



# O Veterano de Guerra

Propriedade da Associação Portuguesa dos Veteranos de Guerra



## DIAS DIFERENTES – A INDIGNAÇÃO ANIVERSÁRIO DA ASSOCIAÇÃO DOS DEFICIENTES DAS FORÇAS ARMADAS

Com muita pena os principais responsáveis da Associação Portuguesa dos Veteranos de Guerra, doravante designada por A.P.V.G., não tiveram a oportunidade de estar presente no aniversário da Associação dos Deficientes das Forças Armadas, que se realizou na sua Sede Nacional, em Lisboa. Fomos convidados para estar presente nesse ato comemorativo e histórico mas devido a problemas de saúde pessoais não foi possível a nossa presença física nesse evento.

Daqui lamentamos o facto e queremos endereçar os nossos parabéns a todos os associados e seus familiares dessa grande família que é esta digníssima associação dos Deficientes das Forças Armadas Portuguesas, na pessoa do nosso amigo pessoal, Coronel Nuno Santa Clara. Que V. Ex.<sup>a</sup>. continue com a mesma força, com a mesma capacidade de dirigir e decidir em prole de todos os Deficientes das Forças Armadas de Portugal como fizeram também os seus antecessores. Muita força meu amigo Santa Clara porque sabemos que é uma pessoa competente.

Lemos com muita atenção o vosso distinto Jornal “ELO” e muitas coisas aprazem aqui registar, principalmente a vossa indignação e o direito à indignação. É preciso que todos os Combatentes de Portugal, sejam eles ou não Deficientes das Forças

Armadas Portuguesas, saibam aquilo que V.Ex.as escreveram nesse jornal para mais tarde, de imediato, refletirem sobre o que aí foi escrito.

Não vou entrar, muito concretamente, nos significados “direito à indignação” que muito bem explica visto que é um sentimento de cólera ou de desprezo experimentado diante da indignidade, injustiça, afronta, repulsa e revolta. Nós sabemos, francamente, das vossas indignações que não é preciso as relembrares.

Para todos aqueles que tiveram a felicidade de chegar “à Metrópole” “sãos e salvos” de problemas graves de saúde, físico e mental, não sabem verdadeiramente aquilo que passaram e continuam a passar os Deficientes das Forças Armadas Portuguesas antes e depois da Guerra Colonial de África (Angola, Guiné-Bissau e Moçambique) e Ásia (Goa, Damão, Diu e Timor – Leste). Daqui, neste espaço de profunda nostalgia e pesadelo, as minhas sinceras gratidões para todos vós porque a merecem. Obrigado, irmãos de guerra

Viva os Deficientes das Forças Armadas Portuguesas

Augusto Oliveira Freitas



### 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 Oficinas, n.º 135 - 4770-226 Vila de Joane - Telef.: 252 928 158

## CEM REVISTAS/JORNAIS UM MOMENTO HISTÓRICO

A Associação Portuguesa dos Veteranos de Guerra, doravante designada por A.P.V.G., deve congratular-se por este marco histórico de cem Revistas/Jornais que foram produzidas, decerto com muito amor e carinho, por todos nós e principalmente pelos responsáveis principais desta Instituição.

Desde o início que esta Revista/Jornal se disponibilizou para ser um mensageiro de muita qualidade (excelente) para todos os Antigos Combatentes de Portugal e seus familiares.

Para aqueles que fazem a devida coleção, desde o começo até aos dias de hoje, das nossas Revistas/Jornais, poderão constatar que se tem verificado uma apresentação visual diferente (mais colorida), com rúbricas (temas) informativas interessantes dos nossos técnicos, com mais paginação e cada vez mais com cunho informativo, jornalístico ou entretenimento.

**À semelhança dos jornais diários, esta Revista/Jornal faz parte dos meios gráficos periódicos e também já tem a sua versão digital bem como está inserida na Internet. Qualquer associado desta A.P.V.G. tem à sua disposição esta revista/jornal on-line, no nosso site e nas redes sociais. É só fazer a devida busca na Internet. Todos os eventos desta Instituição estão aí assinalados, a tempo e horas, para que os interessados saibam.**

Como sabem, este ano, o Dia do Combatente, realizou-se no dia 01 de Abril devido a que no dia 9 desse mesmo mês era dia de Páscoa. Para que saibam, nesse dia centenas de Antigos Combatentes de Portugal, desta A.P.V.G. estiveram presentes no Mosteiro da Batalha para o festejar. Parabéns a todos eles e em particular os que pertencem à nossa Delegação do Vale do Sousa.

Para comemorar esse Dia do Combatente, três Dirigentes Nacionais da A.P.V.G. deslocaram a Tondela, a convite dos responsáveis da Associação Nacional Combatentes Ultramar (A.N.C.U.), para que nesse dia fosse possível o comemorar no Cemitério Municipal, desse município, os que morreram na defesa de Portugal, na 1ª. e 2ª. Guerra Mundial e ainda os que tombaram na Guerra Colonial. Foi um momento muito significativo ao evocar a memória dos que já partiram para a eternidade.

