



ecologia & economia • ecology & economics • ökologie & wirtschaft

verão • summer • sommer • 2016

PLANETA SEM MACACOS?

Como a indústria agroalimentar
está a dizimar os animais, causa alterações climáticas
e o que podemos fazer para impedir-lo

PLANET OF NO APES?

How the industrial agriculture and food system
is killing animals and driving climate change
and what we can do about it

PLANET OHNE AFFEN?

Wie industrielle Landwirtschaft & Lebensmittelkonzerne
Tiere ausrotten, Klimawandel anheizen
und was wir dagegen tun können

GRANDE ENTREVISTA
MAJOR INTERVIEW
GROßES INTERVIEW

JAIME FERREIRA, AGROBIO
Nova agricultura
New agriculture
Neue Landwirtschaft

EDUCAÇÃO AMBIENTAL Do It Yourself
ENVIRONMENTAL EDUCATION +
UMWELT & BILDUNG Yes I Can

FILME "O agricultor e o seu príncipe"
FILM "The Farmer and His Prince"
"Der Bauer und sein Prinz"



Entre a serra e o mar, o seu
parceiro de confiança
nas energias renováveis!



Sistemas Fotovoltaicos de Autoconsumo Sistemas Autónomos e Bombagens

Orçamentação Instalação Manutenção Registros

Parque Industrial da Feiteirinha, Lote nº 1, Rogil - 8670-440 Aljezur, Portugal

Tel.: +351 282 998 745 • Fax: +351 282 998 746

mail@ffsolar.com • www.ffsolar.com



Pense global, compre local

Think global, buy local\Global denken, lokal einkaufen



PT Assine a ECO123 por um ano (4 edições) e tenha acesso a descontos nos estabelecimentos tradicionais de comércio regional associados.

**COMPRE LOCAL SEJA AMIGO DO AMBIENTE.
APOIE O COMÉRCIO REGIONAL.**

O que distingue as empresas parceiras do Cartão Verde?

1. critério mínimo de seleção: produção / comércio / prestação de serviços locais - com o claro propósito de se apresentarem com uma oferta cada vez mais abrangente, ecologicamente sustentável.

2. comprometer-se voluntária e autonomamente com um desenvolvimento progressiva e calendarizada para uma maior sustentabilidade, apresentado de modo transparente em www.eco123.info e acompanhado pelos nossos Leitores interessados.

EN **Subscribe to ECO123 for one year (4 issues)** and get access to discounts on traditional establishments of regional business associates.

PURCHASE LOCAL BE ENVIRONMENTALLY FRIENDLY. GET INVOLVED IN REGIONAL TRADE.
What is different about the Green Card's partner businesses?

1. The minimum criterion for joining: local production/trade/service - with the goal of having an offer that is ecologically sustainable and encompasses more and more aspects.

2. Committing oneself in a voluntary and self-determined manner to a gradual development towards greater sustainability within a specific time frame, transparently presented at www.eco123.info and followed by our interested readers.

DE Abonnieren Sie ECO123 für ein Jahr (4 Ausgaben) und Sie erhalten Vergünstigungen bei einer Vielzahl von regionalen Geschäftspartnern.

**KAUF LOKAL. SEI UMWELTFREUNDLICH.
MACH MIT BEIM REGIONALEN HANDEL.**
Was zeichnet die Partnerunternehmen der Grünen Karte aus?

1. Das Mindesteintrittskriterium: lokale Herstellung / Handel / Dienstleistung – mit der Zielvorgabe, sich mit einem mehr und mehr Aspekte umfassenderen, ökologisch nachhaltigem Angebot zu präsentieren;

2. sich freiwillig und selbstbestimmt zu einer schriftweisen, zeitlich festgelegten Weiterentwicklung zu mehr Nachhaltigkeit hin zu verpflichten; transparent dargestellt auf www.eco123.info und begleitet von unseren interessierten Lesern.

eco 123

EDITORIA ECO123

Apartado 177 | 8551-909 Monchique, Portugal |
Tel.: [+351] 918 818 108 | Email: info@eco123.info





a



b



c



d

- 5\6 **Editorial**
Antigamente tudo era pior?
Everything used to be worse? \ Früher war alles schlechter?
-
- 7\9 **Boas Notícias\Good News\Gute Nachrichten**
Barco Eletrossolar \ Electro-solar boat \ Solarenergie-Boot
O peixe do meu jardim \ The fish from my garden \ Der Fisch aus meinem Garten
A caminho de ir a pé \ On course to become a shoemaker \ Unterwegs auf Schusters Rappen
-
- 10\13 **Investimento Verde\Green Investment\Grüne Investitionen**
Investimento Responsabilidade SA
ResponsAbility Investment AG \ ResponsAbility Investment AG
-
- 14\15 **Crowdfunding PPL**
Orus: Quem fabricou as suas roupas?
Who made your clothes? \ Wer hat Ihre Kleidung?
-
- 16\31 **a Grande Reportagem\Major Report\Große Reportage**
Perturbações \ Out of balance \ Aus dem Lot
-
- 33\42 **b Grande Entrevista\Major Interview\Großes Interview**
Jaime Ferreira, Agrobio
-
- 43\46 **Reportagem\Report\Reportage**
Deixa a cidade \ Leaving the city \ Raus aus der Stadt
-
- 47\50 **Património & Natureza\Heritage & Nature\Erbe & Natur**
Visite Monchique\Visit Monchique\Monchique Kennenlernen
-
- 51\54 **Ensaio\Essay\Essay**
Uma Regeneração Integral \ Comprehensive Regeneration \ Ganzheitliche Erneuerung
-
- 55\57 **Entrevista\Interview**
Fátima Torres, Quinta de Seis Marias
-
- 58\64 **Fotorreportagem\Photoreport\Fotoreportage**
ANCCRAL
A segunda revolução portuguesa
Portugal's second revolution \ Portugals zweite Revolution
-
- 66 **Media\Medien**
As aves marinhas \ Seabirds \ Die Meeresvögel
-
- 67\71 **Panorama\Aus Aller Welt**
Ecoaldeias \ Eco-villages \ Ökodörfer
-
- 72\76 **Educação Ambiental**
Environmental Education\Umwelt & Bildung
Do It Yourself + Yes I Can
-
- 77\78 **Saúde & Bem Estar\Health & Wellness\Gesundheit & Wellness**
Maureen Robertson
Saúde com ervas medicinais \ Herbal health solutions \ Pflanzen als Heilmittel
-
- 79\80 **Comentário\Comment\ Kommentar**
O mundo no antropoceno
The world in the anthropocene era \ Die Welt im Anthropozän
-
- 83\86 **Viagem & Caminhada\Travel & Walking\Reise & Wandern**
GR13 Via Algarviana
GR11 Rota do Pescador na Costa Vicentina
GR45 Vale do Côa
-
- 87\90 **c Filme\Film**
The Farmer and His Prince
-
- 91\92 **d Pessoas\People\Menschen**
Nuno Duarte: Viver de minha música
Living from my music \ Leben von meiner Musik
João Lourenço: O último latoeiro do algarve
The Algarve's last tinsmith \ Der letzte kupferschmied der Algarve
-
- 93 **Última Palavra>Last Word\Das Letzte Wort**
Lídia Jorge
-
- 94 **Página Verde\Green Page\Grüne Seite**



UWE HEITKAMP | Editor & Diretor

traduções: Bill Reed & Rudolfo Martins

Antes era tudo pior? *Everything used to be worse?*

Früher war alles schlechter?

PT Na maioria dos media, procuro em vão o jornalismo bem fundamentado. Há jornalistas que relatam, por exemplo, o desmoronar de uma ponte, descrevem as pessoas, e o autocarro que caiu na corrente e desapareceu. Porém, são raros os casos em que um jornalista se dá ao trabalho de investigar a história ao ponto de analisar todos os aspectos relacionados com o acontecimento. O que levou a ponte a ruir? Se, e como, teria sido possível evitar um tal acidente? São apresentados números fora de contexto e a notícia é distorcida. Mas, em relação à ponte que está a ser restaurada, para justamente evitar catástrofes dessa natureza, os jornalistas não perdem uma só palavra. Com a ECO123 poderá viver a experiência de absorver também, e regularmente durante anos, boas notícias. O que nos move são as histórias de sucesso.

Pois quem está continuamente exposto à leitura de algo negativo fica verdadeiramente com a convicção de que tudo é mau. O jornalismo sensacionalista origina uma espiral de parálisia espiritual, passividade e

EN In most of the media, I miss serious background reporting. For example, journalists report about a bridge that collapses, and about the people and the bus that fall into the water and vanish. Hardly any journalists nowadays take the trouble to research their story in such a way that all aspects are looked at closely on the ground. Why did the bridge collapse? Could it have been prevented and how? Numbers are taken out of context and distort the picture. But journalists have nothing to say about the bridge that is in the process of being restored so that precisely such a collapse is avoided. But, through ECO123, you can find out what happens when good news is a continuous part of your diet over the years. Because with us it's always about success stories.

If you read nothing but bad news, you really end up believing that everything is bad. Sensationalist journalism creates a spiral of mental paralysis, passivity and depression. Good things, which happen everywhere, are no longer noticed. Research

DE In den meisten Medien vermisste ich die seriöse Hintergrundberichterstattung. Journalisten berichten zum Beispiel von einer Brücke, die einstürzt und von den Menschen und dem Bus, die in die Fluten stürzen und verschwinden. Kaum ein Journalist macht sich mehr die Mühe, seine Geschichte so zu recherchieren, dass alle Aspekte vor Ort genau betrachtet werden. Warum ist diese Brücke eingestürzt? Hätte man das verhindern können und wodurch? Zahlen werden aus dem Kontext gerissen und verfälschen das Bild. Über die Brücke aber, die gerade restauriert wird, damit es gar nicht erst zu solchen Einstürzen kommt, verlieren Journalisten kein Wort. Anhand von ECO123 aber können Sie erleben, was passiert, wenn man kontinuierlich über Jahre hinweg auch gute Nachrichten zu sich nimmt. Denn bei uns geht es immer um Geschichten des Gelingens.

Denn wer ständig Negatives liest, glaubt am Ende wirklich, dass alles schlimm ist. Sensationsjournalismus führt zu einer Spirale der geistigen Lähmung, zu Passivität und Depression. Gute Ansätze, die es überall gibt, werden nicht mehr wahrgenommen.

depressão. A ciência comprova-o. As iniciativas boas, presentes em qualquer parte, já não são percepíveis. Vários estudos chegaram à conclusão que histórias negativas tornam o público mais ansioso, passivo e de mau humor. É isto que demonstram dois textos sobre problemas ambientais. Um deles aborda a destruição após catástrofes e incêndios, o outro estabelece a ponte entre as alterações climáticas originadas pelo homem e descreve as possibilidades para a redução das emissões de CO₂, ou seja, aponta caminhos para evitar incêndios. Depois da leitura do texto, orientado para as soluções do problema, os leitores afirmaram ter ficado eles próprios mais motivados para assumirem atitudes amigas do ambiente. Nesta edição, a ECO123 apresenta exemplos para soluções na produção agrícola e alimentar.

O jornalismo de atitude construtiva muda a forma de vida, fortalecendo e motivando. E não estamos sós neste planeta com esta convicção: tanto o www.positive.news no Reino Unido, como o *Tages Anzeiger* na Suíça e a *Washington Post*, com a sua rubrica "The Optimist", praticam um jornalismo construtivo. Até existe um magazine televisivo alemão que, desde o início do ano, apresenta casos em que os assuntos são a redução do número de refugiados ou a melhoria do sistema de saúde. E o nome desse programa é "Antigamente era tudo pior"...

supports this. Several studies have come to the conclusion that negative stories make the public more anxious, passive and ill-humoured. This can be seen in two texts about environmental problems. One focuses on the destruction caused by forest fires, while the other describes the interrelationships between human-made climate change and the possibilities of reducing CO₂ emissions. In other words, it also describes how forest fires can be prevented. After reading the solution-oriented text, the readers reported that they were now more self-motivated and were able to act in a more environmentally friendly manner. In this edition, ECO123 reports on agriculture that works in a solution-oriented manner and its foodstuffs.

Constructive journalism gives you a new lease of life; it strengthens and motivates. We are not alone on this planet: www.positive.news in Britain pursues constructive journalism, as do the Swiss *Tages Anzeiger* and the *Washington Post* in its section "The Optimist". Even a German television magazine programme has been broadcasting pieces since the start of the year that show, for example, that the number of refugees from Syria has fallen, or that health care has improved. The programme is called "Everything used to be worse"...

Die Wissenschaft gibt dem Recht. Mehrere Studien kommen zu dem Ergebnis, dass negative Geschichten das Publikum ängstlicher machen, passiv und schlecht gelaunt. Das zeigen zwei Texte zu Umweltproblemen. Der eine thematisiert die Zerstörung nach Katastrophen von Waldbränden, während der andere die Zusammenhänge von menschgemachtem Klimawandel und den Möglichkeiten zur Verringerung von CO₂ Emissionen beschreibt, also auch darüber berichtet, wie Waldbrände verhindert werden können. Nach der Lektüre des lösungsorientierten Textes gaben die LeserInnen an, nun selbst motivierter zu sein und umweltfreundlicher handeln zu können. ECO123 berichtet in dieser Ausgabe von einer lösungsorientiert wirtschaftenden Landwirtschaft und ihren Lebensmitteln.

Konstruktiver Journalismus ändert ein Lebensgefühl, er stärkt und motiviert. Wir sind dabei nicht allein auf diesem Planeten: www.positive.news in Großbritannien betreibt konstruktiven Journalismus ebenso wie der Schweizer *Tages Anzeiger* und die *Washington Post* in ihrer Rubrik "The Optimist". Selbst ein deutsches Fernsehmagazin sendet seit Beginn des Jahres Beiträge, in denen es etwa darum geht, dass die Zahl der Flüchtlinge aus Syrien gesunken ist oder dass sich die Gesundheitsversorgung verbessert hat. "Früher war alles schlechter" heißt die Sendung...



LINKS

[POSITIVE NEWS](http://www.positive.news) | www.positive.news

TAGES ANZEIGER

www.tagesanzeiger.ch/collectionuebersicht/die-loesung/story/24942352

WASHINGTON POST | www.washingtonpost.com/pb/the-optimist





OLHÃO

Sofia Cavaco Silva

traduções: Bill Reed & Heike Lange | fotografias: Sofia Silva e.o.

Barco Eletrossolar ALIA ECOLOGIA À INOVAÇÃO Electro-solar boat COMBINES ECOLOGY AND INNOVATION Solarenergie-Boot VERBINDET ÖKOLOGIE UND INNOVATION

PT O Sunsailor 7.0 é o primeiro barco eletrosolar construído pela empresa SunConcept, em Olhão. O sistema deste barco, de sete metros de comprimento, com capacidade para sete pessoas e condução para quem tenha carta de marinheiro, permite uma utilização sem ruído, sem poluição da água e sem custos de combustível. “Essencialmente é uma preocupação com o meio ambiente”, conta Jorge Severino, sócio responsável pela parte técnica. O proprietário pode ainda instalar uma vela ou um sistema de tenda iglu.

Com dois motores elétricos fora de borda de seis cavalos, o barco atinge a velocidade máxima de sete nós (12 km/h) e a velocidade cruzeiro de cinco nós (oito km/h). Os seis painéis solares carregam energia para as quatro baterias de 500 amperes/12 volts que permitem navegar até nove horas sem sol.

A estrutura é construída em resina de poliéster, matéria à base de petróleo, para a qual ainda não existe reciclagem disponível. Estas embarcações têm uma durabilidade estimada até 40 anos. O modelo base está à venda por 39.900 euros, podendo adicionar-se o kit “cama & iglu” que custa cerca de quatro mil euros ou o kit “vela & mastro” por cinco mil euros.

Entre as soluções inovadoras que o SunConcept está a desenvolver está um modelo específico para o setor da pesca. “Vamos imaginar que na zona lagunar da Ria Formosa se consegue reduzir ou eliminar por completo a utilização de motores de combustível para profissionais. O condutor pode deslocar-se durante o ano inteiro, a custo zero”, conclui Jorge Severino.

EN The Sunsailor 7.0 is the first electro-solar boat to be built by the SunConcept company, in Olhão. The system of this boat, which is seven metres long and capable of accommodating up to seven people, which can be driven by anyone with a “carta de marinheiro” (sailor’s licence), allows for noise-free use, with no water pollution and no fuel costs. “*It is essentially about demonstrating a concern for the environment,*” says Jorge Severino, the partner responsible for the technical side. Owners can also install a sail or an igloo tent system.

With two, six-horsepower electric outboard motors, the boat can reach a maximum speed of seven knots (12 kph) and a cruising speed of five knots (8 kph). The six solar panels charge the four 500 amp/12 volt batteries, allowing you to sail for nine hours with no sunshine.

The boat is built of polyester resin, an oil-based material for which no recycled material is available yet. The lifespan of these boats is estimated to be up to 40 years. The basic model is on sale for 39,900 euros; the “bed and igloo” kit can be added for around 4,000 euros, and the “sail and mast” kit for 5,000 euros.

One of the innovative solutions that SunConcept is working on is a specific model for the fisheries sector. “*Just imagine that in the lagoons of the Ria Formosa, you could reduce or completely eliminate the use of petrol/diesel engines by professionals. The boat could be used all year round at zero cost,*” Jorge Severino said.

DE Die Sunsailor 7.0 ist das erste solarstrombetriebene Boot des Unternehmens SunConcept aus Olhão. Das Boot hat eine Länge von sieben Metern, Platz für sieben Personen und man benötigt zum Steuern einen Bootsführerschein. Es verursacht keinen Lärm, keine Wasserverschmutzung und keine Treibstoffkosten. „Grundsätzlich steht für uns der Umweltschutz im Vordergrund“, betont Jorge Severino, Mitinhaber und verantwortlich für die technischen Aspekte. Es kann zusätzlich mit einem Segel und einem Iglu-Zelt-System ausgestattet werden.

Zwei Außenbord-Elektromotoren mit zusammen sechs PS beschleunigen das Boot auf eine Geschwindigkeit von maximal sieben Knoten (12 km/h). Die empfohlene Reisegeschwindigkeit beträgt fünf Knoten (neun km/h). Sechs Photovoltaik-Module liefern die Energie zum Laden der vier Batterien á 500 Amperstunden/12 Volt, die eine Betriebszeit von bis zu neun Stunden ohne Sonne erlauben.

Das Boot-Chassis besteht aus Polyesterharz, hergestellt aus Rohöl, das nach wie vor noch nicht recycelt werden kann. Diese Schiffe haben eine geschätzte Lebensdauer von bis zu 40 Jahren. Das Basismodell kostet 39.900 € und kann für € 4.000 mit dem Kit “Bett & Iglu” oder mit dem Kit “Segel & Mast” für € 5.000 ergänzt werden.

Unter den innovativen Lösungen, die SunConcept entwickelt, findet sich auch ein spezielles Modell für den Fischereisektor. „Denken wir nur an die Lagune der Ria Formosa. Wenn hier die Boote mit weniger oder gar keinen Brennstoffmotoren mehr angetrieben würden... Die Fischer könnten sich das ganze Jahr über kostenfrei fortbewegen“, resümiert Jorge Severino.



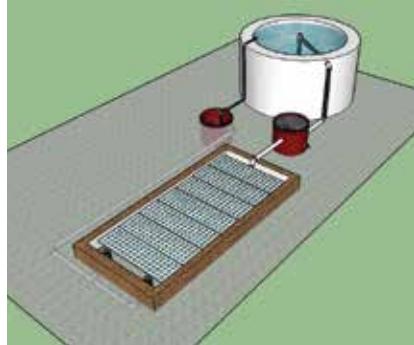
SUNCONCEPT | Tel.: [+351] 289 093 190
www.sunconcept.pt \info@sunconcept.pt + INFO



Introdução teórica no hotel



Parte prática: Tanque de Cultivo



Desenho técnico do sistema de Aquaponia instalado

MONCHIQUE

Uwe Heitkamp

traduções: Bill Reed & Rudolfo Martins | fotografias: João Vidal Lemos

Peixe do meu jardim

The fish from my garden

Der Fisch aus meinem Garten

PT Hidroponia + Aquacultura = Aquaponia. O primeiro Workshop da ECO123, que teve lugar durante um fim de semana prolongado nas Caldas de Monchique, teve 12 participantes. Os formadores João Cotter, de Lisboa, e João Vidal Lemos, de Aveiro, começaram com uma breve introdução teórica no hotel. Depois, os participantes passaram da sala de formação para o jardim. Ali, inauguraram o tanque de cultivo de dois por cinco metros, colocando na água pés de alfase, courgette, tomate e melão em pequenos cestos. Os primeiros peixes introduzidos no tanque circular foram quatro pequenos achigás.

A aquaponia é um sistema agrícola em ciclo fechado, tanto a nível biológico, como de água e de nutrientes. Os excrementos dos peixes são canalizados para as plantas e utilizado como fertilizante natural. São necessários quatro tanques: um tanque de água para os peixes, uma dorna intermédia com um filtro mecânico para a separação de partículas naturais, o tanque para as plantas, e uma dorna com o filtro biológico para o controlo do nitrogénio, com uma pequena bomba que volta a devolver a água tratada e limpa ao tanque dos peixes.

As perguntas e os objetivos dos participantes eram os mais diversos. A discussão da temática abordou aspectos comerciais e biológicos. Porém, a questão principal foi que tipo de tratamento e proteção dar às plantas, caso estas sejam atacadas por alguma praga. João Lemos, que se alimenta há cinco anos com produtos de aquaponia, exemplificou claramente quais as consequências que pode ter uma pulverização das plantas do tanque de cultivo com pesticidas ou herbicidas, por exemplo. Todo o sistema, incluindo os peixes, ficaria imediatamente destruído. A aquaponia vive do equilíbrio natural, do valor de pH, e dos níveis de nitrito e nitrato. Este equilíbrio exige um trabalho diário com os peixes e com as plantas. No início do próximo ano está planeado mais um workshop para o nível avançado e troca de experiências.

EN Hydroponics + Aquaculture = Aquaponics. The first ECO123 workshop took place over a long weekend in Caldas de Monchique and was attended by twelve participants from all over Portugal. The trainers, João Cotter from Lisbon and João Vidal Lemos from Aveiro, started with a short theoretical presentation in the hotel and then all the participants moved from the seminar room to the garden. There, they inaugurated the two-by-five-metre plant pond. The first lettuce, courgette, tomato and melon seedlings were placed in the water in small baskets. The first fish from local waters were four small largemouth bass (*achigá*) that were released into the round water tank.

Aquaponics is a farming system that uses a closed biological water and nutritional cycle. The excrement from the fish is channelled to the plants, which need it as natural fertiliser. Four tanks are used for this purpose: a pond for the fish, an intermediate tank with a mechanical filter for eliminating the natural solids, the plant pond, and a tank with the biological filter for separating nitrogen with a small water pump, which pumps the water that has been cleaned by the plants back to the fish tank.

There was a lot of interest shown by those taking part, and many questions were raised. The discussions focused on both commercial and biological issues. However, the main question was how to give the plants active protection if they were infested by pests. João Lemos, who has been feeding himself through aquaponics for five years, clearly explained what reactions could occur if the vegetables growing in the water tank were sprayed with pesticides or herbicides, for example. The whole system, including all the fish, would be quickly destroyed. Aquaponics is based on a natural balance, in terms of the pH value, as well as nitrates and nitrites, he said, adding that this requires daily work with fish and plants. An exchange of experiences and a further workshop for advanced participants are planned for next spring.

DE Hydroponik + Aquakultur = Aquaponik. Am ersten Workshop der ECO123, der über ein langes Wochenende in Caldas de Monchique stattfand, nahmen 12 Teilnehmer aus ganz Portugal teil. Die Ausbilder João Cotter aus Lissabon und João Vidal Lemos aus Aveiro begannen mit einer kurzen theoretischen Einweisung im Hotel und dann zogen alle Kursteilnehmer vom Seminarsaal in den Garten um. Dort weihten sie das zwei mal fünf Meter große Pflanzenbecken ein. Erste Salate, Zucchini-Tomaten- und Melonensetzlinge wurden in kleinen Körben ins Wasser gesetzt. Die ersten Fische aus heimischen Gewässern waren vier kleine Forellenbarsche (*Anchigá*), die in den runden Wassertank ausgesetzt wurden.

Aquaponik ist das landwirtschaftliche System eines geschlossenen biologischen Wasser- und Nährstoffkreislaufs. Die Exkremente der Fische werden den Pflanzen zugeführt, die diese als natürlichen Dünger benötigen. Vier Tanks werden dazu gebraucht: ein Wasserbecken für die Fische, einen Zwischentank mit einem mechanischen Filter für die Abscheidung von natürlichen Feststoffen, das Pflanzenbecken und einen Tank mit dem biologischen Filter als Stickstoffabscheider mit einer kleinen Wasserpumpe, die das von den Pflanzen gereinigte saubere Wasser wieder in den Fischtank zurückpumpt.

Interesse und Fragen der Teilnehmer waren vielfältig. Sowohl kommerzielles als auch biologisches Interesse beherrschten die Diskussionen. Die zentrale Frage aber war, wie man aktiven Pflanzenschutz betreiben könne, falls die Pflanzen von sogenannten Schädlingen befallen würden. João Lemos, der sich seit fünf Jahren mittels Aquaponik ernährt, verdeutlichte anschaulich, welche Reaktionen auftreten können, wenn man das im Wassertank wachsende Gemüse z.B. mit Pestiziden oder Herbiziden besprühen würde. Das gesamte System inklusive aller Fische würde dabei umgehend zugrunde gerichtet. Aquaponik lebe von der natürlichen Balance, beim PH-Wert wie auch beim Nitrat und Nitrit. Das bedürfe tägliche Arbeit mit Fischen und Pflanzen. Ein Erfahrungsaustausch und ein weiterer Workshop für Fortgeschrittene sind für das kommende Frühjahr geplant.



+ INFO
info@eco123.info



José Pedro Mira Nunes

MONCHIQUE
Uwe Heitkamp

traduções: Bill Reed & António Hall | fotografia: Uwe Heitkamp

A caminho de tornar-se sapateiro

APRENDER O OFÍCIO DO CALÇADO!

On course to become a shoemaker

LEARNING THE SHOEMAKER'S CRAFT!

Unterwegs auf Schusters Rappen

SCHUSTER LERNEN!

PT Na segunda-feira, 25 de Abril, o primeiro aprendiz de sapateiro de Monchique despediu-se dos pais e pôs-se a caminho da Áustria. José Pedro Mira Nunes (23 anos) inscreveu-se na ECO123 para o projecto de formação em aprendizagem de sapateiro. Ele fala-nos também da longa tradição da família, que remonta até ao bisavô que, nos anos 60 do século passado, fazia sapatos em Monchique. O júri seleccionou-o, como o primeiro de dois candidatos adequados para esta formação.

Após três dias de viagem de comboio, chegou à GEA em Schrems, a cinco quilómetros da fronteira checa e aí teve os primeiros contactos com a nova realidade, no formato de um estágio inicial prático. Zé Pedro, descreve no seu primeiro mail esta nova experiência. *'Estou a adorar trabalhar aqui. Já fiz um pouco de tudo em termos práticos: desde sapatos à mão, a trabalhar nas máquinas, costurar, cortar o couro, etc. Sem dúvida que é um trabalho duro, mas vale muito a pena! É claro que é uma experiência para personalidades fortes, ambiente novo, trabalho novo. Aprender algo novo todos os dias, já para não falar que na fábrica ninguém fala Inglês... é muita coisa para assimilar ao mesmo tempo! Daí ser muito importante aprender Alemão! Mas já estou ambientado!'*

Na Áustria, a aprendizagem de sapateiro dura geralmente três anos completos e consiste numa de formação prática – 36 semanas por ano – e outra, de formação teórica – dez semanas por ano – numa escola profissional, através de aulas de acompanhamento. Ganha-se entre 600 (no primeiro ano) e quase 1.000 Euros de salário de aprendiz por mês no terceiro ano, e tem-se direito a seis semanas de férias. Com o diploma de artesão na mão, o Zé Pedro – de acordo com o plano – vai regressar a Monchique em 2019. Seguidamente, ele pretende abrir a sua própria oficina, para dar continuidade ao fabrico artesanal de sapatos tradicional na aldeia.

P.S.: O Júri da ECO123, as associações "A Nossa Terra" e "Momo" tem mais uma vaga aberta para aprendiz, à qual se podem candidatar homens e mulheres.

EN Monchique's first shoemaking apprentice took his leave from his parents on Monday, 25th April, and set off for Austria. José Pedro Mira Nunes, aged 23, had applied to ECO123 for the shoemaking apprenticeship training project. In his application, he wrote about a longstanding family tradition dating back to the time of his great-grandfather, who was making shoes in Monchique in the 1960s. The jury selected him as the first of two candidates who were suitable for this training.

Having arrived at GEA in Schrems, five kilometres from the Czech border, after a three-day train journey, he started immersing himself in the subject in the form of a practical traineeship. Zé Pedro writes in his first e-mail: *'I'm loving working here. I have already done a little bit of everything in practical terms: from making shoes by hand to working on the machines, sewing, cutting the leather, etc. There's no doubt that it's hard work, but it's really worth it! And it's certainly an experience for strong personalities, new surroundings, new work. Learning something new every day, not to mention the fact that no one in the factory speaks English...there's a lot to assimilate at the same time! That's why learning German is very important! But I'm already acclimatised!'*

A shoemaking apprenticeship in Austria generally lasts three years, and consists of a practical part – 36 weeks per year – and another, theoretical part, ten weeks per year – at the professional school, which gives instruction in parallel. You earn an apprentice's salary of between 600 (in the first year) and almost 1,000 euros per month in the third year, and have six weeks' holiday. The plan is that, with his certificate in his bag, Zé Pedro will return to Monchique in 2019. He then intends to open his own workshop, in order to continue the traditional craft of shoemaking in the village.

P.S.: The jury from ECO123 and the "A Nossa Terra" and "Momo" associations have another apprenticeship to award, which interested persons can apply for.

DE Monchiques erster Schusterlehrling verabschiedete sich am Montag, dem 25. April von seinen Eltern und machte sich auf den Weg nach Österreich. José Pedro Mira Nunes (23) hatte sich bei ECO123 für das Ausbildungsprojekt Schusterlehre beworben. Er berichtete darin auch von der langjährigen Familientradition, die zurück bis zum Urgroßvater geht und der schon in den 60er Jahren des letzten Jahrhunderts Schuhe in Monchique herstellte. Die Jury entschied sich für ihn als ersten von zwei für diese Ausbildung geeigneten Kandidaten.

Nach drei Tagen Zugfahrt bei der GEA in Schrems angekommen, fünf Kilometer von der tschechischen Grenze entfernt, begann er Anfang April, sich in die Materie in Form eines Praktikums einzuarbeiten. Zé Pedro schreibt in einer ersten Email: „Es ist herrlich, hier zu arbeiten. Ich durfte schon in allen Bereichen der Fertigung ein wenig mit anfassen: mit Handarbeit und mit Maschinen, zuschneiden des Leders, Nähen usw. Es ist wirklich anstrengend, aber es lobt sich sehr! Und es ist mit Sicherheit nur etwas für starke Charaktere: die fremde Umgebung, die ungewohnte Arbeit, jeden Tag etwas Neues dazu zu lernen, und nicht zuletzt, dass im Betrieb niemand Englisch spricht... so viele Eindrücke in kurzer Zeit zu verarbeiten! Deutsch zu lernen ist daher besonders wichtig! Aber ich habe mich schon gut eingelebt!“

Die Schusterlehre in Österreich dauert in der Regel volle drei Jahre und besteht aus einem Teil praktischer – 36 Wochen pro Jahr – und einem anderen Teil theoretischer Ausbildung – zehn Wochen pro Jahr – in der Berufsschule, die begleitend unterrichtet. Man verdient zwischen 600 (im ersten Jahr) und knapp 1.000 Euro Lehrlingsgehalt pro Monat im dritten Jahr und bekommt sechs Wochen Urlaub. Mit dem Gesellenbrief in der Hand wird Zé Pedro – so der Plan – in 2019 nach Monchique zurückkehren. Er beabsichtigt dann, seine eigene Werkstatt zu eröffnen, um das traditionelle Schusterhandwerk im Dorf fortzusetzen.

P.S.: Die Jury aus ECO123, den Vereinen „A Nossa Terra“ und „Momo“ vergibt noch eine weitere Lehrstelle, auf die Frau/Mann sich bewerben kann.



© responsAbility Investments AG | "Perspectives 2015/16", Jerry Riley + Jürg Waldmeier

MONCHIQUE

Uwe Heitkamp

traduções: Bill Reed & António Hall | fotografias: responsAbility

Investimento Responsabilidade SA, No MUNDO DE MICROCRÉDITOS

ResponsAbility Investment AG, THE WORLD OF MICROCREDITS

ResponsAbility Investment AG, DIE WELT DER MIKROKREDITE

PT Esta Sociedade Anónima tem as suas sedes em Zurique e Genebra, e Filiais em França, Índia, Quénia, Peru, Noruega, Hong Kong, Luxemburgo e Tailândia. Ela é especializada em microcrédito nas seguintes cinco áreas: Finanças, Agricultura, Energias renováveis, Cuidados de saúde e Formação. Na agricultura, por exemplo, apoia cooperativas e uma agricultura que opera de forma sustentável; nas finanças, os bancos de microfinanças; no domínio da energia, financia sistemas domésticos solares para pessoas com baixos rendimentos; nos cuidados de saúde e na formação, apoia a ligação em rede e o progresso no sector das TI. A Sociedade empenha-se a longo prazo e mundialmente, como, por exemplo, na América central e América do sul (28,1%), no Médio oriente e no Norte de África (4,7%), na África subsariana (10%), na Ásia central (26,2%), no espaço Ásia-Pacífico (22%) e na Europa de leste (7,4%). Números detalhados para os investimentos de equidade e de dívida referentes a 2014 estão agora disponíveis: 2,440 mil milhões de dólares de activos sob gestão. É um aumento de 527 milhões de dólares em comparação com 2013 e de 516

EN This company has its headquarters in Zurich and Geneva, and branches in France, India, Kenya, Peru, Norway, Hong Kong, Luxembourg and Thailand. It specialises in microfinance in the following five areas: finance, agriculture, renewable energy, health and education. In agriculture, for example, it strengthens cooperatives and farming that operates sustainably; in finance it supports microfinance banks; in the field of energy, it finances domestic solar power systems for low earners; in health and education, it supports networking and improvements in the IT field. Its involvements are long-term and worldwide: for example in Central and South America (28.1%) in the Middle East and North Africa (4.7%), in sub-Saharan Africa (10%), in Central Asia (26.2%), in the Asia Pacific region (22%) and in Eastern Europe (7.4%). Detailed figures for equity and debt investments are now available for 2014: 2.44 billion dollars in assets under management. That is an increase of 527 million dollars compared with 2013, and of 516 million dollars compared with 2012. ResponsAbility AG has been in existence since 2003. It started with four million

DE Diese Aktiengesellschaft hat ihren Sitz in Zürich und Genf sowie Filialen in Frankreich, Indien, Kenia, Peru, Norwegen, Hong Kong, Luxemburg und Thailand. Sie ist spezialisiert auf Mikrokredite in den folgenden fünf Bereichen: Finanzwesen, Landwirtschaft, Erneuerbare Energien, Gesundheitswesen und Bildung. In der Landwirtschaft stärkt sie u.a. Kooperativen und eine nachhaltig operierende Landwirtschaft, im Finanzwesen die Mikrofinanzbanken, im Energiebereich finanziert sie solare Haussysteme für Geringverdiener, im Gesundheitswesen und in der Bildung die Vernetzung und Verbesserung im IT Bereich. Sie engagiert sich langfristig und weltweit, so zum Beispiel in Mittel- und Südamerika (28,1%) im Mittleren Osten und in Nordafrika (4,7%), im südlich der Sahara gelegenen Afrika (10%), in Zentralasien (26,2%), im asiatisch-pazifischen Raum (22%) und in Osteuropa (7,4%). Detaillierte Zahlen für die Equity- und Debt-Investments liegen für 2014 jetzt vor: 2,440 Mrd. Dollar verwaltetes Vermögen. Das ist eine Steigerung von 527 Mio. Dollar im Vergleich zu 2013 und 516 Mio. Dollar



© responsAbility Investments AG | "Perspectives 2015/16", Jerry Riley + Jürg Waldmeier

milhões de dólares em comparação com 2012. A Responsabilidade SA existe desde 2003. Na altura, começou com quatro milhões de dólares e investiu o dinheiro em agricultura sustentável e em microcrédito. Actualmente, tem 184 colaboradores de 37 diferentes nacionalidades, que trabalham em nove dependências. A empresa faz parte das poucas sociedades financeiras que trabalham na área do investimento sustentável. Em 2014, financiou 531 pequenas e médias empresas em 93 países.

Criação de valor de longo-prazo

A empresa disponibiliza capital estrangeiro, e próprio, às empresas não-cotadas em Bolsa nos novos países industrializados e países em desenvolvimento. A Responsabilidade SA é representada por Klaus Tischhauser (CEO e Co-fundador), Kaspar Müller (Presidente do Conselho de Administração), por Ursula Lang, Rochus Mommartz, Karin Schoch, Christian Speckhardt, Adrian Töngi, Stephen Brenninkmeijer na Direcção de Administração (Board of Directors). O presidente da Responsabilidade sublinha particularmente, no seu relatório anual, que considera uma tarefa prioritária, financiar o acesso das pessoas a energias mais limpas e aumentar a eficiência energética das empresas nas quais participam. Desse modo, conseguiram poupar-se, na data limite de 31.12.2014, cerca de 712.000 MWh/p.a. em comparação com igual período de tempo do ano anterior, correspondente a 266.000 t de CO₂/p.a.

dollars and invested the money in sustainable agriculture and microfinance. Today, it has 184 employees of 37 nationalities working in nine locations. The company is one of the few finance businesses working in the field of sustainable investments. In 2014, it financed 531 small and medium-sized businesses in 93 countries.

Creating long-term value

The company provides unlisted companies in emerging economies and developing countries with debt and equity financing. ResponsAbility AG is represented by Klaus Tischhauser (CEO and co-founder), Kaspar Müller (Chairman of the Board of Directors), and by Ursula Lang, Rochus Mommartz, Karin Schoch, Christian Speckhardt, Adrian Töngi, Stephen Brenninkmeijer as members of the Board of Directors. In its annual report, the board of ResponsAbility stresses that they regard it as a priority to finance people's access to clean energy and to increase the energy efficiency of companies in which people invest. This meant that, as at 31.12.2014, 712,000 MWh p.a. had been saved year-on-year, corresponding to 266,000 tonnes of CO₂ p.a.

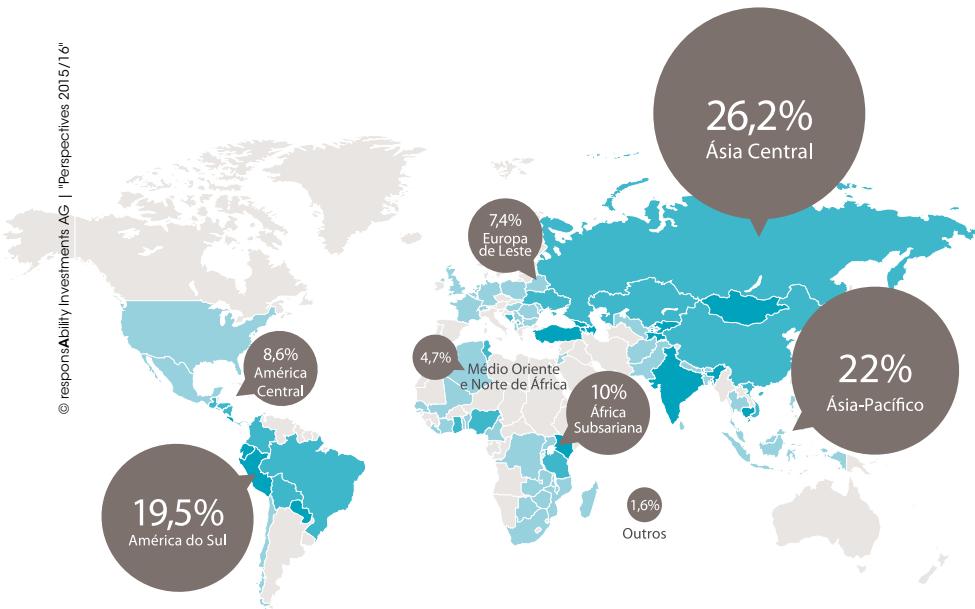
In 2014, in the field of agriculture, a total of 183.7 million dollars was provided to 95 companies in 38 countries in sectors such as coffee, grain and seeds, fruits and vegetables, cocoa, nuts, herbs, spices and oils. Special attention was paid to tara, chia and pomegranate. In total, 28% of the finance went to organic agricultural products and 24% was for fair trade products. A total of 107,960 small farmers were reached.

im Vergleich zu 2012. Die ResponsAbility AG gibt es seit 2003. Damals begann sie mit vier Millionen Dollar und sie investierte das Geld in nachhaltige Landwirtschaft und in Mikrokredite. Heute hat sie 184 Mitarbeiter mit 37 verschiedenen Nationalitäten die in neun Dependancen arbeiten. Das Unternehmen gehört zu den wenigen Finanzgesellschaften, die im nachhaltigen Investmentbereich arbeiten. In 2014 finanzierte sie 531 kleine und mittelgroße Firmen in 93 Ländern.

Schaffung Langfristiger Werte

Das Unternehmen stellt nichtbörsennotierten Firmen in Schwellen- und Entwicklungsländern Fremd- und Eigenkapital zur Verfügung. Vertreten wird die ResponsAbility AG von Klaus Tischhauser (CEO und Mitgründer), Kaspar Müller (Verwaltungsratspräsident), von Ursula Lang, Rochus Mommartz, Karin Schoch, Christian Speckhardt, Adrian Töngi, Stephen Brenninkmeijer in der Geschäftsleitung (Board of Directors). Der Vorstand von ResponsAbility hebt in seinem Jahresbericht besonders hervor, dass er es als eine prioritäre Aufgabe betrachtet, Menschen den Zugang zu sauberer Energie zu finanzieren und die Energie-Effizienz der Firmen, an denen man partizipiert, zu erhöhen. So konnten zum Stichtag 31.12.2014 umgerechnet 712.000 MWh/p.a. im Vergleich zum Vorjahreszeitraum eingespart werden, was 266.000 t CO₂/p.a. entsprachen.

Im Bereich der Landwirtschaft wurden 2014 in 38 Ländern insgesamt 95 Unternehmen 183,7 Mio. Dollar in Sektoren wie Kaffee, Getreide



Onde investem: 531 empresas em 93 países (no final de 2014)

No domínio da Agricultura, foram disponibilizados em 2014, nos 38 países, num total de 95 empresas, 183,7 milhões de dólares em setores como café, cereais e sementes, fruta e legumes, cacau, nozes, ervas, especiarias e óleos. Com uma atenção especial para a tara, a chia e as romãs. No total, 28% dos financiamentos de Bioprodutos agrícolas e 24% referem-se à Produção de comércio justo. Abrangendo um total de 107.960 pequenos agricultores.

No domínio do setor financeiro, financiaram-se em todo o mundo, em 2014, institutos financeiros com um total de 32,4 milhões de mutuários de microcrédito. A carteira de créditos situava-se nos 53 mil milhões, a carteira das contas de poupança de clientes geridas pelos institutos de microfinanças situava-se nos 40,8 mil milhões de dólares. Em média, os mutuários de pequeno-crédito pediram emprestado uns aos outros 1.662 US dólares durante:

Um período de 21,8 meses. 49% dos mutuários viviam em áreas do campo e 77% dos pequenos-créditos foram para mulheres.

No domínio do setor energético sustentável foram investidos em 2014 um total de 231,8 milhões de dólares.

PRODUTOS DE INVESTIMENTO

Um setor financeiro mais transparente, um ator sustentável, é um factor decisivo para o desenvolvimento e resiliência de qualquer economia nacional. O microfinanciamento é um motor de crescimento tanto no Quénia, como no Nepal, na Índia, no Bangladesh, no Peru, no Equador e na Mongólia. Nesses países, existem em todo o lado bancos alternativos tal como acontece, de resto, também na Suíça (www.abs.ch). A filosofia de investimento da ResponsAbility baseia-se em observações simples. Nos países em desenvolvimento e nos novos países industrializados, são apoiadas

In the financial sector in 2014, financial institutes with a total of 32.4 million small borrowers were financed worldwide. The credit portfolio amounted to 53 billion dollars, and the client savings accounts managed by the microfinance institutes were worth 40.8 billion dollars. On average, the small borrowers borrowed 1,662 US dollars over a period of 21.8 months. 49% of the borrowers lived in rural areas and 77% of the small loans went to women.

In 2014, a total of 231.8 million dollars was invested in the sustainable energy sector.

Product Overview

A transparent financial sector that works for sustainability is a key factor in the development and resilience of an economy. Microfinance is an engine of growth in Kenya, as well as in Nepal, India, Bangladesh, Peru, Ecuador and Mongolia. There are alternative banks throughout those countries, and in Switzerland too (www.abs.ch). responsAbility's investment philosophy is based on simple observation. In developing countries and emerging economies, the unsatisfied needs of people on low incomes and of small and medium-sized businesses are increasingly being met by companies with innovative business models. responsAbility targets its investments there so that these companies can exploit the market potential better and more quickly. Debt or equity capital is invested in companies whose business models overcome obstacles such as a lack of availability, affordability and adequacy of goods and services. The emphasis is on responsible behaviour towards clients, their own employees and the environment as the basis for long-term success.

responsAbility AG gathers money through nine different funds, and 2.4 billion dollars were made available for investment worldwide

and Saatgut, Obst und Gemüse, Kakao, Nüsse, Kräuter, Gewürze und Öle zur Verfügung gestellt. Besonderes Augenmerk lag auf Tara, Chia und Granatapfel. Insgesamt waren 28% der Finanzierungen landwirtschaftliche Bio-Produkte und 24% galten der Produktion fairen Handels. Man erreichte insgesamt 107.960 Kleinbauern.

Im Bereich des Finanzsektors wurden 2014 Finanzinstitute mit insgesamt 32,4 Millionen Kleinkreditnehmern weltweit finanziert. Das Kreditportfolio lag bei 53 Mrd. die von den Mikrofinanzinstituten verwalteten Kundensparkonten bei 40,8 Mrd. Dollar. Im Durchschnitt borgten sich die Kleinkreditnehmer 1.662 US Dollar über einen Zeitraum von 21,8 Monaten hinweg. 49% der Kreditnehmer lebten in ländlichen Bereichen und 77% der Kleinkredite gingen an Frauen.

Im Bereich des nachhaltigen Energiesektors wurden 2014 insgesamt 231,8 Mio. Dollar investiert.

Anlageprodukte

Ein transparenter, nachhaltig agierender Finanzsektor ist ein entscheidender Faktor für die Entwicklung und Resilienz einer Volkswirtschaft. Die Mikrofinanzierung ist ein Wachstumsmotor sowohl in Kenia, als auch in Nepal, Indien, Bangladesch, in Peru, Ecuador und auch in die Mongolei. Überall dort existieren alternative Banken, übrigens auch in der Schweiz (www.abs.ch). Die Anlagephilosophie von responsAbility basiert auf einfachen Beobachtungen. In Entwicklungsländern und Schwellenländern werden die unbefriedigten Grundbedürfnisse einkommensschwacher Menschen, sowie kleiner und mittlerer Unternehmen verstärkt von Unternehmen mit innovativen Geschäftsmodellen abgedeckt. responsAbility investiert gezielt dort, so dass diese Unternehmen das Marktpotential besser und schneller ausschöpfen können. Mit Fremd- oder Eigenkapital wird in Unternehmen investiert, deren Geschäftsmodelle auf innovative Weise Hindernisse wie mangelnde Verfügbarkeit, Bezahlbarkeit und Bedarfsgerechtigkeit bei Produkten und Dienstleistungen überwinden. Dabei steht vordergründig verantwortungsbewusstes Verhalten gegenüber Kunden, eigenen MitarbeiterInnen und der Umwelt als Basis für langfristigen Erfolg.

Die responsAbility AG sammelt über neun verschiedene Fonds das Geld, vom den in 2014 mehr als 2,4 Mrd. Dollar für weltweites Investment zur Verfügung standen. Dazu offeriert sie über Partner, Kooperationen und Mitgliedschaften weltweit die Möglichkeit eines privaten oder institutionellen Investments, auch für Vermögensverwalter

as necessidades fundamentais insatisfeitas de pessoas com baixos rendimentos, assim como de pequenas e médias empresas cobertas por empresas com modelos de negócio inovadores. A ResponsAbility investe nesse domínio de modo orientado, de modo a que essas empresas melhorem e mais rapidamente possam esgotar o seu potencial de mercado. Com capital estrangeiro ou próprio, investe-se em empresas, cujos modelos de negócio superam, de modo inovador, obstáculos como a falta de capital, as deficiências na acessibilidade e equidade na procura e disponibilização de produtos e serviços. Desse modo, tem como pano de fundo um comportamento consciente da responsabilidade para com os clientes, os próprios colaboradores e o ambiente, como base para o seu sucesso de longo prazo.

A ResponsAbility SA reúne mais de nove Fundos diferentes, dos quais, em 2014, mais de 2,4 mil milhões de dólares estavam disponíveis para investimento mundial. Além disso, através de parceiros, cooperações e associações em todo o mundo, ela oferece a possibilidade de um investimento privado ou institucional, também para gestores de fortunas e de bancos, tanto em remuneração de juros fixa, como em ações, em todas as referidas cinco áreas, que vão da agricultura à formação. A remuneração líquida no fundo de microfinanças situa-se em média entre os três e os cinco por cento, tanto em Francos suíços, como em Euros e US-Dólares; ver ISIN LU0302153209 e A0MSUJ (WKN) ações ao portador, investimento mínimo: Classe-A 1.000 Euros e Classe-I um milhão de Euros, pagamento anual, resgate de acções trimestral, prazo de pré-aviso de 45 dias de calendário, autorização de distribuição Luxemburgo.

in 2014. Through partners, cooperation and memberships, it offers the possibility of making a private or institutional investment worldwide, for asset managers and banks too, both fixed-income and in equities, in all five areas from agriculture to education. Net returns in the microfinance fund are on average between three and five percent, in Swiss francs as well as in euros and US dollars; see ISIN LU0302153209 and A0MSUJ (WKN) bearer shares, minimum investment: A-class 1,000 euros and I-class one million euros, annual distribution, redemption of units quarterly, subject to 45 calendar days' notice, sales authorization Luxembourg.

und Banken, sowohl fest verzinslich als auch in Aktien in allen fünf genannten Bereichen von Landwirtschaft bis Bildung. Die Nettorendite beim Mikrofinanzfond liegt im Durchschnitt zwischen drei und fünf Prozent, sowohl in Schweizer Franken, als auch in Euro und US-Dollar; siehe ISIN LU0302153209 und A0MSUJ (WKN) Inhaberanteile, Mindestanlage: A-Klasse 1.000 Euro und I-Klasse eine Mio. Euro, jährliche Ausschüttung, Rücknahme von Aktien vierteljährlich, Kündigungsfrist 45 Kalendertage, Vertriebsbewilligung Luxemburg.



Klaus Tischhauser (Co-Founder & CEO), Kaspar Müller (Chairman of the Board of Directors)



Mais informações detalhadas em inglês, alemão e francês para Investidores/as sustentáveis, em:
www.responsability.com/investing/en/1061/Product-overview.htm
 No seu website a ResponsAbility SA apresenta diversos dos seus projetos financiados na Ásia.

Additional detailed information for sustainable investors in English, German and French can be found at:
www.responsability.com/investing/en/1061/Product-overview.htm

ResponsAbility AG presents several of the projects it finances in Asia on its website.

MAIS INFORMAÇÕES / MORE INFORMATION / WEITERFÜHRENDE INFORMATIONEN

Detaillierte Mehrinformationen in englischer, deutscher und französischer Sprache für nachhaltige AnlegerInnen auf:
www.responsability.com/investing/en/1061/Product-overview.htm
 Auf ihrer Webseite stellt die ResponsAbility AG mehrere ihrer finanzierten Projekte in Asien vor.

PUB

SERVIÇOS

PARA TODAS AS VIATURAS,
SEM PERDER A GARANTIA

- .MECÂNICA GERAL
- .CHAPA E PINTURA
- .PNEUS
- .ESPECIALISTA GPL

SERVICES

FOR ALL TYPES OF CARS,
WITHOUT LOSING GUARANTEE

- .GENERAL MAINTENANCE
- .METAL SHEET AND PAINTWORK
- .TIRES
- .LPG SPECIALIST

WARTUNG

FÜR ALLE FAHRZEUGE,
OHNE GARANTIEVERLUST

- .TECHNIK ALLGEMEIN
- .BLECH UND LACKARBEITEN
- .REIFEN
- .AUTOGAS-EXPERTE



JV Car Service

Zona Industrial Coca Maravilhas Lote 19 Estrada do Poço Seco 8500-483 Portimão | Tel: 282 476 112 | jvcarservice@gmail.com

AUTO•CHECK•CENTER

www.autocheckcenter.pt

Quem fabricou as suas roupas?

Who made your clothes?

Wer schneidet Deine Kleidung?



PT Enquanto jornalistas, interrogamo-nos frequentemente se estaremos a fazer bem aos outros e a nós próprios, quando fazemos incidir sobre eles o foco do interesse público. Isto aplica-se, sobretudo, quando nos referimos a pessoas ainda em desenvolvimento e fazemos apreciações sobre os aspectos "bons" e "menos bons" dos seus projetos.

EN Often, as a journalist, you consider whether you are doing others and yourself a favour when you subject them to the glare of publicity. This applies especially to people who are still developing, and to reports that give credit to good things and criticise things that are not so good.

DE Oft überlegt man sich als Journalist, ob man anderen und sich selbst etwas Gutes tut, wenn man sie ins Licht der Öffentlichkeit stellt. Das gilt besonders bei Menschen, die sich noch entwickeln und bei Berichten, die Gutes würdigen oder nicht so Gutes kritisieren.

PT No Crowdfunding PPL português, chamou-me a atenção um projeto de dois jovens, denominado Orus-Clothing. É dirigido por Francisco Duarte e Pedro Gonçalves, ambos com 21 anos. Os dois vivem e trabalham em Santarém. Fiquei a saber isto em <http://ppl.com.pt/pt/prj/vestuario-orus>. O Site www.orusclothing.com/ é feito profissionalmente. No seu filme para o projeto de Crowdfunding chegavam mesmo a saltar para dentro de uma piscina com água - provavelmente cheia de cloro - todos vestidos. Como as imagens estão em movimento, podemos também vê-los a sair da piscina, novamente secos. A técnica torna quase tudo possível, atualmente. O que não quer dizer que a roupa que comercializam, destinada a homens e mulheres, seja igualmente boa. Mas imaginamos que sim, porque é fabricada a partir de algodão produzido organicamente, processado com energias renováveis e em comércio justo.

