



O Veterano de Guerra

Propriedade da Associação Portuguesa dos Veteranos de Guerra

A VIOLÊNCIA DOMÉSTICA

“ O Flagelo na Sociedade
Portuguesa e Mundial”



A POLÍTICA DO SABER

As nossas vidas continuam ou vão continuar a estar dependentes de fatores externos que condicionam o nosso modo de viver. Senão vejamos.

Durante aproximadamente três anos fomos fustigados, intensamente, pelos malefícios/consequências do COVID19 e ainda, de certa maneira, continuamos a estar muito atentos a esta pandemia universal.

Neste último ano, 2022, mais coisas graves aconteceram nesta nossa Europa. A invasão da Ucrânia pela Federação Russa. Quantos ucranianos/europeus já morreram nesta guerra tão injusta? Quantos milhões de ucranianos/europeus fugiram da sua terra natal devido a esta guerra tão nojenta e odienta?

Para mal dos nossos pecados, como estão a ver caros associados, as nossas vidas andam conturbadas, cheias de inquietude, de receios e de medos que alteraram os nossos usos e os nossos costumes de viver.

Os Combatentes de Portugal andam desiludidos com esta crise mundial. O que é preciso fazer para acabar com estes tristes acontecimentos? O simples cidadão, como nós, nada pode fazer.

A carestia das nossas vidas é sufocante. Tudo está muito caro: é a eletricidade, é o gás, é a água, são os géneros alimentícios, são as gasolinas, os transportes públicos e outros bens de primeira necessidade. A inflação que reina no nosso Portugal está em valores inaceitáveis. Com as parcas reformas que recebemos do Estado Português já não dão para nada. Para nós a culpa disto tudo está, com toda a certeza, com o COVID19 e com a Guerra na Ucrânia.

Os nossos encontros e os nossos convívios anuais também passaram por momentos menos bons. Agora, com o aliviar das regras de sanidade pública, os Combatentes de Portugal, da Guerra do ex-Ultramar Português, podem voltar a fazer os encontros anuais para os aliviar dos momentos menos bons que passaram nas ex-Províncias ou ex-Colónias Portuguesas de África (Angola, Guiné - Bissau e Moçambique) e de Ásia (Goa, Damão, Diu e Timor - Leste).

Esta mensagem da Direção Nacional, reporta-se ao período compreendido entre os meses de Julho a Setembro de 2022. Como é necessário de registar as nossas atividades aqui ficam mencionadas, para memória futura, para os nossos dirigentes nacionais e locais, para os nossos associados e seus familiares, para as associadas da Federação Portuguesa das Associações de Combatentes (FEPAC), para os Combatentes de Portugal, para as outras associações dos Veteranos de Guerra e para os organismos

do Estado Português, sem exceção.

Aos poucos, as atividades programadas e aprovadas em Assembleia - Geral, desta Associação, têm sido realizadas dentro daquilo que possível desenvolver. Queremos aqui registar o aniversário da nossa Delegação de Ermesinde e também do aniversário da nossa Delegação de Felgueiras. No concerne ao aniversário da Associação Nacional dos Combatentes do Ultramar (A.N.C.U. - Tondela) também esta instituição se fez representar nesse evento.

As nossas reuniões ordinárias e extraordinárias da Direção Nacional, do Conselho Fiscal e da Assembleia - Geral realizaram-se sempre mesmo condicionadas ou limitadas devido, como sabem, ao confinamento.

Continuamos a dar apoio social e entregamos mantimentos aos nossos associados, Combatentes de Portugal, e seus familiares a necessitar este tipo de apoio social.

Esta Direção Nacional continua a executar o que está consagrado nos nossos Estatutos: expediente, reuniões extraordinárias semanais, reuniões mensais, contas de gerência, mapas financeiros, ordens de pagamento, etc.

Outros assuntos de interesse social também foram debatidos, onde pudéssemos ser mais úteis à sociedade civil, militar e religiosa, como por exemplo a nossa presença nas escolas públicas e privadas, como palestrantes/oradores ou então em colóquios, onde a nossa experiência militar pudesse de alguma forma dar a conhecer aos jovens de hoje os valores e exemplos das nossas vidas como Antigos Combatentes de Portugal.

Vamos continuar a ser: Firmes, Leais e Constantes.

Nota: a) O ato eleitoral, marcado para o dia 17 de Dezembro de 2022) para os Órgãos Sociais Nacionais (Mesa da Assembleia - Geral, Direção e Conselho Fiscal) está assinalado na nossa Revista/Jornal o "Veterano de Guerra", no nosso site, nos espaços próprios da nossa Sede Nacional bem como nas nossas delegações e também foi objeto de assinalar este evento nos jornais "O Correio da Manhã" e no "Diário do Minho". Os editais, sobre esta matéria, foram colocados atempadamente para não haver dúvidas.

b) É necessário verificar a alteração do horário de funcionamento ao público da nossa Sede Nacional em Braga. É também necessário registar a nova direção da Delegação de Felgueiras, que fica situada ao lado das instalações da Câmara Municipal de Felgueiras.

Nota: ver alteração do horário do funcionamento, ao público, da nossa sede nacional em Braga.

Os elementos da Direção Nacional da A.P.V.G.



Freitas

Martins

Silva

Rocha

Guimaraes

Ficha Técnica

Título: O Veterano de Guerra **Periodicidade:** Trimestral **Diretor:** Augusto Jesus Oliveira Lopes Freitas **Propriedade:** Associação Portuguesa dos Veteranos de Guerra **NIPC** n.º 504 330 330 **Registo no ERC** n.º 123 350 **Instituição Particular de Solidariedade de Utilidade Pública.** **Redação/Edição:** Campo das Carvalheiras, 54, 4700-419 Braga, tel. 253 260 932/33, fax 253 260 931 **Email:** info@apvg.pt **Websites:** www.apvg.org / www.apvg.pt **Tiragem:** 15.000 exemplares **Depósito legal** n.º 1777481/02 **Impressão:** Mota & Ferreira, Lda. - Rua Artes e Ofícios, n.º 135 - 4770-226 Vila de Joane - Telef.: 252 928 158

A VIOLÊNCIA DOMÉSTICA NOS COMBATENTES

Estou, mais uma vez, a falar do meu mandato à frente dos destinos desta Associação Portuguesa dos Veteranos de Guerra.

