



Editorial

A UPP e a realização do Fórum Social Português, em Lisboa, de 7 a 10 de Junho

Face à coincidência de datas entre este número e a realização do Fórum Social Português optámos por dar especial destaque ao evento.

O empenhamento da UPP na preparação do fórum, que decorrerá na Cidade Universitária de Lisboa de 7 a 10 de Junho, levou a nossa instituição a envolver-se de forma activa na realização de diversas actividades de divulgação, mobilização e intervenção.

Apelamos à participação profícua de todos os intervenientes de forma a enriquecer uma reflexão que se pretende ampla e herdeira da Declaração de Coimbra, amplificando “a voz dos muitos que condenam as políticas económicas, sociais, ambientais e culturais do neoliberalismo”, bem como “a guerra, o sexismo, o racismo, a homofobia, a xenofobia, a pobreza, a exclusão social e a injustiça.”.



Debate sobre os Foruns Sociais promovido pela UPP

Sumário

Doze motivos para comer sopa	2	Momentos de reflexão das	
Choque e Pavor	3	visitas da UPP	6
As actividades da UPP no FSP	4	A pensar nos imigrantes	7
Defender o pstrimónio cultural português	5	Visitas da UPP	7
		Agenda	8

Doze motivos para comer sopa

A Confraria da Sopa (Avenida dos Estados Unidos da América, 53 D, 1700-165 Lisboa, telefone 21.842.6615, confrariadasopa@sapo.pt) está a completar seis meses de vida activa e pode orgulhar-se de quanto tem promovido e realizado a bem da sopa e, portanto, da saúde. Uma das suas publicações inspira-me ao quase plágio que se segue.

1. É de digestão muito fácil, porque a cozedura em água desagrega as fibras vegetais, libertando os seus conteúdos de vitaminas, minerais, anti-oxidantes e açúcares e facilitando a digestão de tudo o que foi cozido.
2. Quando ingerida no início da refeição, satisfaz e enche (é saciante) pela natureza e temperatura do caldo e pela grande riqueza de fibra alimentar do entulho.
3. Regula o apetite e tira espaço ao resto da refeição, seguramente mais calórico (mais engordante).
4. É muito rica de minerais e vitaminas fáceis de aproveitar porque abundam no caldo e porque também é fácil ao organismo retirá-los dos alimentos sólidos amolecidos pela cozedura em água.
5. É também muito rica de fibras alimentares, porque hortaliças (couve, ramo de nabo e cenoura, alface, etc.), leguminosas (grão de bico, ervilha, etc.), batata, cevadinha, flocos de aveia, pão e outros cereais são os grandes fornecedores destes utilísimos nutrientes.
6. Igualmente é muito rica de anti-oxidantes e de outras substâncias reguladoras e protectoras com grande efeito na prevenção de cancro, doenças cardiovasculares isquémicas e envelhecimento precoce. Hortaliças e legumes são grandes fornecedores de tais princípios activos e azeite também. Alho, cebola, alho porro, cebolinho e todos os produtos hortícolas de folha ou de polpa mais colorida, no geral, são os mais ricos



de anti-oxidantes, minerais e vitaminas. Duas tigelas por dia de sopa com abundantes alimentos hortícolas e leguminosas (à lavrador) e temperada com azeite fornecem entre metade e a totalidade de vitaminas, minerais, fibras e anti-oxidantes de que o nosso corpo necessita.

7. Não gera moléculas carcinogénicas ou aterosclorosantes, porque a sopa é uma confecção em água feita a temperaturas que rondam os 100º centígrados.
8. A sopa de hortaliça, legumes e leguminosas, temperada com um fio de azeite, é pobre em calorias. Pode enriquecer-se o valor calórico aumentando a base e acrescentando-a com mais leguminosas, arroz, pão, batatas, etc. E mais ainda (mas alargando o seu papel alimentar e nutricional), caso se acrescente carne, peixe, ovo, etc. Estas sopas ricas (ensopados, caldeiradas, etc.) devem ser utilizadas a substituir a sopa e o prato da refeição; e, se for muita a hortaliça, até a fruta

pode ser dispensada (hortaliça, legumes e fruta pertencem ao mesmo grupo da roda).

