



Açoriano

Director: Mario Carvalho

Antes morrer livres que em paz sujeitos



Vol.4 Nº5 FEVEREIRO DE 2009

PORTO PIM - FAIAL



CENTRE DE MÉCANIQUE EDMOND

PROP. EDMOND MONIZ

- Mecânica geral
- Injecção, revisão, travões
- Antiferrugem a óleo
- Lavagem à mão
- Rebocagem
- Motor de arranque à distância

200 BOUL. DES LAURENTIDES (ESQUINA TOURANGEAU)
EM LAVAL TEL.: 450 663.8527

O Açoriano

EDIÇÕES MAR

4231, Boul. St-Laurent
Montréal, Québec
H2W 1Z4

Tel.: (514) 284-1813
Fax: (514) 284-6150

Site Web: www.oacoriano.org
E-mail: info@oacoriano.org

PRESIDENTE:

Sandy Martins

VICE-PRESIDENTE:

Nancy Martins

DIRECTOR:

Mario Carvalho

DIRECTOR ADJUNTO:

Antero Branco

REDAÇÃO:

Sandy Martins

COLABORADORES:

Debby Martins

Maria Calisto

Natércia Rodrigues

CORRESPONDENTES:

Açores

Alamo Oliveira

Edite Miguel

Jorge Rocha

Roberto Medeiros

Porto

Jeremias Martins

FOTOGRAFIA:

Anthony Nunes

Ricardo Santos

Açores

Humberto Tibúrcio

INFOGRAFIA:

Sylvio Martins

ASSINATURAS

www.oacoriano.org ou

Envie o seu

pedido para:

Assinantes - O Açoriano

4231, Boul. St-Laurent
Montréal, Québec, H2W 1Z4



Fevereiro mês do coração, Carnaval e Quaresma

Nesta edição, falamos dos homens que marcaram na memória de quem os conheceu e que com eles conviveu. “O Açoriano” enaltece o Homem na sua grandeza de bondade e vontade de fazer bem.

Foi o homem do mar e do campo, a mulher doméstica e a mãe de família que construíram a nossa identidade açoriana. Foram eles que pescaram o peixe e cultivaram as terras que deram o milho e o trigo para o pão que as mulheres cozinhavam para alimentar a família. Poetas, escritores e doutores de quem muito nos orgulhamos foram pouco mais de dúzia e meia. Pescadores, camponeses, lavradores, mulheres domésticas, mães carinhosas e amorosas dos seus filhos, foram milhões, que nasceram e morreram e que hão

de continuar a nascer e morrer no futuro, sempre orgulhosos da terra que os viu nascer. Até o sangue que corre nas veias dos filhos dos seus descendentes, que nasceram em outras terras, tem a mesma composição como a dos seus antepassados dos ilhéus das nove ilhas dos Açores. O Carnaval nos Açores, mais propriamente na ilha Terceira, constitui uma das formas mais peculiares do Carnaval em Portugal com as danças e bailinhos de Carnaval. Esta tradição, tida como a maior manifestação de teatro popular em Portugal, remonta ao tempo dos primeiros povoadores e reflecte um estilo teatral bem ao jeito dos Autos vicentinos. Do Carnaval passamos imediatamente ao tempo da Quaresma.

O Pranto e o Riso

Se o Pranto e o Riso aparecessem neste gran-

de teatro no traje da verdade (sempre nua), sem dúvida seria a vitória do Pranto. Mas vestido, ornado e armado de uma tão superior eloquência, que o Riso se ria do Pranto, não é merecimento, foi sorte. De tudo quanto ri saiu vestido, ornado e armado o Riso: riem-se os prados e saiu vestido de flores: ri-se a Aurora, e saiu ornado de luzes; e se aos relâmpagos e raios chamou a Antiguidade Risus Vestae, et Vulcani, entre tantos relâmpagos, trovões e raios de eloquência, quem não julgará



ao miserável Pranto cego, atônito e fulminado? Tal é a fortuna, ou a natureza, destes dois contrários. Por isso nasce o Riso na boca, como eloquente, e o Pranto nos olhos, como mudo.

(...) A dor moderada solta as lágrimas,

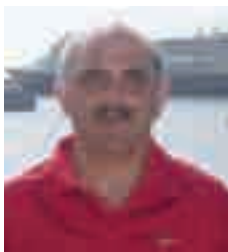
a grande as enxuga, as congela e as seca. Dor que pode sair pelos olhos, não é grande dor; por isso não chorava Demócrito; e como era pequena demonstração da sua dor não só chorar com lágrimas, mas ainda sem elas, para declarar-se com o sinal maior, sempre se ria. Nada digo que seja contrário aos princípios da verdadeira Filosofia e da experiência. A mesma causa, quando é moderada e quando é excessiva, produz efeitos contrários: a luz moderada faz ver, a excessiva faz cegar; a dor, que não é excessiva, rompe em vozes, a excessiva emudece. Desta sorte a tristeza, se é moderada, faz chorar; se é excessiva, pode fazer rir; no seu contrário temos o exemplo: a alegria excessiva faz chorar e não só destila as lágrimas dos corações delicados e brandos, mas ainda dos fortes e duros.

Padre António Vieira, in “Sermões”

O Castanheira existe há 37 anos, sempre ao serviço da nossa comunidade portuguesa

(514) 849-5554 O Castanheira **3907 Boul. St-Laurent** Montréal (esquina Napoléon)

Haja Saúde Coração!



Mario Carvalho

Hoje vos saúdo do fundo do meu coração, porque é ele que orienta a minha vida, é nele que reina o bem, alegria e tristeza, saúde física, mental, e paz espiritual. Gostaria que o meu coração fosse maior do que o meu corpo para poder dar um pouco dele a todos aqueles que necessitassem, mas infelizmente não é assim. Até o próprio sol não aquece no Inverno, como no Verão, quando para alguns o nosso coração é bom, para outros não presta, muitas vezes está alegre e outras vezes está triste.

