REDUZIR A BUROCRACIA | PORTUGAL

Deixem-nos Respirar.
Let us Breathe.
Lasst uns atmen!

PÁGINA | *PAGE* | SEITE **34**

PROJECTO 270 | COSTA DA CAPARICA

Agricultura Biológica.
Organic Agriculture.
Biologische Landwirtschaft.

PÁGINA | *PAGE* | SEITE **52**

eco123

Ecologia e Economia
Ecology & Economics
Ökologie & Wirtschaft

Nº 002 | Trimestral | 21/06/2013 | 5€

Director **Uwe Heitkamp** | Director Adjunto **João Gonçalves**

Global Alliance for Banking on Values

Money makes the world go round?

O dinheiro faz girar o mundo?

PÁGINA | *PAGE* | SEITE **12**

EXCLUSIVO | *EXCLUSIVE* | EXKLUSIV

Evite as Notícias.
Avoid News.
Vergessen Sie die News!

POR | *BY* | VON **ROLF DOBELLI**

PÁGINA | *PAGE* | SEITE **39**

5 607727 108061 00002

PUB

AZEITE | *OLIVE OIL* | OLIVENÖL

RISCA GRANDE
Agricultura Biológica - Organic Family Estate

Biológico com Convicção
Organic with Heart and Soul
Konsequent Biologisch

PRÉMIOS | *AWARDS* | AUSZEICHUNGEN:

- "Flos Olei Marco Oreggia" 2011-2013
  The best extra virgin olive oil from organic farming
- "Premio Biol" 2008-2013
  Biol Portogallo
- "Olive Oil Award" BioFach 2008-2010 & 2012-2013
  Top Ten

demeter

RISCA GRANDE Lda.
Monte Novo da Fonte Corcho
PT - 7830-909 Serpa

Tel.: +351 284 544 654
info@riscagrande.com
www.riscagrande.com

UWE HEITKAMP
Editor & Director

A força das palavras.

Muito obrigado por ler a ECO123. Sabemos que escrever bem ou criticar já não chegam por si só. Quem tem algo a dizer hoje para o dia de amanhã, tem que oferecer mais. Precisamos de melhorias, alternativas e soluções que, especialmente nos períodos mais difíceis, no mau tempo, resistam a uma tempestade e simplesmente não sejam levadas. Constatar isso diz-nos particular respeito a nós, jornalistas. Precisamos estar cientes do efeito de cada palavra que colocamos no papel.

Portugal não é o único país em crise profunda. Vezes sem conta, esta é associada a dívidas, aumento dos impostos e cortes nos apoios sociais. Mas essa é apenas uma metade da verdade. Porque na realidade, não temos apenas falta de dinheiro. O que falta é um conceito de futuro ecologicamente sustentável para um sistema decadente, na bancarrota. Um sector bancário que só conhece a ganância e o lucro, vai acabar por deteriorar-se. Burocracia inútil, que não produz mais nada senão leis e regras sem sentido, bloqueia toda a eficiência de uma economia. Uma agricultura que opera de modo industrial não pode ter como finalidade a saúde das pessoas...

> **“ Todos nós precisamos de falar sobre ética, sobre transparência, sobre o sentido mais profundo das transacções financeiras.**

Como em Portugal o tema central é sempre mais dinheiro, e a maioria dos jornalistas limita-se a produzir notícias sem utilidade, a maior parte das discussões termina num beco sem saída. Todos nós precisamos de falar sobre ética, sobre transparência, sobre o sentido mais profundo das transacções financeiras. Precisamos também de pensar juntos sobre como é importante reduzir e reformar a burocracia para benefício da sociedade. Além disso, Portugal precisa de uma agricultura onde a criação massiva de animais e as monoculturas sejam proibidas, assim como garantidos o respeito e a dignidade dos animais e da natureza.

A ECO123 abre espaço para o jornalismo sustentável. Falamos de pessoas, analisamos factos e pensamos nas coisas até ao fim. Nas próximas páginas poderá ler quais os caminhos para sair da crise que nos trazem confiança, prosperidade e valores sustentáveis.

The Power of Words.

Thank you very much for reading ECO123. We are well aware that good writing and the exercise of one's critical powers are no longer enough on their own. People who are prepared to put their hands up today for the sake of tomorrow have to offer more. We need improvements, alternatives and solutions that, especially in bad times, in stormy weather, stand firm and are not simply blown away. Here, I'm talking expressly about us journalists. We must be aware of the effect of our words, with every one that we put on paper.

It is not only Portugal that is stuck deep in a crisis. This is continually mentioned in the same breath as debt, tax rises and social cut-backs. But that is only half the truth. Because the reality is that it is much more than money that we are short of. We are also lacking an ecologically sustainable concept of the future for a system that is worn out and bankrupt. A banking system which knows nothing but greed and profit will find that it is these very things that cause its demise. A useless bureaucracy, which produces nothing but senseless laws and regulations, gets in the way of any efficiency in the economy. Agriculture run on industrial lines cannot have people's health at its goal …

> ***“ We must all talk about ethics, about transparency, about the deeper sense of financial transactions.***

But because in Portugal it is only ever a matter of more money and most journalists are involved in useless news production, most discussions end up in a cul-de-sac. We must all talk about ethics, about transparency, about the deeper sense of financial transactions. Together, we must also think about ways in which bureaucracy can be reduced in size and reformed for the benefit of the community. And Portugal needs a type of agriculture in which industrial livestock farming and monocultures are forbidden, and respect and dignity for animals and nature are guaranteed.

ECO123 makes time for sustainable journalistic work. We talk to people, check our facts and think things through. On the following pages, you will be able to read about the ways out of the crisis that lead to trust, prosperity and sustainable values.

Die Macht der Worte.

Vielen Dank dafür, dass Sie ECO123 lesen. Wir wissen, dass Schön schreiben oder Kritik üben allein nicht mehr reicht. Wer sich Heute für Morgen zu Wort meldet, muss mehr bieten. Wir brauchen Verbesserungen, Alternativen und Lösungen, die insbesondere in schlechten Zeiten, bei schlechtem Wetter einem Sturm standhalten und nicht einfach fortwehen. Da beziehe ich ausdrücklich uns Journalisten ein. Wir müssen uns bei jedem Wort, das wir zu Papier bringen, der Wirkung unserer Worte bewusst sein.

Nicht nur Portugal steckt in einer tiefen Krise. Immer wieder wird diese in Verbindung mit Schulden, Steuererhöhungen und sozialen Kürzungen gebracht. Das aber ist nur die halbe Wahrheit. Denn in Wirklichkeit fehlt uns nicht nur Geld. Was fehlt ist ein ökologisch nachhaltiges Zukunftskonzept für ein abgewirtschaftetes, bankrottes System. Ein Bankenwesen, das nur Gier und Profit kennt, wird genau daran zugrunde gehen. Eine unnütze Bürokratie, die nichts anderes als unsinnige Gesetze und Regeln produziert, blockiert jedwede Effizienz einer Wirtschaft. Eine Landwirtschaft, die industriell betrieben wird, kann nicht die Gesundheit der Menschen zum Ziel haben…

> **“ Wir alle müssen über Ethik sprechen, über Transparenz, über den tieferen Sinn von Geldgeschäften.**

Weil es aber in Portugal immer nur um mehr Geld geht und den meisten Journalisten um nutzlose Newsproduktion, enden die meisten Diskussionen in der Sackgasse. Wir alle müssen über Ethik sprechen, über Transparenz, über den tieferen Sinn von Geldgeschäften. Wir müssen auch gemeinsam darüber nachdenken, wie Bürokratie sinnvoll verkleinert und zum Nutzen der Gemeinschaft reformiert werden kann. Darüber hinaus braucht Portugal eine Landwirtschaft, in der Massentierhaltung und Monokulturen verboten und Respekt und Würde für Tier und Natur garantiert werden.

ECO123 nimmt sich Zeit für nachhaltige journalistische Arbeit. Wir sprechen mit Menschen, überprüfen Fakten und denken Dinge zu Ende. Welche Wege aus der Krise heraus zu Vertrauen, Wohlstand und nachhaltigen Werten führen, lesen Sie auf den nächsten Seiten.

Conteúdos | Contents | Inhalt

3
EDITORIAL

4
INFORMAÇÃO | *INFORMATION*
INFORMATION

6
PRÉMIO DE JORNALISMO ECO123
ECO123 JOURNALISM PRIZE
JOURNALISTENPREIS ECO123

8
NOTÍCIAS | *NEWS* | NACHRICHTEN

29
PERFIL | *PROFILE* | PROFIL

33
SAÚDE E NUTRIÇÃO
HEALTH & NUTRITION
GESUNDHEIT & ERNÄHRUNG

36
NATUREZA | *NATURE* | NATUR

52
PRODUÇÃO | *PRODUCTION*
PRODUKTION

55
MEDIA | *MEDIA* | MEDIEN

57
CIÊNCIA E TECNOLOGIA
SCIENCE & TECHNOLOGY
WISSENSCHAFT & TECHNIK

61
COMER E BEBER | *FOOD & DRINK*
ESSEN & TRINKEN

64
A ÚLTIMA PALAVRA | *THE LAST WORD*
DAS LETZTE WORT

CAPA | *COVER STORY* | TITELTHEMA

12
Global Alliance for Banking on Values

REPORTAGEM | *REPORT* | REPORT

26
Surfing the Nations

ENTREVISTA | *INTERVIEW* | INTERVIEW

30
Filomena Djassi

34
Karl Heinz Stock

ENSAIO | *ESSAY* | ESSAY

39
Avoid News

Autores | Authors | Autoren

António Veiga (56)

Natural de Lisboa. Licenciado em Economia, trabalha actualmente em contabilidade e é membro da direcção da Associação Guineense de Solidariedade Social há mais de 20 anos. Vive em Lisboa.

Born in Lisbon, has a degree in economics. Currently works in accountancy; member of the management of the Guinean Association for Social Solidarity for more than 20 years. Lives in Lisbon.

Geboren in Lissabon, studierter Ökonom. Arbeitet als Steuerberater und ist seit mehr als 20 Jahren Mitglied des Vorstandes der Vereinigung der Auslandsresidenten Guinea-Bissaus. Lebt in Lissabon.

Hugo Filipe Lopes (36)

Licenciatura em Sociologia, Pós-Graduação em Nutrição Clínica pela Faculdade Egas Moniz. Colaborador de várias publicações online, formador e terapeuta alimentar. Menções honrosas nos concursos da Casa da Imprensa e Lisboa à Letra.

Has a degree in sociology and a post-graduate qualification in clinical nutrition from the Egas Moniz Faculty. Collaborates with a number of online publications, a trainer and nutritional therapist. Honourable mentions in the Casa da Imprensa and Lisboa à Letra competitions.

Soziologe, Abschluss in Klinischer Ernährung der Fakultät Ega-Moniz der Uni Lissabon. Mitarbeiter in verschiedenen Online-Publikationen, Ausbilder und Ernährungstherapeut. Auszeichnungen in Wettbewerben des „Casa da Imprensa" und „Lisboa à Letra".

Lenz Goergen--Heitkamp (22)

Estuda Energias Renováveis, frequentando o 4º Semestre da Universidade de Estugarda. Nasceu em Portugal, onde completou a escola primária, mudou-se para a Alemanha e aí completou o ensino secundário. Interessa-se por soluções sustentáveis e de sucesso para produzir e poupar energia.

Student at the University of Stuttgart, 4th Semester, studying Renewable Energies. Born in Portugal, where he completed his primary schooling, he moved to Germany and completed his secondary education there. Interested in successful and sustainable solutions for producing and saving energy

Student an der Universität Stuttgart, 4. Semester, Studiengang Erneuerbare Energien. Geboren in Portugal, wo er die Grundschule absolvierte, wechselte nach Deutschland, machte dort sein Abitur. Interessiert sich für erfolgreiche und nachhaltige Lösungen bei der Energiegewinnung und -einsparung

Rolf Dobelli (47)

Licenciou-se em Ciências Empresariais pela Univ. de St. Gallen, foi CEO de diversas empresas e fundou com amigos a empresa getAbstract. Rolf Dobelli é fundador e administrador de ZÜRICH.MINDS, uma comunidade de personalidades mundialmente conhecidas da ciência, da cultura e da economia.

Qualified in Business Sciences at the Univ. of St. Gallen, was CEO of different companies and, with friends, founded the company getAbstract. Rolf Dobelli is the founder and chairman of ZÜRICH.MINDS, a community of well-known figures from the worlds of science, culture and economics.

Studierte Betriebswirtschaft an der Uni St. Gallen (HSG) und promovierte an der gleichen Universität. Er gründete zusammen mit Freunden die Firma getAbstract. Er ist Gründer und Kurator von ZURICH.MINDS, einer Community von führenden Persönlichkeiten aus Wissenschaft, Kultur und Wirtschaft.

PUB

Cupão de Assinaturas
Subscription Coupon | Abo-Coupon

eco123

Apartado 177, Sítio do Esgravatadouro
8551-909 Monchique, Portugal

Edição impressa (anual)
Printed edition (yearly)
Gedruckte Ausgabe (jährlich)

Portugal **18€** U.E. | *E.U.* **25€**

Edição impressa e digital, site, ECO TV (anual)
Printed and digital edition, site, ECO TV (yearly)
Gedruckte und digitale Ausgabe, site, ECO TV (jährlich) **60€**

Nome *Name*

Data de Nascimento *Date of Birth* | Geburtsdatum / /

Morada *Address* | Adresse

Código Postal *Postal Code* | PLZ

Cidade *City* | Ort

País *Country* | Land

Telefone *Phone* | Telefon

Telemóvel *Mobile* | Handy

Email

Pagamento (transferência bancária) *Payment (bank transfer)* | Zahlung (Überweisung)
Banco Montepio Geral, Faro
NIB: 0036 0032 9910039427 2 36
IBAN: PT50 0036 0032 99100394272 36
BIC: MPIOPTPL

Mais informações *More information* | Weitere Informationen
Tlm | **Mbl:** 918 818 108 • 964 833 813
Email: info@eco123.info

Data / / *Date* | Datum

Assinatura *Signature* | Unterschrift

eco123 **Assinaturas Subscription Abo**

Semear e colher

Ao assinar a ECO123, receberá uma embalagem de sementes diversas para plantar as suas próprias árvores.

Sowing & harvesting

When you subscribe to ECO123, you will receive a packet of assorted seeds so you can plant your own trees.

Säen und ernten

Abonnieren Sie ECO123 und Sie erhalten ein Päckchen mit Samen, damit Sie Ihre eigenen Bäume pflanzen können.

Após uma primeira edição extremamente bem sucedida, o **Prémio de Jornalismo ECO123** pretende renovar-se enquanto iniciativa.

Tendo como objectivo inicial a descoberta de novos valores na área jornalística e a promoção do seu trabalho, o **Prémio de Jornalismo ECO123** pretende agora tornar-se também um agente potenciador da economia local e da promoção do concelho de Monchique, sede da Editora ECO123 - Publicações e Produção de Filmes, Lda.

A edição de 2013 do prémio pretende, deste modo, assegurar a criação de dois projectos de "residência artística" aos vencedores nas duas categorias (Escrita e Filme) durante o prazo de um ano. Esses projectos produzirão conteúdos que promovam o concelho de Monchique através de perspectivas originais sobre a sua realidade, os seus habitantes, a sua economia e a sua natureza. Os vencedores do **Prémio de Jornalismo ECO123** tornar-se-ão, deste modo, cronistas da história de Monchique durante um ano.

Através deste projecto, com prémios num valor total de 25.000€, a **ECO123** pretende reforçar a sua ligação ao concelho de Monchique e utilizar os seus recursos na promoção deste aos níveis nacional e internacional. Em ambas as categorias, serão também atribuídos segundo e terceiro prémios.

CATEGORIAS
- » Escrita (Reportagem, Entrevista)
- » Filme (Documentário, Entrevista, Reportagem)

PARTICIPANTES
- » Jornalistas em regime "freelance"
- » Realizadores em regime "freelance"
- » Criativos talentosos

ENTREGA DOS PROJECTOS
Os trabalhos finalizados deverão ser enviados, em formato físico, até 31 de Outubro de 2013, Quinta-Feira, para:

Prémio de Jornalismo ECO123 2013,
Editora ECO123 - Publicações
e Produção de Filmes, Lda.
Apartado 177
8551-909 Monchique

Podem igualmente ser facultados em formato digital pelo endereço de correio electrónico **info@eco123.info**

Pode consultar o regulamento completo em **www.eco123.info**

Following on from the extremely successful first staging of the prize, the ***ECO123 Journalism Prize*** *initiative will be held once again.*

The initial objective was to discover talented new journalists and promote their work; the ***ECO123 Journalism Prize*** *now aims to contribute to stimulating the local economy as well, and promoting the municipality of Monchique, where the publisher ECO123 - Publicações e Produção de Filmes, Lda. is based.*

And so, the 2013 staging of the prize aims to create two "artistic residence" projects for the winners in the two categories (writing and film) lasting one year. These projects will produce content to promote the municipality of Monchique through original perspectives on life there, its residents, its economy and its natural surroundings. The winners of the ***ECO123 Journalism Prize*** *will thus become chroniclers of the history of Monchique for one year.*

Through this project, with prizes worth a total of 25,000€, ***ECO123*** *aims to reinforce its links with the municipality of Monchique and use its resources to promote the area both nationally and internationally. Second and third prizes will also be awarded in both categories.*

CATEGORIES
- » *Written (Report, Interview)*
- » *Film (Documentary, Interview, Report)*

PARTICIPANTS
- » *Freelance journalists*
- » *Freelance directors*
- » *Talented creators*

SUBMISSION OF PROJECTS
The completed projects should be sent, in physical format, by Thursday, 31st October 2013 to:

Prémio de Jornalismo ECO123 2013,
Editora ECO123 - Publicações
e Produção de Filmes, Lda.
Apartado 177
8551-909 Monchique - Portugal

They can also be submitted in digital format using the following e-mail address: ***info@eco123.info***

You can consult the full regulations at ***www.eco123.info***

Nach einer sehr erfolgreichen ersten Edition wird der **Journalistenpreis ECO123** auch in diesem Jahr wieder ausgeschrieben und vergeben. Erklärtes Ziel ist es, neue Werte im Journalismus zu etablieren. Der Verlag ECO123 - Publicações e Produção de Filmes, Lda. hat sich darüber hinaus vorgenommen, die lokale Wirtschaftskraft des Landkreises Monchique in Portugal zu fördern.

In 2013 wird der Journalistenpreis in den beiden Kategorien geschriebene Reportage/Interview und Digitaler Kurzfilm vergeben. Die beiden Gewinner/innen werden eingeladen, ein Jahr in Monchique das Leben in der Bergwelt der Algarve, die Arbeitswelt der Menschen, das soziale und kulturelle Miteinander und die Natur sowie den wirtschaftlichen Alltag als Dorfchronisten zu begleiten, um so ein Dokument der Zeitgeschichte zu erstellen. Wohnung, Werkstatt, Arbeitsmittel, Kost, Logis werden gestellt, ein monatliches Entgelt garantiert. Auf diese Weise wird ein zeitgeschichtliches Dokument des Zeitraums vom 1. April bis 31. März eines jeden Jahres entstehen.

Mit dem Journalistenpreis und der Dotierung im Wert von rund € 25.000 beabsichtigt die Zeitschrift **ECO123** ihre Verbundenheit zum Landkreis Monchique zu dokumentieren und die ökologischen und ökonomischen Ressourcen sowohl in Portugal als auch international bekannter zu machen. Neben den beiden Hauptpreisen wird es einen zweiten und dritten Preis in jeder Disziplin geben.

DIE KATEGORIEN
- » Geschriebenes Werk (Reportage, Interview)
- » Kurzfilm (Dokumentarfilm, Interview, Reportage)

DER/DIE TEILNEHMER/INNEN
- » freiberufliche Journalisten
- » freiberufliche Filmemacher
- » Kreative Talente

EINREICHEN DER WERKE/ARBEITEN
Die fertigen Arbeiten müssen bis zum Donnerstag, dem 31. Oktober 2013 (Es gilt der Poststempel) per Einschreiben abgeschickt werden, an:

Prémio de Jornalismo ECO123 2013,
Editora ECO123 - Publicações e
Produção de Filmes, Lda.
Apartado 177
8551-909 Monchique - Portugal

Die Arbeiten können alternativ im digitalen Format per E-Mail an folgende Adresse abgeschickt werden: **info@eco123.info**. Nur eine schriftliche E-Mail- Quittierung durch den Verlag bestätigt die Annahme der Arbeit.

Sie können Sie bitte die vollständige Vorschriften in **www.eco123.info**

eco123

PRÉMIO DE JORNALISMO 2013

Encontrar caminhos num beco sem saída

**Viver, trabalhar e produzir na minha povoação,
em harmonia com a minha família,
os meus vizinhos e a natureza.**

JOURNALISM PRIZE 2013

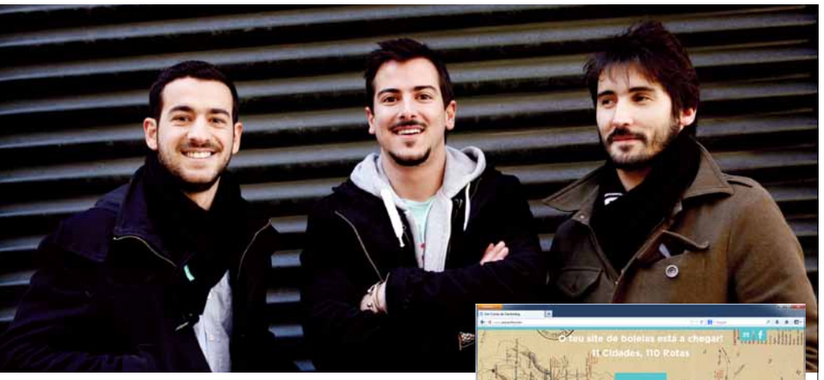
Finding ways out of a cul-de-sac

***Living, working and producing in my town,
in harmony with my family, my neighbours
and with the natural world.***

JOURNALISTENPREIS 2013

Wege aus der globalen Sackgasse

**Leben, Arbeiten und Wirtschaften im Dorf in Harmonie
mit meiner Familie, meinen Nachbarn
und im Einklang mit der Natur.**



PORTUGAL | Hugo Filipe Lopes

À boleia da internet

UmCoche é um projecto dedicado a boleias de automóvel entre e em onze cidades portuguesas - Vila Real, Braga, Porto, Covilhã, Aveiro, Viseu, Coimbra, Leiria, Lisboa, Évora e Faro. Há alguns meses a ideia ainda estava numa fase embrionária. A sua concretização dependia da angariação de 1.500 euros através de crowdfunding, o que se verificou. Agora tudo está a acontecer. Em Junho foi lançado o site em versão beta, com 110 rotas definidas. Nesse momento, os utilizadores do grupo de boleias no facebook (com mais de 7.000 membros) tiveram prioridade de experimentação. Agora está disponível para todos os que pretenderem participar. Aderir a esta iniciativa não só ajuda os envolvidos a poupar dinheiro, como também serve de experiência e convívio e reduz a pegada ambiental. João, David, Francisco e Bernardo, os criadores do projecto, calculam já terem assegurado pelo menos 24.000 boleias, sem ter sido preciso sequer erguer um polegar.

Getting a lift from the internet

UmCoche is a project devoted to lifts in and between 11 cities in Portugal - Vila Real, Braga, Porto, Covilhã, Aveiro, Viseu, Coimbra, Leiria, Lisbon, Évora and Faro. A few months ago, the idea was still in its infancy. For it to be implemented, 1,500 euros had to be raised through crowdfunding, which is exactly what was done. Now it's all happening. In June, a beta version of the site was launched, with 110 routes defined. At that time, the users of the facebook lifts group (with over 7,000 members) had priority in trying it out. Now it's available for everyone who wants to take part. Joining this initiative not only helps everyone involved to save money, but it is also an experience, a way of meeting people and reduces your environmental footprint. João, David, Francisco and Bernardo, the founders of the project, estimate that they have already arranged more than 24,000 lifts, without even having to stick out a thumb.

Trampen per Internet

UmCoche ist die portugiesische Mitfahrzentrale, die Autofahrten in und zwischen elf portugiesischen Städten vermittelt: Vila Real, Braga, Porto, Covilhã, Aveiro, Viseu, Coimbra, Leiria, Lissabon, Évora und Faro. Vor einigen Monaten war die Idee noch im Embrionalstadium. Ihre Verwirklichung hing davon ab, ob das Crowdfunding mit 1.500€ erfolgreich zu Ende geführt werden könne, was dann gelang. Jetzt steht das Projekt. Im Juni wurde die Homepage in der Betaversion veröffentlicht, mit 110 festen Strecken. Zu dem Zeitpunkt hatten die Nutzer der Mitfahrzentrale auf Facebook (mit mehr als 7.000 Mitgliedern) Test-Vorrang. Inzwischen kann jeder dabei sein. Wer bei dieser Initiative mitmacht, hilft nicht nur allen Beteiligten, Geld zu sparen, sondern macht neue Erfahrungen, trifft neue Leute und schont die Umwelt. João, David, Francisco und Bernardo, die Initiatoren des Projektes, schätzen, dass sie schon 24.000 Mitfahrgelegenheiten vermittelt haben, ganz ohne dass auch nur einer den Daumen heben musste.

UmCoche
Tel.: (+351) 914 811 333
Website: www.umcoche.com
Facebook: www.facebook.com/umcoche

PORTO | Hugo Filipe Lopes

Nutrally

O conceito da Nutrally é dar aos doces um maior valor nutricional. Os seus fundadores, Filipa Rocha e Silvino Henriques, materializaram o seu sonho ao angariarem 5.000€ através do sistema de crowdfunding, em conjunto com investimento privado. Desde Janeiro comercializam gomas caracterizadas pela ausência de açúcar, gelatina animal e pela presença de antioxidantes, corantes e vitaminas naturais. São dez os espaços que revendem os seus produtos - em Faro, Braga, Aveiro, Matosinhos, Gaia, Valongo, Funchal, Guimarães, Gondomar e Bragança - mas Filipa e Silvino procuram alargar esse leque, encontrando-se actualmente a negociar com redes de lojas. A curto prazo (até ao final do ano), o objectivo é consolidar a presença no mercado português, e então ponderar a entrada em novos mercados.

“ Doce nutrição.

The idea behind Nutrally is to make sweets that are as nutritious as possible. Its founders, Filipa Rocha and Silvino Henriques, fulfilled their dream when they raised 5,000€ through the crowdfunding system, together with private investment. Since January, they have been selling sweets which contain no sugar or animal gelatine but do contain natural antioxidants, colorants and vitamins. There are ten outlets for their products - in Faro, Braga, Aveiro, Matosinhos, Gaia, Valongo, Funchal, Guimarães, Gondomar and Bragança - but Filipa and Silvino are aiming to increase this number and are currently negotiating with retail chains. In the short term (by the end of the year), the aim is to consolidate their market presence in Portugal, and then consider moving into new markets.

“ Sweet nutrition.

Das Konzept von Nutrally ist es, Süßem mehr Nährwert zu geben. Mit Hilfe des PPL-Crowdfundings, das 5.000 € zusammenbrachte und durch private Investoren haben die Gründer Filipa Rocha und Silvino Henriques ihren Traum verwirklicht. Seit Anfang des Jahres produzieren und vertreiben sie Fruchtgummis, die sich dadurch auszeichnen, dass sie weder Zucker noch tierische Gelatine enthalten, dafür jedoch Antioxidantien, natürliche Farbstoffe und Vitamine. Es gibt bereits zehn Geschäfte, die ihre Produkte verkaufen – in Faro, Braga, Aveiro, Matosinhos, Gaia, Valongo, Funchal, Guimarães, Gondomar und Bragança. Filipa und Silvino planen jedoch ein größeres Merchandising. Gegenwärtig verhandeln sie mit Handelsketten. Bis zum Ende des Jahres wollen sie ihr Angebot auf dem portugiesischen Markt konsolidieren, danach neue Märkte erobern.

“ Süßigkeiten.

Nutrally
Email: info@nutrally.pt
Website: www.nutrally.pt
Facebook: www.facebook.com/nutrally

PORTUGAL | Hugo Filipe Lopes

Agora é fácil matar saudades

Portugal é um país de costumes, muitas vezes saudáveis e belos, mas que parece cada vez mais afastado de si próprio. Abandonando algumas tradições ao reino da memória, é progressivamente ocupado por novos hábitos assentes somente no consumo. Mas eis que uma loja povoada por produtos tradicionais portugueses ainda resiste a esta mudança: A Vida Portuguesa.

Fruto da investigação sobre produtos antigos portugueses da jornalista Catarina Portas, em 2004 surgiu a marca Uma Casa Portuguesa, que apenas comercializava cabazes. Abriu a sua primeira loja em 2007, com o nome A Vida Portuguesa. Tendo actualmente vários pontos de venda pelo país (bem como vendas online), as duas lojas da marca estão situadas em zonas históricas: uma no Porto, situada nos Clérigos, e a outra em Lisboa, no Chiado.

No seu manifesto, a marca afirma orgulhosamente que nasceu da vontade de inventariar produtos portugueses sobreviventes ao tempo, como a pasta medicinal Couto, os lápis Viarco, o café A Brasileira ou os sabonetes Confiança. E qual é a palavra mais portuguesa de todas, ausente de todas as outras línguas, senão a saudade? A Vida Portuguesa proporciona assim um autêntico regresso ao passado com os piões, o salazar, os clássicos ténis Sanjo ou as loiças Bordalo Pinheiro. Tudo o que já fez parte do quotidiano nacional, e por isso também do imaginário português, pode lá ser encontrado. Desde os consumíveis, passando por livros e brinquedos até às loiças. Porque progresso não implica abandonar o passado.

Now it's easy to find those things you miss

Portugal is a country of customs, many of them healthy and nice, but it seems increasingly distant from itself. The country is abandoning a number of traditions to the realms of memory, and it is gradually being occupied by new habits which are based purely on consumption. But there is one shop filled with traditional Portuguese products which is still resisting such change: A Vida Portuguesa.

The result of research into old Portuguese products by the journalist Catarina Portas, in 2004 the brand Uma Casa Portuguesa appeared, but it only sold hampers. They opened their first shop in 2007 named A Vida Portuguesa (literally "The Portuguese Life"). Although there are a number of sales points in different parts of the country (as well as online sales), the brand's two shops are located in historical areas: one in Clérigos in Porto and the other in Chiado in Lisbon.

In its "manifesto", the brand proudly states that it came into being through the desire to stock Portuguese products that have survived over time, such as Couto toothpaste, Viarco pencils, A Brasileira coffee and Confiança soaps. And what is the most Portuguese word of all, not found in any other language, if not "saudade", that especially Portuguese blend of longing and nostalgia? A Vida Portuguesa thus takes people on a genuine journey back in time with spinning tops, the salazar spatula, the classic Sanjo tennis shoes or Bordalo Pinheiro chinaware. Everything that was once part of everyday life in Portugal, and thus forms part of the nation's collective imagination, can be found there. From foodstuffs and beverages, to books and toys and china items. Because progress does not mean abandoning the past.

Wie man die Sehnsucht besiegt...

Portugal ist das Land der Traditionen und Träume. Viele davon sind gesund und schön, doch das Leben scheint sich immer mehr von sich selbst zu entfernen. Die alten Gebräuche werden mehr und mehr ins Reich der Erinnerungen abgeschoben. Neue Moden, die auf Konsum ausgerichtet sind, verdrängen die Traditionen. Doch ein mit traditionellen portugiesischen Produkten bestückter Laden widersteht diesem Wandel: *A Vida Portuguesa*.

Die Marke Uma Casa Portuguesa entstand bereits 2004, als die Journalistin Catarina Portas eine Recherche zu althergebrachten portugiesischen Produkten abgeschloss. Doch diese vermarktete nur komplette Warenkörbe. Der erste Laden mit dem Namen A Vida Portuguesa eröffnete dann 2007. Inzwischen gibt es einige Verkaufsstellen im Land (ebenso ein Onlinegeschäft). Neu sind zwei Geschäfte der Marke, die sich an historischen Orten befinden: eines in Clérigos, Porto und ein anderes in Chiado, Lissabon.

Die Firma verweist stolz darauf, dass sie portugiesische Produkte, die die Zeiten überlebt haben, vertreibt. Dinge wie die Zahncreme Couto, den Bleistift Viarco, den Kaffee A Brasileira oder die Seife Confiança. Und ist nicht Saudade (Sehnsucht, Heimweh, Fernweh, Weltschmerz, Leidenschaft) das portugiesischste aller Wörter, ein Wort, das es in keiner anderen Sprache gibt? Der Laden A Vida Portuguesa bietet seinen Liebhabern ein Tor zur Vergangenheit mit seinen Brummkreiseln, Teigschabern, den klassischen Tennisschuhen Sanjo oder dem Geschirr von Bordalo Pinheiro. Alles, was einmal zum Alltag in Portugal und damit zum Weltbild der Bürger gehörte, ist in diesem Laden zu finden. Von Lebensmitteln über Bücher und Spielsachen bis hin zum Geschirr. Denn Fortschritt bedeutet eben nicht, die Vergangenheit zu beerdigen.

A Vida Portuguesa freut sich, portugiesische Produkte, die alle Epochen überlebt haben, in ihrem Sortiment zu haben, um die Saudade zu besiegen, die für alle Portugiesen so wichtig ist.

A Vida Portuguesa • **Website:** www.avidaportuguesa.com

Escritório | ***Office*** | **Büro**
Rua do Século, 138 - 1200-347 Lisboa • **Tel.:** (+351) 213 473 060

Loja Chiado | ***Chiado Shop*** | **Laden in Chiado**
Rua Anchieta, 11 - 1200-023 Lisboa • **Tel.:** (+351) 213 465 073

Loja Clérigos | ***Clérigos Shop*** | **Laden in Clérigos**
Rua Galeria de Paris, 20 - 1º - 4050-162 Porto • **Tel.:** (+351) 222 022 105

ALJEZUR | Uwe Heitkamp

Luz ao fundo do túnel

A empresa **FF Solar Lda.**, de Aljezur, estabelecida desde 1989 no sudoeste de Portugal, ganhou o prémio *Energy Globe National Award 2013* com o produto *Home Kit Solution for African Countries* (Angola). O prémio, anunciado anualmente, é atribuido a iniciativas e projectos em 160 países, que se dedicam à eficiência energética, às energias renováveis e à conservação dos recursos. Cada projecto premiado oferece uma mensagem de esperança e inspiração para o mundo e abre caminho para um futuro sustentável, salienta Maneka Gandhi, a presidente do júri da iniciativa ambiental.

O kit da **FF Solar Lda.**, que será entregue a Angola, entre outros, inclui pelo menos três componentes: um painel solar com cinco módulos, uma bateria de lítio com regulador (7000 mAh) e uma lâmpada com cabo. Adicionalmente, poderão ser ligados uma lanterna de bolso, um rádio e um telemóvel. Tem um custo de 80€ (100 USD) e é concebida para zonas rurais de África. O kit substitui os convencionais geradores e produz electricidade limpa suficiente para o consumo energético de uma família.

Mais informações: | *Further information:*
Mehr Info:
www.fosera.com
www.energyglobe.info

Light at the end of the tunnel

FF Solar Lda. *from Aljezur, which has been based in southwest Portugal since 1989, has won the Energy Globe National Award 2013 for its product Home Kit Solution For African Countries (Angola). The annual prize is awarded to initiatives and projects in 160 countries which devote their efforts to energy efficiency, renewable energies and resource conservation. Every prize-winning project sends a message of hope and inspiration out into the world and points the way towards a sustainable future, says Maneka Gandhi, the Indian chair of the environmental initiative.*

*The **FF Solar Lda.** kit, which is supplied to Angola among other places, includes at least three key components: a solar panel with five modules, a Li-battery (7000 mAh) and a lamp with a cable. (see photo) In addition, a torch, a radio and a mobile phone can be plugged into it. The basic kit costs € 80 (100 USD) and was designed for rural areas in Africa. The kit replaces traditional generators and produces enough clean electricity for a family's energy needs.*

Licht am Ende des Tunnels

Die seit 1989 im südwestlichen Portugal ansässige **FF Solar Lda.** aus Aljezur hat für das Produkt *Home Kit Solution For African Countries* (Angola) den *Energy Globe National Award 2013* gewonnen. Der jährlich ausgeschriebene Preis wird an Initiativen und Projekte in 160 Ländern vergeben, die sich der Energie-Effizienz, den erneuerbaren Energien und der Ressourcenschonung widmen. Jedes prämierte Projekt schickt eine Botschaft der Hoffnung und Inspiration in die Welt und setzte Zeichen für eine nachhaltige Zukunft, betont Maneka Gandhi, die indische Vorsitzende der Umweltinitiative.

Zum Kit der **FF Solar Lda.**, der u.a. nach Angola geliefert wird, gehören mindestens drei Bausteine: ein Solarpanel mit fünf Modulen, eine Li-Batterie (7000 mAh) und eine Lampe mit Kabel. (siehe Foto) Zusätzlich können eine Taschenlampe, ein Radio und Mobiltelefon angeschlossen werden. Der Basisbausatz kostet € 80 (100 USD) und ist für den ländlichen Raum Afrikas konzipiert. Der Kit ersetzt herkömmliche Generatoren und produziert genug saubere Elektrizität für den Energieverbrauch einer Familie.

FF Solar Energias Renováveis, Lda.
Parque Industrial da Feiteirinha, Lote nº1, Rogil - 8670-440 Aljezur, Portugal
Tel.: (+351) 282 998 745 • **Fax:** (+351) 282 998 746
Email: mail@ffsolar.com • **Website:** www.ffsolar.com

LISBOA | Hugo Filipe Lopes

Naturalmente

"0% animal, 100% biológico, 0% OGM e 100% vegetal" (1) - é este o mote da Naturalmente, uma nova empresa que produz empadas e pães caseiros.

Ana Brazuna, licenciada em Ciências da Nutrição, é a única pessoa que compõe a empresa, que actualmente produz para onze lojas diferentes na zona de Lisboa. Apostou na produção de pães sem glúten à base de arroz integral, que podem ter maçã, abóbora ou miso, e empadas de algas e vegetais, tofu, seitan e tempeh. Afirma que resolveu "arriscar num mercado que tem pouca oferta, mas cada vez mais procura". E embora só tenha iniciado actividade há alguns meses, "as encomendas são suficientes para sentir necessidade de criar mais um posto de trabalho". As empadas e os pães não só são biológicos, vegetarianos, caseiros e produzidos de forma sustentável, como também muito saborosos. E considerando o que é habitual nos produtos de origem biológica, com um preço em conta.

Naturalmente
Ana Serôdio Brazuna
Tel.: (+351) 915 897 827

"0% animal, 100% organic, 0% GM and 100% vegetable" (1) – this is the motto of Naturalmente, a new company producing home-made pies and bread.

Ana Brazuna, with a degree in nutrition sciences, is the only person in the company, which currently produces for 11 different shops in the Lisbon area. She focuses on producing gluten-free bread based on whole-grain rice, which can contain apple, pumpkin or miso, and pies with seaweed and vegetables, tofu, seitan and tempeh. She says that she decided to "take a risk in a market where there are few products but increasing demand". And although she only started the activity a few months ago "there are enough orders to feel a need to create another job". The pies and bread are not only organic, vegetarian, home-made and produced in a sustainable manner, but they also taste great. And, considering what is normally the case with organic products, the prices are reasonable.

(1) OGM: Organismos Geneticamente Modificados
GM: Genetically modified
GVO: genetische veränderte Organismen

HUGO FILIPE LOPES

„0% tierisch, 100% biologisch, 0% GVO und 100% vegetarisch" (1) ist das Motto von Naturalmente, einer neuen Firma, die Teigtaschen und hausgemachte Brote herstellt.

Ana Brazuna, Diplom-Ernährungswissenschaftlerin, ist die einzige Person in dieser Firma, die zurzeit für elf Läden im Raum Lissabon produziert. Sie setzt auf Brote ohne Gluten auf der Basis von Vollkornreis, die Äpfel, Kürbis oder Miso enthalten können, und auf Teigtaschen mit Algen, Gemüse, Tofu, Seitan oder Tempeh. Sie sagt, sie habe beschlossen, „einen Markt zu riskieren, auf dem es wenig Angebot und immer mehr Nachfrage gibt." Obwohl sie ihre Arbeit erst vor einigen Monaten begonnen hat, „gibt es schon genug Bestellungen, um eine weitere Arbeitsstelle zu schaffen". Die Teigtaschen und Brote sind nicht nur biologisch, vegetarisch, hausgemacht und nachhaltig hergestellt, sondern auch lecker. Und wenn man bedenkt, was Bioprodukte sonst kosten, sind sie günstig.

PUB

eco123

A ECO123 tem disponível um lugar de

COMERCIAL

Perfil pretendido:
- **Experiência na área das vendas;**
- **Fluência em português e inglês e/ou alemão;**
- **Consciência e conhecimento das áreas da economia e ecologia;**
- **Bom domínio de tecnologias de informação;**
- **Viatura própria.**

Oferecemos:
- **Remuneração;**
- **Comissões;**
- **Apoios para despesas;**
- **Trabalho numa equipa fantástica e motivada.**

Enviar CV para **editor@eco123.info**

O princípio do fim: A pessoa joga com o dinheiro, abre uma conta bancária, deposita dinheiro, recebe juros de poupança, mas não pergunta o que o banco faz com o dinheiro. A pessoa pede dinheiro emprestado ao banco; não pergunta qual a sua origem; paga juros de crédito. O banco trabalha com dinheiro: quita e concebe empréstimos; não importa o que o cliente faz com o dinheiro; o banco joga, lava, especula, ganha e perde, aposta, investe, cria um produto novo, engana, falsifica balanços, paga bónus, compra, vende, fica na bancarrota, é salvo, ganha e perde novamente. A pessoa quer sempre mais.

The beginning of the end: people play with money, open bank accounts, pay in money, get interest, and don't ask what the bank does with the money. They borrow money from the bank, don't ask where the money comes from, pay interest. The bank works with the money: gives receipts, borrows and lends; irrelevant what the client does with the money; the bank plays, launders, speculates, wins and loses, bets, invests, creates new products, deceives, falsifies balance sheets, pays bonuses, buys, sells, goes bust, is rescued, continues winning and losing. People want more and more.

Der Anfang vom Ende: Mensch spielt mit Geld, eröffnet Bankkonto, zahlt Geld ein, erhält Sparzinsen, fragt nicht, was Bank mit Geld macht. Mensch leiht Geld bei Bank, fragt nicht, woher Geld stammt, zahlt Kreditzinsen. Bank arbeitet mit Geld: quittiert, leiht und verleiht; egal, was Kunde mit Geld macht; Bank spielt, wäscht, spekuliert, gewinnt und verliert, wettet, investiert, kreiert neues Produkt, betrügt, fälscht Bilanz, zahlt Bonus, kauft, verkauft, ist bankrott, wird gerettet, gewinnt und verliert weiter. Mensch will immer mehr.

BERLIM | ***BERLIN*** | Uwe Heitkamp & João Gonçalves

Pessoas. Planeta. Lucro. People. Planet. Profit.
Menschen. Planet. Profit.

Money Makes The World Go Round?

O país precisa de novos banqueiros.
New bankers are what the country needs.
Neue Banker braucht das Land.

Abordamos o tema DINHEIRO no ar. Sentados naquele que é considerado o assassino do meio ambiente, e conscientes que para esta edição cada um de nós dois está a contribuir para o aquecimento da atmosfera com mais 1,2 toneladas de CO_2, partimos em viagem num Airbus 320 de Lisboa para Berlim. A revista **ECO123** leva na bagagem um convite para a conferência anual da **Aliança Global por um Sistema Bancário com Valores (GABV)**(1). Queremos descobrir de que forma os banqueiros sustentáveis querem mudar a economia mundial para melhor. Dois bilhetes de avião de Lisboa a Berlim e de regresso a Faro, no entanto, pesam na nossa pegada ecológica individual. Em média, por ano, cada europeu polui a atmosfera com 10 toneladas de CO_2. Isso corresponde, por cada pessoa e ano, a sete toneladas de gases a mais emitidos. Se quiséssemos ainda atingir o objectivo da ONU de restringir o aumento da temperatura a só "mais dois graus", cada um de nós teria de emitir somente três toneladas de dióxido de carbono por ano. A mobilidade sustentável estaria em sintonia com a desaceleração do aquecimento global. A implementação do novo sistema ferroviário europeu de alta velocidade (TVG) poderia levar-nos numa noite de Lisboa a Paris e Berlim, mas falta dinheiro. É isso o que nos traz a este tema.

We approach the topic of MONEY from the air. As we sit in the climate killer, well aware that each of us is burdening the atmosphere with a further 1.2 tonnes of CO_2 for this edition, the Airbus 320 from Lisbon prepares to land in Berlin. In its luggage, the magazine ***ECO123*** *has an invitation to the annual meeting of the* ***GABV - the Global Alliance for Banking on Values.****(1) We want to find out how sustainable bankers aim to change the global economy for the better. Of course, two air tickets from Lisbon to Berlin and back to Faro increase our personal carbon footprints. On average, every European pollutes the atmosphere with ten tonnes of CO_2 per year. That is seven tonnes of waste gas per person per year too much. If we still wanted to reach the UN's 2 degree climate goal, each of us would have to emit only three tonnes of carbon dioxide per year.*

Wir nähern uns dem Thema GELD aus der Luft. Im Klimakiller sitzend und wissend, dass jeder von uns beiden für diese Edition die Atmosphäre mit weiteren 1,2 Tonnen CO_2 anheizt, setzt der Airbus 320 aus Lissabon zur Landung in Berlin an. Die Zeitschrift **ECO123** hat eine Einladung zum Jahrestreffen des **Weltdachverbandes der nachhaltigen Banken GABV**(1) im Gepäck. Wir wollen herausfinden, mit welchen Mitteln nachhaltige Banker die Weltwirtschaft zum Besseren verändern wollen. Zwei Flugtickets von Lissabon nach Berlin und zurück nach Faro allerdings verhageln unsere persönliche Klimabilanz. Im Durchschnitt verpestet jeder Europäer pro Jahr die Atmosphäre mit zehn Tonnen CO_2. Das sind pro Mensch und Jahr sieben Tonnen Abgase zu viel. Wollten wir das UN-Klimaziel von „plus zwei Grad" noch erreichen, dürfte jeder von uns nur noch drei Tonnen Kohlendioxyd pro Jahr emittieren. Umweltfreundliche Mobilität ginge allerdings einher mit Entschleunigung. Der Realisierung des neuen Europäischen Schnellbahnsystems TGV, das uns in einer Nacht von Lissabon über Paris nach Berlin bringen könnte, fehlt jedoch das GELD. Womit wir beim Thema sind.

Environmentally friendly mobility would go hand in with slowing down, needless to say. But there isn't enough money to implement the new European TGV high speed railway system, which could get us from Lisbon to Berlin via Paris in one night. Which brings us to our topic.

O MUNDO É UM CASINO

Com a constante acumulação de empréstimos a um enorme potencial de dívida, começou em Setembro de 2008 uma crise financeira, bancária e monetária, que até hoje afecta Portugal, a Europa e o mundo. Muitas famílias estão endividadas, empresas comerciais, cidades e municípios, países inteiros e, por fim, os próprios bancos sistemicamente importantes. Cada um pede DINHEIRO emprestado ao outro. No entanto, os fracassos económicos e as catástrofes ecológicas não ocorrem apenas nos EUA(2) e na Europa, mas em qualquer lugar ao redor do planeta, e a crise não começou só a partir do ano 2008. Desde a crise financeira num lado, bancos insolventes no outro, empresas de comércio na bancarrota, até municípios insolventes

THE WORLD IS A CASINO.

In September 2008, with loans accumulating non-stop into a huge mountain of debt, the financial, bank and monetary crisis began, which still affects Portugal, Europe and the world today. Many private households are in debt, as well as businesses, cities and local authorities, whole countries and last but not least the "system relevant" banks themselves. Everyone borrows MONEY from everyone else. But it's not only in the USA(2) and in Europe that bankruptcies and ecological catastrophes take place, they occur all over the planet, and not only since 2008. Financial crises here, insolvent banks there, bankrupt businesses, local authorities with so much debt they are insolvent, empty pension and social security funds, cash-strapped consumers, flight from the land, unemployment: one crisis after another. But every economic crisis has its roots in people getting into debt. It is not that we are living beyond our means. No,

DIE WELT IST EIN SPIELCASINO.