9. Previne a obesidade, porque fornece poucas calorias e sacia precocemente e bastante. Tira vontade para comer muito do resto e limita os apetites por comida concentrada de calorias. Por outro lado, os amantes de sopa revelam-se mais propensos a comer higienicamente do que os não apreciadores.
10. Ajuda o intestino a funcionar todos os dias e bem, o que actualmente é considerado muito favorável à saúde. Defecar abundante e diariamente previne cancro e outras doenças intestinais.
11. Baixa os níveis sanguíneos de colesterol porque, além de facilitar o esvaziamento rápido do intestino contribui para a produção mais abundante de bile e para o esvaziamento mais rápido da vesícula. Este duplo efeito desembaraça o organismo do colesterol a mais.
12. Equilibra e enriquece práticas alimentares incorrectas, porque a sopa à lavrador tem tal proporção favorável de ingredientes e tanta riqueza deles que completa e corrige défices e desequilíbrios.

A sopa, incluída numa ementa de comida rápida, apaga boa parte dos maus efeitos desta.

A sopa é gostosa, tem odores apetitativos, dá prazer, guardada não perde qualidades (até pode melhorá-las) e é boa forma de a miudagem comer hortaliça quando a não aprecia no prato.

Abençoada sopa que sabe tão bem e tanto bem faz!...

Choque e Pavor

Choque e Pavor. Era o nome dado (passe-se!) à operação militar de agressão ao Iraque – pois até o crime parece ganhar direito a batismo, com padrinhos de mente doentia (ou talvez não). Agressão agora convertida em ocupação ilegítima, na qual Portugal, uma vez mais, se vê enredado. Falo do previsto envio de uma força de cento e vinte soldados da GNR para Bagdad, decisão – mais uma – de um governo empenhado em assumir o papel de anãozinho da história, de canina fidelidade aos donos, ou seja, ao complexo militar-industrial americano e aos seus rostos políticos. Tudo parece enfim recompor-se, agora que a operação se revelou um êxito – dizem-nos os senhores comentadores de serviço (leia-se: ao serviço de).

Um êxito, pois claro. “Apenas” cerca de cinco a seis milhares de mortos (coisa pouca, uma vez que são iraquianos). “Apenas” uns hospitais e edifícios públicos destruídos e roubados. “Apenas” umas centenas de crianças queimadas e mutiladas. “Apenas” umas bombas de fragmentação a explodir ao retardador por tudo quanto é sítio. “Apenas” uns saques de obras de arte e património seculares – no fundo, sem importância, porque a esta hora já estão decerto em boas mãos, ou seja, entre os dedos ocidentais, de unhas tratadas, de traficantes e comerciantes de antiguidades. E, culminando todo este sucesso – ainda feito de desemprego e escassez de água potável, energia eléctrica, medicamentos... –, a agradável “surpresa” de não se desco-

brirem as míticas armas de destruição massiva que serviram de pretexto à intervenção. Para não falar de administradores norte-



americanos cuidando da gestão do “ouro negro”, e de empresas norte-americanas prontas a entrar em campo para a piedosa fase da reconstrução. Derrubado enfim o ditador Saddam Hussein (o “amigo americano” de ontem), eis que chega também a hora do fundamentalismo religioso. É neste “respeitável” patamar que assentam a futura “democracia” iraquiana e o novo mapa político do Médio Oriente.

Tão secular como os tesouros da Mesopotâmia, a força das palavras resiste felizmente a esta ignomínia (ainda que, por momentos, a voz das armas pareça falar mais alto). É que os poetas – como os povos – não se calam, mesmo quando os querem calados. Eduardo Lourenço vem lembrar: “só os poetas podem inventar a mais inexistente das rosas, a da esperança, quando mundo e vida se desesperam. Vencidos, os soldados de Siracusa sobreviviam recitando versos de Homero. Como nós.” (p. 10)

Como nós, que continuaremos a dizer os versos das velhas epopeias, mas também os dos nossos contemporâneos. Como estes, de Ana Hatherly, escritos contra a

guerra no Iraque: “Antes de cair do céu / o fogo que tudo apaga / irrompe do coração / de quem cegamente mata: // Os mártires

são os seus relâmpagos.”

