

REVISTA

1ª Edição 2021

OKUVITA ACADÊMICA

Huíla - Angola

HUÍLA
ANGOLA-SADC-PALOP-CPLP
ÁFRICA



.CONSTRUIR UM DESAFIO
.DEMOCRACIA E JORNALISMO
.ARQUITECTURA E DESENVOLVIMENTO SUSTENTÁVEL

DISTRIBUIÇÃO GRATUÍTA

FÁBRICA DE ENGARRAFAMENTO DE ÁGUA 'PRECIOSA'

GRUPO 'O REGENTE'

Lubango / Huila / Angola

+244 923 407 949

+244 923 627 378

aguapreciosa.adm@gmail.com

www.aguapreciosaangola.net



Uma empresa moderna global
que busca a excelência, precisa
ter o foco nos aspectos sociais,
ambientais e economicos.

EDITORIAL

Por **Valdemar F. Ribeiro**

A ideia de criar uma nova revista académica aqui na Huíla nasceu da necessidade de uma comunicação reflexiva mais técnica e sociológica entre os jovens estudantes e os adultos interessados num desenvolvimento da Huíla no seu todo.

Assim, com a participação de jornalistas, empresários, académicos e estudantes da Huíla, deu-se início à construção desta obra literária denominada OKUVITA ACADÉMICA que será certamente uma obra de todos e para todos aqueles que estejam disponíveis para colaborar.

Construiu-se então a ideia de uma África Austral aonde Angola se insere de forma central e objectiva, pois está estrategicamente ao centro desse mapa austral e devido ao seu potencial económico, ambiental e social, pode e deve desempenhar um papel mais relevante no desenvolvimento sustentável da região da SADC.

Por sua vez, a Huíla também tem um papel central dentro de Angola, tem um papel central no desenvolvimento do sul, servida por dois portos de mar que facilitam muito o acesso a outras nações, tem água nas suas profundezas de grande qualidade alimentar, tem praticamente tudo o que é necessário para um desenvolvimento de excelência, tem cidadãos, tem clima, tem condições geográficas de grande espectacularidade, tem potencial para desportos radicais, tem excelentes condições para turismo de todos os tipos incluindo desportivos, tem montanhas belíssimas, tem riquezas naturais, tem savana e florestas nativas, tem um oceano rico e vasto a apenas poucos quilómetros, tem um povo cosmopolita e bem formado no seu mosaico cultural mas para desenvolver tudo isso a Huíla precisa de ser realmente uma academia do pensamento aonde os estudantes aprendam ideias profundas sobre o desenvolvimento sustentável neste difícil presente e futuro do século XXI asoberbado por imensas dificuldades ambientais, sociais e económicas.

A Huíla e sua academia podem construir um presente e um futuro mais aconchegante e para isso basta que cada cidadão huilano, em conjunto se empenhem numa construção de pensamentos mais ousados, escutando o outro pois suas ideias podem ser melhores ou não.

Propriedade

Editora Digital Preciosa

(Lubango - Huila - Angola)

Editores

Valdemar Ferreira Ribeiro

Estanislau Costa

Revisores

Abílio Lupenha

Mille Tavares

Jornalistas

Antónia Kuzanga

Airton Kenha

Jandira Ferro

Técnico Digital

Caetano Borges

Publicidade

Fábrica de Água Preciosa

Empresa de tintas Neuce

Colégio 123

Endereço

Br. Lage, Lubango, Huíla, Angola

revista.okuvita@gmail.com

valdemaribeiro@yahoo.com.br

+244 923 407 949

+244 923 538 356

Links

www.academiadeautoresdahuila.net

www.academiadoambientedahuila.net

Os artigos assinados reflectem a opinião dos autores.
Autorizada a reprodução dos artigos desde que citada a fonte.

SUMÁRIO

Crónica dos 70	5	A MALDIÇÃO DO PETRÔLEO (I) Por Horácio Reis (Jornalista, empresário)
Arquitectura sustentável	7	ARQUITETURA E DESENVOLVIMENTO SUSTENTÁVEL Por Sá Lemos (Arquitecto, Universidade Gregório Semedo)
Pensando em voz alta	9	AFIRMATIVO E INCISIVO SIM Por Airton Kenha (Jornalista, economista)
Economia	11	MERCADOS FORMAIS E INFORMAIS Por António Lemos (Empresário)
Ensaaios sociológicos	13	ANGOLA - MOEDA E ENERGIA SOLAR Por Valdemar F. Ribeiro (Economista, ambientalista, empresário industrial)
Ordenamento jurídico	15	PRINCÍPIO DA PRESUNÇÃO DA INOCÊNCIA Por Antónia Kuzanga (jornalista, Universidade Mandume)
Agro-pecuária sustentável	16	DESENVOLVIMENTO DE UMA PECUÁRIA SUSTENTÁVEL NO SUL DE ANGOLA Por Álvaro Rebelo Fernandes (Engenheiro Zootécnico)
Opiniões	18	DEMOCRACIA E JORNALISMO Por Luciano Rocha (Jornalista)
Cultura em movimento	19	CULTURA EM MOVIMENTO Por Carlos Fernandes (Empresário, músico)
Saúde	20	A COVID 19 E A ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL Por Abdenego Chivinda (Médico nutricionista)
Ideias tecnológicas	22	CONSTRUIR UM DESAFIO Por Valdemar F. Ribeiro (Economista, ambientalista, empresário industrial)
Turismo	23	REDESCOBRIR A HUÍLA COM UM NOVO OLHAR
Publicidade	2	ÁGUA PRECIOSA
	12	NEUCE ANGOLA
	24	COLÉGIO 123

A MALDIÇÃO DO PETRÓLEO

Por Horácio Reis



Angola, no pós-independência, herdou uma pequena estrutura de exploração petrolífera, nas mãos da então Cabinda Golf Oil Company, empresa norte americana pioneira na exploração de petróleo em Angola /Cabinda.

Só após o rebentar da guerra pela libertação do jugo colonial, no início da década de sessenta, é que o governo de Salazar acordou e massivamente investiu em infraestruturas, como estradas, pontes, caminhos de ferro, portos e alguns aeroportos, para além de ter modernizado na altura alguns edifícios para os serviços do estado, muitos de raiz, ao mesmo tempo que o colono rico, proprietário, acabaria também ele, por investir fortemente na então Província de Angola.

Antes do estalar do conflito armado, o governo colonial pouco ou nada investiu na modernização do território! Era rico e todo o mundo sabia que, no seu subsolo, Angola tinha tudo, para além de que em termos de clima possuía todas as condições para fazer agropecuária de alta qualidade, e fazia, possuía uma costa marítima bastante rica e, tudo para oferecer ao mundo, áreas de turismo ricas e inexploradas. Rios imensos capazes de comportar grandes barragens hidroelétricas para potenciar o fornecimento de energia não poluente de grande qualidade para Angola e países vizinhos.

O governo colonial sabia tudo isso mas tinha optado por fechar e manter em estado de ignorância total o seu povo, escravizando-o.

Usou o território para receber presos de delito comum e políticos que deportava e que o incomodavam na metrópole e os portugueses que quisessem imigrar para cá precisavam de carta de chamada, etc...

Foi após o estalar da luta de libertação armada que Salazar e o seu séquito acordou e resolveu então vir em força para Angola! Foi a partir daí que as coisas mudaram também para o povo angolano de certa forma, obviamente. O território foi então dotado de uma rede de estradas asfaltadas, a ligar as capitais de distrito, entre outras, e outros empreendimentos que possibilitaram mostrar ao mundo outra realidade, contrariando a ideia de Salazar que queria manter

fechada a imagem de Angola com todas as suas riquezas! Petróleo, diamantes, ferro e ouro, foram apenas a onde apostaram para investir numa certa modernização, na altura.

Após a independência, o novo país toma posse de todo o território e começa por fazer frente a uma guerra de agressão terrível, onde se envolvem as superpotências e outros países, no continente e não só, que queriam, cada um à sua maneira, abocanhar um bocado do novo país.

Cada bloco de países internacionais, apoiaram internamente os Movimentos que antes haviam feito a guerra de libertação, geraram mais confusão mas entretanto o jovem governo da nova nação, conseguiu se impor e colocar uma certa ordem do país, ficando contudo a braços com uma guerra interna, entre angolanos, fratricida e que devastaria fortemente toda a nação, provocando muitas mortes e a debandada de muitos para os países vizinhos, nascendo então ondas de refugiados angolanos por esse mundo fora.

Depois de alguns anos, os irmãos desavindos conseguiram chegar a um acordo e pôr ponto final no conflito. O país devastado pela guerra, tinha agora de começar uma reconstrução nacional.

Tarefa gigante que o partido governante, desde a primeira hora, levou a cabo utilizando os recursos nacionais para essa ingente tarefa.

Uma vez mais, tendo como base o petróleo, ferro, ouro e diamantes, foram conseguidos financiamentos para alavancar a reconstrução nacional.

Entretanto, cedo se verificou que as obras de reconstrução nacional não tinham qualidade e em muitos casos havia um excesso na faturação, pois os contratos apareciam com valores exorbitantes, por exemplo, o quilómetro de estrada asfaltada era o mais caro do mundo e sem qualidade, pois que a fiscalização angolana, ou fechava os olhos ou nem sequer existia! E quem fala em estradas, diz de outras obras sem qualidade, como hospitais, centros de saúde, escolas sem wcs, sem água, aeroportos sem os requisitos, centralidades com muitas debilidades, enfim...