O seu projeto pretende angariar 2.655 Euros e quando, três dias depois, voltei a investigar, já estavam reunidos dez euros, isto é, um por cento dessa soma. Desejamos, naturalmente, sucesso aos dois jovens, porque ainda lhes faltam 2.645 Euros para atingirem o grande objetivo. O seu sucesso pode depender das estrelas mas também de todos nós. Talvez os patrocinadores ajudem? Há um produtor de café, vários atores de telenovelas e também futebolistas profissionais da primeira Liga. E se todos contribuírem com um par de centenas de euros para ajudarem os seus amigos? Caso isto funcione, o projecto de crowdfunding encerra com êxito a 8 de Julho

EN At the Portuguese Crowdfunding PPL, I notice a project belonging to two young men, called Orus-Clothing. It is run by Francisco Duarte and Pedro Gonçalves, both aged 21. They both live and work in Santarém. I study the project at <http://ppl.com.pt/prj/vestuario-orus>. The website www.orusclothing.com/ is professionally produced. In their advertising film for their crowdfunding project, they even jump into the presumably chlorinated water of their swimming pool in their clothes. Because the pictures move, you can also watch them backwards getting out of their pool again dry. Technology makes almost everything possible today. Which doesn't mean that the clothing that the two of them want to sell to people is really good. But you assume it is, because it's made with organically produced cotton, processed with renewable energy and based on fair trade.

Their project is looking for 2,655 euros and, when I researched it after three days, ten euros had been raised, or one percent of the total amount. Of course, we wish the two young men every success, because they still need another 2,645 euros to reach their goal. Whether they will succeed is written in the stars, and depends on us all. Maybe the sponsors will help out? There's a coffee producer, several actors from soap operas, and a footballer from the Primeira Liga. Might they put a few hundred euros into the pot and mobilise their friends? If that works, the project will close successfully at 18:00 on 8th July. If not, all the sponsors will get their money back and then the two of them really could go swimming.

DE Beim portugiesischen Crowdfunding PPL fällt mir ein Projekt von zwei jungen Menschen auf, das sich Orus-Clothing nennt. Es wird von Francisco Duarte und Pedro Gonçalves, beide sind 21 Jahre alt, betrieben. Beide leben und arbeiten in Santarém. Ich studiere es unter <http://ppl.com.pt/prj/vestuario-orus>. Die Site www.orusclothing.com/ ist professional gemacht. In ihrem Werbefilm zum Crowdfunding Projekt springen sie sogar mit der Kleidung ins vermutlich gechlortete Wasser ihres Schwimmbeckens. Weil die Bilder laufen können, kann man sie auch rückwärts wieder aus dem Pool trocken rausgehen sehen. Technik macht heute fast alles möglich. Was noch nicht heißt, dass die Kleidung, welche die Beiden an Mann und Frau bringen wollen, auch wirklich gut ist. Man vermutet es aber, denn es geht um organisch hergestellte Baumwolle, verarbeitet mit erneuerbaren Energien und um fairen Handel.

Ihr Projekt sucht 2.655 Euro und als ich es nach drei Tagen recherchierte, waren bereits zehn Euro, also ein Prozent dieser Summe zusammen gekommen. Man wünscht den beiden Jungendlichen natürlich Erfolg, denn es fehlen immerhin noch 2.645 Euro, um ans große Ziel zu kommen. Ob sie Erfolg haben werden, steht in den Sternen und hängt von uns allen ab. Vielleicht helfen ja die Sponsoren? Da ist ein Cafeproduzent, mehrere Schauspieler aus Telenovelas und auch Profi-Fußballspieler der Ersten Liga. Ob die ein paar Hundert Euro in den Topf reintun und ihre Freunde aktivieren? Falls das gelingen sollte, schließt das Projekt am 8. Juli um 18 Uhr erfolgreich. Falls nicht,



©www.orusclothing.com

às 18 horas. Caso não funcione, todos os patrocinadores recebem o seu dinheiro de volta e, depois, os dois jovens podem mesmo ir tomar banho.

Como jornalista, perguntei-lhes, onde produziam as roupas. Queria apurar se, com o seu negócio, eles iam criar postos de trabalho em Portugal ou no Bangladeche. Queria saber onde e como era cultivado o algodão. Queria saber se as cores eram produzidas química ou naturalmente. Coloquei a ambos uma série de perguntas completamente provocatórias, mas bem-intencionadas, a que eles responderam. Contudo, tenho de admitir que não fiquei totalmente satisfeito com as suas respostas. Enviam-me, por email, certificados de uma empresa holandesa, que pretende ter testado uma empresa Inglesa, que fabrica as T-Shirts. Não fiquei convencido. Podia também tratar-se de uma falsificação. Mas suponhamos, de boa-fé, que é tudo de confiança e está tudo certo e o algodão é „ECO“, ainda assim, com o fabrico em Inglaterra mantém-se o consumo de energia de transporte de Inglaterra para Portugal. Não teremos ainda em Portugal indústria têxtil capaz de fabricar camisas e casacos? Ela não terá também capacidade para produzir ECO? Isso não criaria postos de trabalho?

Rapazes, vocês evitaram sempre estas minhas perguntas. Não me conseguiram convencer realmente com as vossas respostas. Apesar disso, creio que a vossa iniciativa é digna de referência e louvável. Cabe a cada um decidir se vos apoia ou não. Talvez vocês acabem até por concluir que, em Portugal, também se podem produzir roupas muito fixes. Boa sorte!

As a journalist, I asked them where they have their clothes made. After all, I wanted to know if they create Portuguese jobs with their work - or whether they get hold of them from Bangladesh. I wanted to know where and how the cotton is grown. I wanted to know whether the dyes are produced naturally or using chemicals. I asked them a whole list of clearly provocative, but well-intentioned questions, which they answered for me. But I must confess that I wasn't completely happy with the answers. They e-mailed me certificates from a Dutch firm, which is supposed to have checked an English company that produces those t-shirts. That doesn't convince me. They could also be fake. Let us assume that they are acting in good faith and that everything is in order, and the cotton is ECO, and that the production is in England too; the question still remains about the transport from England to Portugal, which requires a lot of energy. Haven't we still got the remains of a textile industry that makes shirts and trousers? Can't they produce in an ecological manner too? Doesn't that create jobs?

Guys, you avoided these questions. You weren't really able to convince me with your answers. Despite that, I think that your initiative is worth mentioning and deserves to be praised. Everyone should decide for themselves whether to support it or not. Perhaps you'll realise yourselves that it's still possible to have great clothes produced in Portugal. Good luck!



+ INFO
ORUS CLOTHING
www.orusclothing.com



Na produção
deste artigo não
houve emissão
de CO₂.

There was no
emission of CO₂ in
the production of
this article.

EMISSIONES / EMISSION
Null CO₂ Emission
während der
Recherche zu
diesem Artikel.

bekommen alle Sponsoren ihr Geld zurück und dann könnten die Beiden wirklich baden gehen.

Als Journalist habe ich sie gefragt, wo sie ihre Klamotten herstellen lassen. Ich wollte schließlich wissen, ob sie damit portugiesische Arbeitsplätze schaffen - oder in Bangladesch „anschaffen“ lassen. Ich wollte wissen, wo und wie die Baumwolle angebaut wird. Ich wollte wissen, ob die Farben chemisch oder natürlich hergestellt werden. Ich habe den Beiden eine Latte an durchaus provokativen aber gutgemeinten Fragen gestellt, die sie mir beantwortet haben. Ich muss allerdings gestehen, nicht ganz zu meiner Zufriedenheit. Sie haben mir Zertifikate einer holländischen Firma per Email zugeschickt, die eine englische Firma, die jene T-Shirts herstellt, geprüft haben will. Das überzeugt mich nicht. Das kann auch „gefakt“ sein. Unterstellen wir guten Willen und dass alles seine Ordnung hat und die Baumwolle „ECO“ ist, die Herstellung in England auch, bleibt der energieaufwendige Transport von England nach Portugal. Haben wir nicht auch in Portugal noch einen Rest von Textilindustrie, die Hemden und Hosen herstellt? Kann die nicht auch ECO produzieren? Schafft das nicht Arbeitsplätze?

Jungs, diesen Fragen seid ihr aus dem Weg gegangen. Ihr habt mich nicht wirklich mit euren Antworten überzeugen können. Trotzdem finde ich, dass Eure Initiative erwähnens- und lobenswert ist. Jeder soll ja selbst entscheiden, ob er euch unterstützt oder nicht. Vielleicht kommt ihr ja noch von selbst drauf, dass man in Portugal auch ganz tolle Klamotten produzieren lassen kann. Viel Glück!

Desequilibrado

Out of balance

Aus dem Lot



Teerão, Irão ©dpa

PT Nas cidades e no modo de alimentação humano vai decidir-se o futuro do clima mundial. Nunca antes viveram tantas pessoas em centros urbanos como na Ásia, África e América do Sul. Mas as megacidades, na sua forma atual, são devoradores de recursos gigantescos. Os governos, que querem aplicar concretamente o protocolo de Paris COP21 de 2015, têm de começar agora com a mudança das estruturas nas suas cidades. Porque as cidades também provocam a loucura, de acordo com um estudo da UNHabitat - For a better urban future. Os habitantes da cidade ficam três vezes mais doentes psiquicamente do que os habitantes do campo. A mudança climática, motivada pelas megacidades, também torna os seus habitantes nas vítimas mais duramente atingidas por extremos climáticos e pela subida do nível do mar. Não só os sistemas de trânsito das cidades têm de ser completamente descarbonizados, dentro do mínimo tempo possível, como têm também de ser rapidamente alterados os comportamentos de consumo relativamente a estilos de vida e hábitos não saudáveis.

EN The future of the world's climate will be decided in the cities and by the way in which human beings feed themselves. Never before have so many people lived in urban centres, such as those in Asia, Africa and South America. But megacities in their present form are huge consumers of resources. Governments that want to put the 2015 Paris COP21 agreement into practice must start now on the transformation of the structures in their cities. Because cities also drive you mad, as is shown by a study made by UN-Habitat – "For a better urban future". City dwellers are three times more likely to become mentally ill as rural dwellers. Climate change, driven by megacities, turns their inhabitants into the victims who are hardest hit by extreme weather events and rising sea levels. Not only must the traffic systems of the cities be totally decarbonised as quickly as possible, but consumer behaviour must also change with regard to unhealthy lifestyles and habits.

DE In den Städten und an der menschlichen Ernährungsweise wird sich die Zukunft des Weltklimas entscheiden. Niemals zuvor lebten so viele Menschen in urbanen Zentren wie in Asien, Afrika und Südamerika. Megastädte in ihrer heutigen Form aber sind riesige Ressourcenfresser. Regierungen, die das Paris COP21-Protokoll des Jahres 2015 konkret umsetzen wollen, müssen jetzt mit dem Wandel der Strukturen in ihren Städten beginnen. Denn Städte machen auch verrückt, belegt eine Studie der UNHabitat – For a better urban future. Stadtbewohner werden drei Mal häufiger psychisch krank als Landbewohner. Der Klimawandel, durch Megastädte angetrieben, macht seine Bewohner auch zu den am härtesten betroffenen Opfern durch Wetterextreme und Meeressanstieg. Nicht nur die Verkehrssysteme der Städte müssen innerhalb kürzester Zeit vollständig dekarbonisiert werden, auch das Verbraucherverhalten in Bezug auf ungesunde Lebensstile und Gewohnheiten

PT Em Hong Kong, Lisboa, Bogotá ou na Cidade do Cabo, quando metemos um pedaço de carne na boca, ao almoço, normalmente não pensamos nos efeitos concretos que isso tem: na vida de pessoas e animais noutras países, no ambiente, no clima e na biodiversidade. Através de um baixo consumo de carne e de uma outra maneira de criar os animais, consegue-se facilmente proteger o ambiente: melhor qualidade da água, conservação dos bosques, utilização mais justa da terra, manutenção do equilíbrio entre o clima e a diversidade biológica. Mas a classe média global das cidades come demasiada carne e isso não acontece só em Portugal, na Europa e na América, como também, cada vez mais, na Índia e na China. E o elevado consumo de carne conduz a uma agricultura industrializada com todos os efeitos negativos da alteração climática.

O consumo de carne mais intensivo torna-nos doentes, não só através do consumo de antibióticos e hormonas, como também devido à utilização excessiva de pesticidas e herbicidas. Contudo, nada disto parece perturbar os dez grupos de empresas de carne multinacionais que dividem entre si o mercado mundial (ver figura). Estes continuam a inundar de carne barata os supermercados dos centros comerciais em todo o mundo. É sobretudo nas

EN Anyone popping a piece of meat into their mouth during their lunch break in Hong Kong, Lisbon, Bogota or Cape Town, is unlikely to think about the concrete impact of their action: on the lives of people and animals in other countries, on their environment, on the climate and the diversity of species. Through lower meat consumption and another form of livestock farming, it would be easier to protect the environment: having better water quality, conserving forests, more equitable land use, keeping the climate and biological diversity in balance. But the global middle classes in the cities eat too much meat, and not only in Portugal, in Europe and in America. This is increasingly the case in India and China too. However, increased meat consumption leads to industrialised farming with all the negative effects of climate change.

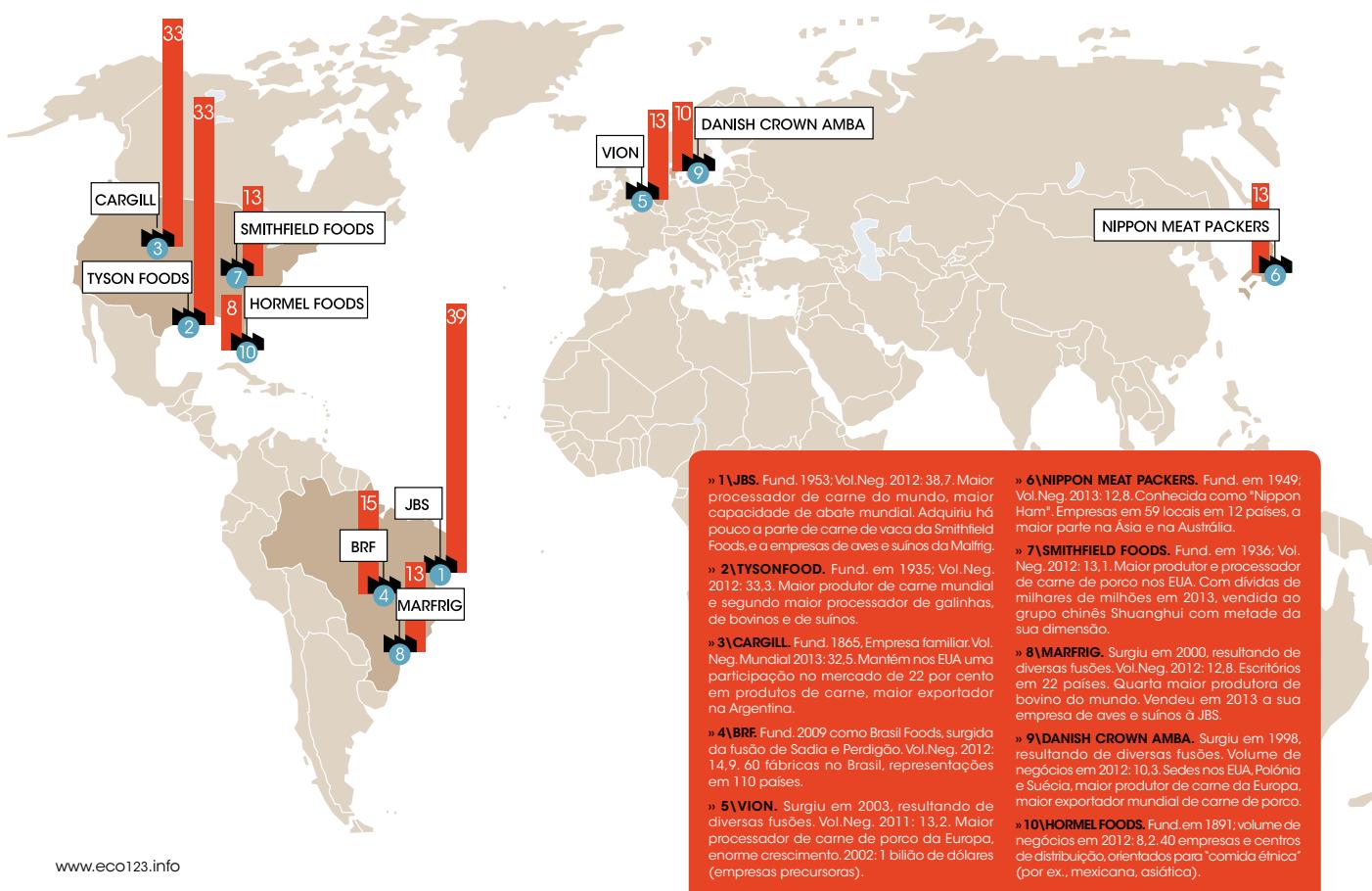
High levels of meat consumption make you ill, not only through the use of antibiotics and hormones, but also because of the excessive use of pesticides and herbicides. But this doesn't seem to worry the ten multinational meat businesses that divide the world up between them (see diagram). They keep pumping cheap meat into the supermarkets of global shopping

DE Wer sich in Hongkong, Lissabon, in Bogota oder Kapstadt in seiner Mittagspause ein Stück Fleisch in den Mund schiebt, denkt in der Regel nicht daran, welche konkreten Auswirkungen das hat: auf das Leben von Menschen und Tieren in anderen Ländern, auf ihre Umwelt, auf das Klima und auf die Artenvielfalt. Durch einen geringeren Fleischkonsum und eine andere Art der Tierhaltung ließe sich die Umwelt leichter schützen: bessere Wasserqualität erzielen, Wälder erhalten, gerechtere Landnutzung, Klima und biologische Vielfalt im Gleichgewicht halten. Die globale Mittelschicht der Städte aber isst zu viel Fleisch und das nicht nur in Portugal, in Europa und in Amerika, auch zunehmend in Indien und China. Hoher Fleischkonsum aber führt zu einer industrialisierten Landwirtschaft mit allen negativen Effekten des Klimawandels.

Intensiver Fleischkonsum macht krank, nicht nur durch den Gebrauch von Antibiotika und Hormonen, sondern auch durch den exzessiven Einsatz von Pestiziden und Herbiziden. Das aber scheint die zehn multinationalen Fleischkonzerne, die den Weltmarkt unter sich aufteilen (siehe Abbildung), nicht zu stören. Sie pumpen weiterhin Billigfleisch in die Supermärkte der weltweiten Einkaufszentren.

TOP 10 MULTINACIONAIS \ Sector Alimentar (Carnes)

Empresas de acordo com as vendas de alimentos (2011\13), Mil milhões de dólares
 © Le Monde diplomatique.





©dpa

Corte floresta tropical na Indonésia para plantações agroindustriais de Óleo da Palma

cidades que se come cada vez mais carne, mas também cada vez mais géneros alimentícios industriais: batatas fritas, *Nutella*, *Snickers*, bolos, chocolates, etc., que têm todos algo em comum: o óleo de palma barato. Em comparação com as outras gorduras vegetais, possui uma percentagem extremamente elevada de ácidos gordos saturados: 47,7 %. Para permanecer saudável, a alimentação deve conter no máximo 30 a 35 % de gordura. Além disso, a percentagem em gorduras saturadas não deve ultrapassar os dez por cento. Coloca-se a questão da qualidade de vida das pessoas na sociedade das cidades mundiais do séc. XXI. Mas a qualidade de vida começa com fruta fresca, legumes e vitaminas.

A agricultura industrial provoca a alteração climática

Diabetes, a doença metabólica mais frequente, não é essencialmente causada por ingerirmos demasiado açúcar, mas antes demasiada energia – na maior parte sob a forma de gorduras. Quanto mais as gorduras forem saturadas, maior é o risco. Os ácidos gordos saturados escondem-se, fundamentalmente, nos produtos industriais derivados da carne e do peixe: salsichas e queijos, bem como na manteiga, iogurte e leite. Estes causam um elevado nível de colesterol no sangue, diabetes e doenças cardíacas e circulatórias. A quantidade faz o veneno. O nosso regime alimentar moderno – demasiada carne, demasiada gordura e muito pouco movimento – e a agricultura industrial para ele dirigida são, além disso, responsáveis por até 57 % de todas as emissões de gases de efeito de estufa a nível mundial. Como se obtêm estes números e de onde é que eles vêm?

centres. It is, above all, town dwellers who eat increasing amounts of meat, but also more and more industrial foodstuffs: crisps, *Nutella*, *Snickers*, biscuits, chocolate etc., which all have one thing in common: cheap palm oil. Compared with other vegetable fats, palm oil contains an extremely high level of saturated fatty acids: 47.7 percent. For people to remain healthy, foodstuffs should contain a maximum of 30 to 35 percent fat. And the proportion of saturated fats should be ten percent at most. The question arises about the quality of life of people in the society of the global cities of the 21st century. The good life starts, however, with fresh fruit, vegetables and plentiful vitamins.

Industrial farming causes climate change

In essence, diabetes, the most common metabolic disorder, is not caused by us consuming too much sugar, but by us consuming too much energy – mostly in the form of fats. The more saturated the fats, the higher the risks. Saturated fatty acids are to be found mainly in industrial meat and milk products: in sausage and cheese, as well as in butter, yoghurt and milk. They lead to a high cholesterol level, diabetes and heart and circulation diseases. It is the amount that makes the poison. Our modern type of nutrition – too much meat, too much fat and too little movement – and the industrial agriculture which delivers it, is also responsible for 57 percent of all global greenhouse gas emissions. How do these figures come about, and where do they come from?

Vor allem Städter essen immer mehr Fleisch, aber auch immer mehr industrielle Lebensmittel: Chips, *Nutella*, *Snickers*, Kekse, Schokoladen usw. die alle eines gemein haben: das billige Palmöl. Es besitzt im Vergleich zu anderen pflanzlichen Fetten einen extrem hohen Anteil an gesättigten Fettsäuren: 47,7 Prozent. Um gesund zu bleiben, sollten in der Nahrung höchstens 30 bis 35 Prozent Fett enthalten sein. Dabei sollte der Anteil an gesättigten Fetten maximal bei zehn Prozent liegen. Es stellt sich die Frage nach dem guten Leben des Menschen in der Welt-Städte-Gesellschaft des 21. Jahrhunderts. Das gute Leben aber beginnt mit frischem Obst, Gemüse und reichhaltigen Vitaminen.

Industrielle Landwirtschaft verursacht Klimawandel

Diabetes, die häufigste Stoffwechselkrankheit, ist nicht im Wesentlichen dadurch bedingt, dass wir zu viel Zucker, sondern dass wir zu viel Energie – meist in Form von Fetten – in uns aufnehmen. Je höher die Fette gesättigt sind, desto höher ist das Risiko. Gesättigte Fettsäuren stecken hauptsächlich in industriellen Fleisch- und Milchprodukten: in Wurst und Käse genauso wie in Butter, Joghurt und Milch. Sie bewirken einen hohen Cholesterinspiegel, Diabetes und Herz-Kreislauferkrankungen. Die Menge macht das Gift. Unsere modernen Ernährungsweisen – zu viel Fleisch, zu viel Fett und zu wenig Bewegung – und die darauf ausgerichtete industrielle Landwirtschaft sind darüber hinaus verantwortlich für bis zu 57 Prozent aller weltweiten Treibhausgas-Emissionen. Wie kommen diese Zahlen zustande und woher stammen sie?



©dpa

Corte de floresta tropical na Indonésia e incêndio culposo



©dpa

Desflorestação\18%

A cascata de destruição da agricultura industrial começa sempre com a construção de estradas, a desflorestação e as queimadas das florestas tropicais. É o que diz o estudo da Eurostat "From Farm to Fork - a Statistical Journey along the EU's Food Chain". A destruição de biótopos naturais para o cultivo de monoculturas como a soja, o milho, o trigo e o óleo de palma, em especial, continua em 2016 no Brasil, no Congo, na Indonésia, na Malásia e também na Papua Nova-Guiné. A expansão industrial da agricultura avança até às últimas florestas, savanas e pantanais. Quem hoje trinca um hambúrguer, um *Kitkat* ou *Snickers*, deve ter bem claro que, nos últimos dez anos, milhares de milhões de hectares de floresta tropical foram destruídos para plantar monoculturas de óleo de palma e soja. E trata-se, sempre e só, da ambição de obter lucro rápido. Mais de 150 produtores de gêneros alimentícios e distribuidores internacionais, como a Nestlé e a Mars, Carrefour e Migros, Axfood, Tesco, Rewe, Metro, Edeka, Jumbo, Aldi, Lidl, Henkel Unilever, Basf, Ecover, Iglo, etc., são responsáveis, na fila da frente, pelas queimadas dos proprietários de plantações de óleo de palma IOI na Malásia e Sinar Mas, na Indonésia*, por serem clientes sem escrúpulos e ávidos do lucro proporcionado pelo óleo de palma. As indústrias alimentares e agrárias multinacionais e as suas cadeias de supermercados, de mãos dadas e em conjunto com cerca de quatro mil milhões de consumidores urbanos (UN-Habitat), são responsáveis por cerca de 18% de todas as emissões de gases de efeito de estufa.

*Fontes: WWF, Eurostat, www.ioigroup.com, www.sinarmas.com entre outros.

Deforestation\18%

The cascade of destruction caused by industrial agriculture always starts with road building and with the deforestation and slash-and-burn of the rainforests. This is proved by the Eurostat study "From Farm to Fork - a Statistical Journey along the EU's Food Chain". In 2016, the destruction of natural biotopes for the cultivation of monocultures such as soya, maize, wheat, and especially palm oil continues in Brazil, Congo, Indonesia, Malaysia and Papua New Guinea. The industrial expansion of agriculture advances into the last forest, savannas and wetland areas. Anyone who bites into a hamburger or a *Kitkat* or *Snickers* should be aware of the fact that, in the last ten years, billions of hectares of rainforest have been destroyed just to plant monocultures of oil palms, or soya. And it's always just about a quick profit. More than 150 international food producers and distribution companies – the main ones being Nestlé and Mars, Carrefour and Migros, Axfood, Tesco, Rewe, Metro, Edeka, Jumbo, Aldi, Lidl, Henkel Unilever, Basf, Ecover, Iglo, etc. – share responsibility for the slash-and-burn activity of the palm oil plantation owners IOI in Malaysia and Sinar Mas in Indonesia*, because they are unscrupulous purchasers of the palm oil, and greedy for profit. Hand in hand, the multinational agricultural and food industries and their supermarkets, combined with around four billion urban consumers (UN-Habitat), cause around 18 percent of all greenhouse gas emissions.

*Sources: WWF, Eurostat, www.ioigroup.com, www.sinarmas.com and others

Abholzung\18%

Die Zerstörungskaskade der industriellen Landwirtschaft beginnt immer im Straßenbau und mit der Abholzung und Brandrodung der Regenwälder. Das belegt die Eurostat Studie „From Farm to Fork - a Statistical Journal along the EU's Food Chain“. Die Zerstörung von natürlichen Biotopen für den Anbau von Monokulturen wie Soja, Mais, Weizen und speziell Palmöl setzt sich 2016 in Brasilien, im Kongo, in Indonesien, in Malaysia und auch auf Papua-Neu-Guinea fort. Die industrielle Expansion der Landwirtschaft dringt vor bis in die letzten Wälder, Savannen und Feuchtgebiete. Wer heute in einen Hamburger oder in ein *Kitkat* oder *Snickers* beißt, muss sich klar darüber sein, dass in den vergangenen zehn Jahren Milliarden Hektar Regenwald zerstört wurden, nur um Monokulturen mit Ölpalmen zu pflanzen oder Soja. Und immer geht es nur um den schnellen Gewinn. Mehr als 150 internationale Lebensmittelhersteller und Vertriebsfirmen, allen voran Néstle und Mars, Carrefour und Migros, Axfood, Tesco, Rewe, Metro, Edeka, Jumbo, Aldi, Lidl, Henkel Unilever, Basf, Ecover, Iglo, usw. sind mitverantwortlich für die Brandrodungen der Palmölplantagenbesitzer IOI in Malaysia und Sinar Mas in Indonesien*, weil sie skrupellose und profitgierige Abnehmer des Palmöls sind. Hand in Hand verursachen die multinationalen Agrar- und Lebensmittelindustrien und ihre Supermarktketten im Verbund mit rund vier Mrd. urbanen Konsumenten (UN-Habitat) rund 18 Prozent aller Treibhausgas-Emissionen.

*Quellen: WWF, Eurostat, www.ioigroup.com, www.sinarmas.com u.v.a.

Industrial agriculture\15%



Industrielle Landwirtschaft\15%

Die systematische Art und Weise, wie industrielle Landwirtschaft und Massentierhaltung betrieben werden – auf engstem Raum und auf der Basis chemischen Stickstoffs, genmanipulierten Mais- und Sojamassenfutters; mit Maschinenparks, die massenhaft fossile Brennstoffe fressen; mit großflächigen Bewässerungssystemen, die riesige Mengen an Elektrizität verbrauchen und einer unvorstellbaren Menge von Gülle und Mist (Methan) am Ende dieser Kette – verursachen rund 15 Prozent* aller CO2-Emissionen.

* Quelle: The Great Climate Robbery, How the Food System drives climate change and what we can do about it; Grain, Barcelona

Agricultura industrial\15%

O modo sistemático como são praticadas a agricultura industrial e a criação animal em massa – num espaço mínimo e com base em azotos químicos, a produzir em massa milho e soja geneticamente manipulados; com parques de maquinaria que devoram maciçamente combustíveis fósseis; com sistemas de rega de grandes superfícies, que consomem gigantescas quantidades de eletricidade e uma quantidade inimaginável de resíduos orgânicos e estrume (metano), no fim desta cadeia – causam cerca de 15%* de todas as emissões de CO2.

*Fonte: The Great Climate Robbery, How the Food System drives climate change and what we can do about it; Grain, Barcelona

Transport\6%

O complexo industrial multinacional de agricultura e indústria de géneros alimentícios age da seguinte maneira: a ração produzida industrialmente vem dos campos do México e da Argentina e é administrada, por exemplo, em frangos engordados industrialmente no Chile. Estes, são de seguida exportados para a China, ali abatidos, congelados e transportados para os USA e para a Europa, para depois, por exemplo, serem vendidos como *Chicken McNuggets*. Há milhares de quilómetros de transporte a separar a criação e o consumo. E assim se conclui que o transporte é responsável por até seis por cento de todos os gases de efeito de estufa mundiais.

Conservação & fabrico de embalagem\10%

Nos supermercados deste mundo, encontramos uma imensidão de géneros alimentícios de que não precisamos para viver e com um prazo de validade limitado: conservas de

The systematic way in which industrial agriculture and intensive livestock farming is run – in the smallest amount of space and based on the use of chemical fertilisers, such as nitrogen, genetically manipulated bulk maize and soya feed; with factories that consume huge amounts of fossil fuels; with extensive irrigation systems that consume enormous amounts of electricity, and an unimaginable amount of liquid manure and dung (methane) at the end of this chain – causes around 15 percent* of all CO2 emissions.

*Source: The Great Climate Robbery, How the Food System drives climate change and what we can do about it; Grain, Barcelona

Transport\6%

The multinational industrial complex of agriculture and the food industry works in the following way: industrially produced animal feed comes from the fields in Mexico and Argentina and, for example, is fed to industrially fattened chickens in Chile. These are then exported to China, where they are slaughtered, deep frozen and transported on to the USA and Europe, to be sold there, for example, as *Chicken McNuggets*. Thousands of kilometres of transport lie between rearing and consumption. This causes up to six percent of all global greenhouse gases.

Food preservation & packaging\10%

In the supermarkets of this world, we find a load of foodstuffs that we do not need in order to live and that bear an expiry date: tins of fish and meat, soups and vegetables; hundreds of different milk and soya products in plastic pots, such as yoghurts and derived products; processed sausage and cheese, coffee, biscuits, and tea, and their varied (plastic) packaging

Transport\6%

Der multinationale industrielle Komplex von Landwirtschaft und Lebensmittelindustrie agiert folgendermaßen: industriell hergestelltes Tierfutter kommt von den Feldern aus Mexiko und Argentinien und wird z.B. industriell gemästeten Hähnchen in Chile verabreicht. Diese werden dann nach China exportiert, dort geschlachtet, tiefgefroren und weiter in die USA und nach Europa transportiert, um dann z.B. als *Chicken McNuggets* verkauft zu werden. Tausende Kilometer Transport liegen zwischen Aufzucht und Verzehr. Sie verursachen bis zu sechs Prozent aller weltweiten Treibhausgase.

Konservierung & Herstellung von Verpackung\10%

In den Supermärkten dieser Welt finden wir einen Haufen Lebensmittel, die wir zum Leben gar nicht brauchen und die ein Haltbarkeitsdatum tragen: Dosen mit Fisch und Fleisch, Suppen und Gemüse; hunderte verschiedene Milch- und Sojaprodukte in Plastikbechern wie Joghurt und seinen Derivaten; prozessierte Wurst- und Käsesorten, Kaffees, Kekse und Tees und ihre vielfältigen (Plastik-) Verpackungen u.v.a., die alle die Einbahnstraße über die Mülltonne zur Mülldeponie gehen werden. Bis zu zehn

peixe e de carne, sopas e legumes; centenas de diferentes produtos de leite e de soja em copos de plástico, como iogurtes e seus derivados; inúmeros tipos de salsichas e de queijos, cafés, bolos e chás e suas respetivas e múltiplas embalagens (de plástico), entre muitas outras, todas destinadas a percorrer, através dos caixotes de lixo, a rua de sentido único que conduz aos aterros sanitários. Até dez por cento de todos os gases de efeito de estufa globais são causados pela preservação de géneros alimentícios e suas embalagens. Quem achar que os alimentos do supermercado são saborosos é porque não conhece os alimentos frescos produzidos pelos agricultores. (Encontra a nossa lista de todos os mercados agrícolas rurais, lojas biológicas e mercados biológicos semanais de Portugal na página 41)

Congelação & Retalho\4%

O custo de congelação e as cadeias de retalho são os pilares do negócio de Fast-food internacional e dos seus modernos supermercados. Quer se chamem Lidl, Pingo Doce, Continente, Aldi, ou outra coisa qualquer, todos eles consomem elevadas quantidades de energia, sobretudo em eletricidade, por um lado, para manterem frescos as suas pizzas prontas e mariscos, peixes, produtos à base de carne, massas, entre outros, e, por outro lado, para a gestão do negócio de retalho. Até quatro por cento de todos os gases de efeito de estufa mundiais, têm origem no negócio da congelação.

Lixo\4%

No final da linha, está o lixo que causa até quatro por cento de todos os gases de efeito de estufa mundiais. A agricultura industrializada, que trabalha de mãos dadas com a indústria alimentar, também é responsável pelo facto de cerca de 50% dos nossos alimentos irem parar ao lixo, antes de terem sequer encontrado um cliente. Quantos animais são abatidos sem sentido, quantos peixes pescados do mar sem sentido, para não serem comidos e serem deitados fora por uma economia de mercado de oferta e procura?



and many others, which will all head down the one-way street to the rubbish bin and the landfill site. Up to ten percent of all global greenhouse gases are caused by the preservation of foodstuffs and their packaging. People who think that foodstuffs from the supermarket are tasty, are unaware of fresh foods from the farmer. (You can find our list of all the farmer's markets, organic food shops and weekly organic markets on page 41)

Frozen foods and retail\4%

Deep-frozen food and the retail chains are the cornerstones of the international fast food business and its modern supermarkets. Whether Pingo Doce, Continente, Lidl, Aldi or any other, they all consume large amounts of energy, mostly electricity, on the one hand to chill their packaged pizzas and deep-frozen seafood, fish, meat and pasta etc., and on the other to manage the retail business. Up to four percent of all worldwide greenhouse gases come from the frozen food business.

Rubbish\4%

At the end of this linear pattern of thinking is rubbish, which also causes up to four percent of all global greenhouse gases. Industrialised farming, which works hand in hand with the food industry, is also responsible for the fact that around 50% of our food ends up in the rubbish before it has even found a client. How many animals are senselessly slaughtered, how many fish are senselessly caught, only to be thrown away again uneaten by a market economy based on supply and demand?

Prozent aller globalen Treibhausgase werden durch das Haltbarmachen von Lebensmitteln und deren Verpackung verursacht. Wer Nahrungsmittel aus dem Supermarkt lecker findet, kennt frische Lebensmittel vom Bauern nicht. (Finden Sie unsere Liste aller in Portugal bürgerlichen Hofmärkte, Bioläden und Bio-Wochenmärkte auf Seite 41)

Tiefkühlkost & Retail\4%

Tiefkühlkost und Retailketten sind die Stützpfeiler des internationalen Fast-Food-Geschäfts und ihrer modernen Supermärkte. Ob Lidl, Pingo Doce, Continente, Aldi oder wie sie alle heißen, sie alle verbrauchen hohe Mengen an Energie, zumeist an Elektrizität, einerseits um ihre Fertigpizzen und tiefgefrorenen Meeresfrüchte, Fische, Fleisch- und Teigwaren etc. zu kühlen und andererseits, um das Retail-Business zu managen. Bis zu vier Prozent aller weltweiten Treibhausgase stammen aus dem Tiefkühl-Business.

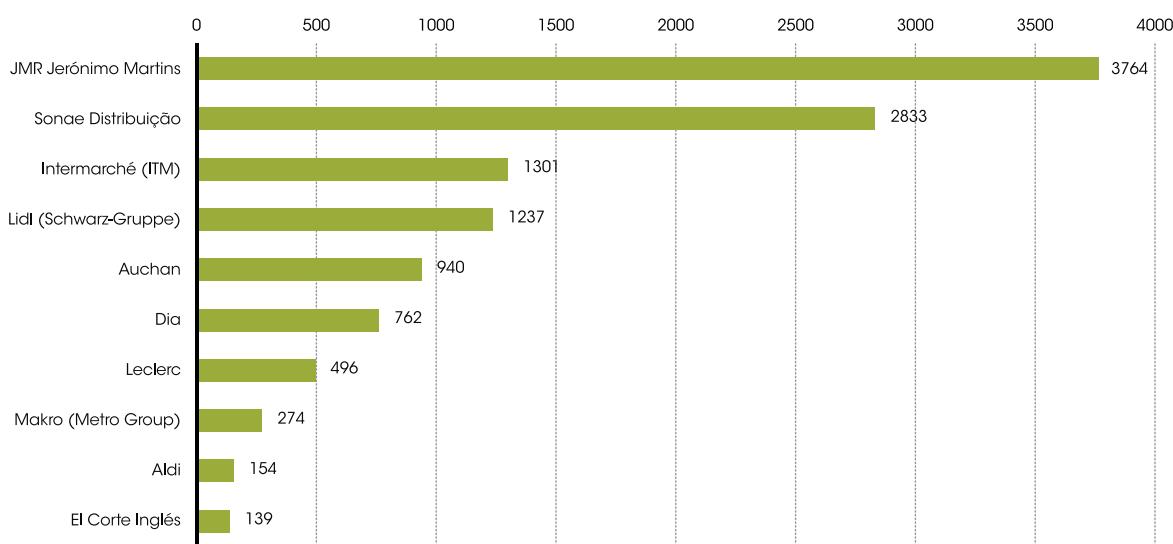
Müll\4%

Am Ende des linearen Denkens steht der Müll und verursacht ebenfalls noch bis zu vier Prozent aller weltweiten Treibhausgase. Die industrialisierte Landwirtschaft, die Hand in Hand mit der Lebensmittelindustrie arbeitet, ist auch verantwortlich dafür, dass rund 50% unserer Lebensmittel schon im Müll landen, bevor sie überhaupt einen Kunden finden. Wie viele Tiere werden sinnlos geschlachtet, wie viele Fische sinnlos aus dem Meer gefischt, um von einer Marktwirtschaft aus Angebot und Nachfrage wieder ungegessen weggeschmissen zu werden?

TOP 10 NACIONAIS \ Sector Retalho\Alimentar

Volume de Vendas em Portugal (2014), Milhões de euros

Fonte: Planet Retail



Encaminhamo-nos para um melhor futuro urbano?

Onde quer que se instalem pessoas, des-troem-se florestas e biótopos. Para cultivar o solo de modo mais eficiente queima-se madeira cortada ou selva ainda existente. Caso não aconteça um milagre, teremos, provavelmente, de conformar-nos com a forte probabilidade de ficarmos sozinhos no planeta, muito em breve. O óleo de palma, pelo qual as florestas tropicais indonésia e malai estão a ser destruídas, destrói também o habitat de muitas culturas animais. À medida que nos vamos instalando no nosso planeta, vamos ficando cada vez mais sozinhos. Nas ilhas do sudeste asiático, Sumatra e Bornéu, a IOI e a Sinar Mas Cooperations (entre outros) estão a exterminar os últimos grandes símios, os orangotangos, com as suas queimadas. As sete pragas – explosão demográfica, agricultura industrial, indústrias extractivas, alteração climática, guerras, doenças e caça – não conhecem fronteiras. Os processos da destruição antropogénica prejudicam não só a vida daqueles que são tão semelhantes às pessoas, os primatas, como também a sobrevivência de fauna e flora selvagens. Nos locais onde se pretende ganhar dinheiro a qualquer preço, onde se especula com a terra e a floresta é derrubada, onde a agricultura industrial destruidora se encontra em ascensão, acabam os habitats naturais do nosso planeta ...

... e surgem cidades. Isto tem de ser claro para todos os consumidores, quando tiram, por

Could the journey end in a better urban future?

Wherever human beings settle, they chop down forests and destroy biotopes. In order to work the land more efficiently, the chopped down wood or jungle still standing is burned. Without a miracle of some kind, we humans will presumably have to come to terms with the fact of being alone on this planet quite soon. The oil palms, on account of which the Indonesian rain forest is being destroyed, are also destroying the habitat of many animal species. The more we humans spread ourselves out over our planet, the more we are becoming alone. On the Southeast Asian islands of Sumatra and Borneo, the IOI and Sinar Mas corporations are wiping out the last great apes, the orangutans, through slash and burn. The seven plagues – population explosion, industrial agriculture, extractive industries, climate change, wars, disease and hunting – know no bounds. The processes of destruction by humans not only jeopardise the life of other members of the same species which are so similar to us, the primates, but also the survival of wild fauna and flora. In places where people want to make money at any cost, where they speculate with land and where forests are cleared, where destructive, industrial agriculture is advancing, the natural habitats of our planet are coming to an end...

... and cities are coming into being. Every consumer should be aware of this when they take *Nutella*, *Snickers* and *Kitkats* etc. from the supermarket shelves. People flee into the cities, from poverty, and in the search

Geht die Reise in eine bessere urbane Zukunft?

Wo sich Menschen niederlassen, fällen sie Wälder und zerstören Biotope. Um den Boden effizienter zu bestellen, wird gefälltes Holz oder noch stehender Urwald abgebrannt. Falls nicht ein Wunder geschieht, müssen wir Menschen uns vermutlich damit abfinden, ziemlich bald allein zu sein auf diesem Planeten. Die Ölpalme, derentwegen der indonesische Regenwald zerstört wird, vernichtet auch das Habitat vieler Tierkulturen. In dem Maße, wie wir Menschen uns auf unserem Planeten breitmachen, werden wir einsamer, allein. Auf den südostasiatischen Inseln Sumatra und Borneo rotten die IOI und Sinar Mas Cooperations die letzten großen Menschenaffen, die Orang-Utans, mittels Brandrodung aus. Die sieben Plagen Bevölkerungsexplosion, industrielle Landwirtschaft, extraktive Industrien, Klimaveränderung, Kriege, Krankheiten und Jagd kennen keine Grenzen. Die Prozesse der anthropogenen Zerstörung beeinträchtigen nicht nur das Leben der dem Menschen so ähnlichen Artgenossen, den Primaten, sondern auch das Überleben wilder Fauna und Flora. Dort, wo man Geld um jeden Preis verdienen will, mit Land spekuliert und Wald gerodet wird, wo sich die zerstörerische, industrielle Landwirtschaft auf dem Vormarsch befindet, enden die natürlichen Habitate unseres Planeten...

...und entstehen Städte. Das muss jedem Konsumenten klar sein, wenn er *Nutella*, *Snickers*

A RODA DO URBANISMO VERDE

© UN Habitat, The State of Asian and Pacific Cities 2015 (pag.154)

PT A Roda do Urbanismo Verde mostra os 15 princípios agrupados em quatro seções. Os princípios estão interligados e são holísticos: precisam de ser aplicados simultaneamente, não individualmente, e ajustados a contextos mutáveis.



exemplo, *Nutella*, *Snickers* e *Kitkat* da prateleira do supermercado. As pessoas fogem para as cidades por causa da pobreza e à procura de trabalho. Por isso é tão importante, nos próximos 20 anos, conseguir uma utilização mais poupança da água potável, uma melhor reciclagem do lixo, uma alimentação mais saudável, produzir mais energia renovável e transportes urbanos limpos: uma tarefa hercúlea para os urbanistas, pois atualmente há mais de 860 milhões de pessoas a viverem em bairros urbanos degradados, em todo o mundo. Antes de mais, a alimentação não-saudável e a falta de exercício físico são dois pontos que os arquitetos urbanos vão ter de considerar com particular atenção, até 2030, quando passarem à prática as especificações do acordo de Paris COP21. O bem-estar começa com a redução do stress e das emoções negativas e com o controlo da hipertensão e a melhoria da concentração, escreve o UNhabitat. A humanização da cidade só será bem sucedida com a recuperação da natureza, a eliminação dos bairros degradados e uma oferta alimentar regional. E também com um planeamento familiar mais adequado, melhores cuidados de higiene e de saúde e padrões de alimentação saudáveis, escreve o cientista chinês Hongxing Xie da UNHabitat. Atualmente, cerca de 21 milhões de chineses abandonam anualmente as suas aldeias e mudam-se para as cidades. Aproximadamente mil milhões de chineses já vivem hoje em cidades e estão dependentes de uma agricultura de tipo industrial, com elevadas emissões de CO₂ e transporte excessivo. Em 2010, havia 85 cidades chinesas com mais de um milhão de habitantes, em 2030 deverão passar a ser 148 cidades.

for work. That's why it is so important for the next 20 years to enter into a positive relationship between the sparing use of clean water, the recycling of waste, healthy nutrition, renewably generated energy and clean urban transport: a Herculean task for town planners, since more than 860 million people worldwide live in urban slums. Unhealthy nutrition and lack of physical exercise are two of the main points that urban architects will have to take into account in particular up to 2030, if they want to implement the requirements of the Paris COP21 agreement in practice. UN-Habitat writes that well-being starts with the reduction in stress and negative emotions, and with the lowering of blood pressure and the improvement of concentration. The humanisation of the city will only succeed by incorporating nature, by dismantling the slums and with a regional food supply. It also involves facilitating the use of modern family planning, improved hygiene and health provision and healthy models of nutrition, writes the Chinese scientist Hongxing Xie of UN-Habitat. At present, around 21 million Chinese people are leaving their villages every year, and moving to the cities. Almost a billion Chinese people are already living in cities and depend on industrial agriculture with high CO₂ emissions and excessive transport. In 2010, there were 85 Chinese cities with more than a million inhabitants, in 2030 it is expected to be as many as 148. The consequence is the drastic loss of land used for agriculture by small local farmers and of biological diversity. Urban populations need feeding. If you study the UN-Habitat statistics carefully, you discover

und *Kitkat* aus dem Regal des Supermarktes nimmt. Menschen flüchten in die Städte, aus Armut und auf der Suche nach Arbeit. Deswegen ist es für die kommenden 20 Jahre so wichtig, eine positive Beziehung zwischen sparsamer Verwendung von sauberem Wasser, dem Recycling von Müll, gesunder Ernährung, regenerativ erzeugter Energie und sauberem urbanen Transport einzugehen: eine Herkulesaufgabe für Städteplaner, leben doch mehr als 860 Mio. Menschen weltweit in städtischen Slums. Vor allem ungesunde Ernährung und mangelnde physische Bewegung sind zwei Punkte, die urbane Architekten vor 2030 besonders zu berücksichtigen haben werden, wenn sie die Vorgaben des Paris COP21 Abkommens in die Tat umsetzen. Wohlbefinden beginnt beim Abbau von Stress und negativen Emotionen und mit dem Sinken von Bluthochdruck und der Verbesserung von Konzentration, schreibt UNhabitat. Die Humanisierung der Stadt wird nur mit dem Hereinholen von Natur gelingen, mit dem Abbau von Slums und einem regionalen Ernährungsangebot. Dazu gehört auch die Befähigung zu moderner Familienplanung, besserer Hygiene und Gesundheitsversorgung und zu gesunden Ernährungsmustern, schreibt der chinesische Wissenschaftler Hongxing Xie von UNHabitat. Gegenwärtig verlassen jährlich rund 21 Millionen Chinesen ihre Dörfer und ziehen in die Städte. Nahezu eine Milliarde Chinesen leben bereits heute in Städten und sind abhängig von einer industriell arbeitenden Landwirtschaft mit hohen CO₂ Emissionen und exzessivem Transport. Im Jahr 2010 gab es 85 chinesische Städte mit mehr als einer Mio. Einwohner, in 2030 sollen es bereits 148 Städte sein. Die Folge ist der drastische Verlust

A consequência é a perda drástica da área destinada à agricultura realizada por pequenos agricultores, da subsistência e da diversidade biológica. A população da cidade quer ser alimentada. Quem estuda cuidadosamente as estatísticas da UNHabitat, descobre que a evasão do campo é um fenômeno mundial, que não se limita à China. Atinge também a Índia, a Indonésia, as Filipinas, o Paquistão, o Bangladeche, a Tailândia, o Brasil, o México, a Nigéria, Angola, a África do Sul e muitos outros estados com um crescimento demográfico exponencial. Se, em 1950, viviam só 746 milhões de pessoas em aglomerações urbanas, em 2000 eram já 2,856 bilhões de pessoas e em 2020, de acordo com estimativas da UN, deverão ser já 4.338 bilhões os habitantes das cidades, com tendência para aumentar. Enquanto isso, é abandonada a agricultura de subsistência tradicional e diversificada com pequena criação – uma consequência perigosa, que ainda acelera mais a alteração climática.

O futuro da agricultura biológica começa hoje

“Por essa razão, a economia agrícola industrial convencional em Portugal não deveria receber mais subsídios da UE” diz Jaime Ferreira, presidente da Associação Portuguesa de Agricultura Biológica, numa entrevista exclusiva à ECO123.

A AGRICULTURA BIOLÓGICA EM PORTUGAL PODERIA COMPETIR COM OS ALIMENTOS AGRÁRIOS PRODUZIDOS CONVENTIONALMENTE, SE ESTES NÃO FOSSEM AINDA ALTAMENTE SUBSIDIADOS.

Só uma agricultura biológica, estruturada regionalmente com mercados locais, apostada em legumes sazonais e fruta fresca, pode

that flight from the land is a global phenomenon that is not limited to China. India is just as affected by it, as are Indonesia and the Philippines, as well as Pakistan, Bangladesh, Thailand, Brazil, Mexico, Nigeria, Angola, South Africa and many other countries with exponential population growth. While 746 million people lived in conurbations in 1950, by 2000 the figure had reached 2.8 billion people, and in 2020 there are expected to be as many as 4.3 billion city dwellers, and it is on the increase. In the meantime, diverse, traditional subsistence agriculture with small-scale livestock farming is being abandoned – a dangerous development that accelerates climate change even more.

The future of organic farming starts today

For that reason, the conventional and industrial agricultural economy in Portugal should no longer receive any EU support funds, says Jaime Ferreira, president of the association of organic farmers in an exclusive interview with ECO123.

ORGANIC AGRICULTURE IN PORTUGAL COULD COMPETE WITH ANY CONVENTIONALLY PRODUCED AGRICULTURAL FOODSTUFFS IN TERMS OF PRICE IF THEY WERE NOT SO HIGHLY SUBSIDISED.

Only a regionally structured, organic agriculture with local markets that focus on seasonal vegetables and fresh fruit shortens transportation routes and promotes the local business cycle. The money spent by consumers thus stays in the region and is reinvested there, while the emission of greenhouse gases diminishes step by step. The goal of ecology-based farming with healthy nutrition is short distances, little packaging, a small

von landwirtschaftlich genutzter Fläche durch einheimische Kleinbauern und biologischer Vielfalt. Stadtbewohner wird ernährt werden. Wer die Statistiken des UNHabitat sorgfältig studiert, findet heraus, dass die Landflucht ein weltweites Phänomen ist, das sich nicht nur auf China beschränkt. Betroffen sind Indien genauso wie Indonesien, die Philippinen ebenso wie Pakistan, Bangladesch, Thailand, Brasilien, Mexiko, Nigeria, Angola, Südafrika und viele andere Staaten mit exponentiellem Bevölkerungswachstum. Lebten in 1950 nur 746 Mio. Menschen in urbanen Ballungsräumen, so waren es in 2000 schon 2.856 Mrd. Menschen und in 2020 sollen es nach Schätzungen der UN bereits 4.338 Mrd. Stadtbewohner werden, Tendenz steigend. Währenddessen verödet die vielfältige, traditionelle Subsistenzlandwirtschaft mit Kleintierhaltung – eine gefährliche Entwicklung, die den Klimawandel noch beschleunigt.

Die Zukunft der biologischen Landwirtschaft beginnt heute

Deswegen sollten der konventionellen und industriellen Agrarwirtschaft in Portugal alle EU-Fördermittel gestrichen werden, fordert Jaime Ferreira, Bauernpräsident der portugiesischen Bio-Landwirte in einem exklusiven Gespräch mit ECO123.

DIE ORGANISCHE LANDWIRTSCHAFT IN PORTUGAL KÖNNEN MIT JEDEM KONVENTIONELL HERGESTELLTEN AGRARISCHEN LEBENSMITTEL IM PREIS KONKURRIEREN, WENN DIESE NICHT NOCH HOCH SUBVENTIONIERT WÜRDEN.



© Aliyanaedisveg

encurtar os caminhos de transporte e promover o ciclo económico local. O dinheiro gasto pelo consumidor permanece assim na região e é também aí reinvestido, enquanto a emissão de gases de efeito de estufa diminui passo a passo. O objetivo de uma agricultura ecologicamente orientada para uma alimentação saudável é reduzir o tempo de transporte, as embalagens, o volume de lixo; com estruturas fáceis de gerir, com certificação de origem, muitos pequenos agricultores independentes, que produzem os diversos produtos naturais e os levam frescos à mesa do consumidor: livres de sementes geneticamente manipuladas, livres de pesticidas e herbicidas, livres de hormonas, antibióticos e sem métodos de criação torturantes para galinhas, porcos e outros animais reprodutores. Leia como complemento a entrevista completa, na página 33.