Ou estes outros, de Manuel Alegre: “Eles não sabem de Gilgamesh o que buscava / o destino do homem e seu sentido / nem de Uruk onde tudo principia / quando há cinco mil anos um poeta desconhecido / gravou sobre a pedra a primeira palavra. / Que lhes importa o grande rio e a ortografia / com que a si mesmo o homem se inventava? / Que lhes importa que tudo

tenha nascido / a História e talvez Deus dentro de um verso? / Trazem bombas da mais alta tecnologia / e todos os dias bombardeiam o próprio berço / e todos os dias matam a poesia.” (p. 53). As palavras destes e outros poemas ficam como testemunho do flagício (essa terrível palavra que um dia aprendi num soneto de José Régio). Mas sobretudo como canto dos que não permitem que a liberdade dos povos – e a poesia – morram às mãos dos novos bárbaros, ou seja, daqueles que todos os dias, sem piedade, as bombardeiam.

Talvez por isso se tenha lido tanta poesia nos recentes desfiles e concentrações pela Paz – eles próprios um sinal inequívoco de que se encontra em marcha um poderoso movimento de contestação da globalização capitalista e das aventuras militaristas que esta tem gerado. Saibamos, pois, estar à altura das virtualidades sociais e políticas de tal movimento. A hora é de exigência, esclarecimento e luta.

José António Gomes

As actividades da UPP no FSP

À semelhança do Fórum Social Mundial de Porto Alegre ou do Fórum Social Europeu, realizado em Florença, o Fórum Social Português será um evento onde confluirão, em múltiplos debates, encontros, conferências, oficinas e mostras/exposições, as diferentes redes e organizações que condenam as orientações políticas, económicas, sociais, culturais e ambientais do neoliberalismo, que conduzem à guerra, ao racismo, à xenofobia, ao sexismo, à homofobia, à pobreza, à exclusão social e à injustiça.

Durante os dias em que decorrerá o Fórum, a UPP propõe-se dinamizar, em parcerias com outras organizações, as seguintes iniciativas.

Oficina “Cidadania e acesso à Cultura e ao Saber”

O acesso à informação, ao conhecimento e à cultura é condição indispensável ao exercício da cidadania. O desenvolvimento de um movimento que promova este acesso é uma condição para a participação democrática e uma necessidade cada vez mais sentida, pelo que importa:

- debater as experiências de organizações que através da formação permanente contribuem para uma reflexão crítica e intervenção na realidade local e global;
- discutir formas de ampliar e ligar estes espaços cidadãos que, respondendo às necessidades dos movimentos sociais e populares, contribuem para a construção de uma cultura emancipatória indispensável à acção para que um novo mundo seja possível.

Horário proposto: Dia: 7 de Junho,
Hora: 14h30m / Duração: 3 horas

Oficina “A cultura popular hoje – desenvolvimento e potencialidades”

A cultura popular é a afirmação das identidades culturais e ideológicas das classes e camadas sujeitas ao domínio da globalização neoliberal em Portugal, é condição da afirmação da identidade nacional e condição de resistência e de luta para que um outro mundo seja possível.

A riqueza da cultura popular não é um fenómeno do passado, pelo que debater os seus valores, diversidade, desenvolvimento, necessidades, visibilidade e potencialidades é o tema que se propõe a produtores, animadores e artistas populares organizações culturais e sociais e investigadores.

Horário proposto: Dia: 9 de Junho,
Hora: 14h30m / Duração: 3 horas

Oficina “As Novas Tecnologias de Informação ao serviço do movimento social”

Num momento em que verdadeiras prerrogativas de cidadania são transferidas para a Internet, como o direito de comunicar, de informar e ser informado, de comprar e vender, de aceder a serviços públicos, etc, é urgente uma intervenção dos movimentos sociais, que utilize a rede para potenciar as suas actividades e realizações, que promova a formação de utilizadores e a produção de conteúdos que reflectam as sua vivência e realidade.

Organizações Proponentes:

- Universidade Popular do Porto;
- Associação Nacional para o Software Livre.

Horário proposto: Dia: 8 de Junho
Hora: 14h30m / Duração: 3 horas

Encontro “Software Livre – por uma outra globalização”

O papel do Software Livre para a utilização das tecnologias de informação como um direito dos cidadãos. A necessidade da criação dum serviço público que garanta a educação e a formação de info-cidadãos. As questões dos direitos de autor e patentes digitais, no quadro legislativo europeu e global.