Mas uma nova elite angolana prosperava à custa dessas obras, enquanto aumentava a dívida externa para com o país que tutelava e estava à testa dos financiamentos.

Mais uma vez, o povo pouco aproveitou, se assim se pode dizer, da riqueza do seu país. Por isso se diz que o petróleo é a nossa desgraça, é o ouro negro maldito. Porque entretanto se abandonou a indústria, a agricultura e por pouco as pescas, porque o petróleo é que dava os petrodólares. Tudo o que precisávamos, era importado, a nossa economia girava em torno dos petrodólares da Sonangol. Meia dúzia de pessoas tomaram conta de tudo, dentro e fora do país. Os que podiam, mandavam os filhos estudar no exterior. Quando precisavam de cuidados de saúde, viajavam para fora. Inventou-se uma dita Junta Nacional de Saúde que avaliava as pessoas que podiam sair para o exterior a fim de receberem tratamento, muitos com uma simples dor de dentes, porque no país não haviam condições, não haviam hospitais, clinicas, pessoal competente. Casos houve que ficaram mais de 20 anos lá fora à conta do Estado. Mudaram até de nacionalidade, esqueceram o país.

Foi um autêntico regabofe, um banquete, para uma certa elite que através de uma corrupção desenfreada, viria a contaminar gravemente todas as instituições de alto a baixo. Nada se fazia, nada andava sem bónus, sem “gasosas”, sem pagar por fora! Toda a ação da administração pública, salvo raras exceções, foi amplamente contaminada, a pontos de ainda hoje, apesar das medidas que o atual Governo toma, que vem combatendo tenazmente a corrupção, ainda hoje em alguns serviços, se assiste a situações de bradar aos céus.

Assim sendo, somos levados a dizer que isto pode ser a “maldição do petróleo”, que temos muito, feliz ou infelizmente. Uma coisa é certa; o petróleo deixou de ser a comoditie de peso que era antes, porque o mundo luta desesperadamente para salvar o planeta devido aos estragos que o uso massivo dos combustíveis fosseis, refinados, como gasolina, diesel, jet A1, etc, têm provocado no planeta, originando o aquecimento global a ponto de os polos estarem a derreter e isso provoca o aumento das águas dos oceanos, invadindo ilhas e continentes, provocando aumento das temperaturas em terra e nos oceanos, originando ciclones e outras catástrofes que estão a afectar gravemente o planeta, com profundos desequilíbrios entre as espécies, muitas em extinção, porque o homem invade cada vez mais os seus espaços afim de cultivar mais quantidades de alimentos, pois a espécie humana não pára de crescer. O desequilíbrio ecológico, pode ser o culpado do aparecimento de vírus cada vez mais terríveis para a espécie humana. Como agora o COVID19, mas outros mais são previsíveis segundo a comunidade científica mundial.

Alguns países conseguiram realmente fazer com que os seus povos beneficiassem exclusivamente do petróleo. Outros, como nós, muito pouco terão beneficiado pois a vida como sabemos, como vemos, é cada vez mais dura, o desemprego é cada vez maior, os níveis de pobreza crescem a pontos de a ONU ter agora proposto que aguardemos mais 3 anos antes de avançarmos para um país de medio rendimento. O nosso nível é de baixo rendimento.

Então, o petróleo não cumpriu nunca o seu papel de criador de riqueza e temos que afirmar que ele traz para nós uma certa maldição, pois não desenvolvemos o país, não diversificamos a economia, abandonamos a industria, a agricultura e desprezamos até as pescas. Tudo o que consumimos vem do exterior, importado. Quando na realidade, deveríamos ter apostado no desenvolvimento, na diversificação da economia, aproveitando o petróleo, como mais um recurso para tudo isso.

Veio a pandemia, o preço dessa comoditie, caiu estrondosamente e agora há que correr atrás do prejuízo.

O mundo hoje já não aposta no petróleo, exige energias verdes, energias limpas que se renovem, boas para o meio ambiente! Assim é que já existem datas para o fim dos motores a energia fóssil.

-2030 será o final da era dos motores a gasolina, a diesel, a JET A1, produtos refinados do petróleo. A nova geração será elétrica em toda a extensão. Mas, tal como temos petróleo em abundancia, temos igualmente como produzir energias renováveis: rios abundantes, muito sol, muito mar e até vento.

Agora temos que fazer as coisas bem feitas. Porque os que vêm atrás de nós assim o exigem. Esqueçamos o petróleo, sobretudo lá onde sabemos ser um sacrilégio mexer, por ser área de proteção ambiental e porque, vale mais assim como está, como um santuário virgem que o mundo quer ver protegido, ao serviço de um turismo ecológico de qualidade, cujos valores poderão superar os do petróleo. Esqueçamos o petróleo no Delta do Okavango!



ARQUITECTURA

E DESENVOLVIMENTO SUSTENTÁVEL

Por Sá Lemos



De acordo com Lei de Bases do Ambiente (Lei nº 5/98 de 19 de Junho), aprovada pela Assembleia Nacional e promulgada pelo Exmo Senhor Presidente da República,, Engº José Eduardo dos Santos, “todos os cidadãos têm o direito de

viver num ambiente sadio e aos benefícios da utilização racional dos recursos naturais do país”.

Esta lei defende ainda que para alcançar a manutenção de um ambiente propício à qualidade de vida da população, é necessária a adopção de medidas que visem entre outras, um desenvolvimento sustentável em todas as vertentes da vida nacional.

Devemos entender o termo “desenvolvimento sustentável” como sendo um desenvolvimento baseado numa gestão ambiental, que satisfaz as necessidades da geração presente sem comprometer o equilíbrio do ambiente e a possibilidade de as gerações futuras satisfazerem também as suas necessidades.

Algumas medidas têm sido tomadas pelas instituições governamentais sobre a Estratégia para a Conservação da Biodiversidade e têm sido feitas campanhas de educação ambiental, sobretudo nas escolas, com o objectivo de inculcar nas novas gerações o espírito de preservação do ambiente.

No entanto creio ser necessário agir já...não ficar à espera da próxima geração. Torna-se urgente corrigir ou minimizar situações que causam impactos ambientais negativos, como desflorestação indiscriminada, construções anárquicas, algumas até em linhas de água, a falta de saneamento básico, a erosão dos solos, a poluição em geral e até a de resíduos perigosos como materiais tóxicos, infecciosos e radioactivos.

Para que nós, enquanto comunidade científica, arquitectos e futuros arquitectos possamos dar o nosso contributo procurando fazer da nossa profissão e dos nossos projectos também eles sustentáveis, é necessário que as entidades governamentais estabeleçam e façam cumprir as regras estipuladas através de Planos de Desenvolvimento e Ordenamento do Território.

Assim, cada município poderá gerir o seu património e criar competências e obrigações para os técnicos autores dos projectos devidamente credenciados, regras para a instrução dos processos, obrigando assim a projectos de arquitectura completos e devidamente detalhados.

Embora este processo de licenciamento dos projectos nas administrações municipais já esteja em marcha, na prática estamos ainda longe de atingir os objectivos desejados, quer a nível de exigência da qualidade arquitectónica, quer a nível de apresentação e organização de um projecto detalhado.

Também a nível de fiscalização de obras, por parte das entidades administrativas é preciso reforçar, quer em quantidade quer em qualidade.

Todavia neste espaço de tempo, quase duas décadas desde o fim da guerra, a habitação tem conhecido um forte crescimento, através da construção civil por iniciativa privada e por via da iniciativa pública na componente da habitação social.

Como principais pontos de conflito aparecem as pressões construtivas associadas ao aumento dos perímetros urbanos, e a um tipo de construção incharacterístico, genericamente excessivo e de fraca qualidade. Constata-se que em muitos casos se começa pelo fim, ou seja, ao contrário de se iniciar uma determinada urbanização pela rede viária, pelo saneamento básico, pela electrificação da área, a maior parte das vezes constrõem-se as habitações sem antes estarem criadas estas importantes infra-estruturas.



Estão ainda por desenvolver importantes núcleos que constituem um factor básico na qualidade de vida das populações. Isto traduz-se em se conseguirem importantes infra-estruturas na área da agricultura, assim como grandes pólos de desenvolvimento industrial, que potenciem um aumento de oferta de trabalho, o que trará á população uma melhoria da sua qualidade de vida e melhores condições habitacionais. Enquanto todas estas mudanças giram à nossa volta, e porque estou perante uma cidade, Lubango, onde se encontram muitos estudantes de arquitectura, gostaria de os ver no futuro a fazerem projectos de arquitectura sustentável, porque é cada vez mais urgente zelarmos pelo nosso planeta e porque tudo o que possamos fazer agora, mesmo que nos pareça um contributo mínimo, estou certo de que as gerações futuras nos irão agradecer.

Assim sendo, vamos pensar nos nossos projectos em termos ambientais, antes de nos preocuparmos só com os aspectos estéticos. Vamos pensá-los e avaliá-los em conforto térmico, acústico, em eficiência energética, priorizando as energias renováveis e a ventilação e iluminação natural.