AA.P.V.G. neste espaço de tempo esteve presente em dois eventos muito importantes que é digno aqui os registar: O Dia do Combatente – Forte do Bom Sucesso – Belém – Lisboa e O Dia de Portugal, de Camões, das Comunidades Portuguesas e o Dia do Combatente – Peso da Régua. Estes dois temas serão abordados com mais profundidade nesta revista/jornal.

**É importante aqui referir que se realizou o 21º aniversário da nossa Delegação do Porto, no dia**

**25 de Maio, de dois mil vinte e três. No dia 29 de Julho vamos também comemorar o aniversário da nossa Delegação de Ermesinde.**

**Estas comemorações dão algum trabalho e custos monetários mas há sempre razão para os realizar. São momentos marcantes para cada uma das nossas Delegações para troca de ideias, de lembranças e de cultura de fraternidade.**

Aproveito, meus amigos camaradas, para relembrar que o Estatuto do Combatente precisa de ser reformulado para bem de todos nós. Um senhor Capelão (Oficial do Exército Português), residente em Braga, que passou, como militar, pela ex-Província Ultramarina da Guiné – Bissau, questiona todas as Associações de Combatentes, do seguinte: para quando uma abordagem, clara e objetiva, no que concerne ao Decreto – Lei 46/2020 porque este está incompleto. Vejamos então: os militares que cumpriram o seu serviço militar na Índia, Macau, Cabo Verde, Timor e São Tomé e Príncipe não são militares como qualquer outro servidor da Pátria? As viúvas desses ex-militares que tenham participado em missões humanitárias de apoio à paz ou à manutenção da ordem pública, são considerados marginalizados? Os Capelães que também foram obrigados a cumprir o seu serviço militar, que envergaram uma farda e foram portadores de uma arma para defenderem a integridade do nosso País, não merecem um tratamento especial, como os outros? O que é preciso fazer para todos os militares milicianos, não do quadro, ganhavam um ordenado ridículo?

É preciso fazer, urgentemente, uma reflexão profunda, para que as autoridades do nosso Portugal repensem sobre este assunto. Isto também é uma reflexão de um artigo de opinião do senhor Padre António Francisco Gonçalves Simões que foi Capelão Militar e chegou ao Posto de Coronel Capelão e que escreveu para a Revista/Jornal “A Voz do Combatente” – Jornal dos Combatentes do Ultramar – A.N.C.U. – Tondela. Vai daqui uma nota de agradecimento para o senhor Padre António Simões que muito bem explica aquilo que deve ser corrigido.

O meu muito obrigado pela leitura desta missiva.

Saudações Veteranas

O Presidente da Direção Nacional

Augusto Oliveira Freitas (Doutor)

Carteira de Jornalista ou Equiparado nº. TE – 257 A



## A POLÍTICA DO SABER

A Direção Nacional, da Associação Portuguesa dos Veteranos de Guerra, vem mais uma vez, por este meio, dar a conhecer aquilo que foi produzido neste espaço temporal entre os meses de Abril até Junho, de 2023, para que os nossos associados saibam todas as tarefas que os elementos desta Direção Nacional e das Direções Locais desenvolveram para o "caminhar" que esta Instituição precisa, para o seu engrandecimento e postura social.

Esta Associação Portuguesa dos Veteranos de Guerra, doravante designada por A.P.V.G., devido a vários fatores de natureza social, tais como: pandemia COVID19; a Guerra na Ucrânia; a inflação na compra dos bens de primeira necessidade, as taxas de juro bancário para compra das casas e as contas do telefone, da água e da luz (cada vez mais insuportáveis) tem constatado que os nossos associados e seus familiares andam tristes e amargurados devido ao custo de vida no nosso país, Portugal, que os seus habitantes têm passado.

Esta A.P.V.G., não culpa os Governantes, porque estes também são os primeiros a sentir o pulsar de todos os portugueses. É muito difícil governar o nosso Portugal porque toda a gente reclama e não há respostas para nos dar. Vamos aguardar outros momentos para que o nosso Portugal saiba responder aos anseios e desejos de todos os portugueses.

Esta A.P.V.G. não é e nem pode ser uma entidade política de confronto com o Estado Português e com os nossos Governantes. É assim que determinam os nossos Estatutos e é assim que estamos a fazer alertando os nossos Governantes para aquilo que os Combatentes de Portugal e os seus familiares mais necessitam. Estes, todos nós sabemos, o que querem, antes de tudo, é isto: saúde, felicidade, paz e amor. O resto que venha por acréscimo.

Não vamos de novo, aqui, relembrar aquilo que já foi dito nas mensagens da Direção Nacional, nas Revistas/Jornais, porque seria fastidioso para os nossos associados e também para outros leitores que gostam de ler notícias dos Antigos Combatentes de Portugal.

Os nossos encontros de memória e os nossos convívios anuais agora são possíveis de serem realizados, porque a pandemia que arrasou Portugal e todos os outros países do nosso mundo, que é a Terra, "fugiu", decerto, para outras latitudes espaciais e esperamos que seja irradiada dos seres humanos, sem exceção. Nunca esquecer, caros camaradas, que devemos, sempre, manter as devidas precauções. O seguro morreu de velho.