Fevereiro é o mês do coração, é neste mês que se celebra o dia de São Valentim. O Dia dos Namorados, tratado em muitos países como Dia de São Valentim, é uma data comemorativa na qual se celebra a união amorosa entre casais. É comum a troca de cartões com mensagens românticas e presentes com simbolismo de mesmo intuito, tais como as tradicionais caixas de bombons em formato de coração. No Brasil, a data é comemorada no dia 12 de Junho, já em Portugal, a data é celebrada em seu dia mais tradicional, 14 de Fevereiro. No Canadá é também o mês da prevenção das doenças do coração. O que é bom para o coração é bom para o cérebro.

O coração faz circular aproximadamente 20% do sangue directamente ao cérebro que é o órgão mais complexo do corpo e um dos mais activos. O cérebro contém mais de 100 milhares de células nervosas. Elas necessitam oxigénio e elementos nutritivos essenciais ao transporte do sangue. O enfraquecimento do coração ou uma má irrigação e obstruirão os vasos sanguíneos do cérebro podem dificultar o acesso do sangue ao cérebro e despertar um certo número de infecções com efeitos destruidores e problemas neurológicos, como acidentes cardiovasculares (ACV) ou a doença de alzheimer.

Quantas vezes julgam o coração de uma outra pessoa simplesmente pela sua aparência ou acção cometida.

Do bom coração nasce amizade, amor, bondade, verdade, justiça, generosidade, alegria e paz. Do coração brota egoísmo, traição, maldade, mentira, injustiça e guerra.

Muitas vezes ouvimos dizer, é boa pessoa tem um bom coração. Não tem coração quem mata outro, nem quem despreza pai e mãe.

Dias antes do Natal, no interior de uma frutaria de um bairro daquela de Montreal, onde vivem famílias carenciadas, uma

mãe e uma filha de tenra idade, estavam juntas ao balcão. A criança pediu que a mãe comprasse uma embalagem de “Smarties”. A mãe disse à criança que não tinha dinheiro para comprar. Uma senhora que estava ao lado ouviu a conversa e o desejo da criança, comprou os “Smarties” e ofereceu-os. Quando os entregou, a criança respondeu “Tu és um anjo, isto é um milagre”. A mãe agradeceu dizendo “Tens um coração de ouro”. Não passou de um dólar e quinze, mas para aquela criança naquele momento tinha um valor imenso.

No dia do aniversário da minha filha mais nova que fazia 11 anos, cheguei a casa do trabalho, perguntei-lhe como havia passado o dia na escola, sobretudo que ela antes de ir para a escola de manhã estava ansiosa por festejar com os colegas. Respondeu-me “Nada bem, estou muito triste.” Mas porque

razão perguntei, “uma amiga minha tentou suicidar-se hoje na escola” por alguns segundos não queria crer naquilo que ouvia da boca da minha filha. Explicou-me “os pais dela estão separados e o namorado da mãe não gosta dela, faz-lhe a vida difícil, e a mãe apoia o namorado, por esta razão ela já não tem vontade de viver”. Pensei cá comigo, ao que agente havia de chegar, que coração de gelo tem esta mãe que despreza a filha do seu sangue pelo prazer da carne de um homem.

Não é o valor monetário, mas sim a grandeza do gesto e da fé que faz o tamanho do coração, não é a crueldade da dor física que leva ao desespero e ao suicídio,

mas sim a falta de amor, de quem nos deu a vida.

Quando o coração deixa de abastecer o cérebro de oxigénio, sofre-se dum ACV, se não se morre, fica-se com sequelas para sempre.

Uma mãe que troca o amor dos filhos por o de um homem, o seu espírito emocional sente falta, passa ao acto do suicídio. Se não mata, deixa marcas difíceis de curar para o resto da vida. Entre os 100 milhares células nervosas que compõem o cérebro, há uma que se chama Amor e outra bondade e generosidade, que não deixem faltar-lhes o oxigénio para elas não morrerem. No momento em que terminava de escrever este Haja saúde, ouvi esta notícia na televisão, um médico cardiologista no hospital de Saint-Jérôme matou os dois filhos, um menino de 5 anos e a menina de 3 anos, por razões passionais. O casal estava a separar-se, a mãe das crianças também era médica na emergência do mesmo hospital.

Que mais nos irá acontecer? Bate, bate coração, para que Haja Saúde física e emocional.



Mestre João Ribeira Quente Entre

Jorge Manuel Couto da Silva

Dedicado ao Sr. Mário Carvalho, sobrinho do Mestre João Ribeira Quente e director da Revista “O Açoriano” em Montreal, Quebeque.

Horta, Faial, Açores, dia 22 de Setembro de 1964, 2º ano – turma A – Liceu Nacional da Horta.

Baía de ricos recursos piscatórios que muitos atraiu mas que soube sempre manter o seu tradicionalismo de origem. Barcos modestos mas úteis que facilmente se adaptavam às condições e recursos existentes. As armações de redes do Henrique Peixoto e do João Bem Feito, onde o mestre João Ribeira Quente era o responsável operacional. Homem de estatura média, moreno, pele enrugada, afável e humilde, o seu boné e as suas calças a meia canela, uma mais acima do que a outra e o cigarro no canto da boca eram características que o distinguiam. As redes arrumavam-se na casa dos botes,



entre os montes (da guia e do queimado). Era nesta mesma casa que se arrumavam os botes baleeiros, que sempre que se ia deitar a rede de noite os homens ali descansavam até que chegasse a notícia de que havia peixe. Do alto, junto à fábrica da baleia velha, os vigias com os olhos experimentados procuravam notar perturbações na superfície do mar que indicassem presença de peixe. De noite a detecção fazia-se através do brilho prateado idêntico ao reflexo de um espelho exposto ao sol (peixe a brilhar). Quando era necessário secar a rede, começava-se a estender por detrás da casa dos botes, continuava-se para leste em direcção ao esgoto da fábrica da

baleia, passava-se pela casa dos fios que ficava mais perto da encosta do monte Queimado, virava-se a sul seguia-se o trilho que pateralizava com o bugalho junto ao esgoto da fábrica. A oeste deixava-se para trás as outras duas casas do fio e chegados à boca do forte, junto ao tufo Norte, de novo se virava a Oeste e acabava-se onde se tinha principiado. Era tão comprida (rede de arrasto) que circundava todo o espaço entre os montes. Depois de seca, era corrida de ponta a ponta, procuravam-se os buracos que uma vez encontrados eram remendados. Mestre João Ribeira Quente, sentado e de agulha na mão procedia à remenda, tarefa não executada por muitos, pois a mestria de remendar era conhecida de poucos.