Na era do aquecimento global, muitas acções podem ser tomadas para diminuir o impacto no planeta, onde toda a cadeia produtiva tem que se engajar numa transformação que envolve diminuir o consumo de materiais e o desperdício.

Em busca de novas tecnologias para tornar as edificações sustentáveis, o telhado verde foi resgatado da antiguidade e tem sido um aliado na diminuição das ilhas de calor nas grandes cidades reduzindo as temperaturas internas das edificações, ajudam a melhorar a qualidade do ar e a controlar o efeito estufa e favorecendo o clima.

As coberturas verdes, com o cultivo de plantas ornamentais, medicinais e temperos domésticos, já são uma realidade em alguns países do mundo.



A arquitectura sustentável pauta-se ainda pelo uso de materiais amigos do ambiente, quer no uso construtivo, quer em matéria de revestimentos.

A elaboração de um projecto de arquitectura na busca por uma maior sustentabilidade, deve considerar todo o ciclo de vida da edificação, incluindo o seu uso, manutenção e a sua reciclagem ou demolição. O caminho para a sustentabilidade não é único e muito menos possui receitas, mas sim depende do conhecimento e da criatividade de cada parte envolvida.

O projecto sustentável, por ser interdisciplinar e ter premissas mais abrangentes, garante maior cuidado com as soluções propostas, tanto do ponto de vista ambiental quanto dos aspectos sociais, culturais e económicos.

O resultado final dessa nova arquitectura ecológica, verde e sustentável, proporciona grande vantagem para os seus consumidores. Quem não quer ter uma casa saudável, clara, termicamente confortável e que gaste menos água e energia?

A casa ecológica, além de beneficiar o meio ambiente, garante o bem-estar de seu usuário e reduz custos de manutenção.

A arquitectura sustentável em empreendimentos imobiliários de maior dimensão pode ser ainda mais vantajosa. Quando se constrói com vista ao mercado imobiliário (quer seja para venda ou aluguer) toda a eficiência energética contribui para melhores indicadores de qualidade de vida.

A nossa contribuição enquanto arquitectos poderá ser, estarmos receptivos a novos materiais recicláveis, a novas formas de construir, minimizando desperdícios e resíduos, utilizando recursos naturais como a energia solar...só assim estaremos a contribuir, embora numa pequena escala, para a manutenção do nosso planeta.



AFIRMATIVO E INCISIVO SIM



Por Airton Kenha



Nos dias que correm, o nosso país atravessa momentos desafiadores e difíceis, que caso não sejam geridos com ponderação, tolerância, mestria e o patriotismo que se exige, está o futuro próximo comprometido,

estão as gerações a porvir votadas ao fracasso, estão as esperanças do tão almejado desenvolvimento encaminhadas para o fundo do poço dos desejos.

Homens que pensam a angolanidade são nos dias de hoje chamados, e deles espera-se um afirmativo e incisivo sim perante os desafios cada vez mais duros. Desafios que se multiplicam sem dó nem piedade e que, por isso, devem ser encarados com respostas a altura, aliás, respostas melhores e mais duras ainda que os próprios desafios.

Por um lado, assistimos aturdidos e inertes a degradação do tecido social e económico do nosso país, marcado pela redução drástica e assustadora do nível de vida dos angolanos, assolados por uma impiedosa inflação galopante ancorada num impotente Kwanza continuamente desvalorizado, e por outro lado, estamos reféns de uma economia brutalmente monodependente de um petróleo cada vez menos significativo nos mercados internacionais.

Assistimos, sem preocupação aparente, a degradação do patriotismo e do sentido de Estado, facilmente observável na forma leviana e até automática como foi instaurada a corrupção e outras práticas sobejamente conhecidas e portadoras de uma nocividade sem

precedentes no que tange aos prejuízos à coisa pública.

Assistimos ao desaparecimento dos valores mais nobres da célula angular da sociedade, a família, reduzida a um mero grupo amorfo e dessincronizado de pessoas sob o mesmo tecto e partilhando o mesmo sobrenome, porém, nada mais do que isso.

Por outro lado, igualmente impávidos e serenos, assistimos de camarote, a emergência de uma plêiade de demagogos profissionais, apadrinhados pelas rádios e televisões, homens e mulheres de muitos rodeios, entendidos de todas as matérias, portadores de um palavreado inacessível ao cidadão comum, desenhadores de gráficos, autênticas caixas de ressonância dos manuais, vazios de opinião própria, caçadores de promoções no aparelho do Estado, aduladores por excelência.

Homens e mulheres que trazem ao fórum angolano nada mais do que senso comum, palavras melífluas para agradar aos nossos dirigentes que de nós devem merecer a verdade, somente a verdade e nada mais do que a verdade, a semelhança do que fazem uns poucos comentaristas, verdadeiramente especialistas e portadores de acertadas, boas e científicas intervenções que estão a par da realidade concreta das nossas gentes e que, deste modo, ajudam os nossos dirigentes a actuar de forma certa e séria na luta contra os grandes desafios que a nossa pátria enfrenta.

Urge reconhecer a luta que o actual Executivo está a empreender para que sejam vencidos os desafios aqui apresentados, bem como outros que cada um de nós conhece e com os quais se debate todos os dias.

Mas esta luta do Executivo, finalmente não é só uma luta, é essencialmente um desafio de todos, é uma luta cuja vitória depende de cada angolano no comprometimento com os ideais mais nobres da nossa pátria.

A construção de uma Angola melhor conta com o empenho do professor que ensina com carinho e amor, e que mesmo colocado nas ditas Terras do Fim do Mundo, privado das comodidades urbanas, ainda assim não mede esforços.

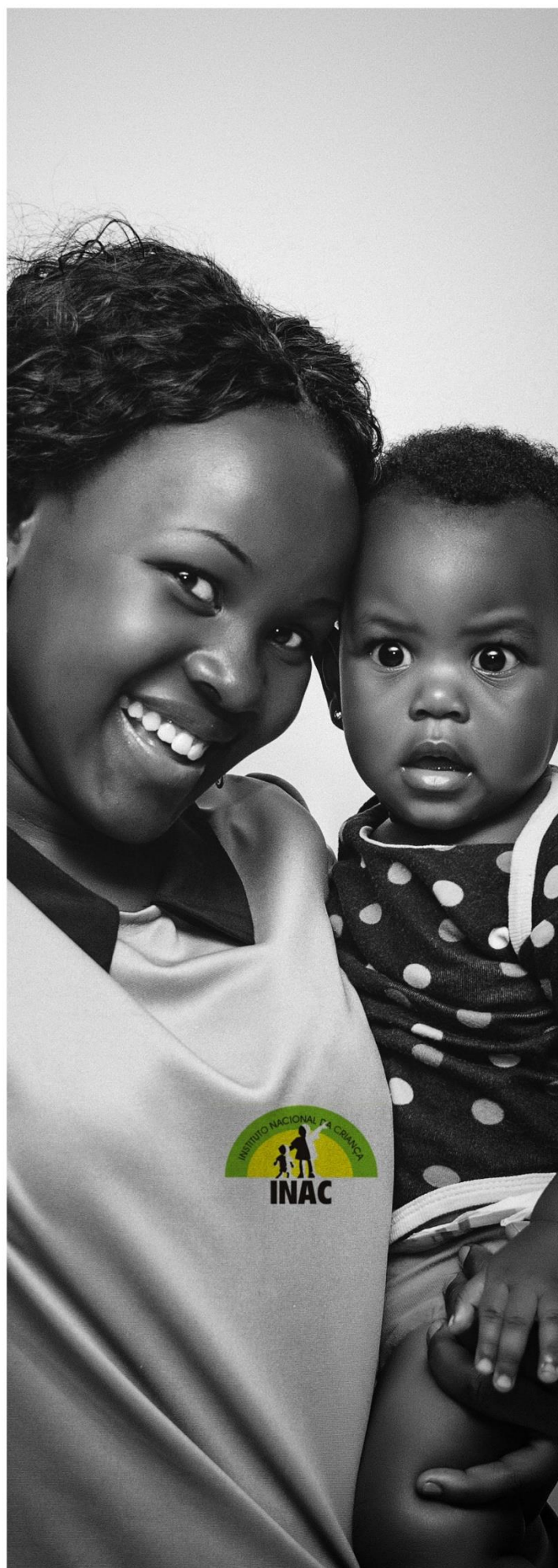
A construção de uma Angola melhor conta com o empenho da enfermeira que chora quando o paciente morre, conta com o médico sem megalomanias académicas e despedido dos apetecíveis títulos, transforma-se num autêntico curador de pessoas.

A construção de uma Angola melhor conta com o jovem que dedica os seus músculos aos desafios do campo, ao invés de coloca-los à disposição ilusória e vã da delinquência sem futuro.

Esta construção de Angola, conta com o jovem que lê e não se cansa de ler e de estudar porque entendeu que isso é um dever revolucionário.

A construção do país passa pela jovem mulher que dá duro para vencer os grilhões do preconceito, que pretende atingir o além dos domésticos, que não se deixa enganar por falinhas mansas porque compreendeu que as mulheres são parte no desenvolvimento de uma grande nação.