O encontro contará com a presença, entre outros, de Richard Stallman fundador da Free Software Foundation e do projecto GNU.

Organizações Proponentes:

- Universidade Popular do Porto;
- Associação Nacional para o Software Livre.

Horário proposto: Dia: 9 de Junho
Hora: 18h / Duração: 3 horas

A UPP está, ainda, empenhada em contribuir para a realização de iniciativas sobre diversas problemáticas, nomeadamente, a da Imigração em Portugal.

Defender o património cultural português

“Memórias do Trabalho: Arquivos Sindicais e História Oral” foi o tema de um seminário organizado pela Universidade Popular do Porto (UPP) com a colaboração do Arquivo Distrital da mesma cidade. A iniciativa decorreu no passado dia 27 de Fevereiro nas instalações do Arquivo e teve por objectivo principal a divulgação dos projectos desenvolvidos no âmbito do “Porto 2001, capital Europeia da Cultura”, de entre os quais se salienta a disponibilização do Centro de Documentação e Informação (CDI) sobre o Movimento Operário e Popular do Porto – em <http://cdi.upp.pt>.

Os oradores, provenientes de instituições académicas e arquivísticas, abordaram diversas temáticas específicas tais como o papel dos arquivos distritais na valorização do património cultural português; o papel social da Internet; as técnicas arquivísticas e o uso de tecnologias e de instrumentos de pesquisa; a necessidade da criação de mecanismos legais que permitam aceder à informação de forma célere; e o relativo desconhecimento sobre as formas organizativas adoptadas no século XIX e início do século XX.

Sérgio Vinagre, presidente da UPP, inaugurou o encontro reafirmando a vontade desta organização em continuar a desenvolver o trabalho realizado e, se possível, alargar as parcerias existentes envolvendo, para além da União dos Sindicatos do Porto, Federação das Colectividades do Distrito do Porto e Arquivo Distrital do Porto, outras instituições interessadas em contribuir para a valorização do património cultural português.

Os arquivos distritais, como pólos dinamizadores e promotores da qualidade dos arquivos, têm por missão a valorização do património



cultural português e potenciam a eficácia da entidade produtora de documentação, independentemente de se tratar de uma instituição pública ou privada, defendeu de seguida Maria João Pires de Lima, directora do arquivo distrital do Porto.

Realçando o papel social positivo da Internet, Rogério Reis, docente do curso de Ciências de Computadores da Universidade do Porto, lançou um alerta para a crescente atomização verificada na rede cada vez mais funcionando sob imperativos económicos: a disponibilização gratuita de conteúdos com qualidade está a diminuir, tendo aqui um papel relevante a desempenhar as organizações com serviços públicos e todas aquelas que promovem o associativismo, sem fins lucrativos.

O CDI foi apresentado por Silvestre Lacerda, arquivista. O responsável traçou os principais aspectos das propostas técnicas arquivísticas – utilização de standards de descrição arquivística – e tecnológicas – recurso ao XML e software livre – para a construção des-

te recurso de informação sobre o movimento operário e popular do Porto. Salientou, de igual modo, o aspecto pioneiro deste trabalho na disponibilização de descrições arquivísticas multinível, associadas a imagens dos documentos. A importância do diálogo entre historiadores, arquivistas e fontes de informação; do acesso aos documentos; da maior qualidade e diversidade de instrumentos de pesquisa foram os temas abordados por Avelãs Nunes, docente de História Contemporânea da Faculdade de Letras da Universidade de Coimbra. Apontou igualmente a falta de mecanismos legais aptos a permitir celeridade na disponibilização de fontes classificativas relativas à época contemporânea.

A formulação dos principais momentos que marcaram a História do movimento operário e sindical português esteve a cargo de Maciel Morais, docente de História Contemporânea da Faculdade de Letras da Universidade do Porto. O especialista realçou o relativo desconhecimento sobre as formas organizativas adoptadas ao longo do século XIX e início do século XX. Por fim, considerou essencial estabelecer programas e projectos, nacionais e locais, que ajudem a ultrapassar o estágio embrionário da publicação do corpus documental potenciador de novos estudos, com novas abordagens sobre este segmento da sociedade portuguesa. Com cerca de uma centena de participantes o seminário contou com a presença de público diversificado, técnicos de arquivo e biblioteca, investigadores, dirigentes sindicais e também intervenientes directos na produção da informação disponibilizada, através do testemunho pessoal das suas histórias de vida – parte integrante do CDI.