Estou eternamente grato a todos vós, caros associados e seus familiares, de dirigir esta enorme associação, em termos de associados, que me obriga de dizer algumas palavras de agradecimento por todos estes anos de estar à frente dos grandes desígnios e interesses associativos.

Tudo fizemos para ilustrar, com a nossa chama, as vontades dos nossos associados. Sempre o fizemos porque era a nossa obrigação.

Estamos muito próximos do ato eleitoral, que se vai realizar no dia 17 de Dezembro de 2022 e como tal pedimos, encarecidamente, que nesse momento votem em pessoas que vos possam dar garantias, através dos seus saberes, de gerir esta nossa instituição. Não pedimos para votar nesta ou naquela lista. Pedimos, isso sim, que votem nesse dia, seja por quem for.

Nos dias 14 e 15 de Setembro, de dois mil vinte e dois, no Auditório do Museu D. Diogo de Sousa, esta Associação vai realizar-se jornadas sobre a Violência Doméstica, seja para os Combatentes de Portugal ou para toda a comunidade interessada nesta temática.

A Associação Portuguesa dos Veteranos de Guerras, neste fim de ciclo diretivo, entendeu apresentar um tema, abrangente para a rede social, que obriga a pensar e a repensar sobre aquilo que está a acontecer, cada vez mais, nas famílias portuguesas como é o caso dos crimes domésticos.

Transcrevo, na íntegra, um texto produzido por uma filha de um ex-Combatente de Portugal que me enviou, nestes dias, sobre violência doméstica: "Pára, por favor! Ainda sou um ser humano. Porque me tratas assim tão mal? Tudo o que eu queria era e é ser feliz ao teu lado e agora sei que não o queres. O teu toque já não é o mesmo. O teu coração já não possui o mesmo sentimento. Já não sei quem sou porque perdi a minha auto estima. Deixaste, em mim, marcas que para sempre lembrarão a péssima pessoa em que te tornaste. Ainda estamos juntos, mas já não unidos. Já não pertencemos um ou outro. Já não somos dois corpos numa só alma. Não vou prolongar mais isto. Mas, como poderei fazê-lo? Não sei como me livrarei de ti. Algo me diz que conseguirei. Sim, porque não sou mais que um objeto para ti. Fui feliz

mas, depois de tanto tempo, conseguistes destruir o mais importante de mim, que é o meu bilhete de identidade. Tudo o que sei agora é assumir o



vazio em mim, a escuridão em que me encontro. Da pessoa que eu mais amava, na minha vida, passaste a ser uma ameaça. Hoje, então, te ignoro. Não direi ao nosso filho, tão bem estruturado e com tanto amor, quem é e foi o seu pai. Hoje, mais do que nunca, sinto-me isolada. Não quero juntar-me a mais nenhum homem. O único homem, na minha vida, serás tu, meu filho. Com tudo isto aprendi a importância que tem o amor e que ninguém é capaz de viver sem ele. Aí na prisão sentirás o mesmo vazio que eu já senti, a mesma escuridão de quatro paredes. O que fizeste tinha de ter consequências. O teu destino estava marcado até faleceres aí. Eu aprenderei com pessoas que me amam verdadeiramente. O vício que tinhas em rebaixar-me só me dá forças para ver o lado bom que uma pessoa tem em se tornar nesta longa caminhada. Este amor que falo darei ao meu filho e farei tudo para que este saiba conhecer o lado feliz da vida. A violência doméstica tem de acabar".

Quero aqui agradecer o texto que esta filha de um nosso associado escreveu para o mencionar neste espaço desta Revista/Jornal que é o mais lido por todos os nossos associados.

As palavras que estão escritas nesse texto são bem claras e ilustram verdadeiramente aquilo que se passa em milhares e milhares de casos de violência doméstica nas famílias portuguesas e também em outras paragens terrenas.

Que esta mensagem sirva para alguma coisa e que os nossos filhos e os nossos netos retirem as devidas ilações desta mulher portuguesa.

Estes tristes acontecimentos acontecem em todos os lares sejam eles ou não lares de família de Antigos Combatentes de Portugal.

Saudações Veteranas

O Presidente da Direção Nacional

Augusto Oliveira Freitas (Doutor)

Carteira de Jornalista ou Equiparado nº. TE – 257 A

MORTE DE UM MEMBRO DOS ÓRGÃOS DIRECTIVOS DESTA A.P.V.G.

No passado dia dezassete de Agosto, de dois mil vinte e dois, faleceu o senhor António Pinto, associado nº. 4550, primeiro suplente do Conselho Fiscal desta instituição. O Presidente da Direção Nacional, Doutor Augusto Oliveira Freitas, bem como o Presidente do Conselho Fiscal, José Ferreira Vieira, deslocaram-se à vila de Moreira de Cónegos - Guimarães para prestarem as devidas condolências/pêsames aos familiares deste nosso dirigente nacional. Foi um

momento marcante, pela negativa, pela partida deste Antigo Combatente da Guerra do ex-Ultramar Português. Foi um homem bom e herói de Portugal. Que a sua alma repouse em paz e na graça de Deus.



BANDEIRA DE PORTUGAL A TRANSPORTAR NAS URNAS DOS ANTIGOS COMBATENTES

Para que não haja dúvidas é preciso conhecer o que diz o artigo 19º. da Lei nº. 46/2020 relativamente à Bandeira de Portugal a ser colocada nas urnas dos Antigos Combatentes, entretanto falecidos e que os seus familiares, mais diretos, pretendam o fazer.

A Associação Nacional dos Municípios Portugueses sabem e tem ordens para tal para que este assunto seja resolvido conforme está consagrado nos Estatutos dos Antigos Combatentes Portugueses através da lei supra citada. O Ministério da Defesa Nacional informou aquela associação de municípios para esta comunicar a todas as Câmaras Municipais sobre este assunto. Mesmo assim continua a haver

confusões sobre a entrega da Bandeira de Portugal aos familiares desses ex-militares, agora falecidos. É preciso tomar medidas concretas sobre este problema e falar com os responsáveis das edilidades.