A nossa vitória final passa pelo funcionário público que tem o povo por patrão, pelas zungueiras que palmilham a cidade com o seu pregão esperançoso, pelo atleta que se emociona ao entoar do Angola Avante e do esvoaçar do Vermelho, Preto e Amarelo, pelo jornalista que conta os factos com verdade, pelo cantor que anima as gentes em tempos difíceis, pelo escritor que continua a vender sonhos e utopias que nos fazem continuar a crer na vitória final, pelo pastor e sacerdote que congrega as pessoas, passa por todos e cada um de nós, dispostos a responder aos desafios com um afirmativo e incisivo SIM A ANGOLA.



MERCADOS FORMAIS E INFORMAIS

Por António de Lemos



Um dia, há alguns anos, o Dr. António Agostinho Neto, primeiro presidente de Angola dava o mote para o desenvolvimento da nossa economia afirmando: “A AGRICULTURA É A BASE E A INDÚSTRIA O FACTOR DECISIVO”.

Como teria sido diferente se, naquela altura, nos primórdios da nossa independência, tivéssemos o bom senso de seguir fielmente este princípio.

Não o fizemos e hoje a nossa economia vive momento de extrema dificuldade, causada por muitos erros que fomos cometendo por termos usado o Petróleo como única via de crescimento, mas nunca é muito tarde para se aprender e corrigir os erros cometidos num passado muito recente.

É verdade que a guerra, que nos foi imposta durante muitos anos, também ajudou a que chegássemos a esta situação mas não podemos continuar a falar dela como sendo o único problema para os males de que enferma a nossa economia.

Temos acompanhado, com bastante satisfação, à implementação, pelo governo angolano, de muitos programas que visam desenvolver o país, diversificando a economia, uma vez que o Petróleo deixou, há alguns anos, de ser a única solução.

A Agricultura é a solução mais viável para se iniciar todo o processo de diversificação da economia e, com muito agrado, temos assistido a todo um esforço nesse sentido.

O Governo assumiu este princípio e temos visto resultados de algumas medidas que já foram implementadas, onde destaco a diminuição da importação de alguns produtos que já são produzidos no país.

Desta forma estarão criadas algumas condições para se motivar os jovens a usar a agricultura como meio de vida, diminuindo o exército de desempregados que circulam pelas cidades usando os mercados informais e a venda descontrolada nas ruas como meio para a sua subsistência.

Os mercados informais são, não tenho dúvidas, o único meio, que milhares de pessoas usam como forma de subsistir às enormes dificuldades que vivem no seu dia a

dia, comprando e vendendo, ganhando algum dinheiro para se alimentar durante o dia e garantindo, a muito custo alguma economia, para resolver alguns dos seus problemas.

Mas, neste caso, os que mais ganham são os grandes armazéns que, capeados pela desorganização desses mercados, instalam-se à sua volta e o usam como a forma mais fácil e mais rápida de retirar lucros milionários, criando sérias dificuldades ao empresariado nacional e, naturalmente, ao governo, pois não criam mais valias que ajudem o país a sair da crise.

Penso que deve haver alguma coragem política para se travar este fenómeno que continuará a crescer se medidas muito sérias não forem tomadas.

Não estou a referir-me ao encerramento desses armazéns mas à necessidade de se organizarem, cumprindo escrupulosamente a lei vigente no país.

A existência de contabilidade organizada, o pagamento dos impostos devidos ao Estado, a criação de empregos dignos, a observância das regras mais elementares de higiene e de segurança e o cumprimento do horário de trabalho, deveriam ser algumas exigências a serem observadas no imediato.

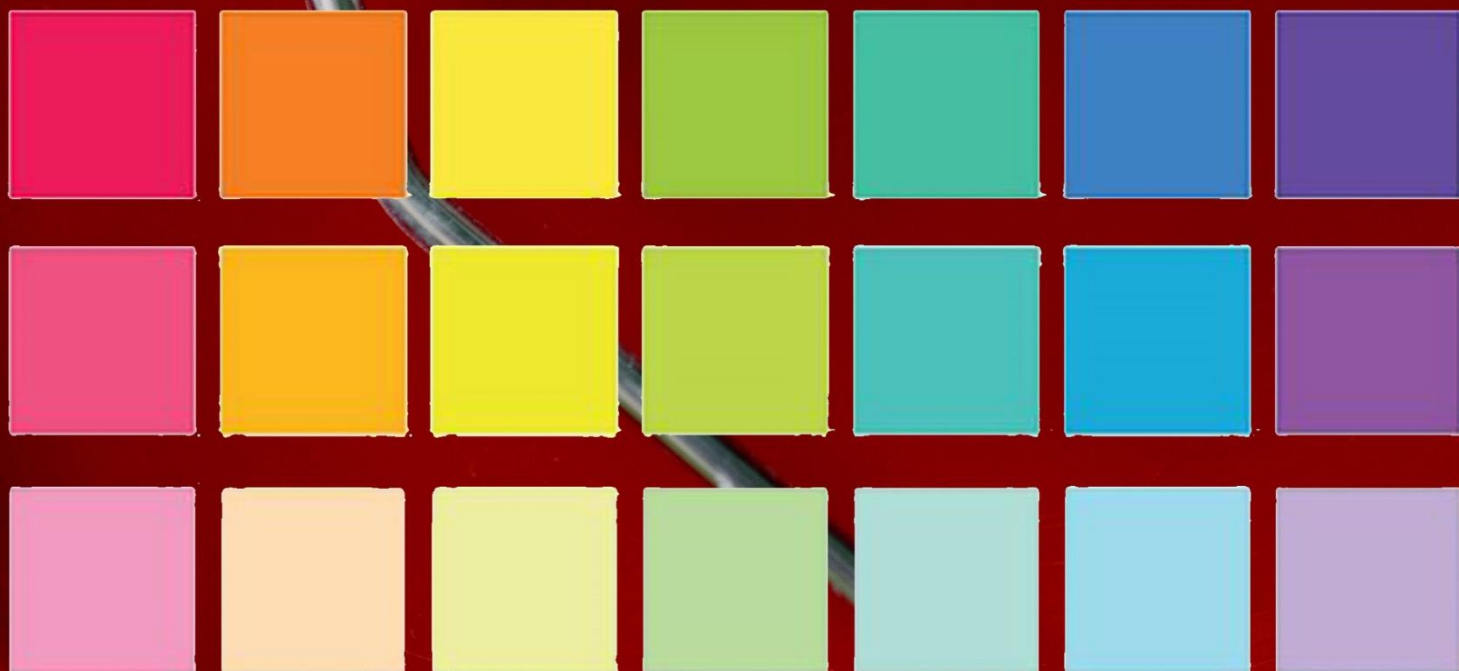
Assim sendo, estes armazéns deixarão de exercer uma concorrência desenfreada e desleal para com as empresas nacionais que cumprem escrupulosamente com os seus deveres e passarão a dar um contributo importante na solução de parte do problema.

Se o governo conseguir disciplinar o comércio, o que não será tarefa muito fácil, tendo em conta os níveis de desorganização que se verificam nessa área, estarão criadas algumas condições para que a agricultura se desenvolva e comecem a surgir novas indústrias de transformação dos produtos agrícolas, e não só, pois os agricultores e os industriais terão a certeza de que o seu produto será comercializado.

Produção interna e criação de empregos que garantam o aumento do poder de compra das populações, serão parte importante da solução para se alavancar a nossa economia. Se assim for, acredito que a classe empresarial continuará firme na sua determinação de, como no passado, continuar a contribuir para o sucesso das medidas que forem tomadas.



O GRUPO NEUCE é constituído por um conjunto de empresas que se dedicam ao fabrico e comercialização de Tintas, Vernizes, Diluentes, Revestimentos, Produtos e Sistemas de Impermeabilização, Isolamento Térmico e produtos afins.



NEUCE ANGOLA

Pólo Industrial de Viana
Apartado N°34, Viana
T: (+244) 926 400 794/5
neuceangola@neuce.pt

ANGOLA - MOEDA E ENERGIA SOLAR

Por Valdemar F. Ribeiro



Estamos em 2021, ainda no início do século XXI e nós em Angola continuamos a patinar sem saber para onde e agora a desculpa é a pandemia e com certeza este vírus atrapalhou muito mas não pode ser desculpa para Angola não acelerar seu

desenvolvimento sustentado.

Antes de Bretton Woods, 1944, o valor das moedas de todos os países era medido pelo padrão ouro.

Depois de Bretton Woods, o interesse americano ditou mais alto e impôs-se, e a referência para as moedas passou a ser o dólar americano e o ouro passou a ser guardado nos bancos centrais de cada país como reserva da moeda e o Banco Central americano passou a guardar um terço das reservas mundiais em ouro e muitos países passaram a guardar seu ouro nos Estados Unidos e não nos seus próprios países.

Os americanos, ainda no século XXI, deixaram de informar qual o valor de suas reservas em ouro pois não querem nenhum controle por parte dos outros países sobre o valor de sua moeda o dólar.

Desconfiados, os outros países incluindo a Alemanha, disseram aos americanos que queriam a sua reserva de ouro depositada no Banco Central Americano de volta para a Alemanha e os americanos até hoje, 2021, parece que não devolveram a totalidade das reservas de ouro aos alemães e a outros países.