Até lá, ainda vai ser necessário muito trabalho de persuasão. Com grande júbilo, em Paris, em dezembro do último ano, 195 países estabeleceram um contrato sobre o clima mundial. A partir de 2020, a comunidade de estados, a nível mundial, quer limitar fortemente as emissões de CO₂. De tal

volume of waste, clear structures with proof of origin, many small independent farmers, producing a wide range of natural and fresh produce and delivering to the consumers' tables: free of genetically modified seeds, free of pesticides and herbicides, free of hormones, antibiotics and agonising rearing methods for chickens, pigs and other animals. You can read our full interview on page 33.

Until then, it will take a lot of work to convince people. To great jubilation, 195 countries reached an agreement on the world's climate in Paris in December last year. From 2020 onwards, the world community aims to reduce CO₂ emissions sharply. So sharply that the earth will only warm up by a maximum of one-and-a-half to two degrees by the end of the century, compared with pre-industrial times. But our planet is not yet saved. The two-degree goal will only be reached if, from today on, a maximum of 750 billion tonnes of carbon dioxide get into the atmosphere. With a global population of 7.5 billion, that sounds quite a lot, and allows each person on the planet an equal emission of 100 tonnes of CO₂. However, if humanity continues to run its economy as before, increases its

Nur eine regional strukturierte, biologische Landwirtschaft mit lokalen Märkten, die auf saisonales Gemüse und frische Früchte setzt, verkürzt die Transportwege und fördert den lokalen Wirtschaftskreislauf. Das ausgegebene Geld des Verbrauchers verbleibt so in der Region und wird auch dort reinvestiert, während sich die Emission von Treibhausgasen Schritt für Schritt verringert. Das Ziel einer ökologisch orientierten Landwirtschaft mit einer gesunden Ernährung sind kurze Wege, wenig Verpackung, geringes Müllvolumen, überschaubare Strukturen mit Herkunftsachweisen, viele unabhängige Kleinbauern, die natürliche und frische Produkte vielfältig produzieren und auf die Tische des Verbrauchers bringen: frei von genmanipuliertem Saatgut, frei von Pestiziden und Herbiziden, frei von Hormonen, Antibiotika und qualvollen Aufzuchtmethoden bei Hühnern, Schweinen und anderen Zuchttieren. Lesen Sie dazu unser ausführliches Interview auf Seite 33.

Bis dahin wird es wohl noch viel Überzeugungsarbeit kosten. Unter großem Jubel einigten sich 195 Staaten in Paris im Dezember des letzten Jahres auf



BEM VINDO À ADEGA ABERTA

De Quarta a Domingo das 15h às 19h
Ou com marcação.

WELCOME TO OUR WINE CELLAR

From Wednesday to Sunday 3-7pm
Or with appointment.

BESUCHEN SIE UNS

Mittwoch bis Sonntag von 15h-19h
Oder nach Vereinbarung.



Monte do Além, Beiradas, Estr. Vale da Lama
8600-250 Odiáxere, Lagos

+351 913 246 776
www.monte-do-alem.com

VINHO REGIONAL DO ALGARVE



MONTE DO ALÉM

forma que, até ao fim do século, a temperatura média global da Terra se situe, no máximo, um e meio a dois graus acima dos níveis pré-industriais. Mas, ainda assim, o nosso planeta não está a salvo. O objetivo dos dois graus só se consegue atingir se, a partir de hoje, no máximo, só forem parar à atmosfera 750 mil milhões de toneladas de dióxido de carbono. Em 7,5 mil milhões de população mundial, isso soa a uma grande quantidade e deixa a cada cidadão terrestre ainda uma emissão igualitária de 100 toneladas de CO₂. Contudo, se a humanidade continuar a economia como até aqui, se continuar a multiplicar-se exponencialmente, se deixar as suas aldeias e com elas a agricultura de aldeia em pousio, o limite será atingido em menos de 20 (!) anos.

Começar por si próprio?

Por isso, há agora muitas pessoas de olhos postos nos respetivos governos e à espera de duras medidas de proteção climática. Alguns podem ter a secreta esperança de que o enfadonho problema climático se resolva sozinho – o progresso político e tecnológico há-de resolver isso. Em geral,

number exponentially, allows its villages and thereby village agriculture to lie fallow, the limit will be reached in less than 20 (!) years.

Start with oneself?

That is why many people now look to their respective governments and expect to see rapid climate protection measures. Secretly, many people may be hoping that the irritating climate problem may solve itself – the politicians and technological progress will sort it out. And in any case, why should we go for example without *Snickers*, *Kitkat* or *Nutella*, if other people just continue in the same way?

THE DILEMMA IS THAT INDIVIDUALS ALONE ACHIEVE NOTHING, AND YET WITHOUT THE INDIVIDUAL NOTHING HAPPENS.

Why buy yourself an electric car when billions of others are pumping out fossil fuels through theirs exhausts? Why cancel your long-standing contract with EDP and switch to a green energy cooperative? This Gordian knot can only be unravelled by EACH individual starting with themselves. If sufficient numbers of people do the same,

einen Weltklimavertrag. Von 2020 an will die Weltstaatengemeinschaft die CO₂-Emissionen stark einschränken. So stark, dass sich die Erde bis zum Ende des Jahrhunderts um maximal eineinhalb bis zwei Grad erwärmt, verglichen mit vorindustriellen Zeiten. Gerettet aber ist unser Planet damit noch nicht. Das Zwei-Grad-Ziel lässt sich nur erreichen, wenn von heute an allerhöchstens noch 750 Milliarden Tonnen Kohlendioxid in die Atmosphäre gelangen. Das klingt bei 7,5 Milliarden Erdbevölkerung nach einer ganzen Menge und lässt jedem Erdenbürger noch eine egalitäre Emission von 100 Tonnen CO₂. Wenn die Menschheit jedoch weiterwirtschaftet wie bisher, sich weiter exponentiell vermehrt, ihre Dörfer und damit die dörfliche Landwirtschaft brachliegen lässt, ist das Maß aber bereits in weniger als 20 (!) Jahren voll.

Bei sich selbst beginnen?

Daher schauen nun viele Menschen auf ihre jeweiligen Regierungen und erwarten rasche Klimaschutzmaßnahmen. Insgeheim dürfte mancher hoffen, dass sich das lästige Klimaproblem von allein lösen lässt – Politik und technologischer Fortschritt werden es schon richten. Und überhaupt, warum soll einer auf *Snickers*, *Kitkat* oder *Nutella* verzichten, wenn die anderen einfach damit weitermachen?

DAS DILEMMA IST, DASS DER EINZELNE NICHTS BEWIRKT UND DOCH OHNE DEN EINZELNEN NICHTS PASSIERT.

Warum sich ein Elektroauto kaufen, wenn Milliarden andere fossile Brennstoffe aus dem Auspuff jagen? Warum den langjährigen Vertrag bei der EDP kündigen und zur grünen Energiekooperative wechseln? Auflösen lässt sich diese Zwickmühle nur, wenn JEDER bei sich selbst beginnt. Machen das genügend Leute, kann man durchaus etwas bewirken und seine Welt verändern. Ob es dazu kommen wird?

Jeder Einzelne kann Tonnen bewegen und seien es nur jene sieben Tonnen CO₂, die jeder Portugiese (Brite zehn Tonnen, deutscher elf Tonnen) durchschnittlich pro Jahr in die Atmosphäre pustet. Bis zu 40 Prozent könnte jeder einsparen, ohne dass es zu großem Komfortverlust kommt, rechnet Dr. Pedro Viterbo vom Meteorologischen Institut aus Lissabon vor. Wenn dem zehn Millionen Portugiesen folgen würden, könnten so bis zu drei Millionen Tonnen CO₂ weniger emittiert werden. Die Macht der privaten Haushalte wird von Wirtschaft und Handel fatal unterschätzt. Vielleicht ist es



porque deveremos desistir dos nossos *Snickers*, *Kitkat* ou *Nutella*, se os outros simplesmente continuam a consumi-los?

O DILEMA É QUE O INDIVÍDUO NÃO TEM EFEITO E NO ENTANTO SEM O INDIVÍDUO NADA ACONTECE.

Para quê comprar um carro eléctrico, se há milhares de milhares de combustíveis fósseis a serem libertados dos escapes? Porque rescindir o contrato de há tantos anos com a EDP e mudar para cooperativas de energia verdes? Este dilema só se consegue solucionar quando cada um começar por si próprio. Só se um número suficiente de pessoas fizer isso é que podemos, em conjunto, ter algum efeito e mudar o nosso mundo. Será que conseguimos fazê-lo?

Cada um pode movimentar toneladas, mesmo que sejam apenas aquelas sete toneladas de CO₂ que cada português (britânicos, dez toneladas, alemães, onze toneladas) lança, em média, por ano, na atmosfera. Cada um podia poupar até 40%, sem grande perda de conforto, calcula o Dr. Pedro Viterbo do Instituto Meteorológico de Lisboa. Então, se dez milhares de portugueses seguissem isso, podiam ser emitidas até menos três milhares de toneladas de CO₂. Infelizmente, o poder das famílias privadas é subestimado pela economia e o comércio. Talvez seja já a protecção climática, que precisam, para causar menos incêndios florestais, menos ondas de calor, menos aridez e seca, menos granizo e chuvas na estação errada? A protecção climática é também, sempre, um investimento no futuro da nossa agricultura. Menos granizo e menos chuvas fortes teriam conseguido salvar a colheita de cerejas do Fundão em maio.

Cada indivíduo pode fazer mais do que pensa. Podíamos poupar a maioria das emissões neste verão, desligando simplesmente o ar condicionado. De resto, só nessa altura vamos aperceber-nos realmente da alteração climática. Neste verão vai estar ainda mais calor do que nos anos anteriores. O ar condicionado e os aquecedores são responsáveis por um terço da pegada humana na Europa. A mudança para fontes de energia renováveis, como coletores solares, vai a par com a melhoria do isolamento de casas com cortiça. Se não puder comprar os coletores solares, informe-se acerca das possibilidades de financiamento na cooperativa de energia www.coopernico.org.

you can certainly make something happen and change your world. Will that happen?

Each individual can move tonnes, even if it is just those seven tonnes of CO₂ that every person in Portugal (ten tonnes in Britain and eleven tonnes in Germany) pumps into the atmosphere on average every year. Everyone could save up to 40 percent without foregoing very much comfort, according to the calculations of Dr. Pedro Viterbo of the Meteorological Institute in Lisbon. If ten million Portuguese people complied with this up to three million fewer tonnes of CO₂ less could be emitted. The power of private households is fatally underestimated by business and trade. Perhaps it is precisely climate protection that is needed to cause fewer forest fires, fewer heat waves, fewer droughts, less hail and heavy rain at the wrong times of the year? Climate protection is always an investment in the future of our rural economy. Less hail and fewer heavy downpours could have saved the cherry harvest in Fundão in May.

Individuals can achieve more than they think. We could avoid most emissions this summer just by turning off the air-conditioning. And incidentally, it is only then that we become

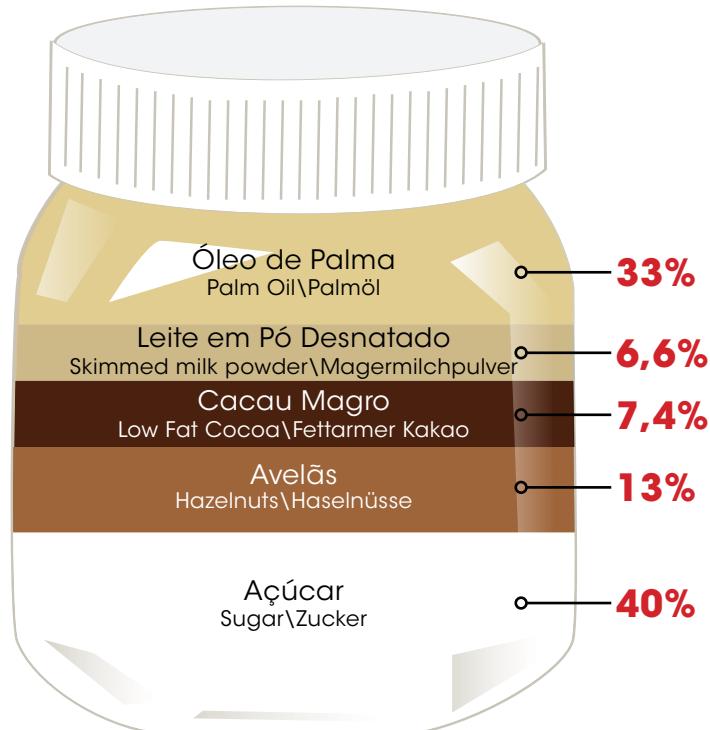
ja gerade der Klimaschutz, den es braucht, um weniger Waldbrände zu verursachen, weniger Hitzewellen, weniger Trockenheit und Dürre, weniger Hagel und Starkregen zur falschen Jahreszeit? Klimaschutz ist auch immer eine Investition in die Zukunft unserer Land-Wirtschaft. Weniger Hagel und weniger schwere Regenschauer hätte die Kirschenernte von Fundão im Mai retten können.

Der Einzelne kann mehr bewirken als er denkt. Die meisten Emissionen in diesem Sommer könnten wir einsparen, in dem wir einfach die Klimaanlagen abstellen. Übrigens nur dann werden wir des Klimawandels überhaupt richtig gewahr. Es wird noch heißer in diesem Sommer im Vergleich zu allen anderen vorherigen Jahren. Die Klimaanlage/Heizung ist für ein Drittel des menschlichen Fußabdrucks in Europa verantwortlich. Der Umstieg auf erneuerbare Energieträger wie Solarkollektoren geht Hand in Hand mit der Verbesserung der Isolierung von Häusern mit Kork. Wer sich die Solarkollektoren nicht leisten kann, informiere sich über Finanzierungsmöglichkeiten bei der Energiekooperative www.coopernico.org.



INGREDIENTES \ NUTELLA

© Eduardo Hall | Fonte: Verbraucherzentrale Hamburg





©dpa

Rizhao, Província Shandong, China

As boas intenções climatéricas para o plano alimentar são, pelo contrário, fáceis, embora também radicais. Colocam-se principalmente legumes e fruta regional fresca no prato, além disso, batatas e pão da terra autóctone. Produtos animais como carne e peixe, só ao fim de semana. Por fim, são libertados pela produção de carne muito mais gases de efeito de estufa do que pela produção de comida vegetal. Isto tem a ver, em primeiro lugar, com o facto de o gado precisar de muita comida, pelo que, em todo o globo, muitas florestas e campos são transformados em pastos. Além disso, o dióxido de carbono do solo desaparece na atmosfera. O pior equilíbrio climático deve-se, em grande parte, à produção da carne de vaca (bifes e hambúrgueres), uma vez que estas libertam também ainda o metano, gás de efeito de estufa extremamente potente. Cada quilo de carne de vaca no prato do consumidor corresponde a cerca de 28 kg de emissões de CO₂. Com a mudança na venda de alimentos biológicos frescos, o equilíbrio de gases de efeito de estufa pode melhorar até 20%. Mas o clima pode também ser prejudicado quando compramos iogurtes biológicos da Alemanha, no Algarve, ou peras biológicas da Argentina, em Lisboa. O importante é comprar a fruta e os legumes disponíveis sazonalmente, e ajuda muito, se as pessoas deixarem fora menos alimentos.

fully aware of climate change. It will be even hotter this summer than in all previous years. Air-conditioning and heating is responsible for one-third of the human ecological footprint in Europe. The switch to renewable energy sources such as solar panels goes hand in hand with the improvement of house insulation with cork. People who cannot afford the solar panels can get information about financing from the energy cooperative www.coopernico.org.

The good resolutions for your menu, in contrast, are simple, but radical. The main items on your table are fresh, regional fruit and vegetables, including potatoes, and locally produced bread. Animal products like meat and fish are only eaten at the weekend. After all, much more greenhouse gas is emitted during meat production than during the production of plant-based food. This is mainly due to the fact that cattle need a lot of feed, for which many woods and meadows are turned into cultivated fields around the world. This causes carbon dioxide stored in the soil to be released into the atmosphere. Beef (steaks and hamburgers) has the worst carbon footprint, as cattle also emit the extremely potent greenhouse gas methane. Every kilo of beef on a consumer's plate corresponds to about 28 kg of CO₂ emissions. By switching to the purchase of fresh organic foodstuffs, the greenhouse gas footprint can be improved by about 20 percent. But the climate can even suffer with this, for

Die guten Klimavorsätze für den Speiseplan sind dagegen einfach, wenn auch radikal. Es kommt vorrangig frisches, regionales Obst und Gemüse auf den Teller, dazu Kartoffeln und Brot aus heimischer Erde. Tierische Produkte wie Fleisch und Fisch gibt es nur noch am Wochenende. Schließlich werden bei der Produktion viel mehr Treibhausgase freigesetzt als bei der Herstellung von pflanzlicher Kost. Das liegt vor allem daran, dass Vieh viel Futter benötigt, für das rund um den Globus viele Wälder und Wiesen in Äcker umgewandelt werden. Dabei entweicht dem Boden gespeichertes Kohlendioxid in die Atmosphäre. Die schlechteste Klimabilanz hat das Fleisch von Rindern (Steaks und Hamburger), da diese zusätzlich noch das extrem potente Treibhausgas Methan freisetzen. Jedes Kilo Rindfleisch auf dem Teller des Verbrauchers entspricht in etwa 28 kg CO₂ Emissionen. Bei Umstellung auf den Kauf von frischen Bio-Lebensmitteln kann sich die Treibausgas-Bilanz bis zu 20 Prozent verbessern. Aber auch mit diesen kann das Klima leiden, wenn wir Bio-Joghurt aus Deutschland an der Algarve kaufen, oder Bio-Birnen in Lissabon aus Argentinien. Wichtig ist, saisonal verfügbares Obst und Gemüse zu kaufen und es hilft viel, wenn Menschen weniger Lebensmittel weggeschmeißen.



Mas a verdadeira desistência deveria verificar-se onde dói, na tecnologia: comprar menos electrónica (*smartphone*, *laptop*, brinquedos, etc.) e também andar menos de automóvel. No total, a soma de todos os automóveis privados portugueses (cerca de cinco milhões de veículos motorizados em 2013), de acordo com uma análise do IMT, liberta cerca de 12 milhões de toneladas de CO₂, pouco menos do que há dez anos. Com cada litro de gasolina ou gasóleo carburado vão parar à atmosfera aproximadamente 2 kg de CO₂. Os comboios e autocarros são, no geral, mais amigos do ambiente. Uma boa estratégia pode passar por formar uma comunidade de boleias para ir para o trabalho, ou também, no verão, se optarmos por andar de bicicleta.

A propósito de verão. Nem todas as pessoas estão conscientes de que uma viagem de avião arruina completamente o equilíbrio climático pessoal. Com uma viagem de avião para a Grã-Bretanha, ou para a Alemanha, um turista causa até duas toneladas de CO₂; uma viagem de avião aos Jogos Olímpicos do Brasil causa mesmo sete toneladas de CO₂. O melhor para o clima é, sem dúvida, passar as férias em casa. Em Portugal também ainda devem existir algumas praias muito belas...

Encontra mais informações sobre o seu equilíbrio climático pessoal em www.eco123.info/kyotogame

example when we buy organic yoghurt from Germany in the Algarve, or organic pears from Argentina in Lisbon. What is important is to buy fruit and vegetables in season, and it helps a lot if people throw away less food.

But the real sacrifice starts where it hurts – with technology: buying fewer new electronic items (Smartphones, laptops, toys etc.) and also driving less. According to an analysis by the IMT, all the private cars in Portugal (close to five million in 2013) release around 12 million tonnes of CO₂ per year, barely less than ten years ago. Every litre of burned petrol or diesel releases a good two kilos of CO₂ into the air. Trains and buses are significantly climate friendlier for travelling. You can also help the climate by creating a car-sharing group for going to work – or by travelling by bike from time to time in the summer.

Talking of summer: not everyone may be aware that a journey by plane completely ruins one's individual footprint. On a flight to Britain or Germany, a tourist causes up to two tonnes of CO₂ to be released; a flight to the Olympic Games in Brazil causes as much as seven tonnes to be released. The best thing for the climate is clearly to spend one's holiday at home. There are still supposed to be some very nice beaches in Portugal...

You can find more information about your personal climate footprint at www.eco123.info/kyotogame

Echter Verzicht aber setzt dort an, wo es wehtut – bei der Technik: weniger neue Elektronik (Smartphones, Laptop, Spielzeug etc.) kaufen und auch weniger Auto fahren. Insgesamt setzt die Summe aller portugiesischen Privatfahrzeuge (knapp fünf Millionen KFZ in 2013) laut einer Analyse des IMT rund 12 Millionen Tonnen CO² frei, kaum weniger als vor zehn Jahren. Mit jedem Liter verbrannten Benzens oder Diesel gelangen gut zwei kg CO² in die Luft. Züge und Busse sind da wesentlich klimafreundlicher unterwegs. Dem Klima kann schon geholfen werden, wenn man auf dem Weg zur Arbeit eine Fahrgemeinschaft bildet – oder auch im Sommer mal mit dem Fahrrad unterwegs ist.

A propos Sommer. Nicht allen Menschen dürfte bewusst sein, dass eine Reise mit dem Flugzeug die persönliche Klimabilanz komplett ruiniert. Durch eine Flugreise nach Großbritannien oder nach Deutschland verursacht ein Tourist bis zu zwei Tonnen CO²; eine Flugreise zu den Olympischen Spielen in Brasilien verursacht gar sieben Tonnen CO². Am besten fürs Klima ist zweifellos der Urlaub zuhause. In Portugal soll es ja auch noch einige sehr schöne Strände geben...

Mehr Informationen zur Ihrer persönlichen Klimabilanz finden Sie auf www.eco123.info/kyotogame



+ INFO
Fonte\Source\Quelle:
www.grain.org/article/entries/5492-the-global-farmland-grab-in-2016-how-big-how-bad

Planeta sem Macacos?

Planet of no apes?

Planet ohne Affen?

Nestlé, maker of Kit Kat, uses palm oil from companies that are trashing Indonesian rainforests, threatening the livelihoods of local people and pushing orang-utans towards extinction.

We all deserve to have a break - but having one shouldn't involve taking a bite out of Indonesia's precious rainforests. We're asking Nestlé to give rainforests and orang-utans a break and stop buying palm oil from destroyed forests.

A RECIPE
FOR FOREST
DESTRUCTION





"Have a Break?" - Campanha da Greenpeace de sensibilização ao consumo de KitKat da Nestlé.

Nomeada para Best Viral 2010 nos Viral Video Awards, no Festival Internacional de Curtas Metragens de Berlim - www.viralvideoaward.com. A campanha continua acessível em: www.greenpeace.org/kitkat

PT Os macacos estão a morrer. Até hoje, em Sumatra e Bornéu - onde a vegetação cresce sobre solos húmidos de turfa - foi continuamente destruída a floresta tropical em larga escala, para dar lugar à implantação de produções agrícolas de óleo de palma. Os solos de turfa, entretanto ressequidos, e o gás metano confinados nesse tipo de solo foram incendiados por fogo posto. Durante mais de três meses, os bombeiros e militares tentaram extinguir os incêndios. Em vão. Uma nuvem de fumo agressivo instalou-se sobre grande parte da Indonésia e da Malásia. Foram fechadas escolas. Tornou-se impossível aos habitantes dessas zonas viver o dia a dia. Nem mesmo com máscaras o ar era respirável para as pessoas. Os nossos mais próximos parentes do reino animal, os homens da floresta de pelo vermelho, não tiveram direito a máscaras. Abateram-lhes as árvores sob o corpo, foram caçados, abatidos e vendidos como especialidade nos mercados. Tudo isto só por causa do óleo de palma?

Não são só os orangotangos deste nosso planeta Terra que estão em perigo de vida. Também os gibões (China, Tailândia), os lémures (Madagáscar), os chimpanzés (Tanzânia e África Ocidental), o langur (Vietname), os gorilas (Congo) e muitas outras espécies estão expostas a um gigantesco genocídio. A agricultura industrializada, em conjunto com a indústria de bens de consumo multinacional e o consumo desenfreado dos consumidores, promovem a extinção generalizada dos macacos. Os orangotangos são habitantes das árvores. A floresta é o seu habitat. Alimentam-se de frutos e sementes. Com a ilustração na nossa capa pretendemos chamar a atenção para o nosso parente mais próximo.

EN The apes are dying out. Until now, large areas of the rain forest in Sumatra and Borneo - where the vegetation grows on wet peatland - were being further deforested to make way for agricultural palm oil plantations. Through arson, the now dried-out peat and the methane stored in it caught fire. For more than three months, fire fighters and the military tried to put out the fires. In vain. Stinging clouds of smoke covered large parts of Indonesia and Malaysia. Schools were closed. The normal day-to-day life of the people living there became impossible. Even with smoke masks on their faces, people still couldn't breathe enough. No gas masks were handed out to our closest relatives in the animal world, the red-haired persons of the forest. The trees were chopped down around them, they were hunted, shot and sold as a delicacy on the markets. Just on account of palm oil?

It is not only the orangutans of our earth that are endangered. The gibbons (China, Thailand), lemurs (Madagascar), chimpanzees (Tanzania and West Africa), langurs (Vietnam), gorillas (Congo) and many other ape species are facing a gigantic genocide. Industrial agriculture in conjunction with the multinational consumer goods industry and the heedless shopping of consumers contribute to the widespread dying out of the apes. Orangutans are tree dwellers. The wood is their habitat. They feed on fruits and seeds. With the title picture, we remind you of our closest relatives.

DE Die Affen sterben. Bis heute wurde auf Sumatra und Borneo - wo die Vegetation auf nassen Torfmoorböden wächst - der Regenwald weiter großflächig abgeholt, um landwirtschaftliche Palmölplantagen anzulegen. Durch Brandstiftung entzündeten sich der inzwischen halbtrockene Torf und das darin gespeicherte Methan. Mehr als drei Monate versuchten Feuerwehren und das Militär die Brände zu löschen. Vergebens. Beißende Rauchwolken legten sich über große Teile Indonesiens und Malaysias. Schulen wurden geschlossen. Das normale Alltagsleben der dort lebenden Menschen wurde unmöglich. Selbst mit Rauchmasken vor dem Gesicht konnten die Menschen nicht mehr genügend atmen. An unsere nächsten Verwandten in der Tierwelt, an die rothaarigen Waldmenschen, wurden keine Gasmasken verteilt. Ihnen wurden die Bäume unter dem Körper weggefällt, sie wurden gejagt, geschossen und als Delikatesse auf den Märkten verkauft. Nur des Palmöls wegen?

Nicht nur die Orang Utans unserer Erde sind in Lebensgefahr. Auch die Gibbons (China, Thailand), Lemuren (Madagaskar), Schimpansen (Tansania und Westafrika), Languren (Vietnam), Gorillas (Kongo) und viele andere Affenarten sind einem gigantischen Genozid ausgesetzt. Die industrielle Landwirtschaft im Verbund mit der multinationalen Konsumgüterindustrie und das bedenkenlose „Shopping“ des Verbrauchers fördern das großflächige Affensterben. Orang Utans sind Baumbewohner. Der Wald ist ihr Lebensraum. Sie ernähren sich von Früchten und Samen. Mit dem Titelbild erinnern wir an unsere nächsten Verwandten.



Na produção
deste artigo não
houve emissão
de CO₂.

EMISSÕES / EMISSION

There was no
emission of CO₂ in
the production of
this article.

Null CO₂ Emission
während der
Recherche zu
diesem Artikel.

1º E MAIOR EVENTO DE TERAPIAS VISITE, PARTICIPE, SINTA, DESFRUTE!

8, 9 e 10 de Julho

Parque de Jogos 1º de maio, Inatel, Lisboa

**TRÊS DIAS PARA MUDAR O MUNDO,
TRÊS DIAS PARA MUDAR DE VIDA!
JUNTE-SE A NÓS**



NÃO PERCA o contacto com os profissionais do Desenvolvimento Pessoal; Coaching, PNL, e das Terapias Acupuntura, Aromoterapia, Biodanza, Biofeedback (Quântica), Cristal Terapia, Cura Prânica, Dança Terapia, Leitura da Aura, Massagens, Meditação, Reconexão, Reiki, Respiração Consciente, Taças Tibetanas, Aulas de Yoga, Tai Chi, Chi Kung.



Sala de MEDITAÇÃO, Alimentação saudável, macrobiótica, vegetarianismo, veganismo, produtos biológicos, sumos, detox e Workshops de culinária, Atividades para Crianças.



Palestras, Workshops, Danças, Meditações Ativas de Osho, Concertos, Espetáculos. Sustentabilidade, reciclagem, meio ambiente, energia alternativa, artesanato ambiental, cosmética natural



PRESENÇA DE SRI MOOJI
Satsang
09 Julho – 19H30
10 Julho – 10H30



www.feiraalternativa.pt
facebook.com/feiraalternativa





Jaime Manuel Carvalho Ferreira, Presidente da direção da AGROBIO - Associação Portuguesa Agricultura Biológica desde 2009.

Jaime Ferreira Agrobio

Dentro de dez anos haverá uma nova agricultura em Portugal

There will be a new kind of agriculture in Portugal within ten years

In zehn Jahren wird es in Portugal eine neue Landwirtschaft geben

PT Fundada há 31 anos, a Associação Portuguesa de Agricultura Biológica (Agrobio) foi pioneira na divulgação da agricultura biológica em Portugal e os seus projetos têm procurado romper barreiras a nível nacional. Atualmente, com 7.500 associados, é a segunda maior organização portuguesa não-governamental na área do ambiente. Dirige as suas atividades para agricultores e consumidores que privilegiam a qualidade alimentar, a saúde, o ambiente e a defesa de uma prática agrícola sã, socialmente responsável e justa. O presidente da Agrobio, Jaime Ferreira, desvendou algumas novidades e preocupações em conversa à ECO123.

EN Founded 31 years ago, the Portuguese Organic Agriculture Association (Agrobio) was a pioneer in the dissemination of organic farming in Portugal and its projects have sought to break down barriers at the national level. At present, it has 7,500 members, and is the second biggest Portuguese non-governmental organisation in the environmental area. Its activities are aimed at farmers and consumers who prioritise food quality, health, the environment, and the defence of agricultural practices that are healthy, socially responsible and fair. Agrobio's president, Jaime Ferreira, unveiled some new aspects and some concerns in conversation with ECO123.

DE AGROBIO heißt der Portugiesische Verband für Ökologische Landwirtschaft. Vor 31 Jahren gegründet, arbeitet er seither als Wegbereiter für die Förderung des Ökologischen Landbaus in Portugal und versucht mit seinen Projekten auf nationaler Ebene Barrieren einzuräumen. Mit derzeit über 7.500 Mitgliedern bildet er die zweitgrößte portugiesische Nichtregierungsorganisation im Umweltbereich. Seine Aktivitäten wenden sich an Erzeuger und Verbraucher, die Wert auf Lebensmittelqualität, Gesundheit und Umwelt legen. Der Verband setzt sich zugleich für die Verbreitung einer sozialverträglichen und fairen landwirtschaftlichen Praxis ein. Im Gespräch mit ECO123 präsentiert der Biobauern-Präsident, Jaime Ferreira einige seiner aktuellen Ziele und Anliegen.



Cartazes de alguns dos Mercados Agrobio

• Como está a situação em Portugal em termos da emissão de CO2?

Esta questão não é apenas do lado das empresas, é também ao nível pessoal. Temos de mudar a nossa atitude diária. Eu diria que na agricultura biológica nos sentimos muito bem onde estamos, porque sabemos que a nossa agricultura biológica tem um impacto muito menor no ambiente, na vida das pessoas e isso faz-se, mas é decisivo que as pessoas façam escolhas responsáveis.

Apesar de ouvirmos alguns sinais não muito positivos em relação a uma série de matérias que concorrem para o efeito estufa e para as alterações climáticas, estou muito confiante com o momento que vivemos. Temos um quadro político favorável como nunca para podermos promover determinadas alterações que têm a ver com as nossas vidas e com as atividades económicas do país. Hoje há um conjunto de forças partidárias que são claramente favoráveis à tomada de medidas que nos podem ajudar a reduzir a nossa pegada ecológica e para que as empresas, e todos nós, sejamos mais responsáveis.

Hoje, sentimos que cada vez há um interesse maior pelo consumo dos produtos biológicos e isso, na certa, terá também consequências na agricultura que se fará no futuro.

• Qual a medida mais urgente a tomar a nível nacional?

Há várias. Uma das mais importantes talvez seja toda a nossa forma de mobilidade, como nos deslocamos nas nossas mais diversas ações na nossa vida, e depois a questão agrícola. Se dermos passos no sentido de uma agricultura diferente, como é a biológica, ajudaremos a reduzir essa pegada ecológica. Até porque na agricultura biológica defendemos uma agricultura de proximidade, o consumo local.

Hoje, quando tanto se fala na questão das exportações, é preciso ter em conta que o país precisa de exportar mas não pode esquecer o mercado interno. E o mercado interno tem a ver com todos nós, com o nosso consumo. Se um dos objetivos do país for simplesmente a questão das exportações e esquecermos a nossa produção e os nossos consumidores, vamos importar.

Eu não sou contra as importações. Sou contra tantas importações. Sobretudo de produtos que podemos produzir cá. Não fico escandalizado se nós precisarmos de um determinado produto que nós consideramos fundamental e tivermos de o importar, se não tivermos capacidade de o produzir. Agora, se tivermos capacidade... Tem de ser sempre um misto entre políticas públicas,

• What is the situation in Portugal in terms of CO2 emissions?

This question applies not only to companies but also to individuals. We have to change our day-to-day attitudes. I would say that we feel fine where we are in organic agriculture because we know that our organic agriculture has much less impact on the environment, and on people's lives. And it can be done, but the key is that people make responsible choices.

Despite the fact that we hear some not very positive murmurs about different kinds of matter contributing to the greenhouse effect and to climate change, I am very confident about the times we live in. We have a more favourable political climate than ever to be able to promote certain changes that affect our lives and the country's economic activities. Today, there is a group of party-political forces that are clearly in favour of taking measures than can help us to reduce our ecological footprint so that companies and all of us can be more responsible.

Today, we notice that there is increasing interest in consuming organic produce and this will certainly also have consequences for the way people farm in the future.

• What is the most urgent measure that needs to be taken at the national level?

There are several. One of the most important is everything to do with mobility, how we travel in all the different things we do in our lives, and then the question of farming. If we take steps towards a different kind of agriculture, such as organic farming, we will help to reduce this ecological footprint. Because, in organic farming, we support local agriculture and local consumption.

Today, when there is so much talk about exports, you have to bear in mind that the country needs to export, but that the domestic market cannot be forgotten. And the domestic market is connected with all of us, with our consumption. If one of the country's aims is simply the question of exports, and we forget our production and our consumers, then we will import.

I am not opposed to imports. I am opposed to too many imports. Especially of products that we can produce here. I am not shocked if we need a particular product which we regard as fundamental and we have to import it if we don't have the capacity to produce it. But, if we have the capacity ... There always has to be a mixture of public policies, awareness-raising and informing citizens in order to develop new attitudes.

• Wo liegt Portugal im Hinblick auf seine CO2-Emissionen?

Diese Frage stellt sich nicht nur für die Seite der Unternehmen, sondern auch auf der persönlichen Ebene jedes einzelnen. Wir alle müssen unsere tägliche Haltung überprüfen. Ich bin der Meinung, dass wir mit dem ökologischen Landbau auf der guten Seite sind, weil diese Art der Landwirtschaft auf Umwelt und Lebewesen zwar unvermeidliche, jedoch wesentlich geringere negative Auswirkungen hat. Von entscheidender Bedeutung ist, dass sich jeder einzelne seiner Verantwortung bewusst wird.

Auch wenn wir einige bedenkliche Zeichen im Zusammenhang mit Treibhauseffekt und Klimawandel beobachten, setze ich großes Vertrauen in Gegenwart und Zukunft. Wir haben unterstützende politische Rahmenbedingungen wie nie zuvor, um bestimmte Veränderungen zu fördern, die sich auf unser persönliches Leben sowie die wirtschaftlichen Aktivitäten des Landes positiv auswirken werden. Zurzeit gibt es eine Reihe von Kräften in den Parteien, die sich eindeutig für Maßnahmen zur Reduzierung unseres ökologischen Fußabdrucks aussprechen und dazu Unternehmen, die auch den Bürger in größerem Umfang in die Verantwortung nehmen.

Der Absatz von Bio-Produkten nimmt stetig zu, und das wird zweifellos Folgen für die Zukunft der Landwirtschaft haben.

• Was ist die dringendste Maßnahme, die auf nationaler Ebene durchgeführt werden muss?

Da gibt es mehrere. Eine der wichtigsten betrifft unsere ganze Art der Mobilität, d.h., wie wir uns je nach Vorhaben fortbewegen. Die Frage, wie die Landwirtschaft arbeitet, ist zentral. Wenn wir Schritte in Richtung einer anderen Art von Landwirtschaft unternehmen, wie zum Beispiel der ökologischen, tragen wir dazu bei, unseren Fußabdruck zu reduzieren. Dazu plädieren wir unter anderem auch für eine Stärkung des lokalen Handels.

In der Frage der Exporte müssen wir berücksichtigen, dass unser Land davon sicher profitiert, aber trotzdem dürfen wir nicht den Binnenmarkt vergessen. Denn dieser Markt betrifft uns alle, weil er mit unserem ganz persönlichen Verbrauch zu tun hat. Wenn unser Land überwiegend auf den Export setzt und dabei unsere lokalen Produzenten und Konsumenten vergisst, dann müssen wir ja importieren!

Ich bin nicht gegen Importe. Aber ich bin gegen diese Menge von Importen. Vor allem von



©AgroBio/Facebook Mercados AgroBio

sensibilização e informação do cidadão para uma nova atitude.

- ***Os produtos biológicos são caros e só para quem tem poder de compra?***

O acesso através da venda destes produtos próximo dos locais onde as pessoas vivem faz com que os produtos sejam mais acessíveis. A questão é consegui-lo. No início da agricultura biológica, em Portugal, havia menos conhecimento técnico. As quintas estavam ainda mais dispersas do que estão hoje face ao ponto de consumo. Havia mesmo desconhecimento em termos de informação e poucos técnicos a dar apoio e formação. Os agricultores, mesmo os que estavam a trabalhar em agricultura biológica, estavam menos informados e tudo isso concordava para que o preço fosse diferente.

A par disso, criou-se uma imagem que estes produtos eram só para algumas pessoas. Isso fez uma história e um caminho. Hoje, essa ideia existe sobretudo quando compramos os produtos biológicos nas cadeias de supermercados.

- ***Porquê?***

A produção biológica existe em pouca quantidade e numa escala desadequada a pontos de venda como um hipermercado, que exige fornecimentos de produtos em grande escala. Isso não existe em agricultura biológica. Esta desadequação paga-se e paga-se no preço final, junto do consumidor.

- ***Are organic products expensive and only for those with sufficient purchasing power?***

Access through selling these products close to the places where people live can make the products more affordable. The problem is how to make it happen. At the start of organic farming in Portugal, there was less technical know-how. The farms were even more dispersed than today in relation to the point of consumption. There was even ignorance in terms of information and few specialists giving support and training. The farmers, even those who were working in organic farming, were less informed and all of this contributed to the fact that the price was different.

Alongside this, the impression was created that these products were only for certain people. This created a specific history and just one way of doing things. Today, this idea exists above all when we buy organic products in supermarket chains.

- ***Why?***

Organic production exists in a small quantity and on a scale that is inadequate for sales points such as a supermarket, which requires large-scale supplies of products. This does not exist in organic farming. This inadequacy has to be paid for, and it is paid for in the final price to the consumer.

Produkten, die wir selbst erzeugen können. Ich rege mich ja gar nicht auf, wenn wir unbedingt Wert auf ein bestimmtes Produkt legen, das wir für wichtig halten und importieren, falls wir selbst die Kapazität für die Herstellung nicht besitzen. Aber, falls doch... Es sollte immer eine Mischung geben von Politik nach außen und der Bildung einer neuen Haltung der Bürger durch Sensibilisierung und Aufklärung.

- ***Bio-Produkte sind teuer und nur für diejenigen erschwinglich, die über eine gewisse Kaufkraft verfügen. Richtig oder falsch?***

Der Verkauf der Produkte im Wohnumfeld der Menschen macht sie zumindest schon mal einfacher zugänglich. Die Frage ist jedoch, können sie sie sich leisten? Zu Beginn der ökologischen Landwirtschaft in Portugal fehlte es an technischem Wissen. Die Bauernhöfe lagen vom Konsumenten noch entfernter als heutzutage. Es herrschte eine große Unwissenheit und es gab nur wenige Techniker zur Unterstützung und Schulung. Den Landwirten, auch wenn sie im Öko-Landbau arbeiteten, fehlte es an Wissen und das schlug sich auch im Preis nieder.

Es entstand der Eindruck, Bioerzeugnisse seien nur für einen exklusiven Personenkreis gedacht. Und die Geschichte nahm ihren Lauf... Heute bestätigt sich diese Meinung vor allem, wenn man Bio-Lebensmittel im Supermarkt kauft.

- ***Wie das?***

Bio-Produktion gibt es nur in kleinen Mengen und somit für Verkaufsstellen in



- *Qual a percentagem de população que a agricultura biológica consegue fornecer atualmente em Portugal?*

Andamos na ordem de um por cento, mas a agricultura biológica pode ir mais longe. A questão é que na agricultura biológica também há problemas de mercado, problemas de colocação dos produtos para chegar aos consumidores, quando, ao invés, é fácil importá-los ao sul de Espanha ou outros países para Portugal e abastecer os mercados.

Na agricultura biológica também há um problema de organização do mercado. Esse é um trabalho onde a Agrobio vai ajudar porque, para além dos mercados de rua que vão sendo conhecidos, e vão abrir mais, nós vamos fazer uma experiência e criar um mercado abastecedor de produtos biológicos.

- *Quando e onde?*

Vai ser em Lisboa, entre dezembro deste ano e março de 2017. Depois pode ser reproduzido para outros lados. É uma experiência de concentração da produção para chegar mais facilmente ao consumidor. O mercado vai estar aberto de segunda a sábado, tem uma parte para o chamado mercado grossista abastecedor e tem outra parte que abre ao final do dia e noite, para venda direta ao público.

É um mercado municipal que vai ser totalmente convertido para a agricultura biológica. Isto porque, mesmo as lojas, restaurantes e hotéis, não sabem onde ir comprar os produtos biológicos.

- *Se, por exemplo, encontrarmos numa mercearia bio cenouras biológicas portuguesas por um preço de 2,40 euros e estrangeiras pelo preço de 1,80 euros, como deve reagir o consumidor?*

- *What percentage of the population can organic agriculture supply at present in Portugal?*

At present it is about one percent, but organic agriculture can go further. The issue is that in organic farming there are also market problems, problems of enabling products to reach consumers, when, by contrast, it is easy to import them from the south of Spain or other countries to Portugal and supply the markets.

In organic farming, there is also a problem of market organisation. This is a task where Agrobio will help because, apart from the street markets that are becoming known, and more will open, we are going to carry out an experiment and create a market for supplying organic products.

- *When and where?*

It will be in Lisbon, between December this year and March 2017. After that, it could be reproduced in other places. It is an experiment in bringing production together to reach the consumer more easily. The market will be open from Monday to Saturday; it will have one part for the wholesale supply market and another part which opens at the end of the day and at night for direct sales to the public.

It is a municipal market which will be totally converted for organic agriculture. This is because even shops, restaurants and hotels do not know where to buy organic products.

- *If, for example, we find Portuguese organic carrots at an organic produce shop for 2.40 euros and foreign ones for 1.80 euros, how should consumers react?*

Supermarktketten, die große Stückzahlen benötigen, in unzureichendem Maß. Im ökologischen Landbau gilt das nicht. Und diese Unangepasstheit wirkt sich auf den Preis aus, den am Ende der Käufer bezahlen muss.

- *Wie viel Prozent der portugiesischen Bevölkerung kann derzeit mit ökologischen Erzeugnissen versorgt werden?*

Wir gehen von der Größenordnung von einem Prozent aus, wobei der hiesige ökologische Anbau durchaus mehr leisten könnte. Der Punkt ist, dass es Logistikprobleme bei der Verteilung gibt. Die Produkte erreichen oft nicht den Verbraucher schnell genug. Um die Nachfrage zu befriedigen, ist es stattdessen häufig einfacher, Bio-Lebensmittel aus Südspanien oder anderen Ländern zu importieren!

Im ökologischen Landbau gibt es definitiv Schwierigkeiten, den Markt zu organisieren. Dies ist ein Bereich, in dem Agrobio unterstützend tätig ist. Zusätzlich zu den Straßenmärkten, die immer bekannter und zahlreicher werden, versuchen wir gerade, einen Biomarkt für den Großhandel zu organisieren.

- *Wann und wo?*

Wir planen, dass er zwischen Dezember dieses Jahres und März 2017 erstmals in Lissabon seine Pforten öffnet. Später kann das dann auch in anderen Landesteilen wiederholt werden. Durch dieses Projekt sollen die Bio-Erzeugnisse zusammengefasst werden, um dem Verbraucher ein größeres Angebot zu präsentieren. Der Markt wird von Montag bis Samstag tagsüber für Wiederverkäufer und am Ende des Tages bis in die Nacht für den direkten Verkauf an Endverbraucher geöffnet sein.

Es wird sich um einen städtischen Markt handeln, jedoch vollständig auf ökologischen Anbau ausgerichtet, denn Läden, Restaurants und Hotels beklagen, dass es keinen Bio-Großmarkt gibt.

- *Angenommen, wir entdecken in einem Bioladen portugiesische Bio-Möhren zu einem Preis von 2,40 Euro und daneben Bio-Möhren aus den Niederlanden für 1,80 Euro. Wie sollte der Verbraucher darauf reagieren?*

Ich als Portugiese kaufe portugiesisch. Aber wenn die Produkte sich erheblich im Preis unterscheiden und ich nur wenig Geld ausgeben kann, suche ich Alternativen. Um zum Beispiel Kürbissuppe zu machen, nehme ich Kürbis, der günstiger ist, oder andere noch billigere Gemüse, erschwinglich und in Portugal leicht zu erzeugen.

Como português, sou levado a comprar português. Mas se os produtos têm uma diferença de preço grande e eu tiver dificuldade em comprá-los, eu devo pensar em produtos alternativos. Por exemplo, para fazer sopa posso usar abóbora, que é mais barato, ou outros produtos bem mais baratos, acessíveis e que sejam produzidos facilmente em Portugal.

- *Quando se compra um cabaz biológico como se pode ter a certeza que está tudo em conformidade?*

A fraude existe em qualquer área ou setor. Mas esta é a única agricultura que tem um sistema de controlo e de garantia ao consumidor que não existe em outras agriculturas.

- *No caso dos ovos, como se garante que os animais nunca ingeriram milho geneticamente modificado?*

Existe um sistema de certificação que tem como obrigatoriedade não aceitar organismos geneticamente modificados na alimentação desses animais. Se for detetado qualquer problema nesses ovos, há claramente um problema de fraude e a fraude é penalizada.

As I am Portuguese, I tend to buy Portuguese produce. But if there is a big difference in price between the products and you have difficulty buying them, you should think of alternative products. For example, to make soup you can use pumpkin which is cheaper and other products that are much cheaper, more accessible and are easily produced in Portugal.

- *When you buy an organic hamper, how can you be sure that it is all genuine?*

Fraud exists in any area or sector. But this is the only type of farming that has a system of controls and guarantees for the consumer, which doesn't exist in other types of farming.

- *In the case of eggs. How can it be guaranteed that the animals were never fed with genetically modified maize?*

There is a certification system under which it is obligatory not to accept genetically modified organisms in the feeding of these animals. If any problems are discovered with these eggs, there is obviously a problem of fraud, and fraud is penalised.

- *Wie kann ich beim Kauf einer gemischten Bio-Gemüsekiste sicher sein, dass alles, was drin ist, auch wirklich bio ist?*

Betrug gibt es überall. Aber Bio-Anbau ist die einzige Landwirtschaft, die Kontrollen durchführt und Garantien abgibt, anders als im konventionellen Anbau.

- *Und bei Eiern: Wie garantieren Sie, dass die Tiere niemals mit genetisch verändertem Mais gefüttert wurden?*

Es gibt ein Zertifizierungssystem. Die Fütterung der Tiere mit gentechnisch veränderten Futtermitteln ist nicht erlaubt. Würde ein Problem bei den Eiern festgestellt werden, handelte es sich offensichtlich um Betrug. Und Betrug wird bestraft.

Aber welche Garantien gibt es denn in Nicht-Bio-Produkten in Bezug auf die Futtermittel, Eier und alles andere? Gar keine, da diese Frage dort niemand stellt., da diese Frage dort niemand stellt.

PUB

LITO GRAFIS

geral@litografis.pt

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

GPS: N37.118136, W8.244456

Telf.: 289 598 500 - Fax: 289 514 679

TECNOLOGIA DE ÚLTIMA GERAÇÃO
LAST TECHNOLOGY

DESIGN PARA OFFSET E DIGITAL
DESIGN FOR DIGITAL AND OFFSET

IMPRESSÃO OFFSET E DIGITAL
DIGITAL AND OFFSET PRINTING

ATENDIMENTO COM SIMPATIA
SERVICE WITH SYMPATHY

GARANTIA DE QUALIDADE
QUALITY ASSURANCE

PRAZOS MUITO CURTOS
VERY SHORT DEADLINES



Nós “Fazemos Impressão”

“WE MAKE IMPRESSION”



FOTOGRAFE E SAIBA MAIS

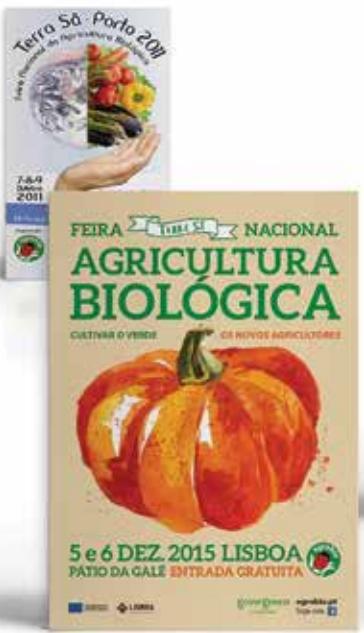
SCAN AND LEARN MORE

www.litografis.pt



A Cuidar Da Sua Imagem Desde 1988
Since 1988 taking care of your image





Vários cartazes promocionais da Terra Sã, Feira Nacional de Agricultura Biológica, realizadas por todo o país pela Agrobio.

E que garantias é que existe outros produtos não biológicos relativamente à alimentação dos animais, ovos e tudo o mais? Provavelmente zero, porque isso nem é tido em conta.

- Quem escolhe alimentos biológicos tem uma preocupação ambiental. Mas a importação não esbate os ganhos com a poluição do transporte?**

Quem compra é que toma a decisão! Um consumidor mais informado e esclarecido é claramente um consumidor que terá uma pegada ecológica diferente. Na Agrobio, não nos centramos apenas na parte da produção ou da comercialização, também vamos às escolas. Hoje vivemos um tempo mais favorável para a agricultura, no sentido em que hoje se fala mais na agricultura e sinto que há claramente mais pessoas interessadas por fazer agricultura.

- Havia um preconceito?**

Também era um preconceito, era um estigma. A agricultura foi, e ainda é em alguns casos, pobreza, baixos rendimentos, dificuldades. Não estou a dizer que isto tenha desaparecido. Temos de desenvolver uma nova agricultura para que se tente retirar esse preconceito e as pessoas sintam, de facto, mudanças.

A agricultura está, muitas vezes, focada nos agricultores, nos seus problemas, nos seus técnicos e na produção e esquece uma coisa: para onde vão os produtos? Vão para os consumidores. Se queremos fazer a mudança, essas pessoas têm de estar dentro da agricultura.

Um dos nossos trabalhos na Agrobio é desenvolver alternativas do ponto de vista da produção, mas também da comercialização. Isto porque um agricultor longe

And what guarantees exist in other non-organic products concerning animal feed, eggs and everything else? Probably zero, because this is not even considered.

- People who opt for organic foodstuffs are concerned about the environment. But don't imports reduce the benefits through pollution from transportation?**

People who purchase them have to take the decision! A well-informed, enlightened consumer is certainly a consumer who will have a different ecological footprint. At Agrobio, we do not focus just on production or sales, we also go to schools. Today, we are living at a favourable time for agriculture, in the sense that there is more talk about agriculture today and I feel that there are many more people who are interested in pursuing agriculture.

- Were people prejudiced before?**

There was a prejudice, a stigma. Agriculture meant, and still does in some cases, poverty, low incomes, difficulties. I'm not saying that this has disappeared. What we have to do is develop a new kind of agriculture to try and remove this prejudice so that people really notice changes.

Agriculture is frequently focused on farmers, their problems, their techniques, and on production, and one thing is forgotten: where do products go to? They go to consumers. If we want to bring about a change, these people have to be made part of agriculture.

Another one of our tasks at Agrobio is to develop alternatives from the point of view not only of production, but also of sales. This is because a farmer who is far away from consumers is always a farmer who might

- Wer sich für Bio-Lebensmittel entscheidet, möchte damit auch etwas für die Umwelt tun. Aber macht Import die positiven Aspekte nicht wieder zunichte wegen der Transportemissionen?**

Ein Konsument muss Entscheidungen treffen! Ein gut informierter, aufgeklärter Verbraucher ist eindeutig der Verbraucher mit dem kleineren ökologischen Fußabdruck. Wir von Agrobio konzentrieren uns nicht nur auf die Produktion und die Vermarktung, sondern gehen auch an die Schulen. Heute leben wir in einer vielversprechenden Zeit für die Landwirtschaft, weil wir heute offener darüber reden. Ich habe den Eindruck, dass sich immer mehr Menschen dafür interessieren, auch selbst etwas anzubauen.

- War denn die Selbstversorgung bisher so negativ besetzt?**

Es gab Vorurteile, Stigmata. Bauer zu sein bedeutete, bedeutete, und tut das in einigen Fällen noch immer, Armut, niedriges Einkommen, Mühsal. Ich behaupte nicht, dass es damit vorbei ist. Wir müssen an der Entwicklung einer neuen Landwirtschaft arbeiten und dabei versuchen, diese Vorurteile zu beseitigen, sodass die Menschen wirklich eine Verbesserung spüren.