Mit der steten Akkumulation von Krediten zu einem enormen Schuldenpotential beginnt im September 2008 eine Finanz-, Banken- und Geldkrise, die Portugal, Europa und die Welt bis heute berührt. Viele private Haushalte sind verschuldet, Wirtschaftsunternehmen, Städte und Kommunen, ganze Länder und letztendlich systemrelevante Banken selbst. Jeder leiht sich GELD vom anderen. Ökonomische Pleiten und ökologische Katastrophen aber ereignen sich nicht nur in den USA(2) und in Europa, sondern überall rund um den Globus und das nicht erst seit 2008. Finanzkrisen hin, insolvente Banken her, bankrotte Handelsunternehmen, bis zur Zahlungsunfähigkeit verschuldete Kommunen, leere Renten- und Sozialkassen, insolvente Konsumkunden, Landflucht, Arbeitslosigkeit: eine Krise jagt die andere. Jede Wirtschaftskrise

(1) A Aliança Global por um Sistema Bancário com Valores (GABV) é uma confederação mundial formada por 25 bancos do Continente Africano, da Ásia, Austrália, Europa e América Latina e do Norte. Entre os membros incluem-se fornecedores de serviços de microfinanças em mercados emergentes, cooperativas de crédito, bancos comunitários e cooperativas bancárias a operar de forma sustentável, que financiam empresas sociais, ecológicas e culturais. **www.gabv.org**

(1) The Global Alliance for Banking on Values (GABV) is made up of 25 sustainable banks from Africa, Asia, Australia, Europe and Latin & North America. The members include micro-finance providers in emerging markets, credit unions, community banks and sustainable banks which finance social, ecological and cultural businesses. ***www.gabv.org***

(1) Die Global Alliance for Banking on Values (GABV) ist der Weltdachverband der 25 nachhaltig arbeitenden Banken aus Afrika, Asien, Australien, Europa und Latein- & Nordamerika. Zu den Mitgliedern gehören Mikrofinanzdienstleister in aufstrebenden Märkten, Kreditgenossenschaften, Gemeindebanken und nachhaltig arbeitende Genossenschaftsbanken, die soziale, ökologische und kulturelle Unternehmen finanzieren. **www.gabv.org**

GABV - The Global Alliance for Banking on Values

1 Banco | Bank: **Vancity**

2 Banco | Bank: **Affinity Credit Union**

3 Banco | Bank: **Assiniboine Credit Union**

4 Banco | Bank: **New Resource Bank**

5 Banco | Bank: **One PacificCoast Bank**

6 Banco | Bank: **Sunrise Community Banks**

7 Banco | Bank: **First Green Bank**

8 Banco | Bank: **SAC Apoyo Integral**

9 Banco | Bank: **Banco Fie**

10 Banco | Bank: **BancoSol**

11 Banco | Bank: **Mibanco**

12 Banco | Bank: **Alternative Bank**

13 Banco | Bank: **Banca Popolare Etica**

14 Banco | Bank: **Crédit Coopératif**

15 Banco | Bank: **Cultura Bank**

16 Banco | Bank: **Merkur Cooperative Bank**

17 Banco | Bank: **GLS Bank**

18 Banco | Bank: **Triodos Bank**

19 Banco | Bank: **Centenary Bank**

20 Banco | Bank: **XacBank**

21 Banco | Bank: **BRAC Bank**

22 Banco | Bank: **Bankmecu**

e endividados, fundos de reforma e sociais vazios, clientes consumidores falidos, êxodo rural, desemprego: uma crise persegue a outra. Mas a principal razão de cada crise económica está na contração de dívida. Não que nós vivamos só acima das nossas possibilidades. Pouco a pouco fica claro qual é exactamente a doença do sistema. O DINHEIRO que hoje é empurrado para a frente e para trás de Nova Iorque para Londres e até Singapura e globalmente, apenas conhece um único barómetro - o do lucro: mais e mais DINHEIRO. Será que os banqueiros visam apenas a multiplicação do dinheiro, ou existirá algo como uma ética económica, que determina o modo como trabalham? Serão apenas saqueados os recursos naturais, e assim impulsionadas as especulações, ou existirá algo como uma instituição bancária nova, ecológica e baseada em valores? A grande acumulação de pobreza em muitas pessoas e a enorme riqueza em poucos grandes bancos, especuladores e *hedge funds* [fundos de cobertura] alimenta o barril de pólvora social. A crise financeira que começou em 2008 persiste e cresce cada vez mais ao ponto de crise sistémica. Por isso, uma grande parte do público aguarda ainda hoje que as práticas dos bancos mudem e que reajam adequadamente aos desafios sociais, ecológicos e económicos. A economia de dívida global é a explicação da bancarrota de uma economia ganaciosa e dos seus bancos de financiamento. O antropólogo americano David Graeber no seu livro "Dívida – Os primeiros 5000 anos"(3) sustenta a tese que toda a mudança no sistema, toda a derrocada e toda a revolução começa com dívidas não pagas.

it is slowly becoming clear what the system is suffering from. MONEY, which is nowadays shifted to and from New York via London to Singapore and from there onwards around the world, knows only one yardstick, profit: even more MONEY. Are bankers only concerned about the accumulation of money, or is there some kind of business ethic underlying their work? Are natural resources and the oceans simply plundered, thus providing an impetus for speculation, or is there something like a new value-orientated, ecological banking business? The increase in poverty amongst many people and the huge wealth of a few big banks, speculators and hedge funds fuels the social powder keg. The financial crisis, which began in 2008, continues and is increasingly developing into an existential and systemic crisis. And so there is widespread public expectation nowadays that the banks' practices should change and that they should react appropriately to social, ecological and economic challenges. The global debt economy is a declaration of the bankruptcy of an avaricious economy and the banks which fund it. In his book "Debt: the first 5,000 years"(3), the American anthropologist David Graeber argues that every change of system, every upheaval and every revolution starts with unpaid debts.

aber findet ihre Hauptursache im Schuldenmachen. Nicht, dass wir nur über unsere Verhältnisse lebten. Nein, langsam wird klar, woran genau das System krankt. GELD, das heute von New York über London nach Singapur und von dort global weiter hin- und hergeschoben wird, kennt nur einen Gradmesser, den Profit: noch mehr GELD. Geht es Bankern nur um die Vermehrung von Geld, oder gibt es so etwas wie eine Wirtschaftsethik, die ihre Arbeit bestimmt? Werden nur noch Bodenschätze und Meere geplündert und damit Spekulationen angeschoben, oder gibt es so etwas wie ein neues werteorientiertes ökologisches Bankgeschäft? Die große Akkumulation von Armut bei vielen Menschen und der enorme Reichtum bei wenigen großen Banken, bei Spekulanten und Hedgefonds nährt das soziale Pulverfass. Die Finanzkrise, die 2008 begann, dauert an und entwickelt sich immer mehr zur Sinn- und Systemkrise. Ein großer Teil der Öffentlichkeit erwartet deshalb heute, dass sich die Praktiken von Bankern ändern und sie auf die sozialen, ökologischen und ökonomischen Herausforderungen angemessen reagieren. Die weltweite Schuldenwirtschaft ist die Bankrotterklärung einer raffgierigen Ökonomie und ihrer sie finanzierenden Banken. Der amerikanische Anthropologe David Graeber belegt in seinem Buch „Schulden - Die ersten 5.000 Jahre"(3) die These, dass jede Systemveränderung, jeder Umsturz und jede Revolution mit unbezahlten Schulden beginnt.

(2) 477 falências de bancos nos EUA entre 2008-2013, **www.start-trading.de/blog/liste-der-pleitebanken-usa**

(3) Edição original em inglês: Debt. The first 5.000 Years, Melville House New York 2011, Edição alemã: Schulden. Die ersten 5000 Jahre, Klett-Cotta, Stuttgart 2012, Bestseller

*(2) 477 bank bankruptcies in the USA between 2008 and 2013, **www.start-trading.de/blog/liste-der-pleitebanken-usa***

(3) English edition: Debt. The first 5,000 Years, Melville House New York 2011

(2) 477 Bankenpleiten in den USA zwischen 2008-2013, **www.start-trading.de/blog/liste-der-pleitebanken-usa**

(3) Englische Originalausgabe: Debt. The first 5.000 Years, Melville House New York 2011, Dtsch. Ausgabe: Schulden. Die ersten 5000 Jahre, Klett-Cotta, Stuttgart 2012, Bestseller

*A nossa investigação começa em Berlim, na neve e no gelo com uma temperatura de menos 13 graus Celsius. Os dois jornalistas da **ECO123** apanham a linha 2 do Metro para a estação de Mohrenstraße até ao Centro de Congressos Axica, Pariser Platz 3, 10117 Berlim. É aqui a sede do DZ Bank alemão com centro de congressos e reuniões, localizado entre as embaixadas britânica e americana. À porta fica o Portão de Brandemburgo, e as embaixadas russa e francesa nas proximidades. Deparamo-nos com um excelente endereço para uma conferência bancária internacional. Bilhete normal para a conferência: 360€, instituições de caridade: 220€, estudantes: 8€. Há 300 participantes de todo o mundo. A imprensa não paga. A congresso anual da GABV começa com uma conferência de imprensa.*

O que aprendemos com a crise financeira, bancária e monetária? Perguntamos se os bancos e os fundos de cobertura precisam de novas regras para os seus casinos ou se o legislador deveria ir mais longe e fechar os casinos? **Peter Blom**, presidente da GABV e também presidente do banco holandês Triodos (Zeist/Utrecht) responde que o mundo precisa de um sistema bancário saudável. Este deve, no entanto, basear-se em valores éticos: na transparência, sustentabilidade e na diversidade de muitos pequenos bancos regionais. A GABV tem como objectivo a promoção e o financiamento de projectos e processos económicos sustentáveis. O dinheiro deve estar lá para as pessoas. As negociações em alta frequência com os seus perigos potenciais, sem benefícios sociais, deviam ser proibidas.

*Our researches begin in Berlin, in the snow and ice and with temperatures of minus 13 degrees Celsius. We, two journalists from **ECO123**, take Line 2 on the underground to the Mohrenstraße station to get to the Axica Congress Centre, Pariser Platz 3, 10117 Berlin. This is the headquarters of the German DZ Bank with a Congress and Conference Centre standing between the British and American embassies; the Brandenburg Gate on the doorstep, the Russian and French embassies just a stone's throw away. We find a smart bank address for an international banking conference: conference ticket 360 euros, charitable institutions 220 euros and students 80 euros. There are 300 participants from all over the world. The press get in for free. The GABV Bank Congress starts with a press conference.*

*Have we learnt anything from the financial, banking and monetary crisis? We ask whether banks and hedge funds need new rules for their casinos, or whether legislators should go much further and close the casinos down? **Peter Blom**, the GABV's spokesperson and CEO of the Dutch Triodos Bank (Zeist/Utrecht), replied that the world needed a healthy banking system. This had to be based on ethical values of course, on transparency, sustainability and the diversity of many small regional banks. The GABV was interested in promoting and funding sustainable economic projects and processes. Money had to be there for people. High frequency trading with its potential risks and lack of social benefit had to be outlawed.*

*Unsere Recherche beginnt in Berlin im Schnee bei Eis und minus 13 Grad Celsius. Wir, die zwei Journalisten von **ECO123** fahren mit der U-Bahn der Linie 2 zur Station Mohrenstraße zum Kongresszentrum Axica, Pariser Platz 3, 10117 Berlin. Hier ist der Sitz der deutschen DZ Bank mit Kongress- und Tagungszentrum, das zwischen britischer und amerikanischer Botschaft liegt. Das Brandenburger Tor vor der Haustür, die russische und französische Botschaft in unmittelbarer Nähe. Wir finden eine feine Bankenadresse für eine internationale Bankenkonferenz vor: Konferenz-Ticket 360 Euro, Gemeinnützige Institutionen 220 Euro und Studenten 80 Euro. Es kommen 300 Teilnehmer aus aller Welt. Die Presse zahlt nix. Der GABV-Bankenkongress beginnt mit einer Pressekonferenz.*

Haben wir etwas aus der Finanz-, Banken- und Geldkrise gelernt? Wir fragen, ob Banken und Hedgefonds neue Spielregeln für ihre Casinos brauchen oder ob der Gesetzgeber viel weiter gehen und die Casinos schließen sollte? **Peter Blom**, Sprecher von GABV ist auch Vorstandsvorsitzender der Niederländischen Triodos Bank (Zeist/Utrecht) erwidert, dass die Welt ein gesundes Bankensystem bräuchte. Dieses allerdings müsse auf ethischen Werten basieren; auf Transparenz, Nachhaltigkeit und der Vielfalt von vielen kleinen regionalen Banken. Der GABV gehe es um die Förderung und Finanzierung von nachhaltigen ökonomischen Projekten und Prozessen. Geld müsse für die Menschen da sein. Hochfrequenzhandel mit seinen Gefahrenpotentialen ohne gesellschaftlichen Nutzen hingegen müsse verboten werden.

JOÃO GONÇALVES

A conferência de imprensa tem lugar na filial do banco GLS em Berlim, em Schumannstraße 10, 10117 Berlim, a 150 metros de distância do Centro de Congressos. São 10h00. Na mesa estão sentados Christof Lützel (à direita), o porta-voz de imprensa do banco cooperativo alemão GLS, Peter Blom (à esquerda), e Thomas Jorberg, presidente do executivo, apresenta. Um colega da agência noticiosa Reuters e mais dois colegas jornalistas freelancer juntam-se a nós dois jornalistas de Portugal. De certa forma incomodava-me que na conferência de imprensa de um congresso bancário internacional na capital alemã estivessem apenas presentes cinco jornalistas. No dia seguinte fomos à procura de informações nos jornais diários. Mas em vão. Também as televisões e as estações de rádio ignoram o tema.

Peter Blom: "Quando em 2006 pensámos em fundar uma federação mundial, estávamos longe de imaginar que em 2008 viria uma crise financeira. A Aliança Global foi fundada em 2009 na Holanda. Na altura convocámos todos os nossos bancos amigos em todo o mundo. Inicialmente eram apenas nove bancos. Mas nós queríamos apelar aos líderes. Bancos que se ocupam de valores. Naturalmente que quando falamos de bancos pode-se sempre dizer que são valores financeiros. Também o são. Mas para nós havia uma questão que era importante: como podemos criar valores na sociedade, ajudar as pessoas e empresas e promover o seu desenvolvimento sustentável? O banco sustentável não é apenas algo para a Europa. Por isso começámos a nível mundial. O banco sustentável também se pode fazer no Bangladesh, na Mongólia e em África. Actualmente temos 22 (4) membros e administramos 66 mil milhões de euros em activos. Existem ainda muitos outros que se querem juntar a nós. Mas estamos à procura de modelos. Mas isso não significa que, por exemplo no Canadá onde já temos três bancos membros, vamos buscar mais cinco ou dez. Nós vamos crescer mundialmente, para até 50 a 60 membros. Precisamos também de novos banqueiros, de banqueiros sustentáveis. Ainda não existem muitos. Temos que formá-los. Queremos ser uma fonte de inspiração, especialmente também para os clientes para que eles saibam que nós existimos. Bancos sustentáveis nos quais podem realizar as suas mais normais transacções bancárias. Há muita coisa que tem que mudar no mundo da banca e para isso nós queremos dar o nosso contributo."

ECO123: Que significa sustentabilidade no sector bancário, e que temas fundamentais estão no topo da lista dos bancos GABV na concessão de

The press conference takes place at the Berlin branch of the GLS Bank at Schumannstraße 10 in 10117 Berlin, 150 metres away from the Congress Centre. It's 10 o'clock. Sitting at the table at the front are Christof Lützel (right), the press spokesman of the German cooperative bank GLS, who introduces Peter Blom (left) and Thomas Jorberg, the GLS's CEO (centre). One colleague from the Reuters news agency and two other freelancers join the two of us from Portugal. It is annoying to find that the press conference of an international banking congress in the German capital is only attended by five journalists. The next day we look in vain for information in the daily papers. The TV and radio channels also ignore the topic.

***Peter Blom:** "When in 2006 we started thinking about founding a global umbrella organisation, we couldn't have known that there was going to be a financial crisis in 2008. Global Alliance was founded in Holland in 2009. At that time, we called together the banks we were close to. We said to ourselves, now is the time to found this alliance. To start with there were only nine banks. But we wanted to talk to the market leaders. Banks which were concerned about values. Of course, with banks, you can always say that those are financial values, and they are. But for us the important question was, how we can create values in society, help people and businesses and their sustainable development. Sustainable banking is not only something for Europe. That's why we started with it worldwide. You can do sustainable banking in Bangladesh, as well as in Mongolia and Africa. Today there are 22 (4) members and we manage 66 billion euros*

Peter Blom: „Als wir 2006 darüber nachgedacht haben, einen weitweiten Dachverband zu gründen, konnten wir noch nicht wissen, dass es zu einer finanziellen Krise im Jahre 2008 kommen würde. Global Alliance wurde 2009 in den Niederlanden gegründet. Wir haben damals weltweit unsere befreundeten Banken zusammengerufen. Wir haben uns gesagt, jetzt müssen wir diese Allianz gründen. Zuerst waren es nur neun Banken. Aber wir wollten die Spitzenreiter ansprechen. Banken, die sich mit Werten beschäftigten. Natürlich kann man bei Banken immer sagen, das sind finanzielle Werte. Die sind es auch. Uns aber war die Frage wichtig, wie können wir Werte in der Gesellschaft schaffen, Menschen und Betrieben helfen und ihren Nachhaltigkeitsentwicklungen. Nachhaltiges Banking ist nicht nur etwas für Europa. Deshalb haben wir weltweit damit angefangen. Nachhaltiges Banking kann man auch in Bangladesch machen, auch in

(4) Em Junho, o GABV integrou 3 novos bancos

(4) In June 2013, this increased to 25

(4) Im Juni wächst die GABV um 3 neue Banken

Bankmecu • Melbourne, Austrália | *Australia* | Australien

O **Women's Property Iniatives** (WPI) coloca habitação segura a longo prazo à disposição de mulheres e os seus filhos - muitos deles conseguem assim escapar à violência doméstica. O BANKMECU financiou o WPI desde 2009 com cerca de 3,4 mil milhões de dólares. Isso permitiu que a 110 mulheres e crianças fosse fornecido alojamento a preços acessíveis.

***Women's Property Initiatives** (WPI) provides long-term safe and secure housing for women and their children - many of whom are escaping domestic violence. Since 2009, BANKMECU has funded WPI to the tune of some 3.4 million dollars. This enables affordable accommodation to be provided for 110 women and children.*

Die **Women's Property Iniatives** (WPI) stellen Frauen und ihren Kindern langfristig sichere Wohnungen zur Verfügung – viele von ihnen entkommen damit häuslicher Gewalt. BANKMECU hat die WPI seit 2009 mit rund 3,4 Millionen Dollar finanziert. Damit konnte 110 Frauen und Kindern bezahlbarer Wohnraum zur Verfügung gestellt werden.

ABS - Alternative Bank Schweiz AG

O **Hotel Marta** pertence ao Frauenhotel AG Zürich e oferece dez postos de trabalho para mulheres com problemas psíquicos. O hotel trabalha de forma sustentável e prova que é possível ter sucesso e afirmar-se no mercado como empresa social. Para o ABS como banco comercial social do hotel, a aprendizagem diária faz parte do negócio: Como funcionarão os projectos ecológicos e sociais no futuro?

***Hotel Marta** belongs to the Frauenhotel AG Zürich and offers ten jobs to women with mental health problems. The hotel works on a sustainable basis and proves that it is possible to hold one's own successfully in the market as a social enterprise. For ABS as a social bank for the hotel, daily learning is part of the business: how will ecological and social projects work in the future?*

Das **Hotel Marta** gehört der Frauenhotel AG Zürich und bietet Frauen mit psychischen Problemen zehn Arbeitsplätze. Das Hotel arbeitet nachhaltig und beweist, das es möglich ist, als soziale Firma erfolgreich sich im Markt zu behaupten. Für ABS als eine soziale Geschäftsbank des Hotels gehört das tägliche Lernen zum Geschäft: wie funktionieren ökologische und soziale Projekte in der Zukunft?

“ Precisamos de uma mudança cultural, não só nos bancos mas também no consumidor.

We need a change of culture, not only among banks but also among consumers.

Wir brauchen einen Kulturwandel nicht nur bei den Banken, sondern auch beim Verbraucher.

empréstimos?

Thomas Jorberg: Agricultura ecológica, produção de energias regenerativas, mobilidade sustentável entre outros. Precisamos de uma mudança cultural, não só nos bancos mas também no consumidor. Este deverá, nomeadamente, perguntar aos bancos o que fazem exactamente com o seu dinheiro (…) Se queremos mudar alguma coisa na nossa sociedade, necessitamos de uma mudança sistémica e cultural. Porque o sistema de tomada de decisão no sector financeiro baseia-se exclusivamente no princípio de que se eles têm uma duração comparável e um risco comparável, e a oferta uma vez tem dois por cento e outra três, então a decisão é quase pré-determinada. E depois não ocorre a responsabilidade pelas questões sociais, organizativas e ecológicas. Por isso, eu chamo a actividade bancária normal de irresponsabilidade sistémica organizada.

E isso tem que mudar, se nós quisermos alterar algo na nossa sociedade. Isso significa que no sistema de tomada de decisão as questões têm que ser integradas de forma social, ecológica e organizativa. Tem que mudar quer do lado dos bancos, quer do lado dos clientes. Para isso, o legislador pode criar as condições de enquadramento necessárias. A outra são as mudanças na cultura. De momento temos no sector bancário uma cultura criada em hostilidade. A partir desta cultura os bancos fazem os regulamentos para os seus clientes, que impedem que surjam danos. No entanto, a verdadeira questão é ainda como é que eu mantenho a minha relação com os meus clientes. Os bancos normais acham que as taxas de juros são o potencial, o negócio principal de um banco. Isso é falso. A taxa de juro não é nem mesmo o preço total. Uma parte das taxas de juro passamos do mutuário para o depositante. A margem é o preço. O serviço real de um banco é garantir que o dinheiro flui para onde ele é realmente necessário na sociedade. E essa é uma questão de cultura. Hoje em dia os banqueiros não levantam essa questão.

O objectivo principal de um banco reduz-se, infelizmente, apenas ao nível da taxa de juro e não à partilha do lado activo e passivo de um banco. A formação da relação entre o banco e o cliente individual é o primeiro nível. O segundo é tornar possível, pelo menos na consciência, a relação entre clientes que precisam de dinheiro e clientes que o investem.

worth of investments. There are many others who would like to join. But we are looking for role models. It is not the case that in Canada, for example, where we already have three member banks, we will take on another five or ten. We will grow globally, to 50 or 60 members. We also need new bankers, sustainable bankers. There aren't that many of them yet. We have to train them. We want to be a source of inspiration, especially for clients too, so that they at least know that we exist. Sustainable banks where one can do one's completely normal banking business. By 2020, we want to be serving some two billion people worldwide. Much needs to change in the world of banking, and we want to make our contribution."

ECO123: What does sustainability mean in the banking business, and what are the issues at the top of the list for lending by GABV banks?

Thomas Jorberg: *"Ecological agriculture, regenerative energy production, sustainable mobility. (…) We need a change of culture, not only among banks but also among consumers. Because they must ask their banks, what are you doing with my money? (…) If we want to change something in our society we need a systemic and a cultural change. Because the decision-making system in the world of finance is exclusively based on the fact that, if the term and the risk are comparable, and one of the offers is 2% and the other is 3%, then the decision is effectively given. The question of responsibility for social and economic matters does not enter into it. That is why I describe the normal banking business as systemically organised irresponsibility.*

That has to change if we want to change anything in our society. This means questions of a social or ecological nature must be integrated into the decision-making systems. That must change on the part of banks but also on the part of clients. Legislators can create the general conditions for this. And then there are changes in the culture. At present in the banking industry, we have a culture which is fundamentally antagonistic. On the basis of this culture, banks apply regulations to their clients which prevent losses from arising. But the real question is, how do I nurture my relationship with my clients. The normal banks believe that the interest rate is the measure of a bank's performance, its core offering. That is wrong. The interest rate isn't even the full price. We pass on part of the interest rate from the borrower to the depositor. The margin is the price. The actual service of a bank, however, is to ensure that money flows to the places where it is really needed in society. And that is a cultural matter, it is not something that today's bankers ask about at all.

The core service of a bank is unfortunately reduced simply to the level of the interest rate and not to bringing together the assets and liabilities sides of a bank. The shaping of the relationship between banks and the individual client is the first level. But the second is to facilitate, at least in terms of people's awareness, the relationship between clients who need money and those who invest money."

der Mongolei und in Afrika. Heute sind wir 22 (4) Mitglieder und verwalten 66 Milliarden Euro Vermögenswerte. Es gibt noch viele, die dazukommen möchten. Wir aber suchen Vorbilder. Es ist nicht so, dass wir wie in Kanada, wo wir bereits drei Mitgliedsbanken haben noch fünf oder zehn dazu nehmen. Wir werden weltweit weiter wachsen, auf 50 bis 60 Mitglieder. Wir brauchen auch neue Banker, nachhaltige Banker. Es gibt noch nicht so viele davon. Die müssen wir ausbilden. Wir wollen ein Brunnen der Inspiration sein, besonders auch für Kunden, damit diese wissen, dass es uns überhaupt gibt. Nachhaltige Banken, in denen man seine ganz normalen Bankgeschäfte abwickeln kann. Wir wollen in 2020 rund zwei Milliarden Menschen weltweit bedienen. Es muss sich viel in der Bankenwelt ändern und dazu wollen wir unseren Beitrag leisten.“

ECO123: Was bedeutet Nachhaltigkeit im Bankgeschäft und welche Sachthemen stehen bei der Kreditvergabe der GABV-Banken ganz oben auf der Liste?

Thomas Jorberg: „Ökologische Landwirtschaft, regenerative Energiegewinnung, nachhaltige Mobilität. (…) Wir brauchen einen Kulturwandel nicht nur bei den Banken, sondern auch beim Verbraucher. Dieser muss nämlich die Banken fragen, was macht ihr eigentlich mit meinem Geld. (…) Wenn wir in unserer Gesellschaft etwas verändern wollen, brauchen wir einen systemischen und einen kulturellen Wandel. Denn das Entscheidungssystem im Finanzbereich basiert ausschließlich darauf, dass wenn sie eine vergleichbare Laufzeit und ein vergleichbares Risiko haben, und einmal hat das Angebot zwei und ein anderes Mal hat es drei Prozent, dann ist die Entscheidung quasi vorgegeben. Und da kommt die Verantwortung für soziale, gesellschaftliche und ökologische Fragen nicht vor. Deswegen nenne ich das normale Bankgeschäft systemisch organisierte Verantwortungslosigkeit.

Das muss sich ändern, wenn wir in unserer Gesellschaft etwas verändern wollen. Das heißt, in die Entscheidungssysteme müssen die Fragen sozialer, ökologischer und gesellschaftlicher Art integriert werden. Das muss sich sowohl auf Banken- als auch auf Kundenseite ändern. Der Gesetzgeber kann dafür die Rahmenbedingungen schaffen. Das andere sind die Kulturveränderungen. Im Moment haben wir im Bankenbereich eine Kultur, die auf Feindschaft angelegt ist. Aus dieser Kultur heraus machen Banken ihren Kunden Vorschriften, die verhindern, dass Schäden entstehen. Die eigentliche Frage aber ist doch, wie pflege ich meine Beziehung zu meinen Kunden. Die normalen Banken meinen, der Zinssatz sei die Leistungsfähigkeit, das Kernangebot einer Bank. Das ist falsch. Der Zinssatz ist nicht einmal voll der Preis. Einen Teil des Zinssatzes reichen wir vom Kreditnehmer an den Einleger weiter durch. Die Marge ist der Preis. Die eigentliche Leistung einer Bank aber ist die, dafür Sorge zu tragen, dass Geld dorthin fließt, wo es tatsächlich gesellschaftlich gebraucht wird. Und das ist eine Kulturfrage. Danach fragen Banker heute überhaupt nicht.

Die Kernleistung einer Bank reduziert sich leider nur auf die Höhe des Zinssatzes und nicht auf das Zusammenbringen der Aktiv- und Passivseite einer

ECO123: Tem algumas ideias sobre como se poderiam resolver os problemas económicos de Portugal?

Peter Blom: Vemos que na Península Ibérica estão a surgir muitos novos projectos. A agricultura biológica, por exemplo, mas também a energia solar. A bolha do imobiliário é um tema de ontem. Encontramos jovens bem formados. Portugal e Espanha vão passar por esta fase económica difícil e no final terão sucesso no nível sustentável. Eu vejo um futuro real, onde e quando as pessoas trabalham em conjunto. Isso é um movimento que vem de baixo e cresce.

ECO123: Existe algum banco em Portugal que receberia como parceiro?

Peter Blom: Para ser honesto, não. Nem em Portugal, nem em Espanha. Lá os bancos cooperativos atravessam uma fase muito difícil. Isso não tem nada a ver com o trabalho bancário sólido e sustentável.

ECO123: O dinheiro faz girar o mundo. Pode a sustentabilidade justificar juros de três, cinco ou dez por cento?

Peter Blom: O dinheiro deve fazer o mundo girar e não o contrário, ou seja o dinheiro girar em torno do mundo. Pelo menos deve tornar possível o negócio. Quão altos ou baixos devem ser os juros? Depende muito do local da situação. Nós ganhamos como banco em gestão do risco. Temos pessoas, profissionais que precisam ter uma vida. Esse é o preço da banca. Mas tem que ser justo e transparente, uma condição muito importante na banca.

ECO123: Have you got any ideas about how Portugal's economic problems could be solved?

Peter Blom: *"We can see that there are many new projects starting on the Iberian Peninsula. Organic agriculture, for example, but also solar power. The property bubble is yesterday's topic. We find young people who are well trained. Portugal and Spain will get through this difficult economic phase and at the end be successful on a more sustainable level. I can see a real future there, where and if people work together. That is a movement that comes from below and grows."*

ECO123: Can you see a bank in Portugal which you would have as a partner?

Peter Blom: *"To be honest, no. Not in Portugal, and not in Spain either. The cooperative banks there are going through a very difficult phase. That has nothing to do with solid, sustainable banking work."*

ECO123: Money makes the world go round. Can sustainability justify an interest income of three, five or ten percent?

Peter Blom: *"Money should make the world go round and not the opposite, that the money goes around the world. At least it should make business possible. How high or low interest has to be? It depends very much on the local situation. We earn as a bank in risk management. We have people, professionals who need to have a living. That is the price of banking. But it has to be fair and transparent, a very important condition in banking."*

JOÃO GONÇALVES

Minhas senhoras e meus senhores... O congresso da Global Alliance for Banking on Values começa com o discurso de abertura do presidente do Parlamento alemão. O orador é Dr. Norbert Lammert do partido do governo, os democratas cristãos conservadores. Os políticos podem discursar bem, especialmente se tiverem uma retórica bem treinada. O presidente do Parlamento tem uma excelente arte de falar. É muito aplaudido pelo público. Fala 45 minutos e deseja todo o sucesso ao congresso. De vez em quando ele transmite o quão impotente a política

Ladies and gentlemen… The congress of the Global Alliance For Banking On Values begins with the opening speech by the President of the German Bundestag, Norbert Lammert, of the conservative Christian Democrat governing party. Politicians are good with words, especially when they are well trained in rhetoric. The president of the German parliament is a first class speaker. He gets generous applause from the audience. He speaks for 45 minutes and wishes the congress a successful outcome. From time to time, he gives a hint about how power-

Bank. Die Beziehungsgestaltung zwischen der Bank und dem einzelnen Kunden ist das erste Level. Das zweite ist aber, das Möglichmachen, zumindest im Bewusstsein der Beziehung, zwischen Kunden die Geld brauchen und Kunden, die Geld anlegen.“

ECO123: Haben Sie Ideen, wie sich die Wirtschaftsprobleme Portugals lösen ließen?

Peter Blom: „Wir sehen, dass auf der iberischen Halbinsel viele neue Projekte entstehen. Organische Landwirtschaft zum Beispiel, aber auch Solarenergie. Die Immobilienblase ist ein Thema von gestern. Wir treffen auf junge Menschen, die gut ausgebildet sind. Portugal und Spanien werden durch diese schwierige wirtschaftliche Phase gehen und am Ende auf einem nachhaltigeren Niveau erfolgreich sein. Ich sehe eine wirkliche Zukunft dort, wo und wenn die Menschen zusammenarbeiten. Das ist eine Bewegung, die von unten kommt und wächst.“

ECO123: Sehen Sie in Portugal eine Bank, die Sie als Partner aufnehmen würden?

Peter Blom: „Um ehrlich zu sein, nein. Nicht in Portugal und auch nicht in Spanien. Die Genossenschaftsbanken dort machen eine sehr schwierige Phase durch. Das hat mit solider nachhaltiger Bankenarbeit nichts zu tun.“

ECO123: Money makes the world go round. Kann Nachhaltigkeit ein Zinsergebnis von drei, fünf oder 10 Prozent rechtfertigen?

Peter Blom: „Money should make the world go round und nicht anders herum, daß Geld um den Globus herum verschoben wird. Geld sollte den Menschen das Geschäfte machen erleichtern. Wie hoch dabei die Zinsen sein sollten, hängt sehr von der jeweiligen Situation ab. Als Bank verdienen wir mit dem Risiko-Management. Wir beschäftigen Profis, die davon leben müssen. Das ist der Preis des Bankgeschäfts. Aber das alles hat fair und transparent vonstatten zu gehen. Das ist eine sehr wichtige Voraussetzung im Bankgeschäft.”

Meine sehr verehrten Damen und Herren… Der Kongress der Global Alliance For Banking On Values beginnt mit der Eröffnungsrede des Präsidenten des Deutschen Bundestages. Es spricht Norbert Lammert von der konservativen christdemokratischen Regierungspartei. Politiker können schön reden, besonders dann, wenn sie rhetorisch gut geschult sind. Der Präsident des deutschen Parlaments besitzt ein erstklassiges CV. Der Applaus des Publikums ist ihm sicher. Er spricht 45 Minuten und wünscht dem Kongress gutes Gelingen. Zwischendurch lässt er durchblicken, wie ohnmächtig die gestaltungsarme Politik eines Parlaments der globalen Finanz- und Bankenwelt hinterher schaut, gewaltige Summen in Sekundenschnelle um den Erdball zu verschieben. Zwischen den Parteien im eigenen Land und im Länderstreit der EU beschränkt sich der politische Gestaltungsspielraum auf die Reaktion von Krisen. Bei aller globalen Hektik stehen die Vermeidung von Chaos und reine Reisediplomatie im Vordergrund wöchentlicher Konferenzen, deren Ergebnisse schon morgen wieder obsolet sind…

Banca Popolare Etica · Messina, Itália | *Italy* | Italien

Trabalho social na Sicília, que tem diariamente de defender-se da presença da máfia. A reintegração de antigos delinquentes da psiquiatria forense no quotidiano através de medidas de educação, formação e trabalhos manuais e iniciativas culturais. Os projectos da **Messina Community Foundation**, serão financiados com transparência pela Banca Popolare Etica, e acompanhados pelaa OCDE, UNOPS E WHO.

*Social work in Sicily, which has to resist the presence of the Mafia on a daily basis. The reintegration of former inmates of the psychiatric prison into everyday life through education and training, craftwork and cultural initiatives. The projects of the **Messina Community Foundation** are transparently funded by the Banca Popolare Etica and supported by the OECD, UNOPS and WHO.*

Sozialarbeit auf Sizilien, die sich täglich gegen die Präsenz der Mafia wehren muss. Die Reintegration von ehemaligen Straftätern der forensischen Psychiatrie in den Alltag durch Erziehungs- und Bildungsmaßnahmen, handwerkliche Arbeit und Kulturinitiativen. Die Projekte der **Messina Community Foundation** werden transparent von der Banca Popolare Etica finanziert und von OECD, UNOPS und WHO begleitet

BancoSol · La Paz, Bolívia | *Bolivia* | Bolivien

David Santos Condori Sarco trabalhava numa alfaiataria que pertencia a uma empresa coreana. O salário mal chegava para o sustento da família. Foi assim que David pensou tornar-se empreendedor. O BANCOSOL ajuda clientes através de um programa especial, informações e microcrédito, sem burocracias e rápido. David Sarco possui hoje a sua própria alfaiataria junto com a mulher.

***David Santos Condori Sarco** used to work in a dress-making business owned by a Korean company. His salary was barely enough to support his family. And so David started thinking about becoming independent. BANCOSOL helps clients with a special programme, information and micro-loans, quickly and without bureaucracy. David Sarco now runs his own tailoring business together with his wife.*

David Santos Condori Sarco arbeitete in einer Schneiderei, die einer koreanischen Firma gehörte. Der Lohn reichte kaum zum Leben der Familie. So kam es, dass sich David überlegte, selbstständig zu machen. BANCOSOL hilft Kunden mit einem speziellen Programm, Informationen und Mikrokrediten, unbürokratisch und schnell. David Sarco betreibt heute zusammen mit seiner Frau eine eigene Schneiderei.

de um parlamento acompanha o mundo financeiro e bancário que em segundos movimenta somas avultadas pelo mundo inteiro. Entre os partidos no próprio país, e na disputa entre países da UE, o rumo da acção política restringe-se à reacção às crises. Com toda a agitação global, a prevenção do caos e a diplomacia de viagens estava em primeiro plano das conferências semanais, cujos resultados (infelizmente) eram novamente obsoletos no dia seguinte...

A GANÂNCIA POR MAIS E MAIS

Progresso? Onde? Porquê tudo tem que crescer constantemente? "Na economia do desejo a modéstia é abolida", escreve o economista checo **Tomáš Sedláček** (36), autor do bestseller **"A economia do bem e do mal"**(5). No seu livro descreve o estado como o desejo cresce nas pessoas. Estar constantemente insatisfeito e querer sempre mais é o seu fenómeno natural. "Podemos mesmo dizer que a insatisfação é o motor do progresso e do capitalismo de mercado. No nosso desejo constante de querer mais e mais, temos sacrificado o nosso prazer pelo trabalho. Nós queremos demais e por isso trabalhamos muito. Somos de longe a civilização mais rica de todos os tempos, mas estamos tão longe da palavra suficiente ou da satisfação como no passado primitivo distante. Resumindo tudo numa frase: se nós não tivéssemos que aumentar constantemente a qualquer custo o PIB e a produtividade, também não teríamos constantemente que trabalhar demasiado com o suor do nosso rosto..."

Sedláček, bolseiro da Universidade de Yale e um dos principais oradores do congresso bancário, identifica o problema da banca actual em definir correctamente as taxas de juros, como o mal real tanto ético como matemático. Se os banqueiros entendessem como as taxas de juros deveriam ser correctamente calculadas, a bancarrota da Grécia teria sido apenas um negócio como habitual". Assim, ele compara o trabalho dos banqueiros de emprestar DINHEIRO e de determinar a taxa de juro, com uma ida ao bar à Sexta-Feira e beber cerveja, aguardente e vinho. É de salientar que os juros estão sempre numa viagem através do tempo. Portanto, em que se assemelham o DINHEIRO e o álcool? Em breve as pessoas vão perceber que com o consumo de álcool poderiam dançar e até cantar. O álcool iria emprestar-lhes uma grande quantidade de energia. Com o excesso de álcool saberíamos bem, por experiência própria, que no dia seguinte teríamos uma ressaca. Isso poderia ser calculado com exactidão e gerido no fim-de-semana. Aliás, com o álcool também se poderia fazer uma viagem através do tempo. A energia da manhã de Sábado teria já sido dissipada na Sexta à noite.

(5) Economics of Good and Evil. The Quest for Economic Meaning from Gilgamesh to WallStreet; New York, Oxfort University Press 2011; Edição alemã Carl Hanser Verlag München 2012, 274 páginas

lessly the politics of a parliament with its hands tied spectates as the global finance and banking world shifts huge sums of money around the planet in seconds. Between the parties in their own country and in the internal disputes in the EU, the room to manoeuvre was limited to reacting to crises. Given the hectic pace of life worldwide, the avoidance of chaos and travelling diplomacy were in the forefront of weekly conferences, whose results, regrettably, were already obsolete by the following day ...

THE GREED FOR MORE AND MORE

Progress? Where to? Why does everything have to grow all the time? "In the economics of desire, frugality is abolished," writes the Czech economist ***Tomáš Sedláček*** *(36), author of the bestseller* ***"Economics of Good and Evil"****.(5) In his book, he describes the way in which desire is awakened in human beings. Being constantly dissatisfied and wanting more is a natural phenomenon. "We can even go as far as to say that discontent is the engine of progress and of market capitalism. In our constant desire to have more and more, we have sacrificed the pleasantness of labor. We want too much and so we work too much. We are by far the richest civilization that has ever existed, but we are just as far from the word 'enough' or from satisfaction, if not further, than at any time in the distinct 'primitive' past. In one sentence: If we ourselves did not have to constantly increase GDP and productivity at all costs, we would not have to also constantly overwork ourselves in the 'sweat of our faces'."*

Sedláček*, Yale scholarship holder and one of the main speakers at the banking congress, identifies the banking industry's problem today of correctly defining the interest rate, as both an ethical and mathematical evil. "If bankers knew how to calculate interest rates correctly then Greece's bankruptcy would be just business as usual". He thus compares the banks' work of lending MONEY and determining the interest rate with a Friday visit to your local and with drinking beer, brandy and wine. Mind you, interest rates were always travelling through time. So, what are the similarities between MONEY and alcohol? People would soon realise that they could dance and even sing with alcohol. It would give them lots of energy. But with too much alcohol you know*

(5) Economics of Good and Evil. The Quest for Economic Meaning from Gilgamesh to Wall Street; New York, Oxford University Press 2011

DIE GIER NACH IMMER MEHR

Fortschritt? Wohin? Weshalb muss ständig alles wachsen? „In der Ökonomie des Begehrens wird die Genügsamkeit abgeschafft," schreibt der tschechische Ökonom **Tomáš Sedláček** (36), Autor des Bestsellers **„Die Ökonomie von Gut und Böse"**(5) Er beschreibt in seinem Buch den Zustand, wie im Menschen das Begehren erwacht. Ständig unzufrieden zu sein und mehr zu wollen, sei sein Naturphänomen. „Wir können sogar sagen, dass die Unzufriedenheit der Motor des Fortschritts und der Marktkapitalisierung ist. In unserem ständigen Begehren, immer mehr zu bekommen, haben wir das Angenehme an der Arbeit geopfert. Wir wollen zu viel und deswegen arbeiten wir zu viel. Wir sind die mit Abstand reichste Zivilisation aller Zeiten, doch wir sind mindestens genauso weit von dem Wort genug oder von Zufriedenheit entfernt wie in der fernen primitiven Vergangenheit. Um es mit einem Satz zu sagen: Wenn wir nicht ständig um jeden Preis das BIP und die Produktivität steigern müssten, müssten wir uns auch nicht ständig im Schweiße unseres Angesichtes überarbeiten..."

Sedláček, Yale-Stipendiat und einer der Hauptredner des Bankenkongresses, benennt das Problem des heutigen Bankgeschäfts, den Zinssatz korrekt zu definieren, als das eigentliche sowohl ethische als auch mathematische Übel. „Wenn Banker verstünden, wie Zinssätze richtig kalkuliert würden, wäre der Bankrott Griechenlands nur Business as usual". So vergleicht er die Arbeit der Banken, GELD zu verleihen und den Zinssatz zu bestimmen mit dem freitäglichen Gang in die Stammkneipe und dem Trinken von Bier, Schnaps und Wein. Wohlgemerkt seien Zinsen immer auf einer Reise durch die Zeit. Also, worin ähnelten sich GELD und Alkohol? Menschen würden bald merken, dass sie mit Alkohol tanzen und sogar singen könnten. Er würde ihnen viel Energie verleihen. Bei zu viel Alkohol allerdings wisse man aus Erfahrung gut, dass man am darauffolgenden Tag einen Kater hätte. Das ließe sich genau kalkulieren und übers Wochenende bewältigen. Mit Alkohol ließe sich übrigens auch eine Zeitreise unternehmen. Die Samstagmorgen-Energie würde bereits am Freitagabend auf den Kopf gehauen.

Bei einem Besäufnis am Sonntagabend aber

(5) „Die Ökonomie von Gut und Böse": Deutsche Ausgabe Carl Hanser Verlag München 2012, Seite 274

Numa bebedeira na noite de Domingo e numa ressaca na Segunda de manhã a situação já seria bem diferente, o que não seria muito inteligente, e especialmente não é recomendado para iniciantes. Mas com o álcool duas características seriam diferentes. Saberíamos que a ressaca está associada a dor de cabeça, e aproximadamente quanto tempo iria durar.

Sedláček diz para o público: "Agora imaginem que as dores de cabeça vinham em intervalos irregulares. Eles sentavam-se num bar na Sexta à noite e ingeriam grandes quantidades de álcool, dançavam e cantavam, mas não poderiam prever quando é que a ressaca iria bater à porta? Talvez no Domingo à noite olhassem para o relógio e exclamassem: raios, eu ainda não tive a minha ressaca! E se ela surgisse talvez bem mais tarde na Quarta ao meio dia a caminho do trabalho, antes de uma reunião de negócios importante? Certamente iriam ser bem mais cuidadosos com o álcool, não acham? Nos produtos financeiros e num prazo de 40 anos, também nós nunca poderíamos dizer se o reembolso integral seria feito no caso de um incumprimento. E porque nós não podemos prever o futuro e também não podemos calcular o futuro com os melhores economistas e matemáticos, não estaremos em posição de poder prever as crises económicas".

> **"O futuro é imprevisível: tanto a taxa de inflação como a quantidade do produto interno bruto.**

Então como os banqueiros podiam resolver o problema? O que, sem falta, deviam incluir nos seus cálculos seria a consciência de que fazem comércio com energia de alta potência que eles não podem influenciar. Mesmo no século XXI ninguém poderia calcular as taxas de juro correctas sobre os produtos bancários num longo período de tempo. O futuro é imprevisível: tanto a taxa de inflação como a quantidade do produto interno bruto. Tomáš Sedláček, consultor económico do ex-presidente Checo Vaclav Havel, economista-chefe do maior banco checo CSOB e docente da Carls-Universität em Praga conclui a sua comunicação no congresso da GABV com as palavras: "Nós não devemos olhar para a economia como se para um corpo neutro, como os físicos fazem. Um mundo financeiro e bancário sem um sistema de valores éticos não funciona. Deixem-nos nadar contra a corrente e limpar o sistema bancário."

only too well from experience that the next day you would have a hangover. That could be precisely calculated and overcome during the weekend. With alcohol you could also do a bit of time travelling: you could already scupper your Saturday morning energy on Friday night.

But if you got drunk on a Sunday evening and had a hangover on a Monday morning, much would be different, which would not be especially clever and not recommended to beginners. But two properties of alcohol were different: you knew that the headache was linked to the hangover, and about how long the whole thing would last.

> ***"The future is unpredictable: both the inflation rate and the level of GDP.***

Sedláček to the audience: "Imagine that would not be the case. Imagine hangovers would come at irregular intervals. In other words, you get drunk on a Friday evening and then it is Sunday evening and you realize, oh I did not have my hangover yet. Damn it. And that gone to issue Wednesday noon time while you're driving or while you have a very important business meeting. Now, of course if that would be the case we would drink much more cautiously, because we can't predict the future." (...) He said that, with financial products and a term to maturity of 40 years, you could also never say whether the full repayment would be made against the risk of a loss; because we can never predict the future and also because we cannot calculate the future with the best economic mathematicians, we would never be in the position of being able to predict economic crises.

So, how could bankers solve the problem? What they would have to include in their calculations is the knowledge that they are dealing with high percentage energy that they couldn't influence. Even in the 21st century, people cannot calculate correct interest rates for bank products over a longer period. The future is unpredictable: both the inflation rate and the level of GDP. Tomáš Sedláček, economic advisor to the former Czech president Václav Havel, chief economist of the biggest Czech bank CSOB and university lecturer at the Charles University in Prague brings his presentation at the GABV congress to a close with the words: "We should not look upon economics as a neutral body like physicists do. You cannot have a financial and banking world without an ethical value system. Let us swim against the flow and clear up the banking sector."

und einem Kater am Montagmorgen verhielte sich schon vieles anders, was nicht besonders clever wäre, besonders sei es Anfängern nicht zu empfehlen. Aber zwei Eigenschaften seien bei Alkohol anders. Man wisse, dass der Kater mit Kopfschmerzen verbunden sei und ungefähr, wie lange das Ganze anhielte.

Sedláček zum Publikum: „Jetzt stellen Sie sich aber einmal vor, die Kopfschmerzen kämen in unregelmäßigen Abständen. Sie säßen Freitagabends in ihrer Kneipe und tränken Unmengen Alkohol, tanzten und sängen, könnten aber nicht einschätzen, wann sie der Kater heimsuchen würde? Vielleicht würden sie am Sonntagabend auf die Uhr schauen und sich sagen, Donnerwetter ich hatte meinen Kater noch gar nicht. Der aber käme dann vielleicht erst viel später am Mittwochmittag auf dem Weg zur Arbeit, vor einem wichtigen Geschäftstermin? Ganz sicher würden sie dann alle vorsichtiger mit Alkohol umgehen, meinen sie nicht auch?" Bei Finanzprodukten und einer Laufzeit von 40 Jahren, könne man auch nie sagen, ob die volle Rückzahlung gegen das Risiko eines Ausfalls geleistet würde. Weil wir die Zukunft nicht vorhersagen könnten und auch weil wir mit den besten Wirtschaftsmathematikern die Zukunft nicht berechnen könnten, würden wir nicht in der Lage sein, Wirtschaftskrisen vorherzusagen.

> **Die Zukunft sei unvorhersehbar: die Inflationsrate ebenso wie die Höhe des Bruttoinlandsprodukts.**

Wie also könnten Banker das Problem lösen? Was sie mit in ihre Rechnung unbedingt einbeziehen müssten sei das Wissen, dass sie mit hochprozentiger Energie handelten, die sie nicht beeinflussen könnten. Selbst im 21. Jahrhundert könne man keine korrekten Zinssätze für Bankenprodukte über einen langen Zeitraum kalkulieren. Die Zukunft sei unvorhersehbar: die Inflationsrate ebenso wie die Höhe des Bruttoinlandsprodukts. Tomáš Sedláček, Wirtschaftsberater des früheren tschechischen Präsidenten Václav Havel, Chefökonom der größten tschechischen Bank CSOB und Universitätsdozent der Carls-Universität in Prag schließt seinen Vortrag auf dem GABV Kongress in Berlin mit den Worten: „Wir dürfen auf die Wirtschaft nicht herunterschauen wie auf einen neutralen Körper, wie Physiker das tun. Eine Finanz- und Bankenwelt ohne ethisches Wertesystem geht nicht. Lassen sie uns gegen den Strom anschwimmen und den Bankensektor aufräumen."

Que fazem dois jornalistas num congresso bancário na sua pausa para o almoço? Eles colocam-se numa longa fila, tiram comida do buffet, comem de pé e discutem soluções.

Um pergunta ao outro: *Por que Portugal tem 185 mil milhões de dívidas?*

O outro responde: *Porque nós nunca estamos satisfeitos com nada e nunca estaremos. Estamos*

What do two journalists at a banking congress do during their lunch break? They stand in a long queue, get a meal from the buffet, eat standing up and discuss solutions.

Says one to the other: *Why has Portugal got debts of 185 billion euros?*

The other replies: *Because we're not happy with anything and never will be. But we*

Was machen zwei Journalisten auf einem Bankenkongress in ihrer Mittagspause? Sie stellen sich in einer langen Reihe an, nehmen sich ein Essen vom Buffet, speisen im Stehen und diskutieren Lösungswege.

Sagt der eine zum anderen: *Warum hat Portugal 185 Milliarden Euro Schulden?*

Erwidert der andere: *Weil wir mit nichts zufrieden*

Crédit Coopératif · França | *France* | Frankreich

Transparência, solidariedade, respeito humano e compromisso com uma sociedade mais justa: o **Groupe SOS** começou em 1984 com trabalho social contra as drogas e VIH, habitação e trabalho. Em 44 empresas sociais, foi dado trabalho em 2001 a cerca de 10.000 colaboradores em mais de 300 hospitais, postos de enfermagem e lares de idosos e crianças, o que ajudou mais de 1 milhão de pessoas. O CRÉDIT COOPÉRATIF é o banco parceiro do **Groupe SOS**.

Transparency, solidarity, human respect and a commitment to a fair society: ***Groupe SOS*** *began in 1984 with social work against drugs and HIV with housing and employment. In 44 social businesses in 2011, some 10,000 people were employed in over 300 hospitals, nursing wards, homes for the elderly and children, which helped more than a million people. CRÉDIT COOPÉRATIF is the* ***Groupe SOS****'s partner bank.*

Transparenz, Solidarität, menschlicher Respekt & Verpflichtung zu fairer Gesellschaft: **Groupe SOS** begann in 1984 mit Sozialarbeit gegen Drogen & HIV mit Wohnen & Arbeit. In 44 sozialen Firmen wurden in 2011 rund 10.000 Mitarbeiter in mehr als 300 Krankenhäusern, Pflegestationen, Altenwohn- und Kinderheimen beschäftigt, die mehr als einer Mio. Menschen halfen. CRÉDIT COOPÉRATIF ist die Partnerbank von **Groupe SOS**.

Cultura Bank · Noruega | *Norway* | Norwegen

2004: começou em Oslo a **Kolonihagen Distribution & Maaemo** como produtora e distribuidora de frutas/legumes cultivados organicamente e produtos de pastelaria. Têm 10 clientes e empacotam os cestos na cozinha. Em 2007 abriram a padaria, em 2009 o seu café e em 2010 o restaurante gourmet. O CULTURA BANK financia esta empresa em crescimento. Em 2013 dispõem de 1.300 clientes, o restaurante tem 2 estrelas Michelin.

2004: ***Kolonihagen Distribution & Maaemo*** *in Oslo started very small as a producer and home deliverer of ecologically grown fruit/vegetables and baked items. They had ten clients and packed the baskets in the kitchen. In 2007, they opened a baker's, in 2007 their café and in 2010 the gourmet restaurant. CULTURA BANK finances the growing business. In 2013, they now have 1,300 clients and the restaurant has 2 Michelin stars.*

2004: **Kolonihagen Distribution & Maaemo** beginnt in Oslo ganz klein als Produzent und Hauslieferant ökologisch angebauter Früchte/Gemüse & Backwaren. Sie haben 10 Kunden und packen die Körbe in der Küche. In 2007 eröffnen sie ihre Bäckerei, 2009 ihr Café und 2010 das Gourmet-Restaurant. CULTURA BANK finanziert das wachsende Unternehmen. In 2013 besitzen sie 1.300 Kunden, das Restaurant 2 Michelin Sterne.

convencidos que a satisfação das nossas necessidades nos traria a felicidade.