Os países estão muito preocupados e desconfiados com este esconde-esconde das reservas em ouro do Banco Central americano.

Por outro lado, com o desenvolvimento da era digital, apareceram as criptomoedas que não têm controle directo dos bancos centrais dos países e, por exemplo, a criptomoeda Bitcoin cujo valor está acima dos cinquenta mil dólares, extremamente valorizada, também nos leva a questionar exactamente qual vai ser o caminho das moedas do futuro.

Sabemos que se houver alguma situação que impeça a Internet funcionar correctamente, também as Criptomoedas, moedas digitais, poderão sofrer algum abalo e até desaparecer e é preciso muito cuidado neste desenvolvimento de moedas futuras.

Voltando ao ouro como valor de referência para as moedas dos países, temos como certeza que o ouro continua a ser o principal padrão de referência mundial hoje.

As moedas também têm como lastro sua produção económica interna, naturalmente.

Angola até hoje é uma nação cuja produção interna é muito incipiente e a pouca produção interna que tem não é suficiente para valorizar acentuadamente a sua moeda.

Mas Angola é um país com grandes reservas em ouro no seu subsolo e que até hoje nunca foram devidamente exploradas e se isso fosse feito de forma correcta, certamente Angola passaria a ter uma reserva em ouro bastante substancial e sua moeda passaria a ter um lastro real em ouro, valorizando-se e permitindo um desenvolvimento económico acentuado e rápido.

Mas isso não tem acontecido e a moeda angolana, o Kwanza, continua com pouco valor e não desempenha equilibradamente o seu papel de motor do desenvolvimento como deveria ser. Não se entende porquê Angola não avança neste sentido.

Angola não possui tecnologia e recursos humanos suficientes que permitir rapidamente um maior desenvolvimento na exploração de suas reservas em ouro. não exploradas ainda.

Angola também corre riscos, se fizer acordos de exploração com países ou empresários não fiáveis, pois estes podem, como tem acontecido muitas vezes, enganar Angola.

Então, não será mais fiável Angola fazer acordos bilaterais com países fiáveis, não com empresários directamente, cedendo-lhes determinadas áreas geográficas com elevado potencial na exploração deste minério e estes países desenvolveriam uma exploração correcta, sendo Angola o fiscal e utilizando-se das leis internacionais.

Após os contractos internacionais, país a país, estarem devidamente cumpridos, estes projectos seriam devolvidos aos angolanos já devidamente preparados para assumirem estas responsabilidades de exploração ou manteriam as parcerias conforme seu interesse.

Não seria este um caminho mais sustentável no desenvolvimento de Angola? Se não sabemos fazer determinada tarefa, podemos fazer parcerias que tragam um maior desenvolvimento acelerado e sustentável e a moeda Kwanza talvez rapidamente pudesse ser mais valorizada e desempenhasse o papel que lhe cabe de desenvolvimento da nação angolana.

Outro aspecto muito importante em que Angola pouco se desenvolveu, foi a energia solar, apesar de ser extremamente rica nesta área pois tem sol durante doze horas diárias, numa média.

Desde há quarenta e cinco anos que se sabe que a energia solar é a principal fonte energética não poluente da humanidade e Angola, porque tem o petróleo, pouco ou nada se desenvolveu neste sentido, o que é um absurdo pois ficou totalmente dependente do petróleo e com pouca energia alternativa, neste século XXI em que o planeta passa por uma extrema crise ambiental com um futuro bastante ameaçador para a vida na Terra.

Se Angola estivesse desenvolvida nesta área de energia solar, certamente todas as regiões do país já teriam acesso a esta importante fonte de energia eléctrica e desse modo, toda a população angolana estaria conectada, interligada, através das fontes de comunicação, rádio, TV, Internet, etc.

Isto teria permitido um maior desenvolvimento cultural da nação angolana e traria um maior desenvolvimento económico a todo o país e sua população.

O não desenvolvimento destas duas importantes realidades, resulta num menor desenvolvimento de Angola, por sua própria responsabilidade.

Angola ainda está, e terá de o fazer urgentemente, num tempo em que é possível avançar e se desenvolver mais na exploração correcta do ouro como lastro de sua moeda e no desenvolvimento da energia solar para benefício de todos os angolanos.

Angola não precisa de pensar muito, basta querer, pois estes dois investimento têm um retorno seguro e garantido em prol do desenvolvimento acelerado do povo angolano.



PRINCÍPIO DA PRESUNÇÃO DA INOCÊNCIA

Por Antónia Kuzanga



Nos últimos três anos, na decorrência de várias detenções sobretudo de gestores públicos e auxiliares bem como a condenação de alguns, despertou a atenção à necessidade da análise do valor que deve ser dado ao princípio da presunção da inocência na fase de instru-

ção preparatória dos processos.

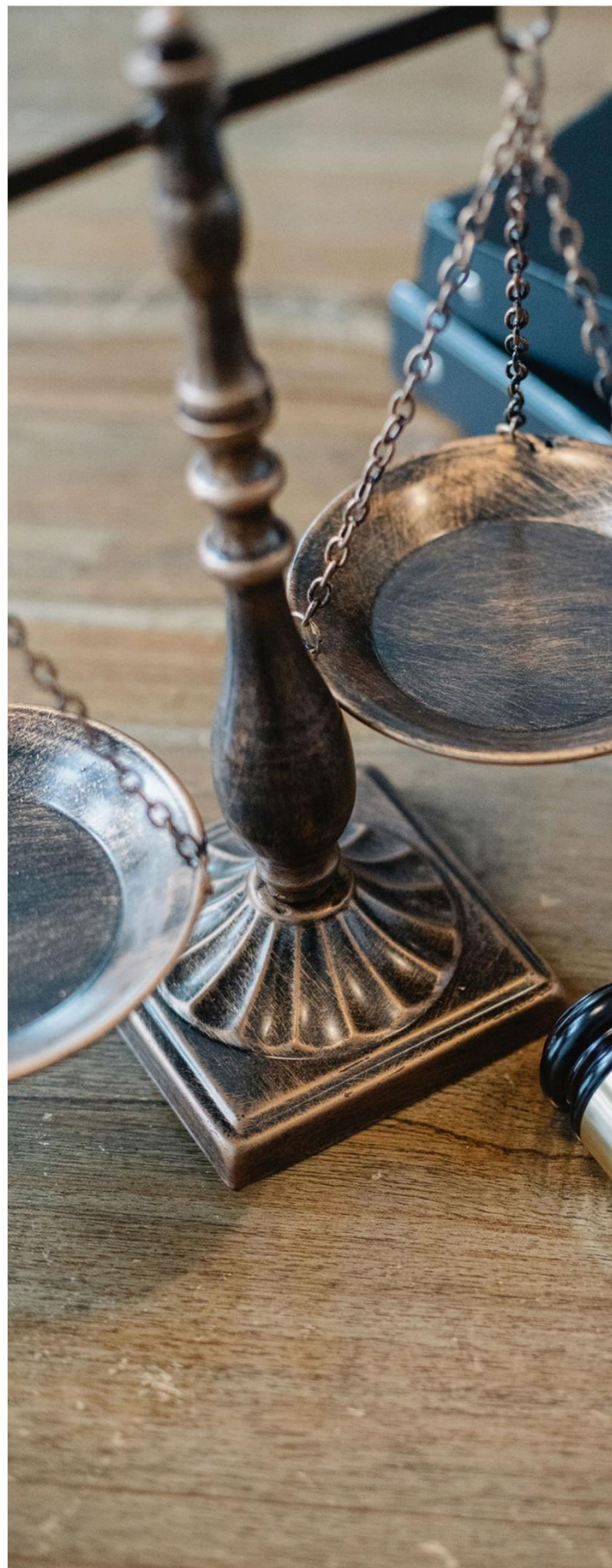
O princípio da presunção da inocência é de extrema importância no processo penal de qualquer sociedade Democrática e de Direito pelo facto deste dar maior ênfase ao respeito pela dignidade da pessoa e com ela os seus direitos e liberdades fundamentais, sendo uma regra que deve ser vista de forma imperativa pelo aplicador da Lei Processual.

No ordenamento jurídico angolano, o princípio da presunção da inocência está plasmado no número dois do artigo 67º da Constituição da República e que dá a ideia de que uma determinada pessoa acusada de um facto delituoso, como por exemplo de corrupção e peculato, os mais frequentes nos últimos tempos, presume-se inocente até que se prove a sua culpabilidade.

No entanto, tem se verificado a sua inversão ou seja, a regra tem sido o princípio da presunção da culpa, pois várias vezes o cidadão é detido como culpado, sem a oportunidade do recurso a sua defesa que lhe é atribuído por direito.

A título de exemplo, assistem-se a episódios dramáticos um pouco por todo o país, em que cidadãos são privados de liberdades sem a formalização de sua culpabilidade. a razão tem a ver com a possibilidade dos mesmos interferirem no processo investigativo.

Mas na verdade, o que se tem verificado é que cidadãos são presos e soltos a posterior sem indícios de culpa. Este facto também tem se verificado nalgumas sentenças condenatórias, razão que nos leva a despertar com certa urgência que os aplicadores da Lei, nos diversos campos do sistema judiciário tenham mais atenção as medidas de coação processual, de acordo com o recomendado pela doutrina jurídica.