Landwirtschaft wird oft auf die Landwirte reduziert, auf ihre Probleme, ihre Techniken und ihre Erzeugnisse. Dabei wird eines vergessen: Wo gehen die Produkte denn hin? Sie gehen an die Verbraucher. Wenn wir etwas ändern wollen, müssen alle Menschen sich mit der Landwirtschaft identifizieren.

Eines der Projekte von Agrobio ist es auch, alternative Strategien in Hinblick auf die Produktion und ihre Vermarktung

do consumidor, eu direi que é sempre um agricultor que poderá produzir produtos agrícolas que não lhe são favoráveis.

• *Faltam agricultores?*

Faltam. A estatística diz que teremos atualmente em Portugal à volta de três mil agricultores. No ano passado houve uma adesão muito grande por via das medidas de apoio europeias à agricultura biológica. De tal forma, que terá sido esgotado esse apoio para a conversão ou manutenção. Há claramente uma falta de agricultores, apesar do número estar a crescer, e falta a produção. É crescente, mas não é suficiente.

Nós já identificámos zonas onde precisamos de mais produção e andamos lá a falar com as pessoas. As pessoas já existem, temos é que conversar com elas para produzirem mais isto ou aquilo, nestas ou naquelas condições. Também é preciso que quem quer comercializar estes produtos faça contratos com os agricultores. Têm de dizer-lhes que querem os produtos dentro de seis meses, assumir compromissos e garantir determinado preço no final da produção. É uma experiência que nunca foi feita na agricultura biológica, mas vamos fazer contratos com os agricultores, levando-os a produzir determinado produto a um determinado preço. E a Agrobio vai dar às pessoas que fizerem esses contratos a assistência técnica e a certificação, que está incluído no preço final. É um trabalho pioneiro e que vamos tentar demonstrar que é possível.

Também há questões técnicas. Hoje temos mais técnicos especializados em agricultura biológica, mas não são suficientes. Uma das coisas que se vai passar em Portugal nos próximos tempos é que vamos trabalhar. Não estamos sozinhos nisto, para haver um plano, uma estratégia para a agricultura biológica em Portugal. Isto vai dar indicações à população mas também ao próprio Ministério da Agricultura. Isto porque, hoje, se for a uma direção regional e quiser obter informações sobre agricultura biológica, vai ter dificuldade.

• *Sente que há interesse por esta agricultura?*

Posso dizer que duas a três pessoas por dia contactam a Agrobio porque querem fazer agricultura biológica. Acontece que quando falamos com um novo agricultor que quer ir para a agricultura biológica, nós falamos-lhe sempre na produção diversa.

Atenção, a generalidade dos novos agricultores vêm das cidades. Mas falo de 90

produce agricultural products that are not very advantageous for him.

• *Is there a shortage of farmers?*

There is. The statistics tell us that there are currently around three thousand farmers in Portugal. Last year, many people became involved thanks to EU support for organic farming. To such an extent that this support for converting or maintaining farms has now run out. There is a clear lack of farmers, despite the fact that the number is growing, and there isn't enough production. It's growing, but it's not enough.

We have already identified areas where we need more production and we are talking to people there. The people are there, we just need to talk to them so that they produce more of certain things, in specific conditions. It is also necessary for the people who want to sell these products to have contracts with the farmers. They have to tell them that they want the produce within six months, make commitments, and guarantee a specific price when production is complete. It is something that has never been tried in organic farming, but we will be drawing up contracts with the farmers, in such a way that they will produce a specific product for a specific price and Agrobio will give the people who sign these contracts the technical support and certification that is included in the final price. It is a pioneering project and we will try to demonstrate that it is possible.

There are also technical issues. Today we have more technicians who specialise in organic farming, but there aren't enough. One of the things that will be happening in Portugal in the near future is that we will be working on this. We are not doing this alone, ensuring that there is a plan, a strategy for organic farming in Portugal. This will give a signal to people and to the Ministry of Agriculture itself. This is because, if you go to a regional directorate to get information about organic farming, you will have difficulty in finding what you need to know.

• *Do you have the feeling that people are interested in this kind of agriculture?*

I can tell you that two or three people contact Agrobio every day because they want to do organic farming. When we talk to new farmers who want to embark on organic farming, we always talk to them about varied production.

You have to bear in mind that most new farmers come from the cities. I am talking about over 90 percent. The new farmers don't

zu entwickeln, weil sich der Bauer so weit entfernt vom Verbraucher befindet, dass er leicht am Bedarf vorbeiproduziert.

• *Fehlen Bauern?*

Mit Sicherheit ja. Laut Statistik haben wir in Portugal derzeit rund dreitausend Bauern. Im vergangenen Jahr nahm die Zahl wegen der europäischen Fördermaßnahmen für den ökologischen Landbau stark zu. Und zwar in einem solchen Maße, dass die Subventionen für Umstellung und Betrieb nicht mehr reichten. Es besteht eindeutig ein Mangel an Landwirten, wenn auch ihre Zahl stetig zunimmt. Und es fehlt an Bio-Produkten. Der Sektor wächst zwar, aber nicht genug.

Wir haben bereits Bereiche analysiert, in denen wir eine höhere Produktion benötigen und haben mit den Erzeugern darüber gesprochen. Denn Bauern existieren ja bereits. Wir müssen jedoch mit ihnen darüber sprechen, dass sie mehr von diesem oder jenem produzieren sollen, auf eine bestimmte Art und Weise. Auch ist es notwendig, dass diejenigen, die diese Produkte vermarkten möchten, mit den Landwirten bindende Absprachen eingehen, in denen festgelegt wird, dass sie ihm in sechs Monaten seine Produktion zu einem festgelegten Preis abnehmen. Dabei handelt es sich um eine Strategie, wie es sie im Öko-Landbau noch nicht gegeben hat. Wir aber werden mit den Erzeugern Verträge abschließen, wir werden sie dazu bringen, bestimmte Lebensmittel zu einem festgelegten Preis zu erzeugen. Und Agrobio gibt den Landwirten, die zu dieser Zusammenarbeit bereit sind, im Endpreis inbegriffen, technische Unterstützung und die Zertifizierung ihrer Produkte. Es handelt sich um Pionierarbeit, und wir versuchen zu zeigen, dass das möglich ist.

Natürlich gibt es dabei auch technische Probleme. Wir haben zwar heute schon mehr auf Bio-Anbau spezialisierte Berater, aber es sind noch lange nicht genug. Was Portugal verändert wird, ist unsere Arbeit. Wir entwickeln eine Strategie für den ökologischen Landbau in Portugal nicht allein. Wir werden nicht nur die Bevölkerung mit Informationen versorgen, sondern auch das Landwirtschaftsministerium direkt. Denn wenn sich heute jemand an die örtlichen Stellen wendet, um Informationen über eine ökologische Alternative zu erhalten, kommt nicht viel dabei heraus.

• *Bemerken Sie ein Interesse an dieser Form der Landwirtschaft?*

Ich kann Ihnen sagen, dass zwei bis drei Personen pro Tag Agrobio kontaktieren, weil

e muitos por cento. Os novos agricultores não vêm do campo, vêm da cidade e vão produzir uma mudança enorme na agricultura.

Posso dizer que dentro de dez anos haverá uma nova agricultura em Portugal. Obviamente alguns serão convencionais, mas outros serão biológicos. Vão trazer uma nova abordagem à agricultura, novos produtos. Espero que tragam mais produção, que é o que nos falta hoje.

• *O actual complexo agroindustrial é responsável por 55% do efeito estufa. Qual o plano da Agrobio para baixar estes valores?*

O primeiro ponto é informação, formação e sensibilização sobre os produtos alimentares que hoje consumimos e que têm esse impacto. Impacto na saúde, no ambiente, mas também na nossa sociedade. Pessoas com melhor saúde, com maior respeito pelo ambiente, mudarão necessariamente a sociedade.

Há ainda o patamar das políticas públicas. Vivemos numa sociedade regulada, organizada, com leis. Provavelmente teremos também de mudar as leis que já existem. Depois, temos de passar para a demonstração. Devemos ter projetos que as pessoas possam visitar e perceber que isto não é algo distante ou só para alguns.

O pior para a agricultura biológica é alguém pensar que isto é só para algumas pessoas. Não é verdade. A ideia é que os produtos podem ser mais acessíveis e produzidos por cada um de nós. E esta é outra mudança!

Sinto que essas mudanças vão ocorrer sempre mais pelo impacto na saúde e no ambiente do que hoje já existe. A história não começou hoje. Há uma história e eu acho que é fundamental aprendermos com os exemplos passados, como o que aconteceu com o DDT há 30 ou 40 anos atrás, e hoje podemos falar no caso dos transgénicos, alimentos geneticamente modificados.



sie ökologische Landwirtschaft betreiben möchten. Im Gespräch mit einem neuen Interessenten raten wir immer zu einer breitgefächerten Palette von Erzeugnissen.

Aber aufgepasst, die Mehrheit der neuen Bauern kommt aus der Stadt. Ich spreche da von mehr als neunzig Prozent! Die neuen Bauern kommen nicht vom Land, sondern aus der Stadt. Und das wird die Landwirtschaft signifikant verändern.

Ich behaupte, dass in zehn Jahren die Landwirtschaft in Portugal ein neues Gesicht haben wird. Natürlich werden einige noch immer nach herkömmlichen Methoden wirtschaften, aber die übrigen werden zu Biobauern geworden sein. Sie werden neue Impulse in die Landwirtschaft und neue Produkte bringen. Ich hoffe, dass damit auch mehr Waren auf den Markt kommen, denn daran mangelt es momentan noch sehr.

• *Zurzeit wird die industrielle Landwirtschaft für 57% des Treibhauseffekts verantwortlich gemacht. Wie will Agrobio zu einer Senkung dieses Wertes beitragen?*

Vor allem durch Information, Bildung und Sensibilisierung: Die negativen Auswirkungen heutzutage gängiger Nahrungsmittel in den Mittelpunkt stellen. Auswirkungen auf die Gesundheit, auf die Umwelt und nicht zuletzt auch auf unsere Gesellschaft. Gesunde Menschen mit mehr, mit mehr Respekt für die Umwelt, werden automatisch auch die Gesellschaft verändern.

Dann gibt es noch die politische Ebene. Wir leben in einer durch Gesetze geregelte und organisierte Gesellschaft. Wahrscheinlich müssen wir bereits existierende Gesetze ändern. Dann müssen wir zur Ausführung übergehen. Wir müssen beispielhafte Betriebe errichten, die die Menschen besuchen können und erkennen, dass das nicht abstrakt oder nur für wenige Menschen relevant ist.

Das Schlimmste für den ökologischen Landbau ist, wenn der Eindruck entsteht, dass es sich dabei nur um eine Randerscheinung handelt. Das stimmt nicht. Es geht darum, dass die Produkte besser zugänglich und von jedem und für jeden von uns hergestellt werden. Und das ist eine weitere Veränderung!

Ich glaube, dass diese Veränderungen schneller vorstatten gehen werden als es heute schon der Fall ist, und zwar über die Auswirkungen auf die Gesundheit und die Umwelt. Diese Entwicklung beginnt ja nicht erst heute. Es gibt bereits Geschichten, und ich denke, dass es wichtig ist, an Beispielen aus der Vergangenheit zu lernen, wie es vor 30 oder 40 Jahren mit DDT der Fall war. Heute müssen wir über transgene, gentechnisch veränderte Lebensmittel sprechen und über die Gefahren informieren.



+ INFO
AGROBIO

www.agrobio.pt | geral@agrobio.pt
Tel.: [+351] 213 641 354
Tel.: [+351] 918 545 115



EMISSIONES\EMISSION

Na produção
deste artigo houve
emissão de CO₂:
8,42 kg
Santa Clara-
Lisboa-Santa Clara
(comboio)

There was emission
of CO₂ in the
production of this
article: 8,42 kg
Santa Clara-Lisboa-
Santa Clara (train)
8,42 kg
Santa Clara-Lisboa-
Santa Clara (Bahn)

CO₂ Emission
während der
Recherche zu
diesem Artikel:
8,42 kg
Santa Clara-Lisboa-
Santa Clara (Bahn)

INTERVALO
Comida vegetariana e macrobiótica
R. Eng.º Vieira da Silva,
Mercado 31 de Janeiro - Lj 24
T 213 140 452

ESPIRAL
Pr.a Ilha do Faial, 14 A/B e 13C
T 213 553 993
www.espiral.pt

JARDIM VERDE
C. C. Carrefour, Lj. 20
T 217 162 747
www.jardimverde.pt

LADYBUG
sumos biológicos
Avenida João Crisóstomo 23B
(Saldanha)
T 213 520 323 e 961351233
www.ladybugsumosbiologicos.com

MERCADO AGROBIO DO CAMPO PEQUENO
Jardim do Campo Pequeno
Sáb 9h-14h

MERCADO AGROBIO DE SÃO VICENTE
Jardim Botto Machado
Sáb 8h-14h

MERCADO BIOLÓGICO DO PRÍNCIPE REAL
Jardim do Príncipe Real
Sáb 08:00-14:00

MERCADO DA RIBEIRA
Lj 61 Freixo do Meio
T 936 909 373
Ter-Sáb 10-20h

MIOSÓTIS
R. Marquês Sá da Bandeira 16A
T 217 959 357 \ 934 300 665
www.biomiosotis.com

ORGANII - COSMÉTICA BIO
R. Rodrigues de Faria 103
T 21 099 9763
www.organii.pt

PACHAMAMA
Boqueirão do Duro 46
T 215 987 650
www.pachamama.pt

QUINTA À QUARTA
www.aquintaaquarta.blogspot.com
Cabazes. Entregas em toda a zona da Grande Lisboa.

QUINTA DA PEDRA BRANCA
T 261 968 012
www.quintadapedrabranca.pt
Cabazes com entrega em Lisboa

TERRA PURA
Centro Comercial das Amoreiras, Lj 1138
T 213 832 225
www.terrapura.pt

TERRA PURA
Centro Comercial Colombo,
Lj 0044
T 217 163 361
www.terrapura.pt

» LOULÉ

ESPAÇO VEGAN & BIO, LDA
Av. de Ceuta, Urb. A NORA
Lote 3 Lj B - Quarteira
T 925 587 172
veganbio2014@gmail.com

» LOURINHÃ

LOJA DA HORTA
Alameda Nuno de Brion, Lj C
T 962 207 766
info@biofrade.com
www.biofrade.com/lourinha

» MATOSINHOS

LOJA DA ALIMENTAÇÃO BIOLÓGICA

Mercado Municipal de Matosinhos - Lj 46 e 44
T 229 380 980 \ 962 568 549
biomeriado@gmail.com
Encerrado à Segunda-feira

» MONTEMOR-O-NOVO

HERDADE DO FREIXO DO MEIO
Foros do Vale Figueira
T 266 877 136 \ 936 909 373
www.herdadedofreixodomeio.com

» MONTIJO

QUINTA DAS MÉLIAS
CCI 6501 Torral, Passil
T 212 323 439 \ 212 319 083
T 919 356 861 - (9-19h)
www.quintadasmelias.com

» ODIVELAS

JARDIM VERDE ODIVELAS
C. C. Odivelas Parque,
Lj. 1.140 B - 10-23h
T 219 317 217
www.jardimverde.pt

» OEIRAS

BIOSÁBIO
Rua A Gazeta de Oeiras, 4A T
210 987 546
Website: www.biosabio.pt

BRIÓ - CARNAXIDE
Avenida da Forte 10,
Carnaxide • T 214 161 865
www.brio.pt

**CELEIRO DIETA,
DIETIMPORT, SA**
Oeiras Parque Shopping Center, Lj 1018/1019
www.celeiro-dieta.pt

MERCADO AGROBIO DE OEIRAS
Jardim de Oeiras
Sáb 9h-14h

» PORTIMÃO

MERCEARIA BIO
Rua das Comunicações
Edf Casa do Rio Lj C
T 282 476 686 \ 961 563 777
www.merceariabio.pt
Entrega em todo o país

MERCADO AGROBIO DE PORTIMÃO
Jardim 1º de Dezembro
Sáb 9h - 14h

» PORTO

BIOATLÂNTICO
Armazém – Rua da Cavada 102
Paços de Ferreira
T 255 400 497
www.bioatlantico.pt
Entrega em todo o país

» BIORIGEM\

Rua Damão 69
T 225 026 222 \ 919 915 080
www.biorigem.com
FEIRA BIOLÓGICA NÚCLEO RURAL DO PQ. DA CIDADE
Verão: das 10:00 às 20:00.

» MERCATU\

Rua do Crasto, n°210
T 226 172 063
www.mercatu.net

» HORTA À PORTA\

Rua Eng Ferreira Dias, 924
Armazém G1
T 939 675 399 \ 913 120 474
www.hortaaporta.com

» IDEAL BIO\

Rua 5 de Outubro 352
T 960 424 711 \ 226 091 873
albertogomes.bio@gmail.com

» SANTA MARIA DA FEIRA

LOJA BIOLÓGICA
Produtos Alimentares Biológicos
Praceta Francisco Sá Carneiro
nº 17 A
T 256 295 402 \ 912 176 025
www.biologica.pt
Entregas de cabazes ao domicílio e envios via CTT

» SANTARÉM

MIO - SUPER NATURAL
Av. Madre Andaluz
T 914355754 \ 966510177

» SEIXAL

**CELEIRO DIETA,
DIETIMPORT, SA**
Hipermercado do Seixal Lj 10
www.celeiro-dieta.pt

**GREEN PLANET **
Produtos Biológicos Lda.
Praceta Emídio Santana, Lt 11B,
Zona Industrial do Casal do Marco
T 212 268 400
segredo@segredodaplanta.com

» SEGREDO DA PLANTA\

Praceta Emídio Santana, Lt 11B,
Zona Industrial do Casal do Marco
T 212 268 400
www.segredodaplanta.com

» SETÚBAL

MERCADO AGROBIO DE SETÚBAL
Jardim do Quebedo
Quin,14-20h (horário de Verão).

» DO LADO DE CÁ\

Mercado Municipal de Vila Nova de Santo André
T 918 837 121
doladodeca@outlook.pt
Sex e Sáb 8-13h

» TAVIRA

A Beterraba
Merc. Municipal de Tavira, Lj 8
T 281 328 609 \ 966 479 261
www.beterraba-tavira.com

» TOMAR

NUTRISABOR\

Restaurante e Mercearia
Travessa da Mesericórdia 3
T 910 113 310
infos@nutrisabor.pt
www.nutrisabor.pt

» TONDELA

HERDADE MATOS\

Rua 26 de Dezembro 143 –
Tojosa | Barreiro Besteiros
T 960 458 102
www.herdadebiologica.com
Entrega de cabaz ao domicílio

» VENDAS NOVAS

SERRA VERDE\

Alojamento Local
Herdade Serra dos Mendes
Barrancão
T 266 830 017
www.serraverde.pt

» VILA FRANCA DE XIRA

A SAUDÁVEL\

Rua Miguel Bombarda 23
T 925 150 861
www.biofunny.com
Testes de intolerância alimentar
e consultas de dermatologia

» VILA NOVA DE GAIA

A QUINTINHA\

Rua Velha dos Lagos 45
Madalena
T 918 683 147\934 780 331
969 001 913
www.quintinha.com

CANTINHO DAS AROMÁTICAS\

Quinta do Paço
Rua do Meiral 508
Canidelo
T 227 710 301 \ 912 260 714
www.cantinhodasaromaticas.pt

CESTINHAS

DA HORTA E POMAR\

Rua Fonte Lodosa 225
T 961 039 927/8
www.verdurascamprestes.pt
Entregas ao domicílio de 2ª a 6ª das 15h às 22h.

» VILA REAL

HORTA DO ALVÃO\

T 910 953 451
www.hortadoalvao.wix.com
Entrega cabazes ao domicílio

» LOJAS ONLINE

QUERO-TE BIO\

T 967 044 868
geral@querotebio.com
www.querotebio.com
Entrega no continente e ilhas

GREEN GOJI\

T 965 051 376
geral@green-goji.com
www.green-goji.com
Entrega no continente e ilhas



PORTE

Cecília Malheiro

traduções: Bill Reed & Heike Lange | fotografias: Cecília Malheiro

Deixa a cidade E REGRESSA AO CAMPO POR AMOR

Leaving the city

AND RETURNING TO THE LAND, FOR LOVE

Raus aus der Stadt

UND ZURÜCK AUFS LAND AUS LIEBE



PT Mudar a mentalidade dos pais, renitentes em aceitar a perspetiva de cinco anos sem lucros para mudar para uma produção totalmente biológica, é só uma das montanhas que o casal Mariano tem de escalar. Para trás estão escalados outros montes íngremes. O primeiro deles foi quando decidiram trocar o conforto da capital lisboeta pelo regresso às origens, em Macedo de Cavaleiros, depois de um assalto de extrema violência aos pais de Raquel Mariano, 47 anos, uma teóloga convertida em agricultora, desde que em 2012 regressou à casa de partida.

Dar apoio e segurança à família idosa, por um lado, e procurar qualidade de vida apostando na agricultura, criação de frangos do campo e num pequeno restaurante familiar, por outro lado, foi o mote para Raquel e Miguel voltarem à Quinta do Melro, a cerca de 20 quilómetros da cidade de Macedo de Cavaleiros. Quatro anos depois, lucros, só espirituais, como explica Raquel: "Há lucro espiritual e lucro psicológico, mas lucros monetários só com muita ginástica financeira. É grão a grão", revela, sem querer desvendar o volume de negócios que obtiveram nestes últimos quatro anos dedicados à agricultura.

A terra em Trás-os-Montes nunca foi dócil, exigiu sempre muito suor, muita dedicação, mas a recompensa é produzir alimentos de

EN Changing the mentality of their parents, who were reluctant to accept the prospect of five years with no profit in order to convert to wholly organic production, was just one of the mountains that the Mariano couple had to climb. They had already conquered other steep slopes. The first was when they decided to swap the comfort of the capital Lisbon to return to their roots in Macedo de Cavaleiros, after an extremely violent robbery perpetrated on the parents of 47-year-old Raquel Mariano, a theologian who has become a farmer since she returned to her starting point in 2012.

Giving the elderly family support and security on the one hand, and seeking quality of life on the other, by putting their faith in agriculture, the rearing of free-range chickens and the running of a small family restaurant, was the reason for Raquel and Miguel returning to Quinta do Melro, some 20 kilometres from Macedo de Cavaleiros. Four years later, the profits are just spiritual, as Raquel explains: "There is spiritual profit and psychological profit, but monetary profit only with a lot of financial gymnastics. It's grain by grain", she says, not wanting to disclose the turnover they have achieved during the last four years devoted to agriculture.

The land in Trás-os-Montes has never been easy; it has always required a lot of sweat

DE Die elterlichen Gewohnheiten bei der Umstellung des Bauernhofes auf 100 % ökologische Landwirtschaft zu verändern und dem damit einhergehenden Einkommenausfall der nächsten fünf Jahre zu kompensieren, waren die ersten Herausforderungen, die das Ehepaar Mariano zu meistern hatte. Zuvor erklimmen sie bereits andere steile Hügel. Der erste bestand darin, nach einem brutalen Überfall auf die Eltern von Raquel Mariano, 47, einer zur Landwirtin konvertierten Theologin, den gemeinsamen Entschluss zu fassen, das komfortable Leben in Portugals Hauptstadt Lissabon aufzugeben. Im Jahr 2012 kehrten sie in ihr Elternhaus in Macedo de Cavaleiros zurück, zu ihren Wurzeln sozusagen.

Die Richtschnur für Raquel und Miguel besteht darin, einerseits ihren alternativen Familienmitgliedern Unterstützung und Sicherheit zu geben, andererseits Lebensqualität in der Hinwendung zur Landwirtschaft zu finden. Auf der Quinta do Melro, ungefähr 20 Kilometer von Macedo de Cavaleiros entfernt, züchten sie nun Geflügel und betreiben ein kleines familiäres Restaurant. In den vergangenen vier Jahren erzielten sie bisher lediglich einen immateriellen Gewinn, oder wie Raquel es ausdrückt: „Gewinn verzeichnen wir bislang



muita qualidade. A produção de castanha, quase toda para exportação – 90% da qual é exportada para Itália, conta Miguel –, e de azeite, quase todo para o mercado interno, são a âncora do negócio. O último grande investimento foi a plantação de mais de mil oliveiras, ainda jovens, de dois anos, mas que no próximo outono vão juntar-se às mais de duas mil irmãs mais velhas, na produção de azeitona que a Cooperativa de Macedo de Cavaleiros transformará em azeite, “*o petróleo de Trás-os-Montes*”, na definição de Miguel Mariano, 41 anos. Ao todo são 12 hectares de olival.

Na última campanha, a produção de azeitona caiu para as dez toneladas, depois de uma trovoadas no final de setembro último ter destruído 40% das azeitonas. “*Para o ano de 2017 estimamos aumentar a produção para 20 toneladas, mas tudo depende da meteorologia*”, augura o empresário e agricultor. A produção de castanha em 2015 rondou as duas toneladas, mas este ano ainda é uma incógnita. “*Só no verão vamos saber*”, diz Miguel Mariano, recordando um saber antigo que conta que se não vier céu nublado na primeira semana de agosto, então será um “*bom ano de castanhas*”.

A família Mariano é praticamente autosuficiente em matéria de alimentação, pois cerca de 80% do que consome é produzido nas suas terras. “*Só preciso de comprar massa, arroz, peixe e alguma carne*”, revela Raquel, afirmando que na sua horta as sementes que lançam à terra são as tradicionais, as que vêm da família e que passam de ano para ano. No setor hortícola, os Mariano auto fornecem-se com batata, batata-doce, maçãs, peras, pêssegos, dióspiros e tomate. O feijão branco e o vermelho, o alho francês, a cebola, a abóbora francesa, beringela,

and dedication, but the reward is normally products of great quality. The production of chestnuts, almost all for export – 90% to Italy, Miguel says – and of olive oil, almost all for the domestic market, is the bedrock of the business. The last major investment was planting more than 1,000 olive trees; they are young, two-year-old trees, but next autumn they will join their two thousand older sisters in the production of olives, which the Macedo de Cavaleiros Cooperative turns into olive oil, “*the petroleum of Trás-os-Montes*,” as 41-year-old Miguel Mariano calls it. They have a total of twelve hectares of olive trees.

During the last season, olive production fell to ten tonnes following a storm at the end of September, which destroyed 40% of the crop. “*For 2017, we estimate that production will increase to 20 tonnes, but everything depends on the weather*,” the businessman and farmer predicts. Chestnut production in 2015 was about two tonnes, but this year the figure is still unknown. “*We will only know in the summer*,” says Miguel Mariano, recalling an old belief according to which, if the sky is not cloudy in the first week of August, it will be a “*good year for chestnuts*”.

The Mariano family is practically self-sufficient in food, because around 80% of what they consume is produced on their own land. “*I only need to buy pasta, rice, fish and some meat*,” says Raquel, pointing out that the seeds they sow on their land are traditional ones that come from the family and are passed on from year to year. In the fruit and vegetable sector, the Marianos supply themselves with potatoes, sweet potatoes, apples, pears, peaches, persimmons and tomatoes. Haricot beans, red beans, leeks, onions, squash, aubergine, beetroot, cabbage,

auf spiritueller und auf psychologischer Ebene. Monetärer Gewinn gelingt uns dagegen nur mit größter finanzieller Akrobatik, Körnchen für Körnchen... „ führt sie aus, ohne Details zum Umsatz der letzten vier, der Landwirtschaft gewidmeten Jahren offenzulegen.

Das Leben auf dem Land in Trás-os-Montes ist nie einfach gewesen. Es war immer mit einer Menge Schweiß verbunden, mit viel Mühe, jedoch bestand der Lohn in der Regel aus Erzeugnissen höchster Qualität. Die Kastanienernte, die fast komplett in den Export geht – allein 90% davon nach Italien –, sowie das Olivenöl, hauptsächlich für den heimischen Markt bestimmt, machen dabei das Hauptgeschäft aus. Die letzte große Investition bestand in der Neuapfanzung von gut 1.000 zwei Jahre jungen Olivenbäumchen. Die ersten Oliven sollen sich schon im nächsten Herbst zur Ernte der bestehenden 2.000 älteren Olivenbäume von einer 12 Hektar umfassenden Gesamtfläche dazugesellen. In der Genossenschaft von Macedo de Cavaleiros werden sie dann in feinstes Olivenöl umgewandelt, das „*Petroleum von Trás-os-Montes*“, wie Miguel Mariano, 41, es nennt.

In der letzten Saison, nachdem ein Sturm Ende vergangenen Septembers 40% der Oliven vernichtet hatte, fiel der Ertrag auf zehn Tonnen. „*Für 2017 rechnen wir damit, die Ernte auf zwanzig Tonnen zu erhöhen, aber alles hängt vom Wetter ab*“, betont der Geschäftsmann und Landwirt gegenüber ECO123. Im Jahr 2015 ernteten wir auch zwei Tonnen Kastanien, aber wie es dieses Jahr werden wird, steht noch in den Sternen. „*Erst im Sommer können wir das genauer abschätzen*“, erklärt Miguel Mariano und zitiert eine überlieferte Weisheit: „*Bleibt der Himmel in der ersten Augustwoche ohne Wolken, wird es ein gutes Kastanienjahr.*“

Die Familie Mariano ist fast autark in Bezug auf ihre Lebensmittel, da sie etwa 80% von dem, was sie benötigen, auf ihrem Land selbst erzeugen. „*Ich muss lediglich Nudeln, Reis, Fisch und etwas Fleisch kaufen*“, erzählt uns Raquel und setzt hinzu, dass sie in ihrem Garten ausschließlich traditionelles, von der Familie überliefertes und Jahr für Jahr selbst gewonnenes Saatgut verwendet. Aus ihrem Garten versorgen sie sich mit eigenen Kartoffeln, Süßkartoffeln, Äpfeln, Birnen, Pfirsichen, Kaki-Früchten und Tomaten. Auch weiße und rote Bohnen, Porree, Zwiebeln, französischer Kürbis, Auberginen, rote Beete, Kohl, Rüben, Rübenblätter und Linsen kommen auf den Tisch. Alles ist selbst erzeugt.

Herbizide kommen ihr nicht auf dem Hof, aber Pestizide setzt man noch ein. Raquel Mariano schildert, dass es schwierig sei, ihren

beterraba, couves, nabo, nabiça e lentilha fazem também fila para chegarem à mesa dos Mariano. Tudo produção própria.

Herbicidas não entram na quinta, mas pesticidas ainda são utilizados. Raquel Mariano diz que não tem sido fácil convencer o pai a transformar a produção em 100% biológica, essencialmente, porque há um período de transição de cerca de cinco anos, necessários para os métodos naturais vencerem as pragas e doenças, que impede o lucro imediato.

Como acontece com a maioria dos agricultores, o casal Mariano não faz ideia das emissões que produzem, da pegada ecológica que a produção agrícola e avícola causam, mas têm a noção que compensam largamente com milhares de árvores, que além do olival, dos castanheiros e de um pinhal, incluem dezenas de árvores de fruto, em que se destacam nesta época do ano as floridas cerejeiras.

Entre a venda direta de uns patos bebés e uns frangos do campo com cinco semanas

turnips, turnip greens and lentils also queue up to get to the Marianos' table. All produced by themselves.

No herbicides are used on the farm, but pesticides are still used. Raquel Mariano says that it wasn't easy to persuade her father to convert to 100% organic production, mainly because, during the transition period, it takes approximately five years for natural methods to overcome the pests and diseases that normally hamper profits during these initial years.

As is the case with most farmers, the Marianos have no idea about the emissions they produce, about the ecological footprint that agricultural and poultry production cause, but they believe that they largely compensate for this with thousands of trees, which include dozens of fruit trees, notably the blossoming cherry trees at this time of the year, as well as the olive and chestnut trees and a pine wood.

Vater vom Bio-Anbau zu überzeugen; vor allem, weil in der erforderlichen fünfjährigen Umstellungszeit Schädlinge und Krankheiten den Ertrag oft zunichten machen.

So wie die meisten Landwirte haben auch die Marianos keine Vorstellung von der Größe ihres ökologischen Fußabdrucks, von der Menge der bei der Produktion auf dem Feld und in der Geflügelzucht anfallenden CO₂-Emissionen. Aber sie denken, dass sie einen Ausgleich schaffen mit den Tausenden von Oliven-, Kastanien- sowie Pinienbäumen, aber auch der großen Zahl an Obstbäumen, von denen sich im Frühjahr besonders die blühenden Kirschbäume farblich abheben.

Beim Verkaufen einiger Entenküken und fünf Wochen alten Masthähnchen berichtet sie, dass die Kompostbereitung zur „üblichen“ Praxis auf ihrem Land gehört. Im eigenen Gemüsegarten kommen keinerlei Herbizide und Kunstdünger zum Einsatz. „Wir verwenden nur Mineralsalze und den Winter über

Restaurante Novo Mariano

*Leva marisco fresco para Trás-os-Montes
Brings fresh shellfish to Trás-os-Montes
Bringt frischen Fisch nach Trás-os-Montes*

Marisqueira Novo Mariano é um restaurante ícone na cidade de Macedo de Cavaleiros, porque oferece aos clientes marisco fresco do Algarve e da Ericeira e até já ganhou o primeiro prémio do Festival Gastronómico de 2015 Geoparque Terras de Cavaleiro, com o ‘Geoprato Mariscada Varisca’, um prato rico e diverso como a Cordilheira Varisca da Europa, local onde está localizado o restaurante transmontano. Os amantes de marisco podem ali degustar lavagante, sapateira, gamba da costa, búzio, burrié, percebes, canavilha e gamba frita.

A Cordilheira Varisca da Europa resultou do choque entre dois continentes há cerca de 300 milhões de anos e ao qual os geólogos chamam ‘umbigo do mundo’, por apresentar vestígios de dois continentes e de um oceano desaparecido, muito antes dos dinossauros, e que resultou de um processo de colisão de massas, que originou uma cadeia de montanhas.

O Geoparque Terra de Cavaleiros é a quarta área com classificação de Geoparque em Portugal.

O município transmontano de Macedo de Cavaleiros candidatou o Geoparque Terras de Cavaleiro, com 700 quilómetros quadrados de área, à rede europeia e global de geoparques e ganhou a denominação da UNESCO a 23 de setembro de 2014.

The Marisqueira Novo Mariano is an iconic restaurant in the city of Macedo de Cavaleiros, because it offers clients fresh shellfish from the Algarve and Ericeira and has even won the first prize of the Geoparque Terras de Cavaleiro 2015 Gastronomy Festival with the “Geoprato Mariscada Varisca”, a rich shellfish dish that is as diverse as the European Variscan Belt, the geological region where this Trás-os-Montes restaurant is located. Shellfish lovers can savour lobster, crab, coastal prawns, whelks, periwinkles, gooseneck barnacles, and fried “canavilhas” and prawns.

The European Variscan Belt came into being through the collision between two continents some 300 million years ago, and is known by geologists as the “navel of the world” because it displays traces of two continents and an ocean that disappeared long before the dinosaurs and which was the result of a collision of continental masses that formed a range of mountains.

The Terra de Cavaleiros Geopark is the fourth area to be classified as a geopark in Portugal.

The Trás-os-Montes municipality of Macedo de Cavaleiros entered the 700-square-kilometre Terras de Cavaleiro Geopark for the European and global geopark network, and won the UNESCO denomination on 23rd September 2014.

Die Marisqueira „Novo Mariano“ gehört zu den Restaurant-Ikonen der Stadt Macedo de Cavaleiros. Es bietet seinen Gästen nicht nur frische Meeresfrüchte von der Algarve und aus Ericeira, sondern gewann im Jahr 2015 auch den ersten Platz beim Gastronomie-Festival Geoparque Terras de Cavaleiro mit seinem „Geo-Teller Mariscada Varisca“, einem Gericht, so reichhaltig und vielfältig wie das Variszische Gebirge in Nordportugal, wo sich das transmontanische Restaurant befindet. Liebhaber von Meeresfrüchten können dort Hummer, Krebse, Küstengarnelen, große und kleine Meeres-Gehäuseschnecken, Entenmuscheln und gebratene Gambas genießen.

Das Variszische Gebirge in Europa entstand aus dem Zusammenstoß zweier Kontinente vor über 300 Mio. Jahren. Geologen nennen es auch den "Nabel der Welt", da sich Spuren beider Kontinente und eines verschwundenen Ozeans aus einer Zeit lange vor Auftreten der Dinosaurier finden lassen. Das Aufeinandertreffen dieser Landmassen erschuf eine gewaltige Bergkette.

Der Geopark „Terras de Cavaleiros“ wurde als vierter seiner Art in Portugal von der UNESCO ausgezeichnet.

Die Transmontano-Gemeinde Macedo de Cavaleiros bewarb sich beim europäischen und globalen Geopark-Netzwerk mit einer Fläche von 700 Quadratkilometern als „Geopark Macedo de Cavaleiros“ und erhielt diese Auszeichnung von der UNESCO am 23. September 2014 zugesprochen.





de vida, Raquel vai contando à ECO 123 que a compostagem é uma prática “normal” nos seus terrenos e que na sua horta pessoal não entram herbicidas e adubo. “Usamos o sal natural e a cinza que andamos a guardar desde o início do inverno”, explica a “mulher furacão”, como gosta de lhe chamar Miguel, cheio de orgulho na companheira que escolheu para casar, em agosto de 2008. “Sabe, ela é teóloga de formação académica por paixão e foi professora de Educação Moral e Religiosa Católica durante 17 anos”, disse embebido de carinho.

Menos amigo do ambiente é, naturalmente, o negócio das aves, que se anuncia numa tabuleta: “vende-se frango do campo”. O frango do campo veste a pele de frango, mas também de pato, de ganso, de fracas e de codornizes, todos criados à moda antiga, em capoeiras, com muita liberdade de movimentos e até alimentar – são os chamados “pica no chão” –, que Miguel Mariano assegura que “deixam o terreno lavrado naturalmente”.

Raquel Mariano confessa que o negócio avícola está em queda, porque os jovens não têm o hábito de comprar animais vivos, o que também pode acabar por ser uma oportunidade para concretizar o projeto mais ambicioso do casal, que é construir um ‘resort’ ecológico. O projeto para criar um “albergue” ecológico está delineado e o investimento cifra-se na ordem dos três milhões de euros. “Só precisamos de um, ou vários, investidores”, lança Miguel, acreditando que o seu terreno tem um enorme potencial turístico por estar localizado em pleno Geoparque Terras de Cavaleiro, uma classificação da UNESCO em 2014.

Em toda a quinta, os Mariano gastam cerca de quatro mil euros em energia elétrica por ano. Há também nove mil euros de gastos em gasóleo para as viaturas próprias, carros, carrinhas, máquinas agrícolas e aquecimento da casa e ainda 3.500 euros gastos em gás propano. Enquanto não chegam investidores e enquanto os apoios financeiros do Portugal 2020 estão revestidos de incógnitas, os Mariano vão gerindo a quinta pondo em prática o lema dos 3R: reduzir no que estraga o ambiente, reutilizar e reciclar, conta Raquel.



Na produção
deste artigo houve
emissão de CO₂:
59,7kg/398Km
Porto - Macedo de
Cavaleiros - Porto

EMISSÕES\EMISSIONE
There was emission
of CO₂ in the pro-
duction of this artic-
icle: 59,7kg/398Km
Porto - Macedo de
Cavaleiros - Porto

While selling baby ducklings and five-week-old free range chicks, Raquel tells ECO 123 that composting is a normal practice on their land and that no herbicides or fertiliser are used on her personal vegetable plot. “We use natural salt and ash, which we have been keeping since the beginning of winter,” says the “hurricane woman”, as Miguel likes to call her; he is full of pride for the companion he chose to marry in August 2008. “You see, she is an academically trained theologian out of passion, and she was a teacher of Moral Education and Catholic Religion for 17 years,” he says, overflowing with tenderness.

Less environmentally friendly, of course, is the poultry business, which is advertised on a board saying “free-range chickens for sale”. Free-range chickens come in the form of chickens, but there are also ducks, geese, guinea fowl and quails, all raised in the old-fashioned way in coops with a lot of freedom of movement; they feed from the ground and Miguel Mariano assures us that they “leave the ground naturally ploughed”.

Raquel Mariano admits that the poultry business is in decline, because younger people are not in the habit of buying live animals, which could also turn out to be an opportunity for implementing the couple’s most ambitious project, the construction of an ecological resort. The project to create an ecological “albergue” is already outlined and the investment is in the order of three million euros. “We just need one or more investors,” says Miguel; he believes that his property has huge potential for tourism because it is located in the heart of the Terras de Cavaleiro Geopark, classified by UNESCO in 2014.

Throughout the farm, the Marianos spend around 4,000 euros per year on electricity. They also spend 9,000 euros on diesel fuel for their own vehicles, cars, vans, agricultural machines and heating, and another 3,500 euros on propane gas. As long as there are no investors and as long as the financial support from the programme Portugal 2020 is an unknown quantity, the Marianos manage the farm in accordance with the three Rs: reducing environmental damage, reusing and recycling, says Raquel.

gesammelte Holzasche, die wir streuen“, erklärt uns „Madame Wirbelwind“, wie Miguel seine im August 2008 geehelichte Partnerin gern voller Stolz nennt. „Wissen Sie, meine Frau ist mit Leib und Seele studierte Theologin und sie unterrichtete 17 Jahre lang Katholische Religion und Werte und Normen“, hebt er erfüllt von Zuneigung zu ihr hervor.

Weniger umweltfreundlich ist bedingtweise die Hühnerzucht, auf die das Schild „Freilaufendes Mastgeflügel zu verkaufen“ aufmerksam macht. Es werden nicht nur Hühner, sondern auch Enten, Gänse, Perlhühner und Wachteln aufgezogen, und zwar nach althergebrachter Methode in großzügigen Gehegen mit viel Platz für Bewegung und Futteraufnahme – der sogenannten Bodenhaltung. „Dabei hinterlassen sie einen auf natürliche Art umgegraben und gedüngten Boden“, wie Miguel Mariano betont.

Raquel Mariano gesteht, dass das Geflügelgeschäft im Niedergang begriffen ist, weil die jungen Leute es heutzutage nicht mehr gewohnt sind, lebende Tiere zum Schlachten zu kaufen. Dadurch könnte ein ehrgeiziges Projekt des Paares zu Fall kommen: die Einrichtung eines „Öko-Resorts“. Der Bau des umweltfreundlichen Hotels wurde bereits durchgeplant. Demnach werden die Investitionen im Bereich von drei Millionen Euro liegen. „Was uns noch fehlt, sind ein oder einige Investoren“, sagt Miguel und betont, dass die Lage ein enormes touristisches Potential besäße, dadurch, dass ihr Grundstück im von der UNESCO ausgezeichneten Geopark Terras de Cavaleiro liegt.

Die jährlichen Ausgaben zur Versorgung des gesamten Hofs mit Elektrizität belaufen sich auf rund 4.000 Euro. Dazu kommen 9.000 Euro, um ihre eigenen Fahrzeuge, inklusive Trecker und Autos, Lieferwagen, Landmaschinen und die Heizanlage des Hauses zu betreiben. Für weitere 3.500 Euro wird Propangas verbraucht. Solange keine Investoren in Sicht sind und die finanzielle Unterstützung durch Portugal 2020 auf Eis liegt, werden die Marianos auf ihrem Hof nach dem 3R-Prinzip verfahren: „Reduzir“ – vermeiden von Umweltbelastungen, „Reutilizar“ – wiederverwenden und „Reciclar“ – wiederverwerten von Dingen, schließt Raquel.

VISITE MONCHIQUE

VISIT MONCHIQUE\MONCHIQUE KENNENLERNEN

PATRIMÓNIO & NATUREZA HERITAGE & NATURE KULTURERBE & NATUR



TRAGA O MUNDO AO SEU NEGÓCIO

Distribuído internacionalmente o Visite Monchique é a melhor maneira de promover o seu negócio de um modo único e original. Interessado? Contacte-nos através do 918 818 108 ou 933 558 860

PT Vale a pena visitar Monchique. E quem subir a antíquissima calçada da aldeia tem sempre uma meta em vista: o antigo Convento dos Franciscanos, destruído no terramoto de 1 de novembro de 1755. Na reta final, o caminho deixa de ser em calçada e passa a ser um trilho que nos leva à ruína, na qual podemos ler a palavra "Family" e onde vive a família de Vidaul Gonçalves. Entre as paredes ruídas da parte central do convento, colocaram uma vedação e têm um galinheiro e uma bela horta, que lhes garante excelente alimento. Passeantes e visitantes da ruína são frequentemente convidados pelo senhor Vidaul a observar mais detalhadamente esta jóia em bruto que é o convento.

EN Monchique is well worth a visit. Because people who keep climbing up the ancient cobblestone street in the village generally have one goal in mind: the old Franciscan convent destroyed in the earthquake on 1st November, 1755. On the home straight, the cobblestones turn into a footpath that leads to the ruin, on which the word "FAMILY" is written and in which the family of Vidaul Gonçalves lives. In the middle of the convent, between the crumbling walls, they have put up a fence and have both a chicken run and a fine vegetable garden, which feeds them well. Hikers and visitors passing by on their way to the ruin are often invited by Senhor Vidaul to have a closer look at this rough-hewn gem.

DE Monchique ist einen Besuch wert. Denn wer auf dem uralten Kopfsteinpflaster im Dorf immer weiter hinaufsteigt, hat meist ein Ziel vor Augen: den alten, im Erdbeben vom 1. November 1755, zerstörten Konvent der Franziskaner. Auf der Zielgeraden geht das Kopfsteinpflaster in einen Wanderpfad über und führt zur Ruine, auf der „Family“ geschrieben steht und in jener der die Familie des Vidal Gonçalves lebt. Mitten im Konvent, zwischen den zerfallenen Mauern, haben sie einen Zaun gezogen und halten sowohl einen Hühner- als auch einen schönen Gemüsegarten, von dem sie sich redlich nähren.



LOJA DO MEL E DO MEDRONHO • Largo dos Chorões, Monchique • (+351) 967 735 783 • lojamm@sapo.pt

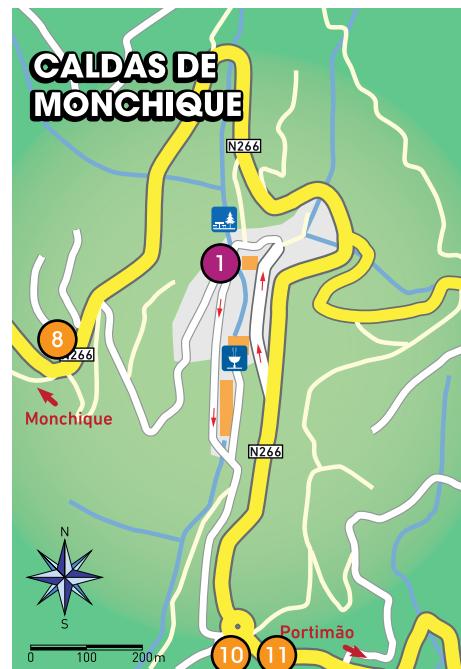
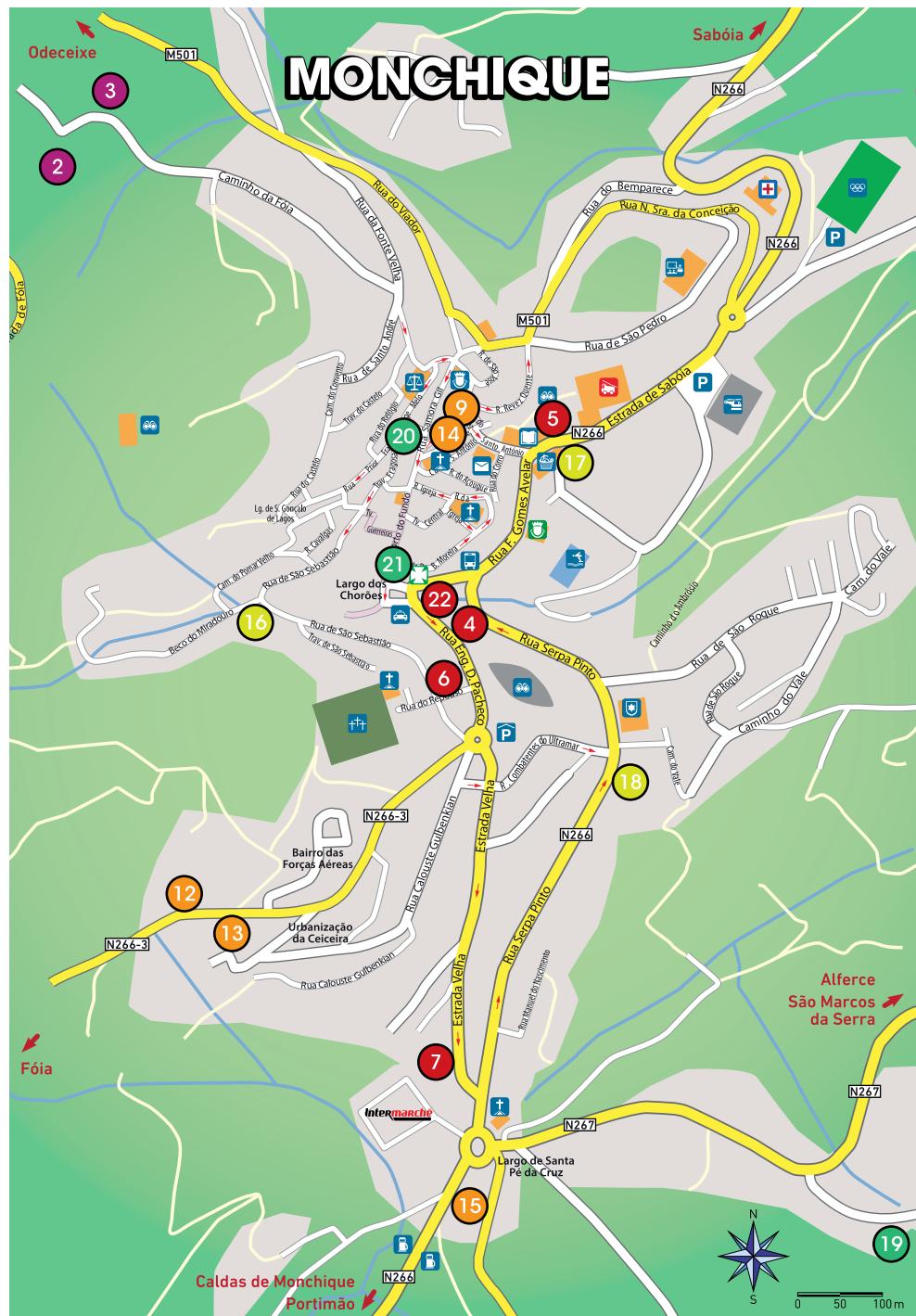


Aguardente de Medronho • Melosa • Licores • Doces • Compotas • Marmeladas • Geleias • Mel

Medronho Brandy • Melosa • Liqueurs • Sweets • Jams • Marmalades • Jellies • Honey

Medronho-Schnaps • Melosa • Liköre • Süßigkeiten • Konfitüren • Marmeladen • Gelees • Honig





Mapas produzidos por:
Maps produced by:
Karten produziert von:
 © Supermapa • Tel.: 963 541 073
Email: info@supermapa.net
All rights reserved

-  Câmara Municipal | ***City Council*** | Rathaus
-  Junta de Freguesia | ***Parish Council*** | Gemeinde
-  Biblioteca | ***Library*** | Bibliothek
-  Tribunal | ***Court house*** | Amtsgericht
-  Bombeiros | ***Fire Brigade*** | Feuerwehr
-  Centro de Saúde | ***Health Centre*** | Arzt-Zentrum
-  Farmácia | ***Chemist*** | Apotheke
-  Posto de Turismo | ***Tourist Office*** | Fremdenverwaltung
-  Igreja | ***Church*** | Kirche

-  Miradouro | **Viewpoint** | Aussichtspunkt
-  Correios | **Post Office** | Postamt
-  Mercado Municipal | **Market** | Markt
-  Supermercado | **Supermarket** | Supermarkt
-  GNR | **Police** | Polizei
-  Estacionamento | **Car Park** | Parkplatz
-  Estacionamento Coberto | **Covered Car Park** | Parkhaus
-  Táxi | **Taxi**
-  Terminal Rodoviário | **Bus Terminal** | Bushabahof

-  Posto de Gasolina | **Petrol Station** | Tankstelle
-  Heliporto | **Heliport** | Hubschrauberlandeplatz
-  Piscinas | **Swimming Pools** | Schwimmbad
-  Campo de Futebol | **Football pitch** | Fußballplatz
-  Escola | **School** | Schule
-  Cemitério | **Cemetery** | Friedhof
-  Termas | **Spa** | Thermen
-  Autocaravanas | **RV** | Wohnmobil

CONTACTOS · CONTACTS · KONTAKTE

» CÂMARA MUNICIPAL | CITY COUNCIL | RATHAUS
 (+351) 282 910 200 • www.cm-monchique.pt

» SAÚDE | HEALTH | GESUNDHEIT

SOS · 112

Centro de Saúde | ***Health Care Centre*** | Gesundheitszentrum
(Monchique); (+351) 282 910 100 • www.arsalgarve.min-saude.pt

Hospital Distrital | *District Hospital* | Krankenhaus (Portimão)
(+351) 282 450 330

» TRANSPORTE | *TRANSPORT* | TRANSPORT

Táxi | *Taxi*
(+351) 282 912 171

» TURISMO | TOURISM | FREMDENVERKEHRS-INFO

Linha de Apoio ao Turista | **Tourist Support Line** | Telefonische Hilfe
(+351) 808 781 212

Posto de Turismo | **Tourist Office** | Touristen-Info
(+351) 282 911 189

» URGÊNCIAS | EMERGENCIES | NOTFÄLLE

Bombeiros Voluntários | *Fire Brigade* | Feuerwehr (Monchique)
(+351) 282 912 115

GNR | Police | Polizei (Monchique)
(+351) 282 912 629

Intoxicações | *Poisoning* | Vergiftung
(+351) 808 250 143

SOBRE • ABOUT • UBER

MONCHIQUE

Concelho | Municipality | Landkreis: 395,30 km²

População | Population | Einwohnerzahl: 6 045 (2011)

Freguesias | Parishes | Gemeinden: Monchique, Marmelete, Alferce

Principais actividades económicas: Artesanato, Agricultura, Silvocultura, Turismo termal e da natureza, Indústria da madeira.

Main economic activities: Handicrafts, Agriculture, Pig Industry, Tourism and thermal nature, Wood industry.

Wichtigste wirtschaftliche Sektoren: Kunsthandwerk, Landwirtschaft, industrielle Schweinezucht, Tourismus und Heilbad, Holzindustrie.