O artigo 19º, da lei nº. 46/2020 diz o seguinte e passo a o transcrever na íntegra: " Honras fúnebres. 1 - Os Antigos Combatentes, aquando do seu falecimento, gozam do direito a ser velados com a Bandeira de Portugal, mediante pedido expresso pelo próprio ou a pedido da viúva ou viúvo, de ascendentes ou descendentes diretos. 2 - Cabe ao Estado português a disponibilização gratuita da bandeira nacional à família.



Assembleia-Geral Ordinária

ASSEMBLEIA - GERAL ORDINÁRIA

CONVOCATÓRIA

Nos termos e para os efeitos do disposto na alínea c), nº. 2 do artigo 35º. dos Estatutos da A.P.V.G., são convocados os senhores Associados para reunir em Assembleia - Geral Ordinária, no próximo dia 05 de Novembro de 2022, pelas 09H00, a realizar no Auditório da Junta de Freguesia da Sé, sito na Rua D. Afonso Henriques, nº. 1 - 1º., Braga, junto à Sede Nacional, com a seguinte ordem de trabalhos:

Ponto 1 - PERÍODO ANTES DA ORDEM DO DIA

- 1.1 - Leitura e aprovação da ata anterior desta Assembleia - Geral.
- 1.2 - Leitura da correspondência enviada a esta Assembleia - Geral.

Ponto 2 - ORDEM DO DIA

- 2.1 - Apreciação, discussão e votação do "Plano de Atividades e Orçamento para 2023" e do Parecer do Conselho Fiscal.
- 2.2 - Informações e esclarecimentos a questões colocadas pelos senhores associados.

Ponto 3 - OUTROS ASSUNTOS DE INTERESSE PARA ESTA ASSOCIAÇÃO

- 3.1 - Outros assuntos e outros esclarecimentos a questões colocadas pelos senhores associados, de interesse para esta Associação.

A Assembleia - Geral Ordinária reunirá à hora marcada, se estiverem presentes mais de metade dos senhores Associados com direito a voto, ou meia hora depois, com qualquer número de Associados presentes, nos termos e para os efeitos do artigo 33º., alínea e) dos Estatutos.

Braga, 07 de Setembro de 2022

O Presidente da Mesa da Assembleia – Geral da A.P.V.G.

Rui Pereira dos Santos

JORNADAS NO ÂMBITO DA VIOLÊNCIA DOMÉSTICA

14/15 DE SETEMBRO DE 2022

Auditório do Museu D. Diogo De Sousa

Autora - Dra. Filipa Martins – Estagiária em Psicologia na Associação Portuguesa dos Veteranos de Guerra

O Auditório do Museu de Arqueologia D. Diogo de Sousa, em Braga, acolheu, nos passados dias 14 e 15 de setembro, as Jornadas no âmbito da Violência Doméstica promovidas pela Associação Portuguesa dos Veteranos de Guerra.

Esta iniciativa pretendeu informar, consciencializar, sensibilizar para melhor identificar, prevenir e intervir na temática da Violência Doméstica, assumindo, assim, uma postura de agentes ativos na sociedade.

O evento contou com a honrosa presença da Secretária de Estado para a Igualdade e Migrações, Dra. Isabel Almeida Rodrigues, que salientou que “o grande desafio no combate à Violência Doméstica é evitar que os agressores perpetuem os seus atos” e que “não devemos perder o foco de quem tem que mudar o comportamento é o agressor e não a vítima”. Realçou, ainda, o balanço bastante positivo dos avanços que se têm feito aos longo dos últimos anos nesta área “Já conseguimos quebrar o muro do silêncio. Hoje em dia as pessoas denunciam”.

A Sessão Solene de Abertura contou, também, com a presença do Presidente da Direção Nacional da Associação Portuguesa dos Veteranos de Guerra, Professor Doutor Augusto Oliveira Freitas, que salientou a importância da educação familiar e escolar para a prevenção de casos de violência.

Compuseram, também, a Mesa de Honra da Sessão Solene de Abertura, o Presidente da União de Freguesias de Maximinos, Sé e Cividade, Dr. Luís Pedroso, o Assessor da Vereação da Educação, Inovação e Coesão Social da Câmara Municipal de Braga, Dr. João Medeiros e a Vice-Presidente da Câmara Municipal da Póvoa de Lanhoso, Dra. Fátima Moreira.

Ao longo dos dois dias foram abordados vários temas, entre eles “O Panorama Atual da Violência Doméstica”, “A Legislação no Apoio e Combate à Violência Doméstica – da teoria à prática”, “A Violência nas Relações de Intimidade”, “A Criança como Vítima”, “Violência Doméstica na Pessoa Idosa”, “Violência Doméstica no público LGBTI+” e “A Violência Doméstica e a Rede Social de Apoio”. Os vários temas foram abordados e debatidos por 24 palestrantes com conhecimentos científicos, técnicos e vasta experiência profissional na área da Violência

Doméstica, destacando-se, entre eles, psicólogos, técnicos sociais, médicos, juristas, advogados e agentes de segurança pública.

Assistiram e participaram neste evento cerca de 90 pessoas, desde estudantes universitários, psicólogos, professores, assistentes sociais a representantes de várias instituições que trabalham e lidam todos os dias com esta problemática.

Em rescaldo, as Jornadas no âmbito da Violência Doméstica proporcionaram a todos os seus participantes, o desenvolvimento e/ou aprimoramento de um conjunto de aprendizagens úteis e essenciais para se olhar para o flagelo da Violência Doméstica com outros olhos e, sobretudo, para se começar a agir e atuar como agentes ativos da sociedade nesta problemática, infelizmente, tão atual e presente nos nossos dias.

Salienta-se, em tom de suma, três pontos debatidos em praticamente todos os painéis do evento e merecedores de reflexão por todos nós: 1) a falta de recursos humanos e especializados para intervir nesta área, 2) a necessidade premente de agir na prevenção, desde tenra idade e 3) a lentidão de resposta por parte da justiça aos crimes de Violência Doméstica.