Momentos de reflexão das visitas da UPP

As longas viagens de camioneta que tantas vezes servem de justificação para não se participar numa visita já têm solução. Nas visitas da UPP os momentos de viagem também são de diversão e convívio. Abaixo transcrevemos uma pequena parte de alguns desses momentos.

As visitas da UPP

Passeio da UPP
A Arouca e seu Convento
A vinte e dois de Fevereiro
Com muita chuva e vento.

Convento com seu Museu,
De Arte Sacra chamado,
Fundado pelo Dr. Brito
Que nos deixou seu legado.

Depois, sem ir a Lisboa,
Nós fomos ao “Parlamento”
Não em busca de “palavras”
Mas, em busca de “alimento”.

Fomos ao cimo da “Freita”,
Ao lugar das “parideiras”,
A “natureza” surpreende-nos
Sempre, de várias maneiras.

Devido ao nevoeiro,
Não conseguimos ver nada.
Nem Mizarela, nem Frecha
Subida, um pouco frustrada.

Uma lição dada à chuva
Com grande sabedoria.
Foi-nos dada pelo Mestre,
Com muito graça e “mestria”.

De regresso para o Porto,
Cidade de eleição
Vai pr’a todos os colegas,
Um grande xi-coração.

Era uma vez

Era uma vez uma história,
Uma história de encantar
Que vai ficar na memória
De quem a souber contar.

Era uma vez uma estrela
Que desceu do céu à terra.
Era bela, muito bela,
Transformou-se numa serra.

E esta estrela tão bela
Em homenagem ao céu
Numa atitude singela
O Mondego concebeu.

E este filho da estrela
Foi Coimbra namorar.
Mas não quis casar com ela,
Fugiu com a Figueira para o mar.

E o mar brilhou de brilhante
O sol bailou com a terra,
E o Mondego ondulante
Deslumbrou o céu e a serra.

Vitória, vitória,
Acabou-se a história.

O amante da serra é o Sol!

A ele se entrega
de corpo inteiro.
Na sua ausência recolhe-se num manto
e encerra dentro de si as partes mais íntimas:
as parideiras e as mizarelas.
Pensavam que a serra não tem sentimentos?
Mas tem:
é recatada ou luxuriante
Discreta ou atrevida
melancólica ou alegre
oferecida ou esquiva
numa fidelidade incondicional ao seu grande e único amor.

O melhor cheiro do mundo

(A propósito da visita ao Museu do Pão)

Perguntaram a uma dama da sociedade qual era o melhor cheiro do mundo. A senhora lembrou-se de todos os perfumes que usara e daqueles que usava no momento. Recordou-se de Channel, Rochas, Escada, Annais Nim e de outros perfumes, que tinham aromas de jasmim, rosas, verbena de limão...

Uns eram leves, doces, outros inebriantes, havia-os eróticos mas ela disse que preferia o Eden da Cacharel, porque a envolvia numa aura de mistério.

Perguntaram a um homem do mar qual era o melhor cheiro do mundo e ele respondeu:

– Ah! O cheiro do mar, da brisa marítima, o odor dos sargaços...

Perguntaram numa romaria a uma mulher qual era o melhor cheiro do mundo.

– Ah! O da sardinha assada nos meses com erre quando a gordura pinga sobre o lume.

Perguntaram a um gastrónomo qual era o melhor cheiro e ele disse:

– O do bacalhau assado na brasa, com os alhos a estalar no azeite.

Por último perguntaram a um casal de camponeses qual era o melhor cheiro do mundo e o homem falou:

– O da terra a seguir às chuvas e também o das minhas vacas, que gosto muito.

E então a mulher acrescentou:

– Bem, para mim, o melhor, bem, o melhor cheiro do mundo é o do pão acabado de cozer!

Colabore Connosco!

Esta página é destinada a artigos de opinião. Colabore connosco enviando os seus textos acerca da UPP – Universidade Popular do Porto, as suas actividades e ligação pessoal à instituição.