O PERCURSO • THE ROUTE • WANDERKARTE



LEGENDA • CAPTION • BILDUNTERRSCHRIFT

- HABITAÇÃO / HOTÉIS | HOUSING / HOTELS | WOHNEN / HOTELS
- PRODUTOS E SERVIÇOS | PRODUCTS & SERVICES
PRODUKT & DIENSTLEISTUNG
- GASTRONOMIA | GASTRONOMY | GASTRONOMIE
- SAÚDE E BEM ESTAR | HEALTH & WELLNESS | GESUNDHEIT & WELLNESS
- ARTES E OFÍCIOS | HANDICRAFT | KUNST(HANDWERK)

1 Villa Termal das Caldas de Monchique SPA RESORT (+351) 282 910 910 www.monchiquetermas.com

2 Reguengo do Beira Rio Hotel
Monchique, Portugal • (+ 351) 282 911 901
reguengo@reguengo.com • www.reguengo.com

3 CASAS DE CAMPO | COUNTRY HOUSES
RECANTO DA RIBEIRA
Foz do Besteiro, Monchique
T: (+351) 282 912 114
info@recantodaribeira.com
www.recantodaribeira.com

4
Idália Duarte e António Sequeira Duarte
Tlm.: 967 690 415
961 467 417
Enchidos e Presuntos Tradicionais
Loja de Porco Preto, R. Serpa Pinto, 18 - Monchique
Tel: 282 913 461 • idaliaduartelida@hotmail.com

5
EVANGELISTA DE OLIVEIRA
Presuntos e Enchidos Tradicionais da Serra de Monchique
Pé da Cruz - 8550-328 Monchique
Tel.: (+351) 282 912 114 • Tlm.: (+351) 964 078 155
E-mail: evangelista.oliveir@sapo.pt

6 Computer repairs and maintenance
Recycling used parts • File recovery • Free estimates
• Monchique area • 963 006 287 •
Bits 'n' PCs

7 Carlos Manuel Duarte Assunção
Droguaria - Drugstore - Drogerie
Nebrija de Baga e Sião • Vidros • Fornecedores • Ferramentas • Ferramentas
Ferramentas • Ferramentas • Ferramentas • Ferramentas
Lente • Óptica • Instrumentos...
Teléfone: 1650 420 Nereigas • (+351) 282 913 641 • (+351) 965 360 668

8 restaurant
fine dining
vegetarian-friendly
international cuisine
more info
alcaria-do-banho.com
+351 282 912 523
lesbelges.com.br

9 Defendendo a gastronomia Monchiqueira
Defending the Monchique cuisine
Encerra à 4ª feira | Closed on Wednesdays
Rua Dr. Samora Gil, 30-34 - 8550-461 Monchique
(+351) 282 912 142 | 962 044 273
restaurantecharrette@hotmail.com

10 RESTAURANTE "O MAXIMINO"
E.N. 266, Pocilgais, Caldas de Monchique - 8550 Monchique
(+351) 282 911 427 • restaurante maximino@hotmail.com

11 FOZ DO BANHO
restaurante • bar
artesanato
restaurant • bar
handicraft
Caldas de Monchique - 8550-232 Monchique
Tel.: (+351) 282 913 860
Encerra à 2ª feira | Closed on Mondays

12 PRATOS REGIONAIS E
TRADICIONAIS PORTUGUESES
ABERTO TODO O ANO
REGIONAL & TRADITIONAL
PORTUGUESE CUISINE
OPEN ALL YEAR
Celorica, Estrada da Fóia - 8550-245 Monchique • (+351) 282 912 392

13
Restaurante Grill • Esplanada
Espetáculos, Grilled no Carvão
Assados no Forno de Lenha • Presunto da Região
Gastronomia, Charcoal Grillled
Roasted Dishes • Regional Smoked Ham
Estrada da Fóia - 8550-270 Monchique
(+351) 282 911 149 | 963 254 452 • luardafoia@gmail.com

14
ÓCHÁLÁ casa de chá . fabrico próprio tea house . homemade cakes
Rua Dr. Samora Gil, 12 - 8550 Monchique • (+351) 282 912 524

15
Idália Manuela Duarte
CASA DE FÁBRICO PRÓPRIO
• Pão com Chouriço
• Bolos, Doces e Salgados
• Licores de Aguardente de Medronho
Pé da Cruz - 8550-467 Monchique • 282 912 636 • 967 690 415

16 Centro de Yoga Monchique
Vedanta Saraswati - Yoga teacher
telephone: 964 047 369 | email: swamivedantananda@gmail.com
www.vedantananda.com

17 MONCHIQUE
Legumes e frutas de agricultura biológica, às sextas na praça.
Vegetables and fruits from organic farming fridays on the market.
Gemüse und Früchte aus biologischem Anbau freitags auf dem Markt.
www.anossaterra.org

18 CENTRO VETERINÁRIO DE MONCHIQUE
Rua Serpa Pinto, 97 - 8550-467 Monchique
Tel.: 282 911 008 | Tlm.: 964 192 251
Horário: 2º-6º: 9:30-12:30 e 15:00-19:00 • Sábado: 10:00-13:00

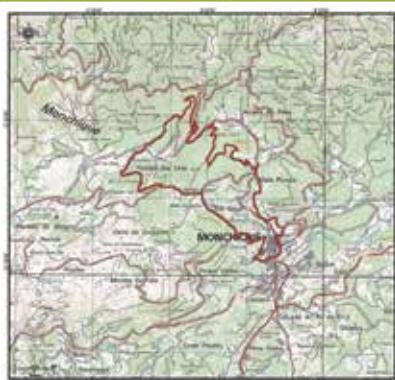
19 MONCHIMÓVEIS
MÓVEIS DE MADEIRA NATURAL
NATURAL WOOD FURNITURE
NATURHOLZMÖBEL
Carneirinha das Moças
8550-497 Monchique
(+351) 966 296 467
móveis.madeira.natural@gmail.com
100% NATURAL

20
Bem-vindos confraternizem-se na
Good shoes we buy in
Gute Schuhe kaufen wir in
SAPATARIA MIRA
MONCHIQUE • DESDE 1889
Rua Dr. Samora Gil, 31 • (+351) 282 912 278
Calçado Português! Couro e Conforto.

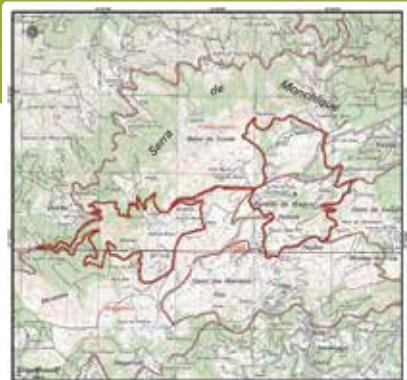
21 Maria • Custódio
Feltro Artesanal Portugal
Workshops >> Inverno \ Winter 2016
+ info: www.mariacustodio.com
Largo dos Chorões, 14 - A Monchique \ (+351) 963 355 975

PATRIMÓNIO & NATUREZA

HERITAGE & NATURE \ KULTURERBE & NATUR



ROTA DOS MOINHOS
www.cm-monchique.pt/NR/rdonlyres/DOC9BD9D-9CFB-4384-9231-23F16600FFB5/0/Rota_dos_Moinhos.jpg



ROTA DAS CASCATAS
www.cm-monchique.pt/NR/rdonlyres/181A0E9-08D7-4749-9428-C1F294278B46/0/Rota_das_Cascatas.jpg

PT No centro espiritual do antigo convento, o visitante sente-se como numa aldeia museu – mas sem telhado, claro, já que este desabou há mais de 250 anos – e pode também visitar o antigo refeitório, ainda com cobertura. Fica-se com uma noção da beleza original das edificações. A visita é feita à própria conta e risco, pois as paredes podem ruir a qualquer momento. No centro do claustro – intocado pelo terremoto – ergue-se aos céus uma velha magnólia do século 17, uma raridade botânica e árvore classificada. Quem quiser continuar a caminhar, deverá seguir as indicações da „Via Algarviana“ durante mais de cinco quilómetros até ao cume da Foia, a 902 metros de altura, e se o tempo estiver bom terá uma vista panorâmica sobre a paisagem.

Quem quiser visitar mais uma atração do concelho de Monchique deverá levar algo para comer e beber e planejar um piquenique durante a caminhada até ao Moinho de Água de Poucochinhas. O trilho PR4 está marcado e tem uma extensão de cerca de 10km. É um dos percursos circulares da Rota dos Moinhos, que começa no Largo dos Chorões, em frente à fonte moura. É lá que se encontra a placa de madeira com informações sobre o percurso. O moinho mais bem conservado, restaurado e em funcionamento, é o de Barranco dos Pisões. Para lá chegar, sai-se de Monchique, a pé, por Peso, em direção a Noroeste. Na Junta de Freguesia pode ser marcada uma visita guiada ao moinho. (telefone 282 912 871\info@jf-monchique.pt)

O Percurso pedestre das Cascatas é, sem dúvida, uma escolha para caminhantes experientes e treinados. O percurso PR5 tem cerca de 20km e começa e acaba no ponto mais alto do Algarve, na Foia. Daí, a rota desce para a „Cascata de Barbelote“, um lugar onde já só há um habitante eremita, o Senhor Marcelino. Depois continua-se a descida para Chirão, o ponto de viragem mais baixo e mais a Oeste da caminhada. Espera-nos neste local mais uma pequena cascata, antes da subida até Azenha e Choça. Para esta rota, o caminhante deve abastecer-se com comida e bebida suficiente, levar um kit de primeiros socorros, mas sobretudo deve levar bastante água e protetor solar. Apesar do vento, na montanha, o sol de verão queima impiedosamente. Por causa das altas temperaturas, só é aconselhável fazer esta caminhada do nascer do Sol até ao meio-dia.

EN In the spiritual heart of this former convent, visitors feel as though they've entered an open-air museum – without a roof, of course, as that collapsed over 250 years ago – and they can also visit the one-time refectory, still with its roof. You get an idea of the beauty of the ruin. You visit at your own risk because the walls are in danger of collapsing at any time. In the middle of the cloister – left completely untouched by the earthquake – a magnolia tree dating from the 17th century stretches up to the sky, a true botanical rarity that is protected. Those wishing to keep walking should follow the signs to the „Via Algarviana“ and follow it over five kilometres up to the 902-metre peak of Foia, where you can enjoy the all-round view over the countryside when the weather is fine.

Anyone wanting to visit another of the sights in the municipality of Monchique should take something to eat and drink with them and plan a walk to the watermill of Poucochinhas. The waymarked footpath PR4 is about ten kilometres long. It is the "mill trail" (Rota dos Moinhos), a circular walk that starts at the Largo dos Chorões, opposite the Moorish fountain in the village. There's a wooden signpost to point you in the right direction. The best preserved, restored and functioning mill is the one in Barranco dos Pisões. You reach it by heading northwest out of Monchique on foot through the hamlet of Peso. At the Junta de Freguesia, the parish council, walkers can arrange a guided visit of the mill in advance. (Tel. 282 912 871\info@jf-monchique.pt)

The hike to the waterfalls (Rota das Cascatas) is definitely something for experienced, practised day hikers. The waymarked PR5 is around 20 km long and starts and finishes at the highest point in the Algarve, Foia. From there, the trail leads down to the "Cascata de Barbelote", a place with just one resident, the elderly Senhor Marcelino. From there, you keep walking downhill as far as Chirão, the most westerly and lowest lying point and the turning point on the hike. Another small waterfall awaits you here before the climb back up to Azenha and Choça. Here too, hikers should prepare themselves for the walk with enough provisions and a first-aid kit. They should ensure that they have enough water and sunscreen with them. Despite the wind, the summer sun burns down mercilessly. Owing to the high temperatures, this hike is only recommended between sunrise and just before midday.

DE Vorbeikommende Wanderer und Besucher der Ruine werden oft von Senhor Vidal eingeladen, sich den ungeschliffenen Juwel einmal näher anzuschauen. In der geistigen Mitte des ehemaligen Klosters fühlt sich der Besucher wie in einem Freiluftmuseum – natürlich ohne Dach, weil das ja schon seit mehr als 250 Jahren eingestürzt ist – und er kann auch das ehemalige Refektorium, noch mit Dach, besuchen. Man bekommt eine Ahnung von der Schönheit des Gemäuers. Der Besuch ist auf eigene Gefahr, denn die Gemäuer sind jederzeit einsturzgefährdet. In der Mitte des Kreuzgangs – vom Erdbeben völlig unberührt – streckt sich ein aus dem 17. Jahrhundert stammender alter Magnolienbaum in den Himmel, eine echte botanische Rarität unter Naturschutz. Wer jetzt noch weiterwandern möchte, nehme die Ausschilderung der „Via Algarviana“ und folge ihr über fünf Kilometer hinauf zum 902 Meter hohen Gipfel Foia und hat bei gutem Wetter die Rundum-Aussicht über das Land.

Wer eine weitere Sehenswürdigkeit des Landkreises Monchique besuchen möchte, nehme sich etwas zu Essen und Trinken mit und plane eine Wanderung mit Picknick zur Wassermühle von Poucochinhas. Der markierte Weg PR4 ist rund zehn km lang. Es ist die Mühlenwanderung (Rota dos Moinhos) und sie ist eine Rundwanderung, die am Largo do Chorões, gegenüber dem Maurischen Brunnen im Dorf beginnt. Dort steht der zur Orientierung dienende Wegweiser aus Holz. Die am besten erhaltene, restaurierte und funktionierende Mühle ist jene, die im Barranco dos Pisões liegt. Man kommt zu ihr, in dem man Monchique über den Flecken Peso in nordwestlicher Richtung zu Fuß verlässt. In der Gemeindeverwaltung „Junta de Freguesia“ kann der Wanderer einen geführten Besuch der Wassermühle vorab vereinbaren. (Tel. 282 912 871\info@jf-monchique.pt)

Die Wanderung zu den Wasserfällen (Rota das Cascatas) ist durchaus etwas für geübte und versierte Tageswanderer. Der gekennzeichnete PR5 ist rund 20 km lang und beginnt und endet jeweils auf dem höchsten Punkt der Algarve, auf Foia. Von dort führt die Route zum „Cascata de Barbelote“ hinunter, einem Flecken mit noch einem Einsiedler, dem älteren Senhor Marcelino. Von dort wandert man weiter bergab bis nach Chirão, dem westlichen und am tiefsten gelegenen Wendepunkt der Wanderung. Ein weiterer kleiner Wasserfall wartet hier vor dem Wiederaufstieg nach Azenha und Choça. Auch hier sollte sich der Wanderer mit genügend Proviant und einer Apotheke auf die Tour vorbereiten. Er sollte darauf achten, genügend Wasser und Sonnenschutz mitzunehmen. Trotz Windes brennt die Sommersonne in den Bergen gnadenlos. Diese Wanderung empfiehlt sich aufgrund der hohen Temperaturen nur von Sonnenaufgang bis zur frühen Mittagszeit.

ENCHIDOS • PRESUNTOS • PICANHA • MEL • MEDRONHO

A tasca abre às 7H00 para servir o pequeno almoço, café e outros produtos. Aos almoços e jantares a comida baseia-se em ingredientes frescos desde o pão, peixe fresco do dia a grelhados no carvão. Grande Variedade de pratos, desde pequenos snacks, pratos bem constituídos, a refeições vegetarianas, comida regional, pizza's e menu's infantis.

TODOS OS DIAS HÁ COMIDA E PÃO FRESCO DE FORNO COM FOGO DE LENHA.

A partir de dia 1 de Julho, haverá leitão todos os dias. Artesanato local, loja dos sabores de Monchique, animal park e parque infantil.

INFORMAÇÃO DE CONTACTO: (+351) 282 035 709 | (+351) 938 875 517 | Sítio do Miradouro - Caldas de Monchique



PREÇO ESPECIAL: grupos de aniversário, casamentos, batizados e outros eventos.

Serviço de Take-Away | Cartão Cliente Especial

Visite-nos em: www.facebook.com/familychique
ou em www.familychique.webnode.pt

LISBOA

Gil Penha Lopes

traduções: Bill Reed & Heike Lange

Uma Regeneração Integral

A SOBREVIVÊNCIA HUMANA COM AS ALTERAÇÕES CLIMÁTICAS

Comprehensive Regeneration

HUMAN SURVIVAL DURING CLIMATE CHANGE

Ganzheitliche Erneuerung

ÜBERLEBEN DER MENSCHHEIT IM KLIMAWANDEL“



Gil Penha Lopes

PT Gil Penha - Lopes é professor convidado na Faculdade de Ciências da Universidade de Lisboa. Tem coordenado projectos europeus e nacionais em matéria de adaptação às alterações climáticas, com foco em iniciativas lideradas pela comunidade . Lecciona no Programa Internacional de Doutoramento sobre as Alterações Climáticas e Políticas de Desenvolvimento Sustentável da Universidade de Lisboa.

Gil é também cofundador da plataforma europeia de iniciativas lideradas pela comunidade sobre a sustentabilidade e as alterações climáticas (ECOLISE) e publicou recentemente o livro sobre "Permacultura e Adaptação às Mudanças Climáticas".

EN Gil Penha-Lopes is a Guest Lecturer at the Faculty of Sciences, University of Lisbon. He has been coordinating European and national projects on bottom-up climate change adaptation with a focus on community-led initiatives. He also lectures on the International Doctoral Programme on Climate Change and Sustainable Development Policies at Lisbon University.

Gil also co-founded the European platform of community-led initiatives on sustainability and climate change (ECOLISE) and recently published a book on "Permaculture and Climate Change Adaptation".

DE Gil Penha-Lopes ist Gastprofessor an der Fakultät für Naturwissenschaften der Universität von Lissabon. Er war verantwortlich für die Koordinierung europäischer und nationaler Projekte zur Bottom-up-Anpassung (engl. von unten nach oben) an den Klimawandel mit einem Fokus auf von den Gemeinden durchgeführten Initiativen. Er hält Vorträge beim Internationalen Promotionsprogramm zum Klimawandel und einer nachhaltigen Entwicklungspolitik der Universität Lissabon.

Gil ist Mitbegründer der europäischen Plattform der Gemeinschaftsinitiativen zur Nachhaltigkeit und dem Klimawandel (ECOLISE) und veröffentlichte kürzlich ein Buch über "Permakultur und Anpassung an den Klimawandel."

PT As palavras que integram o título já começam a aparecer e a ser proferidas nos eventos e documentos oficiais de entidades como as Nações Unidas, a Comissão Europeia, o Comité Europeu Económico e Social, o ICLEI, presidentes municipais e várias ONGs internacionais. Ao nível local, as iniciativas comunitárias, como as ecovilas, os projetos de permacultura e as iniciativas de transição, têm desenhado e testado novos paradigmas de vivência, geralmente focados na produção e consumo local de produtos

EN The words that form the title have already started to appear and to be uttered at the events and in the official documents of bodies such as the United Nations, the European Commission, the European Economic and Social Committee, ICLEI (International Council for Local Environmental Initiatives), municipal presidents and several international NGOs. On a local level, community initiatives such as eco-towns, permaculture projects and transition initiatives, have designed and tested new living paradigms,

DE Die von mir gewählten Worte der Überschrift beginnen bereits Einzug in Veranstaltungen und offizielle Dokumente von Organisationen der UN, der Europäischen Kommission, dem Europäischen Wirtschafts- und Sozialausschuss, dem ICLEI – „International Council for Local Environmental Initiatives“ (weltweiter Verband von Städten, Gemeinden und Landkreisen für Umweltschutz und nachhaltiger Entwicklung), bei Bürgermeistern und verschiedenen internationalen NGOs zu halten. Auf lokaler Ebene entwickeln und erproben Gemeinschaftsinitiativen wie Ökodörfer, Permakulturprojekte und Initiativen der Transition-Bewegung bereits neue Überlebensstrategien, überwiegend mit Betonung auf lokaler Produktion und Verbrauch von Produkten, Gütern und umweltfreundlichen Dienstleistungen (biologisch, organisch, zertifiziert etc.) sowie integrativen, fairen und partizipativen Verwaltungsformen. Die Vision dieser Initiativen, die auf die Regeneration sozialer, ökologischer, ökonomischer und kultureller Zusammenhänge abzielt, erlaubt eine Innovation in all diesen Dimensionen, oft integriert in das Konzept von "Social Entrepreneurship", das sogenannte Sozialunternehmertum.

Mit diesem Essay möchte ich einige Tendenzen und Aktionen vorstellen, die in Portugal auf verschiedenen Ebenen umgesetzt werden könnten, um die kontinuierliche Zunahme der schädlichen Auswirkungen des Klimawandels zu verlangsamen und zu stoppen. Mit Klimawandel meine ich die langsamen Veränderungen wie den steigenden Meeresspiegel und die Verschiebung der Jahreszeiten, sowie extreme Wetterereignisse wie Überschwemmungen und Hitzewellen, verursacht durch die deutliche Zunahme der Treibhausgase in der Atmosphäre, die bereits den Wert von 400 ppm überschritten haben.

e serviços amigos do ambiente (biológicos, orgânicos e certificados, entre outros) e em formas de governação inclusivas, justas e participativas. A visão, destas iniciativas, focada na regeneração dos sistemas sociais, ambientais, ecológicos, económicos e culturais, tem vindo a permitir inovar em todas estas dimensões, sendo muitas vezes integradas no conceito de “empreendedorismo social”.

Este ensaio tem como objetivo tentar apontar algumas direções e ações que poderiam ser implementadas em Portugal, a diferentes níveis, por forma a conseguirmos desacelerar e lidar com o contínuo crescimento do impacto das alterações climáticas. Por alterações climáticas considero quer as alterações lentas - como o aumento do nível do mar e a mudança das estações - assim como os eventos meteorológicos extremos, como inundações e ondas de calor, provocados pelo aumento significativo de gases de efeito de estufa na atmosfera, que já ultrapassou o valor de 400ppm.

Foi perceptível que na COP21, em Paris, houve ainda uma significativa incoerência entre as intenções nacionais de emissão de gases de efeito de estufa e as emissões totais calculadas para ficarmos abaixo dos 1.5°C de aumento de temperatura média global - com referência ao período pré-industrial. Atualmente, já estamos 0.8°C mais quentes e as intenções de emissão dos países apontam para a concretização do cenário que nos levará a um mundo cerca de 4°C mais quente. Dado que não vale a pena tentar enumerar porque não valerá a pena querer viver num mundo 4°C mais quente, recomendo a leitura do relatório designado “*Turn Down the Heat*”, elaborado por uma das instituições de maior prestígio na Europa (PIK).

Considero que Portugal, assim como qualquer outro país e região, deverá criar uma visão a longo prazo onde seja interessante viver em harmonia com toda a restante vida neste planeta. Os objetivos do milénio poderão ajudar a essa visão, mas não consideram o contexto, a cultura e o sonho de uma nova sociedade que está a emergir. Para o leitor curioso, deixo aqui este site para poder conhecer algumas das iniciativas a que me refiro, www.redeconvergir.net, e aconselho a visita ao projeto CATALISE também no mesmo site.

Esta visão poderá ter como princípios e valores:

- ser inclusiva, respeitando por toda a vida e todos os cidadãos;

generally focused on local production and consumption of environmentally friendly products and services (organic, certificated etc.) and on forms of governance that are inclusive, fair and participative. The vision of these initiatives, focusing on the regeneration of social, environmental, ecological, economic and cultural systems has been enabling people to innovate in all these aspects, frequently under the heading of “social entrepreneurship”.

The aim of this essay is to try and indicate some directions and actions that could be implemented in Portugal, on different levels, so that we can succeed in decelerating and coping with the increasing impact of climate change. I take climate change to include both slow changes - such as the rise in sea level and changes in the seasons - and extreme weather events - such as floods and heat waves - caused by the significant increase in greenhouse gases in the atmosphere, which already exceeded 400ppm.

It was noticeable at COP21 in Paris that there was a significant lack of coherence between the national intentions on greenhouse gas emissions and the total emissions that have been calculated for us to remain below the 1.5°C average global increase in temperature (compared to the pre-industrial period). At present, we are already 0.8°C warmer, and the intended emissions by countries indicate a scenario which will lead us to a world that is about 4°C warmer. Given that it is not worth trying to list the reasons why it would not be worth wanting to live in a world that is 4°C hotter, I recommend reading the report “*Turn Down the Heat*”, compiled by one of the most prestigious institutions in Europe (PIK).

I believe that Portugal, just like any other country and region, must create a long-term vision where it will be a pleasure to live in harmony with the rest of life on this planet. The millennium objectives could help with this vision, but they do not consider the context, the culture and the dream of a new society that is emerging. For interested readers, I include here this site for them to find out about some of the initiatives I am talking about, but there are many more (www.redeconvergir.net, and I recommend a visit to the project CATALISE, also on the same site).

This vision could have the following principles and values:

- being inclusive, respecting all life and all citizens;

Bei COP21 in Paris wurden die noch immer signifikanten Abweichungen deutlich zwischen den Absichtsbekundungen der Nationen zur Reduktion ihrer Treibhausgas-Emissionen und des errechneten maximal erlaubten Gesamtausstoßes, um unter einem globalen mittleren Wert des Temperaturanstiegs von 1,5°C zu bleiben. Im Vergleich zum vorindustriellen Zeitalter ist es jedoch schon um 0,8°C wärmer geworden. Die von den Ländern angepeilten Emissionen werden uns die Umsetzung des Szenarios einer Welt bescheren, die bald circa 4°C wärmer sein wird. Da es nicht lohnt, an dieser Stelle alle Gründe aufzuzählen, warum ein Leben auf einem um 4°C wärmeren Planeten nicht erstrebenswert ist, empfehle ich den von einem der angesehensten Institutionen in Europa erstellten Bericht „*Turn Down The Heat*“ zu studieren. (PIK)

Ich bin der Meinung, dass Portugal, wie jedes andere Land bzw. Gebiet auch, eine langfristige Strategie unter der Prämisse entwickeln sollte, mit allen anderen Lebewesen auf diesem Planeten in Harmonie zu leben. Die Millenniumsziele können dazu beitragen, aber sie berücksichtigten noch nicht die besonderen Umstände, die Kultur und die Visionen einer sich entwickelnden neuen Gesellschaft. Dem interessierten Leser möchte ich die Webseite www.redeconvergir.net empfehlen (und dort ganz besonders CATALISE), wo er einige der Projekte kennlernen kann, auf die ich mich hier beziehe, und noch viele weitere.

Diese neue Vision könnte auf folgenden Prinzipien und Werten basieren:

- Gemeinsinn und Respekt für alles Leben und alle Bürger;
- Aufgeschlossenheit, Akzeptanz und Fortbildung für eine auf konstruktivem Experimentalismus basierende Entwicklung;
- Erprobung und Einführung von Wirtschaftssystemen, die Verhaltensweisen fördern, die den Naturgesetzen folgen und menschliche und natürliche Systeme wieder herstellen;
- Einführung verschiedener Wohlstandsindikatoren;
- Entwurf, Erprobung und Einführung partizipativer, vielstufiger und anpassungsfähiger Verwaltungsformen mit einer betont hohen Verantwortlichkeit der Bürger, der Kommunen und der

- ser positiva, capacitando e permitindo um desenvolvimento baseado num experimentalismo construtivo;
- testar e estabelecer sistemas económicos que favoreçam os comportamentos que se regem pelas leis naturais e regenerem os sistemas humanos e naturais;
- estabelecer diversos indicadores de prosperidade;
- desenhar, testar e implementar sistemas de governação participativa multinível e adaptativo, com uma forte componente de responsabilização dos cidadãos, comunidades e governos aos diversos níveis;

É importante que esta visão seja positiva, inspirando-nos a ser a mudança que queremos (vi)ver no mundo e, acima de tudo, permitir uma multiplicidade de visões e realidades que serão interdependentes. Uma metáfora poderá ser a do nosso corpo humano. Dezenas de órgãos bem diferentes, com funções, necessidades e modos de estar diferentes, e no entanto, quando num corpo saudável, com uma harmonia de conjunto impressionante, permitem-nos realizar ações muitas vezes consideradas impossíveis. Tentando dar um vislumbre de potenciais medidas a curto prazo para a implementação desta visão sugiro os seguintes:

- implementar moedas complementares, adaptadas ao contexto local, e que promovam especialmente a produção e consumo local dos bens básicos como alimentos, energia e água. O euro continuará para todas as transações que fazem sentido, relativamente aos bens e serviços que são, por natureza, e necessidade, transnacionais.
- salário básico incondicional que permita a todo o cidadão português a sobrevivência, podendo ser, na maioria, pago numa moeda complementar (apoioando o ponto anterior)
- mapear as boas práticas (incluindo políticas e financeiras) utilizadas em Portugal e em outros países com condições biofísicas e meteorológicas similares. Considero as mais importantes: i) construção de habitações sustentáveis; ii) produção agroecológica e biológica com múltiplos benefícios para a biodiversidade; iii) despoluir e desobstruir os cursos naturais de água; iv) regenerar os ecossistemas naturais com espécies autóctones, assim como naturalizar as cidades; v) promover uma educação mais humanizada, ligada à natureza e em sintonia com o contexto atual e a

- being positive, building capacity and facilitating development based on constructive experimentation;
- testing and establishing economic systems that favour behaviours that are governed by natural laws and regenerate human and natural systems;
- establishing a range of indicators of prosperity;
- designing, testing and implementing systems of participative governance that are multi-level and adaptive, including a significant component of making citizens, communities and governments responsible at different levels.

It is important for this vision to be positive, to inspire us to be the change that we want to see and experience in the world, and above all for it to permit multiple visions and realities that will be interdependent. One metaphor could be that of the human body. Dozens of very different organs with different functions, needs and behaviours, and yet, when they are part of a healthy body, they display an impressive harmony as a whole, which allows us to do things that are often considered impossible.

In an attempt to give the reader a glimpse of potential short-term measures to implement this vision, I suggest the following:

- implementing complementary currencies, adapted to the local context, which promote local production and consumption of basic goods such as foodstuffs, energy and water in particular. The euro will continue for all transactions where it is appropriate, with regard to goods and services that are, by their very nature and of necessity, transnational.
- Unconditional basic income to enable every Portuguese citizen to survive; most of it could be paid in a complementary currency (supporting the previous point)
- mapping good practices (including political and financial ones) used in Portugal and in other countries with similar biophysical and meteorological conditions. I consider the following to be the most important: i) building sustainable housing; ii) agro-ecological and organic production with multiple benefits for biodiversity; iii) cleaning up and unblocking natural watercourses; iv) regenerating natural ecosystems with indigenous species, as well as

Regierungen auf verschiedenen Ebenen;

Es ist wichtig, dass es sich um eine positive Vision handelt, die uns dazu inspiriert, die Veränderung, die wir in dieser Welt erreichen möchten, zu „leben“. Vor allem soll sie eine Vielzahl von Visionen und Realitäten erlauben, die miteinander ein Ganzes ergeben. Eine Metapher dafür kann z.B. unser Körper sein: Eine Vielzahl von Organen mit sehr unterschiedlichen Funktionen, Bedürfnissen und speziellen Fähigkeiten, die aber in einem gesunden Körper mit einer beeindruckenden Harmonie zusammenarbeiten und es uns ermöglichen Dinge zu tun, die eigentlich unmöglich scheinen.

Um Ihnen einen Einblick in machbare, kurzfristig umsetzbare Maßnahmen zur Realisierung dieser Vision zu geben, möchte ich einige Anregungen geben:

- Einführung einer ergänzenden Währung, angepasst an die lokalen Umstände, gedacht vor allem zur Förderung der lokalen Produktion und des lokalen Verbrauchs von Grundgütern wie Nahrung, Energie und Wasser. Der Euro wird weiterhin sinnvoll bleiben für alle Transaktionen, Waren und Dienstleistungen betreffend, die von Natur aus und umständehalber auf überregionaler Ebene stattfinden.
- Ein bedingungsloses Grundeinkommen, das allen portugiesischen Bürgern das Überleben sichert. Es könnte in der Komplementärwährung ausgezahlt werden, um den vorherigen Punkt zu unterstützen.
- Erstellen einer Liste von guten Praktiken (einschließlich politischer und finanzieller), die sich in Portugal und anderen Ländern mit ähnlichen biophysikalischen und meteorologischen Bedingungen bewährt haben. Für am Wichtigsten halte ich: i) nachhaltiges Bauen; ii) ökologische Landwirtschaft mit ihren positiven Auswirkungen auf die biologische Vielfalt; iii) Reinigung und Renaturierung der natürlichen Wasserläufe; iv) Regenerieren der natürlichen Ökosysteme mit einheimischen Arten sowie Begrünung der Städte; v) Förderung einer humanisierten Ausbildung, im Sinne der Natur und im Einklang mit dem aktuellen Kontext und den beschlossenen Zielen; v) Gratisnutzung von öffentlichen Verkehrsmitteln bis zum 18. Lebensjahr und die Förderung des Gebrauchs von

visão estabelecida; v) ter os transportes públicos gratuitos até aos 18 anos e promover o uso de meios de transporte, amigos do ambiente, como as bicicletas em meio urbano.

- envolver as comunidades locais costeiras, onde habita grande parte da população portuguesa, e desenhar estratégias (suportadas por políticas e financiamento) de adaptação às alterações climáticas, nomeadamente, face aos impactos da subida do nível médio do mar e tempestades com chuva intensa e ventos fortes. Os benefícios e custos de tal adaptação deverão ser claros e será importante compreender até quando uma visão de futuro é conciliadora com os impactos atuais e cenários futuros para essas localidades. Aqui estou a referir-me a podermos ter de começar a utilizar a natureza para nos apoiar (designada de adaptação baseada nos ecossistemas) ou mesmo até a relocalização de comunidades e atividades de uma forma planeada e com tempo.
- desenvolver estratégias para as zonas do interior do país, que têm desafios múltiplos.
- Identificar as competências e conhecimentos que são necessários, nos diversos níveis e territórios, e capacitar, via cursos profissionais, um número suficiente de pessoas que apoiem, desenvolvendo empresas ou integrando instituições (públicas e privadas), e alterem o foco, procedimentos e produtos destas.

Esta lista está muito incompleta mas dá uma ideia de algumas decisões que poderão promover uma transformação harmoniosa - não disruptiva e rápida - para vivermos de forma mais sustentável. É claro que estas, e outras medidas, devem ser substituídas assim que o seu objetivo for cumprido, podendo apoiar novos comportamentos e procedimentos que nos façam avançar na implementação da visão - ou alteração da mesma - e tentando evitar o empreendedor criativo de "furor o sistema", bem característico do genoma português. Por outro lado, este genoma português já nos levou aos cinco continentes e já demonstrou que, quando inspirados e com uma visão clara, podemos, em conjunto, ter feitos inimagináveis e grandiosos. Vamos a isso?

re-naturing the cities; v) promoting more humanised education, linked to nature and in harmony with the current context and the vision that was established; v) having free public transport up to the age of 18, and promoting the use of environmentally friendly means of transport such as bicycles in an urban environment.

- involving local communities in coastal areas, where much of the population in Portugal lives, and designing strategies (supported by policies and finance) for adapting to climate change, in particular coping with the impact of a rise in average sea levels and storms with heavy rain and strong winds. The benefits and costs of such adaptation should be clear, and it will be important to understand to what extent a vision of the future is compatible with the current climate impacts and future scenarios for those places. Here I am referring to the fact that we might have to start using nature to support ourselves (known as ecosystems-based adaptation) or even relocate communities and activities in a planned manner and in good time.
- developing strategies for the interior of our country, which faces multiple challenges.
- identifying the skills and knowledge that are necessary at different levels and in different areas; also using professional training courses to build the capacity of a sufficient number of people to provide support, while developing companies or becoming part of institutions (public and private) in order to alter their institutional focus, procedures and products.

This list is by no means complete, but it gives an idea of some decisions that could promote a harmonious transformation (not disruptive and rapid) so that we can live in a more sustainable Portugal.

It is clear that these or other measures must be replaced as soon as their objective is achieved, thereby supporting new behaviours and procedures that make us progress in implementing the vision or changing it and trying to prevent the creative entrepreneur from "undermining the system," so characteristic of the Portuguese DNA. On the other hand, this DNA took us to the five continents of the world and has already demonstrated that, when we are inspired and have a clear vision, we can, together, achieve unimaginable and great things. Shall we get on with it?

umweltfreundlichen Verkehrsmitteln wie Fahrrädern in städtischen Gebieten.

- Einbeziehung der Küstengemeinden, wo der größte Teil der portugiesischen Bevölkerung lebt, in eine von Politik und Finanzwelt unterstützte Entwicklung von Anpassungsstrategien an den Klimawandel, insbesondere in Hinblick auf den steigenden Meeresspiegel und Unwetter mit schweren Regenfällen und Stürmen. Nutzen und Kosten einer solchen Anpassung sollten klar abgesprochen werden, unter besonderer Berücksichtigung, bis wie weit eine in die Zukunft ausgerichtete Planung nötig ist in Anbetracht der aktuellen Auswirkungen und Zukunftsszenarien für diese Orte. Ich meine damit auch, dass wir uns die Funktionsweisen der Natur zunutze machen müssen (der sogenannte Ökosystem-Ansatz). Das kann auf lange Sicht bis hin zu einer Verlagerung von Gemeinden oder Aktivitäten führen.
- Entwicklung von Strategien für das Binnenland Portugals, das mit vermehrten Herausforderungen zu kämpfen hat.
- Analyse der beruflichen Fähigkeiten und Kenntnisse auf den verschiedenen Ebenen und Gebieten. Befähigung einer ausreichenden Anzahl von Menschen durch eine professionelle Ausbildung, die Entwicklung von Unternehmen und Institutionen (öffentliche und private) dabei zu unterstützen, ihren Fokus, ihre Vorgehensweisen und ihre Produkte entsprechend zu ändern.

Diese Liste ist unvollständig, aber sie gibt eine Vorstellung von den Möglichkeiten, die eine harmonische Transformation (unterbrechungsfrei und schnell) zu einem nachhaltigeren Leben in Portugal fördern können. Natürlich müssen diese oder andere Maßnahmen jeweils durch neu definierte Verhaltensweisen und (Produktions) Verfahren ersetzt werden, sobald die hier genannten erfüllt sind. Bei der Entwicklung und Umsetzung der angepeilten Ziele sollte man so verfahren, dass der kreative Aktionist nicht das ganze System zu Fall bringt, wie das leider typisch für uns Portugiesen ist. Auf der anderen Seite hat uns die Art des Handelns schon auf alle fünf Kontinente der Welt gebracht. Das beweist, dass wir, sind wir erst einmal von einer Sache begeistert und haben ein klares Ziel vor Augen, gemeinsam zu unvorstellbaren und herausragenden Leistungen fähig sind. Also, wie sieht's aus, packen wir's an?



Na produção
deste artigo não
houve emissão
de CO₂.

EMISSÕES\EMISSION

There was no
emission of CO₂ in
the production of
this article.

Null CO₂ Emission
während der
Recherche zu
diesem Artikel.

Fátima Torres

Quinta Seis Marias

PT Fátima Torres (46 anos) é agricultora biológica na Quinta Seis Marias. Este ano, ela festeja, com os seus quatro funcionários e um estagiário, os dez anos de existência da sua propriedade agrícola, com seis hectares de área, no Sargaçal, perto de Lagos. A ECO123 foi lá visitá-la e entrevistá-la.

EN Forty-six-year-old Fátima Torres is an organic farmer at Quinta Seis Marias. This year, she is celebrating its 10th anniversary with her four employees and one trainee; the farm stands on six hectares of land in Sargaçal near Lagos. ECO123 visited her and interviewed her there.

DE Fátima Torres (46) ist Biobäuerin auf Quinta Seis Marias. In diesem Jahr feiert sie mit ihren mittlerweile vier Angestellten und einem Auszubildenden das zehnjährige Bestehen auf ihrem sechs Hektar umfassenden bäuerlichen Grund und Boden in Sargaçal bei Lagos. ECO123 hat sie dort besucht und interviewt.

Na verdade, tendo estudado Gestão de empresas, devia estar a gerir uma empresa em Lisboa. Mas tornou-se contabilista e depois agricultora. Porquê?

Quando o meu pai morreu, fiquei com a empresa rural convencional e dirigi-a para a agricultura orgânica. Desde então, dirijo-a de corpo e alma e sem fazer contas às horas que aqui trabalho, normalmente das seis horas da manhã, até à meia-noite. A nossa Quinta Seis Marias é e vai continuar a ser uma empresa familiar.

O que é que está a cultivar agora?

Muitos e belos tipos de vegetais, alfaces, fruta. Entretanto, mais de 80 produtos diferentes. Cada cesto contém pelo menos dez legumes diferentes e frutos, tanto no inverno como no verão. São dez kg, com um pouco de tudo, por 15 euros, e seis kg por 10 euros.

Como se distribuem as vendas?

Os cestos para os clientes diretos representam cerca de cinco por cento das minhas vendas, a venda direta na loja da propriedade, cerca de dez por cento. As lojas biológicas de Lagos até Loulé, fazem cerca de 20% e no Mercado de Lagos vendo eu, outra vez, cerca de 20%. Além disso, existem lojas biológicas em Lisboa e no Norte, que forneço diretamente, uma vez por semana.

After studying business administration, you should really be managing a company in Lisbon. But you became a tax adviser and then a farmer. Why?

When my father died, I took over the conventional farm and converted it to organic farming. I put my heart and soul into running it and I can't count the hours that I work here, generally from six in the morning to midnight. Our Quinta das Seis Marias is and will remain a family business.

What are you cultivating at present?

Many nice vegetables, salads, fruit. There are now 80 different products. Every basket contains at least ten different vegetables and fruits, both in winter and summer. Ten kilos of different things for 15 euros, or six kilos for 10 euros.

How are your sales distributed?

The baskets for the direct clients account for about five percent of my sales, direct sales in the farm shop for about ten percent. The organic shops from Lagos to Loulé account for 20 percent, and I sell about another 20 percent at the market in Lagos. Then there are organic shops in Lisbon and the north; I supply directly once a week.

But that must make your ecological footprint several times bigger.

I sell 70 to 80 percent of my agricultural produce in the Algarve. Every time I deliver



Fátima Torres

Eigentlich sollten Sie nach dem Betriebswirtschaftsstudium eine Firma in Lissabon managen. Sie wurden aber Steuerberaterin und dann Bäuerin. Warum?

Als mein Vater starb, habe ich den konventionellen bäuerlichen Betrieb übernommen und ihn auf organische Landwirtschaft umgestellt. Den führe ich mit Leib und Seele und die Stunden, die ich hier arbeite, in der Regel von sechs Uhr morgens bis Mitternacht, darf ich gar nicht zählen. Unsere Quinta das Seis Marias ist und bleibt ein Familienbetrieb.

Was bauen Sie gerade an?

Viele schöne Gemüsesorten, Salate, Früchte. Mittlerweile mehr als 80 verschiedene Produkte. Jeder Korb beinhaltet mindestens zehn verschiedene Gemüse und Früchte, egal ob im Winter oder im Sommer. Zehn kg von jedem etwas für 15 Euro und sechs Kilo für zehn Euro. Für Selbstabholer.

Wie sieht Ihr Vertriebskonzept aus?

Die Körbe für die Direktkunden machen ungefähr fünf Prozent meines Vertriebs aus, der Direktverkauf im Hofladen circa zehn Prozent. Die Bioläden von Lagos bis Loulé machen circa 20 Prozent und auf dem Markt von Lagos verkaufe ich noch einmal rund 20 Prozent. Dann gibt es Bioläden in Lissabon und im Norden, die beliefern mich wöchentlich einmal direkt.



Mas, assim, multiplica a sua pegada ecológica.

Eu vendo 70 a 80% dos meus produtos agrícolas no Algarve. De cada vez que forneço o Norte, como a nossa família é originária de Aveiro, trago também de lá produtos comigo, para o Sul, por exemplo, batatas-doces ou alguma coisa, que nós no Algarve não cultivamos, nesse momento sazonal. Esta semana, falta grão-de-bico e feijão no Algarve e, em troca, temos tomates e pimentos. No início do verão, ainda colhemos todos os dias morangos, ervilhas, laranjas, limões, e também já pepinos, cebolas, alho, tomates-cereja, rabanetes, alho-porro, couve-flor, rúcula, diferentes alfaces, abacate e batatas. Agora, colhemos nêsperas, em breve damascos e pêssegos, depois vêm as uvas e os figos. A meio do verão, é tempo do tomate, dos pimentos e dos legumes de verão. No final do verão, voltam as abóboras e, durante todo o inverno, aumentam outra vez as couves e os brócolos. Procuro manter a pegada tão pequena quanto possível, mas os transportes custam sempre muita energia e também dinheiro.

Apesar de ser praticada agricultura biológica em 8,1% da superfície agrícola de Portugal, ainda podia ser melhor. Como?*

Eu procuro pessoal competente e formado e não encontro. Vêm ajudas complementares talvez duas vezes por semana, por quatro horas por dia, arrancam ervas-daninhas e ajudam na colheita. Como pagamento, cada um leva um cesto cheio de produtos para casa. Mas não querem ser empregados. O que eu acho injusto, é que a mega-agricultura convencional de grande superfície saca todos os subsídios e nós, pequenas empresas biológicas, não recebemos nada. Em dez anos, não tive um único subsídio, e luto todos os dias para colher produtos bons e saudáveis e levá-los rapidamente ao consumidor. O que nos arranja sempre complicações é a organização perfeita entre colheita, lavagem, embalagem e o tempo exato de

to the north – our family originally comes from Aveiro – I bring products back to the south from there, for example sweet potatoes, or something that we are not growing in that season in the Algarve. This week, there is a shortage of chickpeas and beans in the Algarve; instead we have tomatoes and paprika. In the early summer, we are still harvesting strawberries, peas, oranges and lemons every day, as well as cucumbers, onions, garlic, cherry tomatoes, radishes, leeks, cauliflower, rocket, different types of lettuce, avocados and potatoes. The loquats are already finished, next there will be apricots and peaches, and then grapes and figs. Mid-summer is the time for tomatoes, peppers and summer vegetables. At the end of the summer, we have pumpkins again, and through the winter more cabbage and broccoli. I try to keep the footprint as small as possible, but transport requires a lot of energy, and money too.

Although 8.1% of Portugal's farmland is used for ecological farming, it could be better. How could this be done?*

I am looking for skilled, trained staff and cannot find them. We have additional staff maybe twice a week for four hours each day, and they do weeding and help with the harvest. In return, they each take a basket full of produce home with them. But they don't want to be employed. What I find unjust is that large-scale conventional farms receive all the subsidies and we small organic farms get nothing. In the ten years we have been running, I haven't received a single subsidy, and I fight every day to harvest good, healthy produce and to get it quickly to the consumer. What we keep having problems with is the perfect organisation of harvesting, washing, packing and punctual delivery. Because it is very important, for example, that the lettuces reach the client on the same day that they were harvested in the morning. The clients' consumption patterns are also difficult. For example, in the spring I have to buy apples from Italy or South Africa. Clients demand

Da vergrößert sich aber ihr ökologischer Fußabdruck um ein vielfaches.

70 bis 80 Prozent meiner landwirtschaftlichen Produkte verkaufe ich an der Algarve. Jedes Mal, wenn ich den Norden beliefe, unsere Familie stammt ursprünglich aus Aveiro, nehme ich von dort auch wieder Produkte mit nach Süden, zum Beispiel Süßkartoffeln oder etwas, was wir an der Algarve saisonal gerade nicht anbauen. Diese Woche fehlen Kichererbsen und Bohnen an der Algarve, dafür haben wir Tomaten und Paprika. Wir ernten jetzt im Frühsommer jeden Tag noch Erdbeeren, Erbsen, Orangen, Zitronen, auch schon Gurken, Zwiebeln, Knoblauch, Kirschtomaten, Radieschen, Lauch, Blumenkohl, Rucola, verschiedene Salate, Avocado, Kartoffeln. Die Nesperas sind durch und nun kommen Aprikosen und Pfirsiche, dann die Weintrauben und Feigen. Mitten im Sommer ist Tomatenzeit, Paprika und das Sommergemüse. Am Ende des Sommers dann wieder die Kürbisse und durch den Winter hindurch wieder vermehrt Kohl und Brokkoli. Ich versuche den Fußabdruck so niedrig wie möglich zu halten, aber die Transporte kosten immer viel Energie und auch Geld.

Obwohl auf 8,1 % der landwirtschaftlichen Fläche Portugals ökologischer Landbau betrieben wird, könnte es noch besser laufen. Wie denn?*

Ich suche kompetentes ausgebildetes Personal und finde es nicht. Es kommen zusätzlich Hilfskräfte vielleicht zwei Mal die Woche für vier Stunden am Tag und zupfen Unkraut und helfen bei der Ernte. Dafür nehmen sie sich jeweils einen Korb voller Produkte mit nach Hause. Die wollen aber nicht angestellt werden. Was ich ungerecht finde ist, dass der großflächige konventionelle Megaanbau die ganzen Subventionen abfischt und wir kleinen Bio-Betriebe nichts bekommen. Ich habe in den zehn Jahren keine einzige Subvention erhalten und ich kämpfe jeden Tag dafür, gute und gesunde Produkte zu ernten und schnell zum Verbraucher zu bringen. Was uns immer mal wieder Schwierigkeiten bereitet, ist die perfekte Organisation zwischen Ernte, Waschen, der Verpackung und dem zeitgenauen Vertrieb. Denn es kommt sehr darauf an, dass z.B. die Salate am selben Tag nach der morgendlichen Ernte noch den Kunden erreichen. Auch das Verbraucherverhalten des Kunden ist schwierig. Ich muss zum Beispiel im Frühjahr und Sommer Äpfel aus Italien



©quintaseismarcas.com

distribuição. Porque depende muito de, por exemplo, as alfaces chegarem no próprio dia ao cliente, depois da colheita matinal. O comportamento de consumo do cliente também é difícil. Eu tenho, por exemplo, na primavera e no verão, maçãs de Itália ou da África do Sul. O cliente exige maçãs, apesar da colheita, como todos sabem, se realizar sempre no outono. Isto é completamente de doidos. Devíamos comprar apenas aquilo que o solo nos oferece sazonalmente.

Não pode utilizar pesticidas, etc. O que utiliza em vez disso?

Só em caso extremo, óleo de Neem ou sulfato de cobre. Mas, normalmente, não utilizo nada, porque as plantas e ervas que eu cultivo são tão seleccionadas e ordenadas, que se complementam e se harmonizam.

Que conselhos daria a um jovem que queira ser agricultor?

Estudar economia para além de agricultura e, por outro lado, pensar muito bem no que o consumidor quer. O produto também tem que ser vendável, senão é deitado fora. Aqui no Algarve faltam, por exemplo, pêssegos e os tipos de maçã tradicionais, mas também o processamento artesanal dos nossos produtos tradicionais como figos, azeitonas, alfarroba, entre outros. Por outro lado, temos de preservar a variedade de sementes e produtos que a natureza nos oferece.

Muito obrigado pela entrevista.

*Em Portugal, em 2013, foram utilizados precisamente 271.532 hectares de terra como superfície agrícola orgânica. Isto representa o dobro da superfície utilizada para agricultura biológica, em toda a Rússia.

apples although the harvest, as everyone knows, is in the autumn. It's completely mad. You should only buy what comes out of the ground each season.

You're not allowed to use pesticides etc. What do you use instead?

Only in extreme cases, neem oil and copper sulphate. But generally I use nothing as the plants and herbs I grow are selected and arranged in such a way that they complement and harmonise with each other.

If you wanted to give a young person who would like to become a farmer a tip to help them on their way, what would it be?

To study business alongside agriculture and then, on the one hand, to think very carefully about what the consumer needs. The products have to be sold, otherwise they're thrown away. Here in the Algarve, there are no peaches for example, or the traditional sorts of apple, and there is also a shortage of the craft of processing our traditional produce such as figs, olives, carob and others. On the other hand, we must also preserve the variety of seeds and products that nature gives us.

Many thanks for talking to us.

*In 2013, exactly 271.532 hectares of land were used for ecological farming in Portugal. That is twice the area that is used for organic farming in the whole of Russia.

oder Südafrika dazukaufen. Der Kunde verlangt Äpfel, obwohl die Ernte, wie jeder weiß, immer im Herbst stattfindet. Das ist völlig verrückt. Man sollte nur das kaufen, was der Boden saisonal einem schenkt.

Sie dürfen ja keine Pestizide usw. benutzen. Was nehmen Sie stattdessen?

Nur im Extremfall Neemöl oder Kupfersulfat. In der Regel aber nehme ich nichts, denn die jeweiligen Pflanzen und Kräuter, die ich anbaue, sind so ausgesucht und angeordnet, dass sie sich ergänzen und miteinander harmonieren.

Wenn Sie einem jungen Menschen, der Bauer werden möchte, einen Tipp mit auf den Weg geben wollten, welcher wäre das?

Neben Landwirtschaft auch Wirtschaft zu studieren und sich dann einerseits sehr genau darüber Gedanken zu machen, was der Verbraucher benötigt. Das Produkt muss sich auch verkaufen lassen, sonst wird es weggeworfen. Hier an der Algarve fehlen z.B. Pfirsiche und die verschiedenen traditionellen Sorten Äpfel, aber auch das verarbeitende Handwerk unserer traditionellen Produkte wie Feigen, Oliven, Johannibrot u.a. Andererseits müssen wir die Vielfalt der Samen und der Produkte bewahren, die uns die Natur schenkt.

Vielen Dank für das Gespräch.

*In Portugal wurden in 2013 genau 271.532 Hektar Land als ökologische Anbaufläche genutzt. Das ist doppelt so viel Fläche wie in ganz Russland für biologischen Landbau genutzt wird.



Na produção
deste artigo não
houve emissão
de CO₂.

EMISSÕES E EMISSION

There was no
emission of CO₂ in
the production of
this article.

Null CO₂ Emission
während der
Recherche zu
diesem Artikel.

ANCCRAL

A terceira revolução portuguesa

Portugal's third revolution

Portugals dritte Revolution

PT Na queijaria do centro multiusos da freguesia de Azinhal, no concelho de Castro Marim, no Algarve, ali, onde o tempo tende por vezes a parar, houve uma verdadeira revolução e quase ninguém deu por isso. É lá que a ANCCRAL (Associação Nacional de Criadores de Caprinos da Raça Algarvia) produz, cinco dias por semana, um queijo fresco de cabra e um iogurte natural, incrivelmente bom, até hoje ímpar no país.

De segunda a sexta feira, de madrugada, Pedro Constâncio (na fotografia), no seu veículo com um tanque de inox de 2000 litros, faz a recolha do leite aos criadores de caprinos, o que, para o Ministério das Finanças, é

EN In the dairy of the multi-purpose centre in the parish of Azinhal in the municipality of Castro Marim in the Algarve, where time stands still from time to time, there has been – almost without anyone noticing it – a genuine revolution. For five days a week, the goat rearers association ANCCRAL (Associação Nacional de Criadores de Caprinos da Raça Algarvia) produces fresh goat's cheese there, and an incredibly good natural yoghurt, unprecedented in the region.