Assim, cabe-nos a nos, cidadãos e cidadãs, quebrar o silêncio e agir em prol da mudança para uma sociedade mais coesa, justa e igualitária.



DEPARTAMENTO CLÍNICO E SOCIAL AVALIAÇÃO PSICOLÓGICA

Autora – Dr^a Ana Fernandes - Psicóloga na A.P.V.G.

Para que um profissional da área da psicologia ou da psiquiatria consiga obter um diagnóstico psicológico tem que desenvolver um processo denominado de avaliação psicológica, que é geralmente complexo.

A avaliação psicológica tem o objetivo de produzir hipóteses (ou possíveis diagnósticos) acerca do funcionamento intelectual da pessoa (ou de um grupo), sobre as características de personalidade, sobre a aptidão para desempenhar uma ou um conjunto de tarefas, entre outras possibilidades. Esta recolha de informação permite uma análise objetiva e detalhada da realidade psicológica de uma determinada pessoa e, por isso, auxilia o profissional a identificar e compreender áreas ou problemas psicológicos e, posteriormente, estratégias de intervenção para aumentar o seu bem-estar.

Durante este processo são utilizadas várias técnicas, que têm como base ferramentas aceites internacionalmente, validadas estatisticamente e que avaliam com objetividade, num dado momento o funcionamento psíquico de uma pessoa. Torna-se importante destacar que as técnicas são apenas ferramentas auxiliares de diagnóstico, porque cada pessoa é única e diferente, existindo uma multiplicidade de fatores que interferem na vida pessoal de cada um.

Sendo assim, destacam-se as seguintes técnicas: entrevistas, observação, testes psicológicos, questionários, dinâmicas de grupo e provas situacionais.

No final da avaliação psicológica é realizado um relatório que descreve e sintetiza todo o procedimento, sendo este um instrumento fundamental para os técnicos de saúde mental estabelecerem um diagnóstico psicopatológico fidedigno e devidamente fundamentado. Ou seja, é possível dividir a avaliação psicológica em quatro momentos: (i) realização de uma entrevista; (ii) aplicação de um conjunto de instrumentos de avaliação e de observação (testes psicotécnicos); (iii) devolução dos resultados e (iv) identificação de

estratégias de intervenção e recomendações.

Porém, a Avaliação Psicológica não se resume ao âmbito clínico, podendo ser usada em diversos outros contextos, desde a contratação de um candidato para uma empresa, para tirar a carta de condução, para a licença de porte de armas ou até mesmo para alunos em idade escolar.

No caso da carta de condução ou da licença de porte de arma, o indivíduo deve demonstrar que tem condições psicológicas (estabilidade emocional) para conduzir um veículo ou utilizar uma arma sem colocar em risco a sua integridade física e dos outros.

Relativamente ao contexto profissional, regra geral, a avaliação psicológica permite identificar se a pessoa possui características que coincidem com a vaga apresentada.

A importância da avaliação psicológica advém do fato de ser muitas vezes solicitada para processos de reforma, tribunal, escola, contexto laboral, auxiliar no processo de escolha ou orientação vocacional e profissional, entre outras. Implica assim que existam consultas de avaliação psicológica para:

- **Definir um diagnóstico:** como já referido, ajuda a esclarecer qual a natureza ou tipo de problemas psicológicos que afetam o paciente;

- **Avaliar capacidades psicológicas:** ao nível da memória, concentração, psicomotricidade e qual a influência destas capacidades no desempenho de atividades profissionais, por exemplo.

- **Avaliação neuropsicológica:** para despistar o aparecimento e desenvolvimento de perturbações do foro neurológico (demências tipo alzheimer, AVC), utilizando-se testes de desempenho cognitivo.

Em suma, é através da avaliação que o indivíduo pode resolver problemas internos e externos, manter ou melhorar o relacionamento com o mundo e descobrir-se como pessoa, com a intenção de sempre melhorar a sua autoestima e a forma como se relaciona com o mundo exterior.



O QUE É A REDE SOCIAL

Autora – Dra. Dânia Magalhães – Assistente Social da Associação Portuguesa dos Veteranos de Guerra

A Rede Social é um programa que incentiva os organismos do setor público (serviços desconcentrados e autarquias locais), instituições solidárias e outras entidades que trabalham na área da ação social a conjugarem os seus esforços para prevenir, atenuar ou erradicar situações de pobreza e exclusão e promover o desenvolvimento social local

através de um trabalho em parceria.

A Rede Social não é uma prestação ou apoio social. Contudo, o trabalho da Rede Social deve permitir uma maior adequação e



melhoria da qualidade dos serviços prestados aos cidadãos de um modo geral e, particularmente, àqueles que se encontram em situação de vulnerabilidade.

Surge no contexto de afirmação de uma nova geração de políticas sociais ativas, baseadas na responsabilização e mobilização do conjunto da sociedade e de cada indivíduo para o esforço de erradicação da pobreza e da exclusão social. Em cada comunidade, as autarquias e as entidades públicas e privadas, vão ter uma visão partilhada dos problemas sociais que existem nessa área, definir em conjunto objetivos, prioridades, estratégias e ações e utilizar de forma mais racional os recursos disponíveis.

A Rede Social assenta no trabalho de parceria alargada, efetiva e dinâmica e visa o planeamento estratégico da intervenção social local, que articula a intervenção dos diferentes agentes locais para o desenvolvimento social.

É uma plataforma de articulação de diferentes parceiros públicos e privados que tem por objetivos:

- a) Combater a pobreza e a exclusão social e promover a inclusão e coesão sociais;
- b) Promover o desenvolvimento social integrado;
- c) Promover um planeamento integrado e sistemático, potenciando sinergias, competências e recursos;
- d) Contribuir para a concretização, acompanhamento e avaliação dos objetivos do Plano de ação para a Inclusão;
- e) Integrar os objetivos da promoção da igualdade de género;
- f) Garantir uma melhor eficácia, cobertura e organização do conjunto de respostas e equipamentos sociais a nível local;
- g) Criar canais regulares de comunicação e informação entre os parceiros e a população em geral.