“Hoje vão deitar a rede”. “Há que recolhe-la”. Palanca às costas, Baitinhas e Moscatel, pacientemente, iam dando passos seguros, mestre João procedia ao empalhamento da rede ia apanhando braçadas de rede e atirando para cima da palanca que, com o peso já considerável, obrigava-os a caminharem curvados e vacilantes, pois o piso arenoso não lhes facilitava a tarefa. A rede, devido à sua dimensão e peso, requeria duas palancas, pelo que o Manuel Linhares e o outro filho do mestre João, (Baitinhas também o era) e o Genica tiveram de pegar na outra palanca e acarretar o restante pano de rede.

Para além da rede e as cortiças, havia que contar com as chumbadas, e essas sim obrigavam a que os homens da palanca de pés descalços e curvados caminhassem com cuidado. A areia facilmente cedia, e se caíssem o trabalho seria dobrado. Chegados à embarcação, procedia-se à transferência da rede da palanca para a chata.

Iam deitar a rede. Dois remadores faziam companhia a mestre João Ribeira Quente.

Deixando o chicote do cabo (corda) em terra, remaram a sul. Na popa, mestre João ia largando cabo, aproximavam-se do cardume e enfrente ao tufo, deu-se ordem para remar de força. Rede ao mar, o cerco iniciava-se no sentido da terra para o monte, largando cortiças e chumbadas, mestre, já curvado e com braços a pesarem-lhe pelo cansaço e peso dos anos mal tinha alento para dar ordens.

Remando e arfando, os homens transpiravam, os pés espedados nas cavernas ou no banco da ré e o peixe a fugir pelo lado do monte. “Rema, rema rumo à praia!” “Rema com força!” As ordens vindas de uma garganta ressecada pelo ta-



PATISSERIE LA JEUNESSE
Prestígio e qualidade em padaria e pastelaria

Faça já a sua encomenda, visitando-nos
no 533 Gounod, em Montreal

Tel.: (514)272-0362

os Montes da Guia e do Queimado

baco e da boca que mal conseguia inspirar o ar necessário à oxigenação. Nessa altura já se comparavam ao moribundo, murmúrio dos que da morte se aproximam. Exausto alagado em suor, que lhe escorrendo pelo rosto, lhe molhava o pouco que ainda lhe restava do inseparável cigarro, tornando inútil qualquer tentativa de reanimação. Os remadores, sabedores dos procedimentos a seguir remaram para a praia, e ali junto à fábrica da baleia um deles saltou em terra levando consigo a ponta do cabo do lado do monte. Já refeito de exausto lançamento e cerco ao cardume, mestre João Ribeira Quente na companhia de um remador, ruma para junto do copo da rede de onde irá coordenar alagem. “Ala dos dois lados” o peixe brilha dentro da rede, e apercebendo-se que está prisioneiro, procura um buraco por onde fugir. Da terra gritam! “Está pegada no lado da terra!” “Param de puxar”. Na chata, com a ajuda dos remos e do puxar de mestre João no cabo das cortiças procura encontrar aonde esta pegada.

Conhecedor do fundo, como das palmas das suas mãos depressa encontra. Tratava-se da quilha do navio que há anos ali tinha encalhado. Safou-a, e de novo ordena “puxa dos dois lados”. A rede começa a ficar pesada, o copo já se encontrava cheio por cima das asas, algum peixe lograva escapar. As cortiças começavam a afundar-se, o esforço redobrava, todos eram poucos para conservarem a rede à superfície, muito peixe escapou, mas todo o que estava na rede era demais para as necessidades de mercado. Serras, bicudas, cavalas, “insxarés” e um ou outro salmonete, que faziam a delícia daqueles que o levassem.

O Felisberto e o Espada, aperceberam-se que o José Marujo os escolhia, querendo imita-lo, procuravam entre os peixes os desejáveis salmonetes, mas, desconhecedores, em vez de salmonetes apanhavam ‘peixe mato’ e, de imediato, se viram a contas com picadelas do serro (espinha) do dito que lhes inchou as mãos.

Encheu-se a chata a lancha e muito peixe foi abandonado na faixa que separa a maré-cheia da vazia. O sol começava a levantar-se por entre os montes. Nascia o dia, na praia as

galhadeiras (gaiivotas) esfomeadas saciavam-se num repasto que não raras vezes lhes era oferecido.

Nos sons guturais que emitiam, pareciam querer mostrar-se reconhecidas, mas ainda inseguras dos limites de seu espaço, deixavam cair os seus dejectos na cabeça dos que teimavam em não abandonar a praia.

Não conseguem devorar todo o pescado. A maré sobe, e aos poucos, as vagas, no seu vai e vem acariciam os cadavéricos peixes que as aves e os homens não conseguiram aniquilar, procurando assim arrasta-los para o oceano onde serão consumidos por outros predadores. A remos e à força de braços, a chata e a lancha navegam em direcção ao areal junto ao portão de Porto Pim, onde os vendilhões aguardavam. A venda foi fácil e sem preço, Mestre João Ribeira Quente diz “leva, procura vender e paga depois”.

Cidade abaixo de cestos às costas lá foram Laureano Preto, João, Manuel Gato, Pedro Melão, Genica, Minha Menina, Magerona e o Bolinhas Charuto, foram apregoando: “Oh peixe fresco, Oh peixe fresco!” À porta e à janela das casas começavam a aparecer os primeiros fregueses, que, ainda meio ensonados, perguntavam, qual era o preço, não satisfeitos com o pedido, muitas vezes regateavam numa tentativa de comprar barato, não queriam sair

de casa e ir compra-lo ao pescador, pois ai sempre se comprava mais em conta, mas para isso era necessário levantar cedo. O Augusto Magerona, vendilhão conhecido, ficou-se pela sua mesa junto ao portão do Porto Pim, onde, na companhia da sua mulher Laura Esfregulhona que se impunha pela sua estatura, mulher alta e forte, procedia à venda do que tinha comprado. Aqui o freguês tinha direito a saco. Quando o comprava directamente ao pescador, era enfiado em arame. O Josué comprou mais quantidade, podendo assim satisfazer as necessidades dos fregueses que o procuravam na sua banca do mercado municipal.