As part of his secondary activity, as the finance department would call it, (atividade secundária), Pedro Constâncio (see photo) collects the milk from the

DE In der Molkerei im Mehrzweck-Zentrum (Centro Multiusos) der Gemeinde Azinhal im Landkreis Castro Marim an der Algarve, dort wo die Uhren gern einmal stehenbleiben, hat – fast ohne dass jemand davon Notiz genommen hätte – eine echte Revolution stattgefunden. Der Ziegenverein ANCCRAL (Associação Nacional de Criadores de Caprinos da Raça Algarvia) produziert dort während fünf Tagen unter der Woche frischen Ziegenkäse und einen unglaublich guten Naturjoghurt, wie ihn das Land bisher nicht kennt.

In seiner zweiten Aktivität, wie das Finanzamt sich ausdrückt (Atividade Secundária) holt Pedro Constâncio



a atividade secundária da associação. Solange Pereira (26 anos) e Zoryana Vladymyzova (44 anos) tratam de garantir o abatimento da temperatura do leite, logo que Pedro chega à leitaria, esterilizando-o, depois, para a produção do queijo e do iogurte, adicionando como únicos ingredientes o cardo (8 gramas para 100 litros) e sal marinho (80 gramas por 100 litros). O queijo fresco é fornecido natural ou

goat farmers from Monday to Friday in the early morning with his 2,000 litre stainless steel tanker. Solange Pereira (aged 26) and Zoryana Vladymyzova (aged 44) cool the milk down as soon as Pedro has delivered it to the dairy, sterilise it later in readiness for preparing the cheese and the yoghurt, and add the only other ingredients, wild thistle tea (8 grams of thistle to 100 litres) and sea salt (80 grams to 100 litres). There are two fresh cheeses in the range, one

(siehe Foto) von Montag bis Freitag frühmorgens mit seinem 2.000 Liter fassenden Edelstahl-Transporter die Milch von den Ziegenbauern ab. Solange Pereira (26) und Zoryana Vladymyzova (44) kühlen die frische Milch herunter, sobald Pedro sie der Molkerei angeliefert hat, sterilisieren sie später für die Zubereitung des Käses und Joghurtes, fügen ihr als einzige Zutaten wilden Disteltee (8 Gramm Cardo auf 100 Liter) und Meersalz (80 Gramm auf 100





temperado com ervas da região, como orégãos e tomilho. Saboroso.

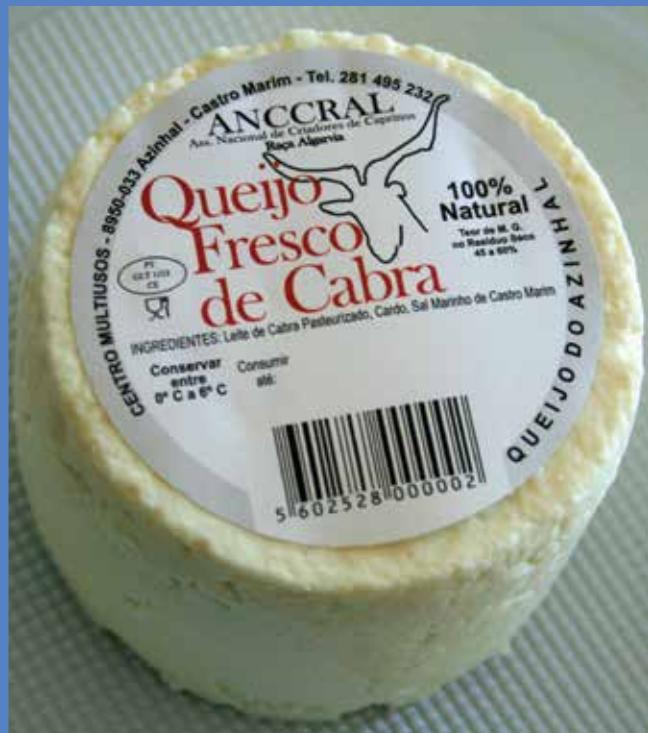
E aqui poderia terminar esta história de sucesso, se não houvesse ainda o iogurte e outros planos sustentáveis desta pequena e inovadora fábrica de laticínios, que teve o apoio da Câmara de Castro Marim para arrancar. Em 2011, nasceu a ideia de transformar produtos tradicionais de produtores locais de forma sustentável. A Câmara

is plain, the other is made with regional herbs, oregano and thyme. Delicious.

This little success story could end here, were it not for the yoghurt and the other sustainable plans of this small innovative dairy, which the municipality of Castro Marim helped to get up and running. In 2011, the idea was born to transform traditional products from local producers in a sustainable manner. The local authority made the newly-built

Liter) hinzu. Es gibt zwei Frischkäse im Angebot, einer ist natürlich, der andere mit Kräutern der Region aus Oregano und Thymian. Schmackhaft.

Damit könnte diese kleine Erfolgsgeschichte enden, wäre da nicht noch der Joghurt und die anderen nachhaltigen Pläne dieser kleinen innovativen Molkerei, bei der das Rathaus von Castro Marim geniale Geburtshilfe geleistet hat. In 2011 wurde



Municipal colocou o recentemente concluído centro multiusos, uma maravilha arquitetônica de inspiração árabe, à disposição da associação. Aqui também acontecem exposições, festas e os mercados anuais. Por semana, os 900 litros de leite entregues diariamente na queijaria são transformados em 2400 queijos frescos e 400 iogurtes, que são depois vendidos em cerca de 100 lojas e mercados da região.

multi-purpose centre available to the association, an architectural gem of Arab origin. This is where exhibitions, festivals and markets are held, which return every year. Every week, 2,400 fresh cheeses and 400 yoghurts are produced from the around 900 litres of goat's milk that are delivered every day, which are sold in about 100 shops and markets in the region. On Tuesdays and Thursdays, Marco Castro drives from Azinhal via

die Idee geboren, traditionelle Produkte von lokalen Erzeugern nachhaltig zu transformieren. Das Rathaus stellte das neu gebaute Mehrzweck-Zentrum, eine architektonische Schönheit arabischen Ursprungs, dem Verein zur Verfügung. Hier finden auch jährlich wiederkehrende Ausstellungen, Feste und Märkte statt. Pro Woche werden aus rund 900 Litern täglich angelieferter Ziegenmilch 2.400 Frischkäse und 400 Joghurts



Marco Castro faz as entregas destes produtos frescos de Azinhal até Faro, Loulé e Portimão, às terças e quintas feiras. A procura é muita e a mercadoria está praticamente sempre toda vendida. Este é o meio de subsistência para os 48 membros da associação e as suas quase 4000 cabras fêmeas, provenientes de três concelhos, Vila Real de Sto. António, Alcoutim e Castro Marim. Por cada litro de leite recebem

Faro and Loulé to Portimão, to distribute and deliver the fresh products. Demand is high, hardly any produce remains unsold. For the almost 4,000 goats and the 48 members of the association in the three municipalities of Vila Real de Sto. António, Alcoutim and Castro Marim, this is the basis of their livelihood. They receive between 55 and 65 cents per litre of goat's milk, depending on the season.

hergestellt, die in rund 100 Geschäften und Märkten der Region verkauft werden. Dienstag und Donnerstag fährt Marco Castro von Azinhal über Faro und Loulé bis nach Portimão, um die frischen Produkte aus- und anzuliefern. Die Nachfrage ist groß, nicht verkaufte Ware gibt es kaum. Für die knapp 4.000 Ziegen und die 48 Vereinsmitglieder in den drei Landkreisen Vila Real de Sto. António, Alcoutim und Castro Marim



entre 55 e 65 cêntimos, dependendo da época do ano.

Todos os iogurtes naturais (sem açúcar!) chegam ao consumidor em frascos com tampas metálicas, os quais são 100% recicláveis. À saída da fábrica os iogurtes de 150 g. custam 1,30€ (IVA incl.), sendo os queijos frescos de 170 g vendidos ao mesmo preço. A partir do ano que vem, está planeada a venda de leite de cabra em garrafas

All the natural yoghurts (sugar-free!) come in glass pots with metal tops, 100% recyclable. A 150-gram pot of yogurt costs €1.30, including VAT, from the dairy – the 170-gram fresh cheese costs the same. For next year, the plan is to sell fresh goat's milk in glass bottles. Locally produced, and sold regionally. Shouldn't ANCCRAL and the Castro Marim council also consider using returnable glass containers for the yoghurt and milk in

ist es die Existenzgrundlage. Pro Liter Ziegenmilch erhalten sie zwischen 55 und 65 Cent, je nach Jahreszeit tendierend.

Alle Naturjoghurts (ohne Zucker!) kommen in Gläsern mit Metalldeckeln zum Kunden, 100% recycelbar. 150 Gramm Joghurt kosten ab Molkerei € 1,30 inkl. MwSt. – der gleiche Preis existiert für den 170 Gramm schweren Frischkäse. Für nächstes Jahr ist nun der Verkauf von



de vidro. Produção local, venda regional. Será possível para a ANCCRAL e a Câmara Municipal de Castro Marim introduzirem um depósito (sistema de vasilhame) para as embalagens em vidro, para trabalhar de forma completamente sustentável? Este é o início de uma revolução local no mercado dos laticínios em Portugal, que também é impulsionada por Paula Rosa (44 anos), que gera a associação e a fábrica de laticínios. É ela que reporta à ECO123 os pequenos passos do desenvolvimento dos últimos cinco anos, chegando a vender leite a queijarias em Beja e Salir. No final da nossa visita sublinha que onde há vontade, também se encontram soluções.

order to be completely sustainable? It is the start of a local revolution in the milk market in Portugal, and another person responsible for this is Paula Rosa (aged 44), who manages the association and the dairy. She told ECO123 about the small steps of progress being made over the last five years, and she sometimes even sells milk to a cheese dairy in Beja and Salir. Where there's a will, there's always a way, she says at the end of our visit.



+ INFO
ANCCRAL, Azinhais | Paula|Elsa | anccral@gmail.com
Tel.: [+351] 281 495 232 | [+351] 925 051 390



Na produção deste artigo não houve emissão de CO₂.
There was no emission of CO₂ in the production of this article.
Null CO₂ Emission während der Recherche zu diesem Artikel.

frischer Ziegenmilch in Glasflaschen geplant. Lokal produziert, regional verkauft. Sollten ANCCRAL und das Rathaus von Castro Marim nicht auch einmal darüber nachdenken, ob sie die gläsernen Behälter für Joghurt und Milch als Pfandflaschen anbieten, um absolut nachhaltig zu arbeiten? Es ist der Beginn einer lokalen Revolution auf dem Milchmarkt in Portugal und mitverantwortlich dafür ist auch Paula Rosa (44), die Verein und Molkerei managt. Sie berichtet ECO123 von den kleinen Fortschritten in den letzten fünf Jahren und verkauft sogar manchmal Milch an eine Käserei in Beja und Salir. Wo ein Wille ist, findet sich immer ein Weg, betont sie am Ende unseres Besuches.

30>05
SET/OUT '16
SAGRES



**FESTIVAL
de
observação
de aves**

7ª EDIÇÃO

& ATIVIDADES DE NATUREZA

- > SAÍDAS DE CAMPO
- > SAÍDAS DE BARCO
- > ANILHAGEM DE AVES
- > ATIVIDADES PARA CRIANÇAS
- > MINI-CURSOS
- > EXPOSIÇÕES
- > MONITORIZAÇÃO DE AVES PLANADORAS
- > PASSEIOS A CAVALO

Inscrições abertas a partir de **julho** de 2016

Informações e inscrições:

WWW.BIRDWATCHINGSAGRES.COM

Câmara Municipal de Vila do Bispo > +351 910 547 861

Almargem > +351 925 482 138

SPEA > +351 918 468 233



As aves marinhas

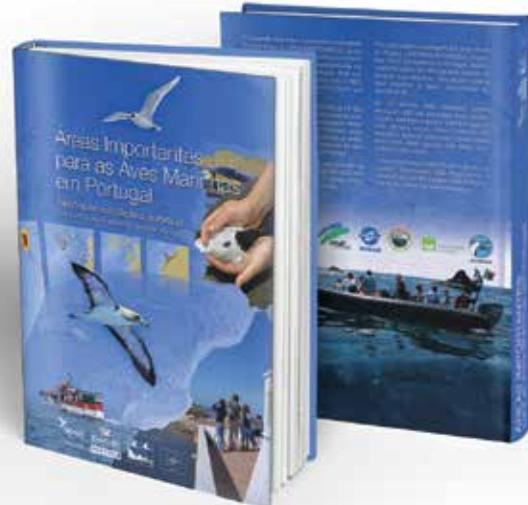
ECOLOGIA VERSUS ECONOMIA

Seabirds

ECOLOGY VS. ECONOMY

Die Meeresvögel

ÖKOLOGIE VS ÖKONOMIE



PT Quem se interessar por aves marinhas atlânticas em Portugal e pela sua vida marítima, está no sítio certo em www.spea.pt/pt/publicacoes/edicoes-virtuais. Nesta biblioteca da liga de defesa dos pássaros portuguesa, a SPEA, o amigo dos pássaros encontra, por exemplo, a notável obra de referência "IBAs Marinhas", com 260 páginas. Se clicarmos aí, somos dirigidos para outro lado e encontramos em <http://lifeibasmarinhas.spea.pt/pt/y-book/ibasmarinhas/> este livro grátis ISSUU, que já é um pouco antigo, mas não perdeu nada da sua atualidade.

Todos os anos, pelo outono, encontram-se em Sagres amigos dos pássaros de todo o mundo, e observam as migrações no mundo das aves. O cabo sudoeste da Europa parece ser um lugar mágico e o seu ponto de encontro. Quem quiser saber mais sobre o mundo dos aviadores marítimos, pode informar-se aqui intensivamente. Os cinco mais importantes autores deste projeto são Iván Ramirez, Pedro Geraldes, Ana Meirinha, Patrícia Amorim e Vitor Paiva. Graças ao apoio de diversas instituições, conseguiram produzir uma obra que, tanto geográfica como tematicamente, descreve e ilustra 57 populações de pássaros e as suas características, incluindo o seu comportamento de nidificação.

As atividades humanas no mar e em terra, como é referido em resumo nas páginas 213 e seguintes, como por exemplo, a navegação marítima internacional, a indústria da pesca, as atividades militares, a procura de petróleo bruto, gás e outros minerais, a construção de instalações portuárias e o turismo, constituem um perigo agudo para a vida da nossa fauna marinha. Com a perda progressiva de lugares virgens, com a contaminação e a poluição marinha e a introdução de poluentes ambientais, arriscamo-nos à extinção de populações inteiras de pássaros.

Nota final: Aqueles que, atualmente, permitem a pesquisa de petróleo e gás nas águas costeiras portuguesas, deviam ter este livro como leitura obrigatória.

EN Anyone interested in Atlantic seabirds in Portugal and their maritime life is in the right place at www.spea.pt/pt/publicacoes/edicoes-virtuais. In this library of the Portuguese association for the protection of birds SPEA, bird lovers will find, for example, the outstanding standard work "IBAs Marinhas" ("Important Areas for Seabirds in Portugal" - in English too), covering 260 pages. By clicking on the link, you will be taken to <http://lifeibasmarinhas.spea.pt/pt/y-book/ibasmarinhas/> where you will find this free ISSUU book, which is a little bit old, but no less up-to-date.

Every autumn, the world's bird lovers meet in Sagres and observe migrations in the world of birds. Europe's southwest cape appears to be a magical place and meeting point for those who like to see this phenomenon. Anyone wanting to learn more about the world of maritime birds can get detailed information here to start with. The five most important authors of this project are Iván Ramirez, Pedro Geraldes, Ana Meirinha, Patrícia Amorim and Vitor Paiva. Thanks to the support of numerous institutions, they have succeeded in creating a work that describes and illustrates, both geographically and thematically, 57 bird populations and their characteristics, including their nesting behaviour.

Human activity on land and at sea, it says in a summary on page 213 and the following pages, (for example international maritime transport, the fishing industry, military activities and the search for crude oil, gas and other minerals, the activities of the construction industry in port facilities, and tourism), is an acute danger for the life of our seabirds. With the ongoing loss of breeding areas, the contamination of the seas and the discharge of environmental toxins, we are risking the extinction of whole bird populations.

One final observation: This is compulsory reading for anyone who is permitting the prospecting for oil and gas in Portuguese coastal waters at the present time.

DE Wer sich für atlantische Meeresvögel in Portugal und ihr maritimes Leben interessiert, ist auf www.spea.pt/pt/publicacoes/edicoes-virtuais genau richtig. In dieser Bibliothek des portugiesischen Vogelschutzbundes SPEA findet der Vogelfreund zum Beispiel das herausragende Standardwerk „IbasMarinhas“, das 260 Seiten (in Portugiesisch und englischer Sprache) umfasst. Klickt man darauf, wird man weitergeleitet und findet auf <http://lifeibasmarinhas.spea.pt/pt/y-book/ibasmarinhas/> dieses ISSUU-Gratis-Buch, das schon ein wenig älter ist, aber nichts von seiner Aktualität verloren hat.

Jedes Jahr im Herbst treffen sich in Sagres die Vogelfreunde dieser Welt und beobachten die Migrationen in der Vogelwelt. Das Südwestkap Europas scheint ein magischer Ort und Treffpunkt dafür zu sein. Wer mehr über die Welt der maritimen Flieger erfahren möchte, kann sich hier intensiv vorab informieren. Die fünf wichtigsten Autoren dieses Projektes sind Iván Ramirez, Pedro Geraldes, Ana Meirinha, Patrícia Amorim und Vitor Paiva. Ihnen und dank der Unterstützung zahlreicher Institutionen ist es gelungen, sowohl geografisch als auch thematisch ein Werk zu schaffen, das eine Vielzahl von 57 Vogelpopulationen und ihren Eigenschaften, u.a. ihr Nistverhalten, gut beschreibt und bebildert.

Menschliche Aktivitäten zur See und an Land, so steht es in einem Resümee auf den Seiten 213 und folgenden, beispielsweise die Internationale Seeschifffahrt, die Fischereiindustrie, militärische Aktivitäten aber auch die Suche nach Rohöl, Gas und anderen Mineralien, die Aktivitäten der Bauindustrie von Hafenanlagen und auch der Tourismus seien ein akute Gefahr für das Leben unserer Meeresvögel. Mit dem fortschreitendem Verlust von Brutgebieten, mit der Verunreinigung und der Vermüllung der Meere, der Einleitung von Umweltgiften, riskieren wir das Aussterben ganzer Vogelpopulationen.

Schlussbemerkung: Wer zum gegenwärtigen Zeitpunkt in den portugiesischen Küstengewässern nach Öl und Gas suchen lässt, sollte das Buch als Pflichtlektüre nutzen.

Ecoaldeias a nível mundial

SOLUÇÕES LOCAIS PARA PROBLEMAS GLOBAIS

Eco-villages worldwide

LOCAL SOLUTIONS FOR GLOBAL PROBLEMS

Man braucht viele, um die Welt zu retten

ABER EINER MUSS JA DAMIT ANFANGEN



Na Global Ecovillage Network [Rede global de aldeias ecológicas] aliaram-se mundialmente, em rede, cerca de 10.000 projectos de aldeia e de comunidade. São comunidades de aldeias tradicionais, partes de cidade ou comunidades de vida fundadas conscientemente, que se decidiram conjuntamente por um caminho de sustentabilidade. Focam-se em cinco áreas: ecologia, sociologia, cultura, economia e formação. Seguidamente, apresentamos quatro destes projetos.

Around 10,000 village and community projects worldwide have come together in the Global Ecovillage Network. They are village communities, urban areas or deliberately created living communities that jointly opt for a path of sustainability. They focus on five areas: ecology, the social aspect, culture, the economy and education. We present four projects in the second part.

Im Global Ecovillage Network haben sich rund 10.000 Dorf- und Gemeinschaftsprojekte weltweit in einem Netzwerk zusammengeschlossen. Es sind traditionelle Dorfgemeinschaften, Stadtteile oder bewusst gegründete Lebensgemeinschaften, die sich gemeinsam für einen Weg der Nachhaltigkeit entscheiden. Dabei fokussieren sie auf fünf Bereiche: Ökologie, Soziales, Kultur, Ökonomie und Ausbildung. Im zweiten Teil stellen wir vier Projekte vor.



Findhorn \ Escócia \ Scotland \ Schottland

PT A Findhorn Foundation, na Escócia, é uma das aldeias ecológicas mais antigas. Em 17 de Novembro de 1962, Eileen Caddy, Peter Caddy e Dorothy Maclean, mudaram-se com a sua caravana e os três filhos para um modesto parque de caravanas da baía de Findhorn e plantaram um jardim, para o qual trouxeram conhecimento espiritual e ecológico. Foi como um milagre: em breve cresceram no solo arenoso 40 libras de pesados repolhos, que atraíram tanto cientistas cépticos, como “procuradores espirituais”. Vêm cada vez mais visitantes para ver o milagre e, rapidamente, foi necessário criar programas e alojamento para convidados. Foram construídas sete casas de madeira e ateliês artísticos, a que se seguiram um centro da comunidade e um espaço de meditação.

Actualmente, vivem aqui 600 pessoas: 120 membros fixos, que aqui recebem sustento e algum dinheiro de bolso pela sua colaboração, e 500 pessoas instaladas na zona circundante. Findhorn tem a mais elevada densidade de empreendedorismo social na Grã-Bretanha (atualmente 45). A própria Foundation, a instituição no coração da comunidade, tem uma riqueza de cinco milhões de Libras e uma renda anual de dois milhões. Os seus *workshops* de desenvolvimento pessoal e ações de formação sobre sustentabilidade duram entre alguns dias até vários meses e têm mais de 2000 participantes por ano. A sua pegada ecológica é metade da média britânica e uma das mais baixas no mundo ocidental. A Foundation é uma organização não-governamental registada na ONU, e poucos anos antes da sua morte, em 2006, Eileen Caddy foi condecorada pela rainha pelos seus méritos.

Aconteceu muita coisa neste meio século. Os repolhos estabilizaram num tamanho médio e os milagres parecem ser menos pedidos do que um saudável espírito comunitário. De uma “Alternativa ao Mainstream”, Findhorn tornou-se num “Complemento”: a comunidade aconselha regularmente administrações locais, urbanistas, presidentes de câmara municipal e estudantes acerca da sustentabilidade e capacidade de futuro.

EN The Findhorn Foundation in Scotland is one of the oldest existing eco-villages. On 17th November 1962, Eileen Caddy, Peter Caddy and Dorothy Maclean moved to a modest caravan park in Findhorn Bay with their caravan and the three Caddy children; they planted a garden in which they brought their spiritual and ecological knowledge to bear. It was like a miracle: soon there were 40-pound cabbages growing in the sandy soil, attracting both sceptical scientists and spiritual seekers. More and more visitors came to see this wonder, and soon programmes and guest accommodation facilities were needed. The building of seven cedar houses and art workshops, a community centre and a meditation room followed.

There are now 600 people living here: 120 permanent members are given accommodation and a small amount of pocket money for their collaboration, and 500 people have settled all around. Findhorn has the greatest concentration of social businesses in Britain (currently 45). The foundation itself has assets of five million pounds and an annual income of two million pounds. Its workshops for personal development and training in sustainability last between a few days and several months and are attended by over 2,000 people per year. Its ecological footprint is half the UK average and one of the lowest in the western world. The foundation is a UN-registered non-governmental organisation; and Eileen Caddy was honoured by Queen Elizabeth for her services a few years before her death in 2006.

Much has happened during these fifty years. The cabbages have settled down to an average size and miracles are less in demand than a healthy community spirit. Findhorn has developed from an “alternative to the mainstream” to being “complementary”: the community regularly advises local authorities, town planners, mayors and students on sustainability.

DE Die Findhorn Foundation in Schottland gehört zu den ältesten bestehenden Ökodörfern. Am 17. November 1962 zogen Eileen Caddy, Peter Caddy und Dorothy Maclean mit ihrem Wohnwagen und den drei Caddy-Kindern in einen bescheidenen Wohnwagenpark der Findhorn-Bucht und legten einen Garten an, in den sie ihr spirituelles und ökologisches Wissen einbrachten. Es war wie ein Wunder: Bald wuchsen im sandigen Boden 40 Pfund schwere Kohlköpfe, die sowohl skeptische Wissenschaftler als auch spirituelle Sucher anzogen. Immer mehr Besucher kamen, um das Wunder zu sehen, und bald brauchte es Programme und eine Gästeunterkunft. Der Bau von sieben Zedernhäusern und Kunstateliers, ein Gemeinschaftszentrum und ein Meditationsraum folgten.

Mittlerweile leben hier 600 Menschen: 120 feste Mitglieder erhalten Unterhalt und ein kleines Taschengeld für ihre Mitarbeit, und 500 Menschen siedelten sich ringsum an. Findhorn hat die höchste Dichte sozialer Unternehmen in Großbritannien (derzeit 45). Die Foundation selbst, die Stiftung im Herzen der Gemeinschaft, hat ein Vermögen von fünf Millionen Pfund und ein Jahreseinkommen von zwei Millionen. Ihre Workshops für persönliche Entwicklung und Training in Nachhaltigkeit dauern zwischen einigen Tagen bis mehreren Monaten und haben über 2000 Teilnehmer pro Jahr. Ihr ökologischer Fußabdruck ist halb so groß wie der des britischen Durchschnitts und einer der niedrigsten in der westlichen Welt. Die Foundation ist eine eingetragene Nicht-Regierungsorganisation der UNO; und Eileen Caddy wurde wenige Jahre vor ihrem Tod 2006 von der Queen für ihre Verdienste geehrt.

Viel hat sich in diesem halben Jahrhundert ereignet. Die Kohlköpfe haben sich auf eine durchschnittliche Größe eingependelt, Wunder scheinen weniger gefordert zu sein als ein gesunder Gemeinschaftsgeist. Von einer »Alternative zum Mainstream« hat sich Findhorn zu einer »Ergänzung« entwickelt: Die Gemeinschaft berät regelmäßig Lokalverwaltungen, Stadtplaner, Bürgermeister und Studenten in Nachhaltigkeit und Zukunftsfähigkeit.



+ INFO
www.findhorn.org



Lakabe \ Espanha \ Spain \ Spanien

PT Em Navarra, em 1980, jovens ativistas pela não-violência de toda a Espanha, decidiram ocupar uma aldeia abandonada, para a qual na altura não havia estrada: Lakabe. Como não tinham dinheiro nenhum, construíram com aquilo que tinham. Carregaram durante horas cimento e pedras através da floresta. Mauge, da geração fundadora, conta-nos: "Éramos jovens e tínhamos tido a ditadura e a sua atmosfera seca há apenas um par de anos. Era uma experiência de apropriação radical do poder."

Eles reconstruíram completamente a velha aldeia e aprenderam a ser uma comunidade. Todos os acordos, que então se fizeram, continuam válidos ainda hoje. Trabalho, dinheiro, decisões – tudo é partilhado. Mas nem tudo foi fácil. O princípio da tomada de decisão democrática de base levava a reuniões intermináveis.

Em contacto com a natureza, surgiu a consciência ecológica e também a sua turbina eólica. Para a construir, carregaram às costas um poste de aço de 10 m de comprimento, durante quilómetros, através da floresta.

Em 1990, foi planeada uma barragem que iria submergir todas as aldeias do vale. Lakabe conduziu os protestos contra este projeto. Muitos ativistas foram parar à cadeia. A barragem foi construída, apesar disso, mas Lakabe estava a uma altura suficiente para não ser inundada. Como, durante a resistência, o grupo tinha assumido um papel de direção, puseram-se em contacto com todos na região, eram respeitados pelos aldeões e os seus membros eleitos no conselho municipal do vale.

Hoje vivem três gerações em Lakabe, a comunidade é 100% autónoma energeticamente e tem 80% de autonomia alimentar regional. Lakabe tem também uma escola própria e um programa de *workshops* para convidados que, juntamente com conhecimento ecológico, ensinam métodos de tomada de decisão democrática em comunidade.

EN In 1980, young non-violence activists from all over Spain took the decision to occupy an abandoned village in Navarra, to which no roads led in those days: Lakabe. As they had no money, they built with what they had, carrying cement and stone through the woods for hours on end. Mauge, one of the founding generation, says: *"We were young and it was only a few years after the era of the dictatorship and its gloomy atmosphere. It was an experience of the radical appropriation of power."*

They completely rebuilt the old village and learned to become a community. All the agreements that were made at that time are still valid today. Work, money, decisions – everything is shared. But it wasn't all easy. The principle of grass-roots decision-making led to endless meetings.

An ecological awareness came into being through their contact with nature; the wind turbine was part of this. They carried the 10-metre-long steel mast for this for miles through the forest.

In 1990, a dam was planned that would flood all the villages in the valley. Lakabe led the protests against this project. Many activists ended up in prison. The dam was built despite everything, but Lakabe was high enough to avoid being flooded. As the group had taken on a leading role during the period of resistance, they came into contact with everyone in the region, were respected by the villages, and their members were elected to the valley's local council.

Today there are three generations living in Lakabe, the community is 100% self-sufficient in terms of energy, and 80% of its food comes from the region. Lakabe has its own school and a workshop programme for guests, who acquire ecological knowledge and learn about paths towards democratic decision-making.

DE Junge Aktivisten für Gewaltfreiheit aus ganz Spanien beschlossen im Jahr 1980, ein verlassenes Dorf in der Navarra zu besetzen, in das damals keine Straße führte: Lakabe. Da sie kein Geld hatten, bauten sie mit dem, was sie hatten, schlepten stundenlang Zement und Steine durch den Wald. Mauge aus der Gründergeneration berichtet: *"Wir waren jung, und wir hatten die Diktatur und ihre düstere Atmosphäre nur ein paar Jahre hinter uns. Es war die Erfahrung radikaler Machtaneignung."*

Sie bauten das alte Dorf komplett wieder auf und lernten, eine Gemeinschaft zu werden. Alle Vereinbarungen, die damals getroffen wurden, sind noch heute gültig. Arbeit, Geld, Entscheidungen – alles wird geteilt. Doch nicht alles war leicht. Das Prinzip der basisdemokratischen Entscheidungsfindung führte zu endlosen Versammlungen.

Im Kontakt mit der Natur entstand ökologisches Bewusstsein, dazu gehörte ihre Windturbine. Den zehn Meter langen Stahlmast dafür trugen sie auf Schultern kilometerweit durch den Wald.

1990 wurde ein Staudamm geplant, der alle Dörfer im Tal überflutet sollte. Lakabe führte die Proteste gegen dieses Projekt an. Viele Aktivisten landeten im Gefängnis. Der Staudamm wurde trotzdem gebaut, aber Lakabe liegt hoch genug, so dass es nicht geflutet wurde. Da die Gruppe während des Widerstandes eine Führungsrolle übernommen hatte, kamen sie mit allen in der Region in Kontakt, wurden von den Dörfern respektiert und ihre Mitglieder in den Gemeinderat des Tales gewählt.

Heute leben drei Generationen in Lakabe, die Gemeinschaft ist zu 100% energieautonom und hat 80% regionale Lebensmittelautonomie. Lakabe hat auch eine eigene Schule und ein Workshop-Programm für Gäste, die neben ökologischem Wissen auch Wege der demokratischen Entscheidungsfindung in Gemeinschaft lernen.



+ INFO
www.sites.ecovillage.org/en/lakabe



Ithaca \ EUA \ USA

©ecovillageithaca.org

PT A ativista ecológica Liz Walker, de São Francisco, ajudou, em 1990, a organizar uma marcha de protesto com 150 pessoas através dos USA. Durante esta marcha, surgiu em muitos o desejo de não regressar à sua anterior vida quotidiana. Liz lançou-se no novo projeto com toda a sua energia. Perto da cidade de Ithaca, no estado de Nova Iorque, encontravam-se as condições ideais. *"Não queríamos nenhum projecto de retirada, mas sim de entrada no mainstream. Isso significava, para nós, percorrer o caminho para uma vida sustentável juntamente com a política e as universidades."*

A Ecovillage encontra-se hoje a oito km do centro da cidade de Ithaca, ocupando 71 ha de superfície. Possui três quintas biológicas e duas zonas residenciais "Co-Housing". *"Em conjunto com os urbanistas, estabelecemos um novo conceito de aproveitamento da terra para os EUA"*, esclarece Liz. *"Através da comunidade e boa vizinhança, as pessoas estão prontas a construir as suas casas cada vez mais próximas. Assim, sobra espaço para jardins, caminhos pedestres, lugares para piqueniques e parques infantis. Este exemplo faz escola."*

Pelas suas casas zero-energia, ganharam muitos prémios nos EUA e lançaram novas medidas, que também são imitadas no *mainstream*. Estabeleceram, de modo consequente, o conceito da agricultura solidária: os consumidores pagam no início do ano um montante fixo e recebem todas as semanas cestos e caixas com fruta e legumes. Assim, o risco na agricultura é partilhado entre produtores e consumidores.

Liz: *"Para mim é uma aventura, viver com 250 pessoas numa comunidade. Nem sempre fácil, pois cada um tem a sua opinião própria. Mas completamo-nos, apoiamo-nos e aprendemos sempre com isso."*

EN In 1990, the environmental activist Liz Walker from San Francisco helped to organise a protest march with 150 people across the USA. During the walk, the wish developed in many people not to return to their everyday routine afterwards. Liz put all her energy into the new project. Close to the town of Ithaca on the Finger Lakes of New York State, they found the ideal conditions. *"We didn't want to have a project for opting-out, but to be part of the mainstream. For us, this means following the path to a sustainable life together with politicians and universities."*

Today, the village stands eight kilometres from the centre of Ithaca on a 71-hectare site. It has three organic farms and two co-housing settlements. *"Together with town planners, we have developed a new concept of land use for the USA,"* Liz explains. *"Through a sense of community and neighbourliness, people are prepared to build their houses closer together. Which leaves room for shared gardens, footpaths, picnic sites and playgrounds. This example is greatly imitated."*

They have won many awards for their zero-energy houses in the USA and have set new standards that are also being copied in the mainstream. They consistently implement the concept of solidarity agriculture: the consumers pay a fixed amount at the start of the year and in return receive baskets and crates of fruit and vegetables every week. In this way, the risks of agriculture are shared between producers and consumers.

Liz: *"For me, it's an adventure to live in a community with 250 people. It's not always easy because everyone has their own opinion. But we complement each other, support each other and are always learning something."*

DE Die Umweltaktivistin Liz Walker aus San Francisco half 1990 mit, einen Protestmarsch mit 150 Menschen quer durch die USA zu organisieren. Während der Wanderung entstand bei vielen der Wunsch, anschließend nicht wieder in den Alltag zurückzukehren. Liz warf sich mit voller Kraft in das neue Projekt. Nahe der Stadt Ithaca an den Finger-Seen im Staat New York fanden sie ideale Bedingungen. *"Wir wollten kein Aussteigerprojekt, sondern in den Mainstream. Das bedeutet für uns, den Weg zu einem nachhaltigen Leben gemeinsam mit Politikern und Universitäten zu geben."*

Das Ecovillage liegt heute acht km vom Stadtzentrum Ithacas auf 71 ha Fläche. Es besitzt drei Bio-Bauernhöfe und zwei Co-Housing-Siedlungen. *"Wir haben gemeinsam mit Städteplanern ein neues Landnutzungskonzept für die USA aufgestellt"*, erläutert Liz. *"Durch Gemeinschaft und gute Nachbarschaft sind die Menschen bereit, ihre Häuser enger zusammenzubauen. So bleibt Platz für gemeinsame Gärten, Fußwege, Picknickplätze und Spielplätze. Dieses Beispiel macht Schule."*

Für ihre Null-Energie-Häuser gewannen sie in den USA viele Preise und setzten neue Maßstäbe, die auch im Mainstream nachgeahmt werden. Konsequent setzen sie das Konzept der solidarischen Landwirtschaft um: Die Konsumenten zahlen Anfang des Jahres einen Festbetrag und erhalten dafür jede Woche Körbe und Kisten mit Obst und Gemüse. So wird das Risiko in der Landwirtschaft zwischen Produzenten und Konsumenten geteilt.

Liz: *"Für mich ist es ein Abenteuer, mit 250 Menschen in einer Gemeinschaft zu leben. Nicht immer einfach, denn jeder hat seine eigene Meinung. Aber wir ergänzen uns, unterstützen uns und lernen immer dazu."*



Favela da Paz \ Brasil \ Brazil \ Brasilien

©faveladapaz.wordpress.com

PT Segundo a ONU, o bairro Jardim Ângela, em São Paulo, é um dos bairros problemáticos mais violentos do mundo. Criminalidade, tráfico de droga, gangues de jovens, meninos da rua e pobreza geral dominam a imagem deste bairro. O melhor amigo de Cláudio Miranda foi morto e ele próprio foi preso aos 13 anos numa rusga da polícia. "O polícia apontou-me a pistola à cabeça e queria que eu provasse que sou músico. Tinha de lhe tocar algo no saxofone. Funcionou. Desde então, sei que a música é a energia da vida." Hoje, o polícia é um dos seus amigos. Cláudio, o irmão Fábio, a mulher Hellem e muitos amigos dirigem uma escola de música que oferece às crianças da rua uma alternativa às drogas e à violência. Após uma visita a Tamera/Portugal tiveram uma ideia ainda maior. Cláudio: "Chamámos-lhe Favela da Paz - Slum des Friedens." A casa de família transformou-se cada vez mais num centro ecológico, com unidade de biogás para cozinhar no telhado, jardins de permacultura nas paredes exteriores e duches solares. Hellem: "Os vizinhos ficaram curiosos. Entretanto, damos cursos de culinária vegetariana e permacultura urbana."

Reunirem-se e aprenderem, em vez de lutarem uns contra os outros e roubarem, fez escola. Os pais do bairro tratam do pátio da escola e plantam árvores. Revoltaram-se com sucesso contra as destruições planeadas para o Campeonato do Mundo de Futebol. E todos os meses há uma grande festa de Samba.

EN According to the UN, the Jardim Ângela district of São Paulo was one of the most violent slums in the world. Crime, drug dealers, youth gangs, street children and general poverty dominated the scene. Cláudio Miranda's best friend was killed; he himself was arrested at the age of 13 during a police raid. "*The policeman held a gun to my head and wanted me to prove that I was a musician. I had to play something on my saxophone for him. It worked. Since then, I have known that music is a life force.*" Today, the policeman is one of his friends. Cláudio, his brother Fábio, his wife Hellem and many friends run a music school that offers street children an alternative to drugs and violence. After a visit to Tamera in Portugal, they had an even bigger idea. Cláudio says: "*We called it Favela da Paz - The Slum of Peace.*" The family house gradually changed into an ecological centre, with a biogas system for cooking on the roof, permaculture gardens on the outside walls and solar showers. Hellem: "*The neighbours became curious. We now give courses in vegetarian cooking and urban permaculture.*"

Coming together and learning instead of fighting and stealing started to find imitators. Parents in the area redesigned the school yard and planted trees. They successfully stood up to the destruction planned on account of the Football World Cup. And every month there's a big samba party.



Na produção
deste artigo não
houve emissão
de CO₂.

EMISSÕES\EMISSION

There was no
emission of CO₂ in
the production of
this article.

Null CO₂ Emission
während der
Recherche zu
diesem Artikel.

DE Der Distrikt Jardim Ângela in São Paulo gehörte laut UNO noch im letzten Jahrzehnt zu den gewaltreichsten Slums der Welt. Kriminalität, Drogendealer, Jugendgangs, Straßenkinder und allgemeine Armut beherrschten das Straßenbild. Claudio Miranda's bester Freund wurde umgebracht, er selbst wurde im Alter von 13 bei einer Razzia von der Polizei festgenommen. *"Der Polizist hielt mir die Pistole an den Kopf und wollte, dass ich beweise, dass ich Musiker bin. Ich musste ihm etwas auf dem Saxophon vorspielen. Es gelang. Seit damals weiß ich, dass Musik Lebenskraft ist."* Heute gehört der Polizist zu seinen Freunden. Claudio, sein Bruder Fabio, seine Frau Hellem und viele Freunde leiten eine Musikschule, die Straßenkindern eine Alternative bietet zu Drogen und Gewalt. Nach einem Besuch in Tamera/Portugal kam ihnen noch eine größere Idee. Claudio: *"Wir nannten sie Favela da Paz - Slum des Friedens."* Das Familienhaus verwandelte sich nach und nach in ein ökologisches Zentrum, mit Biogasanlage zum Kochen auf dem Dach, Permakulturgärten an den Außenwänden sowie Solarduschen. Hellem: *"Die Nachbarn wurden neugierig. Inzwischen geben wir Kurse in vegetarischem Kochen und urbaner Permakultur."*

Zusammenkommen und lernen statt sich zu bekämpfen und zu bestehlen, das machte Schule. Die Eltern des Viertels gestalteten den Schulhof um und pflanzten Bäume. Sie lehnten sich erfolgreich gegen die geplanten Zerstörungen angesichts der Fußball-WM auf. Und jeden Monat gibt es ein großes Samba-Fest.

PUB



JP BERNARDINO
construções ecológicas



Casas em Taipa, Adobe, Pedra, Madeira, Palha
Recuperações de Edifícios, Tadelakt
Revestimentos, Rebocos, e Pavimentos Rústicos

Tlm: 963 365 025 / 913 598 876
962 772 439 / 967 241 830

www.jpbernardino.com.pt
jp.construcoes.ecologicas@gmail.com
www.facebook.com/construcoes.ecologicas

Do It Yourself + Yes I Can

Constrói uma pequena turbina eólica

Recipe for finding your way – Building a small wind turbine

Rezept Wegfindung - Bau einer Kleinwindkraftanlage!

Já alguma vez, você e os seus filhos, construíram uma turbina eólica que produz eletricidade limpa?

Se não for o caso, tem agora a possibilidade única de inscrever os seus filhos no workshop "Do It Yourself", para o verão de 2017.

Os grupos-alvo são alunos/as, com os seus professores, do nível médio, do 8.º e 9.º anos, com idades compreendidas entre os 14 e os 16 anos.

A participação no workshop da ECO123 "**Eu construo a minha própria turbina eólica**" é gratuita se, enquanto pai e professor, ajudar a apoiar o seu financiamento, através da campanha de crowdfunding.

Na Primavera de 2017, vamos precisar de cerca de 5000 Euros para pagar os custos de material.

O workshop realiza-se em Portugal.

Have you and your children ever built a wind turbine that generates clean energy?

If not, you now have a unique opportunity to sign your children up for a do-it-yourself workshop for the summer of 2017.

The target group consists of middle-level pupils and their teachers, from years 8 and 9, aged between 14 and 16.

Participation in the ECO123 workshop "**I build my own wind turbine**" is free of charge if as a parent and teacher you help to support the crowdfunding campaign to finance it.

In the spring of 2017, we will need 5,000 euros to pay for materials.

The workshop will be held in Portugal.

Haben Sie und Ihre Kinder schon mal eine Windkraftanlage, die sauberen Strom erzeugt, selbst gebaut?

Falls das nicht der Fall sein sollte, haben Sie jetzt die einmalige Möglichkeit, Ihre Kinder zum „Do It Yourself“ Workshop für Sommer 2017 anzumelden.

Zielgruppe sind SchülerInnen mit ihren LehrerInnen der Mittelstufe, achte und neunte Klasse, Alter 14 bis 16 Jahre.

Die Teilnahme am ECO123 Workshop "**Ich bau meine eigene Windkraftanlage**" ist kostenlos, wenn Sie als Eltern und Lehrer helfen, die Crowdfunding Kampagne zur Finanzierung zu unterstützen.

Wir werden im Frühjahr 2017 rund 5.000 Euro benötigen, um die Materialkosten zu bezahlen.

Der Workshop findet in Portugal statt.





PT Já os grandes navegadores, como Vasco da Gama e Fernão de Magalhães, sabiam utilizar a força do ventos. Ao longo da costa, em direção a sul ou na grande lagoa, à volta do mundo, eles velejavam com o vento, para descobrir algo novo e tornar a sua terra famosa no mundo inteiro. Hoje, o mundo já está descoberto e medido e já só se veleja como hobby ou por dinheiro. Todavia, a energia eólica ainda hoje é utilizada com sentido. Turbinas eólicas para a produção de corrente ergueram-se da terra nos últimos anos, como a relva verde na primavera, para acalmar a sede de energia também para os anos vindouros. Encontramo-nos numa fase de mudança para um aumento da utilização de recursos naturais, para que também no futuro haja um lugar na terra para nós.

Portugal cobre o seu consumo de eletricidade em 54,9% (valores de 2014) com fontes renováveis. O cerne desta produção são as tecnologias da energia eólica e hidroeléctrica. Neste domínio, Portugal está no topo, entre os países da UE. A continuação do investimento em energias renováveis vai tornar Portugal cada vez mais independente de importações de energia, abrindo caminho a um aprovisionamento energético orientado para o futuro. Todavia, as energias renováveis significam mais do que apenas uma mudança no fornecimento de eletricidade. Estas são uma resposta da sociedade à exigência dos cidadãos de autodeterminação e um fornecimento independente e descentralizado. Atualmente, muitas famílias podem já, com aparelhos solares e fotovoltaicos, garantir completamente o seu abastecimento de calor e eletricidade e, para além disso, vender o excedente de eletricidade produzido. A "revolução energética a partir de baixo", é a revolução energética que mais motiva o indivíduo e a todos faz lucrar.

A vida está cheia de encruzilhadas, disse-me uma vez um professor, a quem perguntávamos onde teriam conduzido os outros caminhos. Quando terminei a escola, também eu me senti numa encruzilhada. Com

EN The great seafarers Vasco da Gama and Ferdinand Magellan knew how to take advantage of the power of the wind. They used the wind to sail down the coasts to the south, or across the big pond and around the world to make new discoveries and make their country famous all over the world. Today the world has been surveyed and people only sail as a hobby or for money. But wind power is still put to good use today. Wind power plants for producing electricity have sprouted from the ground like green grass in the spring, to meet the demand for energy over the coming years. We are witnessing a shift towards the increased use of natural and renewable resources, so that there will continue to be a place for us on earth in the future too.

54.9 percent of Portugal's energy requirements come from renewable sources (as at 2014). Wind and water power technologies account for most of it. It makes Portugal one of the leading countries in the EU. The continued expansion of renewable energy will continue to make the country less dependent on energy imports and thus sets the course for a future-oriented energy supply. However, renewable energy means more than just a change in electricity supply. It is a statement by society about the desire of its citizens for self-determination and an independent, decentralised supply. Nowadays, many households can already meet their requirements for heating and electricity with solar and photovoltaic systems, and in addition sell the excess energy. The "energy change from below" is the energy change that motivates individuals most, and allows everyone to benefit.

Life is full of crossroads, my teacher once told me, which makes you ask later on where the other roads would have led to. After I finished school, I also stood at a crossroads. With my brand new certificate in my hand, I asked myself – what next, what do I feel is my vocation? Further training, or study? It is interesting to look back and see what has happened so far,

DE Die Kraft des Windes wussten schon die großen Seefahrer Vasco da Gama und Ferdinand Magellan zu nutzen. Die Küsten hinab in Richtung Süden oder über den großen Teich einmal um die Welt, segelten sie mit Wind, um Neues zu entdecken und Ihr Land in aller Welt berühmt zu machen. Heute ist die Welt vermessen und gesegelt wird nur noch im Hobby oder um des Geldes wegen. Die Windkraft wird jedoch auch heute noch sinnvoll genutzt. Windkraftanlagen zur Erzeugung von Strom sind in den letzten Jahren wie grünes Gras im Frühjahr aus dem Boden gewachsen, um den Durst an Energie auch für die kommenden Jahre zu stillen. Wir befinden uns in einem Wandel hin zum vermehrten Einsatz natürlicher und nachwachsender Ressourcen, damit auch in der Zukunft für uns ein Platz auf der Erde zu finden ist.

Portugal deckt seinen Elektrizitätsverbrauch zu 54,9 Prozent (Stand:2014) aus erneuerbaren Quellen. Schwerpunkt bilden die Technologien der Wind- und Wasserkraft. Damit liegt Portugal im Spitzenbereich unter den EU-Ländern. Der weitere Ausbau der Erneuerbaren Energien wird Portugal stets unabhängiger von Energieimporten machen und stellt so die Weichen für eine zukunftsorientierte Energieversorgung. Die Erneuerbaren Energien bedeuten jedoch mehr als nur einen Wandel der Stromversorgung. Sie sind eine gesellschaftliche Aussage über das Verlangen der Bürger nach Selbstbestimmung und einer unabhängigen und dezentralen Versorgung. Viele Haushalte können mit Solar- und Fotovoltaik-Anlagen schon heute vollständig ihre Wärme- und Stromversorgung sichern und darüber hinaus den Überschuss an Strom verkaufen. Die "Energiewende von Unten" ist die Energiewende, die den einzelnen am meisten motiviert und alle profitieren lässt.

Das Leben ist voller Abzweigungen, hat mir mal mein Lehrer gesagt, bei denen man sich hinterher fragt, wo die anderen Wege hingeführt hätten. Ich stand nach meinem



o meu diploma fresco na mão, perguntava a mim próprio – “e agora, para que é que me sinto vocacionado? Formação ou curso superior?” É emocionante olhar para trás, ver o que aconteceu até agora e, ainda assim, imaginar onde poderia ter-me levado outro caminho. Penso, e espero, não ser o único a quem acontece isto.

Durante os meus estudos, aprendi muito acerca de energias renováveis: para que precisamos delas, como são produzidas, ou, sobretudo, como funcionam. Mas, na maior parte do tempo, era tudo muito teórico e raramente passava de conceitos. Há dois anos, o nosso grupo estudantil começou a pôr em prática a teoria aprendida. Em workshops com jovens e adultos, construímos pequenas turbinas eólicas de dez metros de altura com cerca de 900 Watt cada. O nosso objectivo não é só construir no local os equipamentos, a partir de recursos locais para um fornecimento de electricidade, mas também mostrar aos participantes o seu potencial e as suas capacidades. Trata-se de uma formação para a réplica de pequenas turbinas eólicas para uso doméstico, com vizinhos ou a família, orientada para a juventude, que em breve terá de ingressar no mercado de trabalho.

and still imagine what a different path might have led to. I hope I'm not the only one who thinks like this.

During my studies, I learned a lot about renewable energy: what we need it for, how it is built, and above all how it functions. But most of the time it was very theoretical and rarely went beyond desk-bound ideas. Two years ago, our student group started putting the theory we had learned into practice. In workshops with young people and adults, we build small, ten-metre-high wind turbines each generating around 900 watts. Our goal is not only to construct the turbines from local resources for generating electricity on the ground, but to show the participants their potential and abilities. It is a guide to reproducing small wind turbines for one's home, with the family or neighbours, and an orientation for young people who will soon be entering the world of work. Manual work is fun and the variety of tasks arouses people's interest in new things.

Depending on the number of participants (15 – 20 people), the small wind turbines are built in eight to ten days. The participants work on the mostly recycled materials at five different hubs and, in between times, are given

Schulabschluss auch vor einer Kreuzung. Mit meinem frischen Zeugnis in der Hand frage ich mich – was nun, wo zu fühle ich mich berufen? Ausbildung oder doch lieber Studium? Es ist spannend, zurückzuschauen und zu sehen, was bisher geschehen ist und sich trotzdem auszumalen, was ein anderer Weg gebracht hätte. Ich denke und hoffe, dass ich nicht der Einzige bin, dem es so geht.

Ich habe während meines Studiums viel über die Erneuerbaren Energien gelernt: wofür wir sie brauchen, wie sie gebaut werden oder vor allem, wie sie funktionieren. Doch war das die meiste Zeit sehr theoretisch und ging selten über Schreibtischkonzepte hinaus. Vor zwei Jahren hat unsere studentische Gruppe begonnen, die erlernte Theorie in die Praxis umzusetzen. In Workshops mit Jugendlichen und Erwachsenen bauen wir zehn Meter hohe Kleinwindkraftanlagen mit jeweils etwa 900 Watt. Dabei ist unser Ziel nicht nur, die Anlagen aus lokalen Ressourcen für eine Stromversorgung vor Ort zu bauen, sondern den Teilnehmern ihre Potenziale und Fähigkeiten zu zeigen. Es ist eine Anleitung zum Nachbau von Kleinwindkraftanlagen für zu Hause, mit Nachbarn oder der Familie und eine Orientierung für Jugendliche, die bald ins Berufsleben einsteigen müssen. Die handwerklichen Arbeiten machen Spaß und



Os trabalhos manuais são uma fonte de prazer e os múltiplos domínios de tarefas despertam o interesse, pela sua novidade.

A pequena turbina eólica será construída em oito a dez dias, consoante o número de participantes (15-20 pessoas). Os participantes trabalham as matérias-primas, na maioria recicladas em cinco estações, e recebem, entretanto, curtas unidades de aprendizagem memoráveis, com conhecimento de fundo teórico para a construção da turbina eólica.

•As três pás são feitas de madeira. Além disso, vigas com dois metros são trabalhadas com a ajuda de chapas com serra, plaina e lixa, até surgir o perfil aerodinâmico desejado. A forma da pá é fundamental para o desempenho do equipamento. Quanto mais exato, limpo e definido for o perfil, mais energia poderá o equipamento extrair ao vento.

•A torre consiste num mastro e numa gôndola. Aqui requerem-se sobretudo trabalhos com o metal, como soldar e cortar. Deve ser dada uma atenção especial à protecção da gôndola contra tempestades. Para o equipamento ser

short, easily remembered learning units with theoretical background knowledge about building wind turbines.

- The three blades are made of wood. With the help of templates, two-metre beams are shaped with saws, planes and sandpaper, until the desired aerodynamic profile is achieved. The shape of the blade is the key to the system's efficiency. The more accurate and cleaner the profile, the more power can be derived from the wind by the turbine.**

- The tower consists of a mast and the housing, a nacelle. This requires mainly metalworking skills, such as welding, cutting and angle grinding. Special attention has to be paid to securing the nacelle against storms. For a durable system, the work must be done exactly in accordance with the technical drawings.**

- The foundations give the turbine the necessary stability so that it remains vertical in severe storms. Six holes are dug out for this and filled with reinforced concrete.**

- The generator turns the energy that comes from the wind via the rotor blades into**

die vielseitigen Aufgabenbereiche wecken das Interesse auf Neues.

Die Kleinwindkraftanlage wird je nach Teilnehmergröße (15-20 Personen) in acht bis zehn Tagen gebaut. Die TeilnehmerInnen bearbeiten die zumeist recycelten Werkstoffe an fünf Stationen und erhalten zwischendurch kurze einprägsame Lerneinheiten mit theoretischem Hintergrundwissen zum Windradbau.