Para atingir os objetivos da Rede Social propõe-se uma estratégia participada de planeamento cujos instrumentos fundamentais são o Diagnóstico Participado, o Plano de Desenvolvimento Social e os Planos de Ação. Procura-se assim, construir um retrato comum da situação social concelhia, resultante dos contributos das várias entidades com intervenção na área do concelho que permita identificar prioridades de intervenção.

O princípio da subsidiariedade, da integração, da articulação, da participação, da inovação e igualdade de género regem as ações desenvolvidas no âmbito da Rede Social bem como o funcionamento de todos os seus órgãos.

Assim, a Rede social procura produzir mudanças ao nível local e regional, favorecer a articulação e adaptação das políticas e medidas de âmbito nacional aos problemas e necessidades locais possibilitando enriquecer o conhecimento e dar visibilidade a realidades locais, construção de planos nacionais que contemplem as prioridades e necessidades locais, construção de planos nacionais que contemplem as prioridades e necessidades locais, bem como qualificar a intervenção social nos locais através da articulação e adaptação das políticas e medidas de âmbito nacional aos problemas e necessidades locais, do aumento da capacidade de deteção e resolução de problemas individuais, gerando respostas ajustadas a necessidades específicas, da transformação da cultura e práticas dos serviços e instituições locais, no sentido de uma maior transparência e abertura a outras entidades e populações, da implementação de sistemas de informação eficazes e do incremento da participação e envolvimento dos próprios destinatários dos projetos de intervenção.

A PERTURBAÇÃO DE STRESS PÓS-TRAUMÁTICO

Autora – Dr^a Filipa Martins - Estagiária em Psicologia na Associação Portuguesa dos Veteranos de Guerra

Nas palavras de Vaz Serra (2003), a Perturbação de Stress Pós-Traumático “tem um longo passado, mas uma curta história”. Tem um longo passado, na medida em que o ser humano tem sido vítima de inúmeros acontecimentos trágicos e traumáticos (como a I e II Guerra Mundial, e atualmente, os combates na Ucrânia) que têm provocado vários impactos ao nível do funcionamento físico e psicológico do ser humano. Contudo, a sua história ainda é curta, pois só em 1980 é que passa a ser reconhecida como diagnóstico válido pela Associação Americana de Psiquiatria.

O que é, então, a Perturbação de Stress Pós-Traumático?

A Perturbação de Stress Pós-Traumático é uma perturbação mental que se pode desenvolver em resposta à exposição a um ou mais acontecimentos traumáticos. Os acontecimentos traumáticos incluem, embora não se limitem a estes, exposição à guerra como combatente ou civil, crimes violentos, violação, catástrofes de causa natural ou humana, doença grave, entre outros. Cada indivíduo responde de diferentes formas aos acontecimentos de vida. Estas respostas variam consoante a personalidade, as aprendizagens desenvolvidas ao longo do percurso de



desenvolvimento da pessoa, do contexto onde ocorreu o acontecimento e as suas características, entre outros fatores. Considera-se, então, que um mesmo acontecimento pode ser considerado traumático para uns e não para outros indivíduos. Assim, a característica particular da Perturbação de Stress Pós-Traumático é o desenvolvimento de sintomas individuais após a exposição direta ou testemunhada a um, ou vários acontecimentos traumáticos.

Como referido acima, a expressão desta perturbação varia, então, de indivíduo para indivíduo e o acontecimento traumático pode ser reexperienciado de várias maneiras. Em alguns indivíduos pode ser predominante a reexperienciação baseada no medo e em sintomas comportamentais e emocionais. Noutros indivíduos dominam as cognições negativas, enquanto noutros prevalecem os sintomas de ativação e reatividade externalizada. Alguns indivíduos exibem uma combinação destes padrões de sintomas.

Comumente, o indivíduo tem lembranças intrusivas, involuntárias e recorrentes do acontecimento (sonhos e pesadelos perturbadores, estados dissociativos e flashbacks). Os estímulos associados ao trauma são persistentemente (por exemplo, sempre ou quase sempre) evitados. São realizados esforços deliberados para evitar, pensamentos, memórias ou falar acerca do evento e podem ser utilizadas técnicas para evitar atividades, situações ou pessoas que ativem memórias do acontecimento. Ocorrem alterações negativas nas cognições e no humor (estado emocional negativo persistente, incapacidade

persistente em experienciar emoções positivas, etc.) e alterações significativas da atividade e reatividade associadas ao acontecimento traumático. Indivíduos com esta perturbação podem envolver-se facilmente em comportamentos agressivos e imprudentes ou autodestrutivos (como o consumo excessivo de álcool e drogas). Possuem uma sensibilidade aumentada a eventuais/potenciais ameaças, o que faz com que indivíduos diagnosticados com esta perturbação sejam muito reativos a estímulos inesperados. Problemas de sono e de concentração são, também, frequentemente relatados.

A Perturbação de Stress Pós-Traumático está associada a elevados níveis de incapacidade social, ocupacional e física. Na comunidade e em amostras de Veteranos de Guerra, esta perturbação está associada a relacionamentos sociais e familiares mais pobres, absentismo laboral, rendimentos mais baixos e menor sucesso a nível educacional e ocupacional. A intervenção na Perturbação de Stress Pós-Traumático deve focar-se na redução de sintomas, na prevenção e/ou tratamento das comorbilidades relacionadas com o trauma, na melhoria das funções adaptativas e no restabelecimento do pensamento de confiança e segurança, limitando a generalização do perigo. O apoio especializado é fundamental para a recuperação desta perturbação.

Fonte: Manual de Diagnóstico e Estatística das Perturbações Mentais – 5ª Edição (DSM-V)

MENSAGEM DO CONSELHO FISCAL

A Associação Portuguesa dos Veteranos de Guerra pretende mostrar a todos os nossos associados e seus familiares (sem exceção) que esta instituição está aberta para registar, nesta Revista/Jornal, todas as notícias que queiram as colocar, de interesse para todos nós Antigos Combatentes de Portugal.

Só assim é possível mostrar a nossa capacidade de independência perante os factos que norteiam a nossa governabilidade democrática.

