

# DESCENDÊNCIAS

M A G A Z I N E





Lisboa, Paris, Marraquexe



+351 211 978 542



## Consultoria fiscal e de gestão

Business Adviser, Gabinete de Contabilidade  
Processamento de Salários, apoio fiscal e ao estatuto RNH  
Duas décadas a apoiar empresas



[info@cisterdata.pt](mailto:info@cisterdata.pt)



[www.cisterdata.pt](http://www.cisterdata.pt)

## **p/ 06 e 07.**

Dia das Comunidades Portuguesas Por José Governo  
Eleições Europeias. Por Philippe Fernandes, Presidente da AILD

## **p/ 12.**

Grande Entrevista  
Major General Arnaut Moreira

## **p/ 32.**

O Papel Vital dos Conselheiros das Comunidades  
nas Associações Portuguesas em Lyon  
Por Emília de Campos Macedo, Conselheira das Comunidades Portuguesas

# N E S T A E D I C Ā O

## **p/ 38.**

História Social de Angola.  
Depoimento de Horácio Dá Mesquita

## **p/ 42.**

Artes e Artistas Lusos, Henrique Levy  
Por Terry Costa, Presidente do Conselho Cultural da AILD

## **p/ 66.**

A diáspora portuguesa e as exportações e importações  
Por Fundação AEP

# Obra de capa

Artista Plástica: Cristina Troufa

Dimensões: 100 x 80 cm

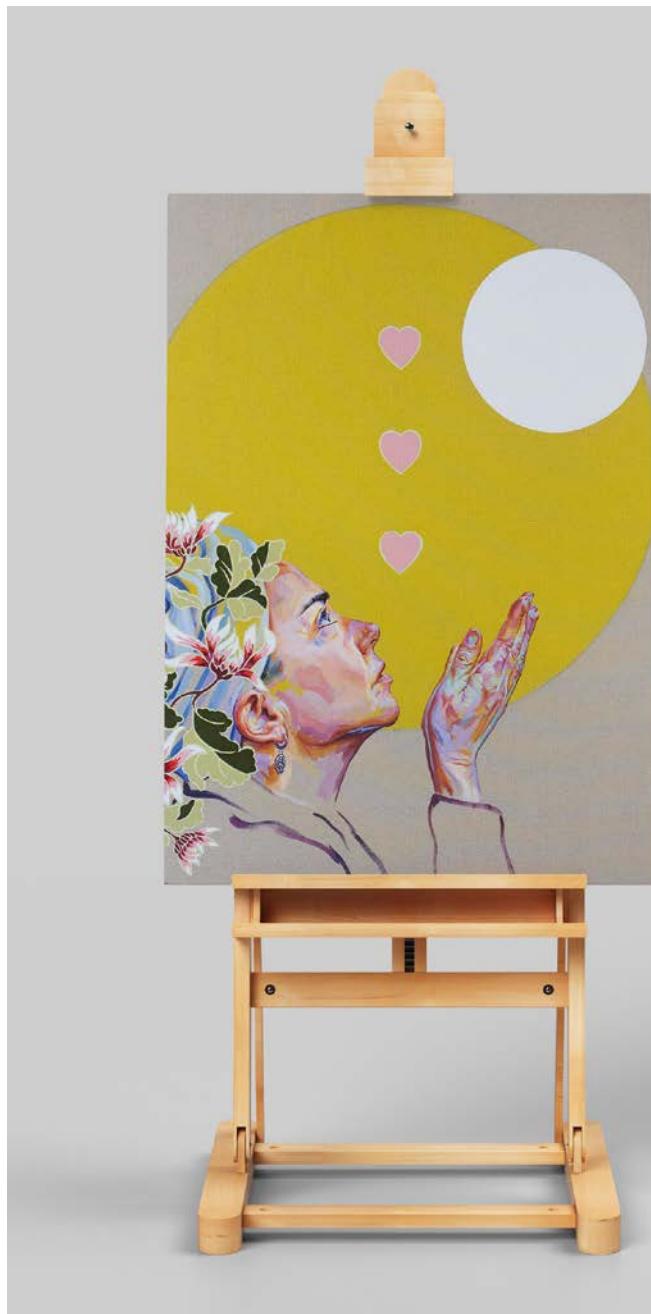
Técnica: Acrílico sobre tela

## O amor é graça

Da alma para o mundo e para os astros, viajam assim as ideias de amor. Defini-lo pode nem sequer atribuir-lhe vida, sensação ou alegria. Não se pode definir o verbo amar sem adjetivar. Amor é dádiva, tríptico vertical de corações em simetria: paixão, autoestima e atração universal.

Nas definições de amor residem a serenidade, o sorriso e o questionamento interior em flor, em cor, contemplação que se solta de dentro para fora, da alma para o mundo e para os astros. O amor é gratidão infinita.

Pedro Almeida Maia,  
escritor



[obrasdecapa.pt](http://obrasdecapa.pt)

F T

Diretora Fátima Magalhães | Diretora Adjunta Gilda Pereira | Editores Carolina Cunha, Carolina Muralha, Cristina Passas, Diana Correia, Eduarda Oliveira, Flávio Alves Martins, João Vieira, José Governo, Mafalda Lourenço, Marco Neves, Maria do Carmo Mendes, Marinela Cerqueira, Marta Costa, Melissa da Silva, Paula Cristina Veiga, Philippe Fernandes, Sílvia Faria de Bastos, Vitor Afonso | Revisão Fatinha Pinheiro | Design Gráfico Amostra de Letras | Estatuto editorial <https://descendencias.pt/estatuto-editorial/> | Editor e Proprietário Amostra de Letras Lda, NIF 515975591 | Administração Fátima Magalhães - 100% capital | Periodicidade Mensal | Contactos E: info@descendencias.pt W: descendencias.pt T: 309 921 350 | Publicidade E: publicidade@descendencias.pt | Anúncios A Amostra de Letras Lda, não é responsável pelo conteúdo dos anúncios nem

pela exatidão das características e propriedades dos produtos e/ ou bens anunciados. A respetiva veracidade e conformidade com a realidade são da integral e exclusiva responsabilidade dos anunciantes e agências ou empresas publicitárias | Direitos Em virtude do disposto no artigo 68º nº2, i) e j), artigo 75º nº2, m) do Código do Direito de Autor e dos Direitos Conexos artigos 10º e 10º Bis da Conv. de Berna, são expressamente proibidas a reprodução, a distribuição, a comunicação pública ou colocação à disposição, da totalidade ou parte dos conteúdos desta publicação, com fins comerciais diretos ou indiretos, em qualquer suporte e por qualquer meio técnico, sem a autorização da Amostra de Letras Lda | Sede Editor/Redação Rua dos Almocreves, 44 4455-029 Lavra - Matosinhos | Registo ERC 127522 | Edição 43, julho 2024 - GRATUITA.

# Editorial

*Caros Leitores*

Que magnífica obra sobre o amor que Cristina Troufa nos presenteia neste mês de julho, emoldurada pelas sublimes palavras de Pedro Almeida Maia. Não perca, o olhar e a leitura. Recordamos o 10 de junho e as eleições europeias e partimos em descoberta da George Executive Advisors. Com uma carreira exemplar nas Forças Armadas Portuguesas e vasto conhecimento em geopolítica e segurança internacional, o Major-General Filipe Arnaut Moreira é o grande entrevistado desta edição da Descendências Magazine: a guerra entre a Rússia e a Ucrânia, a instabilidade no Médio Oriente, os desafios das novas tecnologias no campo de batalha, a importância das alianças militares para a manutenção da paz mundial, as ameaças emergentes à segurança global, e as dinâmicas de poder que moldam o nosso mundo. Imperdível! Destacamos o papel vital dos Conselheiros das Comunidades Portuguesas, e de uma “secreta poeta”, nascem Cravos da Liberdade. Horácio Dá Mesquita “é uma cacimba da cultura axiluanda” e a Plataforma História Social de Angola foi escu-

tar a sua mestria e sabedoria. Poeta, romancista e ensaísta e portador de uma identidade com várias pertenças, Henrique Levy, é autor de oito romances, um deles galardoado com o Prémio Literário Natália Correia, e de oito livros de poesia. A não perder! Renata Ramalhosa, CEO da Beta-i Latam destaca a importância do papel da diáspora Portuguesa no apoio à economia nacional, e apresentamos as iniciativas de resiliência global da FAO - Organização das Nações Unidas para a Alimentação e Agricultura. Trazemos novas dicas de bem-estar e as sementes relegadas de outros tempos. Eduarda Oliveira esclarece-nos sobre os desafios na saúde integrados na Agenda 2030, mergulhamos nas importações exportações e fazemos uma paragem para contemplar a obra de Eduardo Amaro. Percebemos pela Mariana Rabaçal que em Portugal é que se está bem, e “já agora”, é erro de português? Pelo sim pelo não, faça um backup, para sua segurança. Desfrute do verão no nosso Portugal, na praia ou no campo, aproveite e percorra a Descendências de uma ponta à outra. Até agosto!



Gilda Pereira  
Diretora Adjunta

| A C O N T E C E U

# Dia de Portugal, de Camões e das Comunidades Portuguesas

O Dia de Portugal, de Camões e das Comunidades Portuguesas é celebrado anualmente a 10 de junho. Este dia presta homenagem a Portugal, aos portugueses, à cultura lusófona e à presença portuguesa no mundo. Este ano, esta data foi antecedida pelas eleições europeias, igualmente um símbolo da presença portuguesa, no caso, na Europa.

As comemorações do Dia de Portugal, de Camões e das Comunidades Portuguesas além do programa oficial em Portugal teve, depois, também, continuidade na Suíça, com a presença do Presidente da República e do Primeiro-ministro. Mas as celebrações desta data importante para Portugal e para os portugueses não se ficaram apenas pela Suíça, pois, onde existe presença portuguesa no mundo, seja através das representações diplomáticas, seja através das associações, ocorreram inúmeras celebrações, onde vários membros do governo marcaram também, presença em diversos países do mundo, junto das comunidades portuguesas locais.



A Associação Internacional dos Lusodescendentes – AILD, esteve particularmente atenta e a acompanhar as diferentes celebrações que foram acontecendo pelo mundo, sobretudo, onde temos representantes da AILD, reconhecendo a sua importância, e valorizando assim, as nossas comunidades portuguesas espalhadas pelo mundo, os verdadeiros embaixadores de Portugal, promotores da cultura lusófona.

Incluir as Comunidades Portuguesas nas comemorações e celebrações do Dia de Portugal, é sem dúvida uma homenagem à presença portuguesa no mundo e que faz todo o sentido, devendo a cada ano ser reforçada essa mesma homenagem, por tudo aquilo que estes concidadãos representam

no mundo e para Portugal.

Este é sem dúvida um dia repleto de significado e simbolismo e que deve servir para celebrar as conquistas do passado, reconhecer os desafios do presente, olhar para o futuro com esperança e otimismo e ainda, um lembrete da importância de preservar a língua portuguesa.

Mas estas celebrações devem sobretudo, servir também, para fortalecer os laços entre Portugal e as suas comunidades espalhadas pelo mundo, que tanto representam para Portugal. E para reforçar a importância de Portugal no mundo, nada melhor do que citar o poeta Fernando Pessoa que escreveu um dia: «Minha pátria é a língua portuguesa». É assim, o mesmo que afirmar, que para mais de 200 milhões de pessoas espalhadas pela Europa, África, América do Sul e Ásia essa pátria chama-se Língua Portuguesa. Um abraço fraterno da AILD a todos os portugueses, com destaque, neste dia, às Comunidades Portuguesas espalhadas pelo mundo.

O nível de abstenção continua elevadíssimo, não espelhando o grau de importância do Parlamento Europeu, no nosso dia-a-dia, sem que muitas vezes nos apercebamos disso. Não esqueçamos que o PE tem poder Legislativo, Orçamental, Supervisão, Consultivo, elegendo o Presidente da Comissão Europeia. As instituições europeias determinam, e muito, não só o enquadramento jurídico português mas também a atuação do Governo de Portugal. Portanto a legislação europeia, influencia todo o nosso quotidiano, com impactos profundos na economia, ambiente, direitos sociais, educação e mobilidade, segurança, justiça e até ambiente e

daí a importância de escolhermos bem os nossos representantes. Portugal através dos seus residentes, tem a possibilidade de escolher deputados europeus, e também, através dos lusodescendentes e portugueses residentes noutros países, tem a capacidade de escolher mais deputados que podem defender os interesses de nacionais. Temos que elogiar a oportunidade de se votar em Portugal, em qualquer mesa de voto, facilitando o exercício deste importante dever cívico, e pelo sucesso da medida, seria incompreensível não estender a sua aplicação a todas as outras eleições. Nestas eleições cada voto tem igual valor, ao con-

| AILD

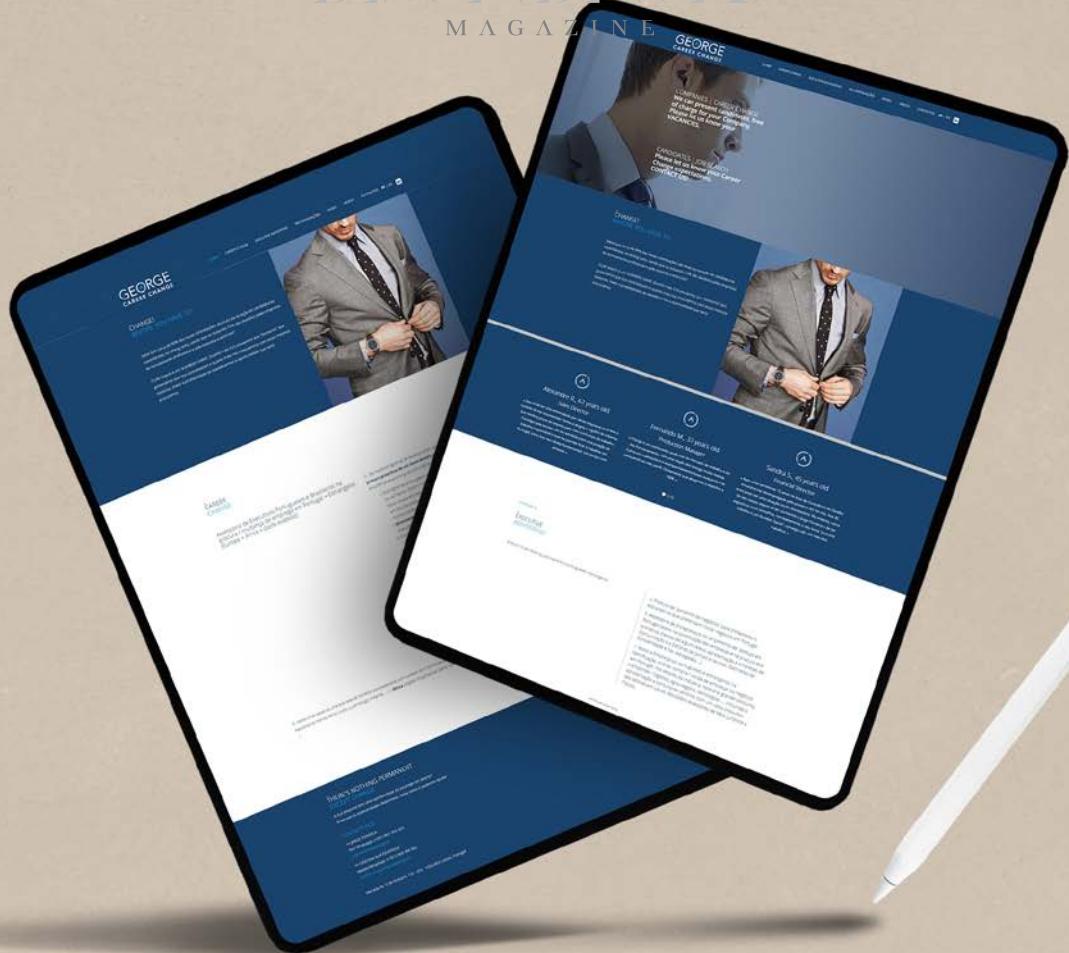
# Eleições Europeias

trário do que acontece nas eleições legislativas nacionais. É hora de se alterar esta situação, para que cada voto seja valorizado e tenha igual peso na nomeação de deputados. Já que é preciso introduzir mais alterações, convinha repensar a justeza dos círculos eleitorais, pois os votos dos portugueses residentes no estrangeiro elegem menos deputados que muitos círculos eleitorais nacionais. Existe uma profunda injustiça a esse respeito, os portugueses não são igualmente representados na Assembleia da República, o que contribui para a divisão entre os portugueses de cá e de lá. Deveríamos encontrar forma de reforçar a unidade nacional.

As eleições europeias não são portanto uma oportunidade de oferecer umas reformas douradas a uns políticos, mas sim a oportunidade de eleger representantes que saibam impactar positivamente o nosso dia-a-dia, contribuindo na determinação das decisões e políticas europeias. Estes deputados devem ser nossos representantes, para moldarmos o futuro de Portugal dentro da UE. A participação ativa dos cidadãos portugueses é essencial para garantir que as políticas europeias refletem as nossas necessidades e aspirações. Cabemo-nos portanto o dever de votar e de escrutinar a ação dos mesmos.



**Philippe Fernandes**  
Presidente da AILD



| E M P R E S A A S S O C I A D A

# GEORGE Executive Advisors

Comecemos a nossa conversa por conhecer um pouco melhor o percurso de Jorge Fonseca.

Como decidiu fundar a GEORGE Executive Advisors? Qual foi a motivação por trás da criação da empresa?

Resolvi fundar a GEORGE há 9 anos, dado que considerei que já era altura de me lançar por conta própria, depois de ter criado este negócio de assessoria de Executivos na procura de novos projetos profissionais 5 anos antes no seio da última empresa de Executive Search onde exercei funções.

Atualmente, quais são os principais serviços disponibilizados pela GEORGE Executive Advisors e a quem se destinam?

Prestamos assessoria a Executivos e quadros intermédios na procura/ mudança de emprego em Portugal e no estrangeiro, Espanha, Angola, Moçambique, África em geral, República da Irlanda, e Golfo Arábico.

Quais são as características distintivas da sua marca em comparação com outras empresas do mesmo ramo?

Eu presto assessorias de Career Change a Executivos e quadros intermédios há já 14 anos, detenho e mantendo uma vasta rede de contactos com Executivos líderes de opinião dos mais diversos setores de atividade em Portugal e no estrangeiro fruto do elevado número de candidatos que coloquei e/ou contratei ao longo dos 22 anos de trabalho, primeiro como head hunter e posteriormente como career change consultant, privilegiamos um con-



Jorge Fonseca, CEO da George Executive Advisors

tacto próximo, proativo e personalizado com cada um dos clientes e detemos um partnership com o Grupo PERSONA (Espanha) – uma consultora líder nas áreas do desenvolvimento organizacional e do outplacement.

**Quais são os valores fundamentais que guiam o trabalho da GEORGE Executive Advisors e como é que estes se refletem nas suas iniciativas?**

Confiança, credibilidade, know-how. Muito nos honra ter um expressivo conjunto de clientes seniores que estamos a assessorar pela terceira vez e que desafiam amigos a contratar os nossos serviços.

**Quais são os principais desafios que enfrentou ao empreender no ramo da GEORGE Executive Advisors e como os superou?**

Criei há 14 anos uma área de negócio que praticamente não existia em Portugal, de assessoria aos próprios Executivos e quadros intermédios na procura proativa de novos projetos profissionais com base em Portugal, e no estrangeiro, que me obrigou a um pesado esforço de aprendizagem, evangelização e atração de clientes/candidatos.

Ao longo dos anos, tenho vindo a assessorar com sucesso um crescente número de Executivos e quadros empresariais a evoluírem profissionalmente e a incrementarem expressivamente os seus packages salariais, a afastarem-se de chefes, colegas, e empresas tóxicas e a mudarem, os quais na sua maioria me ficam eternamente gratos.

**Trabalha com clientes fora de Portugal?**

**Os serviços da GEORGE Executive Advisors estão presentes em que países?**

Trabalhamos com base em Lisboa, com idas periódicas ao Porto e Aveiro, e estamos a assessorar candidatos portugueses, brasileiros e angolanos, residentes em Portugal, Espanha, Brasil, Angola, Senegal, Uganda, Bélgica, Luxemburgo, China, Qatar e Israel.

**Quais são os principais planos de expansão ou novos serviços que a empresa tem para o futuro?**

Presentemente procuro continuar a ganhar a confiança e conseguir ter crescentes taxas de sucesso na recolocação de Executivos e quadros de 1<sup>a</sup> e 2<sup>a</sup> linha de empresas de referência com 50+ anos.