- Die drei Flügel werden aus Holz gebaut. Dazu werden zwei Meter lange Balken mit Hilfe von Schablonen mit Säge, Hobel und Schleifpapier bearbeitet, bis das gewünschte aerodynamische Profil entsteht. Die Form des Flügels ist maßgebend für die Leistungsfähigkeit der Anlage. Je genauer und sauberer das Profil herausgearbeitet wird, desto mehr Kraft kann die Anlage dem Wind entnehmen.**

- Der Turm besteht aus einem Mast und einer Gondel. Hier sind vor allem Metallarbeiten wie Schweißen, Schneiden, Flexen gefragt. Ein besonderes Augenmerk gilt dabei der Sturmsicherung der Gondel. Hier muss für eine langlebige Anlage genau nach**

PUB

the top of the algarve

Monchique

O TOPO DO ALGARVE

www.cm-monchique.pt



durável, tem de ser trabalhado exatamente de acordo o desenho técnico.

- As fundações dão ao moinho de vento o apoio necessário para permanecer perpendicular contra rajadas de vento fortes. Para isso, escavam-se seis buracos que são depois cimentados com aço de reforço.

- O gerador transforma a força com que o vento move as pás do rotor em eletricidade. Para isso, bobinas e imãs são fixados no rotor, através da inserção de resina. Quando este gira, cria-se um fluxo magnético, que produz eletricidade nas bobinas.

- Por último, a eletricidade tem de ser tornada utilizável pelo consumidor. Um *buffer*, como uma pilha e técnica de engenharia de controlo guardam a eletricidade produzida pelo gerador, que caso necessário pode novamente ser removida.

Os diferentes trabalhos manuais durante a construção da pequena turbina eólica permitem às/aos jovens participantes redescobrirem os seus interesses e capacidades. Ficam assim com uma perspetiva sobre as atividades que desempenham o carpinteiro, serralheiro, construtor de betão armado, eletricista, mecânico, desenhador técnico ou engenheiro, e aprendem a desenvolver o espírito de equipa na prática. Após a construção da turbina eólica, e com a chegada do primeiro vento, que faz girar a pá, é visível o orgulho dos jovens naquilo que construíram com as próprias mãos.

Quando os velhos navegadores zarpavam, não faziam ideia dos obstáculos que os esperavam no caminho. Levavam consigo vontade de aventura e de descoberta, mas também receios pelo futuro, e regressavam muitas vezes com novas experiências. As gerações futuras também terão de encontrar o seu caminho, quer profissionalmente, quer em questões sociais, como o fornecimento de energia. A nossa tarefa como adultos consiste em mostrar-lhes as suas possibilidades e apoia-los no seu caminho. Podemos contar consigo?

electricity. A generator is made using coils, magnets and resin. When the generator turns, electricity is generated in the coils through the movement of the magnetic fields.

- Finally, the electricity must be made usable for consumers. A storage device such as a battery with control technology stores the electricity that is generated, which can be drawn from it when needed.

The different manual skills used during the construction of the turbine enable the young participants to rediscover their interests and abilities. In this way, they gain an insight into the work of occupations such as carpenters, metalworkers, reinforced concrete workers, electricians, mechanics, technical draughtspeople and engineers, and learn to work in a team on the job. After erecting the turbine, and when the first wind blows to turn the turbine, the young people are visibly proud of what they have created with their own hands.

When the old seafarers put to sea, they wouldn't have known what obstacles lay ahead of them. They took with them a desire for discovery and adventure, as well as fears about the future, and often returned with new experiences. Future generations will also have to find their way, whether at work or in social issues such as power supplies. Our task as adults is to show them the possibilities and to support them on their way. Will you join in?

i + INFO
"Do it yourself - Yes, I Can"
Email: lenz@eco123.info



der technischen Zeichnung gearbeitet werden.

- Das Fundament gibt dem Windrad den nötigen Halt, um gegen starke Stürme senkrecht zu stehen. Sechs Löcher werden dafür ausgehoben und mit Armierungsstahl einbetoniert.

- Der Generator wandelt die Kraft, die vom Wind auf die Rotorflügel wirken, in Elektrizität um. Dazu werden Spulen und Magnete mit einem Hertz zu einem Generator gegossen. Wenn sich dieser dreht, wird aufgrund der Bewegung der Magnetfelder ein Stromfluss in den Spulen erzeugt.

- Zuletzt muss der Strom für die Verbraucher verwendbar gemacht werden. Ein Zwischenspeicher, wie eine Batterie und Regelungstechnik speichern den erzeugten Strom vom Generator, der bei Bedarf wieder entnommen werden kann.

Die verschiedenen Handwerksarbeiten während des Baus der Kleinwindkraftanlage lassen die jungen TeilnehmerInnen ihre Interessen und Fähigkeiten neu entdecken. Sie bekommen so einen Einblick in Tätigkeitsfelder von Berufen wie Zimmermann, Schlosser, Stahlbetonbauer, Elektriker, Mechaniker, technischer Zeichner oder Ingenieur und lernen in der Praxis Teamgeist. Nach dem Errichten des Windrads und beim Aufkommen des ersten Windes, der die Flügel drehen lässt, sieht man den Stolz der Jugendlichen auf das, was sie mit eigener Hand geschaffen haben.

Als die alten Seefahrer in See stachen, wussten sie wohl auch nicht welche, Hindernisse vor Ihnen auf dem Weg lagen. Entdeckungs- und Abenteuerlust aber auch Zukunftsängste nahmen sie mit und kehrten oft mit neuen Erfahrungen zurück. Kommende Generationen werden ebenso ihren Weg, ob im Beruf oder bei gesellschaftlichen Fragen wie der Energieversorgung, finden müssen. Unsere Aufgabe als Erwachsene besteht daher darin, ihnen ihre Möglichkeiten zu zeigen und sie auf Ihrem Weg zu unterstützen. Machen Sie mit?

Maureen Robertson

Saúde com ervas medicinais

Herbal health solutions

Pflanzen als Heilmittel

PT Uma amiga tem tido dores de estômago nos últimos tempos, talvez nos últimos dois ou três meses, e sempre depois das refeições. A dor aparece aproximadamente 30 minutos depois de ela ter comido, e ela parece não ter comido nada picante ultimamente. Quais os alimentos que ela deve evitar, e quais as ervas medicinais que podem ser benéficas?

EN I have been getting stomach aches recently, maybe for two or three months, every time after a meal. The ache comes on about 30 minutes after I've eaten and I can't seem to eat any spicy food lately. Are there foods I should stay away from, and which herbs may be beneficial?

DE Seit etwa zwei oder drei Monaten leidet meine Freundin an Bauchschmerzen, und zwar immer, nachdem sie etwas gegessen hat. Der Schmerz beginnt ungefähr 30 Minuten nach der Mahlzeit und es scheint, als vertrüge sie in letzter Zeit auch keine stark gewürzten Speisen mehr. Sollte sie vielleicht lieber einige Lebensmittel meiden? Und welche Kräuter könnten hilfreich sein?

PT Pela descrição, poderá estar a sofrer de uma inflamação do revestimento mucoso do estômago, e quando os ácidos do estômago e outros sucos e enzimas digestivos são libertados, aquando da ingestão de alimento, o daí resultante ambiente ácido vai atacar o já sensível revestimento do estômago. Alimentos picantes, devido à sua característica energeticamente quente, também agravariam o estado de um qualquer revestimento do estômago já afetado.

Visto o stress estar na origem da maior parte das doenças (e agrava qualquer sintoma originado por uma tendência que se possa ter), a primeira questão a considerar é o que lhe terá acontecido, antes do início dos sintomas de dores de estômago - uma mudança de hábitos no estilo de vida, alguma doença grave, algum acontecimento marcante na vida pessoal, mudança de casa, etc. Se conseguir associar o início das dores com algo que tenha sido um desafio a nível psicológico/emocional/ espiritual, poderá compreender como esse se manifestou fisicamente.

Entretanto, enquanto procura descobrir a forma de aceitar e trabalhar algum acontecimento da vida pessoal, poderá ajudar a tratar-se, optando preferencialmente por alimentos que arrefecem e humidificam, como o pepino, o abacate, o iogurte, saladas, frutos (mas não morangos, rúbarbo e laranjas, que são todos quentes) e usando ervas que arrefeçam a comida, como os coentros, a salsa e a menta. Os alimentos

EN It sounds like you might be suffering from inflammation of the stomach mucosa lining and, when the stomach acids and other digestive juices and enzymes are released on the introduction of food into the stomach, the resulting relatively acidic environment will be aggravating the sensitive stomach lining. Spicy foods with their associated energetically hot quality would also aggravate any problem with this mucosa lining.

As stress is behind the origin of most illnesses (and it certainly exacerbates any symptoms of conditions we might have a tendency towards), the first thing to consider is what might have been happening to you prior to the onset of the stomach ache symptoms - a recent change in lifestyle, an acute illness, a major life event, moving house etc. If you can make an association with something which has challenged you on a psychological/emotional/ spiritual level, you can start to understand how you may have manifested it physically.

In the meantime, while you are finding ways to accept and process any life event, you can help yourself by favouring cooling, moistening foods like cucumber, avocado, yoghurt, salads and fruits (not strawberries, rhubarb and oranges which are all foods that heat you up) and using fresh herbs, like coriander, parsley and mint, which all have a cooling effect. Foods to avoid would be those which cause acidity in the body, such as animal products, processed food and spicy



Maureen Robertson

a evitar são aqueles que provocam acidez no corpo, como os alimentos de origem animal, os alimentos processados e alimentos condimentados com malagueta e alho. Os alimentos fermentados, como os *pickles*, *chutneys* e os vinagres, também podem inicialmente agravar a inflamação. Uma infusão mista de camomila (*Chamomilla recutita*), menta (*Mentha piperita*) e rainha-dos-prados (*Filipendula ulmaria*) faz milagres na cura do estômago - as três ervas têm efeito em sinergia, o que faz com que tenham mais benefícios em conjunto do que individualmente. Outras ervas benéficas como infusão são as margaridas (*Calendula officinalis*), as folhas da consóldia (*Sympytum officinale*), a malva branca (*Althea officinalis*) e a raiz de alcaçuz (*Glycyrrhiza glabra*), mas não se tiver a tensão alta. As margaridas são particularmente indicadas para o tratamento, já que são uma das principais ervas com poder anti-inflamatório, e também uma cura para qualquer mucosa sensível ou atacada por ácidos/inflamações. É importante usar infusões e não usar tinturas, já que o álcool destas teria um efeito de aquecimento. Seria possível usar água a ferver para diluir uma tintura destas ervas (para permitir a evaporação do álcool), mas com infusões tão saborosas como as das ervas mencionadas, qual a razão para prescindir da administração dessa forma?

Mastigar sementes de funcho, coentros, algaria, cominhos, sementes de anis, ou fazer infusões destas ervas, também ajudaria a repor a indigestão e ajuda a soltar eventuais gases, evitando cólicas, devido ao seu efeito carminativo.

Pode encontrar uma boa fonte de informação sobre todos os tipos de alimentos que podem arrefecer uma situação de inflamação em www.ayurveda.com, onde estão referenciados os alimentos, as ervas e as bebidas, que podem aliviar um *pitta* demais alto, como o de uma inflamação no estômago. Também é aconselhável incluir uma pequena quantidade de gengibre (*Zingiber officinale*), que pode ajudar a repor o fogo energético da digestão (*agni* na Ayurveda).

É importante que assuma a responsabilidade de tratar este problema que está a viver, já que deixar uma situação destas sem tratamento pode levar, no pior dos cenários, a uma úlcera no estômago (que pode culminar numa lesão no sistema digestivo).

foods containing Chili and Garlic. Fermented foods might also be initially aggravating, such as pickles, chutneys and vinegars. An amazing herb tea blend of camomile (*Chamomilla recutita*), peppermint (*Mentha piperita*), and meadowsweet (*Filipendula ulmaria*) works wonders as a stomach healing tea - three herbs work synergistically together to be more beneficial than when used individually. Other useful herbs for tea would be marigold (*Calendula officinalis*), comfrey leaf (*Sympytum officinale*), marshmallow (*Althea officinalis*) and liquorice root (*Glycyrrhiza glabra*), although, in this latter case, not if you have high blood pressure. Marigold would be particularly appropriate, being a major anti-inflammatory herb as well as being a supreme healer of any sensitive or acid/heat damaged mucosa. It is important to use teas and not tinctures as the alcohol in these extracts would have a heating effect. It might be possible to use boiling water to dilute a tincture of any of these herbs (to allow the alcohol to be burned off), but with herb teas that taste as good as these ones mentioned, why would you want to miss out on using them in this form?

Chewing fennel seeds, coriander, caraway, cumin or aniseed, or making tea of these would also help with resetting indigestion and can help with any trapped wind causing cramps due to their carminative action.

A good website which lists the types of foods that would cool a fiery condition is www.ayurveda.com where they have a really useful online resource informing you of all the foods, herbs and drinks that can benefit a high *pitta* condition like stomach inflammation. It is also useful to include a small amount of ginger (*Zingiber officinale*), which can help reset stomach energetic digestive fire (*agni* in Ayurveda).

It is important that you are mindful of addressing this issue you are experiencing, as leaving the condition to continue untreated could lead to a stomach ulcer (which could lead to digestive bleeding) as the worst case scenario.

 + INFO
Maureen Robertson
www.theherbalpath.net/theherbalpathinfo@gmail.com

AYURVEDA
www.ayurveda.com

 EMISSÕES\EMISSIONE
Na produção deste artigo não houve emissão de CO₂. There was no emission of CO₂ in the production of this article. Null CO₂ Emission während der Recherche zu diesem Artikel.



Orangen, die als erhitzend gelten). Fügen Sie Ihren Gerichten auch als kührend bekannte Kräuter wie Koriander, Petersilie und Minze hinzu. Vermeiden sollten Sie alles, was den Körper sauer macht, z.B. tierische Produkte, verarbeitete Lebensmittel und stark gewürzte, Chili und Knoblauch enthaltende Rezepte. Fermentiertes wie milchsauer eingelegtes Gemüse, Chutneys oder Essig mag anfänglich ebenfalls den Säurespiegel anheben. Eine Kräutertee mischung aus Kamille (*Chamomilla recutita*), Pfefferminze (*Mentha piperita*) und Mädesüß (*Filipendula ulmaria*) wirkt bei Magenbeschwerden oft Wunder - alle drei zusammen arbeiten synergistisch zusammen, d.h., in ihrer Summe wirken sie besser als wenn einzeln verwendet. Weitere nützliche Kräuter zur Teebereitung sind Ringelblume (*Calendula officinalis*), Beinwell (*Sympytum officinale*), Eibisch (*Althea officinalis*) und Süßholzwurzel (*Glycyrrhiza glabra*). Letztere nicht bei hohem Blutdruck anwenden. Marigold ist ganz gesonders hervorzuheben wegen ihrer stark entzündungshemmenden Wirkung und der herausragenden Heilwirkung auf durch Säuren oder Verbrennung geschädigte Schleimhäute. Besser ist es, mit den Kräutern Tee zu bereiten und sie nicht als Tinktur einzunehmen, da diese Alkohol enthalten, der wiederum erhitzend wirkt. Es wäre zwar möglich, Tinkturen mit kochendem Wasser zu verdünnen und dabei den Alkohol zu verdunsten. Aber warum sollte man das mit Kräutern tun, die als Tee so gut schmecken?

Bei Verdauungsstörungen und durch Blähungen verursachten Bauchkrämpfe kann man auch gut verdauungsfördernde Samen von Fenchel, Koriander, Kümmel, Kreuzkümmel oder Anis kauen bzw. Tee mit ihnen zubereiten.

www.ayurveda.com ist eine empfehlenswerte Webseite, die alle Arten von Nahrung aufführt, die kühlen auf einen hitzigen Zustand wirken; eine hilfreiche Online-Quelle für Lebensmittel, Kräuter und Getränke, die ausgleichend auf einen hohen *Pitta*-Zustand, wie er bei einer Magenentzündung vorliegt, wirken. Auch ist es sinnvoll, kleine Mengen Ingwer (*Zingiber officinale*) zu konsumieren, der das energetische Verdauungsfeuer (*Agni* in Ayurveda) im Magen auszugleichen hilft.

Magenschmerzen sollten mit Achtsamkeit begegnet und eventuell Hilfe gesucht werden. Solch einen Zustand unbehandelt zu lassen, kann im schlimmsten Fall zu einem Magengeschwür (und Darmblutungen) führen.

O mundo no antropoceno*

*The world in the anthropocene era**

Die Welt im Anthropozän*

PT Quando uma pessoa define a cultura como algo único criado pelo Homem, esbarra na sua retrospectiva, em primeiro lugar, na agricultura. Aquilo que as pessoas encontraram durante o seu desenvolvimento na Terra, foi uma natureza paradisíaca, mas selvagem, que era encantadora, mas da qual ainda têm medo, até hoje. A sua cultura exige, por isso, sedentariedade nas cidades e talvez o turismo tenha nascido, com o decurso dos anos, porque as pessoas continuam a ter inscrito nos genes o nomadismo, o Viajar – ainda que apenas por pouco tempo no ano.

As comunidades tornaram-se aldeias, depois cidades e, desde a Idade Média, também Estados. Agora chegámos à globalização. Isso significa, por exemplo, também, que 51% da humanidade se entende agora em apenas 19 idiomas e os restantes 49% falam perto de 7.100 idiomas. Os linguistas suspeitam que dois terços desses idiomas vão extinguir-se até ao fim deste século. Desde 1970 que já não existem 30% das línguas então faladas. A globalização devora as suas crias. Porque as pessoas não observam a extinção só na natureza, mas também na sua própria cultura. Elas próprias perdem a diversidade e mal dão por isso, porque acontece de geração para geração.

Nove das 19 grandes línguas da sua civilização têm um produto agrícola principal, o arroz, as outras dez, o trigo. Mas o cultivo do arroz parece estar em posição de manter populações grandes e densas e faz uma grande diferença em termos de organização social: elevada taxa de natalidade, baixa mortalidade infantil e elevada esperança de vida. O que desse modo se perde é a riqueza em natureza. A perda de multiplicidade biológico-genética, a morte das espécies, é um fenômeno, e vem acompanhado com a permanente globalização das redes de comunicação, o comércio mundial de pessoas, a expansão da Internet, a comunicação móvel; e o TTIP apenas virá reforçar esta situação. Mas a resistência é cada vez maior. E qual será a alternativa que as pessoas querem?

As pessoas chegaram a uma encruzilhada e têm de decidir se querem continuar a percorrer o caminho que têm percorrido até agora: o da agricultura mecanizada e industrial, com todas as suas consequências; com a continuação do desmatamento das florestas, a tecnologia

EN If human beings define culture as something uniquely created by human beings, they will, when they look back, come across agriculture first of all. What humans discovered in their development on earth was a paradisiacal, but wild nature, which may well have been enchanting, but which they still remain afraid of today. Their culture therefore requires settlement in towns, and it is perhaps in that way that tourism developed over time because people continue to carry a nomadic existence in their genes – albeit for just a short time every year.

Out of settlements, villages developed, and from them towns and cities and, since the Middle Ages, states too. Now humans have reached the stage of globalisation. This also means, for example, that 51% of humanity now makes itself understood in just 19 languages, while the remaining 49% speak almost 7,100 languages. Linguists expect that two-thirds of these will have died out by the end of this century. Since 1970, 30% of the languages spoken at that time no longer exist. Globalisation devours its own children. Because people can observe extinction not only in nature, but also in their very culture. People themselves are losing their diversity, and they hardly notice the loss as they move from one generation to the next.

Nine of the 19 great languages of their civilisation have rice as the main agricultural product, the other ten have wheat. But the cultivation of rice appears to be capable of supporting large, dense populations, and accounts for a high degree of social organisation: higher birth rates, lower infant mortality and higher life expectancy. What gets lost here though is the richness of nature. The loss of biological and genetic diversity, the extinction of species, is a phenomenon, and it goes hand in hand with the ongoing globalisation of communication networks, with world trade, the expansion of the internet and mobile communication; and TTIP too would only continue this development. Resistance is growing, however. But what do human beings want in its place?

People have arrived at a crossroads and now have to decide, whether they want to continue along the same path they have followed so far: that of industrial, mechanised agriculture with all its consequences; continuing deforestation,

DE Wenn Mensch die Kultur als etwas einzigartiges von Mensch kreiertes Etwas definiert, wird er in seinem Rückblick als erstes auf die AgriKultur, die Landwirtschaft stoßen. Was Mensch bei seiner Entwicklung auf Erden vorfand, war eine paradiesische, aber wilde Natur, die zwar bezaubernd war, aber vor der er sich bis heute auch fürchtet. Seine Kultur verlangt deshalb Sesshaftigkeit in Städten und vielleicht ist so im Laufe der Zeit auch der Tourismus entstanden, weil Mensch das Nomadensein, das VerReisen – wenn auch nur für kurze Zeit im Jahr – weiterhin in seinen Genen trägt.

Aus Siedlungen, wurden Dörfer, daraus dann Städte und seit dem Mittelalter auch Staaten. Nun ist Mensch bei der Globalisierung angelangt. Das heißt beispielsweise auch, dass 51 Prozent der Menschheit sich in nur noch 19 Sprachen verständigt und die restlichen 49 % knapp 7.100 Sprachen sprechen. Sprachwissenschaftler vermuten, dass zwei Drittel von ihnen bis zum Ende dieses Jahrhunderts ausgestorben sein werden. Seit 1970 gibt es bereits 30 Prozent der damals noch gesprochenen Sprachen nicht mehr. Die Globalisierung frisst ihre Kinder. Denn Mensch beobachtet nicht nur in der Natur das Artensterben, sondern auch in seiner Kultur selbst. Er selbst verliert die Vielfalt und er bemerkt diesen Verlust kaum, weil er schleichend von einer zur nächsten Generation daherkommt.

Neun der 19 großen Sprachen seiner Zivilisation haben ein landwirtschaftliches Hauptzeugnis, den Reis, die anderen zehn den Weizen. Reisanbau aber scheint in der Lage zu sein, dichte und große Bevölkerungen zu tragen und macht ein hohes Maß an gesellschaftlicher Organisation aus: höhere Geburtenraten, geringere Kindersterblichkeit und erhöhte Lebenserwartung. Was dabei verloren geht, ist der Reichtum an Natur. Der Verlust an biologisch-genetischer Vielfalt, das Artensterben, es ist ein Phänomen und geht einher mit der fortwährenden Globalisierung der Kommunikationsnetze, mit dem Welthandel von Mensch, dem Ausbau des Internets, mobiler Kommunikation und auch TTIP würde diese Entwicklung nur fortsetzen. Doch der Widerstand wächst. Doch was will Mensch stattdessen?

Mensch ist an einem Scheidepunkt angekommen und muss sich jetzt entscheiden, ob er den Weg weitergehen will, den er bisher gegangen ist: den der industriellen technisierten Landwirtschaft mit allen Konsequenzen; der weiteren Abholzung der Wälder, der Gentechnik und der kontinuierlichen Zerstörung der Böden durch chemische Dünger, durch Pestizide, Herbizide und Fungizide, mit dem sogenannten freien Welthandel und einem exzessiven

genética e a contínua destruição dos solos através de fertilizantes químicos, pesticidas, herbicidas e fungicidas, com o chamado comércio livre mundial e um sistema de transportes excessivo OU, se preferem aprender com a experiência e, assim, trilhar outro caminho. Quererão organizar-se de outro modo no que toca ao comércio e à agricultura regional e local – viver organicamente em harmonia com a natureza – e praticar comércio justo, essencialmente com menos transportes sem sentido e que acarretam gastos intensivos de energia? Quererão encher novamente os seus mercados com muitos e diversos produtos cultivados organicamente de modo tradicional e locais e, desse modo, recuperar a sua boa vida?

Isso implicaria também optar por uma vida saudável e lenta, por uma organização descentralizada a todos os níveis. Porque, do ponto de vista ecológico, a cidade é um corpo estranho na natureza, o que muitas pessoas também sentem intuitivamente e as faz procurar todas as ocasiões para estarem em contacto com a natureza. Porque querem caminhar, ir até ao pé do mar e à praia, porque procuram um lugar sossegado à beira de um ribeiro para organizar um piquenique, porque sobem ao Monte Everest?

A alimentação do mundo começa em cada um, diante da porta de casa. No entanto, quem mora na cidade tem azar, porque entre alcatrão e betão não crescem nem arroz, nem trigo, nem batatas. Comparado com a vida na quinta, o centro comercial é só um espetáculo apresentado diariamente, com muita publicidade e muitos outros tipos de produtos no meio dos alimentos: vestuário, cosmética e cinema. Basta um terramoto ou outra catástrofe natural e logo falhariam os ares condicionados e os sistemas de abertura das portas, assim como o abastecimento para as inúmeras prateleiras. As pessoas tornaram-se dependentes do conforto, convenciam-se de que torna a vida mais fácil e de que o lugar no sofá diante do televisor é um lugar seguro. Isto pode estar certo para alguns, para quem a telenovela é mais importante do que a vida real. Porque nessa sujam-se os dedos e é preciso suar – como na agricultura biológica, a mexer na terra.

A conservação da natureza, contudo, está a colocar as pessoas num conflito permanente com o seu modo de vida. Só resta uma saída: as pessoas têm de regressar às florestas e, no jardim, colocar uma semente na terra e sensibilizar os seus sentidos. Uma visita ao jardim zoológico pode proporcionar um momento de calma, uma vista para o mar, até à linha do horizonte. Com isso, aguça-se a sua perspectiva. Serve para a verdadeira conservação de flora e fauna do seu biótopo. As pessoas e a sua saudade, talvez assim destruissem um pouco menos o seu sustento.

gene technology and the continuing destruction of the soil through chemical fertilizers, through pesticides, herbicides, and fungicides, with so-called free world trade and an excessive use of transport OR whether they wish to rethink and restrain themselves and in so doing embark on a new path? Do they want to organise themselves differently, pursue local and regional agriculture and trade – living organically and in harmony with nature – and fair trade, with much less, nonsensical, energy-intensive transportation? Do they want to fill their markets once again with many different local and traditional, organically produced products, and thus regain their good life?

That would also be a decision in favour of a varied, slow and healthy life, for decentralised organisation on all levels. Because, from an ecological point of view, towns are foreign bodies in nature, which many people also feel intuitively and which makes them continue to seek out contact with nature. Why do people go hiking, go to the sea and the beach, why do they seek out a quiet place by a stream for a picnic, why do people climb Mount Everest?

Feeding the world starts in front of each individual's front door. However, people living in towns are unfortunate, because neither rice nor wheat nor potatoes will grow in tar or concrete. Compared with life on a farm, the shopping centre is just show, which is staged every day with a lot of advertising and with many dreadful products by way of foodstuffs, clothing, cosmetics and cinema. It would only take an earthquake or some other natural disaster for the air conditioning or the door opening system to stop working and for the supplies for the many shelves to dry up. People have become dependent, convincing themselves that comfort makes their lives easier and that their seat on the sofa in front of the television is a safer one. That may be so for some people, for whom their soap opera is more important than life itself. Because that's where you get your hands dirty, and have to sweat – in organic farming where you move good earth around.

However, for humans, the conservation of nature is in permanent conflict with their lifestyle. There is no avoiding it: people must return to the forest and to the garden, put a seed in the ground and sensitise their senses. A visit to the zoo might help, and, in a quiet moment, a look over the sea to the horizon. This makes people sharpen their farsightedness, which matters for the preservation of the flora and fauna of their biotope. In this way, people and their longings would perhaps destroy the basis of their existence somewhat less.

Transportwesen ODER ob er sich zurückbessern und auch zurücknehmen möchte und damit einen anderen Weg beschreitet? Will er sich anders organisieren, lokal und regional Landwirtschaft und Handel - organisch im Einklang mit der Natur leben - und fairen Handel betreiben, mit essentiell weniger unsinnigen energieintensiven Transporten? Will er wieder seine Märkte mit vielen verschiedenen lokalen und traditionellen organisch hergestellten Produkten füllen und so sein gutes Leben zurückerlangen?

Das wäre auch eine Entscheidung für ein buntes, für ein langsames und für ein gesundes Leben, für eine dezentrale Organisation auf allen Ebenen. Denn aus ökologischer Sicht ist die Stadt ein Fremdkörper in der Natur, was auch viele Menschen intuitiv empfinden und sie immer wieder veranlasst, Kontakt mit der Natur zu suchen. Warum wandert er, will ans Meer und an den Strand, warum sucht er einen stillen Platz an einem Bach um ein Picknick zu organisieren, warum klettert Mensch auf den Mount Everest?

Die Ernährung der Welt beginnt bei jedem vor der eigenen Haustür. Wer allerdings in der Stadt wohnt hat Pech, denn unter Teer und Beton wachsen weder Reis noch Weizen noch Kartoffeln. Verglichen mit dem Leben auf dem Bauernhof ist das Einkaufszentrum nur Show, die täglich mit viel Werbung und mit vielen grottenschlechten Produkten bei Lebensmitteln, Kleidung, Kosmetik und Kino veranstaltet wird. Fehlte nur das Erdbeben oder eine andere Naturkatastrophe und schon würden Klimaanlage und Türöffner ihren Dienst versagen und der Nachschub für die vielen Regale ausbleiben. Mensch hat sich abhängig gemacht und redet sich ein, dass Komfort das Leben einfacher mache und der Platz auf dem Sofa vor dem Fernsehgerät ein sicherer sei. Das mag für manche stimmen, denen die Telenovela wichtiger ist als das wirkliche Leben. Denn darin macht man sich die Finger schmutzig und muss schwitzen – in der organischen Landwirtschaft, in der man gute Erde bewegt.

Die Erhaltung von Natur jedoch steht für Mensch in einem andauernden Konflikt zu seiner Lebensweise. Es führt kein Weg daran vorbei: Mensch muss zurück in den Wald und in den Garten, ein Samenkorn in die Erde setzen und seine Sinne sensibilisieren. Ein Besuch im Zoo könnte helfen und im stillen Moment ein Blick übers Meer, zum Horizont. Damit schärft er seinen Weitblick. Der gilt dem Erhalt von Flora und Fauna seines Biotops. Mensch und seine Sehnsucht würden seine Lebensgrundlage damit vielleicht etwas weniger zerstören.

*Título de um livro na Editora www.oekom.de de Wolfgang Haber, Martin Held, Markus Vogt.

*Title of a book in German by Wolfgang Haber, Martin Held and Markus Vogt, published by www.oekom.de.

*Titel eines Buches auf dem www.oekom.de Verlag von Wolfgang Haber, Martin Held, Markus Vogt.



PONTOS DE VENDA SELLING POINTS VERKAUFSSTELLEN



*Sempre
num quiosque perto de si.
Um projecto nacional.*

*Always at a kiosk near you.
A national project.*

*In ganz Portugal an ihrem
Zeitungskiosk erhältlich.*

NÃO ENCONTRA A ECO123 NA SUA ZONA DE RESIDÊNCIA?

Entre em contacto connosco e teremos todo o gosto em o/a informar sobre o ponto de venda mais próximo. Ou faça uma assinatura e receba tranquilamente a ECO123 onde desejar.

Tel.: +351 918 818 108\+351 933 558 860
E-mail: info@eco123.info

1• VIANA DO CASTELO
P. MANSO
Urb. Cidade Nova, Lt. 4
4935-171 Viana do Castelo

2• BRAGA
K DE REVISTA
Rua Banda de Música, Lj. 9
Caldas das Taipas
4805-091 Guimarães

FNAC BRAGA
Shopping Braga Parque
Quinta dos Congregados
S.Vitor, Lj. 323
4710-427 Braga

3• VILA REAL
ZONA VERDE
Avenida da Igreja, 3
4880-231 Mondim de Basto

4• BRAGANÇA
BRINDES & aplausos
Vale da Cerdeira, Lj. 3
5370-405 Mirandela

5• PORTO
JOCORUM TABACARIA
C.C. Arrábida Shopping
Prct. José Fernandes
Caldas, Lj. 13B
4400-480 Vila Nova de Gaia

Livraria Bertrand
C.C. Dolce Vita Porto
Rua Campeões Europeus
4350- 414 Porto

CASILCÓPIA
Rua da Igreja, 194
4475-641 Maia

6• AVEIRO
LOBO & BRANCO
C.C. Glicínias Plaza, Lj. 1.3
Rua D. Manuel Barbuda
e Vasconcelos
3810-498 Aveiro

7• VISEU
TENTE A SORTE
Rua Luís de Camões, 13
3520-062 Nelas

FNAC VISEU
C.C. Palácio do Gelo
Quinta da Alagoa, Lj. 118
3500-606 Viseu

8• GUARDA
SUPERGUARDA
SUPERMERCADOS
Estrada do Barracão
6300-309 Guarda

9• COIMBRA
Livraria Bertrand
C.C. Dolce Vita Coimbra
Rua General Humberto
Delgado, 207/211
3030-327 COIMBRA

TRIUNFO
Rua do Brasil, 233, RC
3030-175 Coimbra

FNAC COIMBRA
Forum Coimbra, Lj. 1.03
Quinta de S. Gemil
Planalto Sta. Clara
3044-520 Coimbra

10• CASTELO BRANCO
DISTRICOVILHÃ
SUPERMERCADOS
Intermarché, Lj. 7
Av. Infante D. Henrique
6200-506 Covilhã

11• LEIRIA
BOXMIX
Galerias S. José
Av. Marquês de Pombal
Lt. 2, Lj. 16, Piso -1
2410-152 Leiria

BOOKLÂNDIA
Rua Dr. Manuel Simões
Barreiro
3260-424 Figueiró dos Vinhos

12• SANTARÉM
ICE CREAM CAFÉ
Intermarché
Largo Várzea
Cancela Leão, Lt. 1
2350-433 Torres Novas

13• PORTALEGRE
Livraria NUNALVES
Rua 5 Outubro, 59
7300-133 Portalegre

AF & HS GOMES
Intermarché, Lj. 1
Sítio do Morgadinho
7350-207 Elvas

ISABEL BISCAINHO
Rua D. Nuno Álvares
Pereira, 25
7300-200 Portalegre

14• LISBOA
FNAC CHIADO
Armazéns do Chiado
Rua do Carmo, 2, Lj. 407
1200-094 Lisboa

MULTI JOGOS
C.C. Continente Telheiras
Av. Nações Unidas, Lj. 23
1600-528 Lisboa

TABIPÍ
C.C. Dolce Vita Tejo, Lj. 67
Av. José Garcês, 32
2650-435 Amadora

15• SETÚBAL
CRISTINA MARIA
SILVA SOUSA
Estação Ferroviária
Pragal, Lj. 10
2805-333 Almada

PRESSELJ.
E.N. 10, C.C. Barreiro Retail
Park, Lj. 25B
2830-411 Barreiro

16• ÉVORA
SOUSA E MARQUEZ
ASV GALP
Av. Gago Coutinho, 25
7050-097 Montemor-o-Novo

TABACARIA GENESIS
Rua João de Deus, 150
7000-534 Évora

17• BEJA
CONTECNICASUL
Estrada Circunvalação 12
7630-132 Odemira

ANTONIO DIOGO
COLAÇO HERDEIROS
Praça da República, 9
7780-135 Castro Verde

BOMBAS GALP BOTELHOS II
ESTRADA NACIONAL 390
7640 Vila Nova de Milfontes

PAPELARIA MILOESTE R.
Custódia Brás Pacheco, 55
7645 Vila Nova de Milfontes

PAPELARIA JOAO MANUEL
R. Dr. Teófilo Braga 70-72
7555 Cercal do Alentejo

18• FARO
LIVRARIA PAPELARIA R.
Comandante Matoso, 27
8650-413 Vila do Bispo

PAPELARIA SILVA E LOPEZ
Rua Vieiros Sá Costa, 18C
8650 Lagos

PAPELARIA M.V.REIS
Rua Vasco da Gama, 1
8400-253 Ferragudo

BAR DA ESTAÇÃO DE COMBOIOS
8365-235 Tunes

MARIA D. S. CAPELO
ENCARNAÇÃO
Ecomarché
Areias de Cima, Budens
8650-070 Vila do Bispo

FILISAGRES
ESTRADA NACIONAL 268
8650-317 Vila do Bispo

HELENA ISABEL
C. S. ROSA
P. D. Af. Henriques
8550-434 Monchique

PARCHEL
C.C. Intermarché
Carvoeiro
8400-560 Lagoa

FNAC ALGARVESHOPPING
Lugar da Tavagueira
Guia, Lj. A 006/105
8200-417 Albufeira

APOLÓNIA
SUPERMERCADOS
Apolónia Galé
Sítio Vale Rabelho
Urb. Setobra, Lt. 53
8200-416 Albufeira

QUIOSQUE VALTER
Avenida da República
8700-177 Olhão

CAN'T FIND ECO123 WHERE YOU LIVE?

Contact us and we will be pleased to tell you where the nearest point of sale is. Or take out a subscription and receive ECO123 wherever you want.

Tel.: +351 918 818 108\+351 933 558 860
E-mail: info@eco123.info

SIE KÖNNEN ECO123 NICHT FINDEN?

Wir nennen Ihnen gerne Verkaufsstellen in Ihrer Nähe; bitte fragen Sie uns direkt. Oder werden Sie Abonnent, und wir schicken Ihnen Ihre Zeitschrift bequem nach Hause - wo immer Sie leben!

Tel.: +351 918 818 108\+351 933 558 860
E-mail: info@eco123.info



CUPÃO DE ASSINATURAS SUBSCRIPTION COUPON ABO-COUPOON

por favor assinale a sua opção • please check your choice • bitte ankreuzen

Edição digital (anual) + jogo Kyoto

Digital edition (yearly) + game Kyoto
Digitale Ausgabe (jährlich) + spiel Kyoto

15€ » Portugal

Edição impressa (anual) + jogo Kyoto

Printed edition (yearly) + game Kyoto
Gedruckte Ausgabe (jährlich) + spiel Kyoto

20€ » Portugal

Edição impressa (anual)

Printed edition (yearly)
Gedruckte Ausgabe (jährlich)

35€ » Internacional-International



Apartado 177 - 8551-909 Monchique

Edição impressa e digital (anual) + jogo Kyoto

Printed and digital edition (yearly) + game Kyoto
Gedruckte und digitale Ausgabe (jährlich) + spiel Kyoto

30€ » Portugal

Edição impressa e digital (anual)

Printed and digital edition (yearly)
Gedruckte und digitale Ausgabe (jährlich)

50€ » Internacional-International

Nome

Name

Morada

Address | Adresse

Código Postal

Postal Code | PLZ

fone
Telef.
Phone

Cidade

City | Ort

Telemóvel
Mobile | Handy

País

Country | Land

Email

Data de Nascimento

Date of Birth | Geburtsdatum

NIF

Data

Date | Datum

Assinatura

Signature | Unterschrift

Pagamento (transferência bancária)
Payment (bank transfer) | Zahlung (Überweisung)

Banco Montepio Geral, Faro
NIB: 0036 0032 99100394272 36
IBAN: PT50 0036 0032 99100394272 36
BIC: MPIOPTPL

Mais informações
More information | Weitere Informationen

Tlm | Mbl: +351 918 818 108
Email: info@eco123.info

Ficha Técnica | Credits | Impressum



www.eco123.info

EDITOR & DIRECTOR Uwe Heitkamp (TE-301) [editor@eco123.info] \ **ECO-TV & DIRECTOR ADJUNTO** João Gonçalves [film@eco123.info]
DESIGN & PRODUÇÃO Eduardo Quinhones Hall [producao@eco123.info] \ **WEBDESIGN** Dieter Malter [webmaster@eco123.info]

DISTRIBUIÇÃO & ASSINATURAS Heike Lange [heila@eco123.info] (+351) 933 558 860 \ **PUBLICIDADE** [info@eco123.info] (+351) 918 818 108

COLABORADORES\COLLABORATORS\MITARBEITERIN

Fotografias ©dpa, Frankfurt a.M., Alemanha, ©DENKmal Film, Munique - Alemanha, ©All You Need is Veg by Yukijung

Autores Alexandre Moura, Leila Dregger, Sofia Cavaco Silva, Cecília Malheiro, Lenz Goergen-Heitkamp, Theobal Tiger, Gil Penha Lopes, Maureen Robertson e Lídia Jorge
Tradutores Bill Reed, John Elliott, António Hall, Rudolfo Martins e Heike Lange \ **Contabilidade** António Veiga

PROPRIEDADE, EDITORA E REDAÇÃO Editora ECO123 - Publicações e Produção de Filmes, Lda. \ NIF: 510 520 642

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.

REGISTO DE PUBLICAÇÃO N.º 126325 \ **DEPÓSITO LEGAL** N.º 356456/13 \ **ISSN** 2182-8849 \ **TIRAGEM\PRINT RUN\AUFLAGE** 3.000 Exemplares

PERIODICIDADE\FREQUENCY\ERSCHEINUNGSWEISE Trimestral (Primavera, Verão, Outono e Inverno)

ASSINATURA\SUBSCRIPTION\ABO Impresa (Portugal): 20€ anual | Impresa (UE): 35€ anual | Digital: 15€ anual | Impresa, Digital e ECO-TV: 60€ anual

PAGAMENTOS\PAYMENTS\ZAHLUNGEN Montepio Geral, Faro | BIC: MPIOPTPL | IBAN: PT50 0036 0032 99100394272 36

IMPRESSÃO\PRINTING\DRUCKEREI Litográficos Park, Pavilhão A, Vale Paraíso - 8200-567 Albufeira \ **DISTRIBUIDORA\ DISTRIBUTION\VERTRIEB** VASP Portugal

 Impressão em papel Cyclus Print 250/115 g/m².
100% reciclado, reduz o impacto no meio ambiente: menos lixo e CO₂, menor consumo de energia, água e madeira.

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

CORRESPONDÊNCIA ECO123 Apartado 177 | 8551-909 Monchique, Portugal [info@eco123.info] \ Tel.: (+351) 918 818 108 | (+351) 933 558 860

ESTATUTO EDITORIAL www.eco123.info/estatuto-editorial

Via Algarviana GR13

O que levo na minha caminhada?

What should I take with me on my hike?

Was nehme ich auf meine Wanderung mit?

PT Caminhar significa o retorno às nossas raízes, à nossa vida original e ao nosso próprio ritmo. Na caminhada aguçam-se os pensamentos. Os nossos sentidos despertam e sentem, vêem, cheiram, escutam e saborejam a natureza. Esta antiga rota peregrina de São Vicente tem cerca de 330 quilómetros. Para a percorrer por completo são necessários 14 a 15 dias de caminhada.

PT Uma boa mochila com bagagem não superior a dez quilos, no caso dos homens. É essencial levar umas calças compridas e umas calças curtas, duas camisas, uma blusa, dois pares de meias antiderrapantes de lã/linho e calçado respirável, impermeável e que proteja o tornozelo. Uma garrafa de água, bastão, sandálias leves, toalha e equipamento de natação, sabão de azeite em barra, escova de dentes e também material de proteção contra a chuva. É importante levar um chapéu de chuva, um cachecol ou um lenço, mas é preciso não esquecer a roupa interior, óculos de sol, apito e bússola. Mala pequena de primeiros-socorros, pensos para bolhas, pomada para picadas de inseto, magnésio em comprimidos, protetor solar e pomadas para os pés.

Não se esqueça de levar um telemóvel simples com carregador, material de escrita, um bom livro, mapa. Dextrose, barra de alfarroba BEQ, uma bolsa com nozes, amêndoas, figos secos, passas. Também tampões para o ouvido contra os roncos, kit de costura e canivete. Pequeno cantil para o cálice de medronho.

Nota: trazer o mínimo possível de coisas inúteis. Um bom conselho é caro. Aqui não há qualquer publicidade oculta a fabricantes de equipamentos, vestuário e calçado. A maior parte já sabe, de boa experiência, ONDE e a QUEM podemos arranjar o QUÊ. Eu recomendo apenas pequenos fabricantes locais de equipamentos, vestuário e calçado. Em caso de interesse, teremos todo o gosto em fornecer essa informação.



CONTACTOS\CONTACT\KONTAKTE
www.via-algarviana.com
info@via-algarviana.com

EN Hiking signifies a return to our roots, to an original form of life and to our innate speed. All our senses are awake and feel, see, smell, hear and taste nature. When we go walking, our thoughts become sharper. This old pilgrims' path is about 330 kilometres long. It takes us 14 or 15 days to walk it.

EN A good rucksack and no more than 10 kilos of luggage for men. Important things are: one pair of long trousers and one pair of shorts, two shirts, one pullover, two pairs of non-slip socks made of wool/flax and breathable, waterproof, ankle-covering footwear. Water bottle, hiking staff, light sandals, towel and swimwear, olive (kernel) soap, toothbrush. You will need rainwear, headgear, scarf or neckerchief, some underwear, sunglasses, whistle, compass. First aid kit, with plasters for blisters, ointment for bee stings, magnesium tablets, sun and foot creams.

Don't forget a simple mobile phone with charger, writing material, a good book, a map. Glucose, carob bars from BEQ, a bag with nuts, almonds, dried figs, raisins etc. And what about ear-plugs against snorers, a sewing-kit, a knife, and a small hip-flask for medronho brandy.

N.B.: take as little as possible that you don't need. Good advice doesn't come cheap. At this point, there is no

DE Wandern bedeutet die Rückkehr zu unseren Wurzeln, zu ursprünglichem Leben und zur urreigenen Geschwindigkeit. Beim Wandern schärfen sich unsere Gedanken. Alle Sinne werden wach und fühlen, sehen, riechen, hören und schmecken die Natur. Die Via-Algarviana von der spanischen Grenze Portugals bis ans Südwestkap Europas, ist einzigartig. Dieser alte Pilgerweg ist rund 330 Kilometer lang. Wir benötigen 14 bis 15 Tage Wanderzeit.

DE Einen guten Rucksack und nicht mehr als zehn Kilo Gepäck für Männer. Wichtig sind eine lange und eine kurze Hose, zwei Hemden, ein Pulli, zwei Paar rutschfeste Socken aus Wolle/Flachs und atmungsaktives, wasserdichtes knöchelum-schließendes Schuhwerk. Auf jeden Fall eine Wasserflasche, Wanderstock, Leichte Sandalen, Handtuch & Schwimmallsachen,

» 21 quartos
» Spa
 sauna
 turco
 vichy
 massagens
» Piscina interior aquecida
» Sala Reuniões
» Ginásio
» Wireless gratuito

Mira Sagres Hotel
 ★★★

O Hotel Mira Sagres localiza-se em frente à Igreja de Vila do Bispo, integrado no Parque Natural da Costa Vicentina, Algarve.

info@hotelmirasagres.com
www.hotelmirasagres.com

- 10%
PREÇO NET
 durante 2016
 exceto julho, agosto
 e setembro
 (apresente a revista)



Rota do Pescador na Rota Vicentina GR11

Nesta longa caminhada, anda-se sempre ao longo do Atlântico. O viajante pode fazê-la em quatro ou em sete etapas. A extensão varia em função do ponto a partir do qual se pretender iniciar o percurso. Viajando de autocarro para sul, passando por Lisboa, chega-se a Sines e inicia-se o passeio a pé em Porto Covo. Depois, caminha-se durante sete dias até ao antigo fim do mundo, o Cabo de São Vicente.

As acomodações nas aldeias são muito variadas: das simples pousadas de juventude às pensões, da casa de campo ao hotel de quatro estrelas, tudo é possível.

A gastronomia alentejana e algarvia oferece peixe fresco e marisco, cozinhados de quase todas as maneiras. É única. Depois de um dia de passeio pelos rochedos e pelas praias, sempre para sul, e com o oceano à nossa direita, experienciamos um pôr-do-sol no mar.

Com um copo de vinho rosé da Adega Barranco Longo (Algoz), uma sopa de peixe como entrada, uma salada de polvo e um sargo grelhado como prato principal, podemos começar uma noite tranquila, para nos retemperarmos do esforço da caminhada. Guarde espaço para uma sobremesa.

Quem quiser viajar com burros, que podem carregar a/s mochila/s, pode contactar Elsa

hidden advertising for equipment suppliers, or clothes and shoe manufacturers. Most of you will know from experience WHERE to get WHAT you need for your hike. I only recommend small local suppliers, clothes and shoe manufacturers. On request, we can provide some tips.

Fishermen's Trail in Rota Vicentina GR11

This long-distance walk takes you along the Atlantic coast. Hikers can complete it in four, or in seven stages. It always depends on where they want to start the walk. People travelling south from Lisbon by bus arrive in Sines and then start the walk in Porto Covo. Then you walk for seven days as far as the old end of the world at the southwest cape.

There is plenty of accommodation in the villages: from a simple youth hostel to a small hotel, a rural house, to a four-star hotel. Everything is possible.

The cuisine of the Alentejo and the Algarve offers fresh fish and shellfish of almost every kind. It is unique. After a day's walk over the cliffs and along the beaches, always heading south with the Atlantic on your right, you witness the sunset over the sea. With a glass of rosé from the Barranco Longo winery (Algoz), a fish soup as a starter, an octopus salad, and a grilled bream for your

Oliven(Kern)seife, Zahnbürste. Und Regensachen, Kopfbedeckung, Schal oder Tuch, wenig Unterwäsche, Sonnenbrille, Trillerpfeife, Kompass. Kleine Erste-Hilfe-Apotheke nebst Blasenpflastern, Salbe gegen Bienenstiche, Magnesiumtabletten, Sonnen- und Fußsalben.

Kleines Mobiltelefon nebst Ladegerät, Schreibzeug, ein gutes Buch, Landkarte. Traubenzucker, Johannisbrotriegel von BEQ, eine Tüte mit Nüssen, Mandeln, Trockenfeigen, Rosinen o.ä. Ohrenstäpsel gegen Schnarcher; Nähzeug, Taschenmesser. Kleinen Flachmann für Medronho-Schnaps.

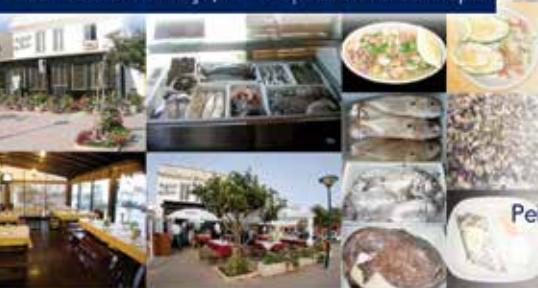
Merke: so wenig wie möglich unnützes Zeug mit herumschleppen. Guter Rat ist immer teuer. An dieser Stelle gibt es keine versteckte Werbung für Ausrüster, Kleidungs- und Schuhhersteller. Die meisten von Ihnen wissen aus Erfahrung gut, WO und bei WEM man WAS für die Wanderung besorgt. Ich empfehle nur kleine und lokale Ausrüster, Kleidungs- und Schuhhersteller. Auf Anfrage geben wir Hilfestellung.

Fischerpfad Rota Vicentina GR11

Diese Weitwanderung führt immer am Atlantik entlang. Der Wanderer kann sie in vier oder auch in sieben Etappen machen. Das hängt immer davon ab, von wo aus sie/er den Weg gehen möchte. Wer über Lissabon mit dem Bus nach Süden reist, kommt nach Sines und beginnt die Wandertour in Porto Covo.

Dann geht eine/r in sieben Tag bis ans alte Ende der Welt zum Südwestkap. Die Unterkünfte in den Dörfern sind vielfältig: von der einfachen Jugendherberge über die Pension, das Landhaus bis zum Viersternehotel ist alles möglich.

**RESTAURANTE-BAR
RIBEIRA DO POÇO**
www.ribeiradopoco.com
Rua Ribeira do Poço, N.º 11 | 8650 Vila do Bispo



RESERVAS (excepto Agosto): Tel.: [+351] 282 639 07

ENCERRAMENTO: Segundas-feiras e de 24 Dez. a 31 Jan.

PUB
MENU
Sopa de Peixe
Abacate Montecarlo
Abacate Vinagrete
Lapas Grelhadas
Ameijoas
Percebes
Camarão Piri-piri
Sargo Grelhado
Peixe Espada Grelhado
Arroz de Tamboril



R. Cmto. Matoso, Sogres | T. +351 282 624 566



e Sofia, em Aljezur, através dos telemóveis nº 967 145 306 ou 936 060 808 ou do Email: burros.artes@gmail.com.

Quatro dias depois chega-se a Odeceixe, no quinto dia, atravessa-se o interior e pode-se passar a noite na Arrifana. Daí, segue-se para Pedralva, passando pela Carrapateira. No último dia de passeio, o viajante alcança o Cabo de São Vicente, vindo por Vila do Bispo. Não se esqueça de comprar um mapa da caminhada.



+ INFO
www.rotavicentina.com

main course, a peaceful evening can begin once the day's walking is done. Leave a bit of room for dessert.

If you want to walk in the company of donkeys, which can carry your rucksack for you, contact Elsa & Sofia in Aljezur on 967 145 306 or 936 060 808 and email: burros.artes@gmail.com.

Once you have reached Odeceixe after four days, you head inland on the fifth day and stop overnight in Arrifana. From there, you head to Pedralva via Carrapateira. On the last day, hikers reach the southwest cape via Vila do Bispo. Don't forget to get hold of a hiking map.

Die Gastronomie der Alentejo- und Algarveküche bietet frischen Fisch und Meeresfrüchte in fast jeder Hinsicht. Sie ist einmalig. Nach einem Wandertag über die Felsen und auf den Stränden immer nach Süden vom Atlantik rechter Hand begleitet erlebt eine/r den Sonnenuntergang im Meer.

Bei einem Glas Roséwein der Adega Barranco Longo (Algoz), mit einer Fischsuppe als Vorspeise, einem Octopussalat und einer gegrillten Brasse als Hauptgericht kann ein friedvoller Abend nach getaner Wanderarbeit beginnen. Lassen Sie Platz für einen Nachtisch.

Wer gemeinsam mit Eseln wandern möchte, die Ihre Rucksäcke tragen können, kontaktiere Elsa & Sofia in Aljezur unter 967 145 306 oder 936 060 808 und Email: burros.artes@gmail.com.

Wer Odeceixe nach vier Tagen erreicht hat, geht am fünften Tag durch das Binnenland und nächtigt in Arrifana. Von dort geht es dann über Carrapateira nach Pedralva. Am letzten Wandertag erreicht der Wanderer über Vila do Bispo das Südwestkap. Nicht vergessen, sich eine Wanderkarte besorgen.

PUB



E descubra como uma aldeia em ruínas se tornou numa aldeia com vida.
And discover how a village in ruins became a village with life.