DESENVOLVIMENTO DE UMA PECUÁRIA SUSTENTÁVEL NO SUL DE ANGOLA

Por Álvaro Rebelo Fernandes



O Sul de Angola e a Província da Huíla em particular sempre foi, é e será “o Solar da Produção de Carne”, por apresentar excelentes condições naturais para a criação do gado mas tem dado passos tímidos no desenvolvimen-

to da pecuária que se pretende produtiva, facto associado ao nível cultural dos criadores, ao sistema rudimentar de produção a que o gado está sujeito, a um abandono das manadas ao acaso. Por isso cabe-nos a quota-parte no sentido de contribuir para a sua revitalização.

A actual melhoria da circulação rodoviária permitirá viabilizar o abate junto dos locais de produção e transportar a carne em boas condições para os locais de consumo, sem perdas de peso, acidentes e mortes dos animais para destinos longínquos.

É fundamental o acesso a factores de produção a preços competitivos e a um serviço técnico que reúna condições de prestar uma assistência agronómica, zootécnica e veterinária eficazes, na produção e conservação de pastagens e forragens, na sanidade, no melhoramento e no maneio e bem-estar animal, utilizando-se métodos de gestão modernos e formação profissional constante.

Estas medidas, só serão possíveis através de formas associativas e do investimento público e privado ou em parcerias público-privadas de interesse para o sector, pese embora o apoio incondicional com vários incentivos que deverá ser dado aos “Jovens Agricultores” e aos Finalistas dos Cursos em Ciências Agrárias que desde logo mostram o seu interesse, sensibilidade e conhecimentos, caso queiram instalar-se na actividade agrícola e pecuária.

Entende-se que as linhas apontadas permitem considerar como factores essenciais ao “desenvolvimento pecuário no Sul de Angola” as acções que visem:

A criação de programas e incentivos que contribuam

para a “Instalação de Jovens” na agricultura e na pecuária, rejuvenescendo a classe profissional.

A instalação de uma unidade industrial de abate, “Matadouro”, funcionando como o epicentro da produção pecuária junto da produção, minimizando custos e danos na qualidade sanitária e apresentação da carcaça dos animais, dotada de “Rede de Frio”, que transporte a carne nas melhores condições, até ao mercado retalhista e consumidor final.

A criação de “Unidades de Assistência Técnica Móvel”, disponíveis para apoiar os criadores de gado.

A instalação de “Postos Zootécnicos” em locais estratégicos que proporcionem e viabilizem as práticas de sanidade, profilaxia, reprodução, identificação animal, registos, formação, entre outras actividades.

O “Fomento e Requalificação do Gado” principalmente do “sector camponês”, que são detentores de cerca de 95% do efectivo nacional através do melhoramento animal, tendo por objectivo a produção de mais e melhor carne para consumo nacional e para exportação e, de mais e melhor leite para consumo das famílias e melhores desmames dos vitelos.

A instalação de um “Agrupamento de Defesa Sanitária”, tendo em vista o controlo sanitário dos animais, no pressuposto da defesa da saúde pública.



A criação de um “Agrupamento de Produtores de Carne com Denominação de Origem Geográfica”, que tenha por princípios as condições de adaptação e criação, tendo em atenção a preservação e as condições edafoclimáticas, adoptando e cumprindo regras que visem a produção de carne de excelência, para ser consumida em nichos de mercado mais exigentes e apresentar características para exportação.

Estes objectivos só poderão ser conseguidos não só pelos Criadores de Gado mas com todos que, directa ou indirectamente, estão envolvidos na actividade e fundamentalmente com o apoio do Estado de Angola, através de linhas de crédito acessíveis e desburocratizadas, de fundos de investimento do Estado à construção de infraestruturas, água e energia, e criação de subsídios à produção e comercialização, assim como à instalação dos mais jovens, que são o futuro do País.

Em suma, devemos estar cientes da necessidade em se disciplinar toda a cadeia de produção, transformação e comercialização da carne, no propósito de uma melhor rentabilidade das explorações agro-pecuárias, empresariais ou camponesas, como da necessidade em se produzir mais carne e de melhor qualidade, com o objectivo de contribuir para a criação de emprego, apresentar ao consumidor alimentos base de grande qualidade, produzidos em Angola e de diminuir substancialmente as importações de carne.

A época da “contemplanção” da pecuária já está ultrapassada, há que entrar rapidamente e em força na época da “produção”.



Democracia e jornalismo

Por Luciano Rocha



O Chefe de Estado foi o primeiro, nesta nova "era de vacas magras", a referir a importância do jornalismo no combate à corrupção, por acréscimo, a todas - e são tantas - práticas atentatórias à dignidade nacional.

O jornalismo tem, incontestavelmente, papel fundamental em qualquer democracia, pois a forma como é exercido revela, sem necessidade de estudos e gráficos, o estado de desenvolvimento em que ela se encontra.

O jornalismo - escrito, falado, televisionado - é suprapartidário e contra-poder, sem estes dois factores não existe, quando muito, finge e não é assim que pode ajudar a combater a corrupção ou qualquer de todos os outros "parentes" desta "numerosa família", da qual faz parte o nepotismo que, entre nós, se espalhou, como gangrena, por tudo que é função pública e empresas estatizadas.

O jornalismo não consegue desempenhar a função pela qual existe se quem a "exerce" não conseguir despir a "camisola de interesses" à entrada das instalações da empresa que lhe paga o salário; criticar os poderes, sejam eles quais forem e a dimensão que tiverem, quando, como se diz na gíria, puserem "o pé na poça". O jornalismo angolano não foge aos males de outros ramos de actividade, sofre as consequências do sector da Educação, também ele eivado de fragilidades várias, não raro de muitos que deviam ensinar e não sabem ou não estão para isso.

O jornalismo angolano vive agora uma fase nova pós-Independência Nacional que, mesmo com todas as dificuldades pelas quais o país tem sido obrigado a viver, podia ser melhor. Bastava que nepotismo, compadrio, troca de favores não o tivessem manchado da forma como o fez, ao encharcar os órgãos de comunicação social de impreparados. Com o objectivo de servir-se deles para lhes encobrir crimes de lesa-pátria e transcrever-lhes toda a espécie de baboseiras e mentiras.

O pior é que nesta "era das vacas magras" prevalecem hábitos dos tempos das "vacas gordas", com "tripés de gravadores" e "caixas de ressonância" incentivados por quem devia fazer o contrário.

O jornalismo pode e deve ser - essa uma das suas funções - arma contundente de combate à corrupção, bajulação, nepotismo, em suma, a todos os crimes que contribuíram para o estado a que o país chegou, de quase falência, salvo já com a guilhotina a cair-lhe sobre o pescoço. Para isso, todavia, é urgente mudar mentalidades e formas de acção dos próprios poderes, o que, está comprovado, não é fácil. Alterar mentalidades bacocas, característica da pequena-burguesia inculta, sedenta de ribalta, a qualquer custo, é tarefa tão espinhosa como a de derrotar o coronavírus. Ainda há, entre aquela gentinha, quem pense que os jornalistas lhes devem vénias e estão obrigados a reportar, na íntegra, discursos de nada dizer e comunicados repetitivos, enfadonhos, registar-lhes as imagens de qualquer saída à rua.

Aqueles males reunidos, que não preenchem todas as mazelas herdadas do tempo das "vacas gordas", não se circunscrevem aos poderes públicos ou das empresas estatizadas. Transbordam, por exemplo, para as forças políticas, representadas ou não na Assembleia Nacional.

A missão do jornalista não é satisfazer vaidades, participar em campanhas de sonhos mal escondidos, é ter a capacidade de "separar o trigo do joio" para dar ao leitor, ouvinte ou telespectador o essencial, quando há...

Além disso, entre outras missões, cabe-lhe a de ser fiscal, detectar o que não foi feito e devia ter sido ou o que foi e não devia, lembrar promessas esquecidas, ser porta-voz dos que são esquecidos. A isto chama-se contra-poder.

O jornalismo pode, efectivamente, entre nós, ser mais acutilante na luta pelo desenvolvimento nacional, até por ser reflexo do estágio da democracia, mas não depende somente dele.

In Jornal de Angola



CULTURA EM MOVIMENTO

Por Carlos Fernandes



Nasceu no Lubango em Dezembro de 2020 uma Cooperativa Cultural para dinamizar a cultura nesta província que anda como a Bela Adormecida das fábulas infantis. Qual é a importância das artes e das culturas para os humanos?

-Estas são muito importantes no desenvolvimento intelectual.

Sabe-se da importância das artes como ferramenta para o desenvolvimento sustentado através da expressão externa de sentimentos e sensações.

A importância da cultura é objecto de estudos em diversas áreas do conhecimento. A palavra cultura é derivada de colere, do Latim, que significa cuidar de. A palavra arte é derivada de ars, do Latim, que significa técnica ou habilidade.

A cultura é comumente associada aos diferentes tipos de artes, como a música, o teatro, a poesia, a escultura, a pintura, etc.

Conhecer a cultura, é aprofundar a visão sobre o país e sobre o que somos hoje.