O que podemos continuar a esperar da GEORGE Executive Advisors num futuro próximo?

Continuar a manter-me como um consultor de referência de Career Change, que se mantém na vanguarda do conhecimento na área de especialidade.

Pode partilhar algumas das principais conquistas da GEORGE Executive Advisors ao longo dos últimos anos e como é que estas contribuíram para o seu posicionamento no mercado?

Algumas das minhas grandes conquistas foram ter assessorado um sem número de clientes/ candidatos a encontrarem o desafio profissional que muito ambicionavam, ter tirado do desemprego um vasto número de pessoas e ter hoje um crescente número de empresários, clientes e antigos clientes que “obrigam” terceiros a contratar os meus serviços.

Como sente a portugalidade? É um tema presente na sua empresa?

Sim, há um crescente numero de cidadãos residentes no exterior que valorizam os valores da portugalidade, especialmente os que residem no Brasil, Angola e Moçambique.

A AILD está a criar uma rede internacional de pessoas que se vão poder interligar e colaborar entre si. Como vê este projeto e quais as vossas expectativas?

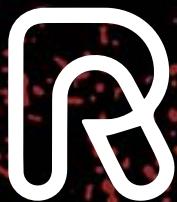
Com grande interesse e expectativa.

Tendo em consideração que esta entrevista será lida por muitos empresários espalhados por todo o mundo, que palavras deixaria sobre a AILD relativamente a esta plataforma global?

Desejo-vos os maiores êxitos.



**João Vieira**  
Diretor Geral AILD - Negócios & Empresas



R E A L C E S

E X P O S I Ç Ã O   T Á T I L  
T E R R I T Ó R I O S   C U L T U R A I S

Envolver as pessoas  
cegas ou com baixa  
visão no universo  
das artes

realces.pt

Venha explorar a arte através do toque  
Uma exposição única!

Entrada livre

Patente ao público  
até ao dia 31 de julho



MUNICÍPIO DE  
GUIMARÃES

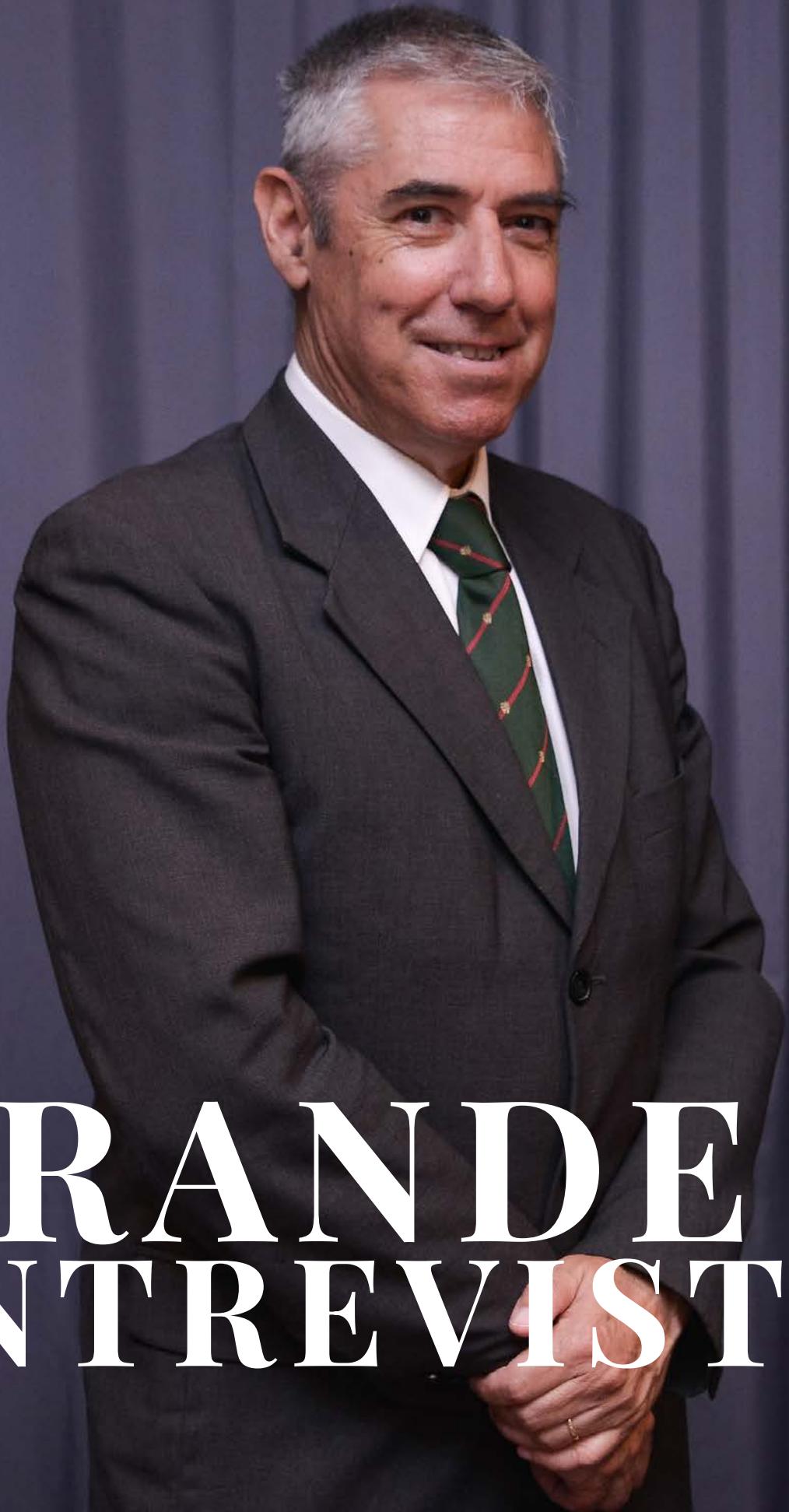


aild  
associação internacional  
dos lusodescendentes



Biblioteca Municipal Raul Brandão

# GRANDE ENTREVISTA



# ARNAUT MOREIRA

MAJOR GENERAL

*Numa conversa descontraída com a nossa revista, o Major-General Filipe Arnaut Moreira partilhou a sua visão sobre os conflitos atuais, incluindo a guerra entre a Rússia e a Ucrânia, a instabilidade no Médio Oriente, e sobre a resposta da NATO e da União Europeia a estas crises. Os desafios das novas tecnologias no campo de batalha, a importância das alianças militares para a manutenção da paz mundial, as ameaças emergentes à segurança global, foram também temas em debate na conversa que aprofundou ainda as dinâmicas de poder que moldam o nosso mundo.*



© Tiago Araújo

Nasceu em Coimbra em 1959. É licenciado pela Academia Militar e pelo Instituto Superior Técnico e diplomado pelo Collège Interarmées de Défense, Paris. Oficial de Intelligence na NATO, em Madrid, subdiretor-geral de Política de Defesa Nacional, chefe do Gabinete do Ministro da Defesa Nacional, diretor de Comunicações e Sistemas de Informação do Exército, Professor de Geopolítica e Geoestratégia no Instituto de Altos Estudos Militares e na Universidade Nova, são alguns dos cargos que exerce ou exerceu ao longo da sua carreira profissional. Deixando agora as posições e ofícios de lado, quem é Filipe Arnaud Moreira?

Eu sou uma pessoa que podemos encontrar no metro, na fila do supermercado, na caixa multibanco, em todas as áreas em que posso contactar com as pessoas, eu estou lá. Mexo-me com muito à vontade, sou uma pessoa muito exposta e gosto desse contacto com as pessoas. Nada me faz mais feliz do que estar no meio de pessoas. É por isso que eu escrevo pouco, porque a escrita é um ato muito solitário. E eu sou uma pessoa muito social, que se sente bem no meio das pessoas, e é aí que eu procuro desenvolver a minha atividade. Gosto sempre de dizer que o melhor tempo que temos é o tempo que dispensamos aos outros. Esse é, de longe, o melhor tempo que nós temos.





Recentemente, lançou o livro “O Domínio do Poder”, que oferece uma visão organizada e integrada sobre os grandes desafios das democracias liberais e da Humanidade. Na sua opinião, quais são os desafios mais urgentes que as democracias liberais enfrentam hoje? E como podem os líderes mundiais usar o poder de forma responsável e eficaz para enfrentar estas ameaças e promover a paz e a estabilidade globais?

Eu caracterizaria, antes de chegar às democracias liberais, a atual dinâmica da geopolítica mundial segundo três traços que me parecem importantes.

O primeiro deriva da globalização. A globalização é um fenómeno antigo, os portugueses colaboraram nessa abertura do espaço económico global, mas foi um processo que foi entregue exclusivamente à esfera de natureza económica. Os grandes atores económicos tiveram a responsabilidade de desenvolver a globalização. Deixaram de lado e ultrapassaram a política e a política somos todos nós. É a nossa vontade expressa naquilo que são as instituições que nós elegemos. Ora, a globalização operou sem que a política sobre isso tivesse influência ou limitação.

As sociedades ocidentais sempre pensaram que o poder económico era, depois do final da Guerra Fria, o poder dominante, que nós podíamos formar e condicionar a sociedade internacional através do poder económico que residia no Ocidente. Mas com a globalização nós transferimos este poder económico para a Ásia e, portanto, a Ásia utilizou o poder económico para desenvolver outras áreas de poder que nós sacrificámos.

Enquanto nós investimos no bem-estar social das populações, na distribuição de riqueza, alimentámos o sonho de uma paz justa e universal, as sociedades asiáticas investiram no instrumento de natureza militar, como um instrumento credível para impor o seu poder. Nós cedemos poder e quem recebeu esse poder transformou o poder económico em poder de natureza militar. Somos hoje confrontados exatamente com esta dificuldade de termos deixado cair o instrumento militar, que demora muito tempo a criar, mas que, para ser perdido basta meia dúzia de anos de falta de investimentos.

Por último, as sociedades digitais. Nós tínhamos antigamente, no nosso esquema de natureza mental, a ideia de que o cidadão expressava a sua vontade livremente e tinha, através dos seus representantes em instituições como os parlamentos, uma expressão da sua vontade. Era uma democracia de natureza representativa. As sociedades digitais vieram alterar isso porque trouxeram o poder para o cidadão, outra vez. Hoje em dia, um cidadão normal pode ser muito mais influente nas suas opiniões do que qualquer deputado eleito. Nesse sentido, um dos problemas das nossas democracias e da forma como nós visualizamos a organização das democracias liberais confronta-se com a retirada do poder das instituições representativas e a sua devolução a atores não controláveis que são as pessoas.

Este é outro dos grandes desafios, o empoderamento que as tecnologias digitais vieram dar a novos atores na cena internacional.

“O Domínio do Poder” discute os velhos e novos atores na arena internacional. Como vê a evolução do papel de potências tradicionais como o Ocidente em comparação com os emergentes, como a Rússia e a China? Que estratégias as democracias liberais devem adotar para se manterem relevantes e influentes num cenário global em constante mudança?

O poder, como eu procuro explicar no meu livro, é aquilo a que eu chamo “o motor das relações internacionais”. Nós, na física, não conseguimos produzir trabalho sem gastar energia. E no sistema internacional, nós não conseguimos produzir mudança sem utilizar poder. O poder é a energia do sistema internacional. O poder tem muitas formas, reveste-se de muitas formas. A mais tradicional e conhecida é o poder de natureza militar, mas à medida que as sociedades foram evoluindo, foram construindo outras formas de poder. O poder económico, o poder diplomático, o poder político nas instituições multilaterais, há muitas formas hoje em dia de podermos exercer o poder e nem todas são iguais.

O que eu explico no “Domínio do Poder” é que nós vamos-nos dar muito mal nos próximos anos, por termos deixado cair o instrumento militar. O instrumento militar não são apenas os equipamen-



© Tiago Araújo

tos, são também os meios humanos que é preciso recrutar e formar, é também a doutrina que é preciso desenvolver e é uma imensa lista de espera para os equipamentos militares sofisticados. Se eu hoje em dia decidir comprar um avião sofisticado, um F-35, por exemplo, eu vou entrar numa imensa lista de espera. Vai demorar muitos anos até que os primeiros aviões cheguem, e isto é uma crítica que eu faço muito direta e objetiva às elites políticas europeias. Deixar cair o instrumento militar vai fazer com que, quando ele for necessário, ele não exista.

A guerra entre Israel e o Hamas deu início a um dos tempos mais turbulentos da história recente do Médio Oriente, região que tem sido marcada por conflitos contínuos e complexos. Aliás, no seu livro “O Domínio do Poder” afirma que o Médio Oriente é uma coleção de tragédias sucessivas. Na sua análise, quais são os fatores históricos, culturais e políticos que explicam a persistência destes conflitos ao longo dos anos? Como é que as dinâmicas de poder entre os diferentes atores regionais influenciam a estabilidade da região?

Há uma característica muito própria do Médio Oriente, é que está sempre em conflito. Nunca se conseguiram estabelecer os equilíbrios dinâmicos de natureza de distribuição de poder no Médio Oriente, por forma a que esses poderes se anulassem. Aliás, a intervenção ocidental no Iraque veio destruir o regime de Saddam Hussein e libertar toda a energia do regime iraniano para fazer o que entendesse no Médio Oriente. Portanto, a questão do Médio Oriente é uma questão dos equilíbrios de poder que se conseguem gerar ali. Esses equilíbrios de poder têm dois atores principais e esses atores têm motivações de natureza religiosa por trás. Temos, por um lado, o sunismo, cujo principal intérprete é a Arábia Saudita e o xiismo, cujo principal intérprete é o Irão. E quer a Arábia Saudita, quer o Irão, têm entre si uma guerra surda que não vai acabar, porque não é possível ignorar a importância do fator religioso. A Europa conhece bem as guerras fraticidas que teve, por causa das guerras de natureza religiosa.

Eu posso ser luso-brasileiro, mas eu não consigo ser simultaneamente judeu e cristão, ou xiita e sunita. É um as-



© Tiago Araújo

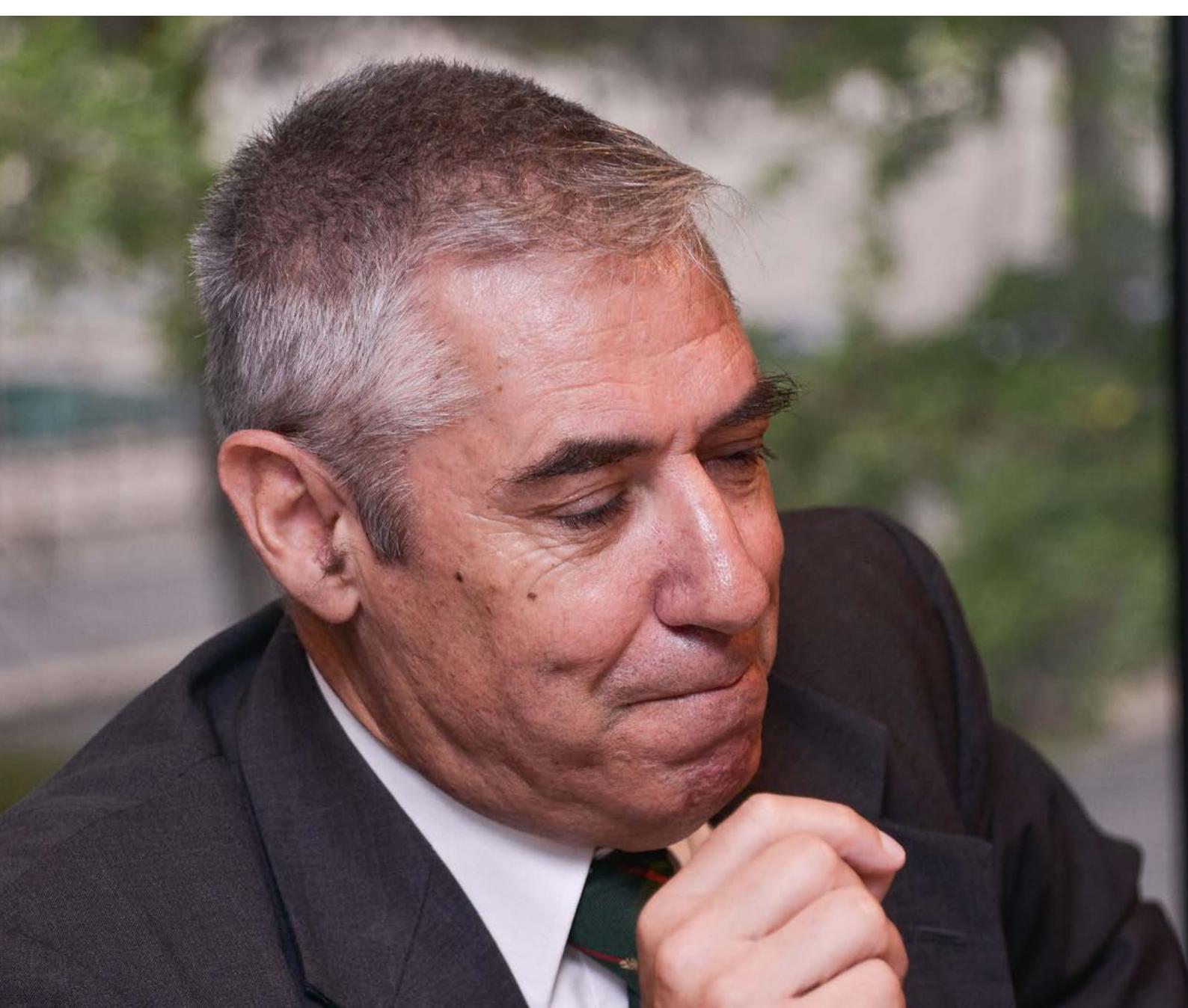
pecto muito identificador que tem duas dinâmicas associadas. A primeira dinâmica tem a ver com a prática religiosa. Muitas destas religiões, das grandes religiões, são praticadas de forma coletiva. Não são como as religiões orientais, que são praticadas de forma individual por cada uma das pessoas, e isto transforma as sociedades, a partir do momento em que transfere para a rua e para a sociedade, todo o peso da manifestação de natureza religiosa. Isto é, não é possível conter na esfera privada as religiões.

A segunda questão tem a ver com os ódios seculares que se foram gerando pela história, porque a religião também foi utilizada pelo poder político para obter ganhos substanciais conjunturais.

No Médio Oriente, todos os territórios são sagrados, porque, em qualquer uma daquelas pedras, aconteceu qualquer coisa de natureza religiosa. E, portanto, é tudo sagrado. Eu não posso entregar um bocadinho de território, porque esse território tem lá um conjunto de recordações de natureza religiosa que o torna não negociável. Este é o drama do Médio Oriente.

A recente escalada de tensão entre Israel e Palestina voltou a chamar a atenção mundial. Quais são, na sua opinião, as principais consequências geopolíticas deste conflito? Como é que uma intervenção de potências estrangeiras altera a dinâmica do conflito e quais são os caminhos possíveis para a paz?

A paz é um conceito muito difícil de definir. O que significa que, primeiro, os conflitos são muito mais atrativos que a paz, do ponto de vista das discussões académicas, e, segundo, porque nós temos muita dificuldade em definir o que é paz. Naquilo que é a minha análise do Médio Oriente, temos atores externos, como o Ocidente, que procuram todas as formas de obtenção da paz, mas paz não interessa a nenhum dos atores do Médio Oriente. Não há nenhum deles que esteja empenhado verdadeiramente na paz. Porquê? Porque o Irão não se conforma com a existência do Estado de Israel. Tudo fará para boicotar todas as tentativas que o Ocidente procure para atingir a paz naquela região. E é por isso que o Irão, para não se envolver diretamente nos conflitos, utiliza o



© Tiago Araújo

empoderamento de atores xiitas que não são sequer atores de natureza estatal para conduzirem uma guerra de procuração contra Israel.

O Irão tem desempenhado um papel central na geopolítica do Médio Oriente, muitas vezes em confronto com outros atores regionais e internacionais.

A atenção prestada agora ao Médio Oriente abre caminho para que a Rússia acentue a sua ligação ao Irão, enquanto trava a guerra com a Ucrânia? Que desafios e oportunidades surgem da relação entre o Irão e potências como os Estados Unidos e a Rússia?

Temos eleições agora no Irão, com apenas um candidato que diríamos reformador, todos os outros são da linha dura e eu não tenho dúvidas de que a linha dura continuará predominante no Irão. Mas o Irão é um ator muito mais complexo do que aquilo que aparenta ser. O Irão tem imensas divisões de natureza religiosa no seu interior e de natureza étnica e, portanto, a própria unidade do Irão é um desafio para a sua liderança. A juventude iraniana, e sobretudo o castigo religioso imposto às mulheres no Irão, têm suscitado ondas de descontentamento entre a população que só têm sido contidos por uma aplicação desmesurada da violência contra estes elementos. E, portanto, o Irão é também



© Tiago Araújo

em si um regime de natureza frágil. É importante chamar os temas da campanha eleitoral outra vez para percebermos o Irão. Há, digamos, três temas que são fundamentais nesta campanha eleitoral e que têm sido discutidos.

Os principais têm a ver com o desenvolvimento socioeconómico das populações. As populações atravessam um problema de uma grave crise económica, porque as sanções impostas ao Irão também acabaram por se traduzir em dificuldades para a vivência da respectiva população.

A segunda questão desta campanha eleitoral tem a ver com o programa nuclear iraniano. O Irão continua a enriquecer urânio, quer nós gostemos, quer nós não gostemos, porque o Irão sente que, em face daquilo que é a capacidade nuclear de Israel, só pode ser um país respeitado se tiver essa capacidade de natureza nuclear. Mas, para isso, tem que convencer o Ocidente de que os seus desenvolvimentos nucleares são exclusivamente para fins de natureza civil.

E a terceira questão do Irão tem a ver com a sua relação com a Federação Russa. A Federação Russa encontrou no Irão a fábrica de equipamento barato, tecnologicamente avançado, para substituir as capacidades da Federação Russa enquanto ela não desenvolve completamente toda a sua capacidade militar e industrial. O Irão, como a Coreia do Norte, preencheram este vazio de fornecer à Federação Russa o equipamento militar enquanto ela não consegue produzir este tipo de equipamento. E, portanto, o Irão também ganhou poder no sistema internacional. Como a Federação

Russa está dependente da Coreia do Norte e do Irão para prosseguir a sua guerra contra a Ucrânia, deu relevo internacional a estes dois atores.

Vladimir Putin tem sido uma figura central na política russa e na condução desta guerra. Referiu recentemente que considera que o Donbass não é o verdadeiro objetivo de guerra russo. Dito isto, quais são, na sua opinião, os objetivos estratégicos de Putin com a invasão da Ucrânia?

Esta é uma pergunta que nos leva a muitas outras questões de natureza lateral, mas todas elas se encontram num modelo de desenvolvimento imperial da Federação Russa.

As palavras de Putin ao considerar que o fim da Guerra Fria e a dissolução da União Soviética foram o maior desastre geopolítico, do século XX, enquadram-se exatamente nesta perspetiva de que a Federação Russa saiu perdedora da Guerra Fria. A dissolução da União Soviética foi causada pela Federação Russa. Isto é, a iniciativa de dissolver a União Soviética não foi, como Putin pretende fazer passar, uma obra do Ocidente Maléfico. Foi uma iniciativa tomada pelo presidente russo da altura juntamente com os presidentes da Bielorrússia e da Ucrânia, numa reunião que decorreu na Bielorrússia e na qual declararam o fim da União Soviética.

Não há nada mais perigoso para o início de uma guerra do que começar a questionar outra vez fronteiras. Porque, como nós sabemos, as fronteiras foram, na maioria dos países, tra-



© Tiago Araújo

çadas de acordo com os poderes vigentes à época. Como os poderes se alteram ao longo das épocas, se estamos sempre a rever fronteiras, estamos sempre em guerra. A Federação Russa entendeu que se conseguisse convencer a comunidade internacional de que a Ucrânia nunca existiu, que é apenas uma criação de natureza administrativa, que os ucranianos não existem enquanto povo, que não são mais do que russos que viviam naqueles territórios historicamente da Rússia, que isto poderia ser aceite pela comunidade internacional.

A Rússia está a sacrificar o seu futuro e a sua integração no sistema internacional através de uma ação de natureza militar que não terá sucesso. E como não terá sucesso não sig-

nifica que, do ponto de vista militar, não consiga conquistar a Ucrânia. Significa que vai permanecer na Ucrânia como? Como força ocupante? Mobilizando todos os anos 500 mil homens para impor a ordem a 40 milhões de ucranianos? Isto é, qual é o futuro que nós vemos como sendo um sucesso para a Federação Russa? Não existe. E não existe também do ponto de vista económico.

É uma absoluta miragem para enganar a sociedade russa, mostrar que foi capaz de transferir tudo aquilo que eram as suas relações económicas do Ocidente para o Oriente. O Oriente compra a preços de saldo aquilo que é a energia da Federação Russa. A Europa, sim, era o grande cliente estra-



© Tiago Araújo

tégico da Federação Russa. A Rússia perdeu o seu mercado e as suas relações com a Europa e não as vai ganhar no Médio Oriente, porque o Médio Oriente tem outras preocupações e nenhuma das passa pela Federação Russa.

**Muito se tem especulado sobre os interesses da Rússia na plataforma marítima portuguesa. O que tem a dizer sobre este assunto? Estamos de facto perante uma ameaça iminente?**

A Federação Russa tornou-se num dos grandes agentes internacionais de matérias-primas. Promoveu, nos últimos três anos, sete golpes de Estado em África. Nenhum desses golpes foi para o Ocidente, e todos esses golpes tiveram por origem a influência da Federação Russa através de organizações que criou como o Grupo Wagner ou através daquilo que são o controlo de muitas elites africanas pela Federação

Russa, apostada numa guerra de recursos. As guerras de longo prazo começam em primeiro lugar nas frentes de batalha. Numa segunda fase passam para os depósitos, para o que existe em depósito. Numa terceira fase passam para os depósitos dos aliados. E numa quarta fase passam para a produção industrial. Mas para que essa produção industrial seja possível é preciso recursos e a Federação Russa está apostada em ser um gestor de recursos a nível mundial. E, portanto, quem tem recursos a proteger tem que estar atento.

É claro que uma ameaça direta da Federação Russa ao território nacional não me parece credível, pelo menos a curto prazo. Mas a guerra não se faz apenas por ameaças de natureza militar direta. Faz-se também de formas híbridas, condicionando aquilo que são as nossas liberdades de ação estratégica, os nossos acessos aos nossos recursos, o controle de setores críticos como os cabos submarinos transatlânticos. A guerra pode efetuar-se em múltiplas dimensões.



© Tiago Araújo

E, portanto, se não parece credível que haja uma ameaça direta da Federação Russa ao território nacional, certamente que aos nossos interesses, não perderá a oportunidade.

**A NATO tem capacidade militar para enfrentar a Federação Russa? Seria possível defender as populações de um país pertencente à NATO e expulsar essa invasão russa?**

Nós não podemos comparar o poder convencional da Federação Russa com o poder convencional da NATO. O poder convencional da NATO é um poder enorme quando comparado com o poder da Federação Russa. A Federação Russa tem hoje em dia um exército decrépito, porque perdeu aquilo que eram os seus melhores quadros, que foram mortos na guerra, perdeu os seus equipamentos sofisticados e teve que ir aos

depósitos buscar equipamento muito antigo e o seu poder aéreo não se pode comparar ao poder aéreo da NATO. Isto é, do ponto de vista de uma guerra convencional, a Federação Russa não tem hipótese nenhuma de vencer a NATO. Excepto se a NATO entrar em território russo. Se a NATO invadir o território da Federação Russa as dificuldades serão imensas. Mas se a Federação Russa enfrentar fora do seu território a NATO, as dificuldades e o poder da Federação Russa, do ponto de vista de uma guerra convencional, são muito limitadas.

**A Ucrânia garante que não vai ceder qualquer parte do território numa negociação com a Rússia. Considerando o estado atual do conflito, quais são os possíveis cenários de resolução a curto e médio prazo? Existe alguma janela de oportunidade para negociações de paz que possam ser exploradas, e que**



© Tiago Araújo

papel a diplomacia internacional deve desempenhar neste processo?

Há 4 formas de terminar qualquer guerra. Primeiro, uma guerra é feita com objetivos de natureza política. Não são objetivos de natureza militar. O militar é apenas o instrumental para se obterem resultados de natureza política.

A segunda forma de terminar uma guerra é através de uma vitória de natureza militar. Neste momento, parece muito improvável que as forças consigam gerar potencial militar suficiente para desequilibrar a curto prazo aquilo que são os confrontamentos. Mas, a longo prazo, isso é possível.

A terceira forma é por esgotamento de recursos. As duas partes comprometem todos os seus recursos e, a certa altura, já não há recursos para fazer a guerra.

E depois há uma quarta forma de terminar uma guerra. Por mediação. Isto é, surge um mediador internacional que diz, eu estou disponível para mediar o final deste conflito. As mediações podem ser feitas por dois tipos de atores: por atores que não têm nada a ver com este conflito (podem ser organizações religiosas, um país neutral, como a Suíça, atores até

de pequena dimensão), que criam as condições para os atores principais, os contendores, poderem chegar a um acordo. Mas isso só acontece quando estão cansados de guerra e estão à procura de uma saída feliz. Quando não estão cansados da guerra, o mediador tem que ter capacidade de influência sobre cada um dos intervenientes.

Portanto, vai haver paz? Neste momento não, não vai haver paz. Nenhum dos atores ainda entendeu que não tem capacidade, do ponto de vista militar, para forçar uma solução que lhe seja útil aos seus interesses. E, portanto, nós neste momento não vamos ter paz. Quem será o mediador deste conflito? Os Estados Unidos. Os Estados Unidos serão os mediadores deste conflito. Porquê? Porque a Federação Russa não quer apenas a Ucrânia. A Federação Russa quer garantir um sistema de segurança, através de Estados-tampão, desmilitarizados, que garantam o isolamento da Federação Russa em relação às capacidades da NATO.

A taxa de natalidade na Federação Russa é extraordinariamente baixa. Está muito longe de garantir uma estabilidade populacional. E, por outro lado, do ponto de vista económico, também já não consegue concorrer com aquilo que são as



© Tiago Araújo

grandes economias ocidentais. Ela está ao nível das grandes economias europeias. E, portanto, um país que é um país gigante do ponto de vista territorial, tem muitas fragilidades do ponto de vista demográfico e do ponto de vista económico.

A Rússia precisa de paz. Porquê?

Por uma razão que nós raramente discutimos. Porque a Federação Russa está em perigo.

No seu livro, “O Domínio do Poder”, faz uma análise detalhada do Sistema Nuclear e do Ciberespaço. Na era digital em que vivemos, como avalia a relação entre o poder nuclear tradicional e as novas formas de poder derivadas do ciberespaço? Quais são os maiores desafios e riscos que as democracias liberais enfrentam para tentar equilibrar essas duas dimensões de poder?

Vamos começar pela área nuclear. Durante a Guerra Fria havia um entendimento global entre as duas superpotências, Estados Unidos e a União Soviética, sobre como era gerido o nuclear. Foram elaborados imensos tratados, quanto à localização geográfica, número de vetores que podiam ser utilizados, até ao número de ogivas nucleares que poderiam estar operacionais. Houve um conjunto de entendimento muito vasto nesta área. Caíram quase todos esses tratados, entretanto. Porquê?

Porque deixou de haver duas superpotências.

Os tratados tinham um objetivo, que era limitar que outros atores aparecessem na cena internacional, que pudessem disputar a hegemonia dos Estados Unidos e da União Soviética no vetor nuclear. Portanto, os tratados de não-proliferação, visavam que os dois principais atores da Guerra Fria mantivessem a sua superioridade. Como, entretanto, se ti-



© Tiago Araújo

nha alcançado uma determinada paridade nuclear, isto é, nenhum tinha uma vantagem clara sobre o outro, houve a dissuasão nuclear, que nos trouxe, de alguma maneira, duas coisas. Em primeiro lugar, a paz nuclear do mundo. Em segundo lugar, deixou-se cair o vetor nuclear como um fator desequilibrador nos conflitos e regressámos às guerras de natureza tradicional e convencional.

Hoje em dia há muito mais potências nucleares, mas os Estados Unidos e a Federação Russa continuam a ser os grandes detentores do nuclear.

Isto tem uma importância. É que a China ainda não chegou a este patamar. A China não assinou nenhuma autorização à Federação Russa para a utilização do vetor nuclear, porque não é uma potência nuclear à escala dos outros.

Outra questão tem a ver com o ciberespaço. Enquanto houve um bloqueio na utilização de alguns instrumentos de poder, como o poder nuclear, libertaram-se outros espaços de conflito onde as guerras se podem fazer de forma

mais sub-repetícia. E o ciberespaço é o instrumento adequado para isso. A guerra no ciberespaço é uma guerra diária e quem trabalha nestas áreas da cibersegurança sabe que todos os dias caem ameaças nos nossos sistemas com tentativas de intrusão, com bloqueios de acesso, com tentativas de extração de dados, etc.

A ciberguerra desenvolve-se neste ambiente da guerra híbrida, porque tem imensas vantagens sobre uma guerra convencional. A principal vantagem é que ela pode ser feita individualmente, ou por um grupo de pessoas e produzir efeitos devastadores a uma escala nacional ou global.

Não é necessário que um Estado tome diretamente a responsabilidade por estes ataques. Podem encarregar pessoas individualmente, de os poder fazer e, desta maneira, conseguir permanecer na sombra.

Mas sim, hoje em dia, com as tecnologias digitais, abriram-se novos espaços para uma conflitualidade dentro daquilo que chamamos de guerra híbrida.



© Tiago Araújo

**A guerra cibernética representa uma nova fronteira nos conflitos modernos. Na sua opinião, quais são as principais vulnerabilidades que as nações enfrentam neste domínio? Que medidas podem ser tomadas para fortalecer a cibersegurança e proteger infraestruturas críticas?**

Há duas dimensões aqui na guerra no domínio cibernético. A primeira tem a ver com a capacidade que nós temos de provocar o caos em sistemas críticos. Os sistemas críticos são operados ou controlados por sistemas sobre os quais houve um investimento muito diminuto do ponto de vista da segurança. São muitas vezes equipamentos antigos que ainda controlam sistemas muito críticos. E esses equipamentos estão muito vulneráveis a uma interferência externa. Por outro lado, não há muitos sistemas nesta área. Quando compro um sistema para gerir uma central nuclear, eu conheço os passos de controlo, eu sei quem fabricou os componentes, eu posso saber quem desenhou o software que o controla, etc.

A segunda fase é aquela que vivemos hoje em dia, é a fase dos *deepfakes*, portanto, dos falsos profundos, em que as pessoas aparecem a dizer coisas que nunca disseram e em que nós te-

mos muita dificuldade em verificar se aquele vídeo foi ou não foi adulterado. Isto tem uma consequência tremenda na confiança das pessoas sobre a classe política. As pessoas passam a desconfiar da classe política porque começam a ver políticos a dizerem coisas e nós não sabemos se aquilo foi verdadeiramente dito, tal é o grau de manipulação das imagens.

A terceira fase é ainda mais difícil e ainda mais dramática. Hoje em dia, com a inteligência artificial, as notícias não existem, são fabricadas e são difundidas aos bilhões para os utilizadores das redes sociais. Não houve nenhuma pessoa a produzir aquela notícia. Foi um algoritmo, foi aquilo que nós chamamos um *bot*, que se autorreplica, que se torna viral nas redes sociais. Nós agora já não estamos a lidar com pessoas que nos querem mal, estamos a lidar com algoritmos que foram programados para nos fazerem mal.

**A União Europeia tem um papel crescente na política de defesa e segurança global. Como avalia a evolução deste papel e quais são os principais desafios que a UE enfrenta nesta área? Que iniciativas podem fortalecer a posição da UE como ator global na segurança?**



© Tiago Araújo

A União Europeia era um poder, mas era um poder de natureza económica e, portanto, anda agora claramente a correr atrás do prejuízo. Nós tínhamos energia barata que vinha da Rússia e segurança barata que vinha dos Estados Unidos. Essa segurança barata é uma noção que, pura e simplesmente, não existe. Nada garante, em face daquilo que são as dinâmicas mundiais, que os Estados Unidos estejam permanentemente disponíveis para acudir à Europa. Porquê? Porque a Europa não merece. Porque a Europa, se não investe em defesa, não pode esperar que venha um soldado americano enviado dos Estados Unidos para socorrer a Europa. Vejamos, a Europa não tem sistemas de mobilização em muitos dos seus países. Nunca praticou a mobilização, não me lembro do último exercício de mobilização que tenha sido feito. Não temos sistemas de conscrição obrigatória. Temos as Forças Armadas

em todos os países reduzidos a mínimos, que já nem cumprim aquilo que são as nossas obrigações internacionais. E no meio disto tudo, o que todos nós queremos na Europa é que os Estados Unidos mandem os seus soldados morrer para defender a Europa. A Europa tem que estar pronta, pela sua diversidade, a que nem todos estaremos disponíveis, ou nem todos os países estarão disponíveis para uma determinada ação de natureza militar. O que nós temos que ter é a capacidade de formar coligações de vontade. Aqueles países que entendem que há ali um interesse muito importante a defender e que já têm os tais equipamentos de defesa comuns, podem ser eles a participar ativamente nas coligações de vontade enquanto os outros fazem aquilo que são os outros serviços necessários para a condução de uma guerra. É esta a Europa da defesa.

A definição da política de defesa é um processo complexo e estratégico. Quais são as prioridades que o Governo português deve ter em mente ao definir esta política? Como as Forças Armadas podem contribuir para a segurança e a estabilidade nacional e internacional?

Quando nós olhamos para Portugal e para os seus interesses, temos que começar por olhar para a sua geografia. A geografia mostra-nos três ou quatro coisas que são interessantes e que devem constituir o nosso racional estratégico.

Primeiro, o nosso país é um país composto por uma parte continental e por uma parte com dois arquipélagos distantes no meio do Atlântico. Portanto, o Atlântico é para nós o mar da ligação entre as nossas parcelas territoriais. Temos que manter uma capacidade de observação sobre aquilo que se passa no Atlântico.

Segundo, o aspecto que deriva também desta, é que a segurança da nossa integridade territorial depende da potência marítima que controla o Atlântico. Portanto, o nosso aliado fundamental são os Estados Unidos da América, porque são a potência que controla o Atlântico.

Terceiro, a nossa parte continental está ancorada na Europa e nós sentimos-nos europeus. Portanto, a Europa faz parte também daquilo que é a nossa essência enquanto portugueses.

Depois, o quarto aspecto não tem a ver com a geografia, mas tem a ver com a nossa história. Nós criámos especiais ligações de amizade com muitos países à volta do mundo.

As Forças Armadas Portuguesas têm um papel importante na defesa europeia. Como avalia o futuro das Forças Armadas Portuguesas neste contexto? Que reformas e adaptações são necessárias para enfrentar os desafios de segurança do futuro?

Nós andamos há muito tempo a fugir do investimento nas Forças Armadas. Há razões de natureza política para o podemos fazer. Primeiro, a razão de natureza política foi um certo convencimento que se abateu sobre a sociedade portuguesa de que nós estamos isentos e afastados dos riscos globais da segurança que, à escala planetária, se desenvolve.