**ALDEIA DA
PEDRALVA**

Turismo de Aldeia - Tourism Village

www.aldeiadapedralva.com | telf (00351) 282 639 342

Restaurante Aberto 365 dias por ano | Restaurant Open all year round





PORTUGAL

Uwe Heitkamp

traduções: Bill Reed & António Hall | fotografias: Uwe Heitkamp

Vale do Côa GR45

Da Nascente à Foz *From Spring to Mouth*

Von der Quelle zur Mündung

PT Esta caminhada longa é um ótimo passeio para os viajantes que querem deixar para trás a cidade e a civilização, durante duas semanas. Quem quiser levar tenda e saco-cama deve, de qualquer forma, quase no fim do passeio, fazer um par de dias de descanso na reserva natural de Faia Brava e rodear-se de bastante natureza. Ali pode deparar-se com bois que se tornaram selvagens, bem como garranos selvagens e abutres que aí nidificam. Da fonte do Côa, anda-se dois dias ao longo de um ribeiro cujas águas correm lentamente para um rio. No mínimo a partir do Sabugal, o Côa é um caminho marítimo a ter em conta. O caminho segue às vezes à esquerda, às vezes à direita do rio e vai vagueando antes de subir numa primeira reta. Os afluentes ampliam-no e todos os dias o Côa mostra um outro rosto. As garças-reais pousam em lugares lisos e pescam. Uma boa pousada oferece-se no terceiro dia do passeio, no Refúgio no Campo perto da aldeia Rapoula do Côa. Muito bons quartos, um serviço amável e um pequeno-almoço fantástico. A seguir, a caminhada continua por Vilar Maior e Castelo Mendes, para Almeida e Quinta Nova. Também aí, o caminhante encontra boa cama e excelente comida à sua espera, na pousada Encostas do Côa.

A cada novo dia, tomamos mais consciência de estarmos também a pisar solo histórico, uma herança histórica e cultural. Abre-se uma perspetiva que já na aldeia Cidelhe se anunciaava. Pinturas rupestres artísticas dos nossos antepassados acompanham-nos, até Faia Brava, e depois de termos deixado a Reserva, e prosseguem na direção de Vila Nova de Foz Côa. O website www.granderotadocoa.pt (Português/Inglês), com o seu mapa de passeio interativo, facilita imenso o planeamento da caminhada. É recomendável fazer a Grande Rota Vale do Côa de Outubro a Junho. Na página web pode-se fazer o download dos bilhetes diários, para imprimir.



EN This long-distance walk is ideal for walkers who want to leave the city and civilisation behind them for a couple of weeks. If you want to take a tent and sleeping bag with you, you should definitely include a few days in the Faia Brava Nature Reserve almost at the end of the tour, and immerse yourself in the natural surroundings. There, you can come across aurochs that have been released into the wild, as well as wild Garrano horses and vultures that nest there. From the source of the River Côa, you walk for two days along the stream, and the watercourse gradually turns into a river. From Sabugal, if not before, the Côa becomes a serious river. The footpath is sometimes on the left and sometimes on the right bank and it winds back and forth a bit until straightening out. Tributaries make it wider, and every day the Côa looks different. Grey herons stand at shallow points and fish. Good accommodation can be found on the third day of the walk at Refúgio no Campo close to the village of Rapoula do Côa. Very good rooms, friendly service, and a fantastic breakfast. Then the walk continues via Vilar Maior and Castelo Mendes to Almeida and Quinta Nova. There too, a good bed and excellent meal await the long-distance walker at the Encostas do Côa hostel.

With every subsequent day, you become increasingly aware that you are walking on ground that is steeped in history, in cultural and historical heritage. A view opens up from the village of Cidelhe onwards. Artistic rock paintings by our ancestors accompany you from there on, in Faia Brava and after you leave the reserve and walk towards Vila Nova Foz da Côa. The website www.granderotadocoa.pt (Portuguese/English) with its interactive hiking map will make it much easier to plan a long-distance hike. Walking the Grande Rota Vale do Côa is to be recommended between October and June in any year. The daily maps can be downloaded for printing from the website.

DE Diese Weitwanderung ist die optimale Tour für Wanderer, die Stadt und Zivilisation für zwei Wochen hinter sich lassen wollen. Wer Zelt und Schlafsack mitnehmen möchte, sollte auf jedem Fall ziemlich am Ende der Tour im Naturreservat von Faia Brava ein paar Tage eine Pause einlegen und sich von ziemlich viel Natur umgeben lassen. Dort kann er auf ausgewilderte Auerochsen ebenso stoßen wie auf wilde Garrano-Pferde und auf Geier, die dort nisten. Von der Quelle des Côa geht man zwei Tage am Bach entlang und das Gewässer entwickelt sich langsam zu einem Fluss. Spätestens ab Sabugal ist der Côa ein ernst zu nehmender Wasserweg. Der Pfad führt mal links mal rechts vom Fluss und er zieht mal Schleifen bevor er auf eine erste Gerade hinausläuft. Zuflüsse verbreitern ihn und jeden Tag zeigt der Côa ein anderes Gesicht. Graureiher stehen an flachen Stellen und fischen. Eine gute Herberge bietet sich am dritten Wandertag im Refúgio no Campo nahe dem Dorf Rapoula do Côa. Sehr gute Zimmer, ein liebenswürdiger Service und ein fantastisches Frühstück. Dann geht es weiter über Vilar Maior und Castelo Mendes nach Almeida und Quinta Nova. Auch dort erwartet den Weitwanderer in der Herberge Encostas do Côa ein gutes Bett und hervorragendes Essen.

Mit jedem weiteren Tag wird einem mehr bewusst, dass man auch auf geschichtsträchtigem Boden, auf kulturellem und historischem Erbe wandert. Es eröffnet sich eine Perspektive, die sich bereits im Dorf Cidelhe ankündigt. Kunstvolle Felsmalereien unserer Vorfahren begleiten einen fortan in Faia Brava und nachdem man das Reservat verlassen hat und Richtung Vila Nova Foz da Côa wandert. Die Webseite www.granderotadocoa.pt (Portugiesisch/Englisch) mit ihrer interaktiven Wanderkarte wird die Planung der Weitwanderung ungemein erleichtern. Die Grande Rota Vale do Côa zu gehen ist empfehlenswert von Oktober bis Juni eines jeden Jahres. Auf der Webseite kann man sich die Tageskarten direkt zum Ausdrucken herunterladen.

CONTACTOS\CONTACT\KONTAKTE

Associação Transumância e Natureza • Pedro Prata

www.granderotadocoa.pt • www.atnatureza.org | info@granderotadocoa.pt • p.prata@atnatureza.org
Tel.: +351 271 311 202 | Tel.: +351 914 678 375 | Tel.: +351 912 196 778

**PORUGAL****Theobald Tiger**

traduções: Bill Reed & Rudolf Martins | fotografias: DENKmal Film

The Farmer and His Prince

Tem que se devolver algo à natureza

You have to give something back to nature

Man muss der Natur etwas zurückgeben

PT Solos férteis? Diversidade biodinâmica? Criação animal em condições dignas? O que tenho eu a ver com isso? Primeiro, receei que as histórias que se contam sobre a quinta em questão não valessem aqueles 80 minutos. Porque a fonte, que alimenta um sonho, pode secar rapidamente. Mas este me receio acabou por revelar-se injustificado. A história é-me contada de forma interessante, desde a primeira palavra, com imagens preciosas envolvidas numa música cheia de sensibilidade. O filme "O agricultor e o seu príncipe" não pode ser exibido no Reino Unido. A Rainha é contra a sua projeção, porque nele, o Príncipe de Gales, seu sucessor, tem um papel principal com forte

EN Soil fertility? Biodynamic diversity? Appropriate livestock farming? Why does that concern me? To start with, I fear that the fairy tale around this farm will not last the 80 minutes. Because the subject matter of which the dream is made can also be quite dry sometimes. But my fear is unfounded. From the first word, a story is interestingly narrated, and packaged between superb pictures and sensitive music. The film "The Farmer and His Prince" is not allowed to be shown in Britain. Apparently the Queen is not in favour because her son, the Prince of Wales and heir to the British throne, plays a very political main role in it, as an ecologist and conservationist.

DE Bodenfruchtbarkeit? Biodynamische Vielfalt? Korrekte Tierhaltung? Was geht mich das an? Anfangs hege ich die Befürchtung, dass das Märchen über diesen Bauernhof die 80 Minuten nicht durchhält. Denn der Stoff, aus dem der Traum ist, kann auch manchmal ganz schön trocken daherkommen. Die Befürchtung ist unbegründet. Von der ersten Einstellung an wird mir eine Geschichte spannend erzählt, die in wertvolle Bilder und sensible Musik verpackt wurde. Das Film „Der Bauer und sein Prinz“ darf in England nicht gezeigt werden. Die Queen habe etwas dagegen, weil ihr Sohn, der Prinz von Wales und Britische Thronfolger Charles, darin eine

conotação política, como ecologista e defensor do meio ambiente. Por isso, vou já começar por contar a história (também) cá em Portugal.

Os 80 minutos do filme "O agricultor e o seu príncipe" passam-se na pequena cidade de Tetbury, no condado de Gloucestershire, no centro da Inglaterra. É lá que encontramos a herdade Duchy Home Farm, gerida de forma sustentável e que em 1986 tinha 360 hectares, pertencentes a Charles Mountbatten-Windsor. Desses dias até hoje, a propriedade duplicou de tamanho, tendo agora 760 hectares. E com certeza que esta herdade também se tornou numa história de sucesso económico, porque ao contrário do que era de esperar, e quase sem subsídios, gerou lucros praticamente todos os anos até hoje. Charles deve esse sucesso a David, à sua equipa, e ao conceito que estes seguem. 120 hectares das terras são prado permanente. Nele, crescem até 80 espécies de plantas diferentes.

"Levamos o feno dos melhores pastos para os outros campos", diz-nos uma voz em off, "para espalhar as sementes. E depois ainda intercalamos com campos de trevo, em permanente rotação. De três em três anos são transferidos, seguindo-se uma sementeira diferente", diz David Wilson. É ele o agricultor desta história. Do ponto de vista sanitário, tiram-se, assim, muitas vantagens para os cereais e os animais. Desta forma, consegue-se romper com o ciclo de parasitas, pragas e ervas daninhas, sem o recurso a químicos. Trata-se de garantir a fertilidade do solo de forma natural. Eu, como espetador, fico convencido.

Charles tinha uma visão e mantém-na. Quis passar a gerir a propriedade de forma biológica, e quando David Wilson, há 26 anos, se candidata ao lugar de gestor agrícola da Duchy Home Farm, o Príncipe pergunta-lhe se ele estaria disposto a experimentar os métodos sustentáveis da agricultura biológica. Este, naquela altura, não fazia ideia do que isso realmente significaria, mas respondeu que SIM. Foi numa entrevista de emprego, e nestas costuma-se dizer que SIM. Para o agricultor, esse foi o início de uma viagem interessante, ao lado de Charles Mountbatten-Windsor, em que despertou para uma produção alimentar alternativa, sem químicos.

No documentário "O agricultor e o seu príncipe", o realizador e produtor alemão Bertram Verhaag conta-nos que isto pode funcionar, e bem. As imagens impressionantes, frequentemente estáticas e de extrema beleza, as quais, durante cinco anos, foram captadas pelos operadores de câmara Gerald Fritzen, Waldemar Hauschild, Pauli Hien e Hans Albrecht Luszna, num trabalho de recolha



That's why I'm telling you the story here and now in Portugal.

"The Farmer and His Prince" lasts for 80 minutes and is set in the small town of Tetbury in the English county of Gloucestershire. That is where the sustainably run Duchy Home Farm can be found, which covered around 360 hectares in 1986 and belongs to one Charles Windsor. In the last 30 years, the estate has more than doubled in size, to around 760 hectares. The farm has doubtless become an economic success story because, contrary to expectations and with almost no subsidies, it has made a profit in most years to date. Charles has David and his team to thank for that, as well as the concept on which it is based. Around 120 hectares of the farm are permanent pasture. Up to 80 different plants grow there. "We then take the hay from the best meadows to the other fields," a voice says off-camera, "to spread the seeds around. And then we also have the alternating clover fields, which permanently rotate. Every three years, they are transferred, and are then planted with different crops each year," says David Wilson, the farmer in this story. From the point of view of the health of crops and animals, this is a definite advantage, he adds. In this way, you can break cycles of parasites, disease and weeds and need no chemicals. He says it is about ensuring that the soil is naturally fertile. That makes sense to me as an observer.

Charles had and still has his vision. He wanted to convert the farm to organic agriculture and when David Wilson applied for the position of farm manager at Duchy Home Farm, the Prince asked him if he wanted to try out organically sustainable agriculture. He didn't really know what that meant at the time, but said YES. After all, it was a job interview

sehr politische Hauptrolle spielt, als Ökologe und Umweltschützer. Deswegen erzähle ich Ihnen die Geschichte nun hier schon einmal vorab in Portugal.

„Der Bauer und sein Prinz“ spielt 80 Minuten lang in der Kleinstadt Tetbury in der Grafschaft Gloucestershire in Mittelengland. Dort gibt es den nachhaltig betriebenen Bauernhof Duchy Home Farm, der 1986 etwa 360 Hektar Land umfasste und jenem Charles Mountbatten-Windsor gehört. In den Jahren bis heute vergrößerte sich das Anwesen auf mehr das Doppelte, auf rund 760 Hektar. Dieser Bauernhof ist sicherlich auch eine ökonomische Erfolgsgeschichte geworden, weil er wider Erwarten und nahezu ohne jegliche Subvention auch in den meisten Jahren bis heute Gewinne schrieb. Das hat Charles dem David und seinem Team zu verdanken und dem Konzept, auf dem es basiert. Etwa 120 Hektar des Hofes sind dauerhaftes Weideland. Dort wachsen bis zu 80 verschiedene Pflanzen. „Das Heu der besten Wiesen bringen wir dann auf andere Felder“, erzählt eine Stimme im Off, „um die Samen zu verteilen. Und dann haben wir noch die wechselnden Kleefelder, die ständig rotieren. Alle drei Jahre werden sie versetzt und dem folgt jedes Jahr eine andere Bepflanzung“, sagt David Wilson. Er ist der Bauer in dieser Geschichte. Aus Sicht der Getreide- und Tiergesundheit sei das auf jeden Fall von Vorteil. Man könne auf diese Weise Parasiten-, Krankheits- und Unkrautzyklen brechen und brauche keine Chemie. Es ginge darum, die Bodenfruchtbarkeit auf eine natürliche Weise zu sichern. Mir als Betrachter leuchtet das ein.

Charles hatte und hat seine Vision. Er will den Hof auf biologische Landwirtschaft umstellen und als David Wilson vor 26 Jahren sich auf die



impressionante, dão o movimento que faz caminhar a história de ação em ação. A capacidade de articular belas imagens é um dos maiores trunfos do cinema. De um puzzle é montada uma história e assim surge um filme.

Como contá-la e de que forma interiorizá-la na alma do espetador? Como foi que Melania Singer (montagem) contrapôs e alinhou as cenas, de forma a que elas não só nos transmitam uma mensagem profunda, como também nos deem vida, refresquem e, finalmente, movam interiormente?

Conseguido. A ver. O filme agarra a temática, apropriada para ser apresentada também em escolas e universidades, de forma genial, porque a vida em harmonia com a natureza é a base e o objetivo que nos aproxima substancialmente da felicidade interior. É exatamente ali que queremos estar. Vamos de viagem e procuramos um conceito verdadeiro e eticamente correto, trabalhamo-lo com responsabilidade e com os anos ficamos com a noção do funcionamento da natureza. Não acompanhamos ou dominamos, somos parte de um todo. Sinto-me bem após ver o filme. Prova-me que ainda há algumas histórias de sucesso positivo a contar neste planeta.

Quem vê este filme, fica com a convicção de que a agricultura convencional perdeu a noção do conceito de viver e trabalhar com a natureza. Um agricultor, cujas batatas – com que quer ganhar dinheiro – apodrecem na terra à custa de epidemias, recorre às armas químicas e aplica Bayer, Monsanto ou Syngenta, arriscando a sua saúde e a saúde dos outros, na esperança de conseguir vencer a praga. O filme relata formas de como essas pragas poderiam ser evitadas logo à partida. Mas para o conseguir tem que ter um solo fértil e saudável, e mantê-lo assim,

and you always say yes. That was the start of an interesting journey for the farmer, during which his eyes were opened to an alternative kind of food production, without chemicals and alongside Prince Charles.

That this can function, and how well it can do so, is what the German director and filmmaker Betram Verhaag portrays in his documentary "The Farmer and His Prince". The admirable, often calm and beautiful images by his four cameramen Gerald Fritzen, Waldemar Hauschild, Pauli Hien and Hans Albrecht Lusznat, who assembled a very impressive piece of work over five years, manage to keep the story moving from one scene to the next. The ability to play with beautiful images is one of the strengths of film as a genre. You put a story together from a puzzle, and then turn it into a film.

How to tell the story, and how to get it into the soul of the viewer? For example, how does the editor Melania Singer cut the scenes in such a way that they not only produce a deeper meaning but also enliven, refresh and ultimately move?

It's a success. Well worth seeing. The film has brilliantly captured a topic that could also be shown more widely at schools and universities, because life in harmony with nature is a basis and a goal, which could bring us a good deal closer to inner happiness. After all, that's where we want to get to. We set off on a journey and seek out an honest and ethical concept, work at it conscientiously and, over the years, gain deep insights into how nature works. We don't accompany it and dominate it, but become part of the whole. I end the film with a good feeling. It shows me that there are still some success stories to be told on this planet.

Stelle des Farmmangers der Duchy Home Farm bewirbt, fragt ihn der Prinz, ob er biologisch nachhaltige Landwirtschaft versuchen wolle. Dieser wusste damals nicht wirklich, welche Bedeutung das hat, sagte aber mal JA. Es sei schließlich ein Vorstellungsgespräch gewesen und da würde man immer JA sagen. Für den Bauern war das der Beginn einer interessanten Reise, auf der ihm die Augen einer alternativen Lebensmittelproduktion geöffnet wurden, ohne Chemie und an der Seite von Charles Mountbatten-Windsor.

Dass das und wie gut so was funktionieren kann, davon erzählt der deutsche Regisseur und Filmemacher Betram Verhaag in diesem Dokumentarfilm „Der Bauer und sein Prinz“. Die impressionanten, oft stillen und wunderschönen Bilder seiner vier Kameramänner Gerald Fritzen, Waldemar Hauschild, Pauli Hien und Hans Albrecht Lusznat, die über fünf Jahre eine sehr eindrucksvolle Arbeit zusammengetrugen, geben der Geschichte jene Beine, die sie bewegen, um von einem Spannungsbogen zum anderen zu gelangen. Die Fähigkeit, mit schönen Bildern zu spielen, ist einer der größten Trümpfe des Genres Film. Aus einem Puzzle setzt man eine Geschichte zusammen und macht daraus einen Film.

Wie erzähle ich sie und auf welche Weise bringe ich sie in die Seele des Betrachters? Wie schneidet beispielsweise (die Cutterin) Melania Singer die Szenen mit- und gegenüber einander so, dass sie nicht nur einen tieferen Sinn ergeben, sondern auch beleben, erfrischen und letztendlich innerlich bewegen?

Gelungen. Einfach sehenswert. Der Film hat ein Thema genial eingefangen, das man auch generell in Schulen und Universitäten zeigen könnte, denn das Leben im Einklang mit der Natur ist eine Basis und ein Ziel, das uns dem inneren Glück eine gute Ecke näherbringen könnte. Genau da wollen wir doch hin. Wir begeben uns auf eine Reise und suchen ein ehrliches und ethisches Konzept, arbeiten gewissenhaft daran und gewinnen über die Jahre tiefen Einblick, wie die Natur tickt. Wir begleiten und herrschen nicht, sondern werden Teil des Ganzen. Ich gehe aus dem Film mit einem guten Gefühl. Das beweist mir, dass es noch einige Geschichten des Gelingens auf diesem Planeten zu erzählen gibt.

Wer diesen Film sieht, gewinnt auch den Eindruck, dass die konventionelle Landwirtschaft den roten Faden, das Konzept mit der Natur zu leben und zu arbeiten, verloren hat. Ein Bauer, dessen Kartoffeln – mit denen er Geld verdienen will – auf dem Feld epidemisch verfaulen, greift zur chemischen Keule und spritzt Bayer, Monsanto oder Syngenta und

i

+ INFO
www.derbauerundseinprinz.com
www.denkmalfilm.tv
info@eco123.info

CO₂

Na produção
deste artigo não
houve emissão
de CO₂.

There was no
emission of CO₂ in
the production of
this article.

EMISSIONES/EMISSION

Null CO₂ Emission
während der
Recherche zu
diesem Artikel.

devolvendo-lhe algo, não só tirando. A mesma regra aplica-se aos cereais, à produção florestal ou de frutos e ao trato digno de animais, como as vacas e ovelhas, os porcos e as galinhas, etc.

Os animais têm que ser criados em condições apropriadas à espécie, ter espaço para se movimentarem livremente, e ser bem alimentados. Só assim é que a lá voltará a ter algum valor, e será comercializada de forma justa, e o mesmo acontecerá ao leite, aos ovos, e a muitos outros produtos agrícolas, localmente.

O filme também mostra a vida de trabalho intensa, baseada na sabedoria positiva e na vontade, na agricultura biológica de minifúndio, sem monoculturas. Esta dispensa produtos químicos caros e tecnologia genética, que destrói os solos, os campos e as plantas. Em contrapartida, usa o estrume e o chorume como fontes de azoto natural, e saberes antigos, como o de que a terra também tem que ter o seu repouso. Porque, uma vez destruído o solo, mesmo a agricultura convencional a longo prazo produzirá cada vez menos, para uma população mundial que continua a crescer.

O filme consegue apresentar um Charles Mountbatten-Windsor desconhecido para a maior parte de nós: um ser humano com sabedoria, calmo, e por vezes pensativo, que colabora ativamente na implementação de uma sebe tradicional, e viva, e que se preocupa com a nossa terra mãe. Ele toma claramente posição e postura, canaliza o pouco poder que tem para construir algo. O realizador Bertram Verhaag tem o mérito de ter posto em cena de forma excelente. Os 80 minutos deste filme são um investimento importante com um retorno sustentável.

©DENKmal Film



Anyone seeing this film will also have the impression that conventional agriculture has lost direction, the concept of living and working with nature. A farmer whose potatoes (with which he wants to earn money) are suffering from an epidemic of rot in the fields resorts to chemicals and sprays Bayer, Monsanto or Syngenta and risks his healthy life and that of others, in the hope that he can bring the rot to a halt. The film discusses in concrete terms the possibility of avoiding this potato rot from the outset. But to do so, you need healthy soil that is rich in nutrients, you have to maintain it, give it something and not only take from it. The same applies to wheat, to trees and fruit, to the fair treatment of animals such as cows and sheep, pigs and chickens, etc. They must be kept in an appropriate way, be able to run around freely and be well fed. Only then will sheep's wool be of value again, be fairly traded, and milk and eggs and many other agricultural products close to the consumer.

The film also shows the labour-intensive life based on positive knowledge and the desire to adopt organic agriculture, divided into small sections and avoiding monocultures. It doesn't require expensive chemicals or gene technology, which destroy the soil, the fields and the plants; rather, it uses dung and liquid manure as a natural source of nitrogen, plus old knowledge: the soil needs to rest once in a while too. Because once the soil is destroyed, conventional agriculture will have less and less to harvest in the long term. For a global population that is still growing.

The film manages to show Prince Charles as hardly anyone knows him: a calm, knowledgeable and sometimes thoughtful person, who himself lends a hand in creating traditional living hedges and who is concerned about his and our Mother Earth. He has clear opinions and stands firm, he takes his little bit of power and makes something of it. The filmmaker Bertram Verhaag must be given credit for his excellent direction. The 80 minutes are an important investment with a sustainable return.

riskiert sein und das gesunde Leben anderer, in der Hoffnung, dass er die Fäulnis damit stoppen kann. Der Film erzählt nun konkret von der Möglichkeit, wie diese Kartoffelfäulnis von vornherein vermieden werden könnte. Dazu aber muss man nährstoffreiche, gesunde Erde haben, sie erhalten, ihr etwas geben und nicht nur nehmen. Das Gleiche gilt für Weizen, für die Baum- und Fruchtwirtschaft, für den fairen Umgang mit Tieren wie Kühen und Schafen, Schweinen und Hühnern usw. Sie müssen artgerecht gehalten werden, frei laufen können und gut ernährt werden. Dann erst wird die Schafswolle auch wieder einen Wert besitzen, fair gehandelt werden, auch Milch und Eier und viele andere landwirtschaftliche Produkte, verbrauchernah.

Der Film zeigt auch das arbeitsintensive Leben auf der Basis von positivem Wissen und Wollen für die organische kleinteilige Landwirtschaft ohne Monokulturen. Sie braucht keine teure Chemie und auch keine Gentechnik, die Böden, Äcker und Pflanzen zerstören, sondern sie nutzt Mist und Gülle als natürliches Stickstoff-Investment plus altes Wissen: auch, dass ein Boden einfach mal Ruhe braucht. Denn sind die Böden erst einmal zerstört, hat eine konventionelle Landwirtschaft auf Dauer immer weniger zu ernten, für eine Weltbevölkerung, die immer noch wächst.

Dem Film schafft es, einen Charles Mountbatten-Windsor zu projizieren, wie ihn kaum einer kennt: einen ruhigen wissenden und bisweilen nachdenklichen Menschen, der selbst mit Hand anlegt bei der Anlage von traditionellen und lebenden Hecken und der besorgt ist um seine und unsere Mutter Erde. Er bezieht klar Stellung und zeigt Haltung, nimmt sein bisschen Macht und macht was draus. Dem Filmemacher Bertram Verhaag muss man zugutehalten, dies exzellent in Szene gesetzt zu haben. Die 80 Minuten Zeit sind eine wichtige Investition mit nachhaltigem Return.

©DENKmal Film





MONCHIQUE

Uwe Heitkamp

traduções: Bill Reed & Rudolfo Martins | fotografias: Uwe Heitkamp

Nuno Duarte

Viver da minha música
Living from my music
 Leben für die Musik

PT O acordeão é um instrumento que sempre esteve presente na vida de Nuno Duarte (27), desde a sua infância. Hoje, é com o acordeão que garante grande parte do sustento para os quatro elementos da sua família. Fazer música foi sempre o seu sonho. Indagado pela ECO123 sobre o PORQUÊ, sublinha que o acordeão enche a sua alma de alegria, o deixa descontraído e é a forma de estar satisfeita consigo próprio. Se perguntarmos a sua opinião sobre o futuro da sua profissão, diz: *“Não sei como se irá desenvolver a minha arte, mas eu irei dar continuidade às antigas tradições.”*

O que lhe interessa são as tradições de música portuguesa do Algarve. As suas criações são como andas que o enaltecem, quando se apresenta nos seus concertos.

Ler música nunca foi com ele. É autodidata. Aos onze anos de idade, ouviu uma canção na rádio e experimentou tanto tempo com o seu primeiro acordeão, que conseguiu tocá-la. A sua professora de música, Fátima Matias, que durante muito tempo tentou ensiná-lo a tocar pelas pautas, mudou de método e passou a tocar-lhe as canções no seu acordeão. Nuno Duarte aprendia-as ouvindo, e, deste modo, aperfeiçoou a sua mestria até ao detalhe. Hoje, já não atua só em restaurantes ou bailes à noite, mas também em festas oficiais e receções ligadas às mais diversas ocasiões.

“Fole e Andas” é o nome que deu à sua marca, ligada à tradição do acordeão, com a garantia de que irá continuar a atuar, envergando o traje dos seus antepassados: sapato preto, calça, colete, chapéu, cinto, e camisa branca.

EN For Nuno Duarte (aged 27) from Monchique, the accordion has been an ever-present musical instrument since his childhood. Today he uses it to earn much of the livelihood for his family of four. Making music was always his dream. When ECO123 asked him about the WHY, he stressed that it filled his soul with joy, put him in a calm mood and at the end of the day was an important source of his own happiness. To the question about the future of his profession, he said: *“I don't know how my craft will develop, but I will keep the old traditions going.”* What matters to him is the Portuguese music of the Algarve. The stilts on which he appears one metre taller at his concerts are his own creation.

Reading music was never his thing. He is self-taught. At the age of eleven, he heard a song on the radio and practised it on his first accordion until he could play it. His music teacher Fátima Matias, who tried for a long time to teach him to read music, switched immediately and from then on played him songs on her accordion. Nuno Duarte then played them back to her and thereby perfected the details of his art. Nowadays, he doesn't just play in restaurants or at dances in the evenings, he also plays at official parties and receptions of different events.

He calls his brand, linked to the traditional accordion, “Fole e Andas” (Bellows and Stilts) and makes it clear that he will continue to perform in the costume of his ancestors: black shoes, trousers, waistcoat, hat and belt, and a white shirt.



CONTACTOS\CONTACT\KONTAKTE

Nuno Duarte
 nuno.duarte9@gmail.com
 Tel.: [+351] 962 510 551

DE Für Nuno Duarte (27) aus Monchique ist das Akkordeon ein seit seiner Kindheit immer präsentes Musikinstrument. Heute verdient er damit einen guten Teil des Lebensunterhaltes seiner vierköpfigen Familie. Musik Machen war schon immer sein Traum. Gegenüber ECO123 betont er auf die Frage nach dem WARUM, dass es seine Seele mit Freude erfülle, ihn gelassen stimme und am Ende des Tages auch eine wichtige Quelle seiner eigenen Zufriedenheit sei. Auf die Frage nach der Zukunft seines Berufstandes meint er: „Ich weiß nicht wie sich mein Handwerk weiterentwickelt, aber ich werde die alten Traditionen fortführen.“ Ihm geht es um die portugiesische Musik der Algarve. Seine eigene Kreation sind die Stelzen, mit denen er gleich einen Meter größer zu seinen Konzerten daherkommt.

Noten lesen war noch nie seine Sache. Er ist Autodidakt. Im Alter von elf Jahren hörte er ein Lied im Radio und probte so lange auf seinem ersten Akkordeon, bis er es spielen konnte. Seine Musiklehrerin Fátima Matias, die lange versuchte, ihm das Notenspiel beizubringen, schaltete sofort um und spielte ihm fortan Lieder auf ihrem Akkordeon vor. Nuno Duarte spielte sie dann nach und perfektionierte somit seine Handwerkskunst bis ins Detail. Heute spielt er nicht mehr nur abends in Restaurants oder auf Bällen, sondern auch auf offiziellen Festen und Empfängen verschiedener Anlässe.

„Fole e Andas“ nennt er seine mit dem traditionellen Akkordeon verbundene Marke und stellt klar, dass er weiterhin in der Tracht seiner Vorfahren auftreten wird: in schwarzen Schuhen, in Hose, Weste, Hut und Gürtel und in einem weißen Hemd.



MONCARAPACHO

Alexandre Moura

traduções: Bill Reed & António Hall | fotografias: Alexandre Moura

João Lourenço

O último latoeiro do algarve

The Algarve's last tinsmith

Der letzte Kupferschmied der Algarve

PT João Lourenço, 77 anos, é o último latoeiro em atividade no Sul do país. O negócio já pouco ou nada rende, mas Ti João, como é conhecido, continua a trabalhar com a determinação que apresenta nas suas palavras: “Nasci em cima das latas e quero morrer agarrado a elas”, afirma com satisfação. Longe vão os tempos em que o ofício de latoeiro alimentava toda a família. A partir da década de 70 e 80, com o aparecimento do plástico e produtos derivados, tudo mudou. “Antes dava para todos, tinha cinco irmãos machos e eram todos latoeiros, tal como o meu pai. Vendíamos alguidares, regadores e cántaros para a água. Fazíamos uma feira e ganhávamos o suficiente para comprar material, ainda sobrava para a comida, agora não dá para nada”, lamenta, ao mesmo tempo que revela o descontentamento por ser o ultimo latoeiro na região. “Sinto-me aborrecido, já viu o que é não existir um latoeiro desde o Alentejo ao Algarve? O futuro do latoeiro está condenado, nenhum jovem quer aprender, tenho pena por deixarem morrer este ofício que é o verdadeiro artesanato porque tudo é feito à mão”, destaca. Apesar de algum desalento, Ti João continua com um brilho nos olhos de um jovem enquanto trabalha a lata e o zinco com as próprias mãos. “Agora faço os mercados e as feiras de artesanato, vendo um regador, um balde ou um alguidar de tempos em tempos”, refere, com alguma resignação, deixando um olhar sobre o futuro. “Desde pequenino que ando em cima das latas e vou trabalhar nisto até morrer. Quando eu partir não ter de comprar material produzido no norte, possivelmente feito em fábricas e que não tem nada a ver com estes produtos”.



EN Seventy-seven-year-old João Lourenço is the last tinsmith working in the south of the country. The business brings in next to nothing, but Ti João, as he is known, keeps working with the determination he expresses in his words: “I was born on top of tins and I want to die clutching them,” he says with satisfaction. It’s many a year since the craft of the tinsmith sustained the whole family. Since the 1970s and 80s, with the appearance of plastic and derived products, everything has changed. “Before there was enough for everyone, I had five brothers, all of them tinsmiths, just like my father. We sold bowls, watering cans and water pitchers. We went to a fair and earned enough to buy material and there was enough left over for food. Now there’s not enough for anything,” he laments, at the same time as showing his displeasure at being the last tinsmith in the region. “I’m fed up, can you imagine that there won’t be a single tinsmith from the Alentejo to the Algarve? The future of the tinsmith is doomed, no young people want to learn. I feel sorry that they are allowing this craft to die out, which is true handicraft because everything is done by hand,” he says. Despite a degree of despondency, Ti João still has a youthful sparkle in his eyes as he works the tin plate and zinc with his own hands. “Now I go to markets and handicraft fairs, I sell a watering can, a bucket or a bowl from time to time,” he says with a certain resignation, and then looks to the future. “I’ve been working with tins since I was young and I’ll be working with them until I die. When I go, they’ll have to buy material produced in the north, possibly made in factories, and that is completely different from these products.”

DE João Lourenço, 77, ist der letzte aktive Kupferschmied im Süden Portugals. Sein Geschäft lohnt sich kaum noch. Aber Ti João, wie er gerufen wird, arbeitet mit einer Entschlossenheit, die er auch in Worte fassen kann: „Auf Dosen wurde ich geboren, an Dosen geklammt werde ich sterben“, erklärt er. Vorbei seien die Zeiten, als das Kupferschmiedehandwerk noch die ganze Familie ernährte. Seit den 70er und 80er Jahren, mit dem Auftreten von Kunststoff aus Rohöl und den daraus hergestellten chemischen Produkten, änderte sich alles. „Früher reichte es für jeden von uns. Ich hatte fünf Brüder, die alle als Kupferschmiede arbeiteten, genau wie mein Vater. Wir verkauften Schüsseln, Gießkannen und Krüge zum Wasserholen. Auf dem Markt verdienten wir mit unseren Produkten genug, um neues Material zu kaufen. Und für Lebensmittel blieb auch noch genügend übrig. Heutzutage reicht es für gar nichts mehr“, klagt er und drückt zugleich seine Wehmutter darüber aus, der letzte Kupferschmied in der Gegend zu sein. „Es ist zum Haare rausen. Haben Sie gesehen, dass es keinen weiteren Kupferschmied mehr vom Alentejo bis zur Algarve gibt? Die Zukunft der Kupferschmiedekunst ist zum Scheitern verurteilt. Kein junger Mensch will das noch lernen. Es macht mich traurig, dass das Aussterben meines Handwerks nicht verhindert wird, denn es handelt sich um echte traditionelle Handwerkskunst, weil wirklich alles mit der Hand gemacht wird“, betont er. Trotz dieser Aussichtlosigkeit macht Ti João mit den wachen Augen eines jungen Mannes damit weiter, Zinn und Zink mit seinen eigenen Händen zu bearbeiten. „Jetzt gehe ich eben auf Kunsthändler-Märkte und -messen, verkaufe hier und da mal eine Gießkanne, einen Eimer oder eine Zinkwanne“, sagt er mit einer Stimme zwischen Resignation und Hoffnung. Sein persönlicher Blick in die Zukunft: „Von Kindesbeinen an pflastern Dosen meinen Weg, und ich werde mich damit beschäftigen, bis ich sterbe. Wenn ich dann unter der Erde bin, müssen die Leute eben Sachen kaufen, die im Norden, höchstwahrscheinlich in Fabriken, hergestellt werden und die rein gar nichts mehr mit natürlichen Rohstoffen zu tun haben.“



CONTACTOS\CONTACT\KONTAKTE

João Oliveira Lourenço
Rua Capitão Manuel Madeira Nobre, n.º 10
8700-090 Moncarapacho
Tel.: [+351] 927 645 742



EMISSÕES\EMISSION

Emissão de CO₂ na produção deste artigo: 5,32 Kg
Faro\Moncarapacho, Faro , 40 Km (carro)

CO₂ emission in the production of this article: 5,32 Kg
Faro\Moncarapacho\ Faro , 40 Km (car)

CO₂ Emission während der Recherche zu diesem Artikel 5,32 Kg
Faro\Moncarapacho\ Faro , 40 Km (auto)

Lída Jorge

traduções: Bill Reed & Heike Lange

O que é ser ECO?

What is it to be ECO?

WAS IST ECO?



PT A palavra vem de muito longe, mas para nós que a olhamos de perto, podemos dizer que o conceito só se popularizou nos anos sessenta do século XX, quando os jovens deixaram os cabelos descerem até à cintura, e vibraram o slogan de que só o natural seria bom. *Make Love not War* era então uma sigla universal, e a ideia de que se nos abandonássemos à Natureza iríamos ser salvos, afigurava-se um sonho alcançável. Um belo sonho que foi mentira. Bem pelo contrário, a civilização acelerou o confronto com a natureza, manteve em alta os conflitos humanos, e ECO passou a ser sinônimo de uma batalha. Uma batalha contínua que exige vigilância, contensão, discussão e persuasão, para que a convivência entre os seres humanos e as outras espécies seja equilibrada e não dizimadora. ECO é pois uma batalha da inteligência contra a usurpação e a estupidez, para que a harmonia seja alcançada.

À entrada do ano 2000, Barry Gifford escreveu um poema sobre o futuro do mundo, com o título de *Carta Chinesa a um Amigo Distante*, que em tradução livre dizia aproximadamente o seguinte - *Gruas, que lentamente avançam / Projetando sombras no lago / Lá onde se espelham as nuvens. / Nem Clima, nem Amigo nem Amor / Poderá mudar/Seja o que for*. O escritor americano reproduzia assim o sentimento de desistência de muitos de nós. Mas é preciso não baixar os braços, entregando-nos. A batalha pelo respeito pela Terra e as suas espécies é a mesma que preside à batalha pela dignidade dos homens. E isso é ECO. É preciso defender a nossa casa, a nossa *Oikós*, aquela casa que se inicia nas válvulas do coração e no entanto se alarga até às constelações que habitam o Espaço Celeste.

EN The word comes from long ago, but we who look at it closely can say that the concept only became popular in the 1960s, when young men let their hair grow down to their waists, and proclaimed the slogan that only what was natural was good. *Make Love not War* was a universal motto at that time, and the idea that, if we abandoned ourselves to nature we would be saved, appeared to be an achievable dream. A wonderful dream that was a lie. On the contrary, civilisation accelerated its confrontation with nature, increased human conflicts, and ECO became synonymous with a battle. A continuous battle that demands vigilance, intellectual effort, discussion and persuasion, so that co-existence between human beings and other species can be balanced and not destructive. ECO is thus a battle of intelligence against appropriation and stupidity, so that a state of harmony can be reached.

At the start of 2000, Barry Gifford wrote a poem about the future of the world, entitled *Note to a friend far away – Cranes slowly / settle on / nearby pond / clouds blow through / no lovers / or friends / birds, weather / will do*. In this way, the American writer reproduced the feeling of giving up that many of us have. But we must not hold back, and surrender. The battle for respect for the Earth and its species is the same as the one that leads the battle for the dignity of human beings. And that is ECO. We need to defend our home, our *Oikós*, that home that commences in the valves of the heart and yet spreads out to the constellations that populate Celestial Space.

DE Den Begriff ECO gibt es schon seit ewigen Zeiten. Populär wurde das Konzept in den sechziger Jahren des zwanzigsten Jahrhunderts, als junge Leute sich die Haare bis zur Taille wachsen ließen nach der Devise „Was natürlich ist, ist gut“. *Make Love not War* geriet zu einem universellen Motto, und die Idee, dass eine Rückkehr zur Natur uns retten würde, erschien ein erreichbares Ziel. Was für ein schöner Traum – und was für ein Irrtum! Das Gegenteil ist nun der Fall: die zunehmende Zivilisierung beschleunigt die Konfrontation mit der Natur, die Zahl der Konfliktherde zwischen den Völkern ist gleichbleibend hoch, und das Wörtchen ECO wurde unterschwellig zum Schlachtruf in den andauernden, Wachsamkeit, Intervention, Diskussion und Überzeugung erfordernden Auseinandersetzungen im Engagement gegen die fortgesetzte Dezimierung aller anderen Spezies durch den Menschen. Es geht bei ECO folglich um das Streiten der Intelligenz gegen Anmaßung und Ignoranz mit dem Ziel einer harmonischen Koexistenz.

Zu Beginn des Jahres 2000 schrieb Barry Gifford ein Gedicht über die Zukunft der Welt. Er nannte es *Brieflein an einen fernen Freund* und schrieb: *Kraniche lassen sich bedächtig nieder / Auf dem nahegelegenen Teich / Wolken ziehen vorbei / Keine Liebespaare / Oder Freunde / Vögel, Wetter / Das genügt*. Der amerikanische Schriftsteller drückt damit ein von vielen Menschen empfundenes Gefühl der Hoffnungslosigkeit aus. Aber wir dürfen nicht aufgeben, wir müssen uns einbringen! Der Kampf für die Achtung unseres Planeten und seiner Artenvielfalt ist zugleich ein Kampf für die Würde des Menschen. Und genau das bedeutet ECO: wir müssen unsere Heimat verteidigen, unser *Oikós*, den Lebensraum, der sich von unseren Herzen bis zu den Sternen am Himmelszelt erstreckt.

A SUA EMPRESA E O SEU ANÚNCIO SÃO ÚNICOS
Anuncie nas Páginas Verdes pelos preços mais baixos, em Portugal e em todo o mundo online, com a ECO123. Solicite os preços para pacotes e as tabelas de descontos de quantidade. Receba o seu orçamento através do:
+351 918 818 108/+351 933 558 860

GIVE YOUR ADVERTISING INDIVIDUAL TOUCH
Advertise at a reasonable rate with ECO123 in the Green Pages throughout Portugal and online worldwide. Ask us for special prices and discounts for bulk orders. Call us for a quotation now:
+351 918 818 108/+351 933 558 860

SETZEN SIE IHRE GANZ EIGENEN AKZENTE.
Annoncieren Sie auf den Grünen Seiten zu günstigen Tarifen in ganz Portugal und weltweit online mit ECO123. Fragen Sie nach Kombi-Preisen und Mengenrabattstaffeln. Jetzt Kostenvorschlag einholen:
+351 918 818 108/+351 933 558 860

1 AGRICULTURA SUSTENTÁVEL
SUSTAINABLE AGRICULTURE
NACHHALTIGE LANDWIRTSCHAFT



ESPRITO DA TERRA
Ponce de Albufera, 8100-088 Boliqueime
T. 912545846 • 9h00 - 18h00

Quinta das Seis Marias
Sargaçal - 8600 Lagos • (+351) 916 704 894
fatimaptorres@gmail.com
Cabazes à venda na quinta às 3^a, 5^a e 6^a.

2 CONSTRUÇÃO SUSTENTÁVEL
SUSTAINABLE BUILDING
NACHHALTIGES BAUEN

www.embarro.com

Tadelakt · Stucco Veneciano
Clay plaster · Natural paints

Showroom CasaDoGel - São Brás, Algarve
Tel 289 845 032 • Mobile 918 888 222 • info@embarro.com

3 CENTROS\RETIROS\SPA'S
CENTRES\RETREATS\SPAS
ZENTREN\RETREATS\SPA'S

20 anos
years
Jahre
Reguengo
to be with for Generations
Monchique, Portugal • (+ 351) 282 911 901
reguengo@reguengo.com • www.reguengo.com

**ESTE ESPAÇO PODE SER SEU.
ANUNCIE NA PÁGINA VERDE!**

PUBLICIDADE \ ECO123
info@eco123.info • Tel.: 918 818 108

4 ECOTURISMO\VIAGENS
ECO TOURISM\TRAVEL
ÖKOTOURISMUS\ REISEN



Casa Vale da Lama
ECORESORT

Eco Férias - Retiros - Eventos - Alimentação Natural
Eco Holidays - Retreats - Events - Natural Food
Tel 282 764 071 • Tel 913 485 568 • Email ecoresort@valedalamama.net
www.casavaledalamama.com

ZOO LAGOS
Sítio do Medronhal - 8600-013 Barão São João,
Lagos • www.zoolagos.com • 282 680 100

CASA DO PVO HOSTEL
R. João de Deus à Cruz Grande, 8375 SB Messines
T. 282 333 130 • 9h00 - 20h00

5 ECO MODA\VESTUÁRIO
ECO FASHION\CLOTHING
ECO MODE\KLEIDUNG



Workshops » Maio | Junho 2016
+info: www.mariacustodio.com
Largo dos Chorões, 14-A Monchique
(+351) 963 355 975

6 EDUCAÇÃO\WORKSHOPS\SEMINÁRIOS
EDUCATION\WORKSHOPS\SEMINARS
BILDUNG\WORKSHOPS\SEMINARE

LIVROS RIO FORMOSA • Av. Descobrimentos, 431
8600 - 645 Lagos • T. 282 788 211

DESCOBRIR SONHOS INTERNATIONAL SCHOOL
8670-999 Aljezur • 282 997 407 | 914 447 710 •
www.aljezur-international.org

7 ENERGIA\PRODUTOS E SERVIÇOS
ENERGY\PRODUCTS & SERVICES
ENERGIE\PRODUKTE & DIENSTLEISTUNGEN



8 ALIMENTOS\RESTAURANTES ECOLÓGICOS
ECO FOOD PRODUCTS\RESTAURANTS
ECO NÄHRUNGSMITTEL\RESTAURANTS



Idália Duarte e António Sequeira Duarte
Tlm.: 967 690 415 | 961 467 417

Loja de Porco Preto, R. Serpa Pinto, 18 - Monchique
Tel: 282 913 461 • idaliduarterlda@hotmail.com

MERCADO AGROBIO TRILHOS VERDES

Lisboa, Campo Pequeno
Sábados de Manhã • T. 969 466 473

MERCADO DOS AGRICULTORES
Aljezur Sábado 08h00 - 13h00

INSTINTO NATURAL LOJA BIO
R. Coronel Galhardo 1, 7630 Odemira, T.
289322850, 9.30-13 / 15-19, Sab. 9.30-13h



Tlf.: 914747511 • geral@saruga.pt
Praceta Infante D.Henrique 8000-123 Faro

ERVANÁRIA ALMOFARIZ DA VILA
8700 - 081 Moncarapacho
T. 289 791 028 • 9h00 - 13h00 / 15h00 - 19h00

ERVANÁRIA CENTRO MASSAGENS
R. Drº Silva Nobre 28, 8150-147 S. Brás de Alportel
T. 289 841 819-2^a-6^a 9h-13h / 15h-19h•Sab 9h-13h

RESTAURANTE VEGETARIANUS

R. Quinta do Bispo 17A, 8500-729 Portimão,
2a-6a 12-16h

MINIMERCADO LARGO DO COMÉRCIO

8670-230 Carrapateira, T. 282973151, 9-13 / 15-19h

LOJA DA HERDADE DO FREIXO DO MEIO

Mercado da Ribeira, Lisboa, T. 213 461 343,
8-14 / 15-19h

JOIA DO SUL

Azeite Extra Virgem Gourmet

Gourmet Extra Virgin Olive Oil

Extra Vergines Gourmet Olivenöl

www.herdadejoadosul.pt



**A SUA EMPRESA DEVIA ESTAR AQUI?
CONTACTE-NOS E TRATAMOS DE TUDO!**

PUBLICIDADE \ ECO123
info@eco123.info • Tel.: 918 818 108

10 SAÚDE\MEDICINA\BELEZA
HEALTH\MEDICAL CARE\BEAUTY
GESUNDHEIT\MEDIZINISCHE
VERSORGUNG\SCHÖNHEIT



MARINA AUST
(+351) 965 667 392

Homeopatia Clássica & Cinesiologia Holística
Homeopathy & Cinesiology
Paras für Klassische Homeopathie - Holistische Kinesiologie
www.homeopathie-maust.com

CARVOEIRO | SILVES | PORTIMÃO | ALJEZUR

DR. REINHARD KRAUS
Dentista Medicina Integral
Dental Surgeon Holistic Medicine
Homöopathischer Zahnarzt

Largo de São Francisco, 10-1.º D.to | 8100-662 Loulé
(+351) 289 432 244 • (+351) 912 1 00 004

VITORAL, CLÍNICA DENTÁRIA, LDA.
E.N.120, Km117, Apartado 17-7630-908 S.Teotório
T. 283 959 323 | T. 919 006 007 • info@vitoral.pt

11 CASA\JARDIM
HOME\GARDEN
HAUS\GARTEN



CERTIFIED TREE SURGEON
T.+351 914 137 058
www.naturarbo.com

SANIZOO
Largo de Alegria 51, 8600-250 Odiáxere,
T. 282 762 056, 9h00 - 19h00

12 VEÍCULOS\TRANSPORTES
TRANSPORTATION\VEHICLES
FAHRZEUGE\TRANSPORTE

G-RIDE BICICLETAS

Estrada de Monchique - 8500-331
Portimão • T. 282 180 798

Intermarché MONCHIQUE • LAGOA • PORCHES



O MELHOR
NOS PRODUTOS
NOS SERVIÇOS
NOS COMPROMISSOS COM O CLIENTE,
OS PRODUTORES E A ECOLOGIA

MAIS BARATO

TODO O ANO
COM PREÇOS BAIXOS
EM CADA SECÇÃO



PROGRAMA
Origens.

Os sabores da nossa terra
ao preço mais baixo.

Programa de Incentivo à Produção Nacional

O Intermarché procura responder às necessidades dos clientes através da oferta de produtos de qualidade ao preço mais baixo. E porque consideramos imperativo ter um papel activo nas comunidades locais, desde 1999, que o Intermarché apoia a produção nacional como meio de impulsionar o desenvolvimento das regiões através do Programa de Incentivo à Produção Nacional.

FRUTAS E LEGUMES



PEIXE



FIESA

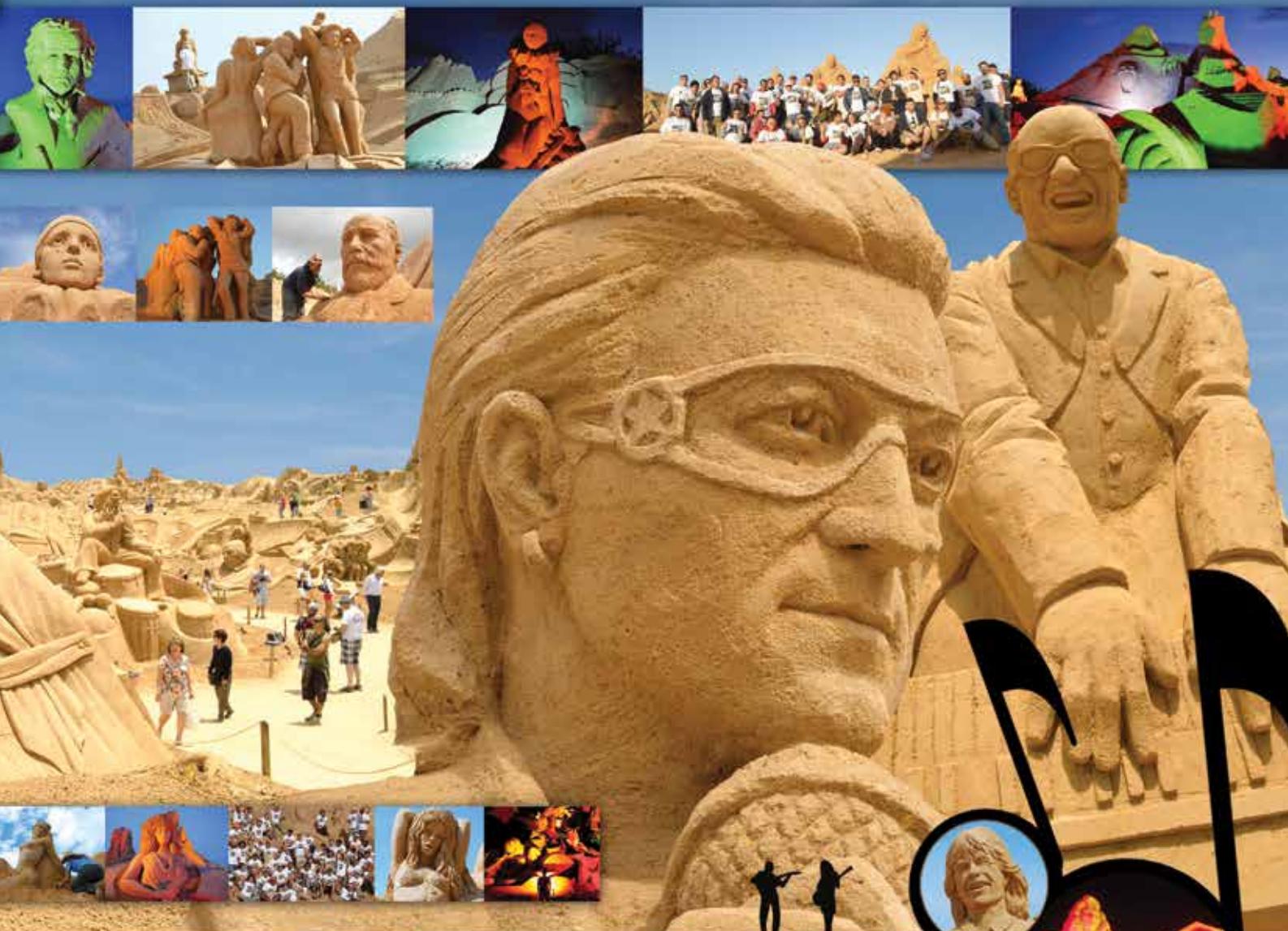
festival internacional
de escultura em areia

international sand sculpture festival

2016



10 Mar - 30 Out | PÊRA - ALGARVE



tema: MÚSICA

Amazing by day and by night!

World's largest sand sculpture exhibition!

+351 969 459 259 / 61

www.fiesa.org

HORÁRIOS | HOURS: (10 MAR / 01 JUN) - 10h / 20h :: (02 JUN / 14 JUL) - 10h / 22h :: (15 JUL / 15 SET) - 10h / 24h :: (16 SET / 20 OUT) - 10h / 20h

Info: