconheça.

Como teve conhecimento do Prémio Nacional de Literatura Lions?

Enquanto autor que deseja ser lido e publicado, acompanho com atenção os prémios literários que vão surgindo. Acredito que, para quem está a começar, esses prémios são, muitas vezes, a via mais promissora para alcançar a publicação e encontrar leitores. A notícia do prémio Lions surgiu nessas pesquisas que faço através da Internet.

Já tinha ouvido falar do Lions antes?

Já tinha ouvido falar do Lions, embora desconhecesse que se trata de uma organização filantrópica com presença em inúmeros países e uma forte presença no nosso, algo que vim a saber logo após ter sido galardoado, e que não posso deixar de saudar.

Que importância atribui a iniciativas como esta, que aproximam a literatura da sociedade civil?

Que autores ou obras mais o influenciaram ao longo do seu percurso?

Ao longo do meu percurso, influenciaram-me sobretudo os autores do romantismo e do realismo-naturalismo francês, talvez porque encontrei nos seus textos uma combinação rara: histórias bem construídas, atmosferas densas e um vocabulário de uma riqueza extraordinária. Refiro-me a Flaubert, Balzac, Maupassant, Zola. Mas há outros nomes que me marcaram profundamente, pelo olhar oblíquo, por vezes incómodo, que lançam sobre a vida: Lautréamont, Verlaine, Baudelaire, os chamados «poetas malditos», cuja

marginalidade estética e existencial sempre me pareceu mais lúcida do que excêntrica. Mas não poderia deixar de lado os portugueses Eça, Camilo, Júlio Dinis, Abel Botelho, Pessanha, Sá-Carneiro, Pessoa, pelas mesmas razões.

Que significado atribui à distinção com o Prémio Nacional de Literatura Lions?

Receber o Prémio Lions foi, para mim, uma forma de validação não apenas daquilo que tenho para dizer, mas também das palavras com que escolho dizê-lo. Ao longo do tempo, tenho escutado advertências frequen-

A iniciativa Lions abre, na minha opinião, um espaço essencial para que autores com algo a dizer possam ver a sua obra publicada por uma casa editorial de renome, como é o caso da Guerra & Paz. Para além do valor monetário do prémio, o que verdadeiramente importa é a projeção que ele confere, permitindo que vozes emergentes alcancem leitores e lugares a que, de outro modo, dificilmente chegariam com tanta celeridade.

Que papel acredita que a literatura pode ter na formação das consciências, sobretudo num tempo marcado por tanta fragmentação e ruído?

Para além do prazer estético, vejo a literatura como um espaço onde se encontram diferentes formas de olhar o mundo e de estar na vida: as do autor, do texto, do leitor e do contexto em que tudo acontece. É um espaço para partilhar experiências e criar empatia, embora seja importante lembrar que a literatura também pode refletir conflitos e desigualdades sociais.

Quem escreve dedica esforço e in-

PARA ALÉM DO VALOR MONETÁRIO DO PRÉMIO, O QUE VERDADEIRAMENTE IMPORTA É A PROJEÇÃO QUE ELE CONFERE

tenção, numa relação complicada com o próprio texto. Do lado de quem lê, há o desafio de sair do próprio ponto de vista, de tentar «calçar os sapatos dos outros», não só do autor, mas das várias vozes que aparecem no texto. Tudo isso sabendo que cada leitor traz consigo a sua própria maneira de entender e sentir as coisas.

A literatura, assim, cria um espaço onde podemos rir e chorar, pensar e

julgar outrem, sem que essas emoções nos atinjam de imediato no dia a dia. Mas, ao mesmo tempo, essa experiência pode mudar-nos paulatinamente, mexendo com o que sentimos e pensamos e com a forma como vemos o mundo, desde que estejamos dispostos a deixar isso acontecer.

Já está a trabalhar num novo projeto literário? Pode levantar um pouco o véu?

Estou a trabalhar num projeto que já entrou na sua reta final. Trata-se de um romance com uma voz distinta da de *Um Pouco Mais de Sol*, ambientado na mesma época, embora com uma mudança significativa do espaço onde a ação decorre.

Que mensagem gostaria de deixar aos leitores da Revista LION?

Muito obrigado por terem lido *Um Pouco Mais de Sol*. Desejo a todas e todos muitos sucessos e espero ter a oportunidade de vos encontrar um dia, para conversarmos sobre livros e escritores.



RECEBER O PRÉMIO LIONS FOI, PARA MIM, UMA FORMA DE VALIDAÇÃO NÃO APENAS DAQUILO QUE TENHO PARA DIZER, MAS TAMBÉM DAS PALAVRAS COM QUE ESCOLHO DIZÊ-LO



We Serve

Liderar para Servir, Servir para Liderar.