

## EDITORIAL

Manuel Rodrigues  
Presidente da ACUP



Depois de se entrar num período de acalmia, graças também à campanha de vacinação que uma boa parte da população portuguesa já foi sujeita, eis que a pandemia do COVID-19 regressa e agora potenciada por outros vírus de diversas origens e mais contagiosos. Contudo é possível ir vivendo com alguma normalidade, pois os comportamentos que individual e colectivamente se implantaram têm sido a melhor defesa na luta que Portugal e o mundo adoptaram contra este inimigo invisível.

O regresso das actividades lúdicas na sede social que até agora não eram possíveis de realizar criou um clima de muita alegria em todos os seus participantes. Os Técnicos da ACUP voltaram às consultas presenciais e idas ao domicílio;

Foram organizadas as cerimónias do 19º aniversário da ACUP, reuniões institucionais e contactos com serviços públicos. Enfim. Lenta e responsávelmente regressamos à normalidade. Que já tardava, diga-se em abono da verdade!

E porque também é necessário recuperar energias, nada melhor que aproveitar o verão que aí está para umas merecidas férias. De preferência no nosso lindo País.

Votos de muita saúde e alegria para todos. É o meu maior e cordial desejo.

## Destaque



No início do corrente ano começou a ser distribuída pela ACUP uma brochura com a biografia dos 27 militares do concelho de Castelo de Paiva que morreram na guerra do ultramar. Nesta altura, já foram endereçados para personalidades e entidades nacionais cerca de 200 exemplares.

Posteriormente, entendeu a Direção da ACUP oferecer um exemplar ao familiar mais próximo de cada um daqueles valorosos camaradas. Este ato será sempre presencial tendo em conta que várias décadas já passaram sobre tão dramáticos acontecimentos e é importante não ferir sensibilidades.

Esta tarefa tem sido morosa, porque em vários casos é antecedida de uma investigação no domínio da localização dos destinatários que se encontram em destinos diferentes daqueles à data do falecimento dos seus familiares.

Pesem as circunstâncias, tem sido gratificante a forma acolhedora como os membros da ACUP responsáveis por esta patriótica missão têm sido recebidos e constatar a satisfação dos familiares por receberem informações que até agora desconheciam dos seus ente-queridos. Casos há em que desconheciam as causas da morte e o local onde estavam sepultados.

É humanamente justo fechar o ciclo do luto de quem tem tanto sofreu com a perda dos seus familiares e nas situações trágicas em que tudo aconteceu. É imperiosa esta iniciativa da Direção da ACUP porque contribui para a preservação da memória dos que morreram pela Pátria numa guerra que finalmente terminou graças à Revolução de 25 de Abril de 1974.



Enquanto psicóloga clínica desta associação, gostaria de partilhar convosco que mais do que prestar serviços enquanto profissional na área da saúde mental, sou e sinto-me uma privilegiada por tanto aprender com os meus utentes. Acreditem que acima de tudo sou uma pessoa mais rica, por absorver muita da vossa coragem, do vosso companheirismo, da vossa força e também uma característica visível em muitos de vós, o altruísmo.

A Saúde mental é hoje uma preocupação constante e evidente, apresentando um crescimento e investimento exponencial ao longo dos vários anos. É hoje, inegável o seu valor, a sua importância e as consequências da sua inexistência.

Nesta associação, onde o trauma representa uma significativa parte da minha intervenção, trazendo consigo um mundo invisível de consequência e limitações, tais como, pesadelos, insónias, acessos de raiva ou de pânico. Sabemos hoje que o trauma fica gravado em cada fibra

do corpo, altera e molda o próprio cérebro que nos deveria orientar. Como resultado perde-se o prazer de estabelecer relações, de confiar, ou até mesmo de falar.

Em tempos de pandemia, o isolamento agravou muitos destes sintomas e sobretudo a sensação de solidão, vazio e medo. Noto, um medo generalizado, alguma desesperança e muita saudade. Estive sempre sensível e atenta a estas emoções, por forma a dar resposta aos mais necessitados, afinal esse é o meu verdadeiro foco.

O Serviço de psicologia clínica desta associação trabalha atualmente numa vertente preventiva, numa tentativa de estimulação de competências pessoais e sociais, na promoção da saúde mental e da saúde física, isto porque meus camaradas, o corpo tem gravado todos os nossos pensamentos e precisamos também de cuidar dele.

Reside na palavra cuidar mais atenção e esforço do que se lhe reconhece e por isso, cuidem-se, mimem-se e percam tempo convosco. Só desta forma sentiremos a vida a passar com propósito e valor.

Estou e estarei sempre aqui para todos vós e não desistam nunca da outra guerra que começou quando voltaram do ultramar, a vossa guerra mental.

*“O ser humano é uma casa de hóspedes. Todas as manhãs uma nova chegada. Uma alegria, uma depressão, uma mesquinhez, uma consciência momentânea, como se fosse um visitante inesperado... Receba-os a todos – trate-os a todos – e trate-os a todos bem. O pensamento sombrio, a vergonha, a maldade – receba-os todos à porta, sorridente, e convide-os a entrar. Chegue quem chegar, agradeça, porque todos foram enviados como guias do além.” RUMI*

Rita Sousa



Uma das iniciativas que a ACUP desenvolve desde a sua fundação é a promoção junto das comunidades escolares de debates, conferências e palestras sobre a guerra do ultramar e a sua implicação histórico/cultural na sociedade portuguesa. Desta forma é transmitido às gerações atuais uma realidade de um período dramático da história recente de Portugal.

Com o aparecimento da epidemia do COVID-19, esta atividade tal como outras, teve de ser suspensa. Foi pois com alguma surpresa e muita satisfação que a Direção da

ACUP recebeu uma solicitação de um grupo de alunos da turma de História do 9º ano da Escola Secundária de Castelo de Paiva para uma conversa com antigos combatentes.

No dia 4 de Junho de 2021, na sede da ACUP, concretizou-se o desejo daqueles jovens, que de viva voz puderam ouvir relatos da vida de quem sofreu na pele as amarguras da guerra e ao mesmo tempo, mensagens de incentivo à paz e convivência harmoniosa entre os povos.



AEROGRAMA

Tiragem: 1000 exemplares  
Design Gráfico: João da Gráfica

FICHA TÉCNICA

Propriedade da ACUP

Associação Combatentes do Ultramar Português

SEDE: R. Prof. Egas Moniz, 176 - 4550-146 CASTELO DE PAIVA

Telef.: 255 689 229 - Telem.: 936 561 300

acup.combatentes@sapo.pt

Os artigos publicados no «AEROGAMA» são da inteira responsabilidade dos seus autores



### Visão Social, em tempos pandémicos

O processo de envelhecimento, é na sua génese, um processo complexo, na medida em que o cidadão não envelhece de igual forma, existindo diversas causas inerentes ao seu processo, nomeadamente, a existência de doenças, de deficiências quer a nível físico/mental que limitam as atividades da vida diária de cada indivíduo, a falta do companheiro(a), o facto da pessoa viver só, as dificuldades económicas, a falta de suporte social/rede social, entre outros.

O problema maior é que as respostas sociais existentes são uniformes para todos, mas nem sempre se tem em linha de conta as especificidades de cada um.

Acompanho, atualmente, 42 utentes. No ano de 2020 pediram apoio social 6 antigos combatentes e 3 esposas de antigos combatentes e, até à presente data, já temos mais solicitações para acompanhamento psicossocial.

Atendendo à fase que estamos a atravessar, de COVID 19, salienta-se uma maior procura, a nível de Serviço Social, em que, por vezes, as respostas sociais não são de todo supridas, principalmente, no imediato, devido ao facto de ter que recorrer a apoios externos à ACUP, nomeadamente, Centros Hospitalares e Centros de Saúde, Câmaras Municipais, Juntas de Freguesia, Instituto da Segurança Social, entre outros.

Também fizemos atendimento através de videochamadas ou via telefónica, precisamente, para combater a solidão e estados emocionais menos desejados. Atualmente, já são realizadas Intervenções Domiciliárias e partilho convosco umas das últimas intervenções que fiz a um casal, em que, na despedida, a esposa, com um olhar triste, carinhosamente disse-me: **“Ó Senhora Doutora, eu até ficava aqui a noite toda a conversar consigo. Agora com este vírus sinto-me tão só! Apareça mais vezes.”** Naquele momento, senti que ganhei um Euromilhões. Percebi que o tempo que despendi, àquele casal, fez toda a diferença não só na minha vida, mas, principalmente, na vida deles.

Durante a minha intervenção profissional, procuro sempre, conhecer a realidade social dos antigos combatentes e familiares, intervindo, direta ou indiretamente, adotando estratégias viáveis para a prossecução dos objetivos a atingir, projetando sempre, o bem estar de todos os intervenientes da ação, pautada por uma relação de empatia e equidade, centradas no saber escutar e dialogar com o outro, nunca esquecendo a história de vida de cada um, sempre de uma forma profícua, relativamente, ao público alvo que acompanho – antigos Combatentes do Ultramar Português e familiares.

*Levar um sentimento de auto-estima positivo, principalmente em tempo de COVID, é muito importante para, deste modo, colmatar o isolamento social/solidão, que podem ter consequências nefastas para a vida do idoso e familiares.*

Patrícia Pereira

(Assistente Social - ACUP)

### Aniversário da ACUP



No dia 6 de Junho de 2021 decorreram as cerimónias comemorativas do 19º aniversário da ACUP. Mais uma vez, devido à epidemia do COVID-19 não foram convidadas individualidades e instituições de fora do concelho de Castelo de Paiva.