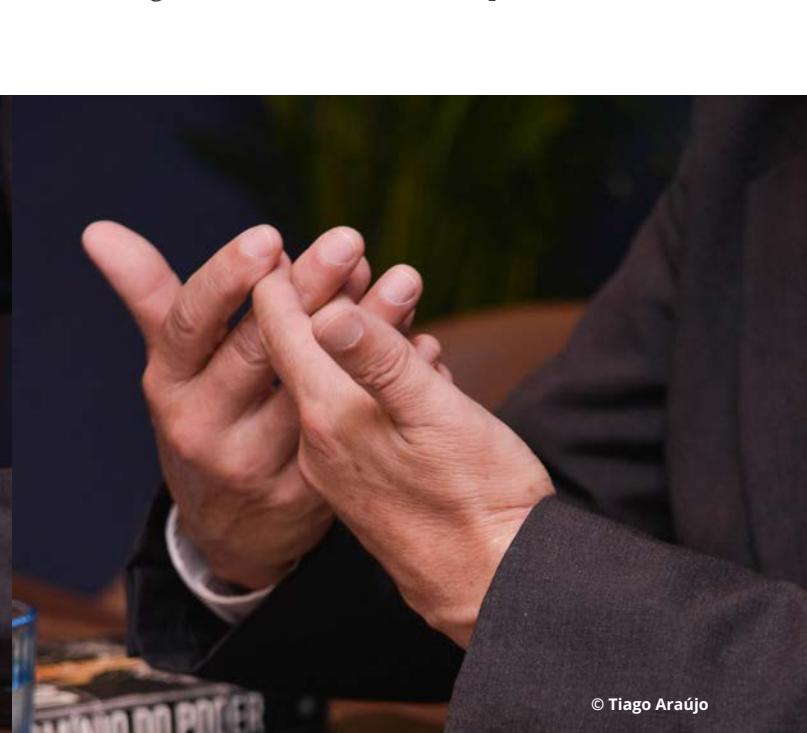
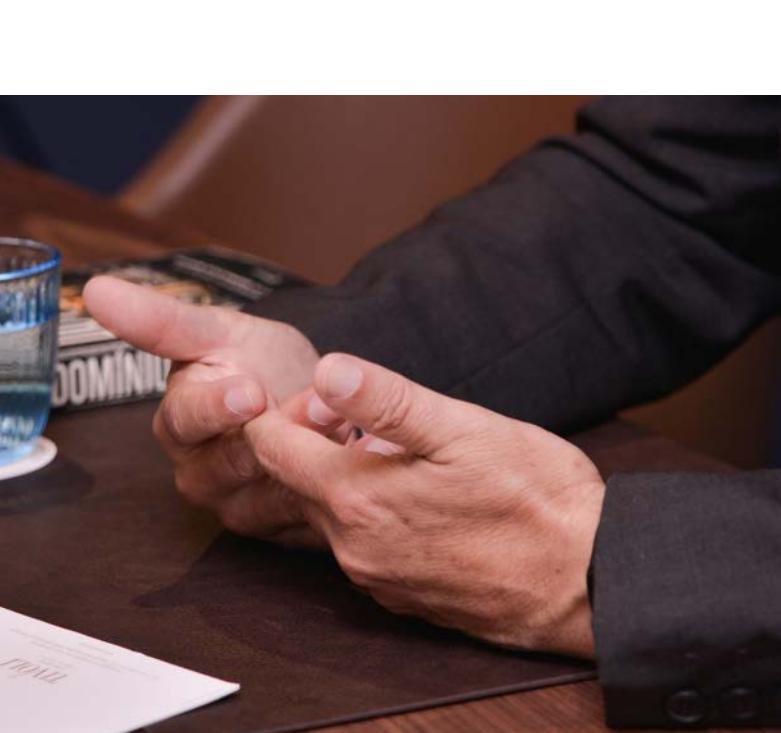
Segundo aspeto, o investimento que não é feito em segurança num ano tem que ser feito a dobrar no ano seguinte. Não posso copiar um orçamento de Estado na área da segurança, de um ano em que não houve segurança, para o replicar ao longo de um conjunto de anos seguidos.

Algum dia temos que quebrar este ciclo do “cut and paste” dos orçamentos da defesa em relação aos anos anteriores. Temos que dar um salto qualitativo enorme nisto. Porque a segurança hoje é coletiva, se nós não formos capazes de assegurar a soberania de um determinado espaço territorial, alguém o vem fazer por nós. Não é possível continuarmos neste ritmo sem que o final seja a catástrofe.

O maior desafio para a segurança global nos próximos 10 anos será certamente complexo. Que estratégias e políticas podem ser adotadas para enfrentar este desafio de forma eficaz?

Há três questões que hoje em dia nos devem preocupar quando olhamos para o futuro.

A primeira tem a ver com o empoderamento de atores não estatais. De acordo com as declarações do próprio Elon Musk, o não ataque de drones à Crimeia e a Sebastopol, numa fase muito inicial do conflito, que poderia ter tido consequências devastadoras para a frota russa do Mar Negro, não se produziu porque Elon Musk não deu autorização a que o sistema Starlink pudesse ser usado. Isto é, hoje em dia, existem muito mais atores do que os Estados que têm capacidade de decidir o futuro das guerras. Esta transferência de poder é feita à custa





© Tiago Araújo

do poder dos Estados. A segunda tem a ver com a dissociação dos Estados Unidos com a Europa. Um país europeu não tem escala ao nível mundial, nem do ponto de vista militar, nem demográfico, nem económico, para ser um ator relevante. O que nos torna relevantes é a nossa capacidade de termos consensos, de gerarmos capacidade de atuação comum e termos uma vontade comum para enfrentarmos estes desafios. Esta é uma das grandes questões que se coloca relativamente ao Ocidente. Depois a terceira tem a ver com o desafio da China. É um gigante demográfico, geográfico, económico e muito brevemente será um gigante ator militar. E portanto, isto vai colocar num futuro não muito distante, à prova a nossa vontade de sermos capazes de atuar em conjunto. A China tem uma enorme debilidade, não tem amigos locais. Todos os países que confinam com a China

vêm a China como uma ameaça ou no mínimo como um desafio, porque a China está imbuída também de um espírito de natureza imperial e está disponível para utilizar a força para fazer valer esse seu instinto de natureza imperial. A forma como nós seremos capazes de integrar de um ponto de vista conceptual, eventualmente do ponto de vista de uma organização político-militar, todos estes atores diversos, alguns dos quais, como o Japão e a Coreia, que têm tradicionalmente uma hostilidade natural, uma natureza histórica, mas, em face daquilo que são as ambições da China, temos que ser capazes de construir pontes. Senão, aquilo que é o espírito imperial que neste momento está a trazer tantas preocupações e tantas desgraças à Europa, em breve estará também na Ásia e todos seremos chamados a participar.

| CONSELHO DAS COMUNIDADES PORTUGUESAS

# O Papel Vital dos Conselheiros das Comunidades nas Associações Portuguesas em Lyon



Vivo nos arredores de Lyon (69), França, uma cidade conhecida pela sua rica tapeçaria cultural, é um lar acolhedor para a diáspora portuguesa. No coração desta comunidade vibrante, encontram-se as associações portuguesas, que desempenham um papel crucial na preservação da identidade cultural e no apoio mútuo entre os seus membros.

As associações portuguesas em Lyon, falo da minha realidade, surgiram da necessidade de criar espaços onde os imigrantes pudessem se reunir, partilhar experiências e manter vivas as tradições da sua terra natal. Desde festivais culturais a programas educativos, estas associações tornaram-se o epicentro da vida comunitária portuguesa na cidade.

Estas associações desempenham um papel crucial na vida da comunidade em Lyon. Como conselheira das comunidades, tenho observado de perto o impacto positivo que estas organizações têm na integração, na promoção cultural e no fortalecimento dos laços entre os portugueses que vivem nesta região.

Elas promovem festivais, exposições de arte, concertos e outras manifestações culturais que celebram a língua, a música, a dança e a gastronomia portuguesas. Esses eventos não apenas nos conectam com as nossas raízes, mas também sensibilizam a comunidade local sobre a diversidade cultural que trazemos.

Anualmente, os eventos, como os Festivais de Folclore Português de Lyon atraem não só membros da comunidade portuguesa, mas também franceses e outros interessados na cultura lusitana. Estas ocasiões são oportunidades para celebrar a música, a dança e a gastronomia portuguesas, fortalecendo os laços com Portugal.

Além das celebrações culturais, as associações oferecem uma rede de apoio vital. Elas auxiliam novos imigrantes na integração, fornecendo informações sobre emprego, educação e serviços legais. Este suporte é fundamental para a adaptação e o bem-estar dos portugueses em Lyon.

As associações portuguesas em Lyon são mais que meros pontos de encontro, são instituições que perpetuam a herança portuguesa e promovem a solidariedade e a inclusão na sociedade francesa. Elas são fundamentais para a manutenção da língua portuguesa entre as gerações mais jovens, oferecendo aulas de idioma e incentivando a participação em atividades culturais.

Fazer parte de uma associação, fortalece a nossa Identidade, é uma forma de manter viva a nossa cidadania portuguesa. Elas lembram-nos de quem somos, de onde viemos e do valor da nossa cultura. Além disso, as associações incentivam o orgulho e a autoestima entre os membros, criando uma sensação de pertencente e comunidade.

Hoje estas associações enfrentam o desafio de se adaptarem às novas gerações de portugueses que crescem em Lyon, muitos dos quais se identificam tanto com a cultura francesa quanto com a portuguesa. Há uma oportunidade única de

criar programas que celebrem essa dualidade cultural, promovendo a integração sem perder as raízes portuguesas. Olhando para o futuro, as associações portuguesas em Lyon têm o potencial de se tornarem ainda mais influentes na vida cívica da cidade. Por via de parcerias com organizações locais e iniciativas de empreendedorismo social, elas podem ampliar o seu alcance e impacto.

Estes pilares da comunidade continuam, preservando a cultura portuguesa e enriquecendo a diversidade cultural da cidade. Elas demonstram o poder da comunidade em se unir, apoiar os seus membros e celebrar a sua identidade única num ambiente multicultural.

A interferência e a importância de nós conselheiros nas associações, especialmente nas comunidades portuguesas, são fundamentais para o bom funcionamento e representatividade destas entidades.

Nós conselheiros temos um papel ativo na gestão e na tomada de decisões estratégicas, contribuindo para o desenvolvimento e a sustentabilidade das associações.

Como conselheira, continuarei a trabalhar em estreita colaboração com essas organizações para promover o bem-estar e o sucesso de todos os portugueses que chamam Lyon de lar. O impacto no associativismo é significativo. Os conselheiros mantêm um vínculo cultural forte com Portugal e facilitam a integração das comunidades no país de acolhimento. As associações continuam a ser espaços essenciais de encontro, apoio e celebração da identidade portuguesa no exterior.

Como conselheira, a minha atuação é fundamental para garantir a relevância e sustentabilidade das associações. Juntos, podemos fortalecer nossa comunidade e preservar nossa identidade.

Como conselheira das comunidades, comprehendo plenamente a importância do nosso papel nas associações portuguesas. Nosso compromisso é fundamental para manter essas associações como pilares de apoio e preservação cultural para os portugueses em Lyon e em outras partes do mundo.

Os desafios que enfrentamos são reais, mas também trazem oportunidades para inovação e crescimento.

Vou abordar cada um dos desafios mencionados:



**Envelhecimento dos Quadros Dirigentes e dos Associados:**

A transmissão de conhecimento é crucial. Devemos incentivar a colaboração intergeracional, permitindo que os mais experientes compartilhem saberes com os mais jovens. Investir em programas de formação e mentorias pode ajudar a preparar a próxima geração de líderes.

**Participação dos Lusodescendentes:**

Precisamos envolver os lusodescendentes de maneira significativa. Isso pode incluir eventos específicos para essa faixa etária, como workshops, festivais culturais ou grupos de discussão.

A promoção da identidade portuguesa deve ser atrativa e relevante para eles.

**Diversificação de Atividades:**

Além das tradições culturais, devemos explorar novas dimensões. Cinema, literatura, moda e outras expressões contemporâneas podem atrair as jovens gerações.

Parcerias com outras comunidades e instituições também podem enriquecer nossas atividades.

**Novo Modelo de Atuação e Organização:**

A ideia de uma “casa comum” é inspiradora. Um espaço físico compartilhado pode fortalecer nossa coesão e identidade. Devemos considerar estruturas flexíveis e descentralizadas para atender às necessidades variadas das comunidades.

Os desafios são significativos, mas também representam oportunidades para os conselheiros revitalizarem o movimento associativo, garantindo a sua relevância e sustentabilidade no futuro. É essencial que os conselheiros sejam proativos na busca de soluções inovadoras que respondam às necessidades atuais e futuras das comunidades portuguesas no exterior.

**Lembremos que, como conselheiros, somos agentes de mudança.** Juntos, podemos garantir que as associações portuguesas continuem a prosperar e a servir nossa comunidade

no exterior. Como conselheira das comunidades, é inspirador ver como as associações portuguesas estão se adaptando e enfrentando os desafios atuais com criatividade e inovação. A transformação digital é uma aliada poderosa nesse processo. Menciono algumas formas pelas quais as associações estão utilizando a tecnologia para fortalecer o movimento associativo:

**Comunicação Eficiente e Participação Ativa:**

As associações estão aprimorando suas estratégias de comunicação por meio de plataformas digitais e redes sociais. Isso facilita a participação dos membros e permite a divulgação de informações relevantes de forma ágil e eficaz.

A comunicação digital também possibilita a interação entre diferentes comunidades, promovendo a troca de experiências e ideias.

**Captiação de Recursos:**

Plataformas de crowdfunding e doações online permitem

que as associações arrecadem fundos para projetos específicos ou para manter suas atividades.

Os conselheiros podem explorar essas ferramentas para garantir a sustentabilidade financeira das associações.

**Redes Internacionais e Colaboração:**

A tecnologia facilita a conexão entre associações em diferentes países. Compartilhar boas práticas, experiências e recursos é fundamental para o sucesso do movimento associativo. Associações portuguesas podem se beneficiar ao colaborar com outras comunidades e aprender com suas abordagens inovadoras.

Em resumo, a tecnologia oferece oportunidades valiosas para as associações enfrentarem os desafios atuais e construírem um futuro sustentável. Como conselheira, encorajo a exploração contínua dessas soluções inovadoras para fortalecer o movimento associativo e servir melhor às comunidades portuguesas no exterior.



**“O Voluntariado dos Conselheiros das Comunidades Portuguesas: Uma Dedicação Sem Limites”**

Como Conselheira das Comunidades Portuguesas, sinto-me honrada por servir a nossa diáspora e representar os interesses dos nossos cidadãos no estrangeiro. No entanto, é importante esclarecer que o nosso trabalho é voluntário e não remunerado. Somos movidos pelo amor à nossa pátria e pelo desejo de contribuir para o bem-estar da comunidade lusófona.

**O Desafio das Deslocações:**

Muitos de nós enfrentam limitações quando se trata de deslocar-se para além da nossa área de residência.

As deslocações para reuniões, eventos oficiais e atividades representativas podem ser dispendiosas em termos de tempo e recursos pessoais.

No entanto, estamos comprometidos em superar esses obstáculos para cumprir o nosso dever.

**Ajudas de Custo e Reembolsos:**

Quando participamos em atividades de caráter profissional, como reuniões oficiais, temos direito a solicitar ajudas de custo. Essas ajudas cobrem despesas como transporte, alojamento e alimentação.

O reembolso ocorre mediante comprovação das despesas realizadas.

**O Nosso Compromisso:**

Apesar das limitações, continuamos a trabalhar incansavelmente para fortalecer os laços entre os portugueses no estrangeiro e a nossa terra-mãe.

A nossa dedicação é um testemunho do nosso amor por Portugal e da nossa responsabilidade como representantes da nossa comunidade.

Como conselheira das comunidades, é um privilégio desempenhar um papel vital, mesmo sem remuneração direta. Reconheço o compromisso incansável de todos os voluntários em prol da comunidade lusófona no mundo.

Nosso estatuto estabelece deveres importantes para os conselheiros das comunidades portuguesas:

**Participação Ativa nas Reuniões do Conselho:** Comparecer e contribuir ativamente nas reuniões é fundamental para o bom funcionamento do conselho.

**Colaboração com Instituições dos Países de Acolhimento:** Cooperar com entidades locais em assuntos de interesse das comunidades é essencial para fortalecer os laços culturais.

Além disso, os conselheiros têm direitos que permitem uma atuação eficaz:

**Intervenção em Debates e Apresentação de Propostas:** Participar ativamente nas discussões e apresentar propostas é uma responsabilidade valiosa.

**Acesso a Informações e Esclarecimentos:** Solicitar esclarecimentos e informações aos postos consulares e outros serviços do Estado Português é um direito importante.

Ser um Conselheiro das Comunidades Portuguesas é mais do que um título honorífico; é um compromisso de coração e alma. Agradeço a todos os meus colegas conselheiros pelo seu trabalho incansável e pela sua paixão em servir a nossa comunidade.

Juntos, continuaremos a construir pontes e a celebrar a nossa cultura, língua e história.



**Emilia de Campos Macedo**  
Conselheira das Comunidades Portuguesas

# Cravos da Liberdade

*Na escura noite da Ditadura –  
A coragem começou uma aventura.  
Movimento das Forças Armadas –  
Para Novos Tempos foram designadas.  
“... o estado a que chegámos.” –  
Decisiva declaração.  
O princípio do fim pronunciado com convicção.  
Coluna Militar – Secreta nas Estradas.  
Novas Ordens bem guardadas.  
Escola Prática de Cavalaria –  
De Santarém para o Terreiro do Paço.  
Entre Triunfo e Fatalidade decisivo Passo.  
No Posto Comando da Pontinha começaram.  
A Emissora Rádio Clube Português ocuparam.  
Capitães suas vidas arriscaram.  
Com Esperança duas senhas lançaram.  
No silêncio na rádio entoaram.  
Para sempre – na memória ficaram.  
“E depois do Adeus” começou a História.  
“Grândola Vila Morena” cantou Vitória.  
De madrugada a Lisboa chegaram.  
Com armas e coração rezaram.  
Pararam ao sinal encarnado.  
Porém, já tinham muito caminho andado.  
Lenço Branco contra a Guerra elegeram.  
Decisão de Vida à Ordem desobedeceu.  
A Liberdade, ninguém consegue prender.  
A Verdade tem a Justiça para crer.  
O País em nome da Pátria defenderam.  
Com a História de Portugal venceram.  
No Quartel do Carmo a Ditadura se refugiou.*

Secreta Poeta



© História Social de Angola

## HISTÓRIA SOCIAL DE ANGOLA **Horácio Dá Mesquita**

Horácio Dá Mesquita é uma cacimba da cultura axiluanda a qual a Plataforma História Social de Angola (HSA) foi colher factos. Cruzamos na festividade do 11 de Novembro de 2024, na diáspora lisbonense na Fábrica do Braço de Prata. Chegou discretamente e quando nos foi apresentado, percebemos que o “mais velho” da Rebita é um exímio concertinista e pianista há mais de cinquenta anos. Identificamos um amigo comum e apresentamos o propósito da HSA, prontamente aceitou prestar depoimento.

Os motores de busca confirmam a nossa inquietação, é ínfima a informação sobre este artista, cuja multidisciplinariedade faz dele um dos expoentes da cultura angolana nos séc XX e XXI. Contrariamente, a maioria dos depoentes, não foi referenciado por outro. Era anónimo até termos “esbarrado” com esta humilde celebridade nacional.

O reconhecimento tardio chegou em 2017, ano de atribuição do 1º prémio nacional, os três prémios nacionais da cultura não o envaidece, pelo contrário regressa nostalicamente a sua meninice e a outras idades numa tarde de uma chuva de bruxos, sentados no salão de dança da Rebita e ao som das suas concertinas, de forma didática descreve a Luanda colonial e a pós colonial. Foi tocando a medida que descrevia factos sociais do cancioneiro nacional e da massembla dos ilhéus de Luanda. Inevitavelmente, o lugar, a presença de amigos, de colegas e alguns comentários dos entrevistadores levaram-no a reviver o drama da guerra durante a qual o antigo soldado perdeu amigos de infância, colegas da escola 147, do escotismo, das matinês no Cine São Domingos...

Provavelmente, por ser um “depoimento” o Mestre Dá Mesquita passou uma Bassula de Kissoco e esquivou-se de outras memórias, talvez não prevendo a ignorância dos entrevista-

dores sobre a sua multidisciplinariedade, o que do ponto de vista metodológico é ideal para se evitar a indução do entrevistado. Pois, foi no decorrer, da edição da transcrição do audiovisual que nos apercebemos da sua genialidade: música, artes plásticas, olaria, muito jovem eleito o primeiro grafiteiro de Angola, o senhor da filatelia, notafilia, numismática angolana, entre outras. As suas obras de arte se encontram no Museu da Moeda em Luanda e no Museu Nacional de Antropologia. Também é escritor e ilustrador de livros. Falando da importância da preservação e resgate da história social descreve as virtudes da época citando dois exímos músicos, os irmãos Malé Malembá e Fontinhas, referências na educação, moralidade e musicalidade nacional. Recomenda a juventude estar atenta ao decadente racismo estrutural, com características próprias em Angola e na diáspora, este residente em musseques desde o seu nascimento detalha o crescimento desta “enfermidade” consoante nos aproximamos do centro da cidade e desvanece conforme entramos nos nossos musseques axiluandas. A aula não será a última porque aceitamos o convite para capturar os ritmos e os sons dos Novatos da Ilha, com a promessa de partilharmos este legado da riqueza cultural axiluanda na primeira pessoa.