Foi publicado no jornal Telegrafo, numero 22427, em Maio de 1967, em memória do Mestre João Ribeira Quente, pelo dono das redes Senhor, Henrique Peixoto que me pedi a redacção.

Remendador de redes



	Maria Alice Macedo Correctora de seguros de prejuizo de particulares Conselheira em segurança financeira		
	Silva Langelier & Pereira Inc.	Tel.: 514 745.0425 Tel.: 514 282.9976	

São Valentim...



Debby Simões Martins, Dt.P., M.Sc.; Dietista-nutricionista

Neste Dia dos Namorados, temas de romance aliviam o ar espesso das cidades. Pela multidão, deambulam casais enamorados, absortos pela paixão mais uma vez renovada. Uma flor numa mão, chocolates na outra, e um sentimento feliz no coração... Faz bem ao coração...

E por acaso, chocolates fazem bem ao

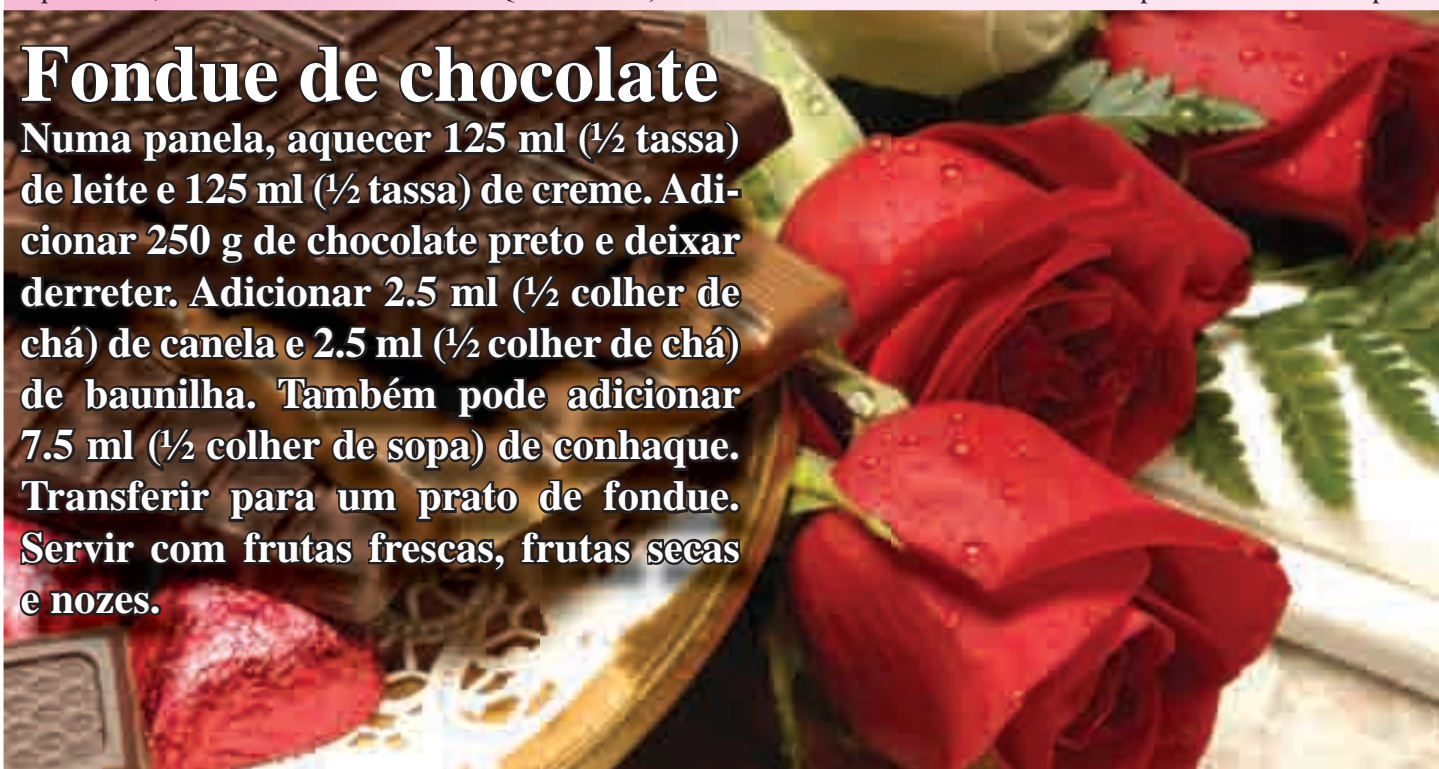
é rico em flavonoidos, uma substância principalmente reconhecida pelas suas propriedades antioxidantes, ou seja pela sua capacidade a prevenir a deterioração das células. Os flavonoidos diminuem os riscos de aterosclerose (espessamento e perda de elasticidade dos vasos sanguíneos) melhorando a elasticidade dos vasos sanguíneos, previnem a formação de trombos, e impedem a oxidação do mau colesterol. Quanto mais, os flavonoidos contidos

boa saúde pela sua implicação, entre muitos, muitos mais, na formação e na protecção dos ossos, no funcionamento do coração, na capacidade de resistir as infecções e, para a mulher grávida, no desenvolvimento normal do feto.

Lembre-se que as propriedades mencionadas aqui pertencem unicamente ao chocolate preto, seja aquele que contém um mínimo de 35% de cacau e um máximo de 5% de sólidos do leite. Escolha sempre os chocolates pretos

Fondue de chocolate

Numa panela, aquecer 125 ml (½ tassa) de leite e 125 ml (½ tassa) de creme. Adicionar 250 g de chocolate preto e deixar derreter. Adicionar 2.5 ml (½ colher de chá) de canela e 2.5 ml (½ colher de chá) de baunilha. Também pode adicionar 7.5 ml (½ colher de sopa) de conhaque. Transferir para um prato de fondue. Servir com frutas frescas, frutas secas e nozes.



coração! Seja para festejar o Dia de São Valentim ou para esquecer um desgosto, um chocalatinho – ou dois – nos ajuda sempre a ser um pouco mais feliz... Além de nos dar prazer pela sua doçura, o razoamento é científico! Quando comemos chocolate, o nosso corpo secreta endorfinas, uma substância usada pelo sistema nervoso e cujas principais funções são, entre outras, de melhorar o humor, de melhorar a disposição física e mental e de aliviar as dores.

Mas não é só! Além de fazer bem ao coração, o chocolate faz bem a saúde do coração. De facto, o chocolate preto

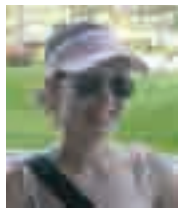
no chocolate preto ajudam a diminuir o mau colesterol e a aumentar o bom colesterol no sangue. Também ajudam a diminuir a pressão arterial. Por consequente, os flavonoidos – e o chocolate preto – contribuem a diminuir os riscos de doenças cardiovasculares.

Enquanto o chocolate preto obteve a ma reputação de ser mau para a saúde, na realidade, também é um alimento rico em nutrientes. De facto, o chocolate preto é rico em fósforo, em magnésio, em ferro, em zinco, em manganês e em cobre. Também contem potássio, selénio, vitamina B2 e vitamina B3. Juntos, estes nutrientes asseguram uma

com mais de 70% de cacau por terem menos açúcares adicionados. Escolha menos os chocolates de leite e o chocolate branco. O leite contido no chocolate de leite impede a acção antioxidante dos flavonoidos. O chocolate branco é feito com manteiga de cacau, leite e açúcar, mas não contém cacau, a fonte de flavonoidos no chocolate preto. Estes tipos de chocolate também contêm muito açúcar.

Mas tome cuidado! Embora seja agradável e rico em nutrientes, o chocolate preto continua a ser um alimento a consumir com moderação por ser muito calórico!

Manger moins de viande



Nancy Martins

La production animale a plusieurs impacts environnementaux, dont la pollution de l'eau et de l'air, la dégradation des sols et la déforestation. Elle affecte aussi la disponibilité des stocks mondiaux de grains, un problème particulièrement important à l'heure où une crise alimentaire secoue le monde. On estime que le tiers des surfaces cultivées sert à produire des grains destinés à l'alimentation des animaux. Cela réduit les stocks destinés à la consommation humaine, créant une rareté et augmentant le prix des céréales. Les animaux de boucherie consomment beaucoup de céréales. Pour chaque kilo de carcasse, un bœuf consomme entre 6 et 12 kg de grains. Le porc et le veau, entre 3 et 4 kg. La volaille, à peine 2 kg. Et les poissons omnivores, (qui se nourrissent de substances variées, d'origines animales ou végétales) entre 1 et 2 kg. On comprend donc que consommer de la volaille est un meilleur choix d'un point de vue environnemental que le bœuf. De plus, les ruminants comme le bœuf secrètent des bactéries qui, au moment de la digestion, produisent du méthane, un gaz à effet de serre 20 fois plus puissant que le CO₂. Une vache adulte produit environ 600 litres de méthane pur tous les jours, ce qui peut se comparer à l'utilisation d'une petite voiture sur 40 kilomètres. Au niveau mondial, l'agriculture produit entre 17 % et 32 % de tous les gaz à effet de serre et une grande partie est directement ou indirectement reliée à la production de bétail.

Pour toutes ces raisons, les groupes environnementalistes encouragent la population à diminuer sa consommation de viande. Un effort qui en vaut la peine, car si la population canadienne diminuait de moitié sa consommation de viande, on pourrait atteindre les objectifs du protocole de Kyoto.



Trucs pour manger moins de viande

- La première chose que l'on peut faire est de diminuer la taille de nos portions. Un truc infailible : servez-vous une portion de la taille de la paume de votre main. C'est une excellente mesure car elle vous assure d'avoir des protéines en quantité suffisante par rapport à votre taille.

- Les protéines ne devraient pas occuper plus du tiers de votre assiette. La plus grande partie, soit la moitié, devrait être occupée par des légumes ou des fruits. Le quart restant devrait être occupé par des grains.

- Deux ou trois fois par semaine, remplacez la viande par un produit de la mer, comme les poissons et les fruits de mer.

- Remplacer les protéines animales par des protéines végétales, comme les légumineuses, les noix ou le tofu.

Coma menos carne

A produção animal tem vários impactos sobre o ambiente, incluindo a poluição da água e do ar, a degradação dos solos e desflorestamento. Afeta também a disponibilidade de grãos, um problema particularmente importante enquanto uma crise alimentar decorre no mundo. Estimam que o terço das superfícies cultivadas serve para produzir grãos destinados à alimentação dos animais, o que faz reduzir a quantidade destinada ao consumo humano, criando uma escassez e aumentando o preço dos cereais.



Os animais de talho consomem muitos cereais. Para cada quilo de carcaça, um boi consome entre 6 e 12 kg de grãos. O porco e o vitelo, entre 3 e 4 kg. As aves de capoeira, 2 kg. E os peixes omnívoros, entre 1 e 2 kg. Compreende-se que comer galinha é preferível ao boi de um ponto de vista ambiental. Além disso, os ruminantes como o boi segregam bactérias que durante a digestão produzem metano, um gás à efeito de estufa 20 vezes mais potente que o CO₂. Uma vaca adulta produz cerca de 600 litros de metano puro todos os dias, o que pode comparar-se à utilização de um pequeno automóvel sobre 40 quilómetros. A nível mundial, a agricultura produz entre 17% e 32% dos gases a efeito de estufa e uma grande parte é ligada à produção de gado.

Por isso, os grupos ecologistas incentivam a população a diminuir o seu consumo de carne. Um esforço que vale a pena, porque se a população canadiana diminuísse de metade o seu consumo de carne, iria atingir os objectivos do protocolo de Quioto.

Truques para comer menos carne

- A primeira coisa a fazer é diminuir as doses. Sirvam uma dose do tamanho da palma da sua mão. É uma excelente medida porque lhe dará proteínas em quantidade suficiente em relação à sua dimensão.

- As proteínas não deveriam ocupar mais do terço do seu prato. A metade do prato deveria estar ocupada por legumes ou frutos. O quarto restante deveria ser completado por grãos.