Por isso mesmo a Direção Nacional da A.P.V.G. entendeu também dar voz, nesta Revista/Jornal aos membros do Conselho Fiscal e também aos membros da Mesa da Assembleia - Geral. Assim pensaram e assim estão a concretizar. É preciso ler a nossa Revista/Jornal para se inteirar daquilo que estamos a fazer sobre este assunto.

Todos a trabalhar como o mesmo objetivo é sinónimo de uma boa cultura política entre todos os membros dos órgãos sociais nacionais e em particular os três elementos deste órgão fiscalizador.

Mais uma vez informamos os nossos associados e seus familiares que os três elementos do Conselho Fiscal estão sempre presentes nas reuniões da Direção Nacional para se inteirarem daquilo que é discutido e é aprovado para bem desta associação.

Para que não haja dúvidas aqui fica registado a verdade das nossas obrigações que é fiscalizar todo o trabalho que é desenvolvido pelos elementos do órgão executivo desta A.P.V.G.

Vamos continuar a exercer os nossos direitos para bem dos interesses e anseios de todos os nossos associados e seus familiares.



Presidente
Vieira



1.º Vogal
Abreu



2.º Vogal
Araújo

MENSAGEM DOS MEMBROS DA MESA DA ASSEMBLEIA - GERAL

Os nossos associados e seus familiares sabem que é na Assembleia - Geral da Associação Portuguesa dos Veteranos que se discutem todos os interesses e anseios desta tão eloquente e querida associação.

Durante vários mandatos esta equipa - três elementos da Mesa da Assembleia - Geral - foram firmes, leais e constantes na defesa intransigente dos interesses desta Associação, através daquilo que está manuscrito nos nossos Estatutos. Nunca, repetimos nunca, ultrapassamos as nossas obrigações nem as nossas competências, como entidade máxima deliberativa desta instituição.

Sempre fomos verticais, precisos, concisos, honestos e também, de certa maneira, originais, em levar a bom porto o nosso legítimo e digno trabalho.

Esta mensagem mais parece uma certa despedida do cargo que muito nos apaixonou. De certa maneira também é verdade porque vamos

deixar, com muita mágoa e dor, a A.P.V.G.

A vida não se compadece com as nossas idades. Estamos muito próximo da partida para a eternidade e é por isso que dois elementos que fazem parte da Mesa da Assembleia - Geral não vão fazer parte de um novo mandato. Estamos muito gastos em tudo: idade (+ de 70 anos), muitas doenças e também em termos distancia de quilómetros, das nossas casas até à nossa Sede Nacional.

Sentimos que sempre fizemos o melhor para bem de todos os nossos associados e seus familiares e só por isso sentimo-nos agradecidos por tudo aquilo que fizemos de bem.

Um grande abraço a todos e que Deus nos ajude, com saúde e tino, a suportar aquilo que ainda nos falta até ao fim das nossas vidas terrenas.

Muito obrigado e até sempre. Rui, Aurélio e Amaral.



Presidente
Rui Santos
Sócio N.º 14 202



1.º Secretário
Aurélio Carvalho
Sócio N.º 14 966



2.º Secretário
Alberto Amaral
Sócio N.º 32 549

ANIVERSÁRIO DA NOSSA DELEGAÇÃO DE ERMESINDE

No passado dia 30 de Julho, de dois mil vinte e dois, na cidade de Ermesinde celebrou-se o seu dia de aniversário.

Este evento contou com a presença dos Dirigentes Nacionais (Presidente da Direção Nacional - Augusto Freitas e Vice - Presidente da Direção Nacional - Francisco Martins) bem como de vários Dirigentes Locais, em particular, o Presidente da nossa Delegação - José Manuel Rocha Sousa e muitos associados e seus familiares que aderiram a estas cerimónias.

Foi um momento de melancolia, de firmeza e de lealdade para todos aqueles que merecem o nosso respeito, a nossa estima e a nossa consideração. Prestamos esta nossa unidade, em frente ao Monumento dos Combatentes da Guerra Colonial, nesta cidade que pertence ao concelho de Valongo.

Mais um momento marcante da nossa vivência como Combatentes de Portugal e nos nossos discursos relembramos o quanto foi grandioso servir a pátria, Portugal, na Guerra Colonial de África e de Ásia. Também aproveitamos esse evento para falar do Estatuto do Combatente, do Cartão do Combatente, das Insígnias do Combatente, da Bandeira de Portugal a ser colocada na urna, após a nossa partida para a eternidade, e outros benefícios.



ANIVERSÁRIO DA NOSSA DELEGAÇÃO DE FELGUEIRAS

No passado dia 11 de Setembro, de dois mil vinte e dois, na cidade de Felgueiras, celebramos o seu dia de aniversário em frente ao Monumento dos Antigos Combatentes deste concelho.

Como representante nacional da nossa A.P.V.G. a este evento deslocou-se o Membro do Conselho Fiscal, senhor António Jorge Magalhães Abreu.

Seria fastidioso mencionar, nesta Revista/Jornal, todas as peripécias desenvolvidas neste dia.

Como é da praxe, todos os anos fazemos o resumo

curto das cerimónias realizadas, tais como: 1 - concentração junto ao monumento; 2 - discursos alusivos a esta cerimónia; 3 - deposição de uma coroa de flores; 4 - missa em ação de graças pelos que tombaram na defesa da Pátria bem como por aqueles que regressaram vivos mas que entretanto já partiram para a eternidade e 5 - Almoço/Convívio para todos aqueles que partilham com a nossa luta que é recordar o 25 de Abril de 1974 e a Guerra do ex-Ultramar Português de África e Ásia.



ANIVERSÁRIO DA ASSOCIAÇÃO NACIONAL DE COMBATENTES DO ULTRAMAR (A.N.C.U. - TONDELA)

A Direção Nacional da Associação Portuguesa dos Veteranos de Guerra foi convidada para estar presente nas cerimónias do aniversário da Associação Nacional de Combatentes do Ultramar, na cidade Tondela, no dia 11 de Setembro, de dois mil vinte e dois.