© História Social de Angola

## Contexto

Alugamos este espaço para o rentabilizar, nós ensaiamos as quartas feiras, podem vir a quarta feira e fazer um audiovisual só da Rebita , era a sociedade angolana dos anos 1940-1960. Na época não havia conjuntos, havia turmas, não havia instrumentos musicais, ninguém tinha violas, era a época das concertinas. Vendiam-nas nas mercearias, ficavam em uma caixa de sapatos, antes ficavam em caixas de papelão, arrumadas ao lado das bolas de catchu, das câmaras de ar e dos brinquedos, naquelas vitrinas onde ficavam as prateleiras das sandes de chouriço, do bolo rocha, das sandes de peixe frito e de rabo de bode, os pirolitos... “A concertina já está gravada com o som da chuva, esta concertina é histórica, é das primeiras que marcaram os anos 40”.

## Introdução

Chamo-me Horácio Dá Mesquita, nasci em Benguela, em 1953, fui baptizado na Igreja do Nossa Senhora do Pópulo,

vim com cinco anos para Luanda e fui criado em Luanda, hoje tenho 70 anos, faço 71 no dia 26 de Dezembro, toda a minha educação foi aqui, “inaugurei” (aluno do 1º Ano Lectivo) a Escola 147, no Marçal, foi uma escola que me marcou muito e a muitos outros.

## Angola, Anos 1960

Vivi sempre em Luanda, toda a minha vida foi na periferia, mas também na cidade nos vários grupos sociais que havia. Portanto, eu neste país em que estamos, eu assisti as várias metamorfoses. A fase anterior a 1960 é uma fase em que nem se falava em guerras, muito boa em que quando era pequeno, brincávamos com papagaios, fazímos papagaios, andávamos por todo lado. Jogamos muito futebol nos intervalos das aulas. Depois de 1961 foi uma fase turbulenta para nós, para mim com seis anos, não entendia bem o que se passava e a vida continuou.

A vida continuou, Angola deu um salto muito grande em termos económicos com a (as mudanças) administração portuguesa, houve um desenvolvimento notório, mesmo nós miú-

dos notamos, estava estagnada até ali. Nem havia conjuntos musicais até 1960-61 e não havia essa actividade turística que depois houve. Havia muitas boates, havia muito emprego para os músicos, havia muita Rebita. A Rebita, naquele tempo era o Abel Mona Dikota e outros, havia mais de onze grupos de Rebita, hoje só temos este onde eu estou como presidente, por incrível que pareça!

Tocavam com esta concertina (apontando), praticamente não havia violões, pouca gente tinha um violão, sabia tocar violão, sabia tocar a concertina. Isso é o som que se ouvia naquele tempo (toca a primeira concertina), é desconhecido; hoje temos essa concertina que é a única que se toca hoje. Mas, por incrível que pareça, o que sobreviveu de toda aquela história social está explanada no livro de Óscar Ribas, é esse grupo em que eu sou presidente, os Novatos da Ilha, não existe mais nenhum. A Rebita foi elevada a património material nacional e estamos aqui neste recinto a fazer isso, nesse recinto histórico, é o que resta. Os resquícios que restam daquele tempo airoso, hoje temos um desfasamento.

### Ensino e Emprego

Voltando àquela data, depois de 1961 Angola começou a expandir-se em termos de prosperidade, havia emprego para todos, havia falta de trabalhadores para o novo desenvolvimento que Angola tinha, começou-se a falar do vadio. Portanto, naqueles que não trabalhavam porque não queriam, naquele tempo só não trabalhava quem não queria. Havia a polícia, a PSP (polícia) e os cipaios sabiam o nome de cada um de nós, sabiam o nome de quem era vadio e de quem não era, conheciam os nossos pais, todos se conheciam, daqueles que queriam estudar e dos que não queriam.

Não havia a escolaridade obrigatória, havia escolaridade obrigatória por consciência porque havia escola para todos. Essa coisa de dizer que no tempo colonial não havia escola, é mentira, e nós hoje vemos porque há documentação “não vale a pena brincar com o vento ou tentar travar o vento com os dedos”. Porque hoje nós vemos nos livros o Liceu Salvador Correia cheio de brancos e pretos, aliás há dirigentes que estudaram lá e em outros liceus, estudaram nas missões, seja em Malange, seja no Bailundo, havia escola para todos. Não havia descriminação racial e nem social, havia realmente as várias classes sociais, mas todos conviviam.

Havia um padrão social, mas todas as famílias tinham um padrão de educação, independente da sua raça, todos tinham aquele padrão de educação, todos, todos. E quando os filhos, o rapaz fazia alguma coisa, fazia um desmando próprio da rebeldia da sua juventude, vinham e chamavam os pais, vinham ter com os pais, era isso que se fazia naquele tempo! E tínhamos esse padrão.

### Cultura Axiluanda

Houve um boom em termos culturais, começou a haver turismo, os barcos começaram a aportar aqui, muitos paquetes e cruzeiros aportaram aqui, conhecemos muita gente. A cidade de Luanda conservava os seus edifícios históricos, o seu patrimônio histórico, hoje “não temos nada”. Era tudo conservado, lá em cima o palácio, a rua do Casuno, o Baleizão, tudo estava conservado, era uma cidade bonita, onde havia a parte moderna e a parte antiga. Portanto, havia um ambiente noturno muito activo por causa dos Cabreza Dias, dia e noite, com duzentos mil habitantes tínhamos onze grupos de Rebita, só a Rebita para não falarmos em outros. A Ilha era conservada, a cultura dos Axiluandas, axiluandas no plural, axiluanda no singular. Todos andavam vestidos com os panos, com os kikongos, as bessanganas.

Depois, havia aquela parte romântica “a resistência” em que ouvíamos falar que o pessoal daqui apoiava essa luta descaradamente como a Dra. Medina, que defendeu o nacionalismo, isso são factos históricos. Depois, diziam “os terroristas”, falavam da Dra. Medina que era loira e ela defendeu até a última os nacionalistas, ali em cima onde está hoje o Ministério da Justiça, foi naquele local.

Houve uma actividade muito grande dos conjuntos, as farras, o semba. O que foi o embrião do Semba? Naquele tempo não se falava em Semba, Semba era a Rebita, a Rebita é que era a Semba, porque dava a Semba, ou seja a Massemba, porque era a duplicado da semba, da umbigada. Portanto, eu tenho o livro do Lamartine, já mostrei aqui ao pessoal, um livro interessante, ainda não terminei, onde ele especifica também isso e há outros que sustentam essa versão, “a massemba são as várias umbigadas que a Rebita dá” que vamos ter a oportunidade depois de gravar aqui para poderem entender isso que eu estou a dizer, ensaiamos aqui todas as quartas feiras.



História Social de Angola

A R T E S   E   A R T I S T A S   L U S O S

# Henrique Levy

[Facebook](#)

[Instagram](#)



*Poeta, romancista e ensaísta é portador de uma identidade com várias pertenças. Cidadão português, nascido em Lisboa, com nacionalidade cabo-verdiana. Viveu em diversos países da Europa, Ásia, África e América. Reside, por opção, nos Açores, na ilha de São Miguel. É autor de oito romances, um deles galardoado com o Prémio Literário Natália Correia, e de oito livros de poesia. Assinou vários ensaios e crónicas publicadas na imprensa e em revistas literárias. Tem poemas e contos dispersos por diferentes revistas e antologias. É Coordenador da Nona Poesia, única editora açoriana dedicada exclusivamente à poesia.*

“Eu não sei respirar sem escrever”.  
Quando descobriu a paixão pela escrita?

Desde cedo que me apercebi que a Humanidade, capacitada pelo mistério de comunicar através de palavras orais e escritas, pode usar essa poderosa ferramenta para operar o bem ou espalhar o mal. Aos oito anos, escrevi o que posso chamar «primeiros versos». A partir desse momento, fascinou-me a possibilidade de viajar para diferentes universos, através da escrita e da leitura. Por diversas razões, ao longo da vida, convivi com povos de diferentes culturas, surgindo, em mim, uma curiosidade imensa pela forma como esses povos produziam memória através da oratura ou da literatura. Apercebi-me da existência de virtudes e fraquezas em todas as comunidades humanas. Muitas delas, fora dos territórios primordiais, continuavam a manter hábitos e costumes com que se identificavam e davam significado às emoções transmitidas através da oratura, ou da literatura.

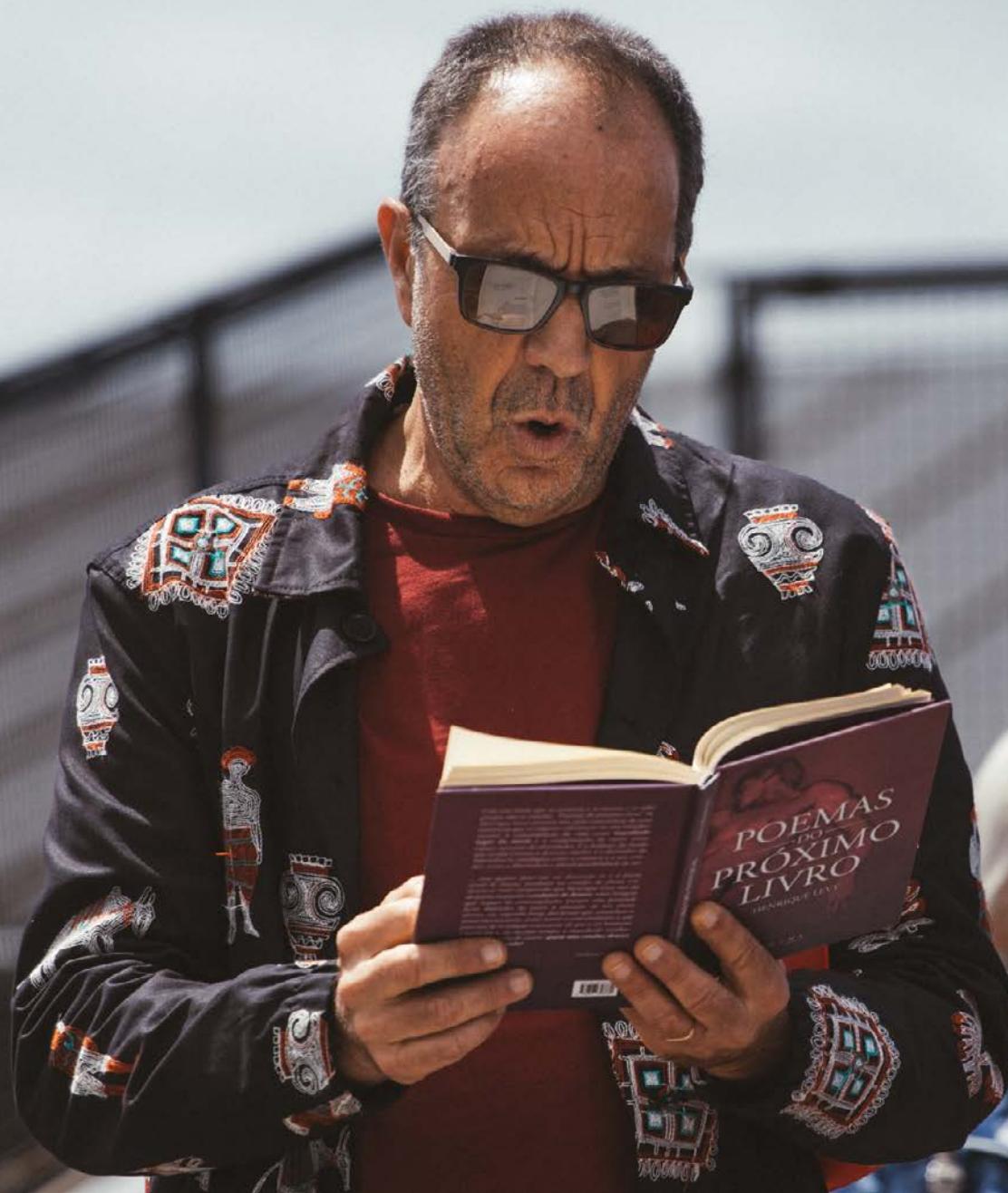
Escritor, professor, editor e investigador. Em qual destes papéis se sente mais realizado?

Existe nobreza em todas as profissões. A grandeza humana não se revela através do trabalho. Tal como toda a restante Natureza, também a Humanidade, nela integrada, foi chamada a variadíssimas funções. A organização da maior parte das sociedades humanas levou-nos a gastar grande parte da vida a trabalhar para enriquecer terceiros. Dito isto, penso que ser professor é a profissão que melhor contribui para a sobrevivência de uma língua e de uma cultura. Ao professor foi sempre atribuído um papel político, pois é ele é o veículo de um sistema de ensino que obriga o docente a pôr em prática um programa ideológico. Senti que ser professor era a minha mais importante missão, sempre que me foi possível fazer diferente, ou seja, não compactuar com ideologias que limitam a capacidade de pensamento de crianças e jovens. Infelizmente, tive pouco sucesso neste desiderato. Por essa razão, sin-

to mais realização pessoal, com a liberdade encontrada em qualquer atividade relacionada com a criação literária. A Literatura levou-me à compreensão e integração do outro, através do amor e da compaixão, sentimentos que parecem cada vez mais afastados da realidade humana.

No silêncio, a ouvir música, mais pela noite dentro, como é o seu processo criativo de escrita?

Sou um escritor das madrugadas. Acordo muito antes da aurora se anunciar. Escrevo no silêncio da alvorada que dá lugar às manhãs. Ouço o cantar dos galos, o



© Duarte Jorge Sousa



acordar do canto da passarada, o vento e a chuva nas janelas. Às 4 horas da manhã, o mundo faz um «reset». Realiza «redefinições». Congela erros. Mostra novas soluções... É o momento certo para fazer cópias de segurança para alojar a Memória.

**Em 2022 venceu a segunda edição do Prémio Literário Natália Correia, com o romance ‘Vinte e Sete Cartas de Artemísia’. Os prémios atribuídos aos escritores são importantes?**

**No seu caso teve alguma repercussão?**

Esse Prémio foi-me atribuído pela Câmara Municipal de Ponta Delgada. Apesar do investimento no Prémio Literário que transporta o nome da poetisa açoriana Natália Correia, o município não sentiu interesse em divulgar o Prémio nem a obra premiada. Por essa razão, o facto de ter vencido este Prémio não teve qualquer repercussão na minha vida de escritor, não fora, ter sido distinguido por um conjunto de jurados especialistas, estudiosos e críticos de Literatura. Ver uma obra referenciada pelos maiores dos nossos pares, para além de ser um importante estímulo para continuar a escrever, é, também, um privilégio e uma intensa alegria.

**Um estudo de 2022 revela que mais de 61% dos portugueses não leram um único livro no ano anterior. Para um escritor certamente que estes dados são motivo de tristeza e incerteza, mas o que acha que pode ser feito para inverter esta cultura da não leitura de livros?**

Não me admiro com essas percentagens. A grande maioria dos portugueses, ao frequentar a escola, é chamada a conhecer autores de língua portuguesa e a manter contacto com a História da Literatura Por-



© Paulo R. Cabral

tuguesa. Apesar disso, os programas escolares não permitem aos professores tempo para estimular o interesse pela leitura. Por assim ser, muitas vezes os jovens vêem-se apartados, para sempre, de hábitos de leitura. Alguns interessam-se por ler, mas por as famílias não possuírem capacidades económicas para comprar livros, que em Portugal são um bem só alcançado por algumas classes sociais, frequentam bibliotecas. Em muitas delas, por os governos não investirem na Cultura, não encontram obras recentes. Parece um paradoxo, mas há muitas bibliotecas que não têm fundos para adquirir livros. Quanto mais as ideologias de direita e extrema-direita avançam na Europa, cada vez é maior o desinvestimento na Cultura. Os Açores não são exceção.

Há uns anos Miguel Real considerou-o “um perfeito novelista Camiliano”, um neo-romântico. Continua a escrever com o coração?

Ao contrário de Camilo Castelo Branco, eu escrevo com o coração voltado para o respeito pelo feminino, para o universo onde as mulheres se movem tentando resistir a uma sociedade misógina e patriarcal. Por essa razão, não me identifico com Camilo, muito menos com Eça de Queirós.

Reconheço a excelência da escrita destes dois grandes novelistas portugueses, mas a um escritor não cabe, exclusivamente, ter uma escrita inovadora. Deve sentir a necessidade de propor um novo olhar sobre o mundo. Denunciar injustiças sociais, alertar para a necessidade de abandonar certas realidades e abraçar outras que tragam progresso e novidade à organização das sociedades humanas. Escrever é essencialmente refletir sobre o mundo. Um romance que não nos leva à reflexão, ou em que o autor é incapaz de refletir criticamente sobre a realidade que o cerca, pode ser muito divulgado, vender um grande número de exemplares, mas está condenado a nem sequer constar numa nota de rodapé da História futura da Literatura. O mesmo acontece com a poesia. A Literatura propõe o contato com o transcendente, um voo. Grande parte dos autores não tem a capacidade de levantar os pés do chão, de abandonar o óbvio, de não temendo ascensões e epifanias, deixar-se levar por voos transformadores.

O que é o projeto Nona Poesia? Vê com futuro as editoras?

A editora N9na Poesia surgiu da necessidade de criar, nos Açores, uma editora que publicasse exclusivamente Poesia e Ensaios Poéticos. Apresentei, à Publigrac, a proposta de

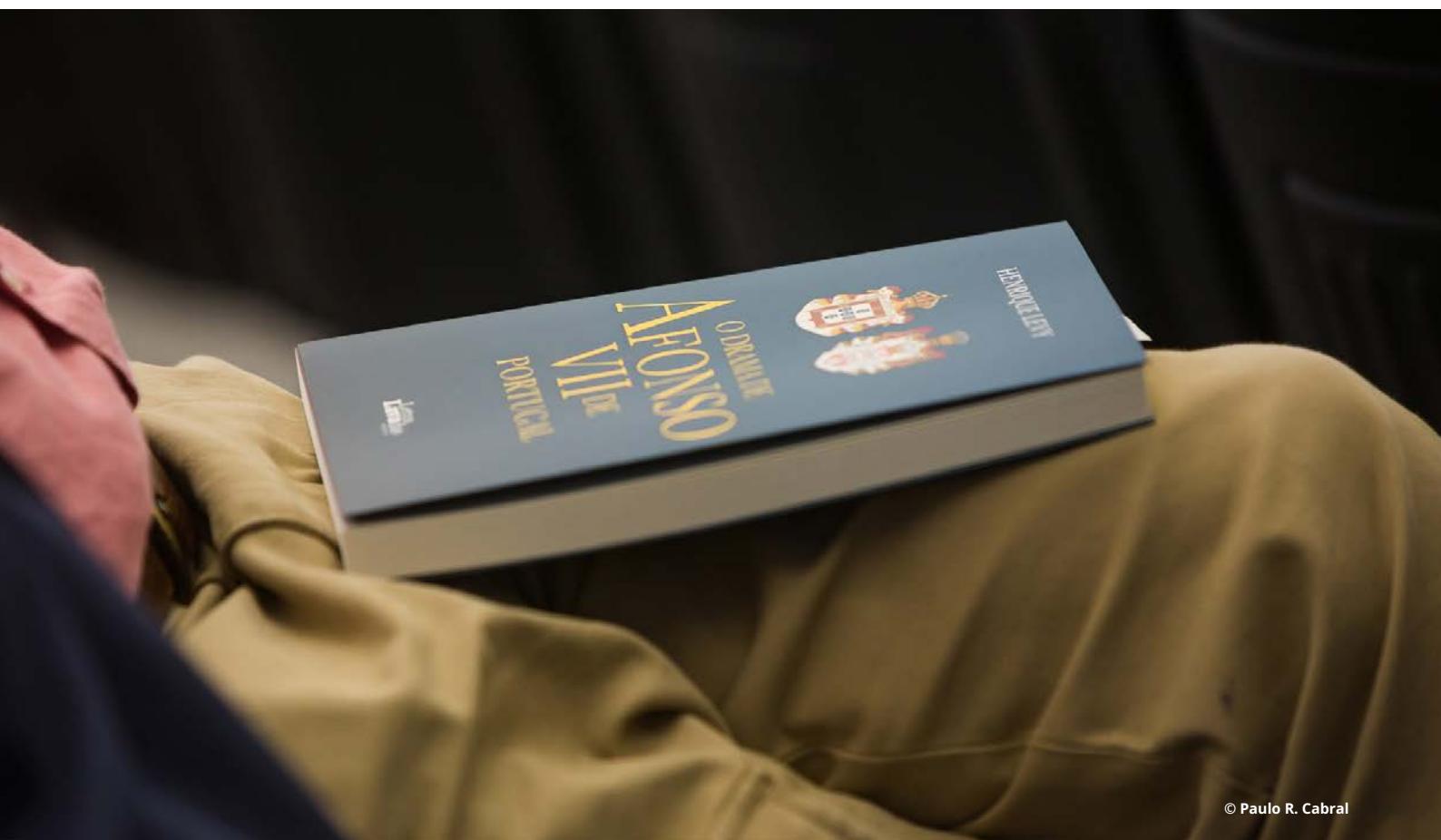
criação da editora N9na Poesia. Ernesto Rezende, a quem a Região será para sempre devedora, pelo seu empenho na divulgação da literatura produzida nos Açores, aceitou, de imediato, a criação desta editora. Assim, foi criada uma nova chancela que tem o objetivo de promover poesia cuja qualidade tem vindo a ser comprovada em cada título editado. Com dificuldade, as pequenas editoras sobrevivem às editoras, agentes do grande capital, que tomaram para si a edição e o comércio de livros, independentemente da qualidade das obras divulgadas. O que interessa às chamadas grandes editoras é o lucro obtido com a venda de livros. Essas editoras não estão vocacionadas para divulgar os autores pela sua qualidade literária, mas, antes, por saberem que, depois de bem manipulados, na comunicação social, os livros por elas editados serão um filão apetecível. Desta forma, surgem, no mercado editorial, autores que, apesar de venderem muitos livros, em nada contribuem para engrandecer a Literatura Portuguesa, acabando até por afastar futuros leitores. Felizmente, há um considerável número de editoras alternativas que com esforço resistem à mediocridade imposta.