As artes também contam histórias. Por exemplo, as pinturas rupestres mostram como os seres humanos viviam há milhares de anos. Peças de artesanato daquele período, mostram de forma mais explícita a condição de vida dos seres humanos em determinada época. Textos e livros reflectem a cultura e a forma como se davam as relações humanas em diferentes momentos históricos.

Tudo isso é informação e pode-se dizer que investir em cultura também é desenvolver a educação, pois quem tem a oportunidade de apreciá-la obtém conhecimentos que não seriam possíveis adquirir de outras formas.

E não é só isso pois, é também garantir que mais pessoas tenham acesso a cultura, e estimulem os estudos e aumentem o conhecimento à vida pessoal e profissional.

Quando o capital cultural de uma pessoa é elevado, as chances de uma vida melhor para os mais jovens aumentam consideravelmente, gerando impactos positivos.

Portanto, o desenvolvimento da cultura na vida dos jovens ajuda a formar a sua personalidade e situarem-se melhor dentro da sociedade.

O desenvolvimento da cultura permite um pensamento menos preconceituoso e mais abrangente nos assuntos globais.



A COVID-19 E ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL

Por Abdenego Chivinda



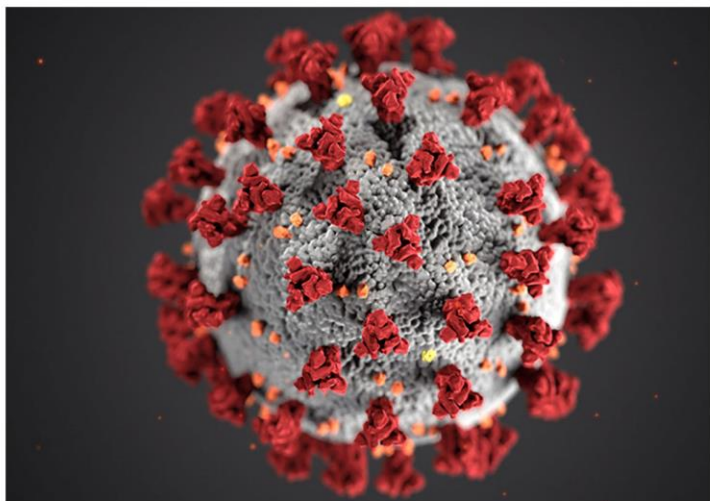
A Covid-19 revirou a vida de famílias, com escolas e creches fechadas, obrigando os pais a ficarem em casa na maior parte do dia, tentando equilibrar o cuidado dos progenitores.

Para muitos, o desemprego e a perda de renda estão tornaram as compras de alimentos um desafio financeiro adicional, sendo necessário planejar a vida.

Embora se esteja a buscar alimentos processados e a baixo custo é possível manter uma alimentação saudável em tempo de pandemia.

Uma questão se levanta: O que é afinal a COVID 19?

É uma doença infecciosa causada pelo mais recente coronavírus descoberto. O vírus e a doença eram desconhecidos antes do surto iniciado em Wuhan, na China, em dezembro de 2019.



eram desconhecidos antes do surto iniciado em Wuhan, na China, em Dezembro de 2019. Segundo a Organização Mundial da Saúde (OMS), coronavírus é uma família de vírus que pode causar doenças em animais ou humanos. Em humanos, esses vírus provocam infecções respiratórias que podem ser desde um resfriado comum até doenças mais severas como a Síndrome Respiratória do Oriente Médio (MERS) e a Síndrome Respiratória Aguda Grave (SARS). O novo coronavírus causa a doença chamada COVID-19, também denominada Sars-CoV-2.

Os sintomas mais comuns da COVID-19 são febre, tosse seca e cansaço. Outros sintomas também comuns e que podem afectar alguns pacientes. Incluem dores, congestão nasal, dor de cabeça, conjuntivite, dor de garganta, diarreia, perda de paladar ou olfacto e erupção cutânea ou descoloração dos dedos das mãos ou dos pés. Esses sintomas geralmente são leves e começam gradualmente.

Algumas pessoas são infectadas mas apresentam apenas sintomas muito leves ou quase imperceptíveis. As pessoas idosas e as que têm problemas médicos subjacentes, como pressão alta, problemas cardíacos e pulmonares, diabetes ou câncer, têm maior risco de desenvolver doenças graves. No entanto, qualquer pessoa pode pegar COVID-19 e ficar gravemente doente.

Pessoas de todas as idades que apresentam febre e/ou tosse associada a dificuldade em respirar, falta de ar, dor ou pressão no peito, perda de fala ou movimento devem procurar atendimento médico imediatamente. Se possível, é recomendável ligar primeiro para o médico ou serviço de saúde, para que o paciente possa ser encaminhado para a clínica certa.

A Organização Mundial da Saúde tem avaliado pesquisas continuamente para entender todas as possibilidades de transmissão do vírus.

Não existem alimentos, medidas caseiras ou suplementos associados à prevenção ou tratamento da infecção por COVID-19, segundo desmistifica Ana Rita Lopes, coordenadora da Unidade de Nutrição Clínica do Hospital Lusíadas de Lisboa.

Como a COVID-19 é transmitida?

As pessoas podem pegar a COVID-19 de outras pessoas que têm o vírus. A doença espalha-se principalmente de pessoa para pessoa através de pequenas gotas do nariz ou da boca, que são expelidas quando uma pessoa com COVID-19 tosse, espirra ou fala. Essas gotículas são relativamente pesadas, não se espalham para muito longe e rapidamente depositam-se nas superfícies e chão.

As pessoas podem contaminar-se caso respirem essas gotículas de uma pessoa infectada pelo vírus. É por isso que é importante ficar a pelo menos um metro de distância dos outros. Essas gotículas podem pousar em objectos e superfícies ao redor da pessoa, como mesas, maçanetas e corrimãos. As pessoas podem ser infectadas ao tocar nesses objectos ou superfícies e depois tocar nos olhos, nariz ou boca. Por isso, é tão importante lavar as mãos regularmente com água e sabão ou limpar com álcool gel a 70%.

Assim, seguir uma alimentação variada e equilibrada ajuda o organismo a obter as vitaminas, minerais e antioxidantes de que necessitamos e que são importantes para um sistema imunitário forte e saudável. Enquanto caminha pelos corredores do supermercado e praças assegurando sempre a distância de dois metros em relação às outras pessoas e a utilização de máscara comunitária, certamente estará a tomar as medidas necessárias para se proteger.

Tenha em conta que alguns alimentos são “obrigatórios” para ter uma alimentação saudável ao longo destes dias mais caseiros. Tenha sempre em casa alimentos naturais e de fácil aquisição nos mercados locais como:

- Cereais, derivados e tubérculos, como massas, arroz e batatas, devem estar em todos os carrinhos de compras. São grandes fornecedores de energia, são ricos em vitaminas do complexo B, ferro, magnésio e fibras, e têm pouca gordura.
- Cenoura, cebola, abóbora, brócolos, feijão verde e couve-flor são hortícolas com uma durabilidade superior. Juntamente com as frutas ricas em Vitamina A

e C (como laranja, limão, goiaba, caju, kiwi, morango, melancia, salsa, pimentão vermelho e batata-doce, maçã e pera que são mais duradouras) fornecem minerais, vitaminas e antioxidantes.

fornecem minerais, vitaminas e antioxidantes. Consumir estes alimentos diariamente protege o organismo de doenças como a obesidade, doenças cardiovasculares e diabetes, entre outras.

- Carne, peixe e ovos devem fazer parte das refeições principais. São fonte de proteínas de grande qualidade, vitamina B12, ferro e zinco.

- As leguminosas, como as ervilhas, o feijão e o grão de bico, podem ser também fontes de proteína em algumas refeições.

- Os laticínios têm prazos de validade alargados, o que poderá ser útil numa altura em que se deve conter nas idas à rua. São os principais fornecedores de cálcio e de vitaminas do complexo B, proteínas e fósforo.

- As gorduras e óleos são bastante benéficos, desde que consumidos com moderação. Fornecem ácidos gordos essenciais e vitaminas lipossolúveis (A, D, E e K), que contribuem para a manutenção da saúde visual e da pele e para o correcto funcionamento da coagulação sanguínea e para a utilização adequada de cálcio e fósforo por parte do organismo.

- Beber até 2 litros de água por dia é importante para o correcto funcionamento dos órgãos e para a regulação da temperatura corporal, para hidratação da pele, e o combate à retenção de líquidos e o desempenho cognitivo.

Dicas de higiene dos alimentos face à pandemia de Covid-19:

- Lave bem as mãos com água e sabão por pelo menos 20 segundos antes de preparar qualquer alimento. Evitar tossir ou espirra sobre os alimentos.
- Use tábuas separadas para preparar carne e peixe não cozidos.
- Evite o consumo de carnes e ovos crus.
- Sempre que possível, mantenha os itens perecíveis refrigerados ou congelados e preste atenção às datas de validade dos produtos.
- Procure reciclar ou descartar resíduos e embalagens de alimentos de maneira apropriada evitando o acúmulo de lixo que pode atrair pragas.
- Para frutas, verduras e legumes, é necessário lavar em água corrente e depois colocar de molho em solução clorada por 15 minutos e, ao final, lavar em água corrente.