Diz o primeiro: *Falso. Porque quanto mais temos, mais ainda queremos ter. Financiado pelo crédito. Assim surgem as dívidas. Trabalhar e pagar? Ah, fazemos isso amanhã. Temos mesmo que liquidar as dívidas?*

O segundo: *Boa pergunta. Nós compramos coisas que não precisamos, com dinheiro que não temos, para impressionar pessoas de quem não gostamos. Dúvido que sejamos verdadeiramente felizes e livres, com quanto mais ganharmos e possuirmos.*

O primeiro: *Possuirmos? Na verdade, o meu portátil pertence ao banco. Todos se queixam das drásticas medidas de austeridade. O cálice passa-se a todos. Tu bebias água se te oferecessem vinho? A pessoa é agora gananciosa e insaciável por natureza. Quando o banco te oferece dinheiro para comprar um computador, um carro ou um telemóvel, tu aceitas. Ou não?*

O segundo: *Compras um pedaço de lixo e terás outro grátis. Tudo tem que ser barato, não importa quanto um trabalhador na China recebeu por isso.*

O primeiro: *As causas da nossa crise de dívida estão em nós nos termos esquecido porque vivemos. Estamos convencidos que o consumo sacia-nos completamente. No entanto, provou-se que é exactamente o contrário. O consumo é como uma droga.*

O segundo: *O que está errado na sociedade, está errado também na economia. Todos os dias somos bombardeados com notícias e novelas, que nos contam histórias de ganância, avareza e egoísmo, e que nos ensinam que elas fazem parte da vida. Normas e valores culturais, contudo, não significam nada.*

O primeiro: *Na verdade, devemos estar gratos pelo que temos, porque temos muita coisa. A terra é um paraíso. Com temas e histórias destas os jornalistas não ganham dinheiro nenhum. Talvez por isso sejamos os únicos aqui?*

O segundo: *Muito bem. Então essa é a nossa chance.*

firmly believe that satisfying our needs will make us happy.

Says the first one: *That's wrong. Because the more we have, the more we want. On credit. That's how we get into debt. Work to pay it off? Oh, we can do that tomorrow. Anyway, do debts even need to be paid off?*

Second: *Good question. We buy things we don't need with money we don't have to impress people we don't like. I doubt whether we will really be happier and freer the more we earn and own.*

First: *Own? In fact, my laptop belongs to the bank. Everyone complains about the drastic cuts. Let everyone be spared this fate. Do you drink water if someone offers you wine? Humans are just naturally greedy and insatiable. If the banks offer you money for a computer, a car or a mobile phone, you take it, don't you?*

Second: *Buy a piece of rubbish and you get another one free. It has to be cheap, no matter how much a worker in China earns for it.*

First: *But the origins of our debt crisis are that we have forgotten why we are alive. We are convinced that consumption will satisfy us. But it has proved to be the case that the opposite applies. Consumption is like a drug.*

Second: *What is wrong with society, also goes wrong in the economy. Every day, we are fed a diet of news and soap operas which tell us stories of greed, meanness and self-interest and try to persuade us that that is what life is like. Cultural norms and values, on the other hand, mean nothing to us.*

First: *Actually, we should be grateful for what we've got, because we've got so much. The earth is a paradise. But with topics and stories like these, journalists don't earn any money. Maybe that's why we're the only ones here?*

Second: *Very good. Then, this is our chance.*

sind und es nie sein werden. Wir aber glauben fest daran, die Befriedigung unserer Bedürfnisse würde uns Zufriedenheit bringen.

Sagt der Erste: *Falsch. Denn je mehr wir haben, desto mehr wollen wir dazu. Kreditfinanziert. So entstehen die Schulden. Arbeiten und abbezahlen? Ach, das machen wir morgen. Müssen Schulden denn überhaupt zurückbezahlt werden?*

Zweite: *Gute Frage. Wir kaufen mit Geld, das wir nicht haben, Dinge die wir nicht brauchen, um Menschen die wir nicht mögen, damit zu beeindrucken. Ich zweifele daran, ob wir wirklich glücklicher und freier sein werden, je mehr wir verdienen und besitzen.*

Erste: *Besitzen? In Wirklichkeit gehört mein Laptop der Bank. Alle klagen über die drastischen Sparmaßnahmen. Der Kelch möge an jedem vorbeigereicht werden. Trinkst du Wasser, wenn Du Wein angeboten bekommst? Der Mensch ist nun mal von Natur aus gierig und unersättlich. Wenn dir die Banken Geld für einen Computer, ein Auto oder Handy anbieten, nimmst du es. Oder nicht?*

Zweite: *Kauf dir ein Stück Müll, und du bekommst gratis noch eins dazu. Billig muss es sein, egal wie viel Lohn ein Arbeiter in China dafür bekommt.*

Erste: *Die Ursachen unserer Schuldenkrise liegen doch darin, dass wir vergessen haben, warum wir leben. Wir sind überzeugt, dass der Konsum zu unserer Sättigung führt. Es hat sich jedoch erwiesen, dass das Gegenteil zutrifft. Konsum ist wie eine Droge.*

Zweite: *Was an der Gesellschaft nicht stimmt, läuft auch in der Wirtschaft falsch. Jeden Tag werden wir mit Nachrichten und Seifenopern gefüttert, die uns Geschichten von Habgier, Geiz und Eigennutz erzählen und uns weißmachen, dass die zum Leben dazugehörten. Kulturelle Normen und Werte hingegen bedeuten uns gar nichts.*

Erste: *Eigentlich sollten wir dankbar für das sein, was wir haben, denn wir haben so viel. Die Erde ist ein Paradies. Mit Themen und Geschichten wie diesen, verdienen Journalisten allerdings kein Geld. Vielleicht sind wir deswegen die einzigen hier?*

Zweite: *Sehr gut. Dann ist das unsere Chance.*

TRANSFORMANDO O MUNDO.

A Dra. Wendy Luhabe (55) viajou da África do Sul para Berlim. Ela é uma das poucas economistas mulheres estabelecidas no seu país. A ex-gerente da BMW-Africa do Sul e mestre iniciou o primeiro fundo de investimento privado para mulheres de negócios sul-africanas: o **Women Investment Portfolio Holdings**. Com um volume financeiro de 120 milhões de rands (cerca de 10 milhões), financia formação e ideias de negócios tidas por mulheres. A **ECO123** falou com ela sobre o novo papel da mulheres na economia e na banca.

ECO123: Fale-nos da sua história pessoal de sucesso na África do Sul.

Wendy Luhabe: Quando a África do Sul se tornou numa democracia, eu fui inspirada a observar como as mulheres podiam participar nas mudanças económicas. Criámos uma empresa de investimento e durante dois anos viajámos pelo país, educando mulheres sobre a economia e sobre como se tornarem investidoras na sua própria área. Estávamos a organizar 18.000 mulheres para se tornarem investidoras. Este foi um exemplo muito bem sucedido, que inspirou não só outras mulheres na África do Sul a encontrarem a confiança para participarem na economia, mas também para se tornarem empreendedoras em diferentes áreas da economia. Temos agora mulheres que são empreendedoras no minério, em diferentes sectores da economia, algo que há 20 anos atrás, antes de a África do Sul se ter tornado numa democracia, não existia. Entendemos que é uma iniciativa pioneira e um exemplo de algo que não foi ainda feito em mais nenhum lugar do mundo. Estamos extremamente orgulhosos da iniciativa e gostaríamos que as mulheres de outras partes do mundo aprendessem como podem criar algo similar no seu próprio país.

A entrevista completa e outras estão disponíveis em **www.eco123.info/eco-tv**

TRANSFORMING THE WORLD.

Dr. Wendy Luhabe (55) has come to Berlin from South Africa. She is one of the few established women economic specialists in her country. The former BMW manager with a Master's degree launched the first equity fund for South African business women: the ***Women Investment Portfolio Holdings****. With a funding budget of 120 million rand (approx. €10 million), she financed women's training and business ideas.* ***ECO123*** *spoke to her about the new role of women in the economy and banking.*

ECO123: Please could you tell us your very personal success story from South Africa.

Wendy Luhabe: *When South Africa became a democracy I was inspired to look how women could participate in economic changes. We created an investment company and for two years we travelled through the country educating women about the economy and how to become investors in their own area. We were organizing 18,000 women to become investors.*

This has been a very successful example. It has not only inspired other women in South Africa to find the confidence to participate in the economy but to become entrepreneurs in different fields of the economy. We now have women who are entrepreneurs in mining, in different sectors of economy, which 20 years ago before South Africa became a democracy, didn't exist.

As we do understand it is a pioneering initiative and it is an example that has not be done anywhere else in the world. We are extremely proud of it and would want women from other parts of the world to learn from how they can create something similar in their own country.

What do you think women can do better than men?

Wendy Luhabe: *I don't think it is the question of making something different and better than men. I think it's making women become part of the equation; of leadership, part of the decision making, part of being custodians and providing stewardship of the resources that are available in the world. At the moment we have an imbalance because men have just one agenda that has assumed most of the responsibilities and we can see that this is not sustainable. We need to tap into the entire human capital that exists in the world because we all exist here for a limited time – and therefore if we don't tap into the potential that we each represent – it is always half a solution. If we see it as a holistic solution we have to tap into both men and women.*

If we move further into the 21st century we will consciously create opportunities for women participating in decision making roles: for women as leaders of countries, we have only a few women as presidents. We don't know what would happen if women ruled the world, how the world would look like if women were in charge.

How does South Africa solve its problems in ecology and economics, for example in the case of jobs?

Wendy Luhabe: *We have similar challenges to the*

A entrevista completa e outras estão disponíveis em **www.eco123.info/eco-tv**

DIE WELT VERÄNDERN

Dr. Wendy Luhabe (55) ist aus Südafrika nach Berlin gereist. Sie gehört zu den wenigen etablieren Wirtschaftsfachfrauen ihres Landes. Die frühere BMW Managerin mit Masters initiierte den ersten Equity-Fond für südafrikanische Geschäftsfrauen: **The Women Investment Portfolio Holdings.** Mit einem Finanzvolumen von 120 Mio. Rand (ca. 10 Mio. €) finanzierte sie Ausbildung und Geschäftsideen von Frauen. **ECO123** sprach mit ihr über die neue Rolle von Frauen in Ökonomie und Bankwesen.

ECO123: Erzählen Sie uns Ihre ganz persönliche Erfolgsgeschichte aus Südafrika.

Wendy Luhabe: Als Südafrika eine Demokratie wurde, fühlte ich mich inspiriert ein Projekt anzustoßen das zum Ziel hatte, Frauen an den ökonomischen Veränderungen zu beteiligen. Wir gründeten eine Investmentfirma und reisten zwei Jahre durch das Land, um Frauen in Wirtschaftsfragen zu schulen, damit sie zu Investoren in ihrer eigenen Region wurden. Am Ende hatten wir 18.000 Frauen zu Investoren ausgebildet. Das ist ein sehr erfolgreiches Beispiel. Und damit nicht genug. Es hat nicht nur Frauen in Südafrika begeistert, ihr Selbstvertrauen durch aktive Teilnahme an einem ökonomischen Prozess zu stärken, sondern auch selbst Unternehmerinnen in verschiedenen Bereichen zu werden. Nun arbeiten Frauen als Ingenieurinnen im Bergbau und in ganz unterschiedlichen Bereichen der Wirtschaft. Das hatte es 20 Jahre zuvor, bevor Südafrika Demokratie wurde, nicht gegeben.

Wir haben uns als Pioniere einer Initiative verstanden, die es anderswo in dieser Welt bisher noch nicht gegeben hat. Deshalb sind wir auch riesig stolz darauf und möchten Frauen in anderen Teilen der Welt ermutigen von uns zu lernen, wie man ähnliches in einem anderen Land umsetzen kann.

ECO123: Was meinen Sie können Frauen anders und besser als Männer?

Wendy Luhabe: Ich denke nicht, dass es die Frage ist, was Frauen besser machen können als Männer. Ich denke aber, dass Frauen zu gleichen Teilen an Führungsaufgaben beteiligt werden sollten, dort wo Entscheidungen getroffen werden, sollten sie Teil der Hüter und Verwalter der Ressourcen sein, die weltweit zugänglich sind. Im Moment ist die Situation nicht im Lot, weil Männer nur eine Sichtweise haben, Verantwortung wahrzunehmen und wir sehen, dass diese nicht nachhaltig ist. Wir müssen das gesamte menschliche Kapital ausschöpfen, das in der Welt vorhanden ist, denn wir leben nur eine bestimmte Weile auf diesem Planeten – und wenn wir dieses Potential nicht ausschöpfen – ist das immer nur die halbe Lösung. Wenn wir es integrativ betrachten, haben wir gemeinsam - Frauen und Männer – zu gleichen Teilen die Welt zu erschließen. Auf dem weiteren Weg ins 21. Jahrhundert hinein werden wir viel bewusster Möglichkeiten für Frauen schaffen müssen, damit Frauen an Entscheidungen gleichermaßen mitwirken: Frauen, die Länder regieren. Wir haben bisher ja nur ein paar ganz wenige Frauen, die als Präsidenten Ländern vorstehen. Wir wissen ja gar nicht,

Dieses und alle anderen Interviews finden Sie auch unter **www.eco123.info/eco-tv**

JOÃO GONÇALVES

Triodos Bank • Holanda/Grã Bretanha | *The Netherlands/Great Britain* | Niederlande/Großbritannien

Bristol Together é um projecto de ex-reclusos que não conseguiam trabalho em lado nenhum. Foi então que o Jim teve a ideia de uma Companhia de Interesse da Comunidade, que compra casas em ruínas em leilões, restaura e volta a vendê-las. O TRIODOS BANK da Holanda esteve com eles desde o início e financiou a iniciação da firma, que tem agora seguidores noutras partes da Grã-Bretanha.

Bristol Together *is a project of ex-offenders who cannot find a job anywhere. Then Jim hit upon the idea of the Community Interest Company, which buys up houses at auction that are ripe for demolition, refurbishes them and re-sells them. TRIODOS BANK from the Netherlands was with them from the outset and funded the company's start-up, which is now being imitated in other parts of the country.*

Bristol Together ist ein Projekt von ehemaligen Strafgefangenen die nirgendwo einen Job bekommen. Dann kommt Jim auf die Idee der Community Interest Company, die in Auktionen abbruchreife Häuser aufkauft, renoviert und wieder verkauft. TRIODOS BANK aus den Niederlanden war von Anfang an mit dabei und finanzierte den Start-Up der Firma, die nun in anderen Teilen Großbritanniens Nachahmer findet.

Centenary Bank • Kampala, Uganda

A **Mpanga Growers Tea Factory** no Uganda Ocidental é desde a independência em 1966 um dos quatro antigos produtores de chá do estado. Em 1995 a produtora de chá foi privatizada e todos os trabalhadores puderam participar financeiramente dela. Graças ao CENTENARY BANK e a um crédito de 7,5 mil milhões de euros, a Mpanga tornou-se numa das maiores produtoras de chá do Uganda e fornece 4.700 colaboradores em cerca de 800 famílias.

Mpanga Growers Tea Factory *in western Uganda has been one of four former state-owned tea producers since independence in 1966. It was privatised in 1995 and all staff were able to have a financial stake in it. Thanks to CENTENARY BANK and a 7.5 million euro loan, Mpanga has become one of the biggest tea producers in Uganda and provides for some 4,700 employees in approximately 800 families.*

Mpanga Growers Tea Factory in West-Uganda ist seit der Unabhängigkeit in 1966 einer von vier früheren staatlichen Teeproduzenten. 1995 wurde der Teeproduzent privatisiert und alle Mitarbeiter konnten sich finanziell an ihr beteiligen. Dank der CENTENARY BANK und einem 7,5 Mio € Kredit ist Mpanga einer der größten Teeproduzenten Ugandas geworden und versorgt 4.700 Mitarbeiter in rund 800 Familien.

desafio social, combinando a ideia de fazer lucro com a ideia do investimento social.

Muito obrigado.

JOÃO GONÇALVES

rest of the world. We have high unemployment levels and what we were doing during the last 20 years and in what I have been involved in is promoting social entrepreneurship. It creates a culture in society where people create enterprises that are profitable - at the same time enterprises that are responding to social challenges. In my view this is really the solution. We have to create a revolution amongst the next generation of young people that does not follow just a capitalistic model that is completely unresponsive to the social challenge but combines the idea making profit with the idea of social investment.

Thank you very much.

was wäre, wenn Frauen die Welt regierten. Wie diese Welt dann aussehen würde, wenn Frauen ihren Job machen würden.

ECO123: Wie löst Südafrika seine Problematiken zwischen der Ökologie und der Ökonomie, zum Beispiel bei den Arbeitsplätzen?

Wendy Luhabe: Wir haben die gleichen Herausforderungen wie der Rest der Welt. Es gibt hohe Arbeitslosenquoten, aber was wir in den vergangenen 20 Jahren gemacht haben und worin ich eingebunden war, ist die Förderung vom sozialen Unternehmertum. Das schafft eine Kultur innerhalb einer Gesellschaft, in der Menschen Firmen gründen, Gewinn erwirtschaften und zur gleichen Zeit auf die sozialen Herausforderungen ihrer Zeit reagieren. Das ist meiner Ansicht nach die wirkliche Lösung. Wir müssen eine Revolution innerhalb der nächsten Generation von jungen Menschen initiieren, die nicht nur dem kapitalistischen Modell folget, das vollständig ohne Antwort auf die Herausforderungen der Zeit dasteht, sondern zwei Dinge miteinander verknüpfen: Gewinn machen in Verbindung mit sozialem Investment.

Vielen Dank.

O Dr. Simon Kagugube, presidente do Centenary Bank de Kampala (Uganda) é um dos 300 participantes no congresso da GABV. Estão presentes não só banqueiros e economistas dos EUA, Canadá, El Salvador, Bolívia, Perú, Suíça, Itália, França, Noruega, Dinamarca, Alemanha, Grã-Bretanha, Uganda, África do Sul, Mongólia, Bangladesh e Austrália, mas também funcionários de projectos de ONG's, investigadores de todas as disciplinas de reconhecidas universidades de elite e professores e seus alunos. O público sobre a cúpula de vidro do edifício das conferências é colorido. O sol fraco sobre Berlim ilumina o elegante Simon Gagugube: cabelo curto grisalho, fato escuro, camisa branca com gravata e pulover com um cachecol escuro em pele de camelo. Ele toma a palavra. É conciso e diz tudo numa frase: "Juntos temos que provar que o que estamos a fazer é melhor e depois vamos compartilhá-lo com todos os outros de fora." Ele estava convencido que os negócios bancários têm que ocorrer na base dos valores ecológicos e culturais. Nós vamos partilhar os nossos conhecimentos, aprender uns com os outros e cooperar internacionalmente. Cultura cooperativa. Após os workshops e discussões os participantes do congresso chegam a este consenso.

DO EGO-SISTEMA PARA O ECO-SISTEMA

No ano 2010, o volume das negociações em câmbios mundiais era de 1.500 trilhões de dólares americanos. O valor total do comércio internacional, no entanto, era só de 20 trilhões de dólares americanos.(6) Menos de 1,4 por cento das transacções de divisas tinha uma relação directa com a economia real. Adicionando os investimentos directos estrangeiros no comércio, chegamos aos

Dr. Simon Kagugube, Executive Director of Centenary Bank from Kampala (Uganda) is one of 300 participants at the GABV congress. It is not only bankers and economists from the USA, Canada, El Salvador, Bolivia, Peru, Switzerland, Italy, France, Norway, Denmark, Germany, Great Britain, Uganda, South Africa, Mongolia, Bangladesh and Australia that have come, but also project workers from NGOs, academics from all disciplines from respected elite universities and professors with their students. The audience under the glass dome of the conference building is diverse. The weak sun over Berlin shines on the slim Dr. Simon Gagugube: short grey hair, dark suit, white shirt with tie and pullover under a dark camel hair scarf. He asks to speak. What he says is to the point and is captured in one sentence. "We need to get together the proof that what we are doing is better and then we share it with all the others outside". He said he was convinced that banking had to be done on the basis of ecological and cultural values. We will have to share our knowledge, learn from each other and cooperate internationally. Cooperative Culture. Having reduced it to this common denominator, the congress participants head for the workshops and discussions.

FROM THE EGOSYSTEM TO THE ECOSYSTEM

In 2010, the total value of worldwide foreign exchange transactions was 1,500 trillion US dollars; in contrast, the total value of international trade was just 20 trillion US dollars.(6) Less than 1.4% of the foreign exchange transactions were directly related to the real economy. If you add in the foreign direct investment to trade, you get to 5%. 95% are transactions that have neither an economic nor socially use-

Dr. Simon Kagugube, Centenary Bank Vorstand aus Kampala (Uganda) ist einer von 300 Teilnehmern am GABV Kongress. Gekommen sind nicht nur Banker und Ökonomen aus den USA, Kanada, El Salvador, Bolivien, Peru, der Schweiz, Italien, Frankreich, Norwegen, Dänemark, Deutschland, Großbritannien, Uganda, Südafrika, der Mongolei, Bangladesch und Australien, sondern auch Projektarbeiter von NGO's, Wissenschaftler aller Disziplinen angesehener Elite-Universitäten und Professoren mit ihren Studenten. Das Publikum unter der Glaskuppel des Konferenzgebäudes ist bunt. Die schwache Sonne über Berlin belichtet den schlanken Simon Gagugube: graues kurzes Haar, dunkler Anzug, weißes Hemd mit Krawatte und Pullover unter dunklem Kamelhaarschal. Er meldet sich zu Wort. Was er sagt ist prägnant und es passt in einen Satz. „Wir alle zusammen müssen den Beweis erbringen, dass wir es besser können und besser machen. Dann teilen wir diese Information mit allen da draußen." Er ist überzeugt davon, dass Banking auf der Basis ökologischer und kultureller Werte stattfinden muss. Wir werden unser Wissen teilen, voneinander lernen und international kooperieren. Cooperate Culture. Auf diesen kurzen Nenner bringen es die Teilnehmer des Kongresses nach den Workshops.

VOM EGO-SYSTEM ZUM ECO-SYSTEM

Im Jahr 2010 betrug das Volumen der weltweiten Devisengeschäfte 1.500 Billionen US-Dollar, der Gesamtwert des internationalen Handels betrug hingegen nur 20 Billionen US-Dollar.(6) Weniger als 1,4 Prozent der Devisentransaktionen hatten einen direkten Bezug zur Realwirtschaft. Addieren wir die ausländischen Direktinvestitionen zum Handel hin-

(6) Dr. C. Otto Scharmer, Massachusetts Institute of Technology (MIT) – livro actual | *current book* | aktuelles Buch: "Theory U"

BRAC Bank · Bangladesh

Em Faridpur, **Mustafa Bepara** produz colchões e sofás em fibra de coco. Mustafa aprendeu artesanato, negócios, gestão, a procura e manutenção de parceiros e relações comerciais com o tio. O BRAC Bank apoia Mustafa desde 2006 com vários empréstimos e com formação na DANIDA Business--To-Business Network. As suas fibras naturais substituem o plástico e a espuma.

***Mustafa Bepara** in Faridpur produces mattresses and sofas from coconut fibre. Mustafa did an apprenticeship with his uncle and learnt the craft, business, management, the search for and maintenance of business partners and relationships. From 2006, BRAC Bank helped Mustafa with several loans and with further training in the DANIDA Business-To-Business Network. His natural fibres take the place of plastic and foam.*

Mustafa Bepara produziert in Faridpur aus Kokosnussfazern Matratzen und Sofas. Mustafa ging bei seinem Onkel in die Lehre und lernte Handwerk, Geschäft, Management, die Suche und Pflege von Geschäftspartnern und -beziehungen. BRAC Bank half Mustafa seit 2006 mit mehreren Krediten und mit Fortbildung im DANIDA Business-To-Business Netzwerk. Seine Naturfasern ersetzen weithin Plastik und Schaumstoffe.

cinco por cento. 95 por cento eram transacções que não satisfaziam nem um objectivo económico, nem um objectivo social razoável, refere o **Dr. Otto Scharmer** no congresso da GABV. Por isso, a ecologia ainda não é tida em conta.

O Antropósofo doutorado em Economia e Gestão pela Universidade de Herdecke, Alemanha, é co-fundador do **Massachusetts Institute of Technology** (a sabedoria colectiva molda o negócio) e vice-presidente do **Global Agenda Council** no Fórum Económico Mundial em Geneve. Ele reconhece como um dos pré-requisitos para solucionar a crise financeira, que os banqueiros comecem a aprender a deixar ir. A sua estratégia de solução: sair do EGO-Sistema para o ECO-Sistema.

Scharmer analisa perante o congresso a dissociação dos sectores financeiros e bancários internacionais da economia real, que resultou na crise financeira dos anos 1980 na América Latina, na crise financeira asiática dos anos 1990, na crise dos novos mercados do ano 2000 e da crise financeira global de 2008. Apesar das muitas facetas diferentes que revelaram esta crise, estaria sempre subjacente o mesmo problema: a crescente dissociação do mundo financeiro da economia real. Na sua análise, **Scharmer** observa no total oito áreas problemáticas existenciais (chamadas de dissociação) num mundo que é cada vez mais global e em mudança radical.

Uma economia que trabalha segundo velhos paradigmas e que só está orientada para o lucro linear, opera com um impacto ecológico de 1,5 planetas num planeta Terra com uma capacidade reduzida de regeneração. Isso leva também a um dilema social. 2,5 mil milhões de pessoas vivem abaixo do limiar da pobreza. Isso alimenta constantemente o barril de pólvora social. Nos Estados Unidos a percentagem mais rica da população possui uma fortuna maior do que os 90 por cento da classe baixa.

Um outro problema grave é que muitos líderes da política, economia e sociedade já não entendem as realidades da vida das pessoas. Eles ignoram que o Produto Interno Bruto nos países industrializados já não conduz mais ao bem estar e à qualidade de vida (7).

A sexta dissociação apresenta *déficits* graves nos processos de tomada de decisão. As instituições democráticas ignoram centenas de milhões de pessoas em temas como as condições de vida e futuro. O resgate de bancos sistemicamente importantes, companhias de seguros e países com dinheiro dos contribuintes foi apenas uma destas decisões.

A questão da propriedade cria uma outra dissociação: entre a propriedade privada e a do Estado falta um terceiro conceito social de propriedade no direito internacional, o de proteger o bem comum como a floresta tropical, as águas subterrâneas, oceanos, o solo, o ártico e o antártico, da superexploração. A oitava dissociação diz respeito ao tema tecnologia. Os gastos com a pesquisa e desenvolvimento não estão ainda orientados em satisfazer as necessidades das pessoas e das comunidades, e não se concentram nos problemas reais existentes.

*ful purpose, **Dr. Otto Scharmer** reported at the GABV congress. In the process, ecology is not taken into account at all.*

*Scharmer, who is an anthroposophist and completed his doctorate at Herdecke University (Germany) in Economics and Management, is co-founder of the Presencing Institute, teaches at the **Massachusetts Institute of Technology** (collective wisdom shapes business) and is vice president of the **Global Agenda Council** at the Geneva-based World Economic Forum. For him, one of the pre-conditions for solving the financial crisis is that bankers learn to let go. His strategy for a solution: to move away from the egosystem towards an ecosystem.*

*At the congress, **Scharmer** analyses the disconnect between the international finance and banking sector and the real economy, which led to the Latin American financial crisis in the 1980s, to the Asian financial crisis in the 1990s, to the crisis in the new economy of the 2000s and the global financial crisis of 2008. Despite the many different facets of these crises, the underlying problem was always the same: the growing disconnect between the financial world and the real economy. In his analysis, **Scharmer** noted a total of eight core problem areas (which he calls "disconnects") in a world which trades more and more globally and is in a state of fundamental upheaval.*

An economy working in accordance with old paradigms and only orientated towards linear monetary profit, operated with a footprint of 1.5 planets on an earth with a significantly reduced regeneration capacity, he said. That also led to a social dilemma. 2.5 billion people lived below the poverty line, which continually fed the social powder keg. In the USA, the richest 1% owned more assets than the bottom 90%.

According to Scharmer, a further serious problem was that many of the leading figures in politics, business and society no longer understood the realities of people's lives. They disregarded the fact that GDP in the industrialised countries did not lead to greater prosperity or quality of life (7).

The sixth disconnect was about serious shortcomings in decision-making processes: democratic institutions ignored hundreds of millions of people in relation to topics such as living conditions and the future. The rescue of key banks, insurance companies and countries with taxpayers' money was just one such decision.

The question of ownership created a further disconnect: alongside private and state ownership, there was a need in international law for a third, social concept of ownership, which would give general protection for common property such as rain forests, ground water, the oceans, the land, the Arctic and Antarctic against overexploitation. The eighth disconnect concerned the topic of technology. Spending on research and development still did not target the needs of people and societies and did not focus on problems that really existed.

(7) Ver ECO123, edição 1, página 23: Felicidade Interna Bruta - FIB

See ECO123, Edition 1, Page 23: Gross Domestic Happiness GDH

Siehe ECO123, Ausgabe 1, Seite 23: Inlandsglücksprodukt IGB

zu, kommen wir auf fünf Prozent. 95 Prozent seien Transaktionen, die weder einen ökonomisch noch sozial vernünftigen Zweck erfüllten, referiert Dr. Otto Scharmer auf dem GABV Kongress. Dabei sei die Ökologie noch gar nicht berücksichtigt.

Der an der Universität in Herdecke (Deutschland) in Wirtschaft und Management promovierte Anthroposoph Scharmer ist Mitbegründer des Presencing Instituts und lehrt an der **Massachusetts Institute of Technology** (collective wisdom shapes business) und Vizepräsident des **Global Agenda Council** im Genfer Weltwirtschaftsforum. Er sieht eine der Voraussetzungen für die Lösung der Finanzkrise darin, dass die Banker beginnen zu lernen, loszulassen. Seine Lösungsstrategie: Weg vom EGO- System hin zum ECO-System.

Scharmer analysiert vor dem Kongress die Entkopplung des internationalen Finanz- und Bankensektors von der Realwirtschaft, die in den 1980er Jahren in die lateinamerikanische Finanzkrise mündeten, in die asiatische Finanzkrise der 1990er Jahre, in die Neue-Markt-Krise der 2000er und die globale Finanzkrise von 2008. Trotz der vielen unterschiedlichen Facetten, die diese Krisen offenbarten, läge ihnen immer ein und dasselbe Problem zugrunde: die zunehmende Entkopplung der Finanzwelt von der realen Wirtschaft. In seiner Analyse beobachtet **Scharmer** insgesamt acht existenzielle Problemfelder (genannt Entkopplungen) in einer Welt, die zunehmend globaler handelt und in fundamentalen Umbrüchen steckt.

Eine Wirtschaft, die nach alten Paradigmen arbeitet und nur auf linearen Geldprofit ausgerichtet ist, operiere mit einer ökologischen Belastung von 1,5 Planeten auf einer Erde die eine wesentlich verminderte Regenerationsfähigkeit habe. Das münde auch in ein soziales Dilemma. 2,5 Milliarden Menschen leben unterhalb der Armutsgrenze. Das nähre stetig das soziale Pulverfass. In den USA besitzt das reichste Prozent der Bevölkerung ein größeres Vermögen als die unteren 90 Prozent.

Ein weiteres gravierendes Problem sei, dass viele Führungspersönlichkeiten in Politik, Wirtschaft und Gesellschaft die Lebenswirklichkeiten der Menschen nicht mehr verstünden. Sie ignorierten, dass das Bruttoinlandsprodukt in den Industrieländern nicht zu mehr Wohlstand und Lebensqualität führe (7).

Die sechste Entkopplung zeige gravierende Defizite in Entscheidungsfindungsprozessen: demokratische Institutionen ignorierten hunderte Millionen Menschen zu Themen wie Lebensbedingungen und Zukunft. Die Rettung systemrelevanter Banken, Versicherungen und Länder mit Geldern des Steuerzahlers war nur eine dieser Entscheidungen.

Die Eigentumsfrage schaffe eine weitere Entkopplung: neben Privat- und Staatseigentum fehlten im internationalen Recht ein drittes soziales Eigentumskonzept, das Gemeingüter wie Regenwald, Grundwasser, Meere, den Boden, Arktis und Antarktis generell vor Raubbau schütze. Die achte Entkopplung beträfe das Thema Technologie. Die Forschungs- und Entwicklungsausgaben orientierten sich immer noch nicht an den Bedürfnissen von Menschen und Gesellschaften und konzentrierten sich nicht auf die real existierenden Probleme.

First Green Bank · Florida, EUA | *USA*

King Grove, fundada em 1874, no coração da Florida, é uma exploração agrícola que já vai na sua 4ª geração. Até então activa na produção de citrinos e no desenvolvimento de habitações, quer agora investir na produção sustentável de laranjas, pêssegos, amoras, etc. O FIRST GREEN BANK obteve a sua licença como banco algumas semanas depois do início da crise financeira em 2008, e começou imediatamente o financiamento para a geração de energia solar.

***King Grove** (founded 1874) in the heart of Florida, is a fourth-generation farming business. As an alternative to monoculture of residential housing development, King Grove has evolved into a multi-crop organic farm that includes oranges, blueberries, peaches and timber. FIRST GREEN BANK got its bank licence a few weeks after the start of the 2008 financial crisis and immediately started financing the business, including electricity generation.*

King Grove (gegründet 1874) im Herzen Floridas ist ein bäuerlicher Betrieb in vierter Generation. Bisher im Zitrusfrucht-Anbau tätig und in der Wohnungsbauentwicklung möchte er in die nachhaltige Erzeugung von Orangen, Pfirsichen, Blaubeeren etc. investieren. FIRST GREEN BANK erhält seine Banklizenz einige Wochen nach Beginn der Finanzkrise 2008 und beginnt sofort mit der Finanzierung bis hin zu solarer Stromerzeugung.

A DECLARAÇÃO DE BERLIM

No seu discurso de encerramento, o congresso do GABV pediu aos legisladores para que os bancos se comprometam a fornecer transparência total nos seus modelos de negócio, bem como no uso do dinheiro; para que documentem as consequências sociais e ecológicas das instituições bancárias com base em indicadores de regulamentação obrigatórios; que a diversidade dos bancos (regionais) como único e importante objectivo na nova regulamentação do sistema bancário (mundial) seja determinada. Adeus Berlim. No regresso a Portugal, coloca-se a questão de qual será em Portugal o primeiro banco com um modelo de negócio sustentável e quando ele irá surgir. No próximo ano, o GABV terá lugar em Melbourne, Austrália. De barco estaríamos lá em seis semanas...

O fim do princípio: A pessoa trabalha, ganha dinheiro, abre uma conta bancária, deposita dinheiro, recebe juros, pergunta o que o banco faz com o dinheiro. A pessoa pede DINHEIRO emprestado ao banco e pergunta de onde ele vem, paga juros do crédito. O banco trabalha com dinheiro: quita, empresta; o banco pergunta ao cliente o que faz com o dinheiro; o banco investe; ganha, gasta e oferece dinheiro, cria produtos financeiros sociais e ecológicos, financia o trabalho e o ambiente. A pessoa assume a responsabilidade.

THE BERLIN DECLARATION.

In its concluding declaration, the GABV congress calls on legislators to require that all banks commit themselves to providing full transparency on their business models and the use of the funds entrusted to them and to documenting the social and ecological impact of banking business using regulatorily binding indicators; that the diversity of (regional) banks will be stipulated as a separate, important goal within the new regulation of the (global) banking system.

Goodbye to Berlin. On the way back to Portugal, the question arises about which Portuguese bank will be the first to adopt a sustainable business model, and when that will be. Next year, the GABV will be meeting in Melbourne, Australia. By ship, it'll take us a good six weeks to get there …

The end of the beginning: people work, earn money, open bank accounts, pay in money, get interest, and ask what the bank does with the money. They borrow money from the bank, ask where the money comes from, pay interest. The bank works with the money: gives receipts, borrows and lends; the bank asks clients what they're doing with the money; the bank invests, profits, donates and gives away money, creates social and ecological financial products, finances work and the environment. People assume responsibility.

DIE BERLINER ERKLÄRUNG.

Der GABV Kongress fordert in seiner Abschlusserklärung an die Gesetzgeber, dass sich alle Banken verpflichten müssten, vollständige Transparenz über ihre Geschäftsmodelle sowie die Verwendung der ihnen anvertrauten Gelder zu gewähren; die sozialen und ökologischen Folgen von Bankgeschäften anhand regulatorisch verbindlicher Indikatoren dokumentieren; die Vielfalt von (regionalen) Banken als eigenes und wichtiges Ziel bei der Neuregulierung des (weltweiten) Bankensystems festgeschrieben wird. Auf Wiedersehen Berlin. Auf dem Weg zurück nach Portugal stellt sich die Frage, welche Bank in Portugal als erste zum nachhaltigen Geschäftsmodel finden und wann das ein wird. Im nächsten Jahr trifft sich die GABV in Melbourne, Australien. Mit dem Schiff wären wir da gut sechs Wochen unterwegs…

Das Ende vom Anfang: Mensch arbeitet, verdient Geld, eröffnet Bankkonto, zahlt Geld ein, erhält Sparzinsen, fragt, was Bank mit Geld macht. Mensch leiht Geld bei Bank, fragt, woher Geld stammt, zahlt Kreditzinsen. Bank arbeitet mit Geld: quittiert, leiht und verleiht; Bank fragt Kunde was mit Geld macht; Bank investiert, gewinnt, spendet und verschenkt Geld, kreiert soziales und ökologisches Finanzprodukt, finanziert Arbeit und Umwelt. Mensch übernimmt Verantwortung.

Entrevista | ***Interview*** | ***Interview*** · PETER BLOM

ECO123: Como pode a banca sustentável mudar o mundo?

Peter Blom: Precisamos de dinheiro para mudar a nossa economia para mudar o nosso mundo. Só podemos financiar a mudança mudando as finanças.

Quais os três primeiros passos para mudar o mundo bancário?

Primeiro temos que conquistar a confiança das pessoas através da transparência. Segundo, os bancos têm que esclarecer de que forma eles querem contribuir para a sociedade, como contribuir para um planeta melhor e para uma vida melhor das pessoas, através da sustentabilidade. Terceiro, nós não vamos mudar o mundo com alguns bancos grandes, demasiado grandes para caírem. Assim sendo, precisamos de diversidade. Os bancos têm de estar próximos das pessoas e precisam perceber as necessidades das pessoas através da diversidade. Temos que reconcertarmo-nos com as pessoas, nos nossos bairros, nos seus sectores de trabalho.

Observando os países do sul da Europa, como Itália, Espanha e Portugal. No seu ponto de vista, como a situação nestes países pode mudar?

O que eu vejo é um forte sentido de comunidade. Vemos que um grande número de pessoas quer uma mudança, mas as mudanças têm que vir de baixo. O banco Triodos tem uma filial em Espanha. É aí que o banco sustentável desempenha o seu papel e onde podemos facilitar. Juntos podemos fazer isso. Essa é a diferença - fazer coisas pelo país. O velho sistema não pode facilitar. Estão demasiado ocupados a limpar os estragos que deixaram. A abordagem de baixo para cima é realmente importante.

O GABV já conta com 22 bancos. Disse que já existem mais alguns bancos em espera. Existe algum potencial candidato do sul da Europa - como Portugal, por exemplo - para participar no GABV?

Temos operações em Itália e Espanha, mas em Portugal ainda não. Há uma iniciativa prevista para Portugal. O país irá precisar dela. Se um banco do género viesse a ser iniciado em Portugal, seria muito bem recebido no clube do Aliança Global.

Um cliente de Portugal também pode abrir uma conta no vosso banco na Alemanha?

É claro. Nós temos clientes de Portugal, Espanha e França, e muitos na Áustria.

ECO123: How can sustainable banking change the world?

Peter Blom: *I think we need money to change our economy to change our world. You can only finance change if you change finance.*

What are the first three steps to change the banking world?

First, we need to gain trust of the people through transparency. Second, banks have to make clear how they want to contribute to the society, how to contribute to a better planet and a better life of the people, through sustainability. Third, we are not going to change the world with a few big banks, too big to fail. Therefore we need diversity. Banks need to be close to people and need to understand the needs of the people, through diversity. We need to reconnect with the people, in our neighborhoods, in their working sector.

If you see the southern European countries Italy, Spain and Portugal. From your point of view, how can the situation in these countries be changed?

What I see is a strong sense of community. We see that a lot of people want a change, but changes must come from the bottom. Triodos bank has an office in Spain. This is where sustainable banking plays its role and where we can facilitate. Together we can make it. That is the difference, doing things for the country. The old system cannot facilitate. They are too busy cleaning up their mess what they have left. The bottom up approach is really important.

There are 22 banks in GABV and you said there are some more banks in the queue? Do you see any candidate from southern Europe - like from Portugal - participating in GABV?

We have operations in Italy and Spain, not yet from Portugal. There is an initiative coming in Portugal. The country will need it. If such a bank would be started in Portugal it would be very welcomed in the Club of the Global Alliance.

Can a client from Portugal open an account with you in Germany?

Of course. We have clients from Portugal, Spain, and France, and many from Austria.

ECO123: Wie kann nachhaltiges Banking die Welt verändern?

Peter Blom: Ich denke, wir brauchen Geld, um die Wirtschaft zu verändern, um die Welt zu verbessern. Man kann Verbesserung nur finanzieren, in dem wir das Bankensystem verbessern.

Welches sind Ihre ersten drei Schritte, um die Bankenwelt zu verändern?

Erstens müssen wir das Vertrauen der Menschen durch Transparenz zurückgewinnen. Zweitens müssen Banken den Menschen klarmachen, wie sie etwas für die Gesellschaft leisten wollen, wie sie das Leben der Menschen auf diesen Planeten nachhaltig verbessern wollen. Drittens, Veränderungen funktionieren nicht mit ein paar großen Banken, die zu groß sind, als dass man sie einfach in Konkurs gehen lassen könnte. Deshalb brauchen wir Vielfalt. Banken müssen nah am Kunden arbeiten und müssen verstehen, was die Bedürfnisse ihrer Kunden sind. Banker müssen wieder eine Verbindung zu den einfachen Menschen bekommen, in der Nachbarschaft ansässig sein, zur Arbeit der Menschen einen Bezug finden.

Wenn Sie die südlichen Staaten Europas betrachten, Länder wie Italien, Spanien und Portugal. Was meinen Sie, wie lässt die Situation dort vor Ort verbessern?

Was ich dort sehe, ist ein starker Faktor der Gemeinsinn. Wir machen die Erfahrung, dass die Menschen dort Veränderung wollen, aber diese muss von unten kommen. Triodos Bank hat eine Zweigstelle in Spanien. Dort können wir nachhaltig ins Bankgeschäft eingreifen und weiterhelfen. Zusammen können wir einen Schritt weitergehen. Das ist auch der Unterschied. Auf diese Weise können für was für das Land tun.

Das alte Bankensystem kann die Probleme nicht lösen und helfen. Die sind damit beschäftigt, ihren Unrat, den sie anderen Leuten überlassen, zu beseitigen. Wirklich wichtig ist, dass eine Bewegung von unten entsteht und wächst.

Es gibt jetzt 22 Banken im alternativen GABV und Sie sagten, es gäbe noch einige, die hinzukommen würden. Sehen Sie irgendeinen Kanditaten aus dem südlichen Europa, zum Beispiel aus Portugal, den Sie in aufnehmen würden?

Wir operieren bereits in Italien und Spanien, noch nicht jedoch in Portugal. Da wird eine Initiative in Portugal kommen. Das Land braucht sie. Wenn solche eine Bank in Portugal gegründet würde, werden wir sie herzlich willkommen heißen im Klub der nachhaltigen Banken.

Vancity · Victoria, Colúmbia Britânica, Canadá | *British Columbia, Canada* | Britisch Columbia, Canada

Financiou, para o povo **Songhee**, um centro comunitário único com uma escola. Onde outros bancos recuaram no crédito dos 18 milhões de dólares de custos de construção, os banqueiros da VANCITY reconsideraram e discutiram ao longo de cinco anos todas as opções de financiamento, até que encontraram uma solução, porque onde há uma vontade há sempre uma solução. O reembolso está associado às futuras receitas de impostos.

*For the **Songhee** people, the bank finances their own community centre with a school. Where other banks backpedalled on the loan of the 18 million dollars for building costs, the bankers of VANCITY reconsidered and for five years discussed all the funding possibilities until they found a solution, because, as is well known, where there's a will there's a way. Repayments are linked to future tax revenues.*

Finanziert dem Stamm der **Songhees** ein eigenes Gemeindezentrum mit Schule. Wo andere Banken bei der Kreditierung der 18 Mio. Dollar Baukosten einen Rückzieher machten, überdachten die Banker von VANCITY und diskutierten fünf Jahre alle Finanzierungsmöglichkeiten bis sie eine Lösung fanden, denn wo ein Wille ist bekanntlich auch ein Weg. Die Rückzahlung wird an zukünftige Steuerrückzahlungen gekoppelt.

Entrevista | ***Interview*** | ***Interview*** · THOMAS JORBERG

ECO123: O GLS conta já com 143.000 clientes e um volume de negócios de 2,7 mil milhões de euros. Trata-se de um banco que cresceu bem nos últimos 25 anos. Onde quer o banco ainda chegar?

Thomas Jorberg: De facto, de momento estamos a crescer com muita força. Nós temos um aumento instantâneo de 2500 clientes por mês e vamos continuar a crescer nos próximos anos. A demanda por uma banca sócio-ecológica está lá.

Onde vai estar o GLS daqui a cinco anos?

Nós vemos o desenvolvimento que temos tido nos últimos anos, e vemos que isso vai continuar a taxas de cerca de 20 por cento. Estamos a viver ainda mais uma dinamização.

O GLS de Bochum tem filiais em Berlim, Hamburgo, Frankfurt, Estugarda, Freiburgo e Munique. Vão manter-se como um banco alemão, ou já estão a pensar em abrir filiais em outros países da Europa?

Nós somos um banco cooperativo. A nossa política de negócio é querer estar próximos dos clientes. Nesta medida, a Alemanha é a nossa área de negócio. Também temos clientes do estrangeiro, que têm os seus depósitos connosco. Empréstimos fazemos raramente. Fazemo-lo, então, em cooperação com outros membros da Aliança Global.

ECO123: The GLS already has 143,000 clients and a turnover of 2.7 billion euros. It is a bank that has grown well in the last 25 years. What is the bank's goal?

Thomas Jorberg: *It is true, we are growing fast at the moment. We are currently getting 2,500 new clients per month and we can see that we will continue to grow in this way in the coming years. The demand for social-ecological banking is there.*

Where will GLS be in five years' time?

We look at the development there has been in recent years and can see that it will continue at a rate of about 20%. We are witnessing an acceleration.

GLS from Bochum has branches in Berlin, Hamburg, Frankfurt, Stuttgart, Freiburg and Munich. Do you want to remain a German bank or are you already considering opening branches in other European countries?

We are a cooperative bank. Our business policy is that we want to remain close to our clients. To that extent, Germany is our area of business. We also have clients from abroad who have accounts with us; we don't often give loans. We do that in cooperation with other members of the Global Alliance.

ECO123: Die GLS hat bereits jetzt 143.000 Kunden und einen Umsatz von 2,7 Milliarden Euro. Sie ist eine Bank, die in den letzten 25 Jahren gut gewachsen ist. Wo will die Bank hin?

Thomas Jorberg: In der Tat wachsen wir im Moment sehr stark. Wir haben einen momentanen Zuwachs von 2.500 Kunden pro Monat und wir sehen, dass wir in den nächsten Jahren weiter so wachsen werden. Die Nachfrage nach einem sozial-ökologischem Bankgeschäft ist da.

Wo wird die GLS in fünf Jahren stehen?

Wir sehen die Entwicklung, die wir in den letzten Jahren gemacht haben und sehen, dass sich das mit Raten von um die 20 Prozent fortsetzen wird. Wir erleben eher noch eine Dynamisierung.

Die GLS aus Bochum besitzt Filialen in Berlin, Hamburg, Frankfurt, Stuttgart, Freiburg und München. Wollen Sie eine deutsche Bank bleiben, oder denken Sie bereits darüber nach, in anderen Ländern Europas Filialen zu öffnen?

Wir sind eine Genossenschaftsbank. Unsere Geschäftspolitik ist, dass wir nahe bei den Kunden sein wollen. Insofern ist Deutschland unser Geschäftsgebiet. Wir haben auch Kunden aus dem Ausland, die bei uns Einlagen haben, Kredite machen wir seltener. Das machen wir dann in Kooperation mit anderen Mitgliedern der Global Alliance.

Kann ein Kunde aus Portugal auch ein Konto bei Ihnen in Deutschland eröffnen?

Selbstverständlich. Wir haben Kunden aus Portugal, Spanien und Frankreich und sehr viele aus Österreich.

GLS Bank · Alemanha | *Germany* | Deutschland

Max Göbel sempre quis fundar um infantário e, entretanto, encontrou perto de Berlim o Jägerhof, um antigo Património Mundial pela UNESCO no Glienicke Park. Uma vez que Banco GLS financia projectos de educação, cultura e saúde, bem como agricultura biológica, projectos de energias renováveis e habitação, chegou-se a um acordo e a conversão foi realizada.

Max Göbel always wanted to start a kindergarten, and then found an old hunting lodge, the Jägerhof, an old UNESCO cultural heritage site in the Glienicke Park near Berlin. As the GLS bank finances education, culture and health as well as ecological agriculture, renewable energy and housing projects, an agreement was reached and the building was converted.

Max Göbel wollte schon immer einen Kindergarten gründen und fand dann in der Nähe von Berlin den Jägerhof, ein altes UNESCO Weltkulturerbe im Glienicke-Park. Da die GLS Bank Bildung, Kultur und Gesundheit ebenso finanziert wie ökologische Landwirtschaft, erneuerbare Energien und Wohnprojekte, wurde man sich einig und der Umbau verwirklicht.

HAVAI | Hugo Filipe Lopes

Surfing The Nations

Se existe alguém que leva à letra a divisa "pensar global, agir local", é Tom Bauer, membro fundador da ONG Surfing The Nations (STN). Sediada no Hawai e fundada em 1997, a STN surgiu como forma de Tom mesclar as suas duas paixões: fazer surf e trabalho humanitário.

O mote é contrariar a noção de que o surf é praticado por egomaníacos obcecados com o preenchimento pessoal. Mas também motivar os praticantes da modalidade a deixar a sua zona de conforto e proporcionar esperança e mudança às populações de locais carentes de ambas as coisas. Mas exactamente de que forma é que a prática de surf pode contribuir para isso?

If there is one person who takes the maxim "think globally, act locally" literally, it is Tom Bauer, founder member of the NGO Surfing The Nations (STN). Based in Hawaii and founded in 1997, STN allowed Tom to combine his two passions: surfing and humanitarian work.

The aim is to counteract the idea that surfing is something done by egomaniacs obsessed with personal fulfilment. But also to motivate practitioners to go out of their comfort zone and provide hope and change for local people who are in need of both of these things. But exactly how can surfing contribute to this?

Wenn jemand die Devise "global denken, lokal handeln" wörtlich nimmt, dann ist es Tom Bauer, Gründungsmitglied von Surfing the Nations (STN). Die Organisation wurde 1997 in Hawai gegründet und ermöglicht es Tom, seine beiden Leidenschaften zu vereinen: Surfen und humanitäre Arbeit.

Das Motto soll den Eindruck widerlegen, dass Surfen nur von Egomanen betrieben würde, die nur von persönlicher Selbsterfüllung besessen seien. Es soll aber auch die Surfer bewegen, ihre persönliche Komfortzone zu verlassen und Hoffnung und Wandel dahin zu bringen, wo beides fehlt. Doch wie soll der Surfsport dazu beitragen? Die STN hilft einheimischen Surfern in Ländern wie Bagladesch oder Indonesien, Surfklubs zu gründen.

A STN serve de base para que em sítios subdesenvolvidos, como o Bangladesh ou a Indonésia, os praticantes nativos de surf criem clubes. Estes clubes da modalidade poderão proporcionar-lhes estabilidade financeira através de aulas e aluguer de pranchas. Mas também poderão dinamizar a economia das comunidades locais, atraindo visitantes para a prática de surf em lugares praticamente virgens, como na década de 60 foi o caso do Hawai.

STN serves as a base for local surfers to create clubs in underdeveloped areas like Bangladesh or Indonesia. These surfing clubs can provide them with financial stability from lessons and board rentals. But it can also stimulate the economies of local communities by attracting visitors to go surfing in places that are practically untouched, as was the case in Hawaii in the 1960s.