Lançou recentemente um novo romance, *O Drama de Afonso VII de Portugal*. De que trata esta sua nova obra?

Este romance pretende ser uma homenagem ao 25 de abril de 1974.

Com ele quis demonstrar que há, e sempre houve, alternativas políticas para a construção da paz entre os povos. Que a guerra só serve para a Humanidade retroceder na sua evolução. Que todos nós estamos cercados pelo medo, pela culpa e pela solidão, delas nos libertando, unicamente, através de processos que nos levam à filosofia, à poesia, à teologia, à política etc.

Afonso VII de Portugal é um rei que não consta da História do nosso país. Ao fazê-lo surgir, nesta obra de ficção, pretendo demonstrar que a paz na Europa teria sido possível, se para isso tivesse havido vontade política e não o apelo do comércio de armamento, que leva à morte, todos os anos, milhões de inocentes. O Drama de Afonso VII de Portugal convoca-nos a refletir sobre as possibilidades e impossibilidades humanas e também, sobre a importância de implementar políticas de paz e cooperação.





© Duarte Jorge Sousa

#### Poesia ou prosa?

Ambas. Sempre que escrevo ficção, sou levado a escrever simultaneamente poesia.

É um dos artistas colaboradores da MiratecArts. Como é que esta entidade tem contribuído para a evolução da sua vida no setor artístico?

Participei, este ano, no Azores Fringe Festival, organizado pela MiratecArts. Fiquei verdadeiramente impressionado com a organização do Festival e com a diversidade e qualidade dos convidados. Além disso, é um Festival, que tal como o nome indica, é uma Festa. A festa das várias criações artísticas, do encontro de artistas populares com o seu público,

a festa da divulgação da Arte e da Cultura da nossa Região, de Portugal e do Mundo.

O Azores Fringe Festival devia ser um exemplo para as organizações públicas que têm a responsabilidade de divulgar as Artes na nossa Região. Imagino que com um subsídio justo o Fringe podia tornar-se no Festival de referência incontestável.

#### Projetos para este ano?

Como sou um homem de Fé, os meus projetos futuros serão sempre o que Deus quiser e decorrerão conforme a inspiração do Divino Espírito Santo. Este ano, a N9na Poesia editará mais 4 títulos. Em novembro conto editar um livro de poesia. O resto, é como digo: fica nas mãos de Deus.



© Paulo R. Cabral

**Uma mensagem para todos os artistas do mundo.**

A todos os artistas compete, antes de mais, lutar pela liberdade de expressão artística e nunca esquecer que em qualquer cultura,

independentemente, das formas como se atinge o conhecimento, o ato de criar estrutura e organiza o mundo, respondendo aos desafios que dele emanam, num constante processo de transformação do homem e da realidade que o circunda.



**Terry Costa**  
Presidente do Conselho Cultural da AILD

CONSELHO DA DIÁSPORA PORTUGUESA

# O Papel da Diáspora Portuguesa no Apoio à Economia Nacional

## Internacionalização das Empresas e Atração de Investimento Estrangeiro



Portugal é um país com uma das maiores diásporas do mundo. Esta vasta rede de Portugueses ou lusodescendentes no mundo é um capital que a economia portuguesa não pode ignorar, em especial no que respeita à internacionalização das empresas portuguesas assim como na atração de investimento direto estrangeiro.

A internacionalização das empresas portuguesas tem sido uma estratégia vital para o crescimento económico de Portugal, particularmente após a crise financeira de 2008. De forma a que este crescimento continue é importante pensar na diáspora portuguesa como um ativo estratégico fundamental no que respeita:

**Rede de Contactos e Conhecimento de Mercados Locais:**

Os emigrantes portugueses e seus descendentes possuem um profundo conhecimento dos mercados locais nos países onde residem. Esta rede de contactos facilita a entrada de empresas portuguesas nesses mercados, permitindo uma adaptação mais rápida e eficiente às particularidades locais.

**Mentoria e Consultoria:** Prover mentoria para startups e empresas portuguesas que desejam expandir para mercados internacionais, utilizando a experiência, conhecimento sobre a cultura empresarial, estratégias de mercado e regulamentações e a rede de contactos dos membros do conselho.

**Parcerias:** Facilitar parcerias com empresas ou organizações em países estrangeiros que possam apoiar a entrada de startups e empresas portuguesas nesses mercados. Facilitar parcerias com aceleradoras e incubadoras em países estrangeiros que possam apoiar a entrada de startups portuguesas nesses mercados.

**Promotores de Marca e Cultura:** Os membros da diáspora são frequentemente os primeiros embaixadores das marcas portuguesas no exterior, não só pela excelência e mérito que eles próprios construíram nos mercados onde vivem, mas também como promotores dos produtos e serviços portugueses, criando uma base de clientes fiéis e ajudando a construir a reputação das marcas.

**Empreendedorismo Transnacional:** Muitos emigrantes portugueses estabelecem negócios nos países de acolhimento, mantendo laços comerciais com Portugal. Estes empreendedores atuam como pontes comerciais, facilitando o fluxo de bens, serviços e investimentos entre Portugal e os mercados estrangeiros.

A diáspora portuguesa pode também desempenhar um papel crucial na atração de investimento direto estrangeiro para Portugal. Isto ocorre de várias maneiras:

**Investimentos Diretos:** Muitos membros da diáspora investem diretamente em Portugal, seja através de projetos empresariais, imobiliários ou outras formas de capital.

**Rede de Conexões Globais:** A diáspora portuguesa está presente em muitos países e possui uma vasta rede de contactos, incluindo empresários de sucesso e profissionais influentes. Essas conexões podem ser uma ponte para identificar HNWIs com interesse ou potencial para investir em Portugal.

**Conhecimento Local e Cultural:** Os membros da diáspora têm uma compreensão profunda tanto da cultura e do ambiente de negócios em Portugal quanto do contexto internacional. Isso facilita a identificação de oportunidades de investimento alinhadas aos interesses dos potenciais investidores.

**Credibilidade e Confiança:** Investidores internacionais frequentemente confiam mais em informações e recomendações vindas de pessoas com quem compartilham laços culturais ou históricos. A diáspora pode desempenhar o papel de embaixadores, promovendo Portugal como um destino atraente para investimentos.

**Facilidade de Comunicação:** A diáspora pode atuar como intermediária, facilitando a comunicação entre investidores e entidades portuguesas, superando barreiras linguísticas e culturais que poderiam dificultar o processo de atração de investimentos.

A diáspora portuguesa é um pilar essencial para a economia nacional, não só na internacionalização das empresas, mas também na atração de investimento estrangeiro. À medida que Portugal continua a buscar novas formas de crescimento e desenvolvimento, a conexão com a sua diáspora deve ser fortalecida e valorizada como um ativo estratégico inestimável.



Renata Ramalhosa

CEO da Beta-i Latam

Conselheira da Diáspora Portuguesa

| AMBIENTE

# As iniciativas de resiliência global da FAO

A FAO (Organização das Nações Unidas para a Alimentação e Agricultura) continua empenhada no desenvolvimento de iniciativas ligadas aos sistemas agro-alimentares, com forte implicação nos meios de subsistência e na qualidade de vida das diversas comunidades locais.

Estas acções, promotoras de uma maior resiliência perante a perda de biodiversidade, a gestão de águas subterrâneas e recursos hídricos, a sustentabilidade urbana, as alterações climáticas e a degradação dos solos, estendem-se a vários países.

A aposta incide em três vectores principais – adaptação às

alterações climáticas, cidades sustentáveis e, por fim, na melhoria das terras e mares.

## Adaptação às alterações climáticas

No âmbito da adaptação às alterações climáticas, os apoios contemplam projectos localizados em Angola e na Tanzânia através de abordagens focadas nas comunidades.

No caso de Angola, o apoio recai sobre uma melhor gestão de 250 mil hectares de terras tendo em vista a sua adaptação às alterações climáticas e impactará positivamente cerca de 180 mil pessoas, através do fortalecimento de cadeias de valor agro-alimentares, da promoção da nutrição e da segurança alimentar, do manejo sustentável de terras e florestas e da posse da terra por parte de pequenos agricultores. No que respeita à Tanzânia, o projecto tem como objectivo gerenciar 20 mil hectares de terra, beneficiando

cerca de 1,5 milhões de pessoas, através da implementação de medidas de combate à degradação das terras e de mitigação da falta de água.

## Cidades sustentáveis

No que diz respeito ao apoio direcionado para as cidades sustentáveis, foram seleccionados três projectos focados em sistemas agro-alimentares urbanos, localizados no Chile, Argélia, e Zimbabué.

No Chile prevê-se melhorar cerca de 1.325 mil hectares de paisagens e mitigar a emissão de 15 mil toneladas de emissões de gases de efeito estufa, com benefícios directos para 732 mil pessoas, através da melhoria de redes de infra-estruturas verdes para a biodiversidade e mitigação e adaptação às alterações climáticas em quatro cidades.

No caso da Argélia, o projecto incide na restauração de 17,5





mil hectares de florestas urbanas e outros espaços verdes e na melhoria de práticas em cerca de 21 mil hectares de paisagens, mitigando 715 mil toneladas de emissões de gases de efeito estufa, beneficiando 1.090 mil pessoas. Estes valores serão atingidos através da criação de espaços verdes e da implementação de métodos circulares de gestão de resíduos. Relativamente ao Zimbabué, o projecto pretende restaurar 300 hectares de zonas pantanosas e florestas, assim como, melhorar práticas de gestão de paisagens em 136 hectares e mitigar 24 mil toneladas de emissões de gases de efeito estufa, com benefícios directos para cerca de 6 mil pessoas. Para atingir estes objectivos, a FAO ajudará o país a tratar a degradação e poluição dos ecossistemas em duas cidades, promovendo o seu restauro.

#### Melhoria das terras e mares

No caso do terceiro vector – melhoria das terras e mares – o apoio é mais amplo e abrange um maior número de países. O primeiro grupo de países apoiados localiza-se na América Central – Belize, República Dominicana, Guatemala, Panamá, Nicarágua, El Salvador, Costa Rica e Honduras. Este projecto pretende aprimorar a gestão de 1,8 milhões de áreas protegidas em terra e no mar, além de restaurar 300 hectares de zonas húmidas e melhorar as práticas em mais de 353 mil hectares, com benefícios para 350 mil pessoas. Pretende-se aumentar a biodiversidade e a segurança hídrica das bacias hidrográficas e os ecossistemas marinhos do Pacífico e Caribe. O segundo grupo de países apoiados localiza-se na região do Caribe – Suriname, Trinidad e Tobago, São Vicente e Gra-



nadinas, Santa Lúcia, Guiana, Granada, Antígua e Barbuda, Bahamas, Dominica, Barbados, Haiti, Jamaica, São Cristóvão e Névis. O projecto incidirá sobre a restauração de 28 mil hectares de terras agrícolas e beneficiará cerca de 6.9 mil agricultores. Entre as medidas aplicadas, destaque para os apoios direcionados para a gestão dos recursos terrestres para sistemas agro-alimentares e para meios de subsistência mais resilientes às alterações climáticas e mais produtivos.

Ainda no que concerne aos apoios direcionados para este terceiro vector, destaque para mais dois projectos, um em África, na Mauritânia, e outro na Europa, na Bósnia e Herzegovina.

O projecto da Mauritânia prevê a restauração de 80 mil hectares de terras florestais e a mitigação de 313 mil toneladas de emissões de gases de efeito estufa, beneficiando 60 mil

pessoas, através da promoção da biodiversidade e de melhorias na gestão de paisagens para a agricultura, silvicultura e pecuária, combatendo assim a desertificação.

No caso da Bósnia e Herzegovina, o apoio da FAO servirá para melhorar a gestão de cerca de 193 mil hectares para conservação da biodiversidade e das florestas, além de restaurar 1.5 mil hectares de terrenos agrícolas degradados e de mitigar 2 milhões de toneladas de emissões de gases de efeito estufa, beneficiando 100 mil pessoas, através de melhorias no uso das terras e de planos integrados de gestão de espaços importantes para a biodiversidade.

Todos estes projectos supra citados são importantes no sentido de favorecerem um desenvolvimento global mais harmonioso, assente na interligação entre a implementação de sistemas agro-alimentares e a preservação da biodiversidade e do meio ambiente.



Vítor Afonso  
Mestre em TIC



## LUSO - CRIANÇA

# Dicas de bem-estar

### A importância do arroz integral na nossa alimentação

Vegetarianos, Macrobióticos, Vegans, Omnívoros, Frugíveros? Existem argumentos para cada escolha, mas uma conclusão é unânime: é fundamental incluir na nossa alimentação diária os cereais, sob a forma integral, por serem alegadamente preventivos de cancro, doenças cardiovasculares, diabetes, gripes e outras. Mas, tem cuidado, não estou a falar de cereais acompanhados de enormes quantidades de açúcar e laticínios, mas de produtos como arroz, massas, cuscus, pão sem fermentos, millet, cevada, centeio, flocos de aveia, dos quais a maioria deve ser cozinhado ao lume (fogão a gás ou lenha).

A nossa estrutura dentária e intestinal, conferem a certeza que os cereais são o alimento principal da nossa espécie: 32 dentes, 20 molares (moer grãos), 8 incisivos (cortar fibra

vegetal) e 4 caninos (cortar fibra animal).

Os nossos intestinos têm uma estrutura adequada para digerir particularmente a fibra dos cereais e são o principal órgão responsável pela nossa imunidade.

Nunca te esqueças disso. Os cereais integrais são os melhores amigos dos intestinos.

Os cereais integrais também, contêm serotonina, uma substância que acalma o sistema nervoso. Vais sentir-te menos cansado. Ao substituir o arroz branco, (desprovido de vitaminas, sais minerais, e açucares bons), devês colocar o arroz integral de molho, no dia anterior a ser cozinhado. Informa-te melhor e bons cozinhados, em família, pela tua saúde e bem estar de todos!

Desejo-te boas férias e aproveita para te fortaleceres com cereais integrais saborosos!



Madalena Pires de Lima  
Escritora



| TRADIÇÕES LUSAS

# Agricultura versus Biodiversidade espécies relegadas e a espera de outros tempos

Garrobas! Tão boas p'ró gado. Agora é que nem vê-las!

Vá lá a gente entender isto! Aquando da guerra nem nesta casa se passava sem umas boas sopas daquelas pardas azeitadas! Ao velho Casimiro de pouco ou de nada lhe servia o lamento, mas sabia muito bem como em tempos a sua Júlia as ajeitava

no dia anterior demolhava-as em água fresca (como fazia com o feijão-carrapato), para no dia seguinte a sua cozedura ser mais facilitada. Enquanto se aprontavam em fogo lento, numa sertã abondada de azeite fritava as fatias dos cadornos de pão de há dois dias e retirava-as logo de seguida para saltear o alho laminado. Fazia da mesma forma

com as rodelas da queimosa, que depois apartava para ajudar um cibinho de farinha trigo e uma colherada de pimentão doce. Quando a fritada ficava no ponto é que lhe acrescentava as ditas já bem aferventadas [...] Num tacho fundo, sopeiro e à medida da clientela caseira, dispunha o alho e os sanocos acabadinhos de fritar, ajustando as porções com a peneira da sua cozedura. Fervia mais um nadinha, apenas um nadinha, e temperava de azeite, vinagre que ela fazia das sobras do basterdo e tantinho de arioso das crivas das salgadeiras. A seguir que viessem os malgueiros senão até do panelo marchavam!

\**Lens culinaris* Medikus – as garrobas, pardas ou lentilhas – sementes que fizeram com que Esaú cede-se a Jacob o seu direito de primogénito (?), do acréscimo aos assados árabes, do fraco que os judeus tinham por elas ou – também – esteio da alimentação diária das sociedades rurais transmontanas dos séculos XII–XIII e das economias de subsistência até aos séculos XVIII/XIX.

Os anos passaram, passam...

atropelam-se cada vez mais num absurdo colectivo [...]

Vem esta conversa a propósito não de confessadas filantropias ou de evasivas metediças, que seja acerca da amargurada agricultura na região, mas de elogio aos ganhos históricos da sabedoria popular nesta arte da conservação dos recursos e sempre no entendimento de cultura alternativa como aporte de mudança agro-ambiental prudente, escolha económica reflectida e opção sócio-cultural sustentada. Assim. A conservação dos recursos fitogenéticos

base incontornável da subsistência da Humanidade

na sua forma mais sóbria e consentânea com a própria sobrevivência – é a antípoda dos actuais modelos de integração da agricultura na economia global, com a consequente marginalização da pequena agricultura e dos sistemas agrários tradicionais. É o paradoxo dos paradigmas contempo-

râneos! Esta incompreensão imprudente, bem retratada no histórico das múltiplas facetas das políticas agrárias, tem provocado destruições irreversíveis no património biológico natural, dado que a primeira etapa da requerida conservação é – antes de mais – a sua manutenção na exploração agrícola e nos seus habitats naturais. Não é por isso de estranhar um inquietante abandono de tantas espécies vegetais, reflexo particular dessas actividades mais incautas do homem versus agro-ecossistemas. Além disso, porque nem só a responsabilidade pode ser imputada à inexistência de políticas sustentadas ou ao fundamentalismo mercantilista, aos irrationais especuladores financeiros ou à incivilizada universalização sócio-cultural, também os descuidos científicos, os sistemas elitistas de investigação e [naturalmente] a incapacidade económica dos bem-intencionados permitiram que das plantas conhecidas apenas se saiba o valor potencial de pouco mais de 5%. Nesta azáfama de sobrevivência cada vez mais patética [e irresponsável] corremos o risco de nos próximos 50 anos não estudarmos mais do que 25 a 30% da totalidade da flora mundial.

A isto – a este desconcertante fenómeno

alguns dos mais optimistas nomeiam de erosão genética, outros de alma mais fatalista encaram-no como um suicídio colectivo, fico-me pela esperança de melhores dias. À espera de outros tempos. Neste contexto, numa perspectiva etno-agronómica de generosidade científica, proponho a seguinte esquematização para as espécies vegetais

progenitoras – espécies que estiveram na origem das variedades que consumimos; desmemoriadas – espécies que nem chegaram a ser estudadas; acauteladas – espécies que ainda hoje consumimos; imortalizadas – espécies perduráveis, perpétuas (...)





Foi a esta complexidade da vida vegetal

que alguma comunidade científica apelidou de “biodiversidade”, enquanto outra, já mais céptica perante as novas vagas economicistas, arriscou conceitos mais propícios a uma “bio-saudade” algo preocupante. No entanto, neste modesto contributo tentarei [apenas] recordar algumas das espécies sobreviventes e ainda acauteladas e outras immortalizadas e já personalizadas, quer nos produtos tradicionais ou em saberes de gerações passadas quer na excelência dos próprios recursos genéticos que são os tesouros vivos da esperança no futuro dos nossos filhos. Por outro lado, todos sabemos que a [bio] diversidade não é estática

está em constante e permanente evolução

modifica-se, cresce, restringe-se, ao mesmo tempo que se transformam os sistemas sociais, ecológicos, económicos, políticos (...) Também sabemos que este património não é competitivo monetariamente para os mercados presentes e para aqueles que [ainda] se avizinharam. Contudo, mesmo para a ignorância mesquinha dos apátridas das economias ou dos políticos da coscuvilhice caseira, são a garantia da variabilidade genética e os instrumentos de desenvolvimento sustentado. Ou, se quisermos, para qualquer sensatez, são a salvaguarda de possíveis reorientações no caso de mudanças nas necessidades dos próprios mercados. É, por isso, indispensável conhecer as histórias que há para contar, estudá-las, e respeitar as heranças legadas.