CONSTRUIR UM DESAFIO

Por Valdemar F. Ribeiro



Há pouco tempo, 1980, para se telefonar era necessário ter um telefone fixo em casa e ninguém conseguia comunicar com outrem dentro de um carro na rua ou em qualquer outro lugar fora de casa.

Atualmente, seria insuportável não haver comunicação instantânea entre as pessoas de qualquer lugar no planeta, seria uma ideia absurda neste século XXI.

Também seria insuportável a muitos cidadãos habituados a disporem de tecnologias e a viajarem rapidamente para qualquer lugar, não terem acesso imediato às fontes de comunicação.

Há poucos anos, era necessário ir a uma livraria para comprar um livro de papel. Quem tivesse uma biblioteca em casa, se viajasse para outro lugar dentro ou fora do país, deixaria de ter acesso à sua biblioteca caseira ou institucional.

Se nesse outro lugar não houvessem livrarias, não teria acesso à informação. Hoje em dia, com a tecnologia digital, é possível em qualquer lugar do planeta e a qualquer hora, muitos cidadãos terem acesso à informação online.

Qualquer pessoa, em seu computador, tablet ou telefone, passou a ter uma biblioteca digital com muito mais informação do que a sua biblioteca caseira em papel.

A vida de todos passou a ser muito mais democrática no acesso à informação e ao desenvolvimento sustentado. Nós aqui na Huíla, para publicarmos obras, normalmente recorriamos a editoras fora de Angola e a algumas poucas dentro de Angola e essas obras para serem publicadas em papel, por exemplo mil exemplares, custavam um valor exorbitante ao qual poucos tinham e têm acesso, a não ser alguns poucos privilegiados.

Com as novas tecnologias possibilitando a edição de obras em digital, o valor financeiro necessário para se editarem obras passou a ser muito mais acessível a todos e baixou muito mas de qualquer maneira essas obras continuavam a serem editadas no exterior de Angola normalmente, a não ser em casos raros ou seja, continuávamos a pagar no exterior a maior parte das

obras angolanas publicadas em papel e em digital.

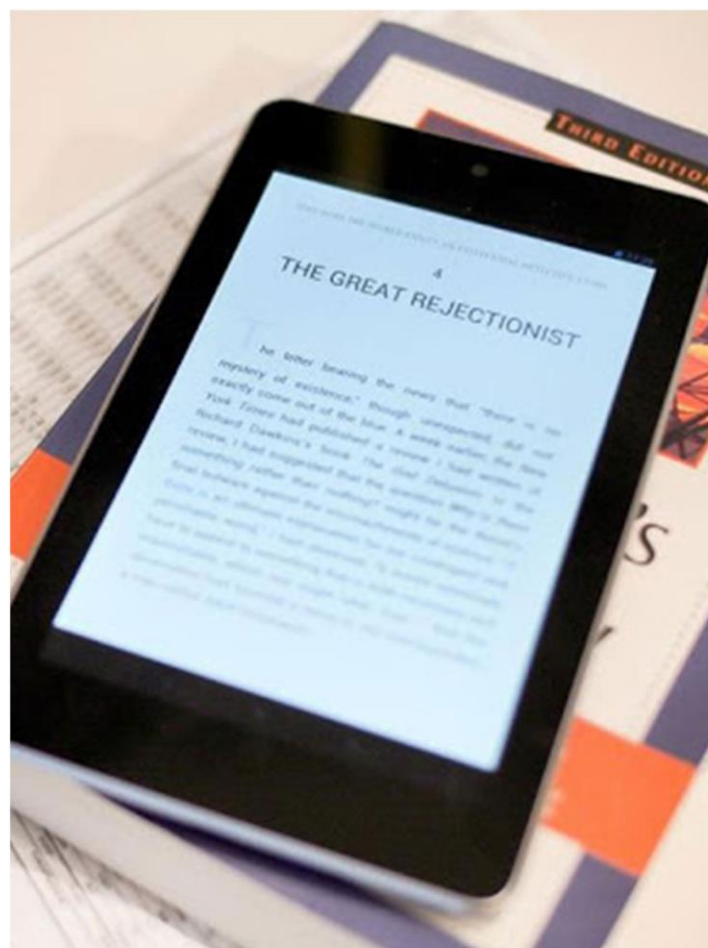
Insatisfeitos, nasceu a questão do porquê não editar as obras em digital aqui na Huíla. O que era preciso para fazer as edições de obras aqui na província?

Juntaram-se alguns jovens que já tinham desenvolvido conhecimentos informáticos suficientes e após colocadas estas questões, os mesmos imediatamente aceitaram o desafio de desenvolver a tecnologia necessária para se editarem obras em digital aqui na Huíla.

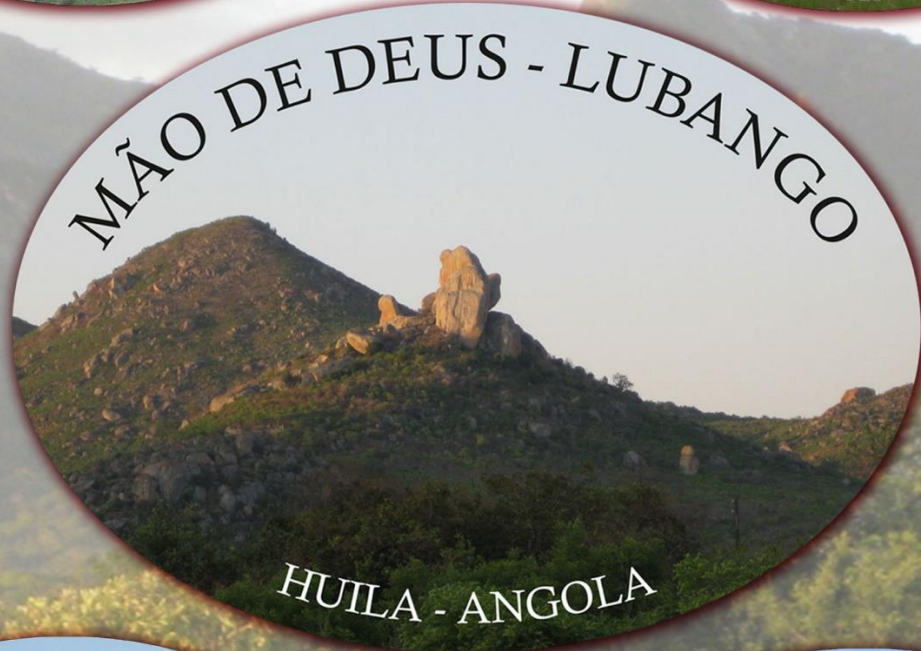
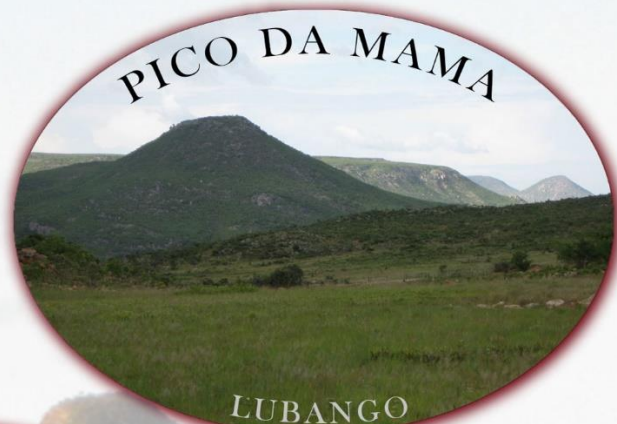
Compraram-se alguns aplicativos e computadores e através da internet buscou-se a informação necessária para desenvolver esta tecnologia e deu-se início a esta nova experiência.

Ao fim de alguns poucos meses, este pequeno grupo de jovens informáticos estavam a editar obras de autores huilanos em digital e a publicá-las no portal da ACADEMIA DE AUTORES DA HUÍLA.

Após um ano, foram editadas mais de 60 obras de 37 autores e venceu-se mais um desafio.



REDESCUBRA A HUÍLA ...
COM UM NOVO OLHAR





COMPLEXO ESCOLAR PRIVADO 1-2-3 LUBANGO

"OS TRÊS PRIMEIROS PASSOS DE GENTE GRANDE"

Ensino primário, primeiro e segundo ciclo do ensino secundário.

A Directora Cármen Fernanda Cardoso deu início a esse grande projecto em 1994 como uma simples explicação, isso devido algumas debilidades que alguns alunos de outras instituições apresentaram. Evoluindo com as suas ideias, a directora viu a necessidade inadiável de dar o seu contributo na formação de quadros, fazendo assim a petição as autoridades de direito para a abertura de um colégio para o ensino particular com o nome de colégio 1-2-3.

Em 1994, face a solicitação feita pela directora, foi lhe autorizada a abertura do colégio, dando início as aulas no dia 01 de abril de 1997, no primeiro e único bloco na altura.

No dia 31 de Maio houve a inauguração oficial do colégio e finalmente em 1999 surge o despacho do sr. ministro da educação e legalização do estabelecimento de ensino.



Telefone: 222-781-799

Email: complexoescolarprivado123@gmail.com

Email: complexoescolarprivado123@hotmail.com

Site: www.colégio1-2-3.com

Secretaria: +244 923 528 237

Apoio técnico: +244 931 918 536/ +244 942 152 188