Exponha os seus pontos de vista e as suas críticas e, se possível, aponte soluções, dessa forma enriquecendo o nosso trabalho.

Continuamos, então, a aguardar as vossas contribuições!

A pensar nos Imigrantes

Com a chegada em número cada vez maior de imigrantes oriundos sobretudo de países de leste, decidiu a Universidade Popular do Porto iniciar, no ano lectivo de 2002/2003, cursos de língua portuguesa, gratuitos, manifestando-se solidária com os que, sem qualquer protecção ou apoio, aqui labutam e tentam melhorar as suas vidas. Sem conseguirem falar a língua do país “acolhedor”, estão à mercê daqueles que, sem escrúpulos, enriquecem com o seu suor.

Para além das aulas, têm também decorrido outras iniciativas como convívios e visitas guiadas à zona histórica da cidade do Porto, com a adesão de outras instituições como a Casa de Cultura de Paranhos

(uma das freguesias desta cidade), onde igualmente têm decorrido aulas de Português como língua estrangeira.

Têm sido grandes momentos não só de ensino/aprendizagem (numa correspondência biunívoca) como também de convívio, confraternização e alegria. Uma janela aberta para um horizonte de Amizade e de integração na vida e cultura portuguesa.

Vão passando palavra e todas as semanas chegam caras novas para as aulas.

Os resultados vão-se notando em cada aula que decorre e no desabrochar das conversas trocadas em Português. Quantas vezes é este o único momento de descontração depois de uma semana de trabalho árduo e constante... São rostos cansados mas com um sorriso confiante num

futuro melhor, que lá vão desabafando as agruras das suas vidas. Precisam de apoio e ajuda a nível logístico, material e laboral. Tornou-se então necessário projectar esclarecimentos e debates sobre as leis da imigração e do trabalho para e com o público alvo. É esta será uma das novas linhas de trabalho.



As visitas da UPP

Diversas foram as visitas efectuadas durante este ano lectivo mas não estão ainda esgotadas: estão previstas mais (algumas das quais já agendadas), designadamente aos subterrâneos do Porto, a Algar de Pena, a Penafiel, ao Museu do Ouro, a Tomar, entre outras. Além de um momento de enriquecimento cultural, estas iniciativas constituem também formas de convívio e boa disposição.

Para participar deverá efectuar com antecedência a sua inscrição na nossa secretaria.



Exposição de desenho e pintura

A inauguração da exposição de pintura e desenho dos alunos da UPP, orientados pela docente Manuela Lobo, realizar-se-á no próximo dia 1 de Julho, na Escola Secundária Infante D. Henrique.

Os trabalhos serão também expostos na página da UPP que poderá ser acedida através do nosso posto permanente de acesso à Internet. A sua visita é a razão de ser da realização. Contamos consigo e esperamos surpreendê-lo.



Jantar de fim de ano lectivo

O próximo jantar de confraternização de final de ano lectivo realizar-se-á, sem falta, no próximo dia 4 de Julho, no Grande Hotel do Porto. Como sempre, contamos com a sua presença.

Novo Web-rostro da UPP

Está a ser desenvolvida uma nova página web da universidade, mais dinâmica, agradável, variada – mais fácil de utilizar... A morada é a mesma (www.upp.pt). Não deixe de a visitar e envie-nos as suas sugestões, críticas ou comentários.

Universidade Popular de Verão

As iniciativas regulares da UPP não param com o encerramento da ano lectivo. Nos meses de Verão estão previstos cursos temporários especiais que abordarão diversos temas. Esteja atento! Brevemente será divulgado o programa destas actividades.

Visita a Algar do Pena

No próximo dia 28 de Junho realizar-se-á uma visita de estudo a Algar do Pena, acompanhada por Dalmino Natividade, orientador do curso Viagens e Roteiros. Pode desde já efectuar a sua inscrição na Secretaria da UPP.

UNIVERSIDADE POPULAR DO PORTO



Secretaria da Universidade Popular do Porto:
Rua Augusto Luso, 167 - 1.º 4050-073 PORTO
Horário de funcionamento: 10h00-13h00 e das 14h30-18h30
Telefone: 226 098 641 – Fax: 226 004 335
Site: www.upp.pt
E-mail: upporto@mail.telepac.pt