SURFING THE NATIONS

Ser a mudança

A intervenção começou por ser local, recrutando jovens de Kalihi (Honolulu) onde inicialmente a organização esteve sediada. A primeira acção empreendida, e que ainda se encontra em vigor, foi o programa "Alimentar os esfomeados" aplicado no Bali, Indonésia. A partir daí aplicaram o mesmo procedimento em 30 países, basicamente em "qualquer sítio surfável com uma costa", nas palavras

Being the change

The work started off locally, recruiting young people from Kalihi (Honolulu), where the organisation was based to start with. The first campaign that was set up, and which is still running, was the programme "Feed the Hungry" in Bali, Indonesia. From then on they applied the same approach in 30 countries, basically

ENTREVISTA | *INTERVIEW* | INTERVIEW

Gisele Pitot · *Branding Director Surfing The Nations*

ECO123: Temos conhecimento que desde o ano passado existe uma filial da STN na Suécia. Vão trabalhar localmente, como a sede da STN? Como irão funcionar exactamente?

Gisele Pitot: A filial sueca da STN ainda está na sua fase embrionária – ainda se encontram a estabelecer redes de trabalho para que antigos funcionários e estagiários da STN no Havai se envolvam com entrepostos locais e participem em eventos de verão. Ainda não possui uma estrutura ou plano formalizados, mas temos vários funcionários que desenvolvem algo pioneiro por lá - fiquem atentos!

ECO123: I know that since last year there is an STN branch in Sweden. Will they act locally, like the STN headquarters? How will it work exactly?

Gisele Pitot: The STN Sweden branch is still in its very early fledgling stages - they are still setting up networks for former STN Hawaii interns and staff to get involved with local outreaches and take part in summer events. It does not have a formalized structure or plan as yet, but we have several staff members who are pioneering something there - watch this space!

Existem planos de expansão para o resto da Europa?

Para já não há planos para expandir no resto da Europa. O pessoal da STN sueca irá eventual e provavelmente (não estou 100% certa) aponta o seu âmbito internacional para França (dado que Biarritz tem óptimo surf) e Irlanda (também tem surf porreiro) e qualquer outro local onde as ondas chamem!

Are there any plans to expand to the rest of Europe?

There are no plans to expand into the rest of Europe yet. But it looks like the STN Sweden guys will be targeting their international outreaches to France, since Biarritz has great surf, and Ireland which also has cool surf, and anywhere else the waves call!

Já aconteceu algum contacto com alguém em Portugal? E se alguém aqui (e, já agora, em qualquer outro país) pretender integrar a STN, e talvez abrir uma filial em Portugal, como deveria proceder?

Que eu tenha conhecimento, não houve contactos em Portugal. Na eventualidade de expandirmos para aí, as pessoas que quisessem começar algo aí teriam de vir fazer um estágio obrigatório na sede no Havai, possivelmente trabalhar durante pelo menos um ano como funcionário no Havai – e então poderíamos falar! Não estou na posição de chamar franchise à STN, não abrimos filiais conforme nos apetece, apenas o fazemos quando sentimos que surge uma oportunidade real num país para que fiquemos por lá a longo prazo (como Sri Lanka, Bangladesh e Suécia).

Wir haben erfahren, dass es seit letztem Jahr auch eine Filiale von Surfing the Nations in Schweden gibt. Werden Sie da am Ort arbeiten, wie am Hauptsitz der STN? Wie genau soll das funktionieren?

Gisele Pitot: Die schwedische Filiale ist noch im Entwicklungsstadium. Wir müssen noch ein Netzwerk von älteren Mitarbeitern und Praktikanten der STN aus Hawai aufbauen, damit sie sich auf den lokalen Aussenposten einbringen und an den Sommeraktionen teilnehmen. Wir haben noch keine feste Struktur oder formelle Pläne, doch einige der Mitarbeiter leisten hier Pionierarbeit. Das wird spannend!

Gibt es Pläne, die STN auf den Rest von Europa auszuweiten?

Im Moment noch nicht. Das Team der schwedischen STN wird sich wahrscheinlich - 100% sicher bin ich mir nicht - auch nach Frankreich, Biarritz hat sehr gute Surfreviere, und nach Irland, das hat auch klasse Surfgebiete, orientieren, oder überall hin, wo die Wellen rufen!

Gab es schon einen Kontakt mit Portugal? Und wenn jemand von hier (oder aus irgendeinem anderen Land) sich der STN anschliessen oder eine Filiale eröffnen will, was muss er tun?

Soweit ich weiss, gab es keine Kontakte mit Portugal. Falls wir uns in diese Richtung ausdehnen wollen und jemand von dort etwas anfangen will, muss er ein obligatorisches Praktikum in unserem Hauptsitz auf Hawai machen, wahrscheinlich ein Jahr lang dort arbeiten, erst dann können wir reden! Die STN ist kein Franchise-Unternehmen, wir machen nicht überall, wo wir wollen Filialen auf, wir gehen nur dahin, wo wir eine reale Möglichkeit sehen, dass wir langfristig arbeiten können, wie in Sri Lanka, Bangladesch und Schweden.

Halten Sie Kontakt mit den Leuten, denen Sie geholfen haben, und wenn ja, haben Sie einige Erfolgsstories zu erzählen?

Ja, wir halten Kontakt zu unseren Freunden im Nahen Osten (Ägypten und Israel), in Bangladesch, Indonesien und Sri Lanka. Seit 17 Jahren besuchen wir einige dieser Länder regelmäßig einmal im Jahr. Wir sind sehr daran interessiert, in diese Länder zurückzukehren und haben kürzlich auch die Philippinen auf unsere Liste gesetzt. Wir glauben

Costumam manter contacto com as pessoas que ajudam pelo mundo? E, se sim, tem algumas histórias de sucesso para partilhar?

Sim, mantemos relações com os nosso amigos no Médio Oriente (Egipto e Israel), Bangladesh, Indonésia e Sri Lanka. Visitamos anualmente alguns destes países desde há 17 anos! Estamos empenhados em regressar a esses locais e recentemente adicionámos as Filipinas à lista. Acreditamos em construir relações de longo prazo e realmente trazer uma nova maneira de ser surfista a essas comunidades.

Quanto a histórias... hm, bem, uma história que ouvi recentemente proveio do nosso entreposto na Baía de Arugam, Sri Lanka. Um dos nossos membros do staff mais antigos de lá anda a ensinar um jovem adolescente chamado Siam a reparar dings (1) na prancha de surf. Segundo a história, desde que o Siam era um miúdo que acompanhava o pessoal do surf local, mas sempre fora do grupo. Frequentemente pedia que lhe ensinassem algumas dicas sobre reparar dings mas nunca esteve "dentro" do grupo para que o fizessem. Portanto o nosso homem, Andy, tomou responsabilidade pelo miúdo e transmitiu-lhe grandes capacidades de reparação de dings. O Siam consegue agora ser financeiramente autónomo. Mas mais do que isso, o Andy ensinou-lhe também excelentes práticas de negócio – como não enganar as pessoas, como manter clientes regulares tratando bem as pessoas, como se importar pela mercadoria, como gerir o seu dinheiro. Assim, não só o Siam tem neste momento uma excelente maneira de subsistir e apoiar a sua família no desporto que ele realmente ama, como se está a tornar um homem de carácter excepcional e um líder na sua comunidade.

(1) "Ding" é uma expressão inglesa que descreve de forma genérica qualquer estrago numa prancha.

"Ding" generically describes any damage on a surfboard.

„Ding" ist ein englischer Begriff, der ganz allgemein jeden Schaden am Surfbrett bezeichnet.

Has there ever been any contact with someone in Portugal? If someone would like to become part of STN, and start a branch, how should they proceed?

There has been no contact with Portugal that I know of. If we were to expand to a location, the people wanting to start something there would have to come and do a mandatory Internship at the Hawaii base, possibly serve at least a one year term as staff in Hawaii - and then we could talk! I am not in the position to call STN a franchise, we are not opening bases as we please, but rather only when we feel like a long-term opportunity opens up in a country (as per Sri Lanka, Bangladesh and Sweden).

Do you usually follow up on the people that you help around the world? And if so, do you have any stories of success that you could share?

We have ongoing relationships with our friends in the Middle East (Egypt and Israel), Bangladesh, as seen in the Gum for my Boat documentary (2009), Indonesia and Sri Lanka. We have been visiting some of these countries annually for up to 17 years! We are committed to returning to those places and have recently added the Philippines to that list. We believe in building long-term relationships and bringing a new way of being a surfer to these communities.

One story I heard recently was from our Sri Lankan outreach in Arugam Bay. One of our local long-term staff members has been teaching Siam, a teenager, how to repair surfboard dings. The story goes that ever since Siam was a young kid, he was hanging out with the local surf crew, but always on the outside. He often tried to get them to teach him some ding repair skills but he was never "in" enough. So our guy, Andy, took him under his wing and taught him some serious ding repair skills. Siam is now able to be financially self-sufficient. But more than that, Andy has been teaching Siam great business practices too: not to rip people off, how to keep repeat customers by treating people well, how to take care of his merchandise, how to manage his money. So not only does Siam now have a great way to support himself and his family within the sport he loves, but he is becoming a man of upstanding character and leadership in the community!

> **"Acreditamos em construir relações de longo prazo e realmente trazer uma nova maneira de ser surfista a essas comunidades.**
>
> ***We believe in building long-term relationships and bringing a new way of being a surfer to these communities.***
>
> **Wir glauben daran, langfristige Beziehungen aufzubauen und wirklich die neue Art, Surfer zu sein, in diese Weltgegenden zu tragen.**

daran, langfristige Beziehungen aufzubauen und wirklich die neue Art, Surfer zu sein, in diese Weltgegenden zu tragen.

Übrigens, Geschichten ....hm, eine Geschichte habe ich vor kurzem gehört, die kam von unserem Posten in Baía de Arugam, in Sri Lanka. Eines unserer ältesten Teammitglieder dort bringt also einem Jungen, der Siam heisst bei, Dings (1) am Surfbrett zu reparieren. Der Geschichte nach war Siam ein Kind, das sich immer in der Nähe der einheimischen Surfer aufgehalten hat, doch nie zu der Gruppe gehörte. Er hatte oft darum gebeten, dass man ihm ein paar Tipps gäbe, wie man Dings repariert, doch er war nie Insider und keiner erzählte ihm etwas. Schliesslich übernahm unser Mann Andy die Verantwortung für den Jungen und brachte ihm viel bei. Inzwischen ist Siam finanziell unabhängig. Aber darüberhinaus hat Andy ihm auch gute Geschäftspraktiken beigebracht, eben dass man keine Leute betrügt, wie man regelmäßige Kunden hält, indem man sie gut behandelt, wie man sich um die Waren kümmert, wie man sein Geld verwaltet. Auf diese Art hat Siam nicht nur eine hervorragende Möglichkeit, sich und seine Familie zu erhalten, er entwickelt sich auch zu einem charakterstarken Menschen und einem Führer in seiner Gemeinde.

SURFING THE NATIONS

de Tom. Actualmente, a distribuição de alimentos chega a mais de 2000 pessoas por semana. Estão estabelecidas equipas em dez países diferentes, através de um programa de estágios, sendo a Suécia o primeiro país europeu com uma filial da STN. Para acontecer o mesmo em Portugal, basta haver vontade.

O modo de operar da STN passa também por disponibilizar um estúdio musical e organizar concertos e workshops de artes performativas, como forma de promover o talento das comunidades jovens locais, organizando também formações em liderança e aulas de natação.

> **A Surfing The Nations fornece bens necessários e formação em várias áreas como forma de proporcionar estabilidade financeira.**

Um recurso por explorar

Ainda a nível internacional, a STN já efectuou acções em países tão distintos como o Egipto, a Jordânia, Sri Lanka, China, Qatar, Irão ou Israel. Tal como ao nível local, as acções não limitam o seu âmbito aos aspectos relacionados com o surf. Compreendem também a distribuição de bens muito necessários às comunidades, como alimentos ou vestuário, a instalação de sistemas de filtragem de água ou ensinar os locais a pesca com arpão. "Concluímos que os surfistas são um recurso por explorar no que diz respeito a ajudar comunidades necessitadas por todo o mundo" afirma Tom.

Se o surf, mais do que um desporto é um estilo de vida, a Surfing The Nations é sem dúvida a melhor encarnação do seu espírito.

in "any surfable place with a coast", in Tom's words. At present, food is distributed to over 2,000 people per week. Teams have been established in ten different countries through an internship programme; Sweden is the first European country to have a branch of STN. For the same thing to happen in Portugal, all that is needed is the will.

STN also operates by providing a music studio and organising concerts and performing arts workshops as a way of promoting the talent of young, local communities, as well as organising leadership training and swimming lessons.

> ***Surfing The Nations provides much needed goods and training in different areas as a way of ensuring financial stability.***

A resource to be put to good use

Also on an international scale, STN has already worked in countries as varied as Egypt, Jordan, Sri Lanka, China, Qatar, Iran and Israel. Like the work they do locally, the scope of their campaigns is not limited to things to do with surfing. They also include the distribution of goods that are much needed by different communities, such as food and clothing, the installation of water filtration systems and teaching local people how to fish with spears. "We concluded that surfers are a resource to be put to good use in helping needy communities all over the world," says Tom.

If surfing is a lifestyle and not just a sport, then Surfing The Nations is without doubt the best embodiment of its spirit.

Diese Klubs bieten finanzielle Stabilität durch Surfkurse oder Surfbrettvermietung. Doch sie können auch die lokale Wirtschaft ankurbeln, denn sie ziehen Gäste an, die an unberührten Orten surfen wollen. So war das in den 60er Jahren auf Hawai.

Den Wechsel herbeiführen

Zunächst war es eine lokale Sache. Jugendliche aus Kalihi (Honolulu), wo die Organisation ihren Sitz hat, wurden angeworben. Die erste Aktion, die immer noch läuft, war die "Speisung der Hungrigen" in Bali, Indonesien. Dann wurde das Programm auf 30 Länder ausgeweitet. "Auf praktisch jeden surfbaren Ort mit Küste", wie Tom sagt. Inzwischen erreicht die Speisung über 2.000 Menschen pro Woche. In zehn verschiedenen Ländern gibt es Arbeitsgruppen, die sich aus Praktikanten zusammensetzen, und Schweden ist das erste europäische Land mit einer Filiale der STN. Damit das auch in Portugal geschehen kann, braucht es nur etwas guten Willen. Die STN betreibt auch ein Musikstudio und organisiert Konzerte und Workshops in Performance Art, um junge Talente vor Ort zu fördern, und sie bietet Führungskräftetraining und Schwimmstunden an.

> **Surfing the Nations verteilt notwendige Güter und bietet Ausbildung auf verschiedenen Gebieten an, um finanzielle Stabilität zu fördern.**

Eine nutzbare Ressource

Auf internationaler Ebene hat die STN schon Aktionen in so verschiedenen Ländern wie Ägypten, Jordanien, Sri Lanka, China, Qatar, Iran oder Israel durchgeführt. Ebenso wie auf lokaler Ebene beschränken sich die Aktionen nicht nur auf Aspekte, die mit dem Surfen zu tun haben. Es werden auch notwendige Nahrungsmittel und Kleidung verteilt, Wasserfilter eingebaut oder das Fischen mit der Harpune gelehrt. "Wir haben festgestellt, dass die Surfer eine nutzbare Ressource sind, die notleidenden Menschen in der ganzen Welt helfen können", sagt Tom.

Wenn das Surfen nicht mehr nur als ein Sport sondern eher als eine Weltanschauung verstanden würde, dann ist Surfing the Nations zweifellos die beste Verwirklichung dieser Idee.

Surfing The Nations
P.O.Box 860366 - Wahiawa, Hawaii - 96786 USA
Tel.: 808 622 6234 • **Fax:** 808 622 6236
Email: info@surfingthenations.com • **Website:** www.surfingthenations.com

PORTUGAL | Hugo Filipe Lopes

Liberdade para as sementes?

No dia 6 de Maio foi aprovado no Parlamento Europeu o decreto-lei (1) que define a proibição de trocar sementes, com a excepção de particulares e empresas com menos de dez empregados.

Em Portugal, a iniciativa não é bem recebida por todos. O Movimento Sementes Livres visa alertar não só os agricultores, mas também o público em geral para as implicações deste decreto-lei que visa patentear as sementes. Lanka Horstink é a coordenadora desse movimento, parte da organização ambiental GAIA, uma das cinquenta associações que foi recentemente a Bruxelas exigir o direito de semear, trocar, reproduzir livremente as sementes. Não só o trabalham a fim de sensibilizar para esta questão, como também promovem acções práticas, como as Hortas Pela Diversidade cujo foco é precisamente manter a tradição da liberdade das sementes.

Entre as consequências da chamada "Lei das Sementes" contam-se, nas palavras de Lanka, "o agravar da burocracia e o perigo imediato da ilegalidade para as associações de conservação de sementes". Isto poderá resultar na impossibilidade de conservar as mesmas. Num país em que cerca de 80% da agricultura é tradicional, isto acarretaria grandes consequências para os produtores e para o consumidor final. No respeitante às instituições agrícolas, verificam-se opiniões divergentes, estando a CNJ (Confederação Nacional de Jovens Agricultores e do Desenvolvimento Rural) contra a aprovação do decreto lei e a CAP (Confederação dos Agricultores de Portugal) favorável à mudança.

> **A Europa era uma das poucas zonas nas quais a troca de sementes não estava sujeita a qualquer espécie de legislação.**

O abaixo-assinado contra o patenteamento das sementes contou com mais de 17.000 assinaturas, número suficiente para ser considerado no parlamento e manter acesa a luta.

Mais informações: | *Further information:* Mehr Info:

www.cbd.int/convention
www.oecd.org/tad/code/abouttheoecdseedschemes.htm
www.quercus.pt/documentos/campanhas/sementes-livres
www.cna.pt/dossiersementes.htm

HUGO FILIPE LOPES

Freedom for seeds?

On 6th May, the European Parliament approved the law (1) which defines the prohibition of seed swapping, with the exception of private individuals and companies with fewer than ten employees.

In Portugal, the initiative has not been well received by everyone. The "Seed Sovereignty Campaign" aims to alert not only farmers but also the general public to the implications of this law which aims to patent seeds. Lanka Horstink is the coordinator of this movement, part of the environmental organisation GAIA, one of the fifty associations which recently went to Brussels to demand the right to sow, swap and reproduce seeds freely. They work not only to raise people's awareness about this issue, they also organise practical campaigns such as "Gardens for Diversity", whose focus is precisely to keep the tradition of the freedom of seeds going.

> ***Europe was one of the few areas where seed swapping was not subject to any kind of legislation.***

The consequences of the so-called "Seed Law" include, in Lanka's words, "worsening bureaucracy and the immediate danger of illegality for seed saving associations". This could make it impossible for them to be saved. In a country where some 80% of agriculture is traditional, this would cause serious consequences for producers and for consumers. As regards the agricultural institutions, there are diverging opinions, with the CNJ (National Confederation of Young Farmers and Rural Development) being opposed to the law, and the CAP (Portuguese Farmers' Confederation) in favour of the change.

The petition against the patenting of seeds was signed by 17,000 people, sufficient to be considered by the Parliament and to keep the struggle alive.

Freiheit für das Saatgut?

Am 6. Mai wurde im Europaparlament ein Gesetz verabschiedet (1), das den Austausch von Saatgut verbietet. Die Ausnahme sind Privatpersonen und Firmen mit weniger als zehn Angestellten. In Portugal wurde das nicht überall begrüßt. Die Bewegung Sementes Livres (freie Samen) will nicht nur die Bauern, sondern auch die breite Öffentlichkeit auf die Auswirkungen dieses Gesetzes, das auf die Patentierung von Saatgut abzielt, aufmerksam machen. Lanka Horstink ist Koodinatorin der Initiative, die Teil der Umweltorganisation GAIA ist. Die wiederum ist eine von 50 Vereinigungen, die kürzlich in Brüssel das Recht eingefordert haben, Saatgut frei zu versäen, zu tauschen und zu vermehren. Sie wollen nicht nur die Bevölkerung für dieses Thema sensibilisieren, sondern bieten auch praktische Aktionen wie die Hortas Pela Diversidade an, deren Fokus auf eben dieser Freiheit für das Saatgut liegt. Lanka Horstink betont gegenüber ECO123: „Eine der Konsequenzen des neuen sogenannten EU-Saatgutgesetzes ist, dass die Bürokratie weiter wächst und dass die Vereinigungen, die Saatgut bewahren, in die Illegalität getrieben werden". Das könne dazu führen, dass gar kein Saatgut mehr aufbewahrt werden dürfe. In einem Land, in dem 80% der Landwirtschaft noch traditionell betrieben wird, bringt das einschneidende Konsequenzen für die Bauern und die Endverbraucher mit sich. Die landwirtschaftlichen Institutionen sind geteilter Meinung: die CNJ (Landesweite Konföderation der Jungen Landwirte und der Ländlichen Entwicklung) ist gegen die Ratifizierung des Gesetzes und die CAP (Konföderation der Landwirte Portugals) dafür.

> **Europa ist eines der wenigen Gebiete, in dem der Austausch von Saatgut nicht irgendwelchen Gesetzen unterworfen war.**

Die Aktion gegen die Patentierung des Saatgutes hat über 17.000 Unterschriften gebracht. Das ist genug, um im Parlament ernst genommen zu werden und um die Initiative weiterzuführen.

(1) www.ec.europa.eu/dgs/health_consumer/pressroom/docs/proposal_aphp_en.pdf

Movimento Sementes Livres | ***Seed Sovereignty Campaign***
Bewegung für freies Saatgut
GAIA - Grupo de Acção e Intervenção Ambiental
Centro Social da Aldeia das Amoreiras, Rua de Garvão, 7530-513 Aldeia das Amoreiras Odemira, Portugal • **Email:** gaia@gaia.org.pt • **Website:** www. gaia.org.pt/sosementes

ALBERTO SEVERINO

GUINÉ-BISSAU | António Veiga

Mulheres Guineenses em acção

Apesar das dificuldades, há muitos guineenses residentes e emigrantes - onde Portugal tem um papel importante - que procuram vias para melhorar o país, tentando inverter a lógica da fragilidade política, militar e económica.

Nesse sentido, um conjunto de mulheres guineenses residentes em Portugal resolveram juntar esforços a partir da experiência de Filomena Djassi. Mulher com ideias bem assentes, apesar da sua juventude já assume um papel claro de liderança. Após uma acção de formação, em Lisboa, com o grupo de mulheres, falou com a **ECO123**.

> **“ A ideia é repensar as nossas tradições, questionar os nossos valores.**

ECO123: Quem é a Filomena Djassi?

Filomena Djassi: Sou guineense, natural da região de Gabú (leste da Guiné). Pertenço a uma etnia de tradição muçulmana, tenho 28 anos. Estou em Portugal desde os 4 anos, vivi uns anos em Espanha. Licenciei-me em Serviço Social e trabalho em intervenção comunitária no concelho de Sintra.

Guinean women in action

Despite the difficulties, there are many Guineans - both residents and emigrants, in which Portugal plays an important part - who are looking for ways to improve the country, trying to reverse the trend towards political, military and economic fragility.

To this end, a group of Guinean women resident in Portugal decided to join forces drawing on the experience of Filomena Djassi. She is a woman with well-founded ideas, and, despite her youth, she is already taking on a leadership role. After a training course with a group of women in Lisbon, she spoke to ***ECO123****.*

> ***“ The idea is to rethink our traditions, question our values.***

ECO123: Who is Filomena Djassi?

Filomena Djassi: I'm from Guinea, originally from the region of Gabú (eastern Guinea). I belong to an ethnic group with Muslim traditions, and I'm 28 years old. I've been in Portugal since I was 4, and I spent a number of years in Spain. I graduated in Social Service, and work in community intervention in the municipality of Sintra.

Guinea - Frauen in Aktion

In Portugal leben viele Bürger Guinea-Bissaus, Residenten wie Immigranten. Portugal spielt eine wichtige Rolle, nachhaltige Lösungswege zu finden, die das Leben dort verbessern, um den Teufelskreis aus politischer, militärischer und wirtschaftlicher Schwäche zu durchbrechen.

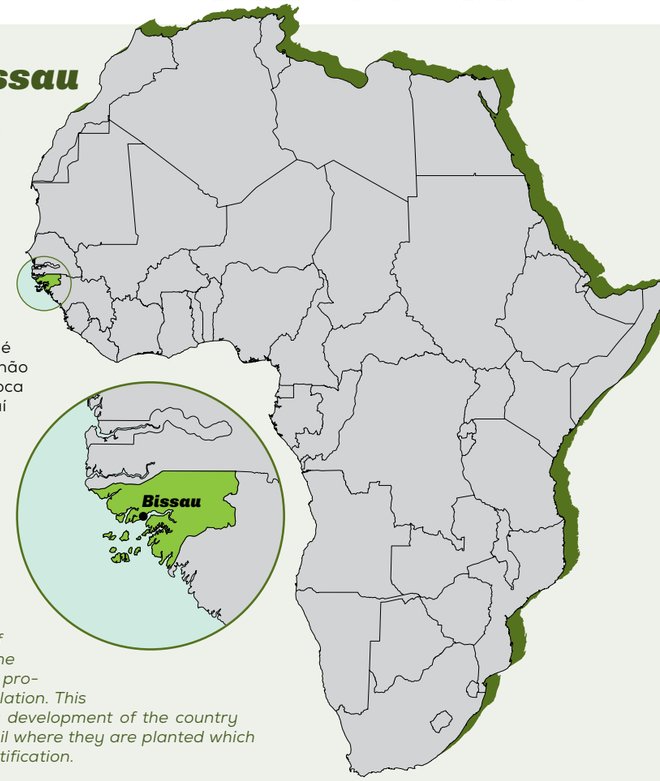
In diesem Sinne haben sich einige Frauen aus Guinea-Bissau, die in Portugal leben zusammengetan, um aus den Erfahrungen von Filomena Djassi zu schöpfen. Diese Frau hat klare Ideen und ist trotz ihrer Jugend schon eindeutig eine Führungspersönlichkeit. **ECO123** sprach mit ihr im Anschluss an ein Fortbildungsseminar mit einer Frauengruppe in Lissabon.

> **“ Wir beschlossen, unsere Traditionen zu überdenken, unsere Werte in Frage zu stellen.**

ECO123: Wer ist diese Filomena Djassi eigentlich?

Ich bin in Gabú, im Osten von Guinea-Bissau, geboren. Ich gehöre zu einer muslimischen Volksgruppe und bin 28 Jahre alt. Seit meinem vierten Lebensjahr wohne ich in Portugal. Ich habe hier Sozialarbeit studiert und arbeite in der Gemeindearbeit im Landkreis Sintra.

Guiné-Bissau | *Guinea-Bissau*



A Guiné-Bissau é um país pequeno, situado na costa da África Ocidental, com cerca de 1,5 milhões de habitantes. A população é composta por um mosaico de etnias, resultando numa diversidade cultural e religiosa assinalável. Desde a guerra civil de 1998, tem sido palco de uma grande instabilidade político-militar. A esta acresce o fenómeno do narcotráfico, que agrava ainda mais a vida do país.

País tradicionalmente agrícola, possui um mar rico em peixe. Em termos económicos, especializou-se na plantação da árvore da castanha do caju (cajueiro), sendo esta a principal exportação. A receita deste produto serve para importar arroz, que a Guiné deixou de produzir em quantidade suficiente, e que é a base alimentar da população. Esta situação de monocultura não serve o desejado desenvolvimento económico do país e provoca danos ambientais. O cajueiro seca os solos onde é plantado, daí que a sua disseminação descontrolada contribui para a desertificação a prazo.

Guinea-Bissau is a small country in West Africa with a population of about 1.5 million. The population consists of a wide range of ethnic groups which means that there is significant cultural and religious diversity. Since the 1998 civil war, it has seen great political and military instability; added to this is drug trafficking, which makes life in the country even more difficult.

A traditionally agricultural country, its seas are rich in fish. In economic terms, the country specialised in the plantation of cashew trees, with cashew nuts being its main export. The income from this product is used to import rice, which Guinea no longer produces in sufficient quantities and is the staple food for the population. This monoculture situation does not help with the desired economic development of the country and causes environmental damage. Cashew trees dry out the soil where they are planted which means that uncontrolled planting contributes to long-term desertification.

Guinea-Bissau ist ein kleines Land an der Ostküste Afrikas mit etwa 1,5 Millionen Einwohnern. Die Bevölkerung setzt sich aus vielen verschiedenen Ethnien zusammen, daher gibt es eine grosse kulturelle und religiöse Vielfalt. Seit dem Bürgerkrieg 1998 herrscht eine grosse politisch-militärische Instabilität. Zudem erschwert der Drogenhandel das Leben im Land.

Guinea-Bissau ist ein traditionell landwirtschaftlich geprägtes Land mit fischreichen Küsten. Es hat sich auf die Anpflanzung von Cashew-Bäumen spezialisiert und exportiert hauptsächlich Cashew-Nüsse. Von deren Erlös wird Reis importiert, den das Land nicht mehr ausreichend anpflanzt, der jedoch das Hauptnahrungsmittel der Bevölkerung ist. Diese Monokulturen behindern das wirtschaftliche Wachstum und schädigen die Umwelt. Der Cashew-Baum trocknet die Böden aus und sät sich unkontrolliert aus, was langfristig zur Wüstenbildung beiträgt.

Como é que surgiu a ideia de formar uma escola agrícola na Guiné-Bissau?

Surgiu desde a minha primeira viagem de retorno à Guiné, em 2008. Fui à minha terra de origem – “tabanca” (aldeia) de Sancava, Gabú – onde me apercebi da pobreza existente, com um modo de vida ligado à agricultura de subsistência. Nesse local nunca houve escola, pelo que a população é, em grande parte, analfabeta. Decidi numa primeira ideia ajudar a criar uma escola, mas achei que era importante ter uma intervenção mais abrangente, contribuindo para melhorar a produção agrícola local.

Verifiquei também que havia poucos guineenses com acesso à terra naquela zona pois ela pertence sobretudo a espanhóis e à cooperação internacional. Ao saber que era possível adquirir terra resolvi comprar 40 hectares, que me custaram cerca de 400 euros mais 2000 euros para tratar da legalização.

Como se está a concretizar o projecto?

Começámos, eu e alguns habitantes, por criar a infra-estrutura da escola criando uma instalação em cimento. Depois contratou-se uma extensionista rural, ou seja, uma pessoa com conhecimentos na agricultura e que recebeu uma formação

How did the idea come about to form an agricultural school in Guinea-Bissau?

It came about at the time of my first trip back to Guinea in 2008. I went back to my home area – “tabanca” (village) of Sancava, Gabú – where I noticed the poverty and a way of life linked to subsistence agriculture. There has never been a school there so that many people are illiterate. My first idea was to help to create a school but I thought it was important to get involved more widely, contributing to improving local agriculture.

I also realised that there were few Guineans with access to land, because it belongs mainly to Spanish people and to international cooperation organisations. When I learned that it was possible to acquire land, I decided to purchase 40 hectares, which cost me about 400 euros plus 2,000 euros to deal with legalisation.

How is the project being implemented?

Some residents and I started by creating the infrastructure for the school, by building a cement structure. Then a rural extension worker was contracted, a person with knowledge of agriculture and who had received training as a teacher. As this person lives in the city, they go to the school whenever I can manage to send money to pay them for their work and travel.

Wie kamen Sie auf die Idee, eine Landwirtschaftsschule in Guinea-Bissau zu eröffnen?

Die Idee hatte ich schon 2008 bei meiner ersten Rückkehr nach Guinea. Ich fuhr in meine Heimat in das “Tabanca” (Dorf) da Sancava in Gabú, wo ich erkannte, wie sehr die Armut mit der Form der Landwirtschaft zusammenhängt, die gerade nur mal zum Leben reicht. Dort gab es keine Schule. Große Teile der Bevölkerung sind Analphabeten. Meine erste Idee war, eine Schule zu bauen. Doch ich befand, dass eine umfassendere Lösung nötig war, auch um die landwirtschaftliche Produktion zu verbessern.

Ich habe aber auch feststellen müssen, dass viele Einheimische keine Möglichkeit haben, Land zu erwerben. Das gehört bereits spanischen Eigentümern und internationalen Konsortien. Als ich davon erfuhr, dass man doch noch Land erwerben konnte, kaufte ich sogleich 40 Hektar. Die haben mich 400 € gekostet, plus 2.000 € für die Legalisierung.

Wie wird das Projekt verwirklicht?

Einige Anwohner und ich haben mit der Infrastruktur für die Schule angefangen. Wir bauten ein Gebäude. Dann schufen wir eine Arbeitsstelle für eine Person mit landwirt-

FILOMENA DJASSI

FILOMENA DJASSI

em pedagogia. Como a pessoa vive na cidade, desloca-se à escola na medida em que consigo enviar dinheiro para pagar o trabalho e as deslocações.

“ Decidi, numa primeira ideia, ajudar a criar uma escola.

My first idea was to create a school.

Meine erste Idee war es, eine Schule zu bauen.

- Filomena Djassi

Como apareceu o grupo de mulheres da Musqueba?

A partir das dificuldades postas por este projecto comecei a pensar numa estrutura mais sustentável, que permitisse mudar a situação no terreno de um modo mais global. Considerei que era necessário um movimento colectivo, e concluí que, aqui em Portugal, na diáspora, era mais fácil criá-lo. Decidi mobilizar um conjunto de mulheres em torno de uma causa. A ideia é repensar as nossas tradições, questionar os nossos valores. O que fazemos actualmente é pensar em conjunto e criar vários espaços de intervenção cultural e social. O nosso grupo tem uma base mais fixa formada por sete das mulheres mais empenhadas, procedentes de diferentes etnias, diferentes regiões e diferentes religiões da Guiné.

How did the Musqueba women's group come into being?

As a consequence of the difficulties that arose during this project, I started to think about a more sustainable structure which would enable the situation to be changed on the ground in a more global manner. I thought that what was needed was a collective movement and concluded that it would be easier to set it up in the diaspora here in Portugal. I decided to mobilise a group of women around a cause. The idea is to rethink our traditions, question our values. What we are doing at the moment is thinking as a group and creating a number of places for getting involved culturally and socially. Our group has a firmer basis formed by seven of the more dedicated women, from different ethnic groups, different regions and different religions in Guinea.

O que pensa sobre a realidade actual da Guiné-Bissau?

As instituições não funcionam e a cooperação internacional está falida, no sentido de que não consegue inverter a situação negativa existente. No entanto existe uma sociedade civil forte e jovem. Penso também que as mulheres têm um papel importante a desempenhar. A Guiné é um país pequeno onde tudo está perto e por isso mudar o país é mais fácil do que noutras partes de África.

What is your view of the current situation in Guinea-Bissau?

The institutions don't work and international cooperation has failed in the sense that it cannot reverse the existing negative situation. However, there is a strong, young civil society. I also think that women have an important role to play. Guinea is a small country where everything is nearby and for this reason it is easier to change the country than in other parts of Africa.

Wie entstand die Gruppe der Frauen von Musqueba?

Da mein Projekt mit vielen Schwierigkeiten begann, fing ich an, über nachhaltigere Lösungen nachzudenken, um die Situation auf dem Land umfassender zu verbessern. Ich fand, dass es eine gemeinsame Bewegung geben sollte: Ich kam zu dem Ergebnis, dass das hier in Portugal, in der Diaspora, einfacher zu verwirklichen sei. Also begeisterte ich eine Gruppe von Frauen für diese Sache. Wir beschlossen, unsere Traditionen zu überdenken, unsere Werte in Frage zu stellen. Gerade tauschen wir uns in der Gruppe aus und suchen die verschiedenen Gebiete aus, auf denen wir kulturell und sozial intervenieren wollen. Unsere Gruppe hat einen festen Kern von sieben engagierteren Frauen, die aus den verschiedenen Ethnien, Regionen und Religionen Guinea-Bissaus stammen.

Was denken Sie über die aktuelle Lage in Guinea-Bissau?

Die Institutionen funktionieren nicht mehr. Die internationale Kooperation ist gescheitert. Eine Verbesserung der schlechten Lage ist nicht in Sicht. Doch es gibt eine starke, junge Bevölkerung. Ich meine, dass auch die Frauen eine wichtige Rolle spielen müssen. Guinea-Bissau ist ein kleines Land. Hier ist alles nah beieinander, deswegen ist es einfacher, etwas zu verändern als in vielen anderen Teilen Afrikas.

FILOMENA DJASSI

Contactos do projecto e para donativos
Pode direccionar o seu donativo/investimento para o projecto que pretende apoiar.

Contact details & donations
Donations/investments can be sent to the project you wish to support.

Kontakte des Projektes, Spenden und Investitionen
Jeder Spender/Investor kann sich das Projekt aussuchen, das er unterestützen will.

Trav. Pedras Negras, Nº 1, 4º Andar - 1100-404 Lisboa • **Tel:** 969 196 291 (Diana Lopes)
escolaagricolamusqueba@mail.com • www.projetos.academiaubuntu.org/musqueba

NUTRIÇÃO | Hugo Filipe Lopes

Um super alimento esquecido

Actualmente, quando se pensa em arroz raramente é na forma integral. Porém, desde o advento da agricultura, a base tradicional da alimentação humana foram os cereais integrais.

Apenas quando o ritmo e os padrões de consumo foram alterados, o factor conveniência forçou uma mudança nos hábitos alimentares, passando a ser integrados regularmente os alimentados refinados. O arroz integral é um dos alimentos mais completos e equilibrados, promovendo a estabilidade da insulina e glicémia no sangue. A fibra presente pode também contribuir na diminuição do colesterol (1) e do risco de alguns tipos de cancro (2).

Por sua vez, o arroz refinado está directamente relacionado com a Diabetes Tipo 2 (3), devido à velocidade de libertação de glicose no sangue, e à Obesidade (4), pois ao não saciar impele à ingestão de mais alimentos. Derivado ainda da perda de determinados nutrientes no processo de refinamento, o consumo prolongado de arroz branco pode provocar desnutrição de Vitaminas do complexo B.

Além de importantes minerais como o cálcio, magnésio, cobre, ferro e zinco, o arroz integral contém um ácido, denominado pítico (pitato) no seu farelo. Este ácido impede a absorção dos minerais presentes no arroz por parte do intestino, e essa é a razão pela qual deve ser demolhado durante pelo menos 8h antes de ser cozinhado. Não só o arroz integral é um alimento constante nas dietas tradicionais como é uma solução económica, saudável, natural e saborosa.

“ O arroz integral é um dos alimentos mais completos e equilibrados, promovendo a estabilidade da insulina, a saciedade e a diminuição do colesterol e risco de cancro.

Whole-grain rice is one of the most complete and balanced foodstuffs, promoting the stability of insulin, satiation and the lowering of cholesterol and the risk of cancer.

Naturreis ist eins der vollwertigsten und ausgeglichensten Lebensmittel, er gleicht die Blutzuckerwerte aus, sättigt und senkt die Cholesterinwerte und das Krebsrisiko.

HUGO FILIPE LOPES

A forgotten super food

At present, when people think about rice, it is not often in its whole-grain form. However, since the beginnings of agriculture it was whole-grain cereals that traditionally formed the basis of human nutrition.

It was only when the rate and patterns of consumption changed that the factor of convenience forced a change in eating habits, with refined foodstuffs regularly being used. Whole-grain rice is one of the most complete and balanced foodstuffs, promoting the stability of insulin and glucose levels in the blood. The fibre it contains can also contribute to the lowering of cholesterol (1) and the risk of some types of cancer (2).

For its part, refined rice is directly related to type 2 diabetes (3) owing to the speed at which glucose is released into the blood, and to obesity (4); because it is not satiating, it leads people to eat more food. Also stemming from the loss of certain nutrients during the refining process, the prolonged consumption of white rice can cause a lack of vitamin B complex.

Apart from important minerals such as calcium, magnesium, copper, iron and zinc, whole-grain rice contains phytic acid (phytate) in its bran. This acid impedes the absorption of minerals present in the rice by the intestine, and it is for this reason that it must first be soaked for at least eight hours before being cooked. Whole-grain rice is not only a foodstuff that appears in traditional diets, it is also an economical, healthy, natural and tasty solution.

Das vergessene Essen

Wenn man heutzutage an Reis denkt, dann eher selten an Vollkornreis. Dabei ist seit Beginn der Landwirtschaft das volle Korn die Grundlage der menschlichen Ernährung.

Erst als sich der Lebensrhythmus der Menschen und ihre Konsummuster änderten, erzwang der Faktor der schnellen Verfügbarkeit eine Änderung der Ernährungsgewohnheiten hin zu verfeinerten Nahrungsmitteln. Naturreis ist eins der vollwertigsten und ausgeglichensten Lebensmittel. Er gleicht die Blutzucker- und Insulinwerte aus. Seine Fasern tragen zur Cholesterinsenkung (1) bei und vermindern das Risiko einiger Krebsarten (2). Andererseits wird weißer Reis direkt mit Diabetes Typ 2 (3) in Verbindung gebracht, da er sehr schnell Zucker im Blut freisetzt - und auch mit Fettleibigkeit (4), da er kaum sättigt und daher eher verleitet, mehr zu essen. Außerdem gehen beim Schälen bestimmte Nährstoffe verloren, daher kann regelmäßiger Verzehr von weißem Reis zu Unterversorgung mit Vitaminen des B-Komplexes führen. Der Vollkornreis enthält außer wichtigen Mineralien wie Kalzium, Magnesium, Kupfer, Eisen und Zink eine Säure, die sogenannte Phytinsäure in seiner Schale. Diese Säure verhindert die Aufnahme der Mineralien im Darm. Deshalb sollte der Reis mindestens acht Stunden eingeweicht werden, bevor er gekocht wird. Der Vollkornreis ist nicht nur ein traditionelles Nahrungsmittel, sondern auch erschwinglich, gesund, natürlich und lecker.

(1) Anderson JW, Hanna TJ, Peng X, Kryscio RJ. Whole grain foods and heart disease risk. J Am Coll Nutr 2000 Jun;19(3 Suppl):291S-9S. PMID:17670.

(2) Cade JE, Burley VJ, Greenwood DC. Dietary fibre and risk of breast cancer in the UK Women's Cohort Study. Int J Epidemiol. 2007 Jan 24; [Epub ahead of print] . 2007. PMID:17251246.

(3) Emily A Hu, An Pan, Vasanti Malik, Qi Sun. White rice consumption and risk of type 2 diabetes: meta-analysis and systematic review. BMJ 2012; 344 doi

(4) Lutsey PL, Jacobs DR Jr, Kori S, Mayer-Davis E, Shea S, Steffen LM, Szklo M, Tracy R. Whole grain intake and its cross-sectional association with obesity, insulin resistance, inflammation, diabetes and subclinical CVD: The MESA Study. Br J Nutr. 2007 Aug;98(2):397-405. Epub 2007 Mar 29

PORTUGAL | João Gonçalves

Agora, "Deixem-nos Respirar."

Now, "Let us Breathe."

Jetzt: "Lasst uns atmen!"

Karl Heinz Stock nasceu na Alemanha em 1952. Empreendedor por vocação e economista de profissão, é um "self made man" enquanto empresário do ramo petrolífero na Rússia. Vivendo agora em Portugal, dedica-se às suas duas paixões: vinho e escultura, conciliadas no projecto Quinta dos Vales (1).

Afirma que Portugal é considerado, em termos internacionais, como um país extremamente burocrático ao nível empresarial. E isto quer em questões contratuais como logísticas (transporte, armazenagem dos produtos). Factores que, considera, tornam o nosso país pouco produtivo e, por conseguinte, pouco atractivo para investidores estrangeiros, dificultando a recuperação económica e financeira.

> **"A sociedade mudou, a economia mudou e é por isso que a administração também tem que mudar.**

Preocupado com a situação, agrupou cidadãos e empresários e criou o movimento "Deixem-nos Respirar" (2). Defendem soluções práticas e competitivas (apresentadas no seu manifesto), aplicáveis através do diálogo com os nossos governantes.

Para nos dar a conhecer este movimento, a **ECO123** entrevistou o seu criador e mentor.

ECO123: Quais são os objectivos do movimento "Deixem-nos Respirar"?

Karl Heinz Stock was born in Germany in 1952. An entrepreneur by vocation and an economist by profession, he's a "self-made man", a businessman in the petroleum industry in Russia. He now lives in Portugal and devotes himself to his two passions – wine and sculpture, brought together in the project Quinta dos Vales (1).

He says that, in international terms, Portugal is regarded as being an extremely bureaucratic country for businesses. And this applies in both contractual and logistical matters (transport, storage of products). Factors which, he says, have made our country less productive and consequently less attractive for foreign investors, making it more difficult for the country to recover economically and financially.

> ***"Society has changed, the economy has changed and that is why the administration needs to change as well.***

As he was concerned about this situation, he brought together citizens and businesspeople and created the movement "Let us Breathe" (2). They argue in favour of practical and competitive solutions (presented in their manifesto), which can be applied through dialogue with the government.

*In order to familiarise us with this movement, **ECO123** interviewed its founder and mentor.*

Karl Heinz Stock wurde 1952 in Deutschland geboren. Er ist Unternehmer von Berufung, Volkswirt von Beruf und nicht zuletzt Selfmade-Mann im russischen Erdölgeschäft. Seit einigen Jahren lebt er in Portugal und widmet sich seinen beiden Leidenschaften: Dem Wein und den Skulpturen, vereinigt in seinem Projekt Quinta dos Vales (1).

Er sagt, dass Portugal international als ein Land angesehen wird, in dem die Bürokratie die Wirtschaft extrem behindere. Das betreffe sowohl die Gesetzeslage als auch die Logistik (Transporte, Lagerung der Produkte). Diese Faktoren machten das Land wenig produktiv und daher für ausländische Investoren noch weniger attraktiv. Das erschwere die Erholung der Wirtschaft und die Gesundung der Finanzlage im Besonderen. Besorgt über diese Situation gründete er mit Bürgern und Unternehmern die Initiative „Lasst uns atmen" (2). Sie spricht sich für praktische und wettbewerbsfähige Lösungen aus (die in der Satzung vorgestellt werden) und vertritt diese im Dialog mit Mitgliedern der portugiesischen Regierung. **ECO123** sprach mit Karl-Heinz Stock und stellt die Initiative vor.

> **Die Gesellschaft hat sich geändert, die Wirtschaft ebenso, nun muss sich die Verwaltung ändern.**

KHS: É principalmente responsabilidade civil. Não podia acreditar quando constatei as dificuldades que toda a gente tinha e tem para transportar bens de A para B e a necessidade de ter uma Guia ligada por registo electrónico às Finanças. Compreendi que algo estava errado. Fiz alguma investigação e pedi a pessoas para contactarem as Finanças, questionando se aquilo era realmente a sério. Mais tarde compreendi a seriedade desta situação e tentei sensibilizar alguns dos meus sócios e amigos portugueses para que erguessem a sua voz, dizendo "Atenção que deve haver aqui um engano, isto não pode ser assim!" Estas Guias de Transporte não existem em países economicamente bem sucedidos e desenvolvidos. Porquê? Porque não são necessárias.

Ao reduzirmos a burocracia, conseguiremos aumentar a produtividade? E, no processo, não irão pessoas perder o emprego?

A situação em Portugal é a seguinte: não podemos aumentar mais os impostos - já são os mais elevados na Europa - e não podemos cortar mais despesas. Então onde conseguir dinheiro? Aumentando a produtividade. Esta pode ser aumentada de duas maneiras. A primeira é pelo investimento na educação. Tendo pessoas mais inteligentes e mais educadas, teremos mais e melhor produção. Ou investir em desenvolvimento e pesquisa. Ambos requerem tempo e dinheiro - recursos que não temos. Então o que resta? A única maneira de aumentar a produtividade agora é reduzir os obstáculos, como por exemplo as Guias de Transporte. E quando a economia ganhar capacidade para crescer, também estaremos a criar novos empregos.

Que soluções para o futuro?

O futuro será bom, Portugal terá tudo se tudo for feito correctamente. Mas temos que falar com as pessoas no poder. Não faz sentido entrarmos em confronto directo com a administração porque não é culpa desta. A culpa é dos líderes políticos e dos líderes da administração que não querem fazer mudanças. A sociedade mudou, a economia mudou e é por isso que a administração também tem que mudar.

(1) www.quintadosvales.eu

(2) www.deixemnosrespirar.com

Veja esta entrevista na íntegra em:
You can watch this interview in full at:
Lesen Sie das komplette Interview auf der Seite:
www.eco123.info

ECO123: What are the main goals of the movement "Let us Breathe"?

KHS: It's mainly civic responsibility. I couldn't believe it when I saw the difficulties that everyone had and has to transport goods from A to B and the need to carry a permit linked electronically to the Finance Department. I thought that something was wrong. I did some investigating and asked people to get in contact with the Finance Department and ask whether this was really serious. Later on I realised that this was serious and tried to get some of my Portuguese business partners and friends to act, to raise their voices and say "Hey, there must be a mistake, it can't be like this". These transport permits do not exist in economically successful and developed countries. Why? Because they are not necessary.

By reducing bureaucracy, will we get an increase in productivity? And in the process won't some people lose their jobs?

The situation in Portugal is now as follows: we can´t increase taxes any more - taxes are already the highest in Europe - and we can´t cut expenses any more. So where can we get money from? By increasing productivity. This can be increased in two ways, one by investing in education. By having more intelligent and more educated people, we will have more and better production. Or by investing in research and development. Both of these need time and money - resources which we don´t have. So what else is there? The only way to increase productivity now is to reduce obstacles, like for example transport permits. And when the economy gets the capacity to grow, we will also be creating new jobs.

What solutions are there for the future?

The future will be good, Portugal will have everything if everything is done right. But we have to talk to the people in power, it doesn´t make sense to get into confrontation with the administration itself because is not the fault of the administration; it is the fault of the political leaders and the leaders of the administration who do not want to change. Society has changed, the economy has changed and that is why the administration needs to change as well.

ECO123: Was sind die Ziele der Initiative „Lasst uns atmen"?

KHS: Es geht hauptsächlich um die Verantwortung eines jeden Einzelnen. Als ich eine der Schwierigkeiten erkannte, die Gewerbetreibende haben, Güter von A nach B zu transportieren, konnte ich das zuerst gar nicht glauben. In Portugal braucht man einen offiziellen Transportschein, der elektronisch beim Finanzamt gemeldet werden muss. Mir wurde schnell klar, dass da etwas nicht stimmen kann. Ich habe recherchiert und Geschäftspartner gebeten, mal beim Finanzamt nachzufragen, ob das wirklich ernst gemeint sei. Später begriff ich den Ernst der Lage und versuchte, meine Geschäftspartner und portugiesischen Freunde zu bewegen, ihre Stimme zu erheben, zu sagen: „Vorsicht, hier stimmt was nicht, so darf das nicht sein!" Diese Transportscheine gibt es in entwickelten und wirtschaftlich erfolgreichen Ländern nicht. Warum? Weil sie einfach nicht nötig sind.

Wenn wir die Bürokratie abbauen, steigern wir die Produktivität? Wir verlieren aber auch Arbeitsplätze im Öffentlichen Dienst.

> **"Menos administração significa absolutamente nenhuma necessidade de corrupção.**
>
> ***Less administration doesn't have to mean an increase in corruption.***
>
> **Weniger Verwaltung muss keine Zunahme an Korruption bedeuten.**
>
> ***- Karl Heinz Stock***

Die Lage in Portugal ist folgende: wir können die Steuern nicht mehr erhöhen – es sind schon die höchsten in Europa – und wir können die Ausgaben nicht weiter senken. Also wo soll mehr Geld herkommen? Wir müssen die Produktivität steigern. Die kann man auf zwei Arten steigern. Einmal durch Investitionen in die Ausbildung. Mit intelligenteren, besser ausgebildeten Menschen wird die Produktivität verbessert. Oder man investiert in Entwicklung und Forschung. Für beides braucht man Zeit und Geld – Mittel, die wir nicht haben. Was bleibt uns also noch? Die einzige Möglichkeit, die Produktivität jetzt zu steigern ist, Hindernisse aus dem Weg zu räumen, wie zum Beispiel die Transportscheine. Nur wenn die Wirtschaft die Fähigkeiten und Anreize zu Wachstum erhält, werden auch neue Arbeitsplätze geschaffen.

Wie sehen zukünftige Lösungen für ein besseres Portugal aus?

Die Zukunft wäre positiv, Portugal könnte alles haben, wenn es nur richtig angepackt wird. Wir müssen mit der Regierung ins Gespräch kommen. Es macht keinen Sinn, die Ämter direkt zu konfrontieren. Es sind nicht die Fehler einzelner. Die Verantwortung liegt bei der Politik und in der Obersten Verwaltung, die keine Veränderung des Status Quo im System wollen. Die Gesellschaft hat sich geändert, die Wirtschaft ebenso, nun muss sich die Verwaltung ändern.

A leveza do ser torna-se um desejo constante. Arrastamo-nos na areia pesada com as nossas botas de caminhada. Ficamos visivelmente cansados e maldispostos. Falamos cada vez menos e poupamos as nossas forças para cada passo. O caminho é doloroso. Botas, pés e mochila tornam-se cada vez mais pesados. Seguir a sinalização de todos estes pequenos postes de madeira é cansativo. Há dias que seguimos estas colunas de números. O mar acompanha-nos a oeste, distante e selvagem – um cenário inesquecível. Caminhamos nas formações rochosas acidentadas no meio de uma flora mágica que se alimenta do vento salgado do Atlântico.

The lightness of being is something we never stop yearning for. We trudge along in our hiking boots through deep sand. We get noticeably more tried, and grumpier. We don't talk much, saving our energy for each step. The path isn't easy. Our shoes, feet and rucksacks get heavier and heavier. It's hard work following the waymarkers, a row of little wooden posts in the sand. For days, we've been plodding along following this numbered line. Our companion to the west is the sea, wide and wild, an unforgettable backdrop. We ramble through rugged rock formations surrounded by magical flora that draws its nourishment from the salty Atlantic wind.

Die Leichtigkeit des Seins wird zu einem steten Wunsch. Durch tiefen Sand stapfen wir mit unseren Wanderstiefeln. Zusehends werden wir müder, mürrischer. Wir reden weniger, sparen unsere Kräfte für jeden Schritt. Der Weg ist unbequem. Schuhe, Füße und Rucksack werden immer schwerer. Der Ausschilderung mit diesen vielen kleinen Holzpfosten im Sand zu folgen, ist mühselig. Seit Tagen trotten wir diesen Zahlenkolonnen hinterher. Unser Begleiter im Westen ist das Meer, weit und wild, eine unvergessliche Kulisse. Wir wandern in zerklüfteten Felsformationen inmitten einer zauberhaften Flora, die sich vom salzigen Atlantikwind nährt.

LENZ GOERGEN-HEITKAMP

PORTUGAL | Uwe Heitkamp

Trilho dos Pescadores

Path of the Fishermen

Weg der Fischer

Pouco antes de Almograve nós perdemo-nos. Desviámo-nos da nossa rota. Já não há pequenos postes de madeira na areia. O vento levou tudo. Lá em baixo avistamos a aldeia ao longe. Do nosso lado esquerdo ouvimos o quebrar das ondas do mar. Dunas altas separam a praia do interior. E apanha-nos exactamente aí. O pinhal termina e continuamos simplesmente a nossa rota, e a certa altura, após o poste nº 325 deixa de haver sinalizações. Seguimos em corta-mato, distância de três quilómetros em linha recta até à aldeia, depois descendo o monte até uma ribeira, dois quilómetros até à aldeia, mas não existe nenhuma passagem. Assim, arrastamo-nos como se a morrer de sede num filme.

> **“ Pai e filho tiram uma semana livre para si. Decidem fazer uma caminhada. E que melhor do que fazer as mochilas, sair porta fora de casa e partir?**

Pura aventura. Por que tem que existir tanta areia nesta terra? Por que não existe uma travessia para a outra margem da ribeira? Falta ainda um quilómetro até chegarmos à aldeia de Almograve. Aí um de nós – melhor dizendo “o outro”, o mais jovem de nós os dois – encontra uma lacuna e constrói uma espécie de ponte com um tronco de uma árvore. Os cães já nos farejam. Ladrando e rosnando correm para nós. Encontramo-nos no meio do tronco e os cães na outra margem. Não dá para voltar atrás: é em frente, independentemente de se vamos conseguir ou não.

Entretanto, aproxima-se também o proprietário com um balde de composto na mão. Um pouco inseguro ele observa o nosso exercício físico, ri-se e chama os seus animais. Uma pergunta, uma resposta. O homem explica-nos o caminho para Almograve. Estamos salvos. Portugal é assim. Encontra-se sempre uma pessoa simpática.

Pai e filho tiram uma semana livre para si. Decidem fazer uma caminhada. E que melhor do que fazer as mochilas, sair porta fora de casa e partir? De (Caldas de) Monchique caminham pela serra fora até Chilrão, passando por Besteira e Moinho do Sogro até chegar a Odeceixe. No dia seguinte descobrem a Rota do Pescador em direcção a norte, sempre junto ao mar, subindo pelas rochas e descendo pela areia da praia. A meta do dia é Zambujeira do Mar.

Shortly before Almograve, we really do lose our way when we stray from the path. No more wooden posts in the sand, all gone with the wind. From far away, we can see the village below us. To our left, we can hear the breakers roaring. High dunes separate the beach from the hinterland, which is what caught us out. The pine forest came to an end and we kept going along the path; at some point after post number 325 there were no more waymarkers. We head across country, with the village three kilometres away as the crow flies, downhill to a stream, where the village is now two kilometres distant, but there's no way across. And so we stagger along like a couple of film characters dying of thirst. Pure adventure. Why does there have to be so much sand on this earth? Why is there no way of getting from one side of the stream to the other? One more kilometre to the village of Almograve. Then one of us - the other one, the younger one to be precise - finds a way, and builds a kind of bridge with a tree trunk. The dogs can already smell us. They bark, bare their teeth and charge towards us. We're in the middle of the tree trunk with the dogs on the other bank. There's no way back. Onwards, no matter, somehow we'll manage. Then their owner comes along with a compost bucket in his hand. Somewhat unsure, he watches our acrobatics, then he smiles and calls his animals off. One question, one answer. The man tells us how to get to Almograve. Saved. That's what Portugal is like: a friendly person always turns up.

> ***“ Father and son take a week's break together, and decide to go on a hike. What is better than packing your rucksacks, stepping out of the front door and setting off?***

Father and son take a week's break together, and decide to go on a hike. What is better than packing your rucksacks, stepping out of the front door and setting off? From (Caldas de) Monchique, they hike straight across the hills to Chilrão, via Besteira and Moinho do Sogro to Odeceixe. The next day, they join the Rota do Pescador heading north, along the coast, climbing up the cliffs and down the sandy beaches. The target for the day is Zambujeira do Mar, and the high points are

Kurz vor Almograve verlaufen wir uns dann tatsächlich. Wir sind vom Weg abgekommen. Keine kleinen Holzpfosten mehr im Sand. Alles vom Winde verweht. Wir sehen das Dorf von weitem schon unter uns. Links von uns hören wir die Brecher des Meeres dröhnen. Hohe Dünen trennen den Strand vom Hinterland. Genau da hat es uns erwischt. Der Pinienwald endet und wir gehen den Weg einfach weiter und irgendwann nach Holzpfosten Nr. 325 kommen keine Markierungen mehr. Wir gehen querfeldein, Luftlinie noch drei Kilometer bis zum Dorf, bergab und zu einem Bach, Luftlinie noch zwei Kilometer bis zum Dorf, aber es gibt keinen Übergang. So staksen wir vor uns hin wie zwei Verdurstende im Film. Das reine Abenteuer. Warum muss es nur so viel Sand auf dieser Erde geben? Warum gibt es kein Durchkommen von der einen zur anderen Seite des Baches? Noch einen Kilometer bis zu Dorf Almograve. Da findet der eine von uns beiden, besser gesagt „der andere“, der Jüngere von uns beiden die Lücke und baut mit einem Baumstamm eine Art Brücke. Schon wittern uns die Hunde. Kläffend, die Zähne fletschend, stürmen sie auf uns los. Wir sind mitten auf dem Baumstamm, die Hunde am anderen Ufer. Es gibt kein Zurück. Vorwärts, egal, irgendwie werden wir das schon schaffen. Da kommt auch schon der Besitzer mit einem Komposteimer in der Hand. Etwas unsicher schaut er uns bei der sportlichen Übung zu, dann lächelt er und ruft seine Tierchen zurück. Eine Frage, eine Antwort. Der Mann erklärt uns den Weg hinein nach Almograve. Gerettet. So ist Portugal. Immer findet sich ein freundlicher Mensch.

> **“ Vater und Sohn nehmen sich zusammen eine Auszeit von einer Woche. Sie beschließen eine Wanderung zu unternehmen. Was passt da besser, als die Rucksäcke zu packen, aus der Haustüre zu treten und loszugehen?**

Vater und Sohn nehmen sich zusammen eine Auszeit von einer Woche. Sie beschließen eine Wanderung zu unternehmen. Was passt da besser, als die Rucksäcke zu packen, aus der Haustüre zu treten und loszugehen? Von (Caldas de) Monchique aus wandern sie quer über das Gebirge nach Chilrão, über Besteira und Moinho do Sogro nach Odeceixe. Am nächsten Tag stoßen sie auf die Rota do Pescador in Richtung Norden, immer am Meer entlang, die Felsen rauf und den Sandstrand runter. Tagesziel ist Zambujeira do Mar. Höhepunkte des Tages sind die steilen und steinigen Klippenwege hoch oben immer am Atlantik entlang, die sich mit schattigen Wegen entlang der ins Meer fließenden Bachmündungen abwechseln. In Azenha do Mar machen sie eine Mittagspause. Von Zambujeira geht es zum Cap Sardão. In Hafen von Porto Barca klettern die beiden an einem Seil den Felsen steil hinauf zur Küste. Gutes Wandern und wilde Impressionen von der Westküste Portugals. Mövengeschrei und Wellengischt begleiten die beiden. Von Almograve wandern sie nach Vila Nova de

LENZ GOERGEN-HEITKAMP

LENZ GOERGEN-HEITKAMP

> **“ Boa caminhada e impressões selvagens da Costa Vicentina. Os gritos das gaivotas e o marulhar das ondas acompanham os dois.**

Great hiking and wild impressions of the west coast of Portugal. Crying seagulls and sea spray keep them both company.

Gutes Wandern und wilde Impressionen von der Westküste Portugals. Mövengeschrei und Wellengischt begleiten die beiden.

Rota do Pescador

1. CALDAS DE MONCHIQUE › ODECEIXE • Km: 48 • Horas | *Hours* | Stunden: 12
Opções de Alojamento | ***Accommodation*** | **Übernachtungsmöglichkeit:**
Residencial do Parque (Sr. Cláudio Duarte) • Rua EN 15, 15, 8670-320 Odeceixe
Tel.: (00351) 282 947 117 • 967 106 528 • 916 154 680
Preço | ***Price*** | **Preis:** Quarto duplo 30€, inclui bom pequeno-almoço
Double room 30€, incl. good breakfast | DZ 30€, inkl. gutes Frühstück

2. ODECEIXE › ZAMBUJEIRA DO MAR • Km: 17 • Horas | *Hours* | Stunden: 6
Opções de Alojamento | ***Accommodation*** | **Übernachtungsmöglichkeit:**
Residencial Sol Dourado • Rua da Palmeira Lt 43, 7630 Zambujeira do Mar
Tel.: (00351) 283 961 633 • 917 022 836 • 965 220 873 • 962 305 199
Preço | ***Price*** | **Preis:** Quarto duplo 40€, sem pequeno-almoço
Double room 40€, without breakfast | DZ 40€, ohne Frühstück

3. ZAMBUJEIRA DO MAR › CABO SARDÃO • Km: 22 • Horas | *Hours* | Stunden: 7
Opções de Alojamento | ***Accommodation*** | **Übernachtungsmöglichkeit:**
Pousada da Juventude • Rua do Chafariz, Praia Almograve, 7630-017 Odemira
Tel.: (00351) 283 640 000
Preço | ***Price*** | **Preis:** Quarto duplo 26€, inclui pequeno-almoço modesto
Double room 26€, incl. small breakfast | DZ 26€, inkl. kleines Frühstück

4. ALMOGRAVE › VILA NOVA DE MILFONTES • Km: 15 • Horas | *Hours* | Stunden: 6
Opções de Alojamento | ***Accommodation*** | **Übernachtungsmöglichkeit:**
Hotel HS Milfontes Beach • Avenida Marginal, 7645-262 Milfontes
Tel.: (00351) 283 996 517
Promoção | ***Special Offer*** | **Sonderangebot:** 39€, inclui bom pequeno-almoço
39€, incl. good breakfast | 39€, inkl. gutes Frühstück
Sugestão especial | ***Special tip*** | **Besonderer Tipp:**
Restaurante Paparoca • Tel.: (00351) 283 996 286

5. VILA NOVA DE MILFONTES › PORTO COVO • Km: 20 • Horas | *Hours* | Stunden: 7
Opções de Alojamento | ***Accommodation*** | **Übernachtungsmöglichkeit:**
Residencial Zé Inácio • Rua Vasco da Gama 38, 7520-437 Porto Covo
Tel. (00351) 269 905 977

Total: 122 Km

Ou na direcção oposta (de Lisboa com o autocarro via Setúbal e Sines em direcção ao Algarve):

Or in the opposite direction (from Lisbon by bus in the direction of the Algarve via Setúbal to Sines):

Oder in entgegengesetzter Richtung (von Lissabon mit dem Linienbus in Richtung Algarve über Setúbal nach Sines):

1. PORTO COVO › VILA NOVA DE MILFONTES • 20 km,

2. VILA NOVA DE MILFONTES › ALMOGRAVE • 15 km,

3. ALMOGRAVE › CABO SARDÃO › ZAMBUJEIRA • 22km,

4. ZAMBUJEIRA DO MAR › ODECEIXE • 17 km,

5. ODECEIXE › ARRIFANA • 22 km,

6. ARRIFANA › CABO DE SÃO VICENTE • 38 km,

Total: 134 km.

O ponto alto do dia são os caminhos inclinados e rochosos na falésia ao alto, sempre junto ao Atlântico, que alternam com os caminhos sombreados na margem das ribeiras que desaguam no mar. Em Azenha do Mar fazemos uma pausa para o almoço. Da Zambujeira seguimos para Cabo Sardão. No Porto Barca os dois escalam a falésia com uma corda até à costa. Boa caminhada e impressões selvagens da Costa Vicentina. Os gritos das gaivotas e o marulhar das ondas acompanham os dois. De Almograve caminham até Vila Nova de Milfontes. Descansam e olham o mar no horizonte.

Passam por um campo onde nasce a relva para o jogo do Real Madrid e Benfica. Os dois decidem nadar: na Praia das Furnas. Uma boa refeição aguarda-os no Paparoca (Milfontes). No penúltimo dia caminham de Aivados até Porto Covo com Sines à vista. Termina aqui a caminhada. Compram dois bilhetes de autocarro e regressam a Monchique. Uma rota fantástica. Sentimos o nosso corpo. A cabeça está livre. Portugal: a natureza à porta.

the steep, stony cliff top paths up high along the Atlantic, alternating with shady paths along the streams as they flow into the ocean. In Azenha do Mar they stop for lunch. From Zambujeira they continue to Cape Sardão. In the harbour of Porto Barca, the two of them use a rope to climb up the steep cliff to the coast. Great hiking and wild impressions of the west coast of Portugal. Crying seagulls and sea spray keep them both company. From Almograve they walk to Vila Nova de Milfontes, where they have a break and stare at the ocean for as far as the eye can see. They walk past a field where the turf is grown for Real Madrid and Benfica. They decide to go for a swim, at Praia das Furnas. In Paparoca (Milfontes), there's a good meal waiting for them. On the penultimate day, they walk through Aivados to Porto Covo, with Sines in sight. This is where the hike ends. They buy two tickets and get the bus back to Monchique. A wonderful trip. You can feel your body. Your head has been freed by a breath of fresh air. Portugal: nature on your doorstep.

Milfontes. Machen eine Rast und schauen soweit das Meer reicht. Kommen an einem Feld vorbei, auf dem der Rasen für Real Madrid und Benfica Lissabon angebaut wird. Die beiden beschließen, schwimmen zu gehen: am Praia das Furnas. Ein gutes Essen wartet im Paparoca (Milfontes) auf die beiden. Am vorletzten Tag wandern sie über Aivados nach Porto Covo, Sines im Blick. Hier endet die Wanderung. Sie kaufen sich zwei Busfahrscheine und nehmen den Linienbus zurück nach Monchique. Eine tolle Tour. Man fühlt seinen Körper. Der Kopf ist freigepustet. Portugal: die Natur vor der Haustür.

Mais informações
(também sobre a rota histórica):
Further information
(also on the Rota Histórica):
Weitere Informationen
(auch zur Rota Histórica):
www.rotavicentina.com

SUÍÇA | ***SWITZERLAND*** | **SCHWEIZ** | Rolf Dobelli

Evite as Notícias

Para uma Dieta Noticiosa Saudável

Prólogo

Este artigo é o antídoto das notícias. É longo, e provavelmente não o conseguirá apressadamente. Graças ao elevado consumo de notícias, muitas pessoas perderam o hábito da leitura e lutam para absorver mais do que quatro páginas sucessivas. Este artigo irá demonstrar-lhe como sair dessa armadilha – se não estiver já demasiado preso.

As notícias estão para a mente como o açúcar para o corpo

Estamos tão bem informados e no entanto sabemos tão pouco. Porquê?

Encontramo-nos nesta triste condição porque há 200 anos inventámos uma forma tóxica de conhecimento chamada "notícias". Chegou a altura de reconhecer os efeitos prejudiciais das notícias para as pessoas e sociedades, e tomar as medidas necessárias para se proteger desses perigos.

Os seres humanos são, essencialmente, homens das cavernas em fatos e vestidos. Os nossos cérebros estão optimizados para o nosso ambiente original de caçadores-recolectores onde vivíamos em pequenos bandos de 25 a 100 indivíduos com fontes de alimento e informação limitadas. Os nossos cérebros (e corpos) vivem agora num mundo que é o oposto daquele

Avoid News

Towards a Healthy News Diet

Prologue

This article is the antidote to news. It is long, and you probably won't be able to skim it. Thanks to heavy news consumption, many people have lost the reading habit and struggle to absorb more than four pages straight. This article will show you how to get out of this trap – if you are not already too deeply in it.

News is to the mind what sugar is to the body

We are so well informed and yet we know so little. Why?

We are in this sad condition because 200 years ago we invented a toxic form of knowledge called "news." The time has come to recognize the detrimental effects that news has on individuals and societies, and to take the necessary steps to shield yourself from its dangers.

At core, human beings are cavemen in suits and dresses. Our brains are optimized for our original hunter-gatherer environment where we lived in small bands of 25 to 100 individuals with limited sources of food and information. Our brains (and our bodies) now live in a world that is the opposite of what we are designed to handle. This leads to great risk and to inappropriate, outright dangerous behavior.

In the past few decades, the fortunate among us have recognized the hazards of living with an overabundance of carbohydrates (obesity, diabetes) and have started to shift our diets. But most of us do not yet understand that news is to the mind what sugar is to the body. News is easy to digest. The media feeds us small bites of trivial matter, tidbits that don't really concern our lives and don't require thinking. That's why we experience almost no saturation. Unlike reading books and long, deep magazine articles (which requires thinking), we can swallow limitless quantities of news flashes, like bright-

Vergessen Sie die News!

Für eine gesunde Nachrichtendiät

Prolog

Dieser Text ist ein Gegengift gegen News. Er ist lang. Wenn Sie es schaffen, ihn zu Ende zu lesen, können Sie sich glücklich schätzen. Sie gehören noch nicht zu den News-Junkies, die so viel von dem Kurzfutter konsumieren, dass sie ihre Konzentrationsfähigkeit verloren haben. Halten Sie also durch. Entzugstherapien sind immer schwer. Diese ganz besonders.

News sind für den Geist, was Zucker für den Körper ist

Wir Anzug- und Kleiderträger sind doch in unserem tiefsten Inneren noch immer Höhlenmenschen. Unsere Gehirne wurden für das Jäger- und Sammlerleben geschaffen und für Kleingruppen von 25 bis 100 Menschen, die mit begrenzten Lebensmittel- und Informationsquellen auskommen. Unsere Gehirne und unsere Körper leben heute jedoch in einer Welt, die das genaue Gegenteil von dem ist, für was wir geschaffen wurden. Das bringt uns in große Gefahren und verleitet uns zu unangebrachtem und sogar gefährlichem Verhalten.

In den letzten Jahrzehnten haben wir die Gefahren erkannt, die mit falscher Ernährung einhergehen: Insulinresistenz, Übergewicht, Anfälligkeit für Entzündungen, Müdigkeit. Wir haben unsere Ernährung umgestellt und gelernt, den verführerischen Reizen von Zucker und anderen Kohlehydraten zu widerstehen. Aber die meisten von uns verstehen noch nicht, dass die Nachrichten für den Kopf das sind, was Zucker für den Körper ist. News sind appetitlich, leicht verdaulich und zugleich höchst schädlich. Die Medien ernähren uns mit kleinen Häppchen trivialer Angelegenheiten - mit Leckerbissen, die nicht wirklich unser Leben betreffen und nicht erfordern zu denken. Anders als bei Büchern und guten Magazinartikeln (was Denken erfordert) stellt sich beim Newskonsum keine Sättigung ein. Wir sind in der Lage, unbegrenzte Mengen an Kurznachrichten zu schlucken: sie bleiben billige, bunte Zuckerbonbons für den Geist.

Sobre o autor | *About the author* | Über den Autor

Rolf Dobelli nasceu em Lucerna, na Suiça, em 1966. Licenciou-se em Ciências Empresariais pela Universidade de St. Gallen, foi CEO de diversas empresas e fundou com amigos a empresa getAbstract, a maior produtora a nível mundial de obras condensadas de economia. Viveu em Hong Kong, na Austrália, em Inglaterra, e durante vários anos, nos EUA. Rolf Dobelli é fundador e administrador de ZÜRICH.MINDS, uma comunidade de personalidades mundialmente conhecidas da ciência, da cultura e da economia. Nos seus tempos livres, Dobelli dedica-se à escrita de ficção, sendo já autor de seis romances. Rolf Dobelli não consome notícias, excepto as das revistas *The New Yorker*, *Science* e *Nature*.

Rolf Dobelli was born in Lucerne, Switzerland in 1966. He qualified in Business Sciences at the University of St. Gallen, was CEO of different companies and, with friends, founded the company getAbstract, the biggest producer in the world of book summaries on economics. He has lived in Hong Kong, in Australia, in England, and for a number of years in the USA. Rolf Dobelli is the founder and chairman of ZÜRICH.MINDS, a community of well-known figures from the worlds of science, culture and economics. Dobelli devotes his spare time to writing fiction, and he has published six novels. Rolf Dobelli does not consume news, except that in the magazines The New Yorker, Science and Nature.

Rolf Dobelli (Luzern 1966) studierte Betriebswirtschaft an der Universität St. Gallen (HSG) und promovierte an der gleichen Universität. Er gründete zusammen mit Freunden die Firma getAbstract, den weltgrößten Anbieter von komprimiertem Managementwissen. Er lebte in Hongkong, Australien, England und viele Jahre in den USA. Er ist Gründer und Kurator von ZURICH.MINDS, einer Community von führenden Persönlichkeiten aus Wissenschaft, Kultur und Wirtschaft. Während zwei Jahren schrieb Rolf Dobelli die wöchentliche «Klarer Denken»-Kolumne für die ZEIT, die FAZ und die Sonntagszeitung in der Schweiz. Seine Romane erscheinen im Diogenes-, seine Sachbücher im Hanser-Verlag. Sie wurden in über 30 Sprachen übersetzt. Rolf Dobelli ist Mitglied von PEN. Er konsumiert – mit Ausnahme der Zeitschriften *The New Yorker*, *Science* und *Nature* – keine News. Dafür umso mehr Bücher.

que estamos concebidos para lidar. Isto conduz a um grande risco e a um comportamento inapropriado e absolutamente perigoso.

Nas últimas décadas, os mais afortunados de nós reconheceram os perigos de viver com uma superabundância de hidratos de carbono (obesidade, diabetes) e começaram a modificar as suas dietas. Mas a maioria de nós ainda não compreende que as notícias são para a mente o que o açúcar é para o corpo. As notícias são fáceis de digerir. Os media alimentam-nos com pequenas doses de assuntos triviais, aperitivos que não dizem respeito às nossas vidas e não exigem pensamento. É por isso que praticamente não sentimos saturação. Ao contrário de ler livros e artigos de imprensa extensos e aprofundados (que implicam pensar), podemos engolir quantidades ilimitadas de instantâneos noticiosos, quais guloseimas de cores vibrantes para a mente.

Hoje, chegámos ao mesmo ponto relativamente à sobrecarga de informação que atingimos há 20 anos face à ingestão de alimentos. Começamos a reconhecer quão tóxicas podem ser as notícias e aprendemos a dar os primeiros passos no sentido de uma dieta informativa.

Esta é a minha tentativa para esclarecer sobre os perigos tóxicos das notícias – e para recomendar algumas maneiras de lidar com eles. Vivo sem notícias há um ano, pelo que consigo ver, sentir e reportar os efeitos desta liberdade na primeira pessoa: menos interrupções, mais tempo, menos ansiedade, pensamento aprofundado, mais discernimento. Não é fácil, mas vale a pena.

O meu bom amigo Nassim Nicholas Taleb, autor de O Cisne Negro, foi uma das primeiras pessoas a reconhecerem o consumo de notícias como um problema grave. Devo-lhe muitas das seguintes conclusões.

colored candies for the mind.

Today, we have reached the same point in relation to information overload that we faced 20 years ago in regard to food intake. We are beginning to recognize how toxic news can be and we are learning to take the first steps toward an information diet.

This is my attempt to clarify the toxic dangers of news – and to recommend some ways to deal with it. I have now gone without news for a year, so I can see, feel and report the effects of this freedom first hand: less disruption, more time, less anxiety, deeper thinking, more insights. It's not easy, but it's worth it.

My good friend Nassim Nicholas Taleb, author of The Black Swan, was one of the first people to recognize news consumption as a serious problem. I owe many of the following insights to him.

Wir sind so gut informiert und wissen doch so wenig. Warum? Weil wir vor zweihundert Jahren eine toxische Wissensform namens „News" - Nachrichten aus aller Welt – erfunden haben. Es ist Zeit, dass wir deren schädliche Auswirkungen erkennen und die nötigen Schritte unternehmen, um uns vor ihren Gefahren zu schützen. Heute sind wir in Bezug auf News an dem Punkt, wo wir in Bezug auf Fast Food vor zwanzig Jahren standen. Die Nebenwirkungen kommen – wie beim Rauchen – erst später zum Vorschein.

Ich lebe seit zwei Jahren gänzlich ohne News und kann die Wirkungen dieser Freiheit sehen, spüren und aus erster Hand schildern: klareres Denken, wertvollere Einsichten, bessere Entscheidungen und mehr Zeit. Mein guter Freund, der Philosoph und Finanzmathematiker Nassim Nicholas Taleb (Der schwarze Schwan) hat mich als erster auf die Toxizität von News aufmerksam gemacht. Ihm verdanke ich viele meiner Erkenntnisse.

"

Hoje, chegámos ao mesmo ponto relativamente à sobrecarga de informação que atingimos há 20 anos face à ingestão de alimentos.

Today, we have reached the same point in relation to information overload that we faced 20 years ago in regard to food intake.

Heute sind wir in Bezug auf News an dem Punkt, wo wir in Bezug auf Fast Food vor zwanzig Jahren standen.

- Rolf Dobelli

1) As notícias induzem-nos sistematicamente em erro

As coberturas noticiosas não representam o mundo real.

Os nossos cérebros estão conectados para dar atenção às investidas visíveis, abundantes, escandalosas, sensacionalistas, chocantes, personalizadas, formatadas, rapidamente modificáveis, ruidosas e gráficas de estímulos. Os nossos cérebros têm atenção limitada para gastar em peças mais subtis de informação que sejam pequenas, abstractas, ambivalentes, complexas, de desenvolvimento lento e tranquilas, muito menos silenciosas. As organizações noticiosas exploram sistematicamente esta tendência.

Os canais mediáticos de notícias focam-se, geralmente, no extremamente visível. Exibem qualquer informação que possam transmitir em histórias envolventes e com imagens chocantes, e sistematicamente ignoram o subtil e o insidioso, mesmo se esse material é mais importante. As notícias prendem a nossa atenção; assim funciona o seu modelo de negócio. Mesmo se o modelo publicitário não existisse, continuaríamos a absorver peças noticiosas porque são fáceis de digerir e superfíicialmente saborosas.

O extremamente visível induz-nos em erro.

Considere o seguinte exemplo. Um autocarro atravessa uma ponte sobre o Douro, e esta cai. Qual o foco dos media noticiosos? O autocarro. As pessoas no autocarro. De onde vinham. Para onde iam. Como experienciaram a queda (se sobreviveram). Que tipo de pessoas são (eram). Mas – tudo isso é completamente irrelevante. O que é relevante? A estabilidade estrutural da ponte. Esse é o risco essencial que estava oculto e que se pode ocultar noutras pontes. Essa é a lição a retirar deste evento.

O autocarro não importa de todo. Qualquer veículo poderia ter provocado o colapso da ponte. Poderia ter sido um vento forte ou um cão a atravessar a ponte. Então, porquê a cobertura mediática do autocarro? Porque é vistoso, é dramático, tem pessoas (não-abstracto), e são notícias baratas de produzir.

Como resultado das notícias, vivemos com um mapa de riscos totalmente errado nas nossas cabeças.

- O terrorismo é sobrevalorizado. O Stress Crónico é subvalorizado.
- O colapso da Lehman Brothers é sobrevalorizado. A Irresponsabilidade Fiscal é subvalorizada.
- Os astronautas são sobrevalorizados. As enfermeiras são subvalorizadas.
- A Britney Spears é sobrevalorizada. Os relatórios do IPCC (1) são subvalorizados.
- A queda de aviões é sobrevalorizada. A resistência a antibióticos é subvalorizada.

Não somos suficientemente racionais para sermos expostos à imprensa sensacionalista. É algo muito perigoso, porque o mapeamento probabilístico que obtemos ao consumir notícias é completamente diferente dos riscos que enfrentamos na realidade. Ver um desastre aéreo na televisão irá mudar a sua atitude em relação a esse risco seja qual for a sua real probabilidade, independentemente da sua sofisticação intelectual. Se acha que pode contrariar esta tendência com a sua capacidade de auto-contemplação, está enganado. Os banqueiros e economistas – que gozam de poderosos incentivos para compensar riscos decorrentes das notícias – demonstram não o conseguir. A única solução: privar-se totalmente do consumo de notícias.

1) News misleads us systematically

News reports do not represent the real world.

Our brains are wired to pay attention to visible, large, scandalous, sensational, shocking, people-related, story-formatted, fast changing, loud, graphic onslaughts of stimuli. Our brains have limited attention to spend on more subtle pieces of intelligence that are small, abstract, ambivalent, complex, slow to develop and quiet, much less silent. News organizations systematically exploit this bias.

News media outlets, by and large, focus on the highly visible. They display whatever information they can convey with gripping stories and lurid pictures, and they systematically ignore the subtle and insidious, even if that material is more important. News grabs our attention; that's how its business model works. Even if the advertising model didn't exist, we would still soak up news pieces because they are easy to digest and superficially quite tasty.

The highly visible misleads us.

Take the following event. A bus drives over a bridge, and the bridge collapses. What does the news media focus on? On the bus. On the people in the bus. Where they came from. Where they planned to go. How they experienced the crash (if they survived). What kind of people they are (were). But – that is all completely irrelevant. What's relevant? The structural stability of the bridge. That's the underlying risk that has been lurking and could lurk in other bridges. That is the lesson to be learned from this event.

The bus doesn't matter at all. Any bus could have caused the bridge to collapse. It could have been a strong wind or a dog walking over the bridge. So, why does the media cover the car? Because it's flashy, it's dramatic, it's people (non-abstract), and it's news that's cheap to produce.

As a result of news, we walk around with the completely wrong risk map in our heads.

- *Terrorism is overrated. Chronic stress is underrated.*
- *The collapse of Lehman Brothers is overrated. Fiscal irresponsibility is underrated.*
- *Astronauts are overrated. Nurses are underrated.*
- *Britney Spears is overrated. IPCC reports are underrated.*
- *Airplane crashes are overrated. Resistance to antibiotics is underrated.*

We are not rational enough to be exposed to the news-mongering press. It is a very dangerous thing, because the probabilistic mapping we get from consuming news is entirely different from the actual risks that we face. Watching an airplane crash on television is going to change your attitude toward that risk regardless of its real probability, no matter your intellectual sophistication. If you think you can compensate for this bias with the strength of your own inner contemplation, you are wrong. Bankers and economists – who have powerful incentives to compensate for news-borne hazards – have shown that they cannot. The only solution: cut yourself off from news consumption entirely.

1. News führen zu einer falschen Risikokarte im Kopf

Unser zentrales Nervensystem reagiert unverhältnismäßig stark auf sichtbare, skandalöse, aufsehenerregende, schockierende, personenbezogene, laute, plakative, schnell wechselnde, farbige Reize — und unverhältnismäßig schwach auf abstrakte, mehrdeutige komplexe, aufeinander aufbauende und deutungsbedürftige Informationen. News-Produzenten nutzen diese Wahrnehmungsverzerrung systematisch aus. Die Newsmedien, ob groß oder klein, setzen auf das sofort Sichtbare. Packende Geschichten, schreiende Bilder und aufsehenerregende Fakten fesseln unsere Aufmerksamkeit. So funktioniert nun einmal das Geschäftsmodell — die Werbung – die den News-Zirkus finanziert, wird nur verkauft, wenn sie gesehen wird. Die Folge: alles Feinsinnige, Komplexe, Abstrakte und Hintergründige muss systematisch ausgeblendet werden, obwohl diese Inhalte für unser Leben und das Verständnis der Welt relevanter wären.

Nehmen wir folgendes Ereignis: ein Bus fährt über eine Brücke. Die Brücke bricht zusammen. Worauf richten die Medien ihren Fokus? Auf den Bus. Auf die Personen im Bus. Woher sie kamen. Wohin sie wollten. Wie sie das Unglück erlebten (sofern sie es überlebt haben). Was für Menschen sie sind (oder vor dem Unfall waren). Doch all das ist völlig irrelevant. Wirklich relevant ist — die Brücke! Die strukturelle Stabilität der Brücke. Die Frage, ob es noch andere Brücken dieses Konstruktionstyps und -materials gibt und wo diese anderen Brücken stehen. Das ist, was wirklich zählt. Der Bus oder der Fahrer hingegen sind komplett irrelevant. Jedes Auto hätte den Zusammenbruch der Brücke verursachen können. Vielleicht hatte auch starker Wind oder ein über die Brücke streunender Hund genügt, um sie zum Einsturz zu bringen. Warum aber berichten die Medien über den Bus? Weil es wunderbar grässlich aussieht, weil man die Story an Menschen und Schicksalen aufhängen kann — und weil sich diese Nachricht billig produzieren lässt. Als Folge des Newskonsums spazieren wir mit einer falschen Risikokarte in unseren Köpfen umher. Wir erfahren nicht, was an unseren Brücken eventuell falsch ist, wie wir sie in Zukunft bauen sollten, wer sich darum zu kümmern hat. Newskonsumenten gewichten die meisten Themen völlig falsch:

- Terrorismus wird überschätzt - chronischer Stress unterschätzt.
- Die Pleite von Lehman Brothers wird überschätzt - Staatsverschuldung unterschätzt.
- Britney Spears wird überschätzt - die Ergebnisse der Atmosphärenforschung unterschätzt.
- Astronauten werden überschätzt – die Arbeit von Krankenschwestern unterschätzt.
- Flugzeugabstürze werden überschätzt, die Resistenz gegen Antibiotika unterschätzt.

Das Wichtigkeitsempfinden, das wir aufgrund des Newskonsums entwickelt haben, unterscheidet sich krass von einer realistischen Einschätzung — was zu unangemessenem, systematisch falschem Verhalten führt. Die Risiken, von denen Sie in der Presse lesen, sind nicht die wahren Risiken. Wenn Sie einen Flugzeugzusammenprall im Fernsehen sehen, ändert dies Ihr Risikoverhalten — obwohl ein solches Ereignis extrem selten ist und keine Verhaltensänderung rechtfertigt. Man muss sich dieser Tatsache nur bewusst sein, sagen Sie, und News mit Verstand konsumieren? Falsch. Sie können den Hang zur Überbewertung packender Geschichten (im Wissenschaftsjargon „availability bias" genannt) durch innere Kontemplation nicht wettmachen. Banker und Ökonomen, die mächtige Anreize haben, newsgenerierten Risiken zu widerstehen, haben gezeigt, dass sie dazu nicht in der Lage sind. Die einzige Lösung: Klinken Sie sich vom Newskonsum vollständig aus.

2) As notícias são irrelevantes

Das cerca de 10.000 notícias que leu nos últimos 12 meses, indique uma que – porque a consumiu – lhe tenha permitido tomar uma decisão melhor sobre um assunto importante para a sua vida, a sua carreira, o seu negócio – comparando com o que saberia se não tivesse engolido aquele naco de notícias.

A conclusão é: o consumo de notícias é irrelevante para as forças que realmente importam na sua vida. Na melhor das hipóteses, entretem, mas permanece irrelevante.

Assumindo que, contra todas as probabilidades, encontrou uma peça noticiosa que melhorou substancialmente a sua qualidade de vida – comparando como o modo como a sua vida decorreria se não a tivesse lido ou visto. Quantas trivialidades teve o seu cérebro de digerir para chegar a essa pepita relevante? Mesmo essa questão é uma análise em retrospectiva. Olhando em frente, não podemos esperar identificar o valor de uma notícia antes de a vermos, e como tal somos forçados a digerir tudo que existe no buffet noticioso. Valerá a pena? Provavelmente não.

(1)

IPCC - Intergovernmental Panel on Climate Change

IPCC - Painel Intergovernamental sobre Alterações Climáticas

2) News is irrelevant

Out of the approximately 10,000 news stories you have read in the last 12 months, name one that – because you consumed it – allowed you to make a better decision about a serious matter affecting your life, your career, your business – compared to what you would have known if you hadn't swallowed that morsel of news.

The point is: the consumption of news is irrelevant to the forces that really matter in your life. At its best, it is entertaining, but it is still irrelevant.

Assume that, against all odds, you found one piece of news that substantially increased the quality of your life – compared to how your life would have unfolded if you hadn't read or seen it. How much trivia did your brain have to digest to get to that one relevant nugget? Even that question is a hindsight analysis. Looking forward, we can't possibly identify the value of a piece of news before we see it, so we are forced to digest everything on the news buffet line. Is that worthwhile? Probably not.

In 1914, the news story about the assassination in Sarajevo dwarfed all other reports in terms of its global significance. But, the mur-

2. News sind irrelevant

Sie dürften in den letzten zwölf Monaten etwa 10.000 Kurznachrichten verschlungen haben — ca. 30 Meldungen pro Tag. Seien Sie ganz ehrlich: Nennen Sie eine davon, die es Ihnen erlaubt hat, eine bessere Entscheidung (für Ihr Leben, Ihre Karriere, Ihr Geschäft) zu treffen, als wenn Sie diese News nicht gehabt hätten. Niemand, dem ich diese Frage gestellt habe, konnte mehr als zwei Nachrichten angeben — aus 10.000. Eine miserable Relevanzquote. Wenn ich persönlich zwei Jahre zurückdenke, kann ich mich nur an eine einzige Meldung erinnern, die mir geholfen hatte: Ich fuhr zum Flughafen, wo man mir mitteilte, dass der Flug wegen eines isländischen Vulkans annulliert worden sei. Und selbst diesen vergeblichen Weg machte ich nur, weil ich eine falsche Handynummer hinterlassen und mich das SMS der Fluggesellschaft nicht erreicht hatte. Darum geht es: News sind für das, was in Ihrem Leben wirklich zählt, irrelevant. Im besten Fall sind die News unterhaltsam, aber ansonsten bleiben sie nutzlos. Es ist ein bedeutender gedanklichen Schritt, dies zu realisieren. Viele schaffen ihn nicht.

Nehmen wir an, dass Sie wider Erwarten tatsächlich eine Nachrichtenmeldung konsumiert haben, die Ihre Lebensqualität erhöhte — Ihr Leben wäre schlechter verlaufen, wenn Sie nichts davon

Em 1914, a peça sobre o assassinato em Sarajevo abafou todas as outras notícias em termos da sua importância global. Porém, o assassinato em Sarajevo foi apenas uma dos vários milhares de histórias em circulação nesse dia. Nenhuma organização noticiosa tratou este homicídio historicamente fulcral como algo mais do que outro assassinato de inspiração política.

O primeiro browser de internet estreou-se em 1995. O nascimento público desta peça de software imensamente relevante passou ao lado da imprensa apesar do seu vasto impacto futuro.

As pessoas têm muitas dificuldades em reconhecer o que é relevante. É muito mais fácil reconhecer o que é novo. Não estamos equipados com orgãos sensoriais para relevância. A relevância não surge com naturalidade. As novidades sim. É por isso que os media apostam no que é novo. (Se as nossas mentes fossem estruturadas no outro sentido, os media certamente apostariam no relevante.) Relevância contra Novidade – eis a batalha fundamental do homem moderno.

As notícias inundam-no com uma visão do mundo que não é relevante para a sua vida. O que significa relevância? Significa: o que é importante para si pessoalmente. A relevância é uma escolha pessoal. Não aceite a definição dos media. Para os media, qualquer relato que venda muitos exemplares é relevante – Darfur, Paris Hilton, um acidente ferroviário na China, algum recorde do mundo imbecil (como alguém que comeu 78 hambúrgueres em uma hora). Esta fraude está na essência do modelo de negócios da indústria noticiosa. Vende o relevante, mas entrega o novo.

As organizações de media querem que acredite que as notícias asseguram um certo tipo de vantagem competitiva às pessoas. Muitas pessoas caem nisso. Ficamos ansiosos quando no cortam o fluxo noticioso. Tememos perder algo importante. Na verdade, o consumo de notícias é uma desvantagem competitiva. Quanto menos notícias consumir, maior a vantagem que terá.

Teme perder "algo importante"? Na minha experiência, se algo realmente importante acontece, irá saber disso, mesmo que viva num cazulo que o protege das notícias. Amigos e colegas irão contar-lhe sobre eventos relevantes de um modo muito mais fidedigno que qualquer organização noticiosa. Irão actualizá-lo com o benefício adicional da metainformação, dado conhecerem as suas prioridades e você sabe como eles pensam. Aprenderá muito mais sobre eventos realmente importantes e mudanças socias lendo sobre eles em jornais especializados, revistas de análise ou bons livros e falando com pessoas conhecedoras.

der in Sarajevo was just one of several thousand stories in circulation that day. No news organization treated this historically pivotal homicide as anything more than just another politically inspired assassination.

The first Internet browser debuted in 1995. The public birth of this hugely relevant piece of software barely made it into the press despite its vast future impact.

People find it very difficult to recognize what's relevant. It's much easier to recognize what's new. We are not equipped with sensory organs for relevance. Relevance doesn't come naturally. News does. That's why the media plays on the new. (If our minds were structured the other way round, the media would certainly play on the relevant.) The relevant versus the new is the fundamental battle of the modern man.

News floods you with a worldview that is not relevant to your life. What does relevance mean? It means: what is important to you personally. Relevance is a personal choice. Don't take the media's view for it. To the media, any tale that sells lots of copies is relevant – Darfur, Paris Hilton, a train crash in China, some idiotic world record (like someone who ate 78 cheeseburgers in an hour). This swindle is at the core of the news industry's business model. It sells the relevant, but delivers the new.

Media organizations want you to believe that news offers individuals some sort of a competitive advantage. Many people fall for that. We get anxious when we're cut off from the flow of news. We fear we're missing something important. In reality, news consumption is a competitive disadvantage. The less news you consume the bigger the advantage you have.

Afraid you will miss "something important"? From my experience, if something really important happens, you will hear about it, even if you live in a cocoon that protects you from the news. Friends and colleagues will tell you about relevant events far more reliably than any news organization. They will fill you in with the added benefit of metainformation, since they know your priorities and you know how they think. You will learn far more about really important events and societal shifts by reading about them in specialized journals, in-depth magazines or good books and by talking to the people who know.

"Na verdade, o consumo de notícias é uma desvantagem competitiva. Quanto menos notícias consumir, maior a vantagem que terá.

In reality, news consumption is a competitive disadvantage. The less news you consume the bigger the advantage you have.

In Wirklichkeit ist der Newskonsum kein Wettbewerbsvorteil, sondern ein Wettbewerbsnachteil.

- Rolf Dobelli

mitbekommen hätten. Wie viel Schrott musste Ihr Hirn verdauen, um zu diesem einen Kleinod zu gelangen? Viele werfen ein „Man darf das nicht so schwarz-weiß malen. Es gibt einen Mittelweg: Nämlich gute Selektion von Inhalten. Konsumieren Sie nur, was wirklich gut ist, und lassen Sie alles andere auf der Seite." Doch im vornhinein können wir den Wert einer Nachricht nicht abschätzen. Um zu beurteilen, ob es sich lohnt, eine Schlagzeile zu lesen, müssen wir sie lesen — was uns zwingt, das ganze Newsbuffet zu verdauen.

Also überlassen wir die Selektion des Wichtigsten den Journalisten? Wie gut sind Journalisten im Aufspüren und filtern wichtiger Ereignisse? 1914 stellte die Ermordung des österreichischen Thronfolgens in Sarajevo angesichts ihrer weitweiten Bedeutung alle anderen Nachrichten in den Schatten. Doch den Mord in Sarajevo war in jenem Jahr bloß eine von hunderttausend Meldungen, die feilgeboten wurden. Kein Newsunternehmen maß der historisch folgenreichen Ermordung in den darauffolgenden Wochen besondere Bedeutung zu.

Ein aktuelleres Beispiel: Der erste Internetbrowser kam 1993 auf den Markt — nach (oder vielleicht sogar vor) der Atombombe die folgenreichste Erfindung des 20. Jahrhunderts. In die Schlagzeilen schaffte es „Mosaic" — so hieß der Browser — nicht. Will heißen: Weder Journalisten noch wir Newskonsumenten sind mit Sinnesorganen für Relevanz ausgestattet. Aber was bedeutet Relevanz überhaupt? Es bedeutet: Was für Sie persönlich wichtig ist. Relevanz ist eine persönliche Sache. Relevanz kommt weder vom Staat noch vom Papst, noch von Ihrem Vorgesetzten oder Therapeuten. Und verwechseln Sie sie ja nicht mit der Sicht den Medien. Für die Medien ist alles relevant, was Aufmerksamkeit verspricht — Darfour, Paris Hilton, ein Zugunglück in China, irgendwelche idiotischen Weltrekorde (einer verschlang 78 Cheeseburger in einer Stunde). Dieser Schwindel steht im Zentrum des Geschäftsmodells der Newsindustrie: Sie versorgt uns mit irrelevanten News, die sie uns als relevant verkauft. Und wir sind unter einem großen kognitiven Aufwand gezwungen, das Neue zugunsten des Relevanten einzutauschen. Nachrichtenorganisationen wollen Sie glauben machen, dass sie Ihnen einen Wettbewerbsvorteil verschaffen. Viele fallen darauf herein. In Wirklichkeit ist der Newskonsum kein Wettbewerbsvorteil, sondern ein Wettbewerbsnachteil. Falls Newskonsum Sie tatsachlich weiterbringen würde, stünden die Journalisten an der Spitze der Einkommenspyramide. Tun sie aber nicht, im Gegenteil. Wir wissen nicht, was Leute erfolgreich macht - die Anhäufung von Newshäppchen gehört sicher nicht dazu.

Sie haben trotzdem Angst, etwas Wichtiges zu verpassen? Meine Erfahrung: Wenn etwas wirklich Wichtiges geschieht, erfahren Sie davon, selbst wenn Sie in einem newsgeschützten Kokon leben. Familie, Freunde und Kollegen — also der soziale Filter — werden Ihnen zuverlässiger als alle Newsunternehmen über die relevanten Ereignisse berichten. Sie werden sogar den Zusatznutzen der Metainformation haben: Sie kennen die Prioritäten Ihrer Freunde und wissen, wie sie denken. Noch mehr erfahren Sie über wirklich relevante Ereignisse und Veränderungen, indem Sie einschlägige Zeitschriften, lange, fundierte Magazine oder gute Bücher lesen.

Und indem Sie mit Menschen reden, die sich intensiv mit dem Thema befassen. Wie finden Sie dieses Wissen denn? Wenn ich aus Büchern oder Internetquellen nicht schlau werde, vereinbare ich einen Termin mit einem Forscher der Uni oder ETH. Ich rufe an oder schreibe eine E-Mail, ohne Hemmungen — immerhin arbeiten diese Menschen mit unseren Steuergeldern. Ich bin immer wieder erstaunt, wie offen und hilfsbereit Forscher und Professoren sind.

3) As notícias limitam a compreensão

As notícias não têm poder explicativo. Os itens noticiosos são pequenas bolhas que rebentam à superfície de um mundo muito mais profundo.

As organizações noticiosas orgulham-se de reportar os factos correctamente, mas os factos que tanto prezam são apenas epifenómenos de causas mais profundas. Quer as organizações noticiosas, quer os consumidores de notícias confundem saber uma litania de factos com compreender o mundo.

Não são os "factos noticiosos" que são importantes, mas as linhas que os conectam. O que realmente pretendemos é compreender os processos subjacentes, como as coisas acontecem. Infelizmente, muito poucas organizações noticiosas conseguem explicar a causalidade porque a maioria dos processos subjacentes que controlam as mudanças sociais, políticas e ambientais significativas são invisíveis. Estes são complexos, não lineares e difíceis de serem digeridos pelos nossos cérebros (e os dos jornalistas). Porque optam as organizações noticiosas pelas histórias leves, os episódios, escândalos, histórias sobre pessoas e imagens? A resposta é simples: porque são baratas de produzir.

A histórias importantes são não-histórias: mudanças lentas e poderosas que se desenvolvem sob o radar jornalístico mas têm um efeito transformador.

A maioria das pessoas acredita que ter mais informação as ajuda a tomar melhores decisões. As organizações noticiosas incentivam esta crença. Raios, é no seu interesse. A acumulação de factos irá ajudá-lo a compreender o mundo? Lamentavelmente, não. Esta relação é, na verdade, inversa. Quantos mais "factóides noticiosos" digere, menos irá compreender do panorama global.

Não existem provas que indiquem que viciados em informação são melhores decisores. Não são certamente mais bem sucedidos do que o cidadão típico. Se mais informação conduzisse a um maior sucesso económico, seria de esperar que os jornalistas estivessem no topo da pirâmide. Não é esse o caso. Antes pelo contrário. Não sabemos o que faz as pessoas terem sucesso, mas acumular nacos de notícias não será certamente.

Ler notícias para entender o mundo é pior do que não ler nada. Melhor ainda: abdique totalmente de consumir notícias diárias. Leia livros e jornais sérios em vez de engolir cabeçalhos cintilantes.

4) As notícias são tóxicas para o seu corpo

As notícias estão constantemente a activar o sistema límbico. Histórias alarmantes estimulam a libertação de rios de glucocorticóides (cortisol). Isto desregula o seu sistema imunitário e inibe a libertação de hormonas de crescimento. Por outras palavras, o seu corpo permanece num estado de stress crónico. Elevados níveis de glucocorticóides provocam problemas de digestão, falta de crescimento (células, cabelo, osso), nervosismo e vulnerabilidade a infecções. Os consumidores de notícias arriscam debilitar a sua saúde física. Os outros efeitos secundários potenciais incluem medo, agressividade, visão afunilada e dessensibilização.

5) As notícias aumentam massivamente os erros cognitivos

As notícias alimentam o maior de todos os erros cognitivos: a tendência de confirmação. Automática e sistematicamente filtramos provas que contradizem os nossos preconceitos em prol de

3) News limits understanding

News has no explanatory power. News items are little bubbles popping on the surface of a deeper world.