Esta mensagem da Direção Nacional, reporta-se aos meses atrás assinalados e os associados devem estar sempre atentos a tudo o que é dito/escrito nesta

Revista/Jornal.

Como devem saber é importantíssimo mencionar nesta Revista/Jornal todas as ações que os elementos do Órgão Executivo, desta A.P.V.G., desenvolveram neste período de tempo. É importante também os registar para que os nossos associados e seus familiares para sua memória futura. Como se faz a história de um povo ou de um país? Através dos acontecimentos relatados por alguém. O mesmo se passa com a história da nossa Associação.

É importante aqui referir que esta A.P.V.G. está protocolado com todos os Ministério do nosso país e em particular com o Ministério da Defesa Nacional, Ministério da Saúde, Ministério da Justiça e Ministério da Segurança Social. Também temos parcerias com dezenas de Câmaras Municipais e em especial onde estamos situados, em termos físicos, tais como: Braga, Póvoa de Lanhoso, Vila Verde, Amares, Chaves, Portimão, Barcelos, Valongo (Ermesinde), Fafe, Felgueiras, Ferreira do Alentejo, Guimarães, Montemor - o -Novo (Lavre), Porto, Paredes (Bitarães), Penafiel, Paços de Ferreira e Viana do Castelo.

Fomos convidados para estar presentes em vários eventos, tais como: Associação de Prisioneiros de Guerra para XIX Encontro - Convívio que se realizou nas cidades do Entroncamento e Vila Nova da Barquinha; Associação dos Vilacondenses ex-Combatentes do Ultramar (ASCVCU) - Vila do Conde, para estar presente do seu 26º. Aniversário a realizar na freguesia de Aveleda; Comissão de Combatentes do Ultramar, do concelho de Caminha, para comemorar o Dia de Portugal; da Comissão Executiva pra a Homenagem Nacional aos Combatentes 2023 - no Forte do Bom Sucesso - Belém - Lisboa; do Ministério dos Negócios Estrangeiros para estar apresentar no 10 de Junho - Dia de Portugal, Dia de Camões, Dia das Comunidades e Dia dos Combatentes de Portugal, na cidade Peso da Régua; Associação dos Deficientes das Forças Armadas para as comemorações 49º. Aniversário, a realizar na sua Sede Nacional - Lisboa; Delegação da A.P.V.G. do Porto - 21º. aniversário - 25 de Maio; Delegação da A.P.V.G de Ermesinde - 19º. aniversário a realizar no dia 29 de Julho de 2023.

Recebemos de várias Assembleias de Freguesias do nosso Portugal relativamente ao Dia Nacional do Antigo Combatente, várias saudações de relevo para todos nós que é digno de registo nesta Revista/Jornal: "É um dever do Estado Português e de todos os Portugueses, que é da mais elementar justiça, perante os militares que combaterem com coragem, lealdade, abnegação e sacrifício, em vários teatros operacionais



# Mensagem da Direção

da Guerra Colonial".

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 para esta A.P.V.G. 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 ou então em colóquios onde a nossa

experiência militar possa, de alguma forma, dar a conhecer aos jovens de hoje os valores e exemplos das nossas vidas como Antigo Combatente de Portugal.

Vamos continuar a ser Firmes, Leais e Combatentes.

Nota: Ver alterações do horário do funcionamento ao público da nossa Sede Nacional, em Braga. É preciso ver também 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

Araújo

Rocha

Silva

## MEDALHAS COMEMORATIVAS DAS CAMPANHAS

Todos os ex-Combatentes da Guerra Colonial de África (Angola, Guiné - Bissau e Moçambique) e Ásia (Goa, Damão e Diu e Timor Leste) que ainda não possuem esta Medalha e estejam nela interessados, informamos que devem dirigir-se aos nossos serviços, sejam eles na Sede Nacional (Braga) ou então em qualquer uma das nossas Delegações, onde prestaremos os esclarecimentos necessários acerca das diligências a tomar, tendo em vista o preenchimento do requerimento a enviar ao Ministério da Defesa Nacional (MDN), para a sua concessão.



## PAGAMENTO DE QUOTAS

Pedimos a todos os nossos associados que é preciso atualizar as suas quotas, as quais podem ser pagas diretamente na Sede da Associação bem como em todas as nossas Delegações. Estas quotas podem ser pagas através dos CTT, transferência bancária para o IBAN PT50 0035 0211 00002748930 21 - Caixa Geral de Depósitos ou então Débito Direto.

Por favor, porque é muito importante, identifique-se na transferência, colocando o seu número de associado ou enviando por e-mail o comprovativo da mesma.

## APELOS / CONVÍVIOS

Convívio Militar da Companhia de Comando e Serviços (CCS) do Batalhão de Caçadores 2832

«EXCELENTE E VALOROSO» - Serviu Portugal na Província Ultramarina de Angola no período de 13 de Janeiro de 1968 a 3 de Março de 1970 - Informação de Luís Martins

DATA DA REALIZAÇÃO DO EVENTO: 16 de Setembro de 2023

HORA DE INÍCIO: 10H30, concentração em frente à capela do Senhor da Pedra (Praia de Miramar, freguesia de Gulpilhares, concelho de Vila Nova de Gaia)

LOCAL DO EVENTO: Praia da Aguda, Arcozelo, Restaurante "AGUDAMAR"

DISTRITO DO EVENTO: Porto

INSCRIÇÃO (TELEFONE, E-MAIL OU OUTRO CONTACTO): Telefone: 917 624 005 (Luís Martins)

NOME DO RESPONSÁVEL PELO EVENTO: Luís Martins

TEXTO DO EVENTO: Concentração no lugar do Senhor da Pedra em frente à capela com o mesmo nome, cerca das dez e trinta, seguidamente iremos passar na localidade da Santa Maria Adelaide, em Arcozelo, Miramar de onde seguiremos para o almoço, cujo restaurante tem por nome "AGUDAMAR".

## MENSAGEM DO CONSELHO FISCAL A POLÍTICA DE FISCALIZAR ESTA A.P.V.G.

Os elementos que fazem parte deste Conselho Fiscal querem informar os caríssimos associados e seus familiares que todos os meses nas reuniões da Direção Nacional, da A.P.V.G., estão presentes, sem direito a voto, para se inteirarem das contas de gerência, das ordens de pagamento e de outros documentos necessários para a feitura da nossa contabilidade.

Apraz aqui registar, que o Presidente da Direção Nacional, Doutor Augusto Freitas, é claro e objetivo nas mensagens que leva para as suas reuniões. Não ficam dúvidas porque aquele dirigente é prático, metódico e muito organizado visto que faz sempre as minutas das atas com a respetiva ordem de trabalhos

a serem desenvolvidas nas suas reuniões.

Mais uma vez dizemos, caros associados, que somos os primeiros a verificar se esta A.P.V.G. está a cumprir de acordo com aquilo que está consagrado nos nossos Estatutos. Se tudo é bem feito seremos também os primeiros a defender a A.P.V.G. perante as instituições que estamos protocolados, bem como nas finanças e na segurança social.

Se o nosso caminho é caminhar então solicitaremos, sempre e a qualquer momento, aos responsáveis da Direção Nacional as Contas de Gerência, os Mapas Financeiros, as Ordens de Pagamentos e outros documentos imprescindíveis para a nossa Contabilidade.

**Presidente**



Alfredo Rodrigues  
Sócio Nº 10 733

**1.º Vogal**



António Abreu  
Sócio Nº 23 787

**2.º Vogal**



Fernando Valente  
Sócio Nº 723

## MENSAGEM DA MESA DA ASSEMBLEIA - GERAL A POLÍTICA DO ÓRGÃO DELIBERATIVO

Os elementos deste órgão deliberativo entendem que é importante o diálogo, franco e aberto, entre todos os elementos dos Órgãos Sociais desta A.P.V.G. Só assim é possível agregar esforços para bem de todos nós. Não chega reunirmos somente para as reuniões preparatórias e para as reuniões da Assembleia – Geral.

Estamos todos conscientes das dificuldades em governar esta grande Instituição e como tal entendemos que as nossas sugestões servirão para uma maior e melhor governação.

**Presidente**



Alberto Amaral  
Sócio Nº 32 549

**1.º Secretário**



Manuel Fonseca  
Sócio Nº 314

**2.º Secretário**



João Martins  
Sócio Nº 5 767

## PESO DA RÉGUA

### DIA DE PORTUGAL, DE CAMÕES, DAS COMUNIDADES PORTUGUESAS E DOS COMBATENTES DE PORTUGAL

10 DE JUNHO – PESO DA RÉGUA

Um grupo de responsáveis nacionais e locais, da A.P.V.G., deslocaram-se muito cedo de Braga, pelas 06H00, para estar presente nas Comemorações do Dia de Portugal, de Camões, das Comunidades Portuguesas e dos Combatentes de Portugal, para aí desfilarem como Antigos Combatentes, que o são.

Pelas 08H00, desse mesmo dia, estes bravos Antigos Combatentes já se encontravam na cidade de Peso da Régua para se ajustarem a tudo aquilo que ficou decidido no programa deste histórico evento.

É importante, aqui assinalar, que centenas de Antigos Combatentes, vindos de todo o País, se apresentaram para esta grandiosa comemoração anual que é da exclusiva responsabilidade do Excelentíssimo Presidente da República Portuguesa, Professor Doutor Marcelo Rebelo de Sousa.

Já o dissemos, no nosso editorial, que uma das muitas camionetas de transporte de passageiros, estava cheia de Antigos Combatentes do Vale do Sousa, que tem como Presidente da Delegação, o senhor António Oliveira. Parabéns por participarem ativamente neste encontro de memória e também desfilarem perante milhares de pessoas (civis e militares).

Continuamos a criticar, negativamente, os principais responsáveis deste evento, visto que as Associações de Antigos Combatentes de Portugal, mais uma vez, foram esquecidas nos elogios que só deram à Liga dos Combatentes, e muito bem. Para quando a igualdade de tratamentos, caros Governantes de Portugal? Aqui está um senão desta democracia que ainda impera nestes acontecimentos.



## LISBOA

### COMEMORAÇÕES DO DIA DO COMBATENTE 2023

#### MEMORIAL AOS COIMBATENTES DE PORTUGAL

##### FORTE DO BOM SUCESSO – BELÉM – LISBOA

No dia 10 de Junho, de 2023, alguns elementos da Direção Nacional bem como muitos Dirigentes Locais, funcionários, técnicos e associados da A.P.V.G. deslocaram-se, em camionetas e carrinhas, ao Forte do Bom Sucesso – Belém, Lisboa, para participarem nas Comemorações de Homenagem Nacional aos Combatentes de Portugal. O “Comandante” desta força social estava a cargo do Vice-Presidente desta Instituição, senhor Francisco Carneiro Martins. Este Dirigente Nacional, mesmo depois de ter sido operado à anca, recentemente e andar de canadianas, prontificou-se a responder a este chamamento. Aqui está o propósito de um antigo combatente em assumir, com toda a força e com toda a determinação, de estar sempre presente para tudo e para todos e vencer, como foram e são os audazes Combatentes de Portugal.

Mais uma vez é de louvar o trabalho excecional que a Comissão Executiva destas comemorações desenvolveu antes e depois destas cerimónias. Um muito obrigado a todos os elementos dessa Comissão Executiva que foram formidáveis para o engrandecimento de todos aqueles, de ontem e de hoje, serviram as Forças Armada Portuguesas e muitos deles morreram ao serviço da pátria, Portugal.

Este tipo de homenagens e estas atitudes merecem que devemos continuar a mostrar à sociedade que fomos e continuaremos a ser importantes para a emancipação dos destinos de Portugal. A sociedade: civil, política e religiosa, do nosso país, sabem e compreendem tudo isto.





## PORTO ANIVERSÁRIO DA NOSSA DELEGAÇÃO DO PORTO

No passado dia 25 de Maio, de dois mil e vinte e três, os elementos da nossa Delegação da A.P.V.G. do Porto, entenderam, com o devido e prévio conhecimento à Direção Nacional, fazer o seu 21º aniversário para marcar esse evento para memória futura.

Por hábito, cada Delegação da A.P.V.G. deveria de comemorar o seu dia. Será sempre um dia muito especial e será também o maior das suas atividades locais. Como sabem é preciso e é obrigado fazer convites às autoridades sociais desse espaço de intervenção, aos dirigentes de outras associações de Antigos Combatentes e aos associados e seus familiares desse território. Para tudo isto é preciso ser organizado e ter o devido tempo. As coisas feitas, em cima do joelho, não resultam.

Uma nota desta Direção Nacional é preciso entender que “sem ovos não se fazem omeletes”. As Direções Locais da A.P.V.G. têm que trabalhar para criar o seu poderio económico/financeiro. Não podem estar à espera de valores mercantilistas que são fornecidos pela sua Direção Nacional. Esta não tem capacidade económica/financeira para “tapar” todos os buracos desta imensa Associação. Com tempo e bem pensado tudo se pode realizar, sem sobressaltos.

Concluindo esta nossa reportagem podemos dizer que esse encontro de memória correu dentro daquilo que estava pensado. Houve o devido repasto com o inesquecível bolo de aniversário. Para o próximo ano possivelmente este momento de que marca a história desta Associação, seja diferente e para melhor.



## ERMESINDE ANIVERSÁRIO DA NOSSA DELEGAÇÃO DE ERMESINDE

No dia 29 de Julho, de dois mil e vinte e três, em Ermesinde, a nossa Delegação de A.P.V.G., de Ermesinde, vai comemorar o seu 19º Aniversário, que como todos sabem o faz todos os anos.

Para este aniversário foram convidados as autoridades sociais de Valongo e em particular a Câmara Municipal, a Assembleia Municipal e a Junta de Freguesia de Ermesinde.

O evento tem o seguinte programa: a) um Porto de Honra na nossa sede concelhia de Ermesinde; b) concentração junto ao Monumento em memória aos Antigos Combatentes falecidos do concelho de Valongo e c) Almoço – Convívio no Restaurante

Quem se interessar por este convívio este está aberto a todos os associados e seus familiares. Este convívio tem um preço e se quer conviver só precisa de telefonar para os nossos Dirigentes locais, na pessoa do seu Presidente, senhor José Manuel portador do telemóvel nº 969 189 138.

## CARTA SOCIAL REDE DE SERVIÇOS E EQUIPAMENTOS SOCIAIS

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

A ausência de informação detalhada e abrangente sobre o universo dos equipamentos sociais existentes em Portugal levou à elaboração de um estudo de localização dos equipamentos e serviços sociais em 1998, estudo esse que viria a dar origem à carta social. Assim, a carta social consubstancia-se num estudo de análise da dinâmica da rede de serviços e equipamentos sociais que pretende dar a conhecer as respostas sociais, no âmbito da ação social, tuteladas pelo Ministério do Trabalho, Solidariedade e Segurança Social, em funcionamento no Continente, a sua caracterização, localização territorial, equipamentos e entidades de suporte. Por outras palavras, consiste num instrumento multiusos de extrema flexibilidade nos domínios da informação, caracterização e análise, fundamental para o processo de conceção e adequação das políticas sociais, no apoio ao planeamento territorial e cooperação institucional e na preparação da tomada de decisão, afirmando-se também como meio essencial na linha de informação ao cidadão. Deste modo a rede de serviços e equipamentos sociais consiste numa rede de entidades, fundamentais na promoção e desenvolvimento da proteção social que se funde na oferta de um conjunto alargado de respostas sociais, direcionadas particularmente aos grupos mais vulneráveis, tendo ainda um papel determinante no combate das situações de pobreza, assim como de promoção da inclusão social e da conciliação entre a atividade profissional e a vida pessoal e familiar.

Concebida, construída e atualizada a carta social pretende ser simultaneamente um instrumento multiusos de extrema flexibilidade nos domínios da informação social, de suporte no apoio à tomada de decisão aos diversos níveis, de apoio à cooperação institucional e, em particular, de informação ao cidadão,

integrando respostas sociais das redes pública, solidária e privada. Por sua vez, as

respostas sociais são o conjunto de atividades e serviços desenvolvidos em equipamentos ou a partir destes, vocacionados para o apoio de pessoas ou famílias. Destinam-se a todos os indivíduos numa perspetiva de adequação às diferentes necessidades sociais, contudo, existem serviços e equipamentos específicos dirigidos a grupos alvo específico, sendo eles crianças e jovens, pessoas com deficiência ou incapacidade, pessoas idosas e pessoas com outra problemáticas sejam familiares ou individuais.

A carta social permite assim, informações relevantes, por município, encontrando-se ao alcance de todos para melhor conhecimento dos recursos existentes mediante as várias necessidades presentes na sociedade.



## PSICOLOGIA

### SITUAÇÕES TRAUMÁTICAS: O QUE SÃO E COMO SE MANIFESTAM?

**Autora** – Dr<sup>a</sup> Rita Melo Peixoto - Psicóloga  
na Associação Portuguesa dos Veteranos de Guerra



#### **Situações Traumáticas: O que são e como se manifestam?**

Ao longo da nossa vida, temos de lidar com várias situações que nos provocam stress e algum sofrimento. No entanto, considera-se uma situação traumática quando correspondem a experiências com um nível de stress elevado, que ameaçam de forma significativa a segurança e o bem-estar físico ou psicológico.

A experiência traumática ou não, é algo subjetivo e pessoal, uma vez que, podemos ter experiências semelhantes às de outras pessoas, mas vivê-las e sermos afetados por elas de forma muito diferente. Os eventos traumáticos incluem situações ou acontecimentos que nos fazem sentir em choque, assustados/as, ameaçados/as, humilhados/as, rejeitados/as, abandonados/as, invalidados/as, inseguros/as, horrorizados/as, não apoiados/as, presos/as ou limitados/as, envergonhados/as, sem poder ou controlo. Alguns exemplos de situações traumáticas incluem atos de violência, ataques terroristas, acidentes, violações sexuais, atos criminosos, desastres e catástrofes (incêndios, inundações, sismos, furacões), morte violenta de um familiar/ amigo, doença grave/internamento hospitalar, parto com complicações, guerra e conflitos armados.

Esta experiência traumática pode ser vivida de forma direta ou indireta, quando somos testemunhas de uma situação traumática ou quando somos expostos a imagens e relatos repetidos de situações traumáticas (ex. notícias sobre a guerra ou ato terrorista).

Experienciar situações traumáticas é algo que pode acontecer a pessoas de qualquer idade e em qualquer momento da nossa vida.

Nos dias e semanas que se seguem à situação traumática é natural que as pessoas manifestem um conjunto de emoções e sentimentos, pensamentos e comportamentos, que incluem:

- **Sentimentos de culpa:** Podemos sentir-nos culpados/as pelo que aconteceu na situação traumática, mesmo quando não tivemos culpa alguma. Podemos

sentir-nos culpados por não termos sido nós a morrer, a viver a experiência ou por não termos ajudado alguém. Pode ser uma forma da nossa mente tentar fazer sentido do que aconteceu, procurando evitar sentimentos esmagadores de raiva, dor ou traição (ainda que seja difícil lidar com sentimentos de culpa, pode ser uma forma de a nossa mente nos proteger de outros sentimentos ainda mais difíceis). Podemos sentir-nos confusos ou sobrecarregados se alguém nos disser que a culpa não é nossa, mas também pode ser um alívio ouvi-lo.

- **Vergonha:** Podemos sentir vergonha por não sermos capazes de controlar as nossas emoções, medos e reações comportamentais.

- **Ansiedade e hipervigilância (estado de alerta):** Podemos sentir-nos constantemente ansiosos e incapazes de relaxar. Olhamos à nossa volta procurando por ameaças ou perigo. Podemos sentir-nos num estado de alerta constante, mesmo em situações que não representem perigo real.

- **Tristeza, desesperança, insegurança, vulnerabilidade:** Podemos sentir-nos emocional e fisicamente esgotados, completamente esmagados/as pelos nossos sentimentos e com receio de perdermos o controlo. Podemos não estar capazes de sentir felicidade, satisfação ou estima por si próprio ou por outras pessoas.

- **Raiva:** Podemos sentir-nos muito irritados e zangados – conosco próprios/as, com o governo, com pessoas a quem atribuímos responsabilidade, com o Deus em que acreditamos. Podemos perguntar-nos “porque é que isto aconteceu?”, “porque não evitaram que isto acontecesse?”, “qual é o sentido disto?”.

- **Flashbacks:** Podemos reviver partes da situação traumática ou sentirmo-nos como se ela estivesse a acontecer “aqui e agora”. Os flashbacks podem acontecer quer nos lembremos de detalhes específicos da situação traumática ou não.

- **Dificuldades em dormir:** Podemos ter dificuldade em adormecer ou em mantermo-nos a dormir; sentirmo-nos

inseguros à noite ou com medo de termos pesadelos.

- **Baixa auto-estima:** As situações traumáticas podem afectar a forma como nos percebemos e o valor que atribuímos a nós próprios/as.

- **Isolamento:** Podemos evitar estar com outras pessoas, ter dificuldade em confiar nos outros e em manter relações de amizade.

- **Consumo problemático de álcool e drogas:** Consumir álcool e drogas pode constituir uma tentativa de lidar com emoções e memórias difíceis (embora só vá aumentar os nossos problemas).

A atual guerra na Ucrânia tem feito ecoar nas memórias dos Veteranos de Guerra, o contexto de guerra ao qual foram expostos. Mesmo à distância, estamos a assistir a algo violento, que tem impacto no nosso bem-estar emocional e psicológico.

Se sente que é difícil para si lidar com estas e outras questões, procure ajuda especializada.

## UM DIA COM VIDA 2º CAPITULO

Regressado ao continente cresci muito perto de uma carreira de tiro Militar de armas pesadas, pelo que nos anos sessenta era uma alegria para a rapaziada ver passar os canhões e os soldados para os treinos na Serra da “Cuca ma Cuca” .

A marcha em formatura era um atração única e levava-nos a procurar emita-los, tentávamos fazer as marchas com os passos mas (pês e as mãos) a não acompanhar o ritmo imposto por um graduado que de fato provocava um ritmo certinho.

E ali estava o princípio da formação do espírito de defesa da nossa Nação.

Continuei a crescer e a repetir os movimentos daqueles soldados que um dia iria ser eu a ocupar e a transmitir aos outros jovens.

Apôs alguns dias de tiroteio (treino) os soldados e os canhões voltavam a regressar aos quartéis, era também um festim para a rapaziada, nomeadamente para as moçoilas com idade de pretender namorar tendo os seus olhares muitas das vezes provocado uns troca passos na marcha daqueles militares mas que impressionantemente recuperavam de imediato,

### Onde posso pedir ajuda?

- **Departamento de Psicologia e Psiquiatria da Associação Portuguesa de Veteranos de Guerra (APVG)**

- **Linha SOS Voz Amiga - Linha de apoio emocional e prevenção ao suicídio** – 213 544 545 | 912 802 669 | 963 524 660 (15h30 às 00h30)

- **Conversa Amiga** – 925 512 884 | 925 512 887 | 808 237 327 | 210 027 159 (15h às 22h)

- **Telefone da Amizade** – 228 323 535 | 222 080 707 (16h às 23h)

- **APAV – Associação Portuguesa de Apoio à Vítima** – 116 006 (09h às 21h, dias úteis)

- **Aconselhamento Psicológico Linha SNS24:**  
808 24 24 24

o que se tornava impressionante na apreciação que nos era aprazível.

Mais tarde percebi que até é fácil manter aquele ritmo.

Os rapazes após os “tiroteios”, la iam todos procurar no meio do mato, as capsulas esquecidas para transformarmos em apitos ou outras utilidades.

Outros elementos abandonados por aqueles militares eram tratados com trofeus e serviam de amuletos ou de materiais de troca.

Era a liberdade a funcionar protegida pelas forças militares.

Um dia surgiu o edital a “convidar me “ para a inspeção militar.

Continua ...



José Martins

## POESIA PURA E OUTRAS OBRAS LITERÁRIAS

A Revista/Jornal, é um espaço lúdico para todos os seus associados e familiares que queiram desenvolver escritos direcionados para a poesia pura e para outro tipo de obras literárias, assuntos relacionados com o tempo da Guerra Colonial.

Para reforçar este nosso ponto de vista o Ministério da Defesa Nacional entendeu criar um prémio literário para os Antigos Combatentes com base nas suas memórias militares mais relevantes

para a compreensão e edificação da nossa história e memória coletiva.

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

Um nosso associado, que por sinal, é o Presidente da nossa Delegação do Porto, vai iniciar os seus escritos direcionados para os seus testemunhos da sua participação na Guerra Colonial.

### O QUE É UM NETO ?

Um Neto é Vida.

Um Neto é Oxigénio.

Um Neto é Força.

Um Neto é Amor.

Um Neto é Leve.

Um Neto é um pedaço de Coração.

Um Neto dá uma razão a mais para sonhar, amar e viver !

Que Deus guarde e proteja os meus Netos!

### RESTAURANTE...CHEIO !!!

FUI COM UMA AMIGA JANTAR A UM RESTAURANTE EM BARCELOS. QUANDO ENTRAMOS REPAREI QUE ESTAVA COMPLETAMENTE CHEIO, NÃO HAVIA LUGAR PARA NÓS. REPAREI QUE A MAIORIA DAS MESAS ESTAVAM OCUPADAS, POR CASAIS. PEGUEI NO TELEMÓVEL E FIZ UMA CHAMADA EM ALTA VOZ.

\_\_AMIGA, CHEGUEI AGORA AQUI AO RESTAURANTE E ESTOU A VER O TEU MARIDO COM OUTRA MULHER. SE FOSSE A TI VINHA VER ... CINCO SENHORES SAÍRAM A CORRER ... DOIS DESMAIARAM !

RESUMINDO :

\_\_ FICARAM LOGO SETE MESAS LIVRES.



Vice-presidente  
da Direção Nacional APVG  
Francisco Carneiro Martins

### FARRAPOS DA VIDA

Passo noites em claro a te recordar em vão!  
Estrelas, desçam cá baixo para esta ocasião  
Para ajudarem a ler este enorme livro que tenho na mão  
Porque a "bela" fruta já a tivemos na mão.  
A água do rio grande vai regar o cipreste,  
Espera que a chuva não te molhe e o sol não seja agreste.  
Não quero lembrar que o meu amor já tem dono  
É isso que me come e também me leva o sono.  
Já não sei o que fazer porque deixar-te não pode ser  
Escrever mais cartas, não, porque já não as consigo ler.  
Anda, anda, vamos tapar a boca ao mundo por esta ação!  
O nosso amor era verdadeiro e teve muito pouca duração,  
Esquece, não te ponhas a chorar, eu ainda serei teu.



Presidente  
da Direção Nacional APVG  
Augusto Freitas

# Parcerias / Protocolos



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

[www.plasrio.com](http://www.plasrio.com)



PME líder'20

Recicle sempre





**FRUTAS DO CAVADO**

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](mailto:geral@frutasdocavado.com) · [www.frutasdocavado.com](http://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](mailto:geral@motaferreira.com) [producao@motaferreira.com](mailto:producao@motaferreira.com) [www.motaferreira.com](http://www.motaferreira.com)



## 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 O  
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

José Alves Martins  
Rua de Miragaia - 83/84 - Miragaia  
4050-386 Porto  
Contactos: 919 356 119 / 929 164 506

### Delegação APVG - Trás-os-Montes

António Esteves  
Rua Dr. Morais Sarmiento 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 Rita Peixoto,  
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 - Apoio aos Associados  
2.ª 4.ª e 6.ª Feiras (10H00 - 12H00)  
Dr. Tiago Máximo - Apoio ao Diretivo

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

### Medicina - Geral

(Dr. Morgado)

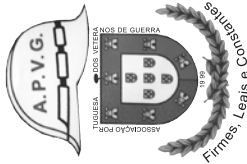
### Psicologia

(Dr. José Oliveira)  
(Dr.ª Rita Peixoto)

**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.

- |   |  |
|---|--|
| <input type="checkbox"/> AUSENTE<br>ABSENT          | <input type="checkbox"/> DESCONHECIDO<br>UNKNOWN                     |
| <input type="checkbox"/> FALCIDO<br>DECEASED        | <input type="checkbox"/> MUDOU-SE<br>MOVED                           |
| <input type="checkbox"/> ENCERRADO<br>CLOSED        | <input type="checkbox"/> ENDEREÇO INSUFICIENTE<br>INCOMPLETE ADDRESS |
| <input type="checkbox"/> NÃO RECLAMADO<br>UNCLAIMED | <input type="checkbox"/> RECUSADO<br>REFUSED                         |

Publicações  
Periódicas

Autorizado a circular  
em invólucro fechado  
de plástico ou papel.



Taxa Paga  
Portugal  
Braga (Avenida)

Autorização nº DE 0673 2003 PME

# Loja APVG

## 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:



Autorização n.º

Entidade 1 0 2 3 6 0

Eu, \_\_\_\_\_

Socio n.º: \_\_\_\_\_

Ano \_\_\_\_\_

Mês \_\_\_\_\_

Data \_\_\_\_\_

Assinatura (s)

IGUAL A ISEN A ESTA FICHA DO BANCO

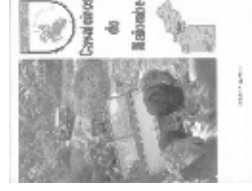
## PUBLICAÇÕES



**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