- Duas ou três vezes por semana, substitua a carne por um produto do mar, como o peixe e marisco.

- Substitua as proteínas animais por proteínas vegetais, como as leguminosas, as nozes ou o tofu.

Kelly no caminho da fama

Kelly Magalhães, com o nome artístico Kelly M, é uma jovem adolescente de apenas 15 anos que no passado dia 31 de Janeiro reuniu mais de 300 pessoas, entre elas muitos fãs e amigos, no salão de festas de Nossa Senhora de Fátima em Laval para fazer o lançamento do seu último trabalho discográfico "BAD". Todas as canções são em inglês, ao contrário dos seus anteriores trabalhos discográficos, "Estrela de Natal" editado em 2005 e "Sou Boneca", em 2006.



Depois da actuação de vários artistas, entre eles Alex Câmara, artista da nossa comunidade, e Paulo Filipe Fadista, artista de origem açoriana nascido em Toronto. Rraramente vi um jovem luso-canadiano cantar tão bem o fado.

Kelly M. entrou no palco vestida de preto e com um casaco de brilhantes, parecia uma estrela a brilhar no palco. Todo o recinto estava muito bem decorado, o DJ. Jef Gouveia uma vez mais contribuiu no sucesso com som, luzes e fumos recheados pela belíssima voz de Kelly M. "BAD" seria eu, se não tivesse dado um pulo à Laval para presenciar ainda que por pouco tempo, a entrada em palco desta jovem que já pisa o caminho da fama.



Agência de
Viagens
portuguesa

**AGENCE DE
VOYAGES ALGARVE**



681, JARRY ESTE, H2P 1W1



Temos ao vosso dispôr:

- Viagens para todo o mundo
- Especiais para as Caraibas
- Cruzeiros a partir de 799⁰⁰+tx
- Hotéis e pensões em Portugal a partir de 49⁰⁰ por noite

- Aluguer de carros a partir de 159⁰⁰ / semana
- Serviço de impostos
- Envio de contentores, barris e o nosso popular Cabaz de Natal

Uma força no comunidade - TEL.: 514 273.9638 OU 514 277.1934

Matança do Porco em Hochelaga

Mario Carvalho

A Associação do Divino Espírito Santo de Hochelaga realizou na sua sede no dia 31 de Janeiro passado a tradicional matança do porco à moda da Terceira.

A sala estava repleta e quando lá cheguei já haviam terminado de servir o jantar. A pista estava cheia de pessoas a dançarem ao som da música do DJ Fernando Vinagre e das canções da melódica voz de Duarte Froias.

Mas ir à festa da matança e não comer, não fica bem para as gentes da Terceira. Não quis ser mal agradecido, porque eles não merecem. Não me sentia bem comer sozinho na sala, quando todos já haviam terminado, instalaram-me na cozinha, na companhia das cozinheiras e de toda a sua equipa. Saboreei e delíciei-me em comer morcela à moda da Terceira, torresmos de vinha de alhos acompanhados de batata doce, inhame, regado por um copo de vinho, e apreciando os conhecimentos da tia Leontina, senhora de uma certa idade mas muito esperta e conhecedora desta arte da matança do porco.

Longe já lá vão os anos em que a matança do porco era tempo de festa na casa de um açoriano, durante todo o ano a dona de casa ocupava-se de engordar (alimentar) o porco. A casa do açoriano rural em outros tempos, geralmente tinha

um quintal, as casas eram muito pequenas mas o quintal quanto maior fosse, melhor era para poder instalar à sua volta tudo o que era necessário para servir a casa. Geralmente nas redondezas da casa, fosse ele homem do mar ou da terra, havia a cerca das galinhas e o curral para o porco, os mais afortunados até tinham dois currais. Quando um porco já estava gordo para matar, no outro curral ao lado já havia um marrão. Na generali-

dade o porco comia o resto da cozinha (lavagem), milho, farinha e agua, nesta época não haviam rações. O lavrador e o vendilhão de peixes tinham a casa para o burro ou o cavalo, o camponês tinha uma arribana para guardar o milho.

Mas esta festa da matança do porco, quase já desapareceu da tradição dos açorianos residentes nas ilhas. Ao contrário na diáspora, mantém-se viva. Muitas são as associações e restaurantes que preservam esta tradição, ano após ano reúnem muitos amigos para recordarem um dos momentos mais queridos da vida, lembranças da nossa infância que nem o tempo nem a fartura de agora apagam da nossa memória.

No decorrer do mês de Dezembro procedia-se à matança do porco. As mulheres em grupo reuniam-se para picar a salsa e a cebola, os homens sobre a manhã juntavam-se para proceder à matança do animal. O matador era o artista da festa, havia quem tinha preferências por escolher o matador, ia de casa em casa, era um verdadeiro artista, na hora de matar e de abrir o corpo do animal.



Depois do porco estar pendurado no meio da cozinha, media-se com a palma da mão a espessura do toucinho, a banha (gordura) era mais apreciada do que a carne. Depois de derretida, servia para guardar as morcelas, o chouriço e os torresmos de vinha de alhos dentro das caçarolas de barro, depois a banha servia para cozinhar.

A matança do porco era símbolo de alegria, fartura!

Alegria porque família que estivesse de luto não matava o porco na mesma altura.

Fartura porque era um alimento muito apreciado e que sem ele seria muito difícil sustentar a família no Inverno. Muitas famílias eram obrigadas a venderem o porco para pagar algumas dívidas (renda da terra, adubos). Antes passar fome do que vergonha de não pagar a quem se deve, assim dizia o povo. São estas as tradições que alimentam a alma de um Açoriano longe da sua terra.



Dra. Alzira Silva

“Obrigado comunidade açoriana”

Mario Carvalho

No passado domingo dia 25 de Janeiro, com um frio glacial onde a temperatura exterior rondava os 20 graus negativos, desloquei-me ao Salão Nobre do Centro Comunitário de Santa Cruz, para encontrar a Dra. Alzira Silva então Directora Regional das Comunidades Açorianas, cargo que desempenhou durante 12 anos.

Quando entrei no Salão Nobre deparei com uma sala fria e sem vida, parecia um consultório médico onde as pessoas esperam a sua vez. Neste caso ninguém arreda pé, o médi-

co ainda não chegou, mas também ninguém desespera, de qualquer maneira lá fora está muito mais frio. São muitos os amigos pessoais da Dra. Alzira que marcaram presença, dirigentes de várias associações em relevo de origem Açoriana e membros dos órgãos de informação social locais. O grupo Tuna d’Oiro que se encontrava instalado de pé no palco para actuar quando da chegada da comitiva, mas como estavam atrasados, foi mais longa a sua presença no palco do que a sua actuação. Nada fazia lembrar que aquele salão iria receber a Directora Regional das Comunidades Açorianas, não havia nenhuma decoração, nem a bandeira Portuguesa ou Açoriana, nem Divino Espírito Santo ou Santo Cristo, nem mesmo um ananás ou uma garrafa de licor de Maracujá.



As pessoas estavam sentadas ao longo da parede de lado e doutro da sala, algumas de pé logo à entrada sem saberem o que fazer, já que desfilar no meio da sala parecia intimidar. Ao centro, uma mesa com copos de vinho do Porto já prontos para serem servidos.

Tardiamente, chegou a comitiva, Dra. Alzira Silva, sua sucessora no cargo Dra. Rita Machado Dias acompanhadas pelo responsável da missão Santa Cruz, Sr. Padre José Maria Cardoso, e pelo Sr. Cônsul geral de Portugal em Montreal,





Doutor Carlos Oliveira. Não cheguei a compreender porque razão o presidente da Casa Dos Açores do Quebec, Sr. Damião Sousa, não fazia parte da comitiva. Mais perguntas do que respostas.

Penso que a comitiva também ficou sem saber o que fazer quando entraram naquela sala que parecia deserta com tantas pessoas que apenas respiravam.

Aproximaram-se da famosa mesa instalada no meio da sala, o coro Tuna D'Oiro amestrado por Filomena Amorim, iniciou a sua actuação e, aí sim, cheirava aos Açores. Primeiro cantaram uma serenata e concluíram com a canção que tanto adoro "Ilhas De Bruma".

"Ainda sinto os pés no terreiro
Que os meus avós bailavam o pézinho
É que nas veias corre-me basalto Negro
E na lembrança vulcões e terremotos

Por isso é que eu sou das ilhas de bruma
Onde as gaivotas vão beijar a terra

Se no falar trago a dolência das ondas
O olhar é a doçura das lagoas
É que trago a ternura das hortênsias
E no coração a ardência das caldeiras

Por isso é que eu sou das ilhas de bruma
Onde as gaivotas vão beijar a terra

Trago o roxo a saudade esta amargura
E só o vento me ecoa na lonjura
Mas trago o mar imenso no meu peito
E tanto verde a indicar-me a esperança

É que nas veias corre-me basalto negro
No coração a ardência das caldeiras
O mar imenso me enche a alma
E tenho verde, tanto verde a indicar-me a esperança

Finalmente as pessoas foram convidadas a aproximarem-se do palco. O padre José Maria desejou as boas vindas a todos, falou da Dra. Alzira Silva e da sua sucessora Dr. Rita

Machado Dias.

Em seguida, fez uso da palavra o Sr. Cônsul geral Carlos Oliveira, elogiou as qualidades humanas da homenageada.

Dra. Alzira Silva por sua vez falou das razões que a levaram a deixar a direcção Regional das Comunidades do Governo Autónomo dos Açores. Principalmente, os familiares e o cansaço de muito viajar. Falou com brilho nos olhos das amizades que estabeleceu aqui em Montreal, desde a primeira vez que visitou Montreal, há 12 anos passados para a inauguração da actual sede da Casa dos Açores do Quebec.

A sucessora no cargo, Dr. Rita Machado Dias, que já trabalha há 10 anos para a direcção Regional das Comunidades, foi muito breve na sua intervenção, e está, ao que parece, consciente do trabalho que tem pela frente.

O presidente da Casa dos Açores não fez uso da palavra, mas sempre conseguiu entregar uma lembrança da Casa dos Açores do Quebec.

Nos Açores, casa em que cabe um, cabe dois. A Casa dos Açores, 12 anos atrás, foi digna de receber pela primeira vez e com honra de inaugurar a sua tão estimada sede, a Dra. Alzira Silva. Desta vez, para dizer adeus à Dra. Alzira e para desejar bem-vinda à Dra. Rita, não foi preferida para nos sentirmos como na nossa terra.



Agradei a Dra. Alzira por tudo o que fez e que não fez pela nossa comunidade. À Dra. Rita, pedi-lhe que nos trate com pé de igualdade e não nos deixe cair no esquecimento da bruma. Fiz-lhe um outro pedido, que trouxesse até nós o Pedro Pauleta. Não gostei muito da resposta, mas desculpe. Disse-me: "Basta vocês o convidarem directamente". Respondi-lhe: "Obrigado pela resposta". Não sei se começou bem ou mal mas foi assim que começou com "O Açoriano".

Há coisas que não compreendo, é que nas veias corre-me basalto negro e na lembrança vulcões e terremotos, por isso é que eu sou das ilhas de bruma.

Pescadores da Ribeira Quente em dificuldades financeiras

A pedido de um grupo de pescadores da Ribeira Quente, o Presidente da Câmara Municipal da Povoação, Francisco Álvares, e o Presidente da Assembleia Municipal, José Manuel Bolieiro, visitaram no dia 12 de Fevereiro a freguesia para contactos directos com os pescadores, no Porto da Ribeira Quente.

A generalidade dos pescadores manifestou, como pretendia, desde o início, a sua grande preocupação com as enormes dificuldades económicas por que estão a passar com as suas famílias.

Neste período invernosos a “ida ao mar” foi muitas vezes impossível. Durante muito tempo os pescadores ficaram sem rendimento, resultante da sua actividade económica e profissional. A expectativa que tinham de receber apoio do Fundo Pesca, no valor correspondente ao salário mínimo nacional, frustrou-se. Receberam o montante de 270 euros, que consideram insuficientes e que não corresponde ao prometido. A mais disso, lamentam as recusas, sem justificação, de concessão de apoios para a aquisição e reparação de embarcações por parte de pescadores de Ribeira Quente.

É, assim, notória a situação de emergência social que se

vive na comunidade piscatória da Ribeira Quente.