News organizations pride themselves on correctly reporting the facts, but the facts that they prize are just epiphenomena of deeper causes. Both news organizations and news consumers mistake knowing a litany of facts for understanding the world.

It's not "news facts" that are important, but the threads that connect them. What we really want is to understand the underlying processes, how things happen. Unfortunately, precariously few news organizations manage to explain causation because the underlying processes that govern significant social, political and environmental movements mostly are invisible. They are complex, non-linear and hard for our (and the journalists') brains to digest. Why do news organizations go for the light stuff, the anecdotes, scandals, people-stories and pictures? The answer is simple: because they are cheap to produce.

The important stories are non-stories: slow, powerful movements that develop below the journalists' radar but have a transforming effect.

Most people believe that having more information helps them make better decisions. News organizations support this belief. Hell, it's in their interest. Will accumulating facts help you understand the world? Sadly, no. The relationship is actually inverted. The more "news factoids" you digest, the less of the big picture you will understand.

No evidence exists to indicate that information junkies are better decision makers. They are certainly not more successful than the average Joe. If more information leads to higher economic success, we would expect journalists to be at the top of the pyramid. That's not the case. Quite the contrary. We don't know what makes people successful, but amassing news tidbits is certainly not it.

Reading news to understand the world is worse than not reading anything. What's best: cut yourself off from daily news consumption entirely. Read books and thoughtful journals instead of gulping down flashing headlines.

4) News is toxic to your body

News constantly triggers the limbic system. Panicky stories spur the release of cascades of glucocordicoid (cortisol). This deregulates your immune system and inhibits the release of growth hormones. In other words, your body finds itself in a state of chronic stress. High glucocordicoid levels cause impaired digestion, lack of growth (cell, hair, bone), nervousness and susceptibility to infections. News consumers risk impairing their physical health. The other potential side effects of news include fear, aggression, tunnel-vision and desensitization.

5) News massively increases cognitive errors

News feeds the mother of all cognitive errors: confirmation bias. We automatically, systematically filter out evidence that contradicts our preconceptions in favor of evidence that confirms our beliefs. In the words of Warren Buffett: "What the human being is best at doing is interpreting

3. News schränken das Verständnis ein

News haben keine Erklärungskraft. Kurzmeldungen sind wie kleine Blasen, die an der Oberfläche einer komplexen Welt zerplatzen. Umso absurder, dass sich Newsunternehmen viel darauf einbilden, korrekt über Tatsachen zu berichten. Diese Tatsachen sind aber meist nichts anderes als Neben- und Folgeerscheinungen tieferliegender Ursachen. Newsunternehmen und Newskonsumenten erliegen demselben Irrtum: Die Aneinanderreihung von Tatsachen wird mit der Einsicht in die Funktionszusammenhänge der Welt verwechselt. Eigentlich sollten wir die Generatoren verstehen, die dem sichtbaren Geschehen zugrunde liegen. Leider schaffen es erschreckend wenige Journalisten, Kausalzusammenhänge zu erklären. Denn die Prozesse, die bedeutende kulturelle, wirtschaftliche, politische und ökologische Strömungen lenken, sind zumeist unsichtbar. Sie sind komplex, nichtlinear und für unsere Gehirne schwer verdaulich. Darum haben es die Newsunternehmen auf den leichten Stoff abgesehen, die Anekdoten, Skandale, People-Geschichten und Bilder — die sind billig zu produzieren und leicht zu verdauen. News zu konsumieren, um „die Welt zu verstehen", ist schlimmer, als überhaupt keine News zu konsumieren. Am besten verzichten Sie gänzlich auf die tägliche Newszufuhr. Lesen Sie Bücher, Buchzusammenfassungen und anregende Zeitschriften mit langen Artikeln, die der Komplexität der Welt gerecht werden. Keine funkelnden Schlagzeilen.

4. News sind Gift für Ihren Körper

News halten den Sympathikus — Teil des vegetativen Nervensystems — auf Trab. Jede beunruhigende Story führt zur Ausschüttung kleiner Mengen des Stresshormons Cortisol. Cortisol gelangt in die Blutbahn, schwächt Ihr Immunsystem und hemmt die Ausschüttung von Wachstumshormonen. Wenn Sie laufend News verdauen, befindet sich Ihr Körper in einem chronischen Stresszustand. Das wiederum führt zu Verdauungs- und Wachstumsstörungen (Zellen, Haare, Knochen), zu Nervosität und Anfälligkeit für Infektionen. Kurzum, Newskonsumenten setzen ihre physische Gesundheit aufs Spiel. Und nicht nur diese: Andere potentielle Nebenwirkungen sind Angstzustände, Aggressivität, Tunnelblick und emotionale Unempfindlichkeit.

5. News verstärken systematische Denkfehler

News nähren den Vater aller Denkfehler: den Bestätigungsirrtum (confirmation bias). Wir blenden Hinweise, die unseren Vorarteilen widersprechen, automatisch aus und sind überempfänglich für Nachrichten, die unsere Überzeugungen bestätigen. In den Worten von Warren Buffet: „Die größte Stärke des Menschen ist es, alle neuen Informationen so zu interpretieren, dass die vorangehenden Aussagen gültig bleiben." Newskonsum verschärft diese menschliche Schwäche. Warum? Weil wir aus einer unendlichen Menge an Nachrichten immer genug finden, um unsere Theorien — und seien sie noch so falsch — zu zementieren. Die Folge: Wir neigen zu Selbstüberschätzung, gehen idiotische Risiken ein und verpassen gute Gelegenheiten. News fördern nicht nur den Bestätigungsirrtum

provas que confirmam as nossas crenças. Nas palavras de Warren Buffet: "Aquilo que o ser humano faz melhor é interpretar toda a informação nova de modo a que as suas conclusões prévias permaneçam intactas." Isso é a tendência de confirmação. O consumo de notícias, e especialmente de influxos personalizados de notícias, exacerbam esta falha humana. O resultado é que nos movimentamos numa nuvem de dados aparentemente validatórios – mesmo quando as nossas teorias sobre o mundo e nós próprios podem estar erradas. Tornamo-nos propensos ao excesso de confiança, a correr riscos estúpidos e a avaliar mal as oportunidades.

As notícias não alimentam apenas a tendência de confirmação, também exarcebam outro erro cognitivo: a tendência narrativa. Os nossos cérebros anseiam por histórias que "façam sentido" – mesmo que não correspondam à realidade. E as organização noticiosas têm gosto em providenciar essas histórias falsas. Ao invés de apenas reportar que a Bolsa de Valores caiu (ou subiu) 2%, os pivots televisivos proclamam, "A Bolsa caiu 2% devido a X." Este X pode ser uma previsão de lucro de um banco, medo sobre o Euro, estatísticas de folhas de pagamentos do sector não agrícola, uma decisão Federal, um ataque terrorista em Madrid, uma greve no metropolitano de Nova Iorque, um aperto de mão entre dois presidentes, qualquer coisa, na verdade.

Isto recorda-me o liceu. O meu manual de história especificava sete razões (não seis ou oito) pelas quais eclodiu a Revolução Francesa. A verdade é que não sabemos porque a Revolução Francesa se iniciou. E especialmente não sabemos porque tal sucedeu em 1789. E não sabemos porque se movimenta a Bolsa de Valores da forma que o faz. Demasiados factores enquadram-se nessas mudanças. Não sabemos porque rebenta uma guerra, porque se atinge uma inovação tecnológica ou porque dispara o preço do petróleo. Qualquer jornalista que escreva, "O mercado alterou-se por causa de X." Ou " a companhia faliu devido a Y" é um idiota. Claro que X pode ter sido uma influência casual, mas isso está longe de estabelecido, e outras influências podem ser muito mais significativas. Em grande parte, as reportagens noticiosas nada mais são do que histórias e anedotas que acabam por substituir análises coerentes. Estou farto desta maneira barata de "explicar" o mundo. É inapropriada. É irracional. É uma falsificação. E recuso que isso contamine o meu raciocínio.

6) As notícias inibem o raciocínio

Pensar requer concentração. Concentração requer tempo ininterrupto. As notícias são como radicais livres flutuantes que interferem com a lucidez de pensamento. As notícias são especificamente concebidas para o interromper. São como vírus que captam a atenção para os seus propósitos. Isto não é sobre roubar tempo (ver razão 8). Isto é sobre a impossibilidade de pensar claramente porque se abriu ao fluxo de factóides perturbadores.

As notícias tornam-nos pensadores superficiais. Mas é pior do que isso. As notícias afectam gravemente a memória.

Existem dois tipos de memória. A capacidade da memória de longo prazo é praticamente infinita, mas a memória de trabalho é limitada a uma quantidade mínima de informação instável (tente repetir um número de telefone de 10 dígitos após ouví-lo pela primeira vez). O caminho das memórias de curto para as de longo prazo é um ponto de congestionamento no cérebro, mas tudo o que pretenda compreender tem de passar por lá. Se a passagem está perturbada, nada passa. Como as notícias

all new information so that their prior conclusions remain intact." That is the confirmation bias. News consumption, especially customized news intake, exacerbates this human flaw. The result is that we walk around in a cloud of seemingly confirming data – even when our theories about the world and ourselves may be wrong. We become prone to overconfidence, take stupid risks and misjudge opportunities.

News not only feeds the confirmation bias, it exacerbates another cognitive error: the story bias. Our brains crave stories that "make sense" – even if they don't correspond to reality. And news organizations are happy to deliver those fake stories. Instead of just reporting that the stock market declined (or increased) by 2%, TV news anchors proclaim, "The market declined by 2% because of X." This X could be a bank profit forecast, fear about the Euro, non-farm payroll statistics, a Fed decision, a terrorist attack in Madrid, a subway strike in New York, a handshake between two presidents, anything, really.

This reminds me of high school. My history textbook specified seven reasons (not six, not eight) why the French Revolution erupted. The fact is, we don't know why the French Revolution broke out. And especially not why it exploded specifically in 1789. And we don't know why the stock market moves as it moves. Too many factors go into such shifts. We don't know why a war breaks out, a technological breakthrough is achieved or why the oil price jumps. Any journalist who writes, "The market moved because of X" or "the company went bankrupt because of Y" is an idiot. Of course, X might have had a casual influence, but it's far from established, and other influences may be much more meaningful. To a large degree, news reports consist of nothing but stories and anecdotes that end up substituting for coherent analyses. I am fed up with this cheap way of "explaining" the world. It's inappropriate. It's irrational. It's forgery. And I refuse to let it contaminate my thinking.

6) News inhibits thinking

Thinking requires concentration. Concentration requires uninterrupted time. News items are like free-floating radicals that interfere with clear thinking. News pieces are specifically engineered to interrupt you. They are like viruses that steal attention for their own purposes. This is not about stealing time (see reason 8). This is about the inability to think clearly because you have opened yourself up to the disruptive factoid stream.

News makes us shallow thinkers. But it's worse than that. News severely affects memory.

There are two types of memory. Long-range memory's capacity is nearly infinite, but working memory is limited to a minimum amount of slippery data (try repeating a 10-digit phone number after you hear it for the first time). The path from short-term to long-term memory is a choke-point in the brain, but anything you want to understand must past through it. If this passageway is disrupted, nothing passes through. Because news disrupts concentration, it actively weakens comprehension.

You don't visit Paris for just one hour or speed through the Museum of Modern Art in two minutes. Why not? Because the brain needs spool-up time. Building up concentration takes a minimum of a 10-minute read. Given less time, your brain will process the information superficially and barely store it. News pieces are like wind hitting your cheek. Ask yourself: What are the

sie verschärfen darüber hinaus einen weiteren kognitiven Fehler: den Geschichtenirrtum (story 0bias). Unser Hirn sehnt sich nach Geschichten, die „Sinn machen" - ob sie der Wirklichkeit entsprechen, ist nebensachlich. Journalisten versorgen uns gern mit solchen Pseudogeschichten. Statt zu berichten, dass der Aktienmarkt um zwei Prozent gesunken (oder gestiegen) ist, erzählen uns die Reporter: „Der Markt ist um zwei Prozent gesunken wegen X. Dieses X kann die Erwartung eines Bankgewinns sein, die Angst um den Euro, die Bekanntgabe von Arbeitsmarktstatistiken, eine Entscheidung der Notenbank, ein Terroranschlag, ein Streik der Untergrundbahnen in New York, ein Handschlag zwischen zwei Präsidenten, was auch immer.

Dies erinnert mich an meine Gymnasialzeit. Mein Geschichtslehrbuch nannte drei Gründe (nicht zwei, nicht sieben) für den Ausbrach der Französischen Revolution. Tatsache ist: Wir wissen nicht, warum es zur Französischen Revolution kam, und vor allem nicht, warum es genau 1789 soweit war. Genauso wenig wissen wir, warum sich der Aktienmarkt so entwickelt, wie er sich eben gerade entwickelt. Zu viele Faktoren spielen hinein. Wir wissen nicht, warum ein Krieg ausbricht, warum es zu einem technologischen Durchbruch kommt oder warum der Silberpreis in die Höhe schnellt. Jeder Journalist, der schreibt „Der Markt hat sich so entwickelt wegen X" oder „Das Unternehmen ging in Bankrott wegen Y", ist entweder ein Dummkopf — oder er weiß ganz genau, dass er seinen Lesern etwas vormacht. Gewiss, X und Y mögen kausalen Einfluss haben, aber dieser ist keineswegs bewiesen, ganz abgesehen davon, dass andere Einflüsse vielleicht viel stärker sind. In weitem Maße bestehen Newsberichte bloß aus Geschichten und Anekdoten, die als zusammenhängende Analysen verkauft werden. Ich habe die Nase voll von dieser billigen Art und Weise, die Welt zu erklären. Sie ist unsachgemäß. Sie ist irrational. Sie ist schlicht falsch. Und ich will nicht, dass diese billigen Erklärungen mein Denken beeinträchtigen.

6. News hemmen das Denken

Denken braucht Konzentration, Konzentration braucht ungestörte Zeit. Wenn Sie sich dem Pseudofaktenstrom öffnen, geht Ihre Konzentrationsfähigkeit unter. News machen seichte Denker aus uns. Aber nicht nur das. Sie beeinträchtigen unser Gedächtnis. Es gibt zwei Arten von Gedächtnis. Das Langzeitgedächtnis hat eine nahezu unendliche Speicherkapazität, während das Arbeitsgedächtnis auf eine Minimalmenge glatter Daten begrenzt ist (versuchen Sie mal, eine zehnstellige Telefonnummer zu wiederholen, nachdem Sie sie bloß einmal gehört haben). Der Weg vom Arbeits- zum Langzeitgedächtnis führt an einer Art Nadelöhr im Hirn vorbei; was auch immer Sie verstehen möchten, es muss diesen Punkt passieren. Das geht bei abstrakten Informationen nur über Konzentration. Weil News die Konzentration stören, schwächen sie aktiv das Verstehen.

Sie reisen nicht für eine Minute nach Paris. Sie rennen nicht in dreißig Sekunden durch das Museum of Modern Art. Warum nicht? Well Ihr Hirn eine Aufwärmphase braucht, um für neue, starke Eindrücke überhaupt empfänglich zu sein. Um Konzentration beim Lesen aufzubauen, müssen Sie der Lektüre mindestens zehn Minuten widmen. Steht weniger Zeit zur Verfügung, verarbeitet Ihr Gehirn die Informationen bloß oberflächlich und kann sie nicht speichern. Fragen Sie sich mal: Welches sind die wichtigsten

perturbam a concentração, também enfraquecem activamente a compreensão.

Você não visita Paris por apenas uma hora ou corre pelo Museu de Arte Moderna em dois minutos. Porque não? Porque o cérebro precisa de tempo para se preparar. A concentração exige um mínimo de 10 minutos de leitura. Com menos tempo, o seu cérebro irá processar a informação apenas superficialmente e praticamente não a armazenando. As peças noticiosas são como vento a bater na sua bochecha. Pergunte-se: Quais foram os dez principais assuntos de notícias há um mês atrás (que já não estejam nas notícias hoje)? Se sente dificuldade em recordar, não está sozinho. Porque quererá consumir algo que não acresce à sua massa de conhecimento?

As notícias online têm um impacto ainda pior. Num estudo de 2001(2), dois académicos Canadianos demonstraram que a compreensão declina conforme o número de hiperligações num documento aumenta. Porquê? Porque sempre que um link aparece, o seu cérebro tem de, pelo menos, tomar a decisão de não clicar, o que já de si é distractor.

Os consumidores de notícias são crédulos no respeitante à irrelevância, e os maiores crédulos são os de notícias online. As notícias são um sistema interruptivo. Prende a sua atenção apenas para a baralhar. A par da falta de glucose na corente sanguínea, as notícias distractoras são a maior barreira ao pensamento lúcido.

7) As notícias mudam a estrutura do seu cérebro

As notícias funcionam como uma droga. Conforme as histórias se desenrolam, queremos naturalmente saber como elas continuam. Com centenas de enredos arbitrários nas nossas cabeças, esta ânsia crescentemente motivadora torna-se mais difícil de ignorar.

Porque são as notícias viciantes? Assim que adquire o hábito de verificar as notícias, é compelido a consultá-las com maior regularidade. A sua atenção foca-se nos eventos de última hora, pelo que anseia por mais informação sobre eles. Isto está relacionado com um processo chamado "potenciação de longo termo" e os circuitos de recompensa no seu cérebro. Os viciados procuram mais da substância aditiva para se satisfazerem, porque necessitam de mais estimulação do que pessoas sem o vício para atingirem o limiar de recompensa. Se concentrar a sua atenção noutras coisas – como literatura, ciência, arte, história, culinária, tratar animais de estimação, qualquer coisa – ficará mais focado nelas. É simplesmente assim que o cérebro funciona.

A ciência costumava pensar que o nosso cérebro, as densas conexões formadas entre os 100 mil milhões de neurónios dentro dos nossos crâneos, estava essencialmente definido ao chegarmos à idade adulta. Hoje sabemos que isso não se verifica. O cérebro humano é extremamente plástico. As células nervosas quebram conexões velhas e formam novas rotinamente. Quando nos adaptamos a um novo fenómeno cultural, incluindo o consumo de notícias, acabamos com um cérebro diferente. A adaptação às notícias ocorre a um nível biológico. As notícias reprogramam-nos. Isso significa que o nosso cérebro funciona de modo diferente mesmo quando não estamos a consumir notícias. E isso é perigoso.

Quanto mais notícias consumimos, mais exercitamos os circuitos neurais dedicados a ler à pressa e às multitarefas enquanto ignoramos aqueles

(2) Nicholas Carr: The Web Shatters Focus, Rewires Brains, Wired, May 2010

top ten news items from a month ago (that are no longer in the news today)? If you have a hard time remembering, you are not alone. Why would you want to consume something that doesn't add to your body of knowledge?

The online news has an even worse impact. In a 2001 study(1) two scholars in Canada showed that comprehension declines as the number of hyperlinks in a document increase. Why? Because whenever a link appears, your brain has to at least make the choice not to click, which in itself is distracting.

News consumers are suckers for irrelevancy, and online news consumers are the biggest suckers. News is an interruption system. It seizes your attention only to scramble it. Besides a lack of glucose in your blood stream, news distraction is the biggest barricade to clear thinking.

7) News changes the structure of your brain

News works like a drug. As stories develop, we naturally want to know how they continue. With hundreds of arbitrary story lines in our heads, this craving is increasingly compelling and hard to ignore.

Why is news addictive? Once you get into the habit of checking the news, you are driven to check it even more often. Your attention is set on fast-breaking events, so you hunger for more data about them. This has to do with a process called "long-term potentiation" (LTP) and the reward circuits in your brain. Addicts seek more of an addictive substance to get their fix, because they need more stimulation than non-addicts to reach a satisfying reward threshold. If you set your attention on other things – like literature, science, art, history, cooking, pet grooming, whatever – you will become more focused on those things. That's just how the brain works.

Science used to think that our brain, the dense connections formed among the 100 billion neurons inside our skulls, was largely fixed by the time we reached adulthood. Today we know that this is not the case. The human brain is highly plastic. Nerve cells routinely break old connections and form new ones. When we adapt to a new cultural phenomenon, including the consumption of news, we end up with a different brain. Adaptation to news occurs at a biological level. News reprograms us. That means our brain works differently even when we're not consuming news. And that's dangerous.

The more news we consume, the more we exercise the neural circuits devoted to skimming and multitasking while ignoring those used for reading deeply and thinking with profound focus. Most news consumers – even if they used to be avid book readers – have lost the ability to read and absorb lengthy articles or books. After four, five pages they get tired, their concentration vanishes, they become restless. It's not because they got older or their schedules became more onerous. It's because the physical structure of their brains has changed. In the words of Professor Michael Merzenich (University of California, San Francisco), a pioneer in the field of neuroplasticity: "We are training our brains to pay attention to the crap."

Deep reading is indistinguishable from deep thinking. When you consume news, your brain structurally changes. This means that the way you think changes. Regaining the capacity for concentration and contemplation will take nothing less than a radical news-free diet.

(1) Nicholas Carr: The Web Shatters Focus, Rewires Brains, Wired, May 2010

zehn Newsmeldungen des letzten Monats (die heute nicht mehr in den News sind)? Wenn Sie so ticken wie die meisten Menschen, gelingt es Ihnen nicht, auch nur fünf aufzuzählen. Warum also sollten Sie etwas konsumieren, das nichts zu Ihrem Wissen beiträgt? Die schlimmsten News sind übrigens Online-News: Eine Studie (1) hat gezeigt, dass das Textverständnis abnimmt, je mehr Hyperlinks ein Dokument hat. Warum? Well Ihr Hirn bei jedem Link entscheiden muss, ob Sie darauf klicken sollen oder nicht, was eine ständige Ablenkung bedeutet.

7. News verändern die Struktur Ihres Gehirns

Ihr Hirn besteht aus 100 Milliarden Neuronen (Nervenzellen), die durch mehr als 100 Billionen Synapsen miteinander verbunden sind. Die Wissenschaft ging lange davon aus, dass das Hirn komplex ausgebildet ist, wenn wir das Erwachsenenalter erreicht haben. Heute wissen wir, dass es ständig umgeformt wird. Nervenzellen brechen routinemäßig alte Verbindungen ab und bilden neue (genauer: die Rezeptoren an den Synapsen verändern ihre Sensitivität). Wenn wir uns von einem neuen kulturellen Phänomen wie beispielsweise der Newsschwemme überfluten lassen, so finden wir uns am Ende mit einem physisch anderen Denkapparat wieder. Gehirnwäsche, buchstäblich.

Die Anpassung an News vollzieht sich tatsächlich auf der Ebene der Biologie. News verkabeln uns neu. Unser Hirn arbeitet anders, selbst wenn wir gerade keine News konsumieren. Je mehr News wir konsumieren, desto mehr trainieren wir neuronale Schaltkreise, die auf das Überfliegen von Informationen und auf Multitasking angelegt sind. Gleichzeitig werden jene Schaltkreise atrophiert, die für vertiefte Lektüre und tiefgründiges Denken nötig sind. Ich stelle immer wieder fest, dass die meisten Newskonsumenten — selbst wenn sie einst leidenschaftliche Bücherleser waren — nicht mehr die Fähigkeit haben, längere Artikel oder Bücher zu lesen. Nach vier, fünf Seiten werden sie müde, ihre Aufmerksamkeit schwindet und sie werden unruhiger. Nicht, weil sie älter wurden oder ihr Zeitplan straffer. Vielmehr hat sich die physische Struktur ihre Hirns verändert. In den Worten von Michael Merzenic (University of California San Francisco): „Wir trainieren unsere Hirne dafür, irgendwelchem Mist Aufmerksamkeit zu schenken." Vertiefte Lektüre ist unlösbar mit tiefem Denken verknüpft. Wenn Sie die Fähigkeit zurückgewinnen wollen, sich zu konzentrieren und sich in ein Thema zu versenken, führt kein Weg an einer newsfreien geistigen Diät vorbei. Nach meiner Erfahrung braucht das Hirn etwa ein Jahr Newsabstinenz, bis es wieder die Struktur hat, um lange Texte ermüdungsfrei aufzunehmen.

8. News sind Zeitverschwendung

News verursachen exorbitante Kosten, weil sie Zeitverschwendung sind - und das gleich in dreierlei Hinsicht. Da ist erstens die Zeit, die der Konsum von News verschlingt - also die Zeit, die Sie verschwenden, indem Sie News lesen, hören oder am Fernsehen verfolgen.

(1) Nicholas Carr: „The Web Shatters Focus, Rewires Brains", Wired, May 2010

utilizados para leitura aprofundada e pensar com concentração. A maioria dos consumidores de notícias – mesmo que tenham sido ávidos leitores de livros – perderam a capacidade de ler e absorver artigos extensos ou livros. Após quatro, cinco páginas ficam cansados, perdem a concentração, ficam inquietos. Não é porque estejam mais velhos ou os seus horários sejam mais onerosos. É porque a estructura física dos seus cérebros mudou. Nas palavras do Professor Michael Merzenich (Universidade da Califórnia, São Francisco), um pioneiro no campo da neuroplasticidade: "Estamos a treinar os nossos cérebros a prestarem atenção à porcaria."

A leitura profunda é indistinguível do pensamento profundo. Quando consome notícias, o seu cérebro modifica-se estructuralmente. Isto significa que o modo como pensa muda. Recuperar a capacidade de concentração e contemplação implica nada menos que uma dieta radical livre de notícias.

8) As notícias são caras

As notícias gastam tempo. Requerem custos exorbitantes.

As notícias afectam a productividade de três modos. Primeiro, conte o tempo de consumo que as notícias exigem. Esse é o tempo efectivo que demora a ler, ouvir ou ver as notícias.

Segundo, confira o tempo de focalização – ou custo de transição. É o tempo que perde tentando voltar ao que estava a fazer antes das notícias o interromperem. Tem de organizar as suas ideias. O que estava prestes a fazer? Sempre que interrompe o seu trabalho para ver as notícias, reorientar-se custa mais tempo.

Terceiro, as notícias distraem-nos mesmo horas depois de termos digerido os assuntos do dia. As histórias e imagens noticiadas vêm à memória horas, por vezes dias, depois, constantemente interrompendo a sua linha de pensamento. Porque quereria fazer isso a si próprio?

Se ler o jornal durante 15 minutos cada manhã, depois verificar as notícias noutros 15 minutos durante o almoço e 15 minutos antes de se deitar, está a comer tempo substancial. Depois, acrescente cinco minutos aqui e ali quando está no trabalho, mais distracção e tempo de focalização. Irá perder pelo menos meio dia por semana de tempo produtivo. Meio dia – e para quê?

A um nível global, a perda de productividade potencial é imensa. Considere os ataques de 2008 em Mumbai, onde terroristas assassinaram algumas 200 pessoas num acto de aterrorizante exibicionismo. Imagine que mil milhões de pessoas dedicaram, em média, uma hora da sua atenção à tragédia de Mumbai: acompanhando as notícias, vendo algum comentador na televisão, pensando nisso. O valor é um palpite, mas não deverá estar longe de ser correcto. A Índia, por si só, possui mais de mil milhões de habitantes. Muitos deles passaram dias inteiros acompanhando a tragédia. Mil milhões de pessoas vezes uma hora são mil milhões de horas, o que é mais de 100.000 anos. A esperança média de vida global é actualmente de 66 anos. Portanto quase 2.000 vidas foram engolidas pelo consumo de notícias. É muito mais do que o número de pessoas assassinadas. De certa maneira, os agentes noticiosos tornaram-se parceiros involuntários dos terroristas. Pelo menos os ataques no Mumbai tiveram um impacto concreto. Considere as horas perdidas quando Michael Jackson morreu – nenhum conteúdo real nas histórias, e milhões de horas desperdiçadas.

A informação já não é uma mercadoria escassa. Mas a atenção é. Porquê oferecê-la tão facilmente? Você não é tão irresponsável com o seu dinheiro, a sua reputação ou a sua saúde. Porquê oferecer a sua mente?

8) News is costly

News wastes time. It exacts exorbitant costs.

News taxes productivity three ways. First, count the consumption-time that news demands. That's the time you actually waste reading, listening to or watching the news.

Second, tally up the refocusing time – or switching cost. That's the time you waste trying to get back to what you were doing before the news interrupted you. You have to collect your thoughts. What were you about to do? Every time you disrupt your work to check the news, reorienting yourself wastes more time.

Third, news distracts us even hours after we've digested today's hot items. News stories and images may pop into your mind hours, sometimes days later, constantly interrupting your train of thought. Why would you want to do that to yourself?

If you read the newspaper for 15 minutes each morning, then check the news for 15 minutes during lunch and 15 minutes before you go to bed, you're eating substantial time. Then, add five minutes here and there when you're at work, plus distraction and refocusing time. You will lose productive hours totaling at least half a day every week. Half a day – and for what?

On a global level, the loss in potential productivity is huge. Take the 2008 terror attacks in Mumbai, where terrorists murdered some 200 people in an act of chilling exhibitionism. Imagine that a billion people devoted, on average, one hour of their attention to the Mumbai tragedy: following the news, watching some talking head on TV, thinking about it. The number is a wild guess, but the guess is far from a wild number. India, alone, has more than a billion people. Many of them spent whole days following the drama. One billion people times one hour is one billion hours, which is more than 100,000 years. The global average life expectancy is today 66 years. So nearly 2,000 lives were swallowed by news consumption. It's far more than the number of people murdered. In a sense, the newscasters became unwilling bedfellows of the terrorists. At least the Mumbai attacks had actual impact. Look at the hours lost when Michael Jackson died – no real content in the stories, and millions of hours wasted.

Information is no longer a scarce commodity. But attention is. Why give it away so easily? You are not that irresponsible with your money, your reputation or your health. Why give away your mind?

9) News sunders the relationship between reputation and achievement

Reputation affects how people cooperate in society. In our ancestral past, a person's reputation was directly linked to his or her achievements. You saw that your fellow tribe member killed a tiger single handedly and you spread word of his bravery.

With the advent of mass-produced news, the strange concept of "fame" entered our society. Fame is misleading because generally people become famous for reasons that have little relevance to our lives. The media grants fame to movie stars and news anchors for scant reason. News sunders the relationship between reputation and achievement. The tragedy is that pop notoriety crowds out the achievements of those who make more substantive contributions.

Zweitens ist da die Neufokussierung — das sind die Umschaltungskosten, die Zeit also, die Sie verlieren, bis Sie zur Tätigkeit zurückfinden, die Sie verrichteten, bevor die Nachrichten Sie abgelenkt hatten. Sie müssen Ihre Gedanken wieder sammeln. Drittens beeinträchtigen News Ihre Aufmerksamkeit auch noch, nachdem Sie die Schlagzeilen des Tages konsumiert haben. Newsgeschichten und -bilder geistern noch Stunden später in Ihrem Kopf herum und unterbrechen immer wieder Ihren Gedankenfluss. Eine kleine Rechnung: Wenn Sie am Morgen die Zeitung lesen, am Mittag 15 Minuten lang die Schlagzeilen im Radio hören und sich am Abend die „Tagesschau" reinziehen, haben Sie wertvolle Zeit vernichtet. Zählen Sie ein bisschen Online-News während der Arbeit, fünf Minuten Informationsbeschaffung hier und da und die Zeit für die Refokussierung hinzu, so kommen Sie schnell auf eine Stunde pro Tag. Im Verlauf einer Woche verlieren Sie zwischen einem halben und einem ganzen Tag. Warum tun Sie sich das an?

Global betrachtet, ist der Verlust an Produktivität immens. Nehmen Sie die Terroranschläge in Mumbai im Jahr 2008. Terroristen töteten in einem Akt kühler Geltungssucht 200 Menschen. Stellen Sie sich vor, dass eine Milliarde Menschen durchschnittlich eine Stunde ihrer Aufmerksamkeit auf die Tragödie in Mumbai verwendeten: Sie haben die News verfolgt und sich das Geplapper irgendwelcher „Experten" und „Kommentatoren" im Fernsehen angeschaut. Eine durchaus realistische Schätzung. Denn Indien allein hat mehr als eine Milliarde Einwohner. Viele von ihnen dürften den ganzen Tag damit verbracht haben, das Drama zu verfolgen. Doch rechnen wir konservativ. Eine Milliarde Menschen mal eine Stunde Ablenkung ergibt eine Milliarde Stunden Ablenkung, was mehr als 100.000 Jahren entspricht. Die Lebenserwartung eines Menschen beträgt im globalen Durchschnitt 66 Jahre. Durch Newskonsum wurden also an die 2.000 Menschenleben vernichtet. Zehnmal mehr, als durch das Attentat ums Leben kamen. In einem gewissen Sinn sind die Nachrichtenorganisationen so zu unfreiwilligen Erfüllungsgehilfen der Terroristen geworden. Noch extremer verhält es sich mit der verlorenen Zeit, als Michael Jackson starb – kein wirklicher Gehalt in den Nachrichten und Millionen vergeudete Stunden.

Information ist nicht länger eine knappe Ressource – Aufmerksam hingegen schon. Warum gehen Sie so unverantwortlich mit ihr um? Mit Ihrer Gesundheit, Ihrem Ruf oder Ihrem Geld sind Sie auch nicht so verschwenderisch.

9. News unterhöhlen die Beziehung zwischen Ruhm und Leistung

Eine funktionierende Gesellschaft erfordert, dass Menschen miteinander kooperieren. Der Ruf einer Person ist ein Signal, das etwas über deren Qualität als Kooperationspartner aussagt. Leider ist dieses Signal in der medialen Welt unzuverlässig geworden. In unserer evolutionären Vergangenheit stand der Ruhm einer Person in direkter Beziehung zu ihren Leistungen. Wer einen Tiger mit eigenen Händen erlegte, fand entsprechendes Ansehen.

Mit den News begann der kuriose Begriff der Prominenz unsere Gesellschaft zu durchdringen. Doch der Ruhm der Prominenten führt uns in die Irre: Leute werden aus Gründen bekannt, die sowohl für die Gesellschaft als auch für unser Leben vollkommen bedeutungslos sind. Die Medien

9) As notícias quebram a relação entre reputação e realização

A reputação influencia como as pessoas cooperam em sociedade. No nosso passado ancestral, a reputação de uma pessoa estava directamente relacionada com os seus feitos. Você via um membro da sua tribo matar sozinho um tigre e espalhava a palavra sobre a sua coragem.

Com o advento das notíciasproduzidas em massa, o conceito estranho de "fama" entrou na nossa sociedade. A fama é enganadora porque geralmente as pessoas tornam-se famosas por razões que têm muito pouca relevância para as nossa vidas. Os media concedem fama às estrelas de cinema e pivots noticiosos por razões vãs. As notícias quebram a relação entre reputação e realização. A tragédia é que a notoriedade pop afasta do grande público os feitos daqueles que fazem contribuições mais substanciais.

10) As notícias são produzidas por jornalistas

Os jornalistas bons e profissionais demoram tempo com as suas histórias, autenticam os factos e tentam reflectir nos conteúdos. Mas como em qualquer outra profissão, o jornalismo tem praticantes incompetentes e desleais que não tem tempo – ou a capacidade – para uma análisa profunda. Poderá não conseguir distinguir entre uma reportagem profissional e refinada e um artigo apressado, verboso e pago à peça por um escritor com contas a ajustar. Tudo parece notícias.

A minha estimativa: menos de 10% das histórias noticiadas são originais. Menos de 1% são realmente fruto de investigação. E apenas uma vez em cada 50 anos, jornalistas expõem um Watergate. Muitos repórteres improvisam o resto das notícias a partir de relatórios de outras pessoas, conhecimento comum, pensamento superficial e seja o que for que o jornalista encontra na internet. Alguns repórteres copiam uns dos outros ou recorrem a peças antigas, sem necessariamente actualizá-las com algumas correcções. A cópia e a cópia das cópias multiplicam as falhas nas histórias e a sua irrelevância.

11) Os factos noticiados estão por vezes errados, as previsões sempre

Por vezes, os factos reportados estão simplesmente errados. Com os orçamentos editoriais reduzidos nas grandes publicação, a revisão de factos no processo noticioso está em perigo.

A revista *The New Yorker* é lendária pela sua revisão de factos. Conta-se a história de que quando um artigo mencionava o Empire State Building, alguém do departamento de revisão saía e verificava visualmente se, de facto, o edifício continuava de pé. Não sei se a história é verdadeira, mas destaca um ponto. Hoje, o revisor é uma espécie ameaçada na maioria das companhias noticiosas (embora vivo e de boa saúde no The New Yorker).

Muitas histórias noticiosas incluem previsões, mas prever algo com precisão num mundo complexo é impossível. Provas avassaladoras indicam que os prognósticos de jornalistas e de peritos em finanças, desenvolvimento social, conflictos globais e tecnologia são quase sempre totalmente errados. Então, porquê consumir esse lixo?

Os jornais previram a Primeira Guerra Mundial, a Grande Depressão, a revolução sexual, a queda do império Soviético, a ascenção da internet, resistên-

10) News is produced by journalists

Good professional journalists take time with their stories, authenticate their facts and try to think things through. But like any profession, journalism has some incompetent, unfair practitioners who don't have the time – or the capacity – for deep analysis. You might not be able to tell the difference between a polished professional report and a rushed, glib, paid-by-the-piece article by a writer with an ax to grind. It all looks like news.

My estimate: fewer than 10% of the news stories are original. Less than 1% are truly investigative. And only once every 50 years do journalists uncover a Watergate. Many reporters cobble together the rest of the news from other people's reports, common knowledge, shallow thinking and whatever the journalist can find on the internet. Some reporters copy from each other or refer to old pieces, without necessarily catching up with any interim corrections. The copying and the copying of the copies multiply the flaws in the stories and their irrelevance.

11) Reported facts are sometimes wrong, forecasts always

Sometimes, reported facts are simply mistaken. With reduced editorial budgets at major publications, fact checking may be an endangered step in the news process.

"As notícias são esmagadoramente sobre coisas que você não pode influenciar. Isto conduz a que os leitores tenham uma perspectiva fatalista do mundo.

News stories are overwhelmingly about things you cannot influence. This sets readers up to have a fatalistic outlook on the world.

Newsgeschichten befassen sich zur großen Mehrheit mit Dingen, die Sie nicht beeinflussen können. Wir werden zermalmt, bis wir am Ende eine pessimistische und fatalistische Weltsicht haben.

- *Rolf Dobelli*

verleihen Fernsehstars und Talkshow-Hosts aus nichtigen Gründen „Prominenz" und unterhöhlen so die Beziehung zwischen Ruhm und Leistung. Das wäre an sich nicht schlimm. Bedauerlich ist jedoch, dass Prominenz den Ruhm jener verdrängt (crowding out), die tatsächlich etwas Wertvolles leisten.

10. News werden von Journalisten gemacht

Gute Journalisten nehmen sich Zeit für ihre Artikel. Sie überprüfen Fakten, sind darum bemüht, die Komplexität eines Sachverhalts abzubilden und die Dinge zu Ende zu denken. Aber wie in jedem Beruf gibt es auch im Journalismus inkompetente Genossen, die sich nicht die Zeit für tiefgehende Analysen nehmen oder denen die Fähigkeit dazu fehlt. Als Medienkonsument können Sie meistens nicht zwischen den beiden unterscheiden.

Meine Schätzung: weniger als 10 Prozent der Newsgeschichten sind originär. Weniger als 1 Prozent sind investigativ. Und höchstens einmal alle 50 Jahre decken Journalisten einen Watergateskandal auf. Der track record des Journalismus für neue Erkenntnisse ist schlecht. Sehr schlecht. Viele Reporter klauben ihre News von Berichten anderer Journalisten zusammen, von Gemeinplätzen, oberflächlichem Denken und was auch immer sie im Internet finden mögen. Einige Journalisten schreiben auch einfach von anderen ab oder beziehen sich auf alte Berichte, ohne den zwischenzeitlichen Veränderungen Rechnung zu tragen. Das Abschreiben und das Abschreiben von Abschriften vervielfältigen die Fehler in den Artikeln und erhöhen deren Irrelevanz. So lässt sich denn John Kenneth Galbraiths Spruch über die Ökonomen auf die Journalisten übertragen: „ Sogenannter Journalismus ist eine extrem praktische Form der Beschäftigung für Journalisten."

11. Berichtete Tatsachen sind manchmal, Prognosen immer falsch

„The New Yorker" ist eine Zeitschrift, die dafür bekannt ist, alle Fakten akribisch zu prüfen. Wer in einem Artikel das Empire State Building erwähnt, geht jemand von der Faktenprüfabteilung (factchecking department) an die frische Luft, um sich mit den eigenen Augen davon zu überzeugen, dass das Gebäude noch steht. Die Geschichte ist kolportiert, aber sie weist auf etwas Wichtiges hin: Fehler passieren selbst den besten Journalisten. Heutzutage ist der Faktenprüfer in den meisten Medienorganisationen eine vom Aussterben bedrohte Spezies.

Falsche Informationen sind das eine. Das andere sind falsche Vorhersagen: „Regimewechsel in Nordkorea in den nächsten zwei Jahren", Argentinische Weine bald beliebter als französische", „die Eurozone wird auseinanderbrechen", Weltraumspaziergänge für jedermann in zehn Jahren", „Kein Rohöl mehr in 15 Jahren", „Japan wird als erstes Land ein Durchschnittsalter von 100 Jahren erreichen". Täglich bombardieren uns Journalisten, „Experten" und „Kommentatoren" mit ihren Prognosen. Wie verlässlich sind sie? Bis vor wenigen Jahren hat sich niemand die Mühe gemacht, deren Qualität zu überprüfen. Dann kam Philip Tetlock. Der Berkeley-Professor ließ über einen Zeitraum von zehn Jahren 82.361 Vorhersagen auswerten. Das Resultat: die Vorhersagen hätten genauso gut zufällige Aussagen sein können. Jene „Experten-

cia aos antibióticos, o decréscimo da natalidade na Europa ou a explosão de casos de depressão? Talvez encontrasse uma ou duas previsões correctas num mar de milhões delas incorrectas. Previsões incorrectas não são apenas inúteis, são prejudiciais.

Para aumentar a precisão dos seus prognósticos, elimine as notícias e lance os dados ou, se estiver preparado para aprofundar, leia livros e jornais com conhecimento para perceber as forças invisíveis que afectam o nosso mundo.

12) As notícias são manipuladoras

O nosso passado evolucionário equipou-nos com um bom detector de aldrabices para as interacções face a face. Automaticamente utilizamos muitos pistas para detectar manipulação, pistas que vão para além da mensagem verbal e incluem gestos, expressões faciais, e sinais de nervosismo tais como palmas suadas, ruborização e odor corporal. Vivendo em pequenos bandos de pessoas, quase sempre sabíamos o passado do mensageiro. A informação vinha sempre com um rico aparato de metainformação. Actualmente, mesmo os leitores conscientes constatam que distinguir entre notícias imparciais e notícias com agenda própria é difícil e esgotante. Porquê passar por isso?

As histórias são escolhidas ou prejudicadas para agradar aos anunciantes (tendência publicitária) ou aos donos dos media (tendência corporativa), e cada posto de media tem uma tendência para reportar o que toda a gente está areportar, e para evitar histórias que possam ofender alguém (tendência do grande público).

A indústria das relações públicas (RP) é tão grande quanto a indústria de reportar notícias – a melhor prova de que jornalistas e organizações noticiosas podem ser manipulados, ou pelo menos influenciados ou persuadidos. As corporações, grupos de interesse e outras organizações não investiriam somas tão grandiosas em RP se não funcionassem. Se os moldadores de opinião conseguem manipular jornalistas, que possuem um cepticismo natural em relação a organizações poderosas, o que o faz pensar que consegue escapar aos seus truques?

Consideremos a história de Nurse Nayirah. Nayirah era uma rapariga Kuwaitiana de 15 anos que testemunhou no Congresso dos E.U.A. durante a escalada para a Guerra do Golfo de 1991. Alegou ter testemunhado o assassinato de infantes por soldados Iraquianos no Kuwait. Virtualmente todos os canais de media cobriram a história. O público norte-americano ficou indignado, o que por sua vez colocou o Congresso mais perto de aprovar a guerra. O seu testemunho, que todos os canais de media consideraram como crédivel na altura, desde então passou a ser encarado como porpaganda bélica.

O jornalismo molda uma imagem comum do mundo e um conjunto de narrativas comum para o discutir. Define a agenda pública. Esperem: queremos realmente que sejam os repórteres noticiosos a marcar a agenda pública? Acredito que o definir de uma agenda pelos media é apenas má democracia.

13) As notícias tornam-nos passivos

As notícias são esmagadoramente sobre coisas que você não pode influenciar. Isto conduz a que os leitores tenham uma perspectiva fatalista do mundo.

Compare isto com o nosso passado ancestral, onde podia agir com base em praticamente qualquer tipo de notícias. O nosso passado evolucionário preparou-nos para agirmos mediante informação, mas a repetição diária de notícias de coisas sobre as quais não podemos actuar torna-nos passivos. Absorve a nossa energia. Tritura-nos até que adoptemos uma visão do mundo que é pessimista, insensibilizadora, sarcástica e fatalista.

Se o cérebro humano encontra uma barrage de informação ambígua sem que consiga actuar perante essa informação, poderá reagir com passividade e um sentimento de vitimização. O termo científico é desamparo aprendido. É um pouco rebuscado, mas não ficaria surpreendido se o consumo de notícias contribuísse pelo menos parcialmente para a epidemia de depressão. Analisado numa escala temporal, a propagação da depressão coincide quase perfeitamente com o crescimento e maturidade dos media de massas. Talvez seja uma coincidência, ou talvez as constantes investidas de fogo, fome, dilúvio e fracasso acresçam à depressão, mesmo que estes tristes relatos venham de muito longe.

14) As notícias dão-nos uma ilusão de preocupação

Kathleen Norris (mesmo que eu não partilhe da maioria das suas ideias) disse-o melhor: "Talvez queiramos acreditar que continuamos preocupados, enquanto os nosso olhos se desviam de um apresentador televisivo anunciando a mais recente atrocidade para os resultados da NBA e cotações da Bolsa de Valores passando no fundo do ecrã. Mas o incessante bombardeamento de imagem e verbosidade impedem que nos envolvamos."

As notícias embrulham-nos num sentimento global caloroso. Somos todos cidadãos do mundo. Estamos todos ligados. O planeta é apenas uma aldeia global. Cantamos "Nós Somos o Mundo" e agitamos as pequenas chamas dos nosso isqueiros em perfeita harmonia com milhares de outros. Isto dá-nos uma sensação luminosa e aconchegante que transmite a ilusão de preocupação mas não nos leva a lado algum. Este encantamento de qualquer coisa indicar irmandade global soa a uma quimera gigantesca. O facto é que consumir notícias não nos torna mais ligados aos outros. Estamos conectados porque interagimos e negociamos.

15) As notícias matam a criatividade

As coisas que já conhecemos Imitam a nossa criatividade. Esta é uma razão pela qual matemáticos, escritores, compositores e empreendedores frequentemente produzem os seus trabalhos mais criativos em idade jovem. Eles ignoram muito do que já se tentou antes. Os seus cérebros gozam de um espaço amplo e inabitado que os encoraja a lançar e penseguir novas ideias.

Eu não conheço uma única mente realmente criativa que seja um viciado em notícias – nenhum escritor, nenhum compositor, maemático, médico, cientista, músico, designer, arquitecto ou pintor. Por outro lado, conheço uma série de mentes viciosamente não criativas que consomem notícias como drogas.

O efeito das notícias matarem a criatividade pode também dever-se a algo mais simples que já discutimos antes: distracção. Eu simplesmente não consigo imaginar a produção de novas ideias com a distracção que sempre acompanha as notícias. Se quer chegar a velhas soluções, leia as notícias. Se procura novas soluções, não leia as notícias.

The New Yorker magazine is legendary for its fact checking. The story goes that when an article mentioned the Empire State Building, someone from the fact-checking department would go out and visually verify that, in fact, the building was still standing. I don't know if the story is true, but it highlights a point. Today, the fact checker is an endangered species at most news companies (though still alive and well at The New Yorker).

Many news stories include predictions, but accurately predicting anything in a complex world is impossible. Overwhelming evidence indicates that forecasts by journalists and by experts in finance, social development, global conflicts and technology are almost always completely wrong. So, why consume that junk?

Did the newspapers predict World War I, the Great Depression, the sexual revolution, the fall of the Soviet empire, the rise of the Internet, resistance to antibiotics, the fall of Europe's birth rate or the explosion in depression cases? Maybe, you'd find one or two correct predictions in a sea of millions of mistaken ones. Incorrect forecast are not only useless, they are harmful.

To increase the accuracy of your predictions, cut out the news and roll the dice or, if you are ready for depth, read books and knowledgeable journals to understand the invisible generators that affect our world.

12) News is manipulative

Our evolutionary past has equipped us with a good bullshit detector for face-to-face interactions. We automatically use many clues to detect manipulation, clues that go beyond the verbal message and include gesture, facial expression, and signs of nervousness such as sweaty palms, blushing and body odor. Living in small bands of people, we almost always knew the background of the messenger. Information always came with a rich set of meta-data. Today, even conscientious readers find that distinguishing even-handed news stories from ones that have a private agenda is difficult and energy consuming. Why go through that?

Stories are selected or slanted to please advertisers (advertising bias) or the owners of the media (corporate bias), and each media outlet has a tendency to report what everyone else is reporting, and to avoid stories that will offend anyone (mainstream bias).

The public relations (PR) industry is as large as the news reporting industry – the best proof that journalists and news organizations can be manipulated, or at least influenced or swayed. Corporations, interest groups and other organizations would not expend such huge sums on PR if it didn't work. If spinmeisters can manipulate journalists, who have a natural skepticism toward powerful organizations, what makes you think you can escape their trickery?

Take the Nurse Nayirah story. Nayirah was a 15-year-old Kuwaiti girl who testified to the U.S. Congress during the run up to the 1991 Gulf War. She alleged that she had witnessed the murder of infant children by Iraqi soldiers in Kuwait. Virtually every media outlet covered the story. The U.S. public was outraged, which in turn pushed Congress closer to approving the war. Her testimony, which all media outlets regarded as credible at the time, has since come to be regarded as wartime propaganda.

Journalism shapes a common picture of the world and a common set of narratives for discussing it. It sets the public agenda. Hold on: do we really want news reporters to set the public agenda? I believe that agenda setting by the media is just bad democracy.

13) News makes us passive

News stories are overwhelmingly about things you cannot influence. This sets readers up to have a fatalistic outlook on the world.

Compare this with our ancestral past, where you could act upon practically every bit of news. Our evolutionary past prepared us to act on information, but the daily repetition of news about things we can't act upon makes us passive. It saps our energy. It grinds us down until we adopt a worldview that is pessimistic, desensitized, sarcastic and fatalistic.

If the human brain encounters a barrage of ambiguous information without being able to act upon that information, it can react with passivity and a sense of victimhood. The scientific term is learned helplessness. It's a bit of a stretch, but I would not be surprised if news consumption at least partially contributes to the widespread disease of depression. Viewed on a timeline, the spread of depression coincides almost perfectly with the growth and maturity of the mass media. Maybe it's a coincidence, or maybe the constant onslaught of fire, famine, flood and failure adds to depression, even if these sad reports come from far away.

14) News gives us the illusion of caring

Kathleen Norris (even if I don't share most of her ideas) said it best: "We may want to believe that we are still concerned, as our eyes drift from a news anchor announcing the latest atrocity to the NBA scores and stock market quotes streaming across the bottom of the screen. But the ceaseless bombardment of image and verbiage makes us impervious to caring."

News wraps us in a warm global feeling. We are all world citizens. We are all connected. The planet is just one global village. We sing "We Are the World" and wave the little flame of our lighters in perfect harmony with thousands of others. This gives us a glowing, fuzzy feeling that delivers the illusion of caring but doesn't get us anywhere. This allure of anything bespeaking global brotherhood smells like a gigantic chimera. The fact is, consuming news does not make us more connected to each other. We are connected because we interact and trade.