Junto ao Monumento dos Combatentes iniciaram-se as cerimónias com a presença do Vereador da Edilidade Paivense, Dr. José Manuel Carvalho, membros dos Corpos Sociais da ACUP, convidados, antigos combatentes e familiares, autarcas e dirigentes associativos locais;

As intervenções do Presidente da ACUP Manuel Rodrigues e do Vereador, a deposição de flores, a chamada dos 27 militares Paivenses que morreram na guerra do ultramar e a entoação do Hino Nacional foram momentos marcantes e de grande respeito pela memória;

Seguidamente, realizou-se uma fraternal e sublime Celebração Eucarística na Igreja Matriz da freguesia de Fornos, concelebrada pelo Padre César Pinto, Pároco local e pelo Padre Joaquim Soares, antigo Capelão Militar na Guiné;

No final, foi feita uma romagem ao cemitério local, à campa dos soldados desta freguesia, Manuel Vieira e Joaquim de Sousa Teixeira, que morreram na guerra do ultramar.

Como era esperado, tudo decorreu num ambiente de respeito e fraternal camaradagem.

Oxalá que em 2022 possamos celebrar o 20º aniversário da ACUP rodeados dos nossos amigos, oriundos de diversas partes do País, que ao longo dos anos nos honram com a sua presença.



No dia 5 de Junho de 2021, na sede da ANCU – Associação Nacional dos Combatentes do Ultramar, em Tondela, realizou-se a Assembleia Geral da FEPAC - Federação Portuguesa das Associações de Combatentes.

Dos assuntos tratados destaca-se:

A troca de informações sobre o Estatuto do Combatente, nomeadamente quanto ao desenvolvimento dos benefícios e medidas aí previstas.

A realização e participação da FEPAC no chamado Congresso dos Antigos Combatentes, promovido pelo MAC e a realizar no dia 24 de Julho (entretanto adiado sem data definida);

Não aceitar essa Assembleia como Congresso dos Combatentes, pois não foi precedida de qualquer trabalho organizativo onde se incluíssem as associações de combatentes. Estas foram esquecidas e postas à margem.

Nesta magna reunião da FEPAC estiveram em representação da ACUP o Presidente Manuel Rodrigues e a Assessora Alice Moreira.

A próxima Assembleia Geral realiza-se em Braga, no mês de Agosto e em data a confirmar.



O cumprimento do direito dos antigos combatentes serem velados com a Bandeira Nacional tem tido o melhor acolhimento por parte dos seus familiares e da comunidade. A Direção da ACUP já participou em alguns funerais e pôde constatar, pesem as circunstâncias, essa esperada e natural recetividade.

Contudo, um reparo tem de ser feito e à consideração de quem de direito. O protocolo celebrado entre o Ministério da Defesa Nacional e a Associação Nacional de Municípios ainda apresenta lacunas na sua aplicação;

Num dos funerais onde esteve presente, a Direção da ACUP constatou que o respetivo município não tinha providenciado a disponibilização da Bandeira Nacional, desconhecendo-se as razões.

De imediato, de forma discreta e sem criar constrangimentos a ninguém, contactou a família e o nosso camarada teve as honras que merecia. A sua urna foi coberta com a bandeira da nossa Pátria que ele tanto ajudou a dignificar. A sua memória foi respeitada.



Paulatinamente mas eficazmente, o cartão do Antigo Combatente vai chegando às mãos dos seus destinatários.

Mas...

Variadas queixas de antigos combatentes, de diversos pontos do País, têm chegado à sede da ACUP manifestando o seu desagrado pelo facto de ainda não terem acesso a transportes, direito esse consignado no Estatuto do Combatente.

É compreensível este descontentamento mas também se reconhece a dificuldade da sua aplicação na prática, dada a complexidade da sua implantação.

A Direção da ACUP está informada e confiante que os responsáveis do MDN estão a desenvolver todos os esforços para a regularização desta situação.

padaria  
a moreira

Entroncamento  
4625-068 FAVÕES  
T. 255 580 220 - 255 580 229

CA

Crédito Agrícola  
T. 255 698 511  
R. Dr. Sá Carneiro, 68  
4550-120 Castelo de Paiva

farmácia Adriano Moreira  
FARMÁCIAS HOLCH

Direção Técnica: Dr. João Carlos Moreira  
Castelo de Paiva

lichepaiva  
Candidatos e Comissão L. L.

Rua Subirã 55  
4200 - 154 Castelo de Paiva  
Tel: Fax 255 496 925  
Telex: 834 121 907

Instalação Sarmatas  
Associação Catital  
Associação Central  
Redes de Anfitrião  
Distritos de Braga  
Biblioteca Sarmatas  
Rufos e Galerias  
Sarmatas