São as histórias técnicas – dos lagares de azeite, das adegas, ou da indústria da seda...; económicas – do comércio da amêndoia, do linho...; sociais – da apanha da azeitona, da pisa lagareira, do fabrico do pão...; culturais – da medicina popular, das danças e cantares...; gastronómicas – dos aromas, dos condimentos, das alheiras...

São afinal os saberes da perseverança dos agricultores [e] da ruralidade a reportar em trunfos de fé e confiança para as gerações vindouras, sendo também prazeres de agradar, memórias prezadas e o sentimento de um futuro favorável. É, enfim, a história viva, vivida, e para viver, que pretendemos para a prosperidade dos recursos genéticos e não o fatalismo das vitrinas museológicas. Porém, a alternativa agronómica é sempre possível (e desejável) [...] Numa arquitetura de valorização das identidades genéticas, entendo que não basta só a afirmação da originalidade das populações locais mas também a diversificação das produções regionais. Aliás, a história dos sítios é fértil no desenvolvimento de novas fileiras agro – económicas. Desta forma, admito o conceito

uma região – um sistema de produção diferente material biológico original e/ou adaptado aos territórios – produtos de identidade garantida e personalizada para os consumidores em geral. Articula-se assim o conceito de irre-



versibilidade, em que todo o recurso existente deve ser conservado perante o risco de extinção, e o conceito de evolução estratégica com a conveniente diversificação das actividades agro-rurais [...] Para consubstanciar esta visão, simplista, anoto alguns exemplos para reflexão:

“Mãe, que cousa é casar? Filha, fiar, fiar, parir e chorar.”  
Fiandeira era condição de mulher, para quem foi não só um sacrifício mas quase uma condenação.

#### A amoreira branca – *Morus alba* L.

Acerca da indústria da seda a opinião generalizada dos nossos historiadores acredita que foi encaminhada para a península pelos povos árabes e – no nosso país – início do século XIII, terão sido os transmontanos os primeiros a «fabricá-la» e a tingi-la. Assumiu tal importância que o rei Afonso V ordenou a plantação de 20 amoreiras/habitante. Era tal a animação pela criação de sirgo que até rivalizava com as principais produções da época. Mesmo com o aparecimento dos tecidos concorrentes da China e do Japão, no século XVI, o fabrico de sedas continuou com domínio industrial relevante, produzindo-se veludos, tafetás, toucaria, retrós e seda branca. Foi a base da indústria da moda da época. Por sua vez, as folhas da amoreira branca, o principal suporte alimentar do bicho-da-seda, também eram utilizadas na alimentação do gado graúdo, e os respectivos frutos, tal como os da amoreira negra [*M. nigra* L.], na engorda das aves domésticas\*. Toda-via, as várias crises, em particular nos séculos XVIII-XIX, e o aparecimento do algodão (e da cambraia), relegaram esta indústria têxtil, primeiro para um estado latente, posteriormente para as histórias de serandeiro e, por fim, para os ar-mazéns de uma qualquer Arca de Noé. Associado a estas crises conjunturais juntou-se a falta de qualidade da seda produzi-da, a escassez de capitais de investimento e as fracas técnicas de produção, ditando o «fim» precoce da sericicultura.

\*A riça mourisca [...] Pões a fritar – a seco e cortado aos pedacinhos – meio quilo de toucinho entremeado. Depois guardas o pingo limpo numa tigela à mistura com o pingo da galinha assada no forno. A seguir acrescentas esta gordura de um golo de vinho branco, pouco vinagre não muito avinagrado e tantinho de água, temperas de sal, louro, uns agulhados de rosmaninho, pimenta moída e o sumo de limão, e coalhas com dois ovos batidos. Deixas levantar fervura, juntas ao molho conseguido uma pitada de açúcar amarelo e o touci-nho e envolves a bicha – uma das tais riças engordada com as amoras das cortinhas do Carril (...) E os frangotes, que só não arrebentavam de fartura das amoras maduras e das farela-das de ervas porque não lhe davam tempo para isso, quando recheados à moda da Maio-Roxo? Numa velha prática de en-xotar os diabos! [...]

#### Linhos e cânhamo

Quanto à transformação dos linhos [*Linum usitatis-simum* L.] – galego, mourisco, riga nacional (...) e cânhamo [*Cannabis sativa* L. subsp. *ruderale* Janisch.] – esta já fazia parte do quotidiano social e económico dos transmontanos antes da romanização, a par das manufacturas das lãs de ovelha e do pêlo das cabras. É, também, no reinado do Africano que as feitorias reais da região animam a produção e contribuem para o abastecimento das necessidades do país. Era um dos cultivos mais utilizados para o pagamento de rendas, foros, dízimos, tensas (...) é raro encontrar um foral, uma lei, uma escritura, uma venda ou uma doação que não lhe faça referência. O linho e os tecidos mistos de linho e lã consti-tuíram, até princípio do século XX, a matéria-prima têxtil basilar – e única – com que se fabricavam roupas, panos de mesa e ceremoniais, sacos e alforges, toalhas e mantas, até coadeiras para o leite ...

Ainda são da minha memória as atenções que as moças casadoras destinavam à formação e ao engrandecimento dos tradicionais enxovals, guardados cuidadosamente numa boa arca, com a reserva de roupas brancas de vestir e de casa, de peças inteiras de linho ou estopa – lençóis, fronhas de almofadas, travesseiros, colchas, toalhas de mesa e de rosto, guardanapos, lenços, etc.

#### E a carga sacra do linho na Liturgia da Igreja Cristã?

das três toalhas que cobriam o altar, as toalhas da comunhão para colocar diante dos comungantes, as toalhas do baptismo que a madrinha levava para limpar o neófito após a efusão da água, os sanguinhos de limpar o Cálice, os manutérgios para limpar as mãos após o lavabo (...) aos amitos de cobrir os ombros dos sacerdotes. Tudo era (ainda o é?) confeccionado com linho. O linho significava simplicidade e pureza. Por sua vez, a semente do linho, a linhaça, o respectivo óleo e farinha, (a mais rica fonte de ômega 3 que se conhece da natureza), já no fim da Idade Média era elogiada pelos médicos que lhe gabavam tamanha docura. Todavia, até há bem pouco tempo, foi apenas a medicina popular que lhe perpetuou o seu uso, sem nada acrescentar às suas indicações milenares. Aplicava-se a praticamente a todo o tipo de inflamações internas e externas. O linho era a planta emoliente e laxativa da época. Mas, pelas mesmas razões de que padeceu a sericultura, também esta actividade sofreu com as diversas crises que a agricultura atravessou até aos nossos dias. Nem os incentivos dos anos quarenta do século XX evitaram o desaparecimento quase completo destas culturas e respectivas

indústrias. Actualmente, integrados num mercado excedentário em bens alimentares indiferenciados mas deficitário na produção oleaginosa, as populações regionais de linho, na sua maioria de aptidão mista, são alternativas estimulantes para o fornecimento de matéria-prima à que já foi a maior indústria portuguesa – a têxtil

na indústria cosmética e farmacêutica, agro-alimentar

[e] um complemento credível à indústria de tintas e vernizes. [Em resumo] a oportunidade de relançar estas actividades suportadas em saberes de outrora, melhoradas com as tecnologias do presente, reforçarão certamente as actuais angústias pela utilização imprudente dos tecidos sintéticos ou pelo abuso bárbaro das peles dos animais. As Cleópatras dos nossos dias não deixarão de honrar a versatilidade das suas belezas com estes caprichos do passado! É nesta lógica, a expectativa promissora de uma indústria de moda mais racional e ambientalista. O que é natural é melhor, naturalmente...

#### O Chicharro ou feijão-frade

*Vigna unguiculata* (L.) Walp. – feijão de duas caras, fradinhos, frades, feijão pequeno, feijão galego, às avessas, olho-de-perdiz, feijão-chicote, cara-castanha ou olho-castanho, olho preto, feijão colorido, olho miúdo, rentês, feijão rasteiro (...) feijão de metro, preto e avinhado [*Vigna unguiculata* ssp. *sesquipedalis* (L.) Verdc. – é um feijão de dupla aptidão, em que o grão (ou a vagem) é utilizado na alimentação humana, enquanto a massa verde serve para pasto de pequenos rumi-





nantes, sendo das poucas forragens cultivadas apetecíveis aos caprinos. Era tradicional, no Vale da Vilariça, a realização de três colheitas

uma no início do Verão, ainda com as vagens tenras para as substanciais caldeiradas dos ribeireiros; outra, pelas festas de Nª Sra da Assunção, para secagem e obtenção do grão; e uma final – depois da apanha da amêndoia – também para grão ou para aproveitamento dos cornipos. Posteriormente era utilizado em pastoreio. Muitas vezes foi semeado com a mera intenção de servir de pasto estival, principalmente para as churras leiteiras e, na falta de estrumes, para siderar os solos dos olivais ou da próxima cultura. Estas formas de aproveitamento ficaram prescritas com o incremento da intensificação da pecuária e pelos fertilizantes da indústria química. No entanto, a extensificação da pecuária e de muitos cultivos regressaram não só ao nosso imaginário como ao discurso das gentes de bem. Hoje, sabe-se que a chicharrada é uma cultura que dispensa o encargo da rega, chegando mesmo a reagir mal à água quando a intenção é a produção de grão. Trata-se de um vegetal comedido nas exigências alimentares, tecnicamente simples e acessível aos conceitos de rentabilidade.

Chicharrros com couves. Dizer a um transmontano que a sopa é de chicharrros verdes, que as alheiras têm a companhia de chicharrros com couves, é prometer o céu na terra ao mais vadio dos pecadores. Permitir-lhes a eternidade do prazer (...) Aguento o auguar e dedico-vos a simplicidade destes chicharrros da natureza com couves (ou nabiças), à maneira de uma

qualquer das nossas donas [...] Deixe a demolhar de um dia para o outro o feijão rentês e leve-o a cozer em água temperada com sal. Depois de cozido, retire-o e – na mesma água – coza as berças (ou as nabiças cegadas grosseiramente). Junte-lhe os frades e deixe levantar [novamente] fervura. Escorra e misture bem. Tempere com bastante azeite e um pouco de vinagre de vinho. Se for época de matança, experimente acompanhá-los com uns chichos temperados à moda dos mirandeses!

Os outros feijões – feijão-comum [*Phaseolus vulgaris* L.], feijões-de-trepas [*Phaseolus vulgaris* ssp. *volubilis* (De Kapr) Grad] e feijoca ou feijão-de-sete-anos [*Phaseolus coccineus* L.] – descendentes dos feijões americanos chegados à região no decorrer do século XVI, os mais vulgares nas terras frias transmontanas, são mais conhecidos, em especial os «comuns»

por canários, catarinos, carrapatos, moleiros

feijão-manteiga, feijão-branco, vermelhos, fidalgos, amarelos, pretos, feijão-esmola, arrozeiro, cacharolo, cachudo, sete-semanas, feijão-rajado, viperino, carraços (...) São os feijões mais correntes para sopas, feijoadas e para uma das referências mais marcantes da gastronomia transmontana – as cascas ou casulas, vasas ou palhada – comidas principalmente nos dias frios de Inverno, sendo muito frequente encontrá-las entre os petiscos mais apetecidos na época carnavalesca, quase sempre a acompanharem os chouriços de ossos, bulhos ou botelhos. Trata-se de feijões apropriados a esta técnica que se colhem ainda em vagem, quando o grão está bem formado mas não totalmente seco.



A vagem parte-se em pequenos pedaços que se põem a secar ao sol, durante vários dias, sobre palhadas ou estendidos em mantas. Depois de bem secas, vão a guardar em sacos de pano.

#### Outros vegetais

As ditas lentilhas, os ervanços ou grabanços, garoulos ou grabinchos, [Cicer arietinum L.], lisos ou miúdos, que Hipócrates já realçava como de alto valor nutritivo, das sopas quentes judaicas ou da substância popular transmontana e de cuja pasta ainda hoje na região de Vinhais se faz um excelente doce – o doce de grabanços

Depois de demolhar os grabanços, coza-os e, a seguir, passe -os por uma maquineta para ficarem bem desfeitos. Entretanto, leve o açúcar ao lume com um pouco de água e deixe ferver até ganhar o ponto de estrada. Junte o puré do grão ao açúcar e ponha novamente a ferver, mexendo sempre. Retire do lume e junte-lhe as gemas na seguinte relação: treze gemas para trezentos gramas de grão e meio quilo de açúcar. Coloque tudo de novo ao fogo, até levantar fervura. Antes de servir, e ainda quente, espalhe por cima canela em pó.

Os tremoços substitutos da batata em épocas de fome (dos históricos pães calabreses) ou da nossa criança e dos domingos primaveris; as tronchudas das hortas familiares para recheiar comeres natalícios ou dar sabor aos caldos invernais; a fava, curta ou roxa, outrora reputada como planta impura, utilizada na alimentação desde

a Antiguidade, que sentiu a sua decadência após a introdução da batata e do feijão; os nabos, as nabiças e os grelos do Advento; os pimentos cornicabra que nas Arribas do Douro apelidavam de guindilhas churrasconas; os memoráveis melões da Vilarica que incomodavam de tão grandes que eram [...] Qualquer uma destas espécies, com exceção das lentilhas que já são uma ilusão, continua a animar o receituário das nossas avós e das cozinheiras que excitam a nossa imaginação de respeito pela Natureza. Neste rol infinidável de culturas – de outros tempos – [até] menciono os alhos, companheiros do homem há mais de cinco mil anos, autênticos antibióticos naturais e envoltos num misticismo de poderes mágicos, a própria salsa que nos dias de hoje foi remetida para meras ornamentações ou quando muito para condimentar o que é incôndito – noutros tempos serviu para engrossar molhos, esparregados e as sopas das nossas sopeiras, as abóboras, calondros e cabaças, que tanto servem para encorpar os enchidos como complementam refeições de substância (os guisotes tão apreciados pelos judeus e transmontanos de outrora, as sopas de inverno com tomilho, hortelã fresca e açúcar) ou adoçam manjares de dietas escusadas – as abóboras avinhadas... São muitas as produções

de árvores e arbustos fruteiros ou de plantas bravias de frutos comestíveis

que por diferentes razões alargaram o passo a caminho do acaso. Infelizmente, preparam-se para hibernar nas nossas memórias ou de um qualquer museu. Lá iremos!



António Manuel Monteiro  
Engenheiro Agrônomo

# Obrigado e boa viagem



24 agosto

Fronteira de Vilar Formoso



| SAÚDE E BEM ESTAR

# Desafios na saúde



Em 2015 foi definida a Agenda 2030, alargada e ambiciosa, com 17 Objetivos, pela Organização das Nações Unidas (ONU). Os 17 Objetivos de Desenvolvimento Sustentável da Agenda 2030 abordam várias dimensões sociais, económicas e ambientais e traduzem uma visão e um compromisso entre os líderes mundiais. São eles:

1 - Erradicar a Pobreza; 2 - Erradicar a Fome; 3 - Saúde de Qualidade; 4 - Educação de Qualidade; 5 - Igualdade de género; 6 - Água e Saneamento; 7 - Energias Renováveis; 8 - Trabalho Digno e Crescimento Económico; 9 - Indústria, Inovação e Infraestruturas; 10 - Reduzir as Desigualdades; 11 - Cidades e Comunidades Sustentáveis; 12 - Produção e Con-

sumo Sustentáveis; 13 - Ação Climática; 14 - Proteger a Vida Marinha; 15 - Proteger a Vida Terrestre; 16 - Paz, Justiça e Instituições Eficazes; 17 - Parcerias para a Implementação dos Objetivos.

No ponto 3, Saúde de Qualidade, estão contemplados pontos como taxa de mortalidade materna global, mortes evitáveis de recém-nascidos e crianças menores de 5 anos, epidemias, mortalidade prematura, saúde mental, prevenção e tratamento do abuso de substâncias incluindo drogas e álcool, implementação da Convenção-Quadro para o controlo do tabaco, saúde sexual e reprodutiva, vacinas, medicamentos, aumento do financiamento da saúde assegurando uma cobertura universal e acessibilidade a todos com qualidade. É neste contexto e na definição de Saúde da Organização Mundial de Saúde (OMS) que se enquadram os desafios da Saúde.

Relembremos a definição de Saúde: "estado de completo bem-estar físico, mental e social e não apenas a ausência de doença". É necessário englobar no conceito de Saúde as questões de segurança, de promoção da igualdade de género, condições económicas e sociais,

isolamento social versus suporte social ou meio ambiente.

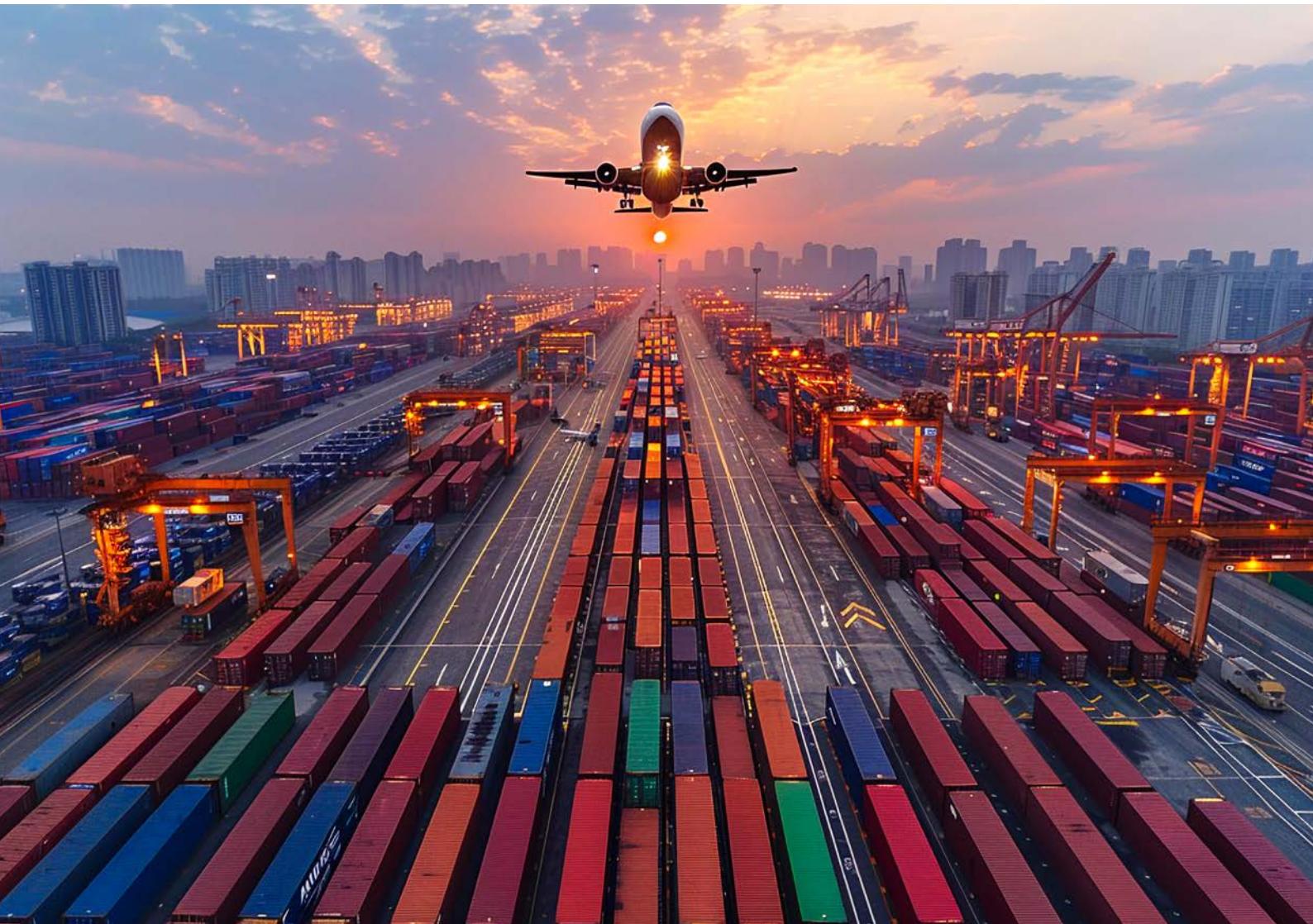
Os grandes desafios na saúde são complexos e abrangentes. Há um conjunto de fatores que se prendem com as vertentes financeira, de promoção da saúde e prevenção da doença, da qualidade dos serviços prestados, da educação, da literacia em saúde e as desigualdades sociais em saúde, bem como a escassez de profissionais de saúde, entre outras.