15) News kills creativity

Things we already know limit our creativity. This is one reason that mathematicians, novelists, composers and entrepreneurs often produce their most creative works at a young age. They are oblivious to much that has been tried before. Their brains enjoy a wide, uninhabited space that emboldens them to come up with and pursue novel ideas.

I don't know a single truly creative mind who is a news junkie – not a writer, not a composer, mathematician, physician, scientist, musician, designer, architect or painter. On the other hand, I know a whole bunch of viciously uncreative minds who consume news like drugs.

The creativity-killing effect of news might also be due to something simpler we've discussed before: distraction. I just can't imagine producing novel ideas with the distraction that news always delivers. If you want to come up with old solutions, read news. If you are looking for new solutions, don't read news.

12. News manipulieren

Die evolutionäre Vergangenheit hat uns mit einem guten Gespür dafür ausgestattet, Schwachsinn in der Kommunikation von Angesicht zu Angesicht zu entlarven. Unbewusst stützen wir uns auf verschiedene Hinweise, um Manipulationen aufzuspüren - Hinweise jenseits der verbalen Botschaft: Gesten, Gesichtsausdrücke und Anzeichen der Nervosität wie zitternde Hände, Errröten und Körpergeruch. Als wir in kleinen Menschengruppen lebten, kannten wir fast immer den Hintergrund des Boten. Informationen kamen mit einem umfangreichen Set an Metadaten daher. Heute allerdings ist es schwierig und energieraubend, unvoreingenommene Newsgeschichten von solchen zu unterscheiden, die einen Hintergedanken verfolgen.

Die PR-Industrie ist so groß wie die News-Industrie - der beste Beweis dafür, dass Journalisten und Konsumenten manipuliert, beeinflusst oder für eine Sache eingenommen werden können. Unternehmen, Interessengruppen und andere Organisationen würden nicht solche Summen für Öffentlichkeitsarbeit ausgeben, wenn sie keinen Erfolg hätten. Wenn PR-Berater sogar Journalisten manipulieren können — die meist eine berufsbedingte Skepsis gegenüber mächtigen Organisationen haben - warum glauben Sie dann, dass Sie ihrer geschickten Einflussnahme entgehen können?

Nehmen wir die Geschichte der Krankenschwester Nayirah. Es handelt sich um eine 15-jährige Kuwaiterin, die vor dem amerikanischen Kongress im Vorfeld des Golfkriegs von 1991 aussagte. Sie wollte beobachtet haben, wie irakische Soldaten in ihrem Spital in Kuwait Säuglinge getötet hätten. Fast jedes Medium berichtete über die Geschichte. Das amerikanische Publikum war außer sich. Die Story trug dazu bei, dass der Kongress dem Krieg zustimmte. Nayirahs Zeugnis, das damals alle Medien als glaubwürdig einschätzten, wurde später als von langer Hand geplante Kriegspropaganda entlarvt.

Ein weiterer Aspekt der Manipulation: Journalisten formen so etwas wie ein gemeinsames Bild der Welt und ein gemeinsames Set von Geschichten, um die Welt zu beschreiben — und bestimmen damit zu einem großen Teil die öffentliche Agenda. Aber halt — wollen wir wirklich, dass die Angestellten eines kleinen Wirtschaftszweigs die öffentliche Agenda bestimmen?

13. News machen uns passiv

Newsgeschichten befassen sich zur großen Mehrheit mit Dingen, die Sie nicht beeinflussen können. Die tägliche Wiederholung von News über Dinge, die wir nicht ändern können, macht uns passiv. Wir werden zermalmt, bis wir am Ende eine pessimistische und fatalistische Weltsicht haben. Wenn das Hirn auf zweideutige Information trifft, ohne handeln zu können, nehmen wir eine Opferrolle ein. Der wissenschaftliche Begriff dafür ist „learned helplessness" (angelernte Hilflosigkeit). Es mag eine forcierte Interpretation sein, aber es würde mich nicht erstaunen, wenn der Newskonsum seinen Teil zur Zivilisationskrankheit Depression beitrüge. Zeitlich betrachtet, fällt die Verbreitung von Depressionen jedenfalls genau mit dem Wachstum und der Blüte der Massenmedien zusammen.

14. News töten die Kreativität

Pseudowissen schränkt unsere Kreativität em. Das ist einer der Grunde, weshalb Mathematiker, Schriftsteller, Komponisten und Unternehmer ihre kreativsten Leistungen zumeist in jungen Jahren hervorbringen. Ihre Gedanken fuhren durch einen weiten, unbewohnten Raum, was sie ermutigt, neuartige Ideen zu entwickeln und zu verfolgen.

Ich kenne keinen einzigen kreativen Kopf, der ein News-Junkie ist - keinen Schriftsteller, keinen Komponisten, keinen Mathematiker, keinen Physiker, keinen Wissenschaftler, keinen Musiker, keinen Designer, keinen Architekten oder Maler. Anderseits kenne ich einen Haufen extrem unkreativer Köpfe, die News in rauen Mengen konsumieren.

Die kreativitätszerstörende Wirkung der News mag aber auch mit einer ganz simplen Sache zu tun haben, die wir zuvor betrachtet haben: Konzentration. Wer durch News abgelenkt wird, kann keine neuen Ideen hervorbringen. Fazit: Wenn Sie an alten Lösungen festhalten wollen, sollten Sie News konsumieren. Wenn Sie auf der Suche nach neuen Lösungen sind, sollten Sie auf Newskonsum verzichten.

15. News geben uns die Illusion von Mitgefühl

News lullen uns ein in ein warmes, globales Gefühl. Wir alle sind Weltbürger. Wir alle sind miteinander verbunden. Der Planet ist ein globales Dorf. Wir singen „We are the World" und schwenken die kleine Flamme unseres Feuerzeugs in perfekter Harmonie mit Tausenden von anderen. Das gibt uns ein angenehm flauschiges Mitgefühl — was uns oder die Welt freilich überhaupt nicht weiterbringt. Dieser Zauber einer allumfassenden, weitweiten Verbundenheit ist ein gigantischer Selbstbetrug. Tatsache ist, dass nicht der Newskonsum uns mit anderen Menschen verbindet; wir sind miteinander verbunden, weil wir kooperieren, Handel treiben oder (in Ausnahmefällen) gegeneinander Krieg führen.

Wann immer ich von meiner Newsdiät berichte, kommt unweigerlich der Vorwurf: „Aber Sie nehmen ja gar nicht am Leiden der Ärmsten der Welt teil, an den Kriegsgeschehnissen und Gräueltaten." Meine Antwort: Erstens, muss ich denn das? Vielleicht passieren noch viel größere Gräueltaten auf anderen Planeten. Müsste ich an diesen nicht auch teilnehmen? Zweitens, „teilnehmen durch Medienkonsum" — gibt es einen größeren Selbstbetrug? Echte Teilnahme ist Handeln. Sich am eigenen Mitgefühl aufgeilen, indem man in der Tagesschau haitianischen Erdbebenopfern dabei zuschaut, wie sie aus den Trümmern hervorkriechen, ist einfach nur widerlich.

O quer fazer então

Viva sem notícias. Elimine-as completamente. Desintoxique-se de imediato.

Torne as notícias tão inacessíveis quanto possível. Apague as *apps* noticiosas do seu iPhone. Venda a sua televisão. Cancele as suas subscrições de jornais. Não apanhe jornais e revistas disponíveis em aeroportos e estações de comboio. Não faça de um site de notícias a sua página inicial do *browser*. Escolha um site que nunca mude. Quanto mais estático melhor. Apague todos os sites de notícias da sua lista de favoritos do browser. Apague as aplicações de notícias do seu *desktop*.

Se quiser manter a ilusão de "não perder algo importante", sugiro que dê uma vista de olhos pela página do sumário da *Economist* uma vez por semana. Não gaste mais de cinco minutos nisso.

Leia revistas e livros que explicam o mundo – *Science*, *Nature*, *The New Yorker*, *The Atlantic Monthly*. Escolha revistas que unam os pontos e não hesitem em apresentar as complexidades da vida – ou pura e simplesmente o entretenham. O mundo é complicado, e não podemos fazer nada acerca disso. Como tal, deverá ler artigos e livros extensos e profundos que representem essa complexidade. Tente ler um livro por semana. Dois ou três é melhor ainda. História é bom. Biologia. Psicologia. Desse modo aprenderá a perceber os mecanismos subjacentes do mundo. Vá mais fundo em vez de mais extenso. Disfrute de material que realmente lhe interessa. Divirta-se a ler.

A primeira semana sera a mais difícil. Decidir não verificar as notícias enquanto pensa, escreve ou lê exige disciplina. Está a combater a tendência inata do seu cérebro. Inicialmente, vai sentir-se deslocado ou até isolado da sociedade. Todos os dias vai sentir-se tentado a verificar o seu site noticioso favorito. Não o faça. Mantenha o plano de desintoxicação imediata. Passe 30 dias sem notícias. Após 30 dias, terá uma atitude mais relaxada em relação às notícias. Encontrar-se-á com mais tempo, mais concentração e com uma melhor compreensão do mundo.

Após algum tempo, aperceber-se-á que apesar do seu bloqueio pessoal às notícias, não perdeu – nem perderá – nenhum facto importante. Se algum pedaço de informação for realmente importante para a sua profissão, a sua empresa, a sua família ou comunidade, terá conhecimento atempado – pelos seus amigos, a sua sogra ou qualquer outra pessoas com quem fale ou veja. Quando estiver com os seus amigos, pergunte-lhes se algo de importante se está a passar no mundo. Esta questão é óptima para iniciar conversas. Na maioria das vezes, a resposta será: "nem por isso".

Sente receio de que viver uma existência livre de notícias fá-lo-á sentir-se proscrito em festas? Bem, poderá não saber que a Lindsay Lohan está na cadeia, mas terá factos mais inteligentes para partilhar – sobre o significado cultural do prato que estão a comer ou a descoberta de planetas exosolares. Nunca tenha vergonha de discutir a sua dieta noticiosa. As pessoas ficarão fascinadas.

What to do instead

Go without news. Cut it out completely. Go cold turkey.

Make news as inaccessible as possible. Delete the news apps from your iPhone. Sell your TV. Cancel your newspaper subscriptions. Do not pick up newspapers and magazines that lie around in airports and train stations. Do not set your browser default to a news site. Pick a site that never changes. The more stale the better. Delete all news sites from your browser's favorites list. Delete the news widgets from your desktop.

If you want to keep the illusion of "not missing anything important", I suggest you glance through the summary page of the Economist once a week. Don't spend more than five minutes on it.

Read magazines and books which explain the world – Science, Nature, The New Yorker, The Atlantic Monthly. Go for magazines that connect the dots and don't shy away from presenting the complexities of life – or from purely entertaining you. The world is complicated, and we can do nothing about it. So, you must read longish and deep articles and books that represent its complexity. Try reading a book a week. Better two or three. History is good. Biology. Psychology. That way you'll learn to understand the underlying mechanisms of the world. Go deep instead of broad. Enjoy material that truly interests you. Have fun reading.

The first week will be the hardest. Deciding not to check the news while you are thinking, writing or reading takes discipline. You are fighting your brain's built-in tendency. Initially, you will feel out of touch or even socially isolated. Every day you will be tempted to check your favorite news Web site. Don't do it. Stick to the cold-turkey plan. Go 30 days without news. After 30 days, you will have a more relaxed attitude toward the news. You will find that you have more time, more concentration and a better understanding of the world.

After a while, you will realize that despite your personal news blackout, you have not missed – and you're not going to miss – any important facts. If some bit of information is truly important to your profession, your company, your family or your community, you will hear it in time – from your friends, your mother-in-law or whomever you talk to or see. When you are with your friends, ask them if anything important is happening in the world. The question is a great conversation starter. Most of the time, the answer will be: "not really."

Are you afraid that living a news-free existence will make you an outcast at parties? Well, you might not know that Lindsay Lohan went to jail, but you will have more intelligent facts to share – about the cultural meaning of the food you are eating or the discovery of exosolar planets. Never be shy about discussing your news diet. People will be fascinated.

Was Sie stattdessen tun sollten

Leben Sie ohne News. Klinken Sie sich aus. Radikal. Erschweren Sie sich selbst den Zugang zu News, so gut es geht. Löschen Sie die News-Apps auf Ihrem iPhone. Verkaufen Sie Ihren Fernseher. Greifen Sie nicht nach Zeitungen und Zeitschriften, die in den Flughäfen und Zügen herumliegen. Lenken Sie Ihren Blick von den Schlagzeilen ab. Löschen Sie alle Newsseiten aus der Lieblingsliste Ihres Browsers. Wählen Sie als Startseite Ihres Browsers kein Newsportal. Entscheiden Sie sich stattdessen für eine Seite, die sich nie ändert; je langweiliger, desto besser.

Wenn Sie die Illusion aufrechterhalten möchten, „nichts Wichtiges zu verpassen", schlage ich vor, dass Sie einmal pro Woche die Seite mit den Zusammenfassungen des „Economist" überfliegen. Verwenden Sie nicht mehr als fünf Minuten dafür. Lesen Sie lange Artikel, Bücher und Buchzusammenfassungen, die nicht davor zurückschrecken, die Komplexität der Welt darzustellen — Science, Nature, The New Yorker, The Atlantic Monthly, getAbstract, Brandeins, Schweizer Monat, ja auch Firmenpublikationen wie die Anlagekommentare der Bank Wegelin oder der Private Markets Navigator der Partners Group. Die Welt ist nun mal komplex. Versuchen Sie, ein Buch pro Woche zu lesen, besser noch: zwei oder drei. Geschichte ist gut, Biologie, Psychologie. Besuchen Sie die kostenlosen Kurse im Internet — viele haben Weltklasseniveau: iTunes-University, Khanacademy und AcademicEarth. So werden Sie die Mechanismen verstehen, die der Welt zugrunde liegen. Gehen Sie in die Tiefe statt in die Breite. Befassen Sie sich mit Inhalten, die Sie wirklich interessieren. Lesen Sie mit Freude.

Die erste Woche Ihrer Newsdiat wird die schlimmste sein. Die News nicht abzurufen, erfordert viel Disziplin. Am Anfang werden Sie sich ausgeschlossen oder sogar sozial isoliert fühlen. Sie werden jeden Tag versucht sein, einen Blick auf Ihre liebsten Newsportale im Internet zu werfen. Widerstehen Sie der Versuchung. Halten Sie an Ihrem Plan einer radikalen Newsdiät fest. Leben Sie 30 Tage ohne News. Danach werden Sie ein Gefühl der Gelassenheit und der inneren Ruhe verspüren. Sie werden feststellen, dass Sie viel mehr Zeit haben, konzentrierter sind und die Welt besser verstehen. Nach einer Weile erkennen Sie, dass Sie trotz Ihrer persönlichen Newsabstinenz weder relevante Fakten verpasst haben noch welche verpassen werden. Wenn eine Information wirklich wichtig für Ihren Beruf, Ihr Unternehmen oder Ihre Familie ist, werden Sie früh genug davon erfahren — von Ihren Freunden, Ihrer Schwiegermutter oder von jemand anderem, mit dem Sie sich unterhalten. Wenn Sie Ihre Freunde treffen, fragen Sie sie, ob etwas Wichtiges in der Welt geschehen sei. Die Frage ist ein idealer Gesprächsbeginn. Die Antwort ist zumeist: „eigentlich nicht".

Haben Sie Angst davor, dass Sie durch Ihre newsfreie Existenz von Partys ausgestoßen werden? Nun, Sie wissen vielleicht nicht, dass Lindsay Lohan ins Gefängnis musste, aber Sie haben mehr intelligente Fakten, die Sie mit anderen teilen können — über die kulturelle Bedeutung dessen, was Sie gerade essen, oder über die Entdeckung extrasolarer Planeten. Haben Sie keine Hemmungen, über Ihre Newsdiät zu reden. Man wird Ihnen fasziniert zuhören.

> **"Passe 30 dias sem notícias. Após 30 dias, terá uma atitude mais relaxada em relação às notícias. Encontrar-se-á com mais tempo, mais concentração e com uma melhor compreensão do mundo.**
>
> ***Go 30 days without news. After 30 days, you will have a more relaxed attitude toward the news. You will find that you have more time, more concentration and a better understanding of the world.***
>
> **Leben Sie 30 Tage ohne News. Danach werden Sie ein Gefühl der Gelassenheit und der inneren Ruhe verspüren. Sie werden feststellen, dass Sie viel mehr Zeit haben, konzentrierter sind und die Welt besser verstehen.**
>
> ***- Rolf Dobelli***

Boas Notícias

A sociedade precisa de jornalistas – mas num sentido diferente.

O jornalismo de investigação é relevante em qualquer sociedade. Precisamos de mais jornalistas implacáveis a escavar histórias com sentido. A reportagem precisa de policiar a nossa sociedade e expor a verdade. O melhor exemplo é Watergate. Mas achados importantes não têm de chegar sob a forma de notícias. Geralmente, reportar não é sensível em termos de tempo. Artigos longos em jornais e livros aprofundados são bons fóruns para jornalismo de investigação – e agora que se desintoxicou das notícias, terá tempo para os ler.

Termo de Responsabilidade

As afirmações anteriores reflectem o ponto de vista mais verdadeiro que consigo atingir aquando da sua escrita. Reservo-me o direito de rever as minhas perspectivas a qualquer momento. Até poderei condescender a mim próprio a liberdade de me contradizer. Já o fiz no passado e certamente voltarei a fazê-lo. A única razão pela qual mudarei os meus pontos de vista (uma mudança que será sem dúvida reportada pela "polícia da consistência", geralmente jornalista com bom nível académico) será porque a nova versão estará mais próxima da verdade, nunca porque ganharei alguma vantagem pessoal.

Good News

Society needs journalism – but in a different way.

Investigative journalism is relevant in any society. We need more hard-core journalists digging into meaningful stories. We need reporting that polices our society and uncovers the truth. The best example is Watergate. But important findings don't have to arrive in the form of news. Often, reporting is not time sensitive. Long journal articles and in-depth books are fine forums for investigative journalism – and now that you've gone cold turkey on the news, you'll have time to read them.

Disclaimer

The above statements reflect the most truthful viewpoint I can achieve at the time of this writing. I reserve the right to revise my views at any time. I might even indulge in the freedom of contradicting myself. I have done so in the past and will most certainly do so in the future. The only reason I would change my views (a switch which would undoubtedly be noticed by the "consistency police" (usually journalists with good high-school degrees) is because the new version is closer to the truth, not ever because I would gain any personal advantage.

Good News

Ich bin nicht gegen die Medien. Aber ich bin entschieden gegen den News-Journalismus. Ich wünsche mir eine Berichterstattung, die unsere Gesellschaft kritisch beäugt, die die Wahrheit ans Licht bringt und die Welt in ihrer Komplexität darstellt. Solcher Journalismus ist bei weitem schwieriger als News-Reporting.

Das leuchtende Beispiel für investigativen Journalismus ist Watergate. Müssen solche Befunde in Gestalt von News daherkommen? Nein. Ob sie eine Woche oder gar einen Monat früher oder später erfolgen, ist nicht wichtig. Wichtig ist, dass die Hintergründe, die Generatoren, die Verknüpfungen der Welt ausgeleuchtet werden. Gute Gefäße für investigativen Journalismus und intelligente Publizistik sind lange Zeitschriftenartikel, die Feuilletons der großen Zeitungen und tiefgründige Bücher.

Und nun, da Sie eine radikale Newsdiät begonnen haben, haben Sie endlich Zeit, sie auch wirklich zu lesen.

Haftungsausschluss

Die obigen Aussagen spiegeln meine aufrichtige Sicht zur Zeit des Schreibens wider. Ich behalte mir das Recht vor, meine Ansichten jederzeit zu ändern. Ich könnte mir sogar vorstellen, mir die Freiheit zu nehmen, mir selbst zu widersprechen. Ich habe dies in der Vergangenheit getan und werde das sicherlich auch in Zukunft so handhaben. Der einzige Grund, warum ich meine Ansichten allerdings ändern würde ist, dass eine neue Version des Textes der Wahrheit näher kommt und nicht etwa, weil ich einen persönlichen Vorteil davon hätte.

O Livro

Este manifesto foi publicado em Agosto de 2010 em www.dobelli.com. Desde então procedi a pequenas modificações. Na Primavera de 2013 foi lançado The Art of Thinking Clearly. O livro destaca alguns dos erros cognitivos associados ao consumo de notícias. Esta obra foi publicada em Portugal com o título A Arte de Pensar com Clareza, tendo o seu lançamento ocorrido no passado dia 7 de Junho. A edição portuguesa conta com ilustrações de Birgit Lang.

The Book

This manifesto has been published in August 2010 on www.dobelli.com. I have made small changes since. In the spring of 2013 The Art of Thinking Clearly came out. The book highlights some of the cognitive errors associated with news consumption. This work was published in Portugal with the title A Arte de Pensar com Clareza on 7th June. The Portuguese edition contains illustrations by Birgit Lang.

Das Buch

Dieses Manifest wurde im August 2010 auf www.dobelli.com erstmals veröffentlicht. Ich habe seither kleine Änderungen angefertigt. Im Frühjahr des Jahres 2013 kam „Die Kunst des klaren Denkens" in deutscher Sprache heraus. Das Buch beleuchtet einige der kognitiven Fehler, die mit dem Nachrichtenkonsum verbunden sind. Dieses Buch wurde nun am 7. Juni auch in portugiesischer Sprache publiziert. Die portugiesische Version enthält Illustrationen von Birgit Lang.

Editora | *Published by* | Verlag: **Círculo de Leitores/ Temas e Debates** (PT, 2013)
Páginas | *Pages* | Seiten: **256** (PT) • P.V.P. | *Price* | Preis: **18,80€** (PT)

HUGO FILIPE LOPES

COSTA DA CAPARICA | Hugo Filipe Lopes

Projecto 270

Da agricultura biológica ao desenvolvimento sustentável é um pequeno passo.

O Projecto 270 podia ser apenas uma quinta, mas é muito mais do que isso. Possui meio hectare de área e está situado entre a praia da Riviera e a praia da Rainha, na Costa da Caparica. Existe há uma década e tem certificação biológica. O embrião do Projecto nasceu em Génova, numa manifestação contra a globalização, materializando o mote "Pensar globalmente, agir localmente". O seu nome decorre do número do lote de terreno.

Inicialmente um terreno familiar bastante arenoso, passou depois a ser gerido por Zélie e Nuno Belchior como forma de emular uma sociedade em modo de auto-gestão. Isto porque o Projecto 270, apesar de subsistir quase exclusivamente do que produz, não beneficia de apoios ou subsídios. Funciona somente pelo esforço dos seus dois responsáveis, e ocasionalmente de alguns voluntários. Na sua produção podemos encontrar todos os vegetais típicos da época, assim como ovos, frango, maçãs e figos. Embora vendam, todas as sextas e sábados, a parte da produção que não consomem, Nuno e Zélie recorrem também a permutas, não sendo estranho trocas como carne de frango por peixe.

Praticam a filosofia de subsistência da agricultura biológica também pela reutilização de recursos que de outro modo seriam desaproveitados. Exemplo disto são 80 quilos de café que receberam e que foram utilizados para fazer o minhocário. Ou as cavalas que os pescadores rejeitam e que, devido à elevada quantidade, são utilizadas como fertilizante no terreno agrícola.

Parte do modo como resolveram o problema do terreno ser arenoso, foi através da compostagem (1). Esta serviu para reutilizar detritos de origem orgânica como cascas de vegetais e ovos, borras de café, galhos, papel de cozinha ou jornal, tudo com base no minhocário construído por Nuno. Utilizando esta técnica criou-se uma cama sob o solo original e foi possível superar o que de outro modo poderia ser inultrapassável nestes solos: a infertilidade. Além da produção de alimentos propriamente dita, o Projecto também se pauta por uma filosofia de cura pela alimentação. Isso é praticado fornecendo plantas específicas, como é o caso da Aloe Vera, e ensinando as suas múltiplas aplicações.

Nuno, licenciado em História, conta como antes de iniciar o Projecto 270 esteve na Índia, inserido no movimento Navdanya, lá sediado. Esta ONG promove a conservação da biodiversidade, a produção biológica, a defesa dos direitos dos agricultores e a conservação das sementes. Os quatro meses em que integrou o movimento proporcionaram-lhe os conhecimentos técnicos que actualmente aplica. Mas também solidificaram a sua base filosófica e política, já que frequentou acções de formação sobre métodos naturais de fertilização dos solos e produção alimentar, bem como sobre desobediência civil e boicote.

> **"O projecto subsiste quase exclusivamente do que produz, sem apoios nem subsídios.**

De acordo com Nuno, "e como forma de cidadania participativa, o Projecto desenvolveu não só a produção agrícola mas também a cultural. Promoveram-se iniciativas como cursos de permacultura, conferências sobre a soberania alimentar ou acções de formação sobre a história das sementes." Actualmente colaboram também no Programa 21 Toneladas (2). Este pretende fomentar a soberania alimentar e a biodiversidade através da produção agrícola familiar.

"Outra forma de escoar o excedente de produção, e também de obter alguns fundos, passa por se fazer refeições para venda, não só nas próprias instalações do Projecto mas também em manifestações nacionais" esclarece Nuno.

Nuno é da opinião que "os agricultores deveriam unir-se em atitudes semelhantes". Com isso "beneficiariam duma acção educacional sobre os prejuízos da utilização de químicos". Isto porque "os efeitos são a nível da saúde e do ambiente, mas também de ordem económica, afectando a longo prazo os próprios produtores agrícolas", acrescenta.

Se em Portugal existe um local onde a agricultura biológica é mais do que produzir alimentos sem o recurso a produtos de origem química, esse local é o Projecto 270.

Von der biologischen Landwirtschaft zur nachhaltigen Entwicklung ist es ein kleiner Schritt.

Projekt 270 könnte nur eine Quinta sein, doch es ist viel mehr als das. Es umfasst nur einen halben Hektar und liegt zwischen den Stränden von Riviera und Rainha an der Costa da Caparica. Es existiert seit zehn Jahren und erhielt das Zertifikat für biologische Landwirtschaft. Das Projekt wurde in Genf geboren, in einem Manifest gegen die Globalisierung unter dem Motto: "Global denken, lokal handeln". Der Name entstand aus der Nummer der Landparzelle.

Ursprünglich war es nur ein ziemlich sandiges Stück Kleinbauernland, doch dann wurde es von Zélie und Nuno Belchior übernommen, die eine Gesellschaft in Selbstverwaltung anstrebten. Denn das *Projekt 270* erhält, lebt fast ausschließlich von dem, was es produziert und erhält keine Subventionen. Das Projekt funktioniert nur durch den Einsatz seiner beiden Verantwortlichen. Gelegentlich helfen einige Volontäre. In seinem Angebot finden wir alle typischen Erzeugnisse der Jahreszeit, darüber hinaus auch Eier und Hähnchen, Äpfel und Feigen. Jeden Freitag und Samstag verkaufen sie, was sie nicht selber konsumieren, doch Zélie und Nuno tauschen auch gerne, zum Beispiel Hähnchen gegen Fisch.

Sie leben die Philosophie der Autarkie in der biologischen Landwirtschaft, auch durch die Wiederverwendung von Ressourcen, die ansonsten brach lägen. Ein schönes Beispiel hierfür ist dieses: sie erhielten 80 kg Kaffee, die sie verwendeten, um Regenwürmer zu züchten. Auch Makrelen, die die Fischer wegschmeißen wollten endeten dann als Dünger auf den Feldern.

Das Problem der sandigen Erde wurde teilweise durch Kompostierung gelöst (1). Dabei werden organische Abfälle wie Gemüse- und Eierschalen, Kaffeesatz, Blätter, Küchen- und Zeitungspapier in Nunos Regenwurmanlage kompostiert. Dadurch wurde unter dem ursprünglichen Boden eine Erdschicht geschaffen, die vollbrachte, was sonst bei diesen Böden nahezu unmöglich ist: die Unfruchtbarkeit wurde beseitigt. Außer der Lebensmittelproduktion hat das Projekt einen philosophischen Unterbau: Heilung durch Nahrung. Dafür werden entsprechende Pflanzen angebaut, beispielsweise Aloe Vera. Ihre vielen Anwendungen werden gelehrt.

> **"Die Initiativen des Projektes 270 wollen nicht nur die Entwicklung der lokalen, kleinbäuerlichen Bioland-wirtschaft fördern, sondern auch die Unabhängigkeit im Nahrungs-mittelbereich und die Biodiversität.**

Eigentlich ist Nuno studierter Historiker. Er berichtet **ECO123**, wie das *Projekt 270* Gestalt annahm. Er reiste nach Indien und nahm an der dort beheimateten Bewegung Navdanya teil. Diese Bewegung steht für den Erhalt der Biodiversität, die biologische Produktion, die Verteidigung der Rechte der Landwirte und die Konservierung des Saatgutes. In den vier Monaten bei der Bewegung erlernte er die Techniken, die er heute anwendet. Er festigte seine philosophische und politische Basis, denn er nahm nicht nur an Fortbildungen zur natürlichen Düngung und Lebensmittelproduktion teil, sondern auch an Unterweisungen zu zivilem Ungehorsam und Boykott.

> **"Das Projekt 270 lebt fast ausschließlich von dem, was es produziert, ohne Subventionen.**

Das *Projekt 270*, entwickelt laut Nuno "nicht nur die landwirtschaftliche Produktion, sondern auch kulturelle Perspektiven. Wir bieten Kurse in Permakultur, Konferenzen über Unabhängigkeit im Nahrungsmittelbereich oder Fortbildungsaktionen über die Geschichte von Saatgut." Zurzeit arbeiten sie auch am Programm 21 Tonnen (2) mit, das die Unabhängigkeit im Nahrungsmittelbereich und die Biodiversität durch kleinbäuerliche Produktion fördern will.

"Überschüssige Produktion kann man auch verwerten, indem man sie zu Mahlzeiten verarbeitet, die man wiederum verkauft und damit Geld verdient. Das findet nicht nur in der Anlage des Projektes an sich statt, sondern auf nationaler Ebene," erklärt Nuno Belchior.

Er ist der Ansicht, dass "Bauern sich zusammenschließen und eine gemeinsame Position beziehen und sich über die schädlichen Folgen des Pestizideinsatzes fortbilden sollten." Denn dieser bewirke "Schäden für die Gesundheit und die Umwelt letztendlich aber auch für die Wirtschaft, und damit langfristig auch für die Bauern selbst," fügt er hinzu.

Wenn es in Portugal einen Ort gibt, an dem Biologische Landwirtschaft mehr bedeutet als nur Nahrungsmittel ohne chemische Zusätze herzustellen, dann ist es das *Projekt 270*.

It's just a small step from organic agriculture to sustainable development.

Projecto 270 may be just a farm, but it is actually much more than that. It covers half a hectare and is located between the beaches of Praia da Riviera and Praia da Rainha on the Costa da Caparica. It's been running for a decade and is organically certified. The idea for the project arose in Genoa at a demonstration against globalisation, putting into practice the motto "Think globally, act locally". Its name comes from the number of the plot.

To start with it was quite a sandy, family plot, but then it started being managed by Zélie and Nuno Belchior as a way of emulating a self-managing society. This is because Projecto 270, despite subsisting almost exclusively on what it produces, does not benefit from any support or subsidies. It operates purely through the efforts of its two managers, occasionally with some volunteers. It produces all the typical seasonal vegetables, as well as eggs, chickens, apples and figs. Although they sell part of their output that they do not consume, Nuno and Zélie also rely on bartering, and it is not unusual for them to exchange chicken for fish.

They also put the subsistence philosophy of organic agriculture into practice by reusing resources which would otherwise remain unused. One example is the 80 kilos of coffee they received, which were used to make the worm composting bin. Or the mackerel rejected by the fishermen which, because of the quantities involved, are used as fertiliser in agricultural land.

Part of the way they solved the problem of sandy soil was through composting (1). This involved reusing organic waste such as vegetable peelings, egg shells, coffee grounds, kitchen paper and newspaper, all based on the worm composting bin built by Nuno. By using this technique, they were able to create a layer on top of the original soil and overcame what would otherwise have been an insurmountable problem: infertility. Apart from the production of actual foodstuffs, the project is guided by a philosophy of food cures. They put this into practice by supplying specific plants, such as aloe vera, and teaching about their multiple applications.

Nuno, who has a degree in history, explains how he was in India before starting Projecto 270 as part of the Navdanya movement which is based there. The NGO promotes the conservation of biodiversity, organic production, the defence of farmers' rights and seed saving. The four months during which he was part of the movement gave him the technical knowledge which he uses today. But the period also consolidated his philosophical and political foundations as he attended training programmes on natural methods of fertilisation and food production, as well as on civil disobedience and boycotts.

> ***"The project subsists almost exclusively on what it produces, without support or subsidies.***

According to Nuno, "and as a form of participative citizenship, the project has developed not only agricultural production but also cultural work. We have organised initiatives such as courses on permaculture, conferences on food sovereignty and training programmes on the history of seeds." At present, they also collaborate with the "Programa 21 Toneladas" (2), which aims to foster food sovereignty and biodiversity through family food production.

"Another way of using up our excess production, and also to earn a bit more, is to make meals that we sell, not only on the project's own premises but also at national events," Nuno Belchior explained.

Nuno believes that "farmers should unite around similar attitudes". Through this, "they would be able to benefit from an educational programme about the harm of using chemicals". This is because "there are effects on health and the environment, but they also have economic effects, in the long term on agricultural producers themselves," he adds.

If there is one place in Portugal where organic farming is more than just producing food without using chemical products, that place is Projecto 270.

> ***"Projecto 270** · Estrada Florestal, nº 270, Costa da Caparica*
> ***Tel.:** 914 082 318 · **Email:** projecto270@gmail.com*
> ***Webpage:** www.permaculturaportugal.ning.com/profile/projecto270*

(1) Processo biológico de transformação de matéria orgânica num composto que pode ser utilizado como adubo

(2) O " Programa 21 Toneladas" visa possibilitar a ligação a um modo de produzir alimento baseado nos ciclos naturais. O objectivo será conseguir chegar às 21 toneladas de matéria orgânica através das ligações com as actividades sócio-economicas da freguesia, como a pesca artesanal, estabelecimentos de ensino, comércio e restauração e a população em geral.

(1) Biological process for transforming organic matter into compost which can be used as fertiliser

(2) The "Programa 21 Toneladas" (21 tonnes programme) aims to create a link to a way of producing food based on natural cycles. The aim will be to reach a total of 21 tonnes of organic matter through links with the economic activities in the parish, such as artisan fishing, educational establishments, shops and restaurants, and the general population.

(1) Biologischer Prozess, bei dem organische Materie in Kompost umgewandelt wird, der als Dünger dient.

(2) Das "Programm 21 Tonnen" soll die Produktion von Nahrungsmitteln nach den natürlichen Kreisläufen fördern. Dazu sollen 21 Tonnen organische Materie gesammelt werden. Die verschiedensten privaten, wirtschaftlichen und öffentlichen Stellen der Gemeinde wie Fischereiwesen, Schulen, Handel, Gastronomie und private Haushalte arbeiten zusammen, um dieses Material zu sammeln.

JOSÉ ANTUNES

ÓBIDOS | Hugo Filipe Lopes

O futuro do surf é o seu passado

O surf sempre foi sobre comunhão com a natureza. Mas à medida que a modalidade se foi profissionalizando e industrializando, as pranchas sofreram modificações. Inicialmente feitas de madeira, passaram a ser construídas com base em derivados de petróleo processados em plástico e responsáveis por grandes quantidades de emissão de carbono.

Em Portugal, na histórica localidade de Óbidos, o carpinteiro José Antunes aproveitou o infortúnio de perder o emprego para contrariar essa tendência - começou a fabricar pranchas de surf em madeira. José começou por fabricar brinquedos duradouros para os seus dois filhos. Porém, se as crianças podem ter brinquedos em madeira, porque não os adultos? Assim nasceu a Yoni Surfboards.

“Por cada tábua vendida, a Yoni, que utiliza madeira nacional e resinas orgânicas, planta uma árvore.

Sempre com a ecologia como base, por cada tábua vendida a Yoni planta uma árvore. Construídas a partir de madeira nacional e resinas orgânicas, estas pranchas ocas de madeira são manufacturadas com uma técnica que remonta aos primórdios do surf. Isto permite prolongar a vida e diminuir o peso característico das pranchas de madeira. Tendo como pilares a ecologia, a educação e a ética, a Yoni insere-se na prática do comércio local justo. Inclusive divide uma percentagem dos lucros pelos colaboradores.

Mas José não se limita ao fabrico sustentável de pranchas. Também oferece cursos de construção de pranchas de madeira, pelo valor de 600€, com alojamento incluído. E com a vantagem de, no fim, o participante ficar com a prancha que construiu.

The future of surfing is its past

Surfing was always about communing with nature. But as the sport became more professional and industrial, boards underwent some changes. Initially made of wood, they started being made from oil-based plastics responsible for large quantities of carbon emissions.

In Portugal, in the historical location of Óbidos, carpenter José Antunes made the most of the misfortune of losing his job to counteract this trend – he started making surfboards from wood. José started by making durable toys for his two children. But, if children could have wooden toys, why not adults too? And that is how Yoni Surfboards came into being.

“For each board sold, Yoni, which uses Portuguese wood and organic resins, plants a tree.

Always with ecology in mind, for every board sold, Yoni plants a tree. Made from Portuguese wood and organic resins, these hollow wooden boards are manufactured using a technique which dates back to the early days of surfing. This allows them to last for longer and to reduce the characteristic weight of wooden boards. Based on the three pillars of ecology, education and ethics, Yoni is part of the practice of fair local commerce. It also shares a percentage of the profit amongst the staff.

But José does not limit himself to the sustainable manufacture of surfboards. He also offers courses on constructing wooden boards at a cost of 600€, with accommodation included. And with the advantage that, at the end, participants keep the board they have made.

Yoni Ecosurfboards • José Antunes • Amoreira, Óbidos
Tel.: 964 264 319 • **Email:** tictictaco@hotmail.com
Webpage: www.tictictaco.com/

Die Zukunft des Surfens ist seine Vergangenheit

Surfen war immer auch Verschmelzung mit der Natur. Doch je professioneller und industrialisierter der Sport wurde, desto mehr wurden die Bretter verändert. Ursprünglich aus Holz gefertigt, werden sie jetzt aus Kunststoffen auf Petroleumbasis hergestellt, wobei große Mengen Kohlenstoff-Emissionen entstehen.

In Portugal, in der historischen Stadt Óbidos, kehrte der Schreiner José Antunes seine Arbeitslosigkeit in etwas Positives um. Er begann, Surfbretter aus Holz zu produzieren. Zuerst jedoch baute José stabile Holzspielsachen für seine beiden Kinder. Doch wenn die Kinder Holzspielsachen haben können, warum dann nicht auch die Erwachsenen? So begann die Geschichte der Yoni Surfboards.

“Für jedes verkaufte Surfboard pflanzt Yoni, die nur heimische Hölzer und organische Harze verwenden, einen Baum.

Da die Ökologie immer mit einbezogen wird, pflanzt Yoni für jedes verkaufte Board einen Baum. Die Bretter werden aus heimischen Hölzern und organischen Harzen gefertigt. Sie sind hohl und werden wie die ursprünglichen Surfboards gebaut. Dadurch haben sie eine längere Lebensdauer und sind leichter als normale Bretter aus Holz. Die Geschäftsmoral basiert auf Ökologie, Fortbildung und Ethik. Yoni vertritt zudem die Prinzipien des gerechten lokalen Marktes. Auch ein gewisser Prozentsatz der Gewinne wird unter den Mitarbeitern aufgeteilt.

Doch José beschränkt sich nicht auf die nachhaltige Herstellung von Surfbrettern. Er bietet auch Kurse zum Bauen von Holzsurfbrettern an, zu 600 € inklusive Unterkunft. Das hat den Vorteil, dass am Ende jeder Teilnehmer das Brett mitnehmen kann, das er selbst gebaut hat.

VERUSCHKA MATCHETT

FILME | Hugo Filipe Lopes

Os tubarões são essenciais à Humanidade

Quando se pensa em animais em vias de extinção, vem-nos à mente espécies como o lince ibérico ou o atum, mas dificilmente os tubarões. Aliás, para várias gerações, basta pensar em tubarões para instintivamente os associarmos o filme de Steven Spielberg - e daí aos ataques a humanos é um pequeno passo. Mas a realidade é bem diferente.

“Sharkwater”, um documentário de Rob Stewart, assume como missão esclarecer os estereótipos errados que existem sobre os tubarões. Demonstra como estes animais são uma espécie em vias de extinção pelo facto de ninguém se importar com a sua caça. Esta indiferença constitui uma carta branca para a indústria da sopa de barbatana de tubarão fazer o que bem entender - e isso inclui cortar as barbatanas e deixar os tubarões a morrer.

Se há uma lição que a espécie humana ainda não compreendeu, é que tudo tem consequências. E a extinção dos tubarões não será excepção à regra. Este facto implicaria que as suas presas (tubarões mais pequenos e raias) se multiplicariam descontroladamente. Isto, por sua vez, significaria que as presas dessas espécies (moluscos), sofreriam um grande declínio numérico. Como os moluscos filtram a água do mar, esse declínio traria consequências directas na sua qualidade e, por associação, na nossa alimentação.

Este não é mais um documentário sobre os ataques ou a beleza dos tubarões. Informando sem não deixar de entreter, é uma chamada de atenção para um problema há muito ignorado, por parte de um realizador e activista cujo passatempo é nadar com a sua paixão - os tubarões.

Sharks are essential to humanity

When we think about endangered animals, species come to mind such as the Iberian lynx or tuna, much less so sharks. For several generations, you just need to think of sharks to make an instinctive link to Steven Spielberg's film – and from there it's only a small step to attacks on humans. But the reality is very different.

“Sharkwater”, a documentary by Rob Stewart, sees its mission as being to challenge the false stereotypes which people have about sharks. It shows that these animals are endangered because no one cares about them being hunted. Such indifference gives the shark's fin soup industry carte blanche to do what it wants – and this includes cutting off their fins and letting the sharks die.

If there is a lesson that the human species has not yet understood, it is that everything has consequences. And sharks becoming extinct is no exception. This would imply that their prey (smaller sharks and rays) would multiply uncontrollably. And this in turn would mean that the prey of these species (molluscs) would be greatly reduced in number. As molluscs filter the sea water, this decline would have direct consequences for water quality and, by association, for our nutrition.

This is not another documentary about shark attacks or the beauty of sharks. Both informative and entertaining, this film - by a director and activist whose hobby is swimming with what he is passionate about, sharks - draws people's attention to a problem that has long been ignored.

Sharkwater: The Truth Will Surface | ***Sharkwater - Wenn Haie sterben***
2007 • **Documentário** | *Documentary* | **Dokumentarfilm** • **89 min.**
www.sharkwater.com • Realizador | *Director* | Regie: **Rob Stuart**

Wenn Haie sterben

Wenn man über aussterbende Arten nachdenkt, kommen einem meistens der Iberische Luchs, vielleicht auch der Thunfisch in den Sinn, eher aber selten Haie. Seit vielen Jahren assoziiert man mit Haien den Film von Steven Spielberg und damit Haiangriffe auf Menschen. Doch die Wirklichkeit ist anders.

Der Dokumentarfilm „Sharkwater“ von Rob Stewart versucht mit den vielen falschen Stereotypen, die es über Haie gibt, aufzuräumen. Er belegt, dass diese Tiere vom Aussterben bedroht sind, da niemand ihre Jagd reglementiert. Die Gleichgültigkeit gibt den Herstellern von Haifischflossensuppe freie Hand. Das geht so weit, dass lebenden Haien die Flossen abgeschnitten werden und sie dann zum Sterben ins Meer zurückgeworfen werden.

Es gibt etwas, was die Menschheit einfach nicht lernt: jedes Handeln hat Konsequenzen. Das Ausrotten von Haien macht da keine Ausnahme. Ohne Haie würden sich Beutetiere wie kleinere Haie und Rochen ungebremst vermehren. Das wiederum würde bedeuten, dass deren Beutetiere, die Mollusken, stark abnehmen würden. Die Mollusken ihrerseits filtern das Meerwasser, daher würde ihr Fehlen die Wasserqualität ungünstig beeinflussen, und damit schließlich unsere Ernährung.

„Sharkwater“ ist kein weiterer Film über Haiangriffe oder die Schönheit der Haie. Informativ und unterhaltsam macht er uns auf ein lange ignoriertes Problem aufmerksam. Der Regisseur ist Aktivist, dessen Zeitvertreib das Schwimmen ist: das Schwimmen mit Haien, seine Leidenschaft.

“Sharkwater é uma chamada de atenção para uma espécie em vias de extinção à qual ninguém parece atribuir importância.

Sharkwater draws people's attention to an endangered species to which no one seems to attach any importance.

Sharkwater richtet unser Augenmerk auf eine aussterbende Art, die für niemanden wichtig zu sein scheint.

LIVRO | ***BOOK*** | **BUCH** | Catarina Gonçalves

A Geografia da Felicidade

Será a felicidade uma questão de geografia? Eric Weiner, correspondente da National Public Radio a partir de Nova Deli, Jerusalém e Tóquio, viajou pelo mundo em busca da resposta. O autor quis comprovar na prática a informação científica dos rankings da felicidade, que integram a World Database of Happiness, e escolheu visitar países felizes ou infelizes em busca das razões de tal (in)felicidade. Ao todo visitou 10 países, partiu da Holanda, terminou nos EUA. Pelo meio passou pelo Suíça, Butão, Índia, Qatar, Islândia, Moldávia, Tailândia e Grã-Bretanha. O resultado foi uma descrição de experiências multiculturais, com humor, entre a crónica de viagens e o ensaio sobre as razões da felicidade humana. Conclui que os traços culturais de cada povo vêm pôr à prova o preconceito de felicidade, e a surpresa surge ao virar de cada página. Como imaginar que no Butão o Produto Interno Bruto (PIB) foi substituído pela Felicidade Interna Bruta (FIB) na tomada de decisões económicas, e este é um dos países mais felizes do mundo?

The Geography of Bliss

Could happiness be a matter of geography? Eric Weiner, National Public Radio correspondent from New Delhi, Jerusalem and Tokyo, travelled through the world in search of an answer. The author wanted to check in practice the scientific information from the happiness rankings which are part of the World Database of Happiness, and he chose to visit happy and unhappy countries alike in search of the reasons for such (un)happiness. He visited a total of ten countries, starting in Holland and ending in the USA. On the way, he passed through Switzerland, Bhutan, India, Qatar, Iceland, Moldova, Thailand and Great Britain. The result was a humorous description of multicultural experiences, something between a chronicle of his travels and an essay about the reasons for human happiness. He concludes that the cultural make-up of each people puts one's preconceptions about happiness to the test, and there is a surprise as you turn each page. How could you imagine that, in Bhutan, Gross Domestic Product (GDP) would be replaced by Gross Domestic Happiness (GDH) when taking economic decisions, and that this is one of the happiest countries in the world?

Die Geographie des Glückes

Sollte Glück mit Geographie zu tun haben? Eric Weiner, Korrespondent des National Public Radio für Neu Delhi, Jerusalem und Tokio, bereiste die Welt auf der Suche nach der Antwort. Der Autor wollte in der Praxis die wissenschaftliche Information der Glücks-Rankings nachweisen, wie es in der World Database of Happyness aufgeführt ist. Er beschloss, glückliche und unglückliche Länder zu besuchen, um herauszufinden, worin das (Un-)Glück begründet liegt. Insgesamt besuchte er zehn Länder, er begann in Holland und endete in den USA. Er kam durch die Schweiz, Bhutan, Island, Katar, Indien, Moldau, Thailand und Großbritannien. Das Ergebnis war eine Beschreibung multikultureller Erfahrungen, voller Humor, eine Mischung aus Reisebericht und Aufsatz über die Ursachen menschlichen Glückes. Weiner kommt zu dem Schluss, dass der Begriff des Glückes durch die Kultur jedes einzelnen Volkes begründet wird. So findet man auf jeder Seite eine Überraschung. Man stelle sich nur vor, dass in Bhutan das Bruttoinlandsprodukt (BIP) durch das Inlandsglücksprodukt ersetzt wurde, wenn wirtschaftliche Entscheidungen anstehen. Es zählt (noch) zu den glücklichsten Ländern der Welt!

A Geografia da Felicidade - Uma viagem à procura dos países mais felizes do mundo
The Geography of Bliss - One grump's search for the happier places in the world
Die Geographie des Glückes - Eine Reise auf der Suche nach den glücklichsten Ländern der Welt

Autor | *Author* | Autor: **Eric Weiner** • Páginas | *Pages* | Seiten: **280** (PT)
Editora | *Published by* | Verlag: **Lua de Papel** (PT, 2009) | ***Twelve - Hachette Book Group*** *(UK, 2008)*

LIVRO | ***BOOK*** | **BUCH** | Uwe Heitkamp

Economia do Bem e do Mal

Como dissertação na Universidade Karl, em Praga, o manuscrito não foi o suficiente. Como livro é um *bestseller*.

O autor obteve uma bolsa de Yale. E ainda jovem pertenceu à equipa de consultores de assuntos económicos do antigo presidente checo Václav Havel. Actualmente dá aulas de História da Economia e Filosofia na Universidade Karls, e é também economista-chefe do maior banco checo CSOB e colunista.

O seu livro é uma viagem pelos 4000 anos de história da cultura e da economia e, ao mesmo tempo, uma análise pungente de que a economia e a língua não estão isentas de valores. O livro é a expressão do novo pensamento económico. Deveria ser de leitura obrigatória para qualquer estudante de economia.

Economics of Good and Evil

As a dissertation at the Charles University in Prague, it wasn't good enough, but as a book, it's a bestseller.

The author won a scholarship to Yale. Even as a relative youngster, he belonged to former President Václav Havel's team of advisers on economic matters. Today he's a lecturer in economic history and philosophy at the Charles University, chief economist at CSOB, the biggest Czech bank, and a columnist.

His book is a journey through 4,000 years of cultural and economic history, as well as a sharp analysis of the fact that economics and language are never value-free. The book is an expression of new economic thinking; it should become compulsory reading for every student of economics.

Die Ökonomie von Gut & Böse

Als Dissertation an der Karls-Universität zu Prag reichte das Manuskript nicht. Als Buch ist es ein *Bestseller*.

Der Autor erhielt ein Yale-Stipendium. Schon in jungen Jahren gehörte er zum Beraterteam des ehemaligen Präsidenten Václav Havel in Wirtschaftsfragen. Heute lehrt er an der Karls-Universität Wirtschaftsgeschichte und Philosophie, ist Chefvolkswirt bei der größten Tschechischen Bank CSOB und Kolumnist.

Sein Buch ist Reise durch die 4.000-jährige Kultur- und Wirtschaftsgeschichte und zugleich scharfe Analyse, dass Wirtschaft und Sprache nie wertfrei sind. Das Buch ist Ausdruck neuen ökonomischen Denkens. Es sollte zur Pflichtlektüre jedes Wirtschaftsstudenten werden.

A Economia do Bem e do Mal | ***Economics of Good and Evil*** | ***Die Ökonomie von Gut und Böse***
Autor | *Author* | Autor: **Tomáš Sedláček** • Mais info | *Further info* | Mehr Info: **www.tomassedlacek.cz**
Editora | *Published by* | Verlag: ***Oxford University Press, NY*** *(USA, 2011)* | **Hanser-Verlag** (DE, 2012)

EUROPA | Lenz Goergen-Heitkamp

Esferovite ou Cortiça?

LENZ GOERGEN-HEITKAMP

Fritz Rudolf Stastny é o inventor do esferovite (styropor). Nascido em 4 de Março de 1908 em Brünn, República Checa, e falecido em 25 de Maio de 1985 em Ludwigshafen, Alemanha, descobriu por acaso este material que hoje nos persegue desde as fundações da nossa casa até provavelmente ao aterro de resíduos perigosos. Estudou na Universidade Técnica de Brünn e concluiu os seus estudos como químico e engenheiro em 1930, nas disciplinas de Química e Tecnologias Químicas. Em 1939, Fritz Stastny mudou-se da Semperit-Gummiwerken para a antiga IG Farben AG, actual BASF.(1) Esta empresa foi desmantelada em 1945 pelos Aliados. Ela possuía não só a patente do gás venenoso Sarin, como também tinha um monopólio industrial na Alemanha Nazi com o trabalho forçado dos judeus e dos russos prisioneiros dos campos de concentração.