Como representantes da nossa instituição a este aniversário foram o Presidente da Direção Nacional - Augusto Oliveira Freitas, o Vice - Presidente da Direção Nacional - Francisco Carneiro Martins e o Membro do Conselho Fiscal Nacional - José Araújo. Este convite partiu do nosso grande amigo e camarada de guerra das ex-províncias ultramarinas, o distinto advogado e Presidente da Direção Nacional,

Dr. António Maria Ferraz.

Quando somos convidados estamos sempre presentes neste encontro para memória futura dos Combatentes de Portugal.

Todas as cerimónias realizadas, no mesmo dia, foram de muita elevação e camaradagem para todos os participantes.

Foi uma festa de aniversário muito completa e também adequada como prova que os Combatentes de Portugal jamais se esquecem das suas obrigações perante o nosso marco histórico em ser firmes, leais e constantes.



POESIA PURA

A Associação Portuguesa dos Veteranos de Guerra criou, como já dissemos anteriormente nas nossas Revistas/Jornais, um espaço lúdico para todos os seus associados e seus familiares, que queiram desenvolver escritos direcionados para a poesia pura de assuntos relacionados com o tempo da Guerra Colonial.

É este espaço da nossa Revista/Jornal que pretendemos que seja feito

AO ACASO

A Idade não perdoa
O provérbio tem razão!
Na vida de uma pessoa
Passa a ser recordação!

O futuro a Deus cabe
Volta o provérbio a dizer!
É certo que ninguém sabe
O que está para acontecer!

Vamos viver o presente
Que sabemos o que há!
Que isto acaba de repente
E a malta nem grito dá!

O Ser humano é estranho...

Zanga-se com os vivos, e leva flores para os mortos;

Lança os vivos na sarjeta, e pede um "bom lugar para os mortos";

Afasta-se dos vivos, e agarra desesperado quando eles morrem;
Fica anos sem conversar com um vivo, e desculpa-se, faz homenagens, quando este morre;

Não tem tempo para visitar o vivo, mas tem o dia todo para ir ao velório do morto;

Critica, fala mal, ofende o vivo, mas santifica-o quando ele morre;

Não liga, não abraça, não se importa com os vivos, mas autoflagela-se quando estes morrem... Aos olhos cegos do homem, o valor do ser humano está na sua morte, e não na sua vida. É bom repensarmos nisto, enquanto estamos vivos?



Vice-presidente
da Direção Nacional APVG
Francisco Carneiro Martins

O Ministério da Defesa Nacional entendeu criar um prémio literário para os Antigos Combatentes com base nas suas memórias militares relevantes para a compreensão e edificação da nossa história e memória coletiva.

A nosso pedido escrevam para a nossa A.P.V.G., caros associados, e pode ser que assim fique registado o vosso nome para recordação das nossas memórias militares.

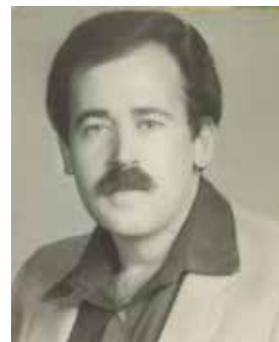
POEMA "O MAR"

O mar é feito de lágrimas, por tanto te amar.
O mar é feito de suores, por em ti acreditar.
O mar é feito de vozes roucas para reclamar,
As mortes e os feridos que ousas os findar.

O mar está cheio de lindas e belas sereias,
Para as amar como o fazemos no nosso lar.
Serão gente ou serão "tretas" nessas areias?
Será da imensidão ou será do nosso paladar?

Mar, é preciso ir e também de novo voltar,
No ir lá vamos todos nós para te encantar,
Nessas areias que tão gostas de as fustigar,
A chuva e o vento, para te dar e o apanhar?

Que suave estão as ondas do nobre mar.
De noite vemos muitas estrelas a orbitar,
Dentro do nosso oceano está este belo luar,
De dia gostamos de ver as gaivotas a voar.



Presidente
da Direção Nacional APVG
Augusto Freitas

APELO

Procuram-se companheiros...

CART 638 /BART 639 - MOÇAMBIQUE

Contacto: Fernando Gonçalves Vieira - 253 319 612

Parcerias / Protocolos



Rua da Quintão, 174
Rio Covo St.ª Eugénia
4755-462 Barcelos
Tel. 253 832 448
Fax. 253 837 334

www.plasrio.com



PME líder'20

Recicle sempre



ARMAZENISTA DE FRUTA
PRODUTOS HORTÍCOLAS



- NELÓN EXTRA -
VICTOR MANUEL

Rua Parque Desportivo · 4740-680 Barqueiros - Barcelos
Armazém +351 253 851 329 · Fax +351 253 852 928
geral@frutasdocavado.com · www.frutasdocavado.com

mota e ferreira[®]
artes gráficas



R. Artes e Ofícios nº 135, 4770-226 Joane - Tlf. 252 996 194 / 252 928 158
geral@motaferreira.com producao@motaferreira.com www.motaferreira.com

 **TrofaSaúde**
Hospital da Trofa

MORADAS DAS DELEGAÇÕES

Delegação APVG - Algarve

Nuno Manuel Santos Emídio
B.º Cruz Parteira - Bl 2 - C/V A Gab 1
8500 Portimão
282476192 / 918384454 Fax 282417025

Delegação APVG - Barcelos

Gabriel Gonçalves Rodrigues
Centro Comercial de Apoio
Rua Visconde de Leiria, n.º 26 - Fração O r/c
4750-311 Barcelos
253 815 771 - 961 894 972

Delegação APVG - Ermesinde

José Manuel Rocha e Sousa
Passagem Inferior Pedonal
Caminho de Ferro de Ermesinde, loja 8
4445-631 Ermesinde
224017914 / 961894986

Delegação APVG - Fafe

Manuel Fernandes Ribeiro
Rua Guerra Junqueiro
Edif. das Associações - Fração D - Piso 0
4820-263 Fafe
961894966 / 967174704

Delegação APVG - Felgueiras

Virgílio Manuel Martins de Sousa
Ed. Campo da Feira - Praça da República, 248
Margaride - 4610-416 Felgueiras
934181925 / 255926498 Fax 255926498