A par das políticas de Saúde governamentais e das definições das estratégias é de crucial importância o planeamento, a organização, a implementação e execução das medidas de uma forma coordenada com a eficaz intervenção das diferentes estruturas, instituições e serviços abrangidos. As competências específicas na área da gestão em saúde, condicionam a qualidade e eficácia dos resultados obtidos. Por último a investigação e a adoção da inovação tecnológica, nomeadamente de modelos de Inteligência Artificial (IA) e de terapêutica são uma necessidade obrigatória para as melhores práticas clínicas. Os desafios significativos no que respeita à Saúde Mental, como componente vital no nosso bem-estar, impõe que seja mencionada a depressão, afetando mais de 300 milhões de pessoas, como principal causa de incapacidade em todo o mundo, de acordo com relatos da Organização Mundial de Saúde (OMS). Ainda existem muitas barreiras e tabus ao redor da saúde mental, pelo que o combate ao estigma e à discriminação exige uma abordagem multifacetada nomeadamente com campanhas de sensibilização, de consciencialização e de educação.

O nosso contributo passa necessariamente, como cidadãos, pelo cuidar da nossa saúde, pelo nosso equilíbrio e bem-estar, adotando e promovendo hábitos de vida saudáveis e evitando hábitos prejudiciais. Refletirmos nas nossas rotinas diárias é uma importante avaliação e de reconhecimento das nossas responsabilidades, o que nos permite conquistar novas atitudes, novos costumes e novas oportunidades, proporcionando o nosso investimento na redução de riscos e de alertas precoces na melhoria da nossa qualidade de vida. Podemos superar desafios e construir uma vida mais saudável.



Eduarda Oliveira  
Médica Pneumologista



| FUNDAÇÃO AEP

# A diáspora portuguesa e as exportações e importações

Portugal é historicamente um país extremamente aberto à migração, sendo um país no qual as importações e exportações têm enorme representatividade no PIB, ao mesmo tempo que recebe e envia um considerável número de migrantes.

Com ondas de migração a começarem no século XV, foi no ano de 2008 que surgiu o mais recente flow de emigran-

tes portugueses, maioritariamente devido ao início de uma forte crise financeira. No entanto, as características destes emigrantes distinguem-se das gerações anteriores, que eram maioritariamente não qualificadas, enquanto que os emigrantes atuais são caracterizados como tendo elevados níveis de qualificação. Esta nova onda migratória é grande promotora do crescimento do “Mercado da Saudade”,

ao mesmo tempo que abre portas a novas oportunidades de negócio associadas a este mesmo mercado. Num artigo de 2015 publicado na revista Empreendedorismo Start&Go, On-dina Afonso, a diretora executiva da Portugal Foods, refere: “O mercado da saudade passa não só pela venda de produtos portugueses, mas também pela promoção que os próprios portugueses fazem dos produtos nacionais nos países onde vivem, o que os torna “embaixadores natos” dos nossos produtos [...]. O mercado preferencial é mesmo o mercado externo onde está a saudade do que é português, e também o maior poder de compra.” A atual evolução da economia portuguesa está extremamente ligada à evolução do comércio internacional, o qual é consequente da globalização. Esta, por sua vez, tem como dimensão central a intensificação das migrações e dos fluxos das pessoas.

Assim, a Diáspora portuguesa constitui um ativo importantíssimo para o País, na medida em que cada português pode assumir o papel de agente facilitador na abordagem aos mercados externos, atenuando as maiores debilidades identificadas pelas PME nos processos de expansão internacional, sobretudo as de menor dimensão, como sejam a falta de informação e de recursos humanos qualificados e com conhecimento profundo sobre os mercados.

A construção de uma rede social colaborativa assente numa plataforma informática exige um trabalho profundo de criatividade e conhecimento das expectativas dos seus futuros utilizadores, a que acresce a construção de uma dinâmica de atualização de conteúdos conjugada com as melhores opções tecnológicas. São estes os fatores decisivos do sucesso da plataforma e da sua sustentabilidade futura,





pelo que foram tidos em consideração na construção do percurso metodológico. A Rede Global da Diáspora ([www.redeglobal.pt](http://www.redeglobal.pt)) é um projeto promovido pela Fundação AEP, que tem por objetivo aproximar as PME portuguesas com a Diáspora; Este projeto responde a uma estratégia colaborativa de internacionalização, assente na construção de uma plataforma capaz de promover o relacionamento dos portugueses espalhados pelo Mundo entre si e entre estes

e as PME portuguesas, com o objetivo de os transformar em verdadeiros embaixadores e promotores da oferta nacional; O projeto, pelos seus objetivos, assume um enorme interesse para o tecido empresarial português no contexto da internacionalização da economia, possibilitando o crescimento do networking global, através de um acesso às comunidades de portugueses internacionais, cuja adesão será facilitada com recurso às atuais redes.



Pronto para tornar sua marca inesquecível?  
A Amostra de Letras tem experiência e criatividade para ajudar a sua marca a causar um impacto duradouro. Deixe-nos ajudá-lo a expandir os seus negócios e a posicionar-se no mercado.

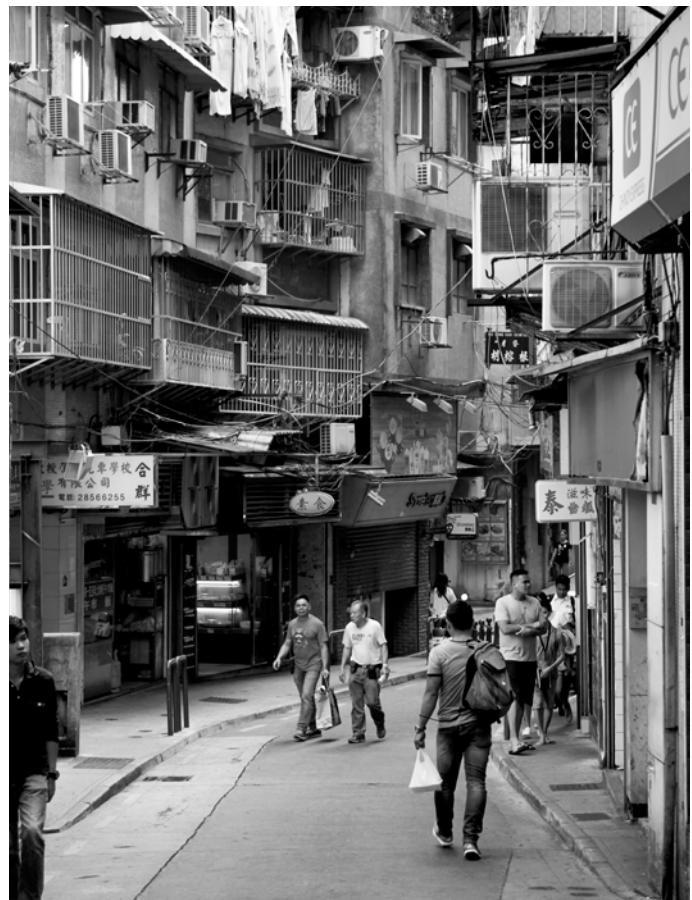
Entre em contacto para discutir o potencial da sua marca.  
[info@amostradeletras.pt](mailto:info@amostradeletras.pt)

amostra  
deletras.pt



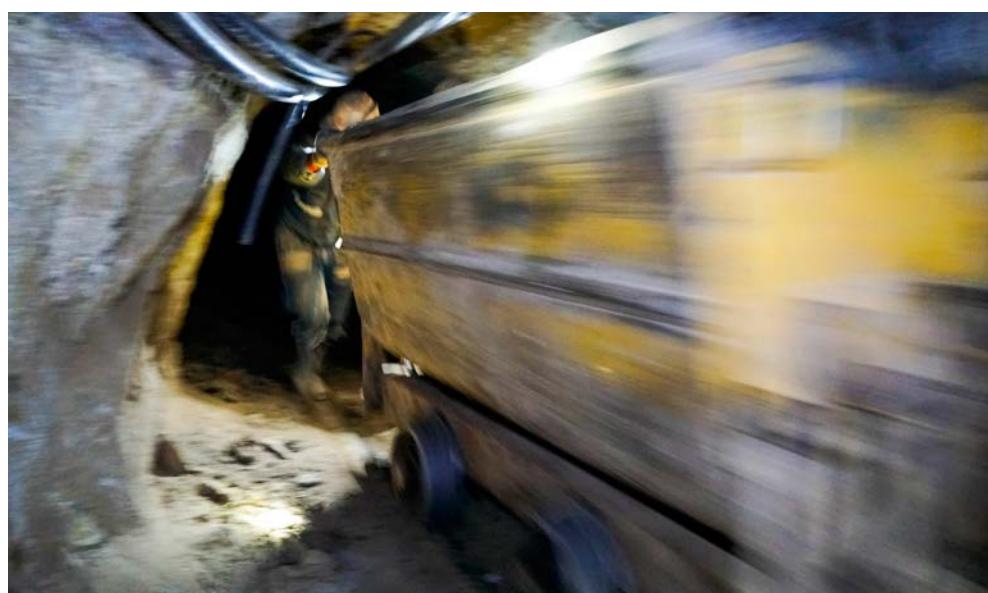
| PELA LENTE DE  
**Eduardo Amaro**





*Eduardo Amaro nasceu no sul do Brasil e vive em Lisboa desde 1992. Adora a cidade.*

*É Mestre em Realização Cinematográfica e trabalha como freelancer a dar formação de cinema, fotografia e animação a todas as idades. Já utilizou os audiovisuais para a reinserção social, e fez cursos de cinema com jovens da 3<sup>a</sup> idade para um projeto europeu. No Alto Alentejo desloca-se anualmente a várias cidades para realizar filmes com os jovens nas escolas. Viajou pela Europa a fazer cobertura de eventos musicais e de fotografia, e a realizar entrevis- tas para um documentário.*





*Foi aos Açores, a Madeira e a Macau comer em restaurantes Michelin, e fotografar para a revista Food and Travel Portugal. Na Bolívia, em plena pandemia, realizou um documentário para as Nações Unidas sobre democracia. Durante o mesmo período, fez duas exposições de fotografia: Closed e Louvrelândia (Incubator Gallery).*

*Nas horas vagas, dedica-se a música, e criou o canal Let's Play a Song no YouTube, onde toca com amigos de todo o mundo. Tem como objetivo de vida andar de aeroporto em aeroporto, acompanhado da sua câmara.*



## PROGRAMA REGRESSAR

# Mariana Rabaçal

*Depois de 7 anos a residir em Londres, onde viveu e trabalhava como Enfermeira Especialista em Haemato-Oncologia, decidiu regressar a Portugal*

### Que motivos a levou a sair de Portugal em 2015?

Em 2015 decidi emigrar por motivos pessoais e profissionais. Não só na altura o meu namorado, hoje marido, estava lá a estudar e trabalhar, como também profissionalmente enfermagem pouco tinha a oferecer em Portugal. E assim decidi arriscar nesta aventura.

**Foi difícil a adaptação num novo país? Como foi essa experiência durante 7 anos a trabalhar na área da oncologia em Londres?**

Todas as mudanças são difíceis de gerir sobretudo quando na altura se tem 21 aninhos, acabada de licenciar e a sair da casa dos pais. A juntar a isto ingressar no mundo do trabalho num país diferente, com uma língua diferente, costumes e práticas muito próprias, não é fácil. Mas com a atitude certa e vontade de aprender tudo se faz. Passado

poucas semanas estava super adaptada e apartir daí foi só singrar em todos os aspetos. O trabalho na área de oncologia foi uma surpresa. Sempre achei que o meu futuro seria na área pediátrica mas entretanto esta oportunidade surgiu e acabei mesmo por me especializar em enfermagem hematológico oncológica. Tornou-se uma paixão e o trabalho que lá desenvolvia dentro de equipas multidisciplinares era verdadeiramente fantástico. Aprendi muito, foram-me dadas muitíssimas oportunidades de estudo, e a progressão não tem limites. Sentia-me super realizada pessoal e profissionalmente.

### O que a fez regressar?

A ideia de regressar a Portugal surgiu na altura do COVID. Já há algum tempo que falávamos na possibilidade de um dia voltar e as saudades que sentíamos do nosso país, da família, do mar, da comida, enfim... Mas com a chegada do



COVID e posteriormente da nossa primeira filha, lá nascida, tudo ganhou outra perspetiva. A vontade intensificou-se e a procura de uma saída começou a ser cada vez mais tema de conversa entre nós.

#### Que papel teve o Programa Regressar nessa decisão?

Foi aí que descobrimos o Programa Regressar. Na altura não conhecíamos ninguém que tivesse recorrido a ele e até achamos que talvez fosse complicado demais. Mas após alguma pesquisa percebemos que tínhamos mesmo de aproveitar. Não vou mentir que o programa teve uma importância muito grande na nossa decisão. O estímulo financeiro que representa tornou a decisão mais fácil.

**É a grande responsável pela modernização da Boutiques Aliby. Quais foram as principais inovações introduzidas e que planos tem para o projeto a médio prazo?**

Diria que não sou a grande responsável. A **Boutiques Aliby** é um negócio de família com muito sucesso já há 43 anos. Contudo a chegada de sangue novo trás muitas vezes novas perspetivas, ideias e energia à até então PME de sucesso. Desde a minha chegada temos tentado desenvolver o lado online da empresa, com a expansão das suas redes sociais, criação de website, dinamização de conteúdos de entretenimento, etc. Já desenvolvemos workshops, prestamos um serviço e atendimento personalizado, nunca esquecendo um público muito próximo de nós - mulheres do IPO Lisboa. E claro com a abertura do novo espaço, a boutique ganhou ainda mais luz, conforto e glamour para olhar para o futuro de forma ambiciosa. Adoraria aliar os meus dois mundos - a oncologia e a moda num projeto, quiçá, de parceria e sinergia, sempre com o foco do bem estar holístico destas Mulheres.

**O programa Regressar deseja-vos muitas felicidades neste regresso e muitos sucessos!**

#### Programa Regressar



**José Albano**  
Diretor Executivo do PCRE



| FALAR PORTUGUÊS

# «Já agora» é erro de português?

Não, não é. É uma expressão portuguesa daquelas boas e saborosas (digo eu). E mesmo que não fosse saborosa, continuava a ser uma expressão portuguesa que não merece ser riscada dos nossos textos só porque há quem não compreenda o seu sentido.

Vem este desabafo a propósito de ter encontrado numa página qualquer (recuso-me a fazer ligação) mais uma das aquelas cansativas listas de erros comuns, esta com uns 30 ou mais «erros». Alguns eram erros ortográficos (nada a dizer, embora para evitar os ditos o corrector ortográfico

seja mais útil do que listas avulsas); outros eram variações de pronúncia que se afastam da norma (é sempre bom saber); mas muitos deles eram, pura e simplesmente, expressões que só são erro na cabeça de quem quer mesmo muito encontrar erros onde eles não existem.

Lá pelo meio, vinha o nosso «já agora». A justificação para declarar a expressão um terrível pecado linguístico? «Já» e «agora» querem dizer a mesma coisa — e, logo, a expressão é redundante.

Pois bem: «já» e «agora» querem, de facto, dizer a mesma coisa. Quer isto dizer que «já agora» é uma redundância? Não, mas antes de avançar, convém recordar este facto da língua: a redundância faz parte da gramática! Todas as línguas têm redundâncias espalhadas pelo corpo. Basta pensar que, na expressão «todas as línguas», temos o feminino marcado três (!) vezes. A lógica estrita do «abaixo a redundância», aplicada sem freio, levar-nos-ia a estropiar o português. Uma língua sem redundâncias seria não só muito pouco humana (nós somos seres muito redundantes, temos muita coisa em duplicado), como útil apenas para falantes com audição perfeita, sossego absoluto e tempo de sobra para andar a repetir frases (ou melhor, nem isso seria possível pois uma frase repetida seria... redundante).

Bem, dito isto, convém apontar para algo que me parece claro: a expressão «já agora» não é redundante. Não

sei como o compilador da tal lista não reparou, mas a expressão não quer dizer nem «já» nem «agora». Quer dizer algo como «ora bem, como estamos aqui os dois, podemos aproveitar para...». As subtilezas serão outras dependendo dos falantes e do contexto; agora, o que ninguém faz é usar «já agora» como sinónimo de «já» e «agora». Seria algo como «Vamos lá agora ou amanhã?» Resposta: «Já agora!» Não é assim que usamos a expressão...

«Já agora» é uma expressão fixa, criada da maneira como todas as expressões deste tipo são criadas (um pouco ao calhar da sorte), uma daquelas expressões que abundam em todas as línguas, incluindo a nossa bela língua portuguesa, e que só ganham o sentido que lhes damos quando as palavras aparecem assim, em conjunto — sentido esse que é diferente da soma das partes. Por outras palavras, «já agora» é uma expressão idiomática e não há expressão idiomática que sobreviva às análises literalistas que estão na base de tantas destas listas de erros. O que estas listas fazem, muitas vezes, é tentar corrigir a língua, transformando-a noutra coisa qualquer, talvez mais simples, mas certamente mais pobre.

Enfim, quando o leitor sentir a tentação de fazer uma lista de erros, fica a ideia: tenha o cuidado de não incluir expressões idiomáticas. Sim, eu sei que a lista fica muito mais difícil de compor, mas é a vida...



Marco Neves  
Universidade Nova de Lisboa

| FISCAL

# Backup de Dados

## De importância vital para a segurança empresarial

No mundo digital de hoje, onde a informação é dos ativos mais valiosos que uma empresa detém, a segurança dos dados de uma empresa torna-se crucial para a sua sobrevivência e sucesso a longo prazo.

Existem ainda muitas organizações que subestimam a importância do backup adequado dos seus dados, colocando-se em risco de perdas devastadoras e irreparáveis, nem sempre se apercebendo da proporção dos riscos que corre.

A falta de cuidado com a salvaguarda dos dados, pode resultar em uma série de consequências negativas para uma empresa, desde a perda de informações cruciais de negócios até violações de dados graves que podem custar milhões em multas e danos à reputação. As ameaças são reais e constantes. Sem um plano de backup eficaz, as empresas estão vulneráveis a uma série de riscos que podem comprometer a sua continuidade operacional.

É essencial entender que o backup de dados não é apenas uma prática recomendada, é uma necessidade absoluta nos dias de hoje. Ao implementar uma



estratégia de backup robusta e regular, as empresas podem proteger-se contra uma ampla gama de ameaças, incluindo falhas de hardware, ataques cibernéticos, erros humanos e desastres naturais.

Além de garantir a segurança dos dados, o backup adequado também pode melhorar a eficiência operacional, facilitar a recuperação de informações em caso de incidentes e demonstrar conformidade regulatória. Investir em soluções de backup confiáveis e automatizadas é um passo crucial para qualquer empresa que valorize seus dados e deseje proteger seu futuro.

Quando uma empresa perde todos os seus dados de um momento para o outro, existe um despertar em todos os elementos da empresa, já que mui-

tas vezes até a tarefa mais simples deixa de poder ser executada pelo desaparecimento dos dados. Toma-se assim consciência que muitos dados são irrecuperáveis e que se poderia ter evitado a situação se tivesse sido implementada uma política de backups adequada.

Mesmo implementando esta política, se todos os backups se encontram no mesmo edifício e este sofrer um cataclismo, como por exemplo, incêndio, explosão ou um desastre natural, então de nada serviu esse esforço, pois a empresa perde na mesma os seus dados e backups.

Em resumo, a importância do backup de dados não pode ser subestimada, é uma medida proativa e inteligente que todas as empresas devem considerar para garantir a continuidade dos negócios e a proteção de informações críticas.

Não espere até que seja tarde demais, faça o backup dos seus dados hoje e proteja o futuro da sua empresa.

Lembre-se seus dados são o coração do seu negócio e por isso não deixe que a falta de cuidado os coloque em perigo.



Philippe Fernandes  
CEO Cisterdata

Q U I N T A D A R I B E I R I N H A . P T



# Want to live in Portugal?



## Get the number one agency

We take care of everything from day one. All the pre departure arrangements, visas, documentations, bank accounts, transportation, health services or schools. All you need to live in Portugal



**Ei!**<sup>®</sup>  
Assessoria  
Migratória

[eimigrante.pt](http://eimigrante.pt)