O esferovite ou também poliestireno expandido (EPS) é um material versátil que hoje em dia é utilizado para inúmeros ramos. É aplicado, por exemplo, na construção de equipamento desportivo como pranchas de surf e capacetes, na indústria alimentar e de acondicionamento para refrigerar peixe, e proporcionalmente mais (em 2012: 61%) no isolamento térmico e acústico na construção de casas. Os direitos de propriedade alemães do esferovite estão reservados à BASF AG e à associação industrial Hartschaum.(2) O esferovite tem uma muito baixa condutibilidade térmica de 0.035-0.04 [W/m*K] e retém o calor e o frio. Além disso tem uma densidade de 10-50 [kg/m^3] que o torna muito leve (comparado à água: 998 [kg/m^3]). Mundialmente foram produzidos em 2012 4,5 milhões de toneladas de esferovite. 27 por cento ou 1,22 milhões de toneladas deste material à base de petróleo foram comercializados por toda a Europa. A fatia de mercado do esferovite no isolamento de habitações na Europa encontra-se na ordem dos 35%.(3)

“ O que acontece ao esferovite na sua degradação após o seu prazo de vida entre 30 a 50 anos?

O esferovite é fabricado a partir do poliestireno, um plástico padrão (Tupperware). Assim, o poliestireno é moldado com pentano, também uma componente do petróleo, a uma temperatura de 90ºC a 100ºC. Para a indústria da construção deve ainda ser adicionado um retardador de chamas, um requisito

Styrofoam or Cork?

Styropor (Styrofoam) was invented by Fritz Rudolf Stastny. He was born in the Czech city of Brno on 4th March 1908 and died on 25th May 1985 in Ludwigshafen in Germany. It was more by chance than anything else that he invented this material, which nowadays plagues us right down to the foundations of our houses and presumably on to the hazardous waste sites. He studied at the Technical High School in Brno and completed his studies of chemistry and chemical technologies in 1930 as a qualified chemist and engineer. In 1939, Fritz Stastny moved from the Semperit Rubber Company to what was then IG Farben AG, nowadays BASF.(1) This company was broken up by the Allies in 1945. It not only owned the patent for sarin poison gas but had also won an industrial monopoly of the forced labour of Jewish and Russian concentration camp prisoners in Nazi Germany.

“ What happens to Styrofoam when it crumbles at the end of its 30 to 50 year life span?

*Styrofoam, or expanded polystyrene (EPS), is a versatile material which is used in many different industries today. For example it is used in sports equipment manufacture for surf boards and helmets, in the packaging and food industry for keeping fish cool, and the greatest proportion (2012: 61%) for thermal and sound insulation in the building industry. And so we have come full circle: the rights to the trade name Styropor are held by BASF and the industry association Hartschaum.(2) EPS has very low thermal conductivity of 0.035-0.04 [W/m*K] and prevents heat and cold from penetrating. It also has a density of 10-50 [kg/m^3] which makes it very light (compare water: 998 [kg/m^3]) Worldwide production of EPS in 2012*

Styropor oder Kork?

Fritz Rudolf Stastny ist der Erfinder von *Styropor*. Geboren am 4. März 1908 in tschechischen Brünn, gestorben am 25. Mai 1985 im deutschen Ludwigshafen, erfand er eher durch Zufall dieses Material, das uns heute bis auf die Fundamente unserer Häuser verfolgt und darüber hinaus vermutlich noch bis auf die Sondermülldeponie. Er studierte an der Technischen Hochschule Brünn und schloss 1930 sein Studium in der Fächern Chemie und Chemie Technologien als Diplom-Chemiker und Diplom Ingenieur ab. Im Jahre 1939 wechselte Fritz Stastny von den Semperit-Gummiwerken zur damaligen IG Farben AG, der heutigen BASF.(1) Diese Firma wurde 1945 von den Alliierten zerschlagen. Sie besaß nicht nur das Patent auf Sarin-Giftgas, sondern hatte sich im Nazi-Deutschland ein industrielles Monopol mit der Zwangsarbeit jüdischer und russischer KZ-Insassen erobert.

“ Wie und was passiert mit Styropor, wenn es nach seiner Lebensdauer von circa 30 bis 50 Jahren zerbröselt?

Styropor oder auch expandiertes Polystyrol ist ein vielseitiger Stoff der heutzutage in zahlreichen Branchen eingesetzt wird. Er wird zum Beispiel im Sportgerätebau für Surfbretter und Helme, in der Verpackungs- und Lebensmittelindustrie zur Kühlung von Fisch und anteilsmäßig am meisten (2012: 61%) in der Wärme- und Schallisolierung beim Hausbau verwendet. Da schließt sich der Kreis: die deutschen Namensrechte von *Styropor* liegen bei der BASF AG und dem Industrieverband Hartschaum.(2) *Styropor* hat eine sehr niedrige Wärmeleitfähigkeit von 0.035-0.04 [W/m*K] und hält Wärme und Kälte beim Durchdringen zurück. Desweiteren hat es eine Dichte von 10-50 [kg/m^3] was ihn sehr leicht macht. (Vergleich Wasser: 998 [kg/m^3]) Weltweit wurden 2012 rund 4,5 Mio. Tonnen *Styropor* produziert. 27 Prozent oder 1,22 Millionen Tonnen dieses auf Erdöl basierenden Stoffes wurden davon europaweit verkauft. Der Marktanteil von *Styropor* beim Isolieren von Häusern liegt in Europa bei rund 35%.(3)

Styropor wird aus Polystyrol, einem Standardkunstoff (Tupa Ware) hergestellt. Dabei wird das Polystyrol mit Pentan, ebenfalls einem Bestandteil von Erdöl, bei einer Temperatur von 90ºC bis

(1) IG Farben = BASF, BAYER & HOECHST

(2) Informação | *Information* | Informationen: EUMEPS Bélgica | *Belgium* | Belgien

(3) Os lobistas nacionais são, em Portugal, a "ACEPE - Associação Industrial do Poliestireno Expandido", e na Grã-Bretanha o "The British Plastics Federation"
In Portugal, the main lobbyists are "ACEPE - Associação Industrial do Poliestireno Expandido", and in Britain "The British Plastics Federation"
In Portugal sind die "ACEPE - Associação Industrial do Poliestireno Expandido", in Großbritannien "The British Plastics Federation" die nationalen Lobbyisten.

Preços de mercado | ***Market prices*** | **Marktpreise**
Esferovite m², 3 cm espessura | *Styrofoam m² thickness 3 cm* | Styropor m² Dicke 3 cm _3,70€
Cortiça m², 3 cm espessura | *Cork m² thickness 3 cm* | Kork m² Dicke 3 cm _6,30€

para aprovação técnica na Europa. Para tal, a indústria de EPS utiliza hexabromociclododecano (bromo), que segundo o quadro regulamentar para os produtos químicos da Europa – abreviado "REACH", é classificado como muito tóxico para os organismos aquáticos com efeitos duradouros. Embora de acordo com o fabricante, o altamente tóxico bromo quando correctamente instalado, ou seja, isolado da chuva e da luz solar não é libertado e não tem nenhum impacto directo sobre as pessoas. No entanto, coloca-se a questão: como é e o que acontece com o esferovite na sua degradação após o seu prazo de vida de cerca 30 a 50 anos? A embalagem convencional de esferovite é reciclável e apenas precisa ser recompactada. **Mas o esferovite de construção não pode e não deve ser reciclado.** Isso devido aos aditivos tóxicos, que seriam incluídos nas embalagens, assim como as impurezas como cola, argamassa e gesso que resultam da instalação e remoção do material. Isto leva a uma única conclusão possível sobre como devem ser eliminados os resíduos do esferovite das casas: no lixo especial! E ir para o lixo especial significa que o esferovite é queimado e os fumos são emitidos para a atmosfera, ou que ele é feito desaparecer no solo num aterro sanitário, sendo depois o bromo libertado. E porque o esferovite é uma invenção alemã, o comité de peritos do Instituto Alemão de Tecnologia da Construção (DIBt) em Berlim foi o responsável pela aprovação: "A avaliação da idade, como indicado nos testes para materiais de construção dificilmente inflamáveis no Parágrafo 8a (em letras minúsculas!), deixou de ser considerado necessário, quando os efeitos directos da chuva e do sol são excluídos."

Uma alternativa equivalente ao esferovite é a cortiça. Tem aproximadamente a mesma condutibilidade térmica de 0,04-0,05 [W/mK], é um produto natural, tem uma vida muito mais longa, é reciclável e é absolutamente amiga do ambiente. Portugal é um dos maiores produtores de cortiça do mundo. O líder do mercado é a Corticeira Amorim (p.e. em Silves), que exporta mais de 95 por cento do seu material de isolamento para a UE. A questão que se coloca é, porque são utilizados na indústria da construção portuguesa quase 100 por cento de esferovite e tão pouca cortiça no isolamento? Não seria mais economicamente viável e ecológico, tendo em conta as condições da actual crise económica e financeira, comprar localmente e utilizar a cortiça como material de isolamento?

was about 4.5 million tonnes. 27% or 1.22 million tonnes of this oil-based material were sold throughout Europe. The market share of Styropor (Styrofoam) in house insulation in Europe is approximately 35%.(3)

Styrofoam is made from polystyrene, a standard synthetic material (Tupperware). In the process, the polystyrene is expanded with pentane, another component of petroleum, at a temperature of 90°C to 100°C. For the building industry, a flame retardant has to be added, a precondition for technical approval in Europe. For this, the EPS industry uses hexabromocyclododecane (bromine), which is classified as very toxic for water organisms with long-term effects, according to the EU's regulation on chemicals, the "REACH Regulation". According to the manufacturers, if the material is correctly installed so that it is not exposed to the rain or sunshine, the highly toxic bromine additive is not released and so has no direct effect on humans. Nonetheless, the question still arises: what happens to Styrofoam when it crumbles at the end of its 30 to 50 year life span? Traditional Styrofoam for packaging is recyclable and only needs to be re-pressed into new Styrofoam. ***But Styrofoam for building cannot and must not be re-used.*** *This is firstly due to the toxic additives, which would then appear in packaging, and secondly because of the impurities like glue, mortar and plaster which collect during installation and removal. And so there is only one possible conclusion about what has to happen to waste Styrofoam from buildings: it must be treated as hazardous waste! But this would also mean that Styrofoam would be burnt and get into the air, or would disappear in a landfill site and the bromine would then be released. As Styropor is a German invention, it was the specialist committee of the Deutsches Institut für Bautechnik (DIBt)(German Institute for Building Technology) in Berlin that was responsible for licensing it: according to the testing regulations for highly flammable building materials paragraph 8a (in small print!), an age check was no longer regarded as essential if the direct effects of rain and sun were excluded.*

An equally effective alternative to Styrofoam is cork. Cork has almost the same thermal conductivity of 0.04 - 0.05 [W/mK], is a natural product, lasts for considerably longer, is recycled and is completely environmentally friendly. Portugal is one of the biggest cork producers in the world. The market leader is Corticeira Amorim (e.g. in Silves), which exports over 95% of its insulating material to the EU. The final question is why Styrofoam almost exclusively is used in the Portuguese building industry rather than cork? Wouldn't it make better economic and ecological sense, especially in the current financial and economic climate, to buy cork locally as an insulating material and then to actually use it?

Mais informações: | *Further information:*
Mehr Info:
www.esferovite.pt/index.php/perguntas-mais-frequentes
www.corticeiraamorim.com/cor_neg_isolamentos.php

"Não seria mais economicamente viável e ecológico, comprar localmente e utilizar a cortiça como material de isolamento?

Wouldn't it make better economic and ecological sense, to buy cork locally as an insulating material and then to actually use it?

Wäre es nicht ökonomisch und ökologisch sinnvoll, Kork als Isolationsmaterial vor Ort zu kaufen und dann auch zu verwenden?

100°C aufgeschäumt. Für die Baubranche muss zusätzlich noch ein Flammschutzadditiv beigefügt werden, was Voraussetzung für die technische Zulassung in Europa ist. Dafür verwendet die EPS-Industrie Hexabromcyclododecan (Brom), welches nach der EU-Chemikalienverordnung kurz „REACH-Verordnung" genannt, als sehr giftig für Wasserorganismen mit langfristiger Wirkung eingestuft wird. Zwar wird nach Herstellerangaben der hochgiftige Bromzusatz bei korrekter Installation, also regen- und sonnenlichtabgeschlossen, nicht freigesetzt und hat damit keine direkten Auswirkung auf den Menschen. Trotzdem stellt sich die Frage, wie und was passiert mit *Styropor*, wenn es nach seiner Lebensdauer von circa 30 bis 50 Jahren zerbröselt? Herkömmliches Verpackungsstyropor ist recycelbar und braucht nur neu zu *Styropor* gepresst werden. **Baustyropor aber kann und darf nicht wiederverwertet werden.** Das liegt zum einen an den giftigen Zusätzen, die dann in Verpackungen enthalten wären und desweiteren an den Verunreinigungen wie Kleber, Mörtel und Putz, die beim Einbau und Ausbau am Material entstanden sind. Daraus ergibt sich nur eine mögliche Folgerung, wie mit *Styropor*-Abfall aus Häusern umgegangen werden muss: auf den Sondermüll! Sondermüll hieße aber auch, dass *Styropor* verbrannt und in die Luft gelangen würde oder im Erdreich in einer Müllgrube verschwände und sich das Brom somit freisetzen würde. Da *Styropor* eine deutsche Erfindung ist, war der Sachverständigen-Ausschuss des Deutschen Instituts für Bautechnik (DIBt) in Berlin für die Zulassung verantwortlich: „Eine Alterspr üfung, so steht es in den Prüfsätzen für Schwerentflammbare Baustoffe unter Abschnitt 8a (Kleingedrucktes!), wurde als nicht mehr erforderlich angesehen, wenn die direkten Einwirkungen von Regen und Sonne ausgeschlossen sind."

Eine gleichwertige Alternative zu *Styropor* ist Kork. Kork hat annähernd dieselbe Wärmeleitfähigkeit von 0.04- 0.05 [W/mK], ist ein Naturprodukt, hat eine wesentlich höhere Lebensdauer, wird recycelt und ist absolut umweltverträglich. Portugal ist einer der größten Korkproduzenten der Welt. Markführer ist die Cortiçeira Amorim (z.B. in Silves), die mehr als 95 Prozent ihres Isolationsmaterials in die EU exportiert. Die Frage, die sich abschließend stellt ist, warum wird in der portugiesischen Bauwirtschaft zu fast 100 Prozent *Styropor* und kaum Kork zur Isolierung verwendet? Wäre es nicht ökonomisch und ökologisch sinnvoll, gerade unter den Bedingungen der aktuellen Finanz- und Wirtschaftskrise Kork als Isolationsmaterial vor Ort zu kaufen und dann auch zu verwenden?

PORTUGAL | Uwe Heitkamp

Receita para sair da crise.

Recipes out of the crisis

Rezepte aus der Krise.

Inovação e investimento são os condimentos da nossa sopa económica.

Innovation and investment are the spices in our economic soup.

Innovation und Investition sind die Gewürze in der Suppe unserer Wirtschaft.

Vai precisar dos seguintes ingredientes: 38.887 sobras diárias do jornal sensacionalista Correio da Manhã, 27.804 exemplares do semanário Sábado, 17.824 cópias não vendidas do Expresso, 12.547 exemplares do Público e 16.118 exemplares não vendidos do Diário de Notícias, 23.339 cópias do diário Jornal de Notícias, 16.050 sobras do jornal desportivo Jogo, 33.442 exemplares não vendidos do Record, 5.625 sobras da Vida Económica, 10.574 cópias da Visão – em suma, um total de mais de 250.000 exemplares de todos os jornais diários e revistas em Portugal por dia: A Bola, Caras, Cosmopolitan, Blitz, Autohoje, Autofoco, Sol, Ana, Maria, etc. Melhor exemplo: o jornal diário "i". Imprime quase 50.000 exemplares por dia e depois vende menos de 10.000 cópias. Conclusão: cerca de 40.000 jornais vão parar ao lixo. E depois não digam que os jornais trabalham económica e ecologicamente....

Então, o que fazemos com estes milhões de toneladas de sobras de jornais por ano, com o monte de papel impresso e notícias que poluem diariamente a nossa vida? A grossista VASP (quota de mercado de 70% em Portugal), com sede no Cacém, perto de Lisboa, transforma-os em dinheiro. Recolhe o monte de papel velho, tritura-o e recicla-o. Paga às editoras dos jornais cerca de 30 Euros por tonelada.

O serviço de distribuição da grossista consiste em entregar a quantidade certa de exemplares impressos na hora exacta, ao sítio certo, para que aí sejam vendidos, e não o contrário. Mas o negócio está cada vez mais a deslocar-se para um verdadeiro nicho de mercado chamado RECICLAGEM, com o qual a VASP e também a RENOVA – FÁBRICA DE PAPEL DO ALMONDA S.A ganham bom dinheiro.

Agora vamos ao modelo de negócio da **ECO123**. Baseado nos exemplares não vendidos do nosso mundo dos jornais (Correio da Manhã, Expresso, etc). A **ECO123** é impressa em papel 100% reciclado **RENOVAPRINT**. Os exemplares não vendidos eles próprios vão para a reciclagem.

Existem verdadeiras inovações no fabrico de papel reciclado. Até agora, na RENOVA em Almonda, no concelho de Torres Novas, o papel era sempre produzido usando o tradicional processo de pasta. Cerca de 5% do papel velho é mergulhado em água e centrifugado. Os custos de produção por cada tonelada de papel reciclado são elevados e os impactos ambientais nocivos enormes. Mas existe agora um processo inovador. Obteve recentemente a sua patente internacional e chama-se **FRT-Aeromill**™. Este processo de recuperação da fibra seca proporciona um alto potencial de poupança de energia

You will need the following ingredients: 38,887 daily returns of the tabloid Correio da Manhã, 27,804 copies of the weekly Sábado, 17,824 unsold copies of Expresso, 12,547 copies of Público and 16,118 unsold copies of the Diário de Notícias, 23,339 copies of the daily Jornal de Notícias, 16,050 returns of the sports paper O Jogo, 33,442 unsold copies of Record, 5,625 returns of Vida Económica, 10,574 copies of Visão – a total of over 250,000 copies of all daily papers and magazines in Portugal per day: A Bola, Caras, Cosmopolitan, Blitz, Autohoje, Autofoco, Sol, Ana, Maria, etc. Best example: the daily paper "i". They have a print run of almost 50,000 copies every day, and then sell less than 10,000 of them. Which means that some 40,000 "i's" get chucked out. So, let no one claim that newspapers work economically and ecologically. . .

So, what do we do with these millions of tons of unsold newspapers every year, with the mountain of printed paper and news which pollutes our lives every day? The wholesaler VASP (70% market share in Portugal) headquartered in Cacém near Lisbon turns it into cash. They collect the scrap paper and recycle the mountain. They pay the newspaper publishers about 30 cents per kilo.

A wholesaler's distribution work involves delivering the right number of printed copies to the right place at the right time, so that they get sold there – and not the other way round. But the business is increasingly shifting towards a gap in the market called RECYCLING, with which VASP and RENOVA – Fábrica de Papel do Almonda S.A. earn pretty good money.

Which brings us to ***ECO123****'s business model. It is based on unsold copies coming from the newspaper world (Correio da Manhã, Expresso, etc.)* ***ECO123*** *is printed on 100% recycled* ***RENOVAPRINT*** *paper. The unsold copies are themselves recycled.*

There are some real innovations going on in recycled paper production. Until now, at RENOVA in Almonda in the municipality of Torres Novas, paper was always produced using the traditional

Man nehme folgende Zutaten: 38.887 tägliche Remittenden des Boulevardblattes *Correio da Manhã*, 27.804 Exemplare der Wochenzeitung *Sábado*, 17.824 nicht verkaufte *Expresso*, 12.547 Exemplare des *Público* und 16.118 nicht verkaufte Exemplare des *Diário de Notícias*, 23.339 Exemplare der Tageszeitung *Jornal de Notícias*, 16.050 Remittenden der Sportzeitung *O Jogo*, 33.442 nicht verkaufte Exemplare des *Record*, 5.625 Remittenden des *Vida Económica*, 10.574 Exemplare der *Visão* – alles in allem mehr als 250.000 Exemplare aller Tageszeitungen und Zeitschriften in Portugal pro Tag: *A Bola*, *Caras*, *Cosmopolitan*, *Blitz*, *Autohoje*, *Autofoco*, *Sol*, *Ana*, *Maria*, etc. Bestes Beispiel: die Tageszeitung „*i*". Sie druckt täglich knapp 50.000 Exemplare um dann weniger als 10.000 Stück davon zu verkaufen.* Fazit: rund 40.000 „*i*'s" landen auf dem Müll. Da behaupte noch einer, Zeitungen arbeiteten ökonomisch und ökologisch...

Nun, was machen wir mit diesen Millionen von Tonnen nicht verkaufter Zeitungen pro Jahr, mit dem Berg an bedrucktem Papier und News, das täglich unser Leben verschmutzt? Der Grossist VASP (Portugal Marktanteil 70%) mit Firmensitz in Cacém bei Lissabon macht sie zu Geld. Er sammelt das Altpapier und recycelt den Müllberg. Für jedes Kilo zahlt er den Zeitungsverlegern runde 30 Cent.

Die Vertriebsarbeit eines Grossisten besteht darin, die richtige Menge gedruckter Exemplare zur richtigen Zeit zum richtigen Ort zu liefern, um sie dort verkauft zu bekommen - und nicht umgekehrt. Das Geschäft verlagert sich allerdings immer mehr in Richtung einer Marktlücke namens RECYCLING, mit der VASP und auch die RENOVA – Fábrica de Papel do Almonda S.A. ganz gutes GELD verdienen.

Kommen wir zum Geschäftsmodel von **ECO123**. Es baut auf nicht verkauften Druckexemplaren unserer Zeitungslandschaft (*Correio da Manhã*, *Expresso*, etc.) auf. **ECO123** wird auf 100% Recyclingpapier **RENOVAPRINT** gedruckt. Die nicht verkauften Exemplare selbst werden wieder recycelt.

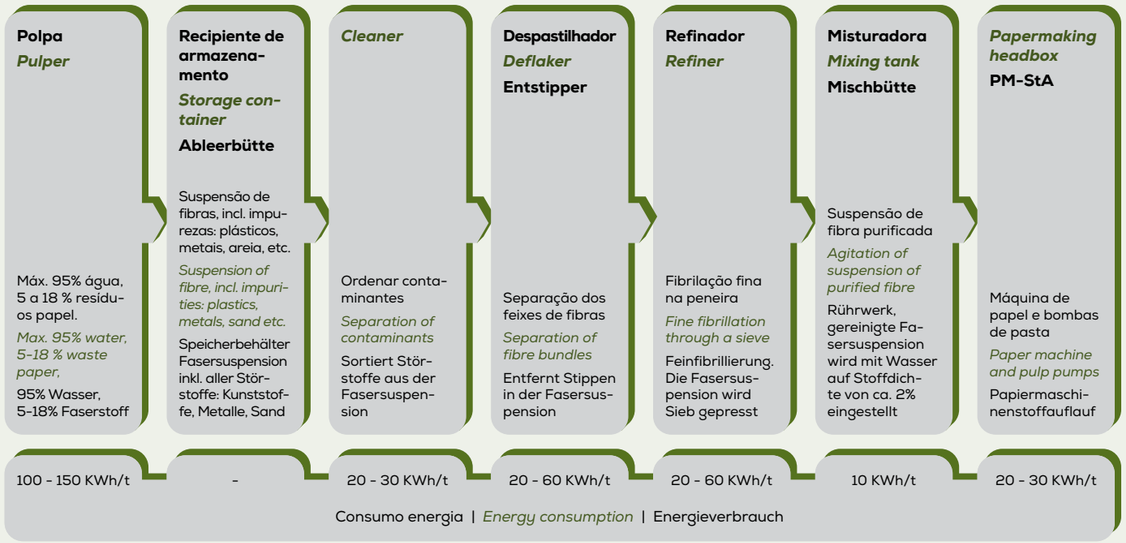
Nun gibt es echte Neuigkeiten für die Herstellung von Recycling-Papier. Bisher wird bei RENOVA in Almonda im Landkreis Torres Novas immer noch nach dem Prinzip des herkömmlichen „Pulper"-Verfahrens produziert. Circa 5% Altpapier wird in bis zu 95% Wasser eingeweicht

Compra a **ECO123** nos quiosques? Quando pergunta pela revista encolhem os ombros e respondem com um "**ECO123**? O quê? Não, não temos!" E você o que faz? Vai até ao próximo quiosque na esperança de aí encontrar a **ECO123**? Pode contactar directamente o nosso departamento de distribuição (**info@eco123.info**) para descobrir onde e como pode adquirir a sua **ECO123**.

Do you buy ***ECO123*** *at a newspaper kiosk? Are you met with a shrug of the shoulders and the question "****ECO123****? What's that? Don't stock it." What do you do? Do you go to the next kiosk in the hope that you'll find your copy of* ***ECO123*** *there? You can contact our sales department straight away (****info@eco123.info****), to find out when you can get* ***ECO123****.*

Sie kaufen **ECO123** am Zeitungskiosk? Sie ernten Schulterzucken, verbunden mit der Frage, „**ECO123**? Was ist denn das? Haben wir nicht." Was machen Sie? Gehen Sie zum nächsten Kiosk, in der Hoffnung, dort Ihre **ECO123** zu finden? Sie können sich auch sofort an unsere Vertriebs-Abteilung wenden (**info@eco123.info**), damit wir Ihnen sagen, wo und wie Sie **ECO123** erhalten.

1. Método Tradicional | *Traditional Method* | Herkömmliche Methode



2. Método Inovador | *Innovative Method* | Innovative Methode

1.

A tecnologia convencional de fabricação de papel reciclado consome cerca de 320 KW/h por tonelada.

Conventional recycled paper manufacturing technology consumes about 320 KW/h per tonne.

Die herkömmliche Herstellung von Recycling-Papier verbraucht ca. 320 KW/h pro Tonne Papier.

2.

A inovadora e revolucionária tecnologia Aeromill FRT™ para a recuperação da fibra seca dos resíduos para papel reciclado consome apenas cerca de 45 – 75 kWh por tonelada e não suja a água.

The innovative and revolutionary FRT-Aeromill™ technology for dry fibre recovery from scrap paper only consumes about 45 - 75 kWh per tonne and doesn't pollute the water.

Die innovative und revolutionäre FRT-Aeromill ™ Technologie zur trockenen Faserstoffgewinnung aus Altpapier verbraucht nur ca. 45 - 75 kWh pro Tonne und verschmutzt kein Wasser.

e água, um prolongamento dos ciclos de reciclagem até então existentes, o enorme aumento da qualidade das fibras e do papel, uma mais simples separação das impurezas e economias na gestão de resíduos. O **FRT-Aeromill™** é uma tecnologia de reciclagem de papel velho fácil de integrar, simples e de baixo custo. Curioso? Na próxima edição, a **ECO123** conta-lhe tudo de forma exclusiva e detalhada.

Mais informações: | *Further information:*
Mehr Info:
www.apct.pt/Analise_simples.php
www.mediascopio.wordpress.com
www.renova.ficheirospt.com/doc/dec_amb2011.pdf

*pulping process. About 5% of waste paper is soaked and centrifuged in 95% water. The production costs per tonne of recycled paper are very high and there is a huge accumulation of harmful chemicals (dyes etc.) But there is now a new procedure. It has recently been patented internationally and is called **FRT-Aeromill™**. This fibre recovery process has the potential for major savings of water and energy, a lengthening of the previous recycling cycles, an enormous increase in the quality of fibre and paper products, simpler separation of impurities and savings in residue management. **FRT-Aeromill™** is a technology for recycling scrap paper that is easy to integrate, simple and cost-effective. Are you interested? **ECO123** will have an exclusive, detailed report on this in the next edition.*

und zentrifugiert. Die Produktionskosten für eine Tonne Recycling-Papier sind sehr hoch und die Schadstoffsammlung (Farben etc.) enorm. Nun gibt es jedoch ein neuartiges Verfahren. Es wurde gerade international patentiert und heißt **FRT-Aeromill™**. Dieses Verfahren zur trockenen Faserstoffgewinnung bietet hohes Einsparpotential in den Bereichen Energie und Wasser, eine Verlängerung der bisherigen Recyclingzyklen, die enorme Erhöhung der Faser- und Papierproduktqualität, einfachere Abtrennung von Störstoffen und Einsparungen im Reststoffmanagement. **FRT-Aeromill™** ist eine leicht zu integrierende, einfache und kostengünstige Technologie, um Altpapier zu recyceln. Sind Sie neugierig? **ECO123** wird exklusiv und detailliert in seiner nächsten Ausgabe darüber berichten.

HUGO FILIPE LOPES

LISBOA | Hugo Filipe Lopes

O Yin/Yang prova-se em Lisboa.

Um dos últimos locais em que se pensa quando se fala em alimentação natural é Lisboa. Ou talvez não, dependendo do que se considera como tal.

Para Rui Rato, dono do restaurante Tao, alimentação natural implica não só alimentos na sua forma integral, mas também uma combinação harmoniosa de cada ingrediente, considerando o efeito que o todo tem no corpo, mente e espírito de cada um. Precisamente por isso é que cada cliente faz o seu prato, ou não fosse o nome do restaurante derivado do Taoísmo. Nesta tradição filosófica e religiosa chinesa, Tao significa a via, assim como a origem e a força por detrás de todas as coisas. Uma das escolas do Taoísmo era a Naturalista, sintetizando os conceitos

HUGO FILIPE LOPES

Yin/Yang to try out in Lisbon.

One the last places you think of when people talk about natural foods is Lisbon. Or maybe not, depending on what you include under that heading.

For Rui Rato, owner of the restaurant Tao, natural foods imply not only foodstuffs in their unrefined form, but also a harmonious combination of each ingredient, taking into account the effect of the whole on body, mind and spirit of each individual. It is exactly with this in mind that each client puts together their own dish, which is what you'd expect in a restaurant whose name is derived from Taoism. In this Chinese philosophical and religious tradition, Tao signifies the way, as well as the origin and force behind everything. One of the schools of Taoism was the Naturalist school, a synthesis of the concepts of Yin/Yang, typically associated with the feminine and masculine, or, in Rui Rato's words "the complementarity of opposites". And this philosophy is reflected in the cuisine, mostly vegan and potentially macrobiotic, depending on how each client puts their dish together.

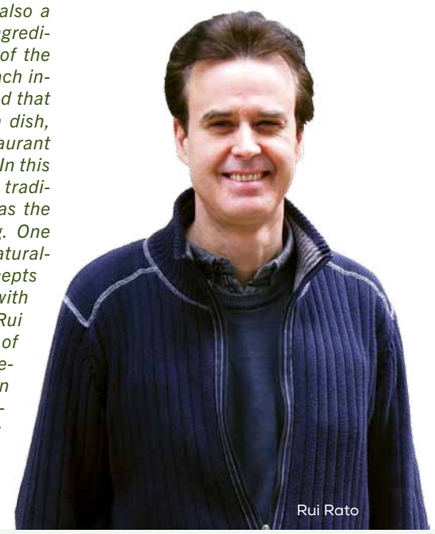
Open for over a decade and located in the Rua dos Douradores,

Yin/Yang in Lissabon

Einer der letzten Orte der Welt, an dem man natürliche Nahrungsmittel vermuten würde, ist Lissabon. Oder vielleicht doch, je nachdem, was man darunter versteht.

Für Rui Rato, den Inhaber des Restaurants Tao, bedeutet natürliche Nahrung nicht nur, die Nahrungsmittel in ihrer vollständigen Form zu verwenden, sondern auch, die Zutaten harmonisch zu kombinieren. Er beachtet auch, welche Wirkung das Gesamtwerk auf Körper, Seele und Geist des Konsumenten hat. Deswegen stellen auch die Gäste ihre Gerichte selbst zusammen. Der Name des Restaurants weist schon darauf hin, denn er wurde vom Taoismus angeleitet. Nach dieser philosophischen und religiösen chinesischen Tradition bedeutet Tao der Weg, aber auch der Ursprung und die Kraft aller Dinge. Eine der Schulen des Taoismus ist der Naturalismus, in dem das Konzept von Yin und Yang eine wichtige Rolle spielt. Gemeinhin wird es mit dem femininen und dem maskulinen Wesen assoziiert, oder, wie Rui Rato sagt, "mit Gegensätzen, die sich miteinander ergänzen". Diese Philosophie reflektiert sein gastronomisches Angebot, das weitestgehend vegan und potentiell makrobiotisch ist, je nachdem, wie der Gast seine Mahlzeit zusammenstellt.

Das Tao eröffnete vor zehn Jahren in der Rua dos Douradores in der Unterstadt von Lissabon. Das Ambiente wurde vom Zen inspiriert und es gibt sogar einen Tai-Chi-Raum im ersten Stock. Dort gibt Rui, der die Bücher "Diagnóstico Oriental" (orientalische Diagnostik) und "Segredos de Longevidade e Vitalidade atra-


Rui Rato
HUGO FILIPE LOPES

Tao Restaurante Natural
Rua dos Douradores, 10 - 1100-206 Lisboa • **Tel.:** 218 850 046 • **Email:** ruirato.tao@clix.pt

Horário de funcionamento:
Todos os dias,
12h00-15h00 e 19h00-21h30

Opening hours:
Every day,
12.00-15.00 & 19.00-21.30

Öffnungszeiten:
Täglich,
12-15 & 19-21.30 Uhr

de Yin/Yang, tipicamente associados ao feminino e masculino, ou nas palavras de Rui Rato, "a complementaridade dos opostos". E essa filosofia reflecte-se na oferta gastronómica, maioritariamente vegan e potencialmente macrobiótica, dependendo da construção do prato que cada cliente fizer.

Aberto há mais de uma década e situado na Rua dos Douradores, o Tao situa-se em plena baixa Lisboeta. Oferece um ambiente Zen, tendo inclusivamente um espaço para aulas de Tai-Chi no primeiro piso. É aí que Rui Rato, autor dos livros "Diagnóstico Oriental" e "Segredos de Longevidade e Vitalidade, Através da Alimentação Micro-Macrobiótica", presta consultas de orientação alimentar e diagnóstico oriental.

Proporcionando pratos de cinco porções a 5€ em esquema de cantina, o Tao é, sem dúvida, a opção mais económica e saborosa de restaurante vegetariano e macrobiótico na zona de Lisboa. Mas é também claramente o que maior preocupação demonstra pela saúde dos seus clientes, fugindo à prática comum do arroz e do pão refinados. É inclusive um dos poucos locais onde é possível encontrar (saborosas) sobremesas sem adição de açúcar.

"O Tao não só é a opção mais económica e saborosa mas também a que maior preocupação demonstra pela saúde dos seus clientes.

Ainda que a escolha varie diariamente, é sempre possível encontrar arroz integral. Ou as especialidades da casa como o seitan panado, o tofu grelhado ou a tempura de vegetais (uma espécie de versão japonesa dos peixinhos da horta portugueses). Outras possibilidades passam pelo apetitoso empadão de vegetais, a tarte de tofu e alho francês, o homus, as bolinhas de arroz frito ou as nabiças refogadas.

No fim, temos a hercúlea tarefa de escolher qual das sobremesas experimentar. Na maioria vegans, oferta é composta por arroz doce, mousse de alfarroba, crumble de maçã, salame com amendoim, bolo de alfarroba, empadas de maçã, mousse de côco ou tarte de maçã.

Com um total de 6€ pelo prato de 5 porções e a sobremesa, não é raro sair do Tao como de um almoço de família ao domingo - mas apenas uma visita é não é suficiente para experimentar tudo o que este restaurante tem para oferecer.

HUGO FILIPE LOPES

HUGO FILIPE LOPES

Tao is in the very heart of Lisbon's city centre. The ambience is Zen, and there is a space for Tai-Chi classes on the 1st floor. And it is there that Rui Rato, author of the books "Diagnóstico Oriental" (Oriental Diagnosis) and "Segredos de Longevidade e Vitalidade, Através da Alimentação Micro-Macrobiótica" (Secrets of Longevity and Vitality, through a Micro-Macrobiotic Diet) gives consultations on dietary guidance and oriental diagnosis.

"Tao is not only the most economical and tastiest option, it is also the one that shows most concern for the health of its clients.

Serving dishes canteen-style with five portions at 5€, Tao is, without doubt, the most economical and tasty option among vegetarian and macrobiotic restaurants in the Lisbon area. But is it also the one that shows the greatest concern for the health of its clients, avoiding the common practice of serving refined rice and bread. What's more, it's one of the few places where you can find delicious sugar-free desserts.

Although the menu varies daily, you can always find whole-grain rice. Or house specialities such as breaded seitan, grilled tofu or vegetable tempura (a kind of Japanese version of Portuguese peixinhos da horta). Other possibilities include the appetising vegetable pie, tofu and leek tart, hummus, fried rice balls and fried turnip greens.

At the end, we face the Herculean task of deciding which of the desserts to try out. Mostly vegan, the range includes rice pudding, carob mousse, apple crumble, sweet salami with peanuts, carob cake, apple pies, coconut mousse and apple tart.

At a cost of 6€ for the dish with five portions and dessert, it is quite normal to leave Tao as if from a family Sunday lunch – but a single visit is not enough to try out everything the restaurant has to offer.

Das Tao ist nicht nur zweifellos die günstigste und leckerste Wahl, wenn es um vegetarische und makrobiotische Restaurants im Raum Lissabon geht. Aber es ist auch eindeutig das Restaurant, in dem man sich die meisten Gedanken über die Gesundheit der Gäste macht. Hier gibt es keinen weißen Reis und kein weißes Brot wie sonst so häufig. Und es ist eines der wenigen Restaurants, in dem einer leckere Desserts ohne Zuckerzusatz findet.

"Das Tao ist nicht nur zweifellos die günstigste und leckerste Wahl, es ist auch das Restaurant, in dem man sich die meisten Gedanken über die Gesundheit der Gäste macht.

Auch wenn sich die Auswahl jeden Tag ändert, gibt es doch immer Vollkornreis. Oder die Spezialitäten des Hauses, panierten Seitan, gegrillten Tofu oder die Gemüsetempura (eine Art japanische Variante der portugiesischen Peixinhos da Horta, also ausgebackenes Gemüse im Teigmantel). Andere Leckerbissen sind die Gemüsetaschen, die Törtchen mit Tofu und Lauch, der Hummus, die frittierten Reisbällchen oder die Rübenblättchen. Und zuletzt treffen wir noch eine schwere Entscheidung. Welchen Nachtisch sollen wir probieren? Auch die meisten Desserts sind vegan. Es gibt süßen Reis, Alfarrobamousse, Applecrumble, Kalter Hund mit Erdnüssen, Alfarrobakuchen, Apfeltaschen, Kokosmousse oder Apfeltorte. Bei einem Preis von 6€ pro Hauptgericht mit fünf Portionen und einem Nachtisch fühlt man sich hinterher oft wie nach einem Sonntagsessen mit der Familie. Ein einziger Besuch reicht nicht, um alles zu probieren, was dieses Restaurant zu bieten hat

PUB

dop
digital offset print

dop ...
... marca a diferença
... apresenta novas soluções
... oferece flexibilidade total

dop ...
... standing out
... with new solutions
... and total flexibility

+soluções
para as suas ideias!

+solutions
for your ideas

since 2005 dop gráfica digital ®
since 2012 dop fine art & photo ®
since 2013 dop publicações ®

DOP - Digital Offset Print Lda
Centro Emp. e Ind. de Loulé, Zona Poente, 17A,
8100-285 Loulé

t. +351 289 422 686 | f. +351 289 432 726
tlm. +351 911 911 996
e. info@dop.pt | w. www.dop.pt

gps. 37º 07' 34" N - 8º 02' 38" W

JOÃO GONÇALVES
Director Adjunto

"Em democracia o lugar mais importante é o do cidadão"

Ouvi isto proferido por um político. Não sei se foi de coração ou apenas por artificio político - algo que, estranhamente e por hábito, aceitamos sem questionar. Como se todas as decisões das mais altas esferas políticas fossem verdades absolutas.

Impõem-nos que o caminho correcto é o da produção e consumo em massa. Como tal, temos que nos especializar numa profissão. Depois, fazemos carreira para sermos respeitados. E assim termos dinheiro para "mandar fazer" aquilo que não sabemos por outros "especialistas". O mesmo acontece na área política, da qual muitos se omitem porque têm mais que fazer… Esta atitude torna-nos vulneráveis e um alvo fácil para aqueles que, com palavras "politicamente correctas", nos souberam levar até onde estamos! Quando deixamos a nossa vida ser decidida pelos "outros", não podemos queixar-nos. Oferecemos um cheque em branco do qual não pedimos contas. Muitos encaram assim o acto eleitoral: "se estiver sol não vou perder o dia e se chover não me vou molhar só para ir votar." E depois, alheados, achamos que isto faz parte da evolução constante a que estamos sujeitos. E à qual conferimos destaque na nossa vida.

Mas não evoluímos ao ignorar o desafio. E, no fundo, o homem apenas pode evoluir quando se torna parte de algo, pela interacção e compreensão desse fenómeno. Valores defendidos na Grécia antiga que, não sendo perfeita, é um exemplo muito completo de como a democracia e a cidadania activa podem e devem ser aplicadas. Para que todos tenham não a última, mas pelo menos uma palavra a dizer.

"In a democracy, the most important place is that of the citizen."

I heard a politician saying this. I don't know if it was said from the heart or if it was a bit of political artifice – which is, strangely enough and as a matter of habit, something we accept without questioning it. As if all the decisions from the highest levels of politics were a matter of absolute truth.

They instil the idea in us that the correct way is that of mass production and consumption. For this, we have to specialise in a profession. Then we embark on a career in order to get people's respect. And in that way we will have money to get other "specialists" to do what we are unable to do. The same thing happens in the field of politics, a field many avoid because they've got too much to do… This attitude makes us vulnerable and an easy target for those who used "politically correct" language to get us into the situation we find ourselves in! When we allow our lives to be decided by "others", we cannot complain. We give them a blank cheque and no one has to account to us. Many people think of elections like this: "If it's sunny, I'm not going to waste the day, and if it's raining I'm not going to get wet just to go and vote." And then, alienated, we believe that this is part of the constant evolution to which we are subjected. And to which we attach importance in our lives.

But we haven't evolved by ignoring challenges. And, in the end, humans can only evolve when they become part of something, through interaction and comprehension of this phenomenon. These were values championed in ancient Greece, which, although not perfect, was a very good example of the way in which democracy and active citizenship can and must be pursued. So that everyone has, not the last word, but at least something to say.

„Das wichtigste in einer Demokratie ist der Bürger."

Das hörte ich von einem Politiker. Ich kann nicht sagen, ob es von Herzen kam oder aus politischem Kalkül gesagt wurde. Doch es wird allseits - seltsamerweise oder vielleicht aus Gewohnheit - fraglos akzeptiert. Als seien alle Entscheidungen der höchsten politischen Sphären von absoluter Wahrheit.

Uns wird eingeredet, dass Massenproduktion und Massenkonsum der einzig richtige Weg ist. Wir sollen uns in einem Beruf spezialisieren. Dann sollen wir Karriere machen, um respektiert zu werden. Dann haben wir genug Geld, um Dinge, die wir nicht können, von anderen „Spezialisten" machen zu lassen. Dasselbe passiert in der Politik, an der sehr viele nicht teilnehmen, weil sie einfach zu viel zu tun haben. … Diese Haltung macht uns anfällig, ein leichtes Ziel für die, die, um es mal politisch korrekt auszudrücken, uns dahin gebracht haben, wo wir jetzt sind! Wenn wir unser Leben von „anderen" bestimmen lassen, dürfen wir uns hinterher nicht beschweren. Wir geben einen Blankoscheck ab und kümmern uns nicht um seine Verwendung. Dann geht es an die Wahlurne und viele denken so: „Wenn die Sonne scheint, werde ich den Tag doch nicht vergeuden - wenn es regnet, werde ich doch nicht nass, nur um wählen zu gehen." Und danach denken wir selbstvergessen, dass alles Teil einer konstanten Evolution ist, der wir ausgeliefert sind. Und der wir einen wichtigen Platz in unserem Leben geben.

Aber wenn wir die demokratische Herausforderung des „Mitmachens" nicht annehmen, können wir unser Leben auch nicht entwickeln. Der Mensch entwickelt sich grundsätzlich nur, wenn er an etwas teilnimmt, damit interagiert und es versteht. Das alte Griechenland hat - wenn es auch nicht perfekt war - mit seinen Werten ein umfassendes Beispiel gegeben, wie Demokratie und aktives Bürgertum funktionieren können. Damit jeder, wenn auch nicht das letzte Wort, doch zumindest ein Wörtchen hat, um mitreden zu können.

eco123

www.eco123.info

Ficha Técnica | *Credits* | Impressum

Editor & Director
Uwe Heitkamp
editor@eco123.info

Produção & Subdirector
Vasco Trindade
producao@eco123.info

ECO-TV & Director Adjunto
João Gonçalves
film@eco123.info

Webdesign
Dieter Malter
webmaster@eco123.info

Publicidade, Distribuição, Assinaturas
Tel.: (00351) 918 818 108 | 964 833 813
Email: info@eco123.info

Colaboradores | *Collaborators* | MitarbeiterIn
António Veiga, Armgard Thill, Bill Reed, Hugo Filipe Lopes, Igor Duarte, Rolf Dobelli, Oona Ni Dhuinnin, Lenz Goergen-Heitkamp

Propriedade | *Owner* | Eigentümer
Editora Tempo Passa - Publicações e Marketing, Lda. • NIF: 502 839 147 e
Editora ECO123 - Publicações e Produção de Filmes, Lda. • NIF: 510 520 642
Apartado 177, Sitio do Esgravatadouro
8551-909 Monchique Portugal

Registo de Publicação n° 126325
Depósito Legal n° 356456/13
ISSN: 2182-8849

ECO123 Lda.
Capital Social: 10.000€
Participações com 10% ou mais:
Associação dos ECO-Colaboradores, Castelo da Concha S.A., Tempo Passa Lda., Kanimambo Holdings S.A.

Tiragem | *Print run* | Auflage
4.500 Exemplares

Periodicidade | *Frequency* | Erscheinungsweise
Trimestral (21/3, 21/6, 21/9, 21/12)

Assinatura | *Subscription* | Abo
Impressão (anual): **18€** (Portugal), **25€** (UE)
Impressão, Online e ECO-TV (anual): **60€**

Pagamentos | *Payments* | Zahlungen
Montepio Geral, Faro
NIB: 0036 0032 99100394272 36
IBAN: PT50 0036 0032 99100394272 36
BIC: MPIOPTPL

Impressão | *Printing* | Druckerei
DOP - Digital Offset Print Lda., Loulé
APEL: 989-97363
Impressão em papel Renovaprinte, 100% reciclado, sem clorificação e sem aditivos.

Distribuidora | *Distribution* | Vertrieb
VASP Portugal

É absolutamente interdita a reprodução, total ou parcial, de textos, fotografias, ilustrações ou qualquer outro conteúdo publicado na ECO123 sobre qualquer meio, e quaisquer fins, inclusive comerciais. © ECO123

Editora Tempo Passa - Publicações e Marketing, Lda.
ECO123
Apartado 177, Sitio do Esgravatadouro - 8551-909 Monchique Portugal
Email: info@eco123.info
Tel.: (00351) 918 818 108 | 964 833 813

PUB

Os sabores da nossa terra ao preço mais baixo.
PROGRAMA Origens.

Intermarché MONCHIQUE • LAGOA • PORCHES

O MELHOR
NOS PRODUTOS diversidade, frescura, qualidade…
NOS SERVIÇOS
NOS COMPROMISSOS para com o cliente, produtores locais para com o ambiente/ecologia

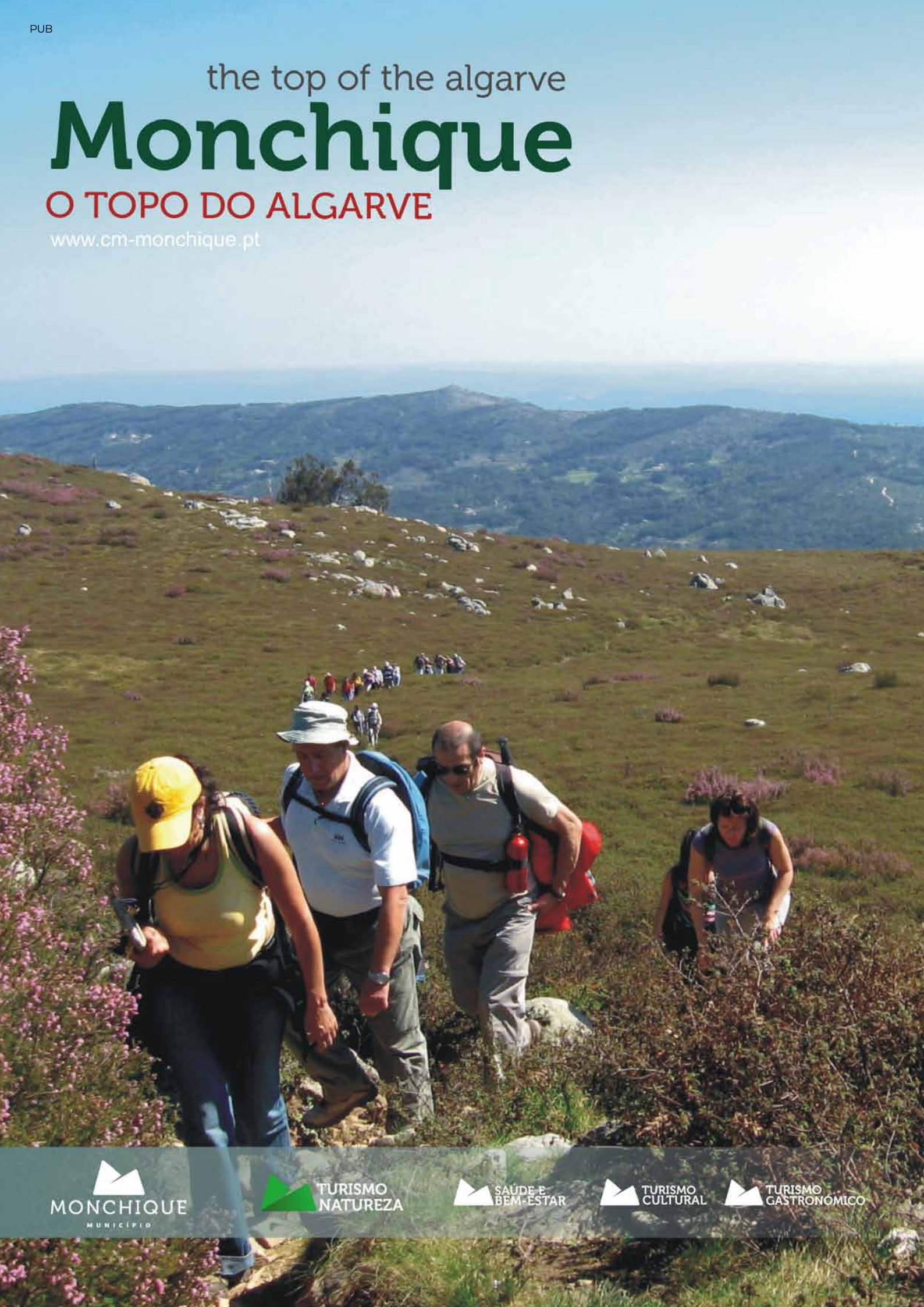
MAIS BARATO
TODO O ANO
COM PREÇOS BAIXOS
EM CADA SECÇÃO

INTERMARCHÉ EM MONCHIQUE

PUB

the top of the algarve

Monchique

O TOPO DO ALGARVE

www.cm-monchique.pt