Delegação APVG - Ferreira do Alentejo

Mercado Municipal Loja 3
7900 Ferreira do Alentejo

Delegação APVG - Guimarães

António Jorge Magalhães Abreu
Mercado Municipal de Guimarães
1. Andar - Loja N.º 21
4835-065 Guimarães
Telm.: 917523705

Delegação APVG - Montemor-o-Novo [Lavre]

Manuel Rodrigues Silva
Rua Dr. Miguel Bombarda - 65
7050-467 LAVRE
265894155 / 265894038 casa / 919473048
Fax 265894155

Delegação APVG - Porto

Rua de Miragaia - 83/84 - Miragaia
4050-386 Porto
223390689/90 / 961894971 Fax 223390691

Delegação APVG - Trás-os-Montes

António Esteves
Rua Dr. Morais Sarmento Ed 6 R/C Dto. Lj 8
5400-082 Chaves
276322320/9 / 913599912 Fax 276322327

Delegação APVG - Vale do Sousa

António Joaquim Sousa Oliveira
Rua da Escola - 60
4580-297 Bitarães
255785866 / 966165108 Fax 255785866

Delegação APVG - Viana do Castelo

Rua Manuel Espregueira - 139/145 Lj 3
4900-040 Viana do Castelo

Consultas Clínicas

Serviços clínicos em BRAGA

Psicologia

Todos os dias das 09H00 às 17H30
(Dr.ª Ana Fernandes,
Prof. Doutor Augusto Freitas)

Neuropsicologia

Todos os dias (09H00 - 17H30)
(Prof. Doutor Augusto Freitas)

Psiquiatria

6.ª Feira (14H00 - 17H30)
(Dr. Luís Fonseca)

Medicina-Geral

(Dr.ª Vânia Gomes)
Telefonar para a associação e agendar consulta

Gabinete Ação Social

Todos os dias - (Dr.ª Dânia Magalhães)

APOIO JURÍDICO

6.ª Feira (15H00 - 17H30) - (Dr.ª Paula Cício Vieira)
2.ª 4.ª e 6.ª Feiras (10H00 - 12H00) - (Dr. Tiago Máximo)

Serviços clínicos em Ermesinde, Felgueiras, Paredes (Bitarães) e Porto

Medicina - Geral

(Dr. Morgado)

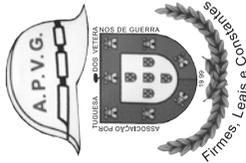
Psicologia

(Dr. José Oliveira)
(Dr.ª Ana Fernandes)

Nota: Estes clínicos dão as suas consultas de acordo com o pretendido dos nossos associados e familiares, nestas nossas Delegações.

NOTA:

Novo Horário da Sede Nacional em Braga: das 08h30 às 12h30 / 13h30 às 17h30



Campo das Carvalheiras, 54
4700-419 BRAGA

Tel.: 253 260 932/33
Fax: 253 260 931

PODE ABRIR-SE PARA VERIFICAÇÃO POSTAL.
THE ITEM MAY BE OPENED FOR POSTAL VERIFICATION.

CASO NÃO SEJA ENTREGUE AO DESTINATÁRIO ASSINALAR A RAZÃO
COM UM X E DEVOLVER AO REMETENTE.
IF UNDELIVERED PLEASE RETURN TO SENDER. PLEASE INDICATE THE
REASON BY TICKING A BOX BELOW.

- AUSENTE
ABSENT
- DESCONHECIDO
UNKNOWN
- FALECIDO
DECEASED
- MUDOU-SE
MOVED
- ENCERRADO
CLOSED
- ENDEREÇO INSUFICIENTE
INCOMPLETE ADDRESS
- NÃO RECLAMADO
UNCLAIMED
- RECUSADO
REFUSED

Loja APVG

Autorização nº DE 0673 2003 PME

Publicações Periódicas

Autorizado a circular em invólucro fechado de plástico ou papel.

Taxa Paga Portugal Braga (Avenida) ctt

EM ÁFRICA FUI SOLDADO (1961-1975)

Esta medalha dirige-se aos ex-combatentes que estiveram em África (Angola, Guiné e Moçambique). Esta medalha é um símbolo que se junta à nossa memória, 30 anos depois do fim da última guerra da história de Portugal.



Medalha com estojo:

Associados: 15,00€ Não Associados: 20,00€
(pedidos à sede da APVG ou delegações acresce 2,50€ para portes)

MEDALHA COMEMORATIVA



Medalha com estojo:

Angola, Guiné e Moçambique
Preço: 10,00€



T-Shirt: preta, branca e cinza - tamanhos L, XL, XXL: 5,00€
Boné: branco com rebordo azul, azul marinho, cinza e azul ganga: 5,00€
Pins: 2,00€



Galhardete: 5,00€ Porta-chaves: 4,00€
Guião: 7,50€

Autorização de débito direto

A preencher pelos serviços:



Entidade 1 0 2 3 6 0

Autorização n.º

A preencher pelo associado:

Eu, _____

Socio n.º: _____

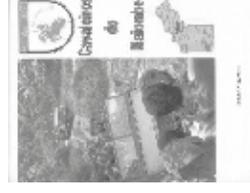
PUBLICAÇÕES



História da Unidade
Batalhão de Caçadores 2845
Albino Silva - Preço 10,00€



Também eu estive lá.
Lino Rei - Preço 10,00€



Cavaleiros do Maiombe
Inácio Nogueira - Preço 10,00€



Stress Traumático
Prof. Dra. M. Graça Pereira e Dr. João Monteiro Ferreira
Coordenadores da APVG - Preço 17,00€

Caro associado pode pagar as suas quotizações, através de vale dos CTT, débito direto, pagamento nos balcões da Caixa Geral de Depósitos, conta n.º 0211002748930, ou através de transferência bancária, conta n.º 002502110000274893021. Nota: Se fizer transferência bancária, através da internet, ou de uma caixa, tem que obrigatoriamente enviar o comprovativo da operação, através de carta, telefone, ou por mail: info@apvg.pt