Importa agir, recenseando, com urgência, as situações de maior dificuldade, para garantir com equidade os justos apoios financeiros. Há quem já afirme haver fome, sendo a sensação geral dos pescadores desta localidade as muitas dificuldades financeiras que levam ao recurso dos fiados nas mercearias locais.

Na visita realizada, o Presidente da JSD/Açores, que quis envolver-se com os problemas dos jovens pescadores, também se comprometeu a intervir. O Presidente da Assembleia Municipal da Povoação – José Manuel Bolieiro – é também Deputado na Assembleia Legislativa dos Açores, bem como Cláudio Almeida, presidente da JSD/A

Ambos se comprometeram a sensibilizar o Grupo Parlamentar do PSD, para iniciativas que incentivem o Governo Regional a estar atento à situação e a agir em apoio aos pescadores da Ribeira Quente e dos Açores em geral.

O Presidente da Câmara Municipal da Povoação e os Deputados consideram ser oportuno activar um plano de emergência social, ou pela via do Fundo Pesca ou outro meio apto para o efeito.



Acesso ao farol da ribeirinha com melhores condições de segurança

Desactivado após o Sismo de 1998, devido ao seu elevado grau de destruição, o Farol da Ribeirinha continua a ser um dos locais mais visitados pelos turistas. Foi com o intuito de garantir melhores condições de segurança àquele local que na passada semana teve início uma intervenção de remoção de entulhos. Esta acção foi concertada entre várias entidades, a saber a Câmara Municipal da Horta, a Secretaria Regional de Agricultura e Florestas, a Capitania do Porto da Horta, a Secretaria Regional da Ciência, Tecnologia e Equipamentos e a Junta de Freguesia da Ribeirinha. Na passada sexta-feira foram removidos escombros que existiam à volta do corpo do Farol e que colocavam em perigo quem por ali circulava, bem como desmanteladas e removidas as infra-estruturas existentes na parte Norte e que não pertenciam à construção original do farol. Com esta intervenção, que incluiu, igualmente, a regularização do terreno envolvente, com a colocação de bagaço, é possível o acesso e manobragem de

viaturas. Numa próxima fase será colocada uma vedação em torno das ruínas do Farol, propriedade da Marinha Portuguesa, para delimitar o acesso de turistas e curiosos, para além da colocação de um placard de informação sobre a história daquela infra-estrutura, e que simultaneamente alerte para o perigo de desmoronamento caso se transponha o perímetro de segurança. A intervenção no Farol da Ribeirinha veio, por outro lado, conferir uma maior dignidade a um espaço que se encontrava dotado ao abandono desde o Sismo e que é também o marco de uma época e o símbolo de uma freguesia.

O Farol da Ribeirinha é uma construção inaugurada em 1919 e não apresentava ainda estrutura anti-sísmica. As paredes exteriores, com 50 cm de espessura e construídas em pedra aparelhada com argamassa de cal, tombaram para o exterior e a torre do farol sofreu fracturas e uma rotação de 15 a 20 cm no sentido directo.

Pedra de Dighton na Lagoa em Março



Roberto Medeiros
Vice-Presidente da Câmara da Lagoa

Durante a sua última visita aos EUA, o vice-presidente da Autarquia Lagoense, Roberto Medeiros, visitou a fábrica TPI em Warren, acompanhado pelo gerente da mesma, senhor Duarte Dasilva, para se inteirar de como está a decorrer a construção da réplica da Pedra de Dighton que será oferecida ao Município de Lagoa. A construção da Réplica está quase concluída, sendo que o seu envio para a Lagoa está previsto para Fevereiro ou Março deste ano.



A Pedra de Dighton é um bloco de rocha cuja superfície, na face voltada para cima, está recoberta de inscrições, muito erodidas, cuja origem tem alimentado uma polémica secular. Originalmente a pedra estava localizada dentro de água no estuário do rio Taunton, em Berkley, Massachusetts (em tempos parte da vila de Dighton, daí o nome da rocha). Para evitar os danos provocados pelo vandalismo, pela erosão das marés e pelos efeitos da variação térmica, em 1963, a rocha foi removida do rio e classificada como objecto protegido pelo Estado de Massachusetts. A partir da descoberta da inscrição da data “1511” feita em 1918 por Edmund Delabarre, foi por este realizada uma pesquisa dos eventuais visitantes europeus que pudessem ter estado na Nova Inglaterra por aquela época. Dessa investigação resultou a descoberta que por volta do ano de 1500 os irmãos Corte-Real, saídos da ilha Terceira, nos Açores, tinham desaparecido durante viagens de exploração no Atlântico noroeste.

A partir desse conhecimento, as inscrições foram reinterpretadas por Delabarre como dizendo: MIGUEL CORTEREAL v[oluntate] DEI hic DUX IND[iorum] 1511, que traduzido para português significaria: MIGUEL CORTE-REAL pela vontade de Deus chefe dos índios 1511. A interpretação apoia-se ainda na existência de formas que lembram cruzes de Cristo e o escudete português.

Pela sua interpretação e pela defesa que dela fez, o Pro-

fessor Edmund Delabarre foi celebrado pelo Estado Novo e pelo nacionalismo português como um verdadeiro herói, sendo condecorado em 1926. Uma cópia da Pedra de Dighton está patente no Museu da Marinha, em Lisboa.

Muito por influência de Manuel Luciano da Silva, um médico de origem portuguesa (natural de Vale de Cambra), e do



já falecido José Dâmaso Fragoso – Professor Universitário natural do Concelho de Lagoa, tem sido mantida uma vigorosa campanha visando o reconhecimento e a divulgação da teoria portuguesa da origem dos desenhos rupestres de Dighton.

Pela ligação da Pedra de Dighton aos descobrimentos Portugueses e ao Lagoense José Dâmaso Fragoso, a Câmara Municipal de Lagoa, através do seu vice-presidente Roberto Medeiros, diligenciou junto do Professor Manuel Luciano da Silva, presidente do Museu da Pedra de Dighton EUA, para que fosse oferecida uma réplica ao Concelho de Lagoa, situação que em breve será concretizada. Para ajudar a perceber o significado da Pedra de Dighton será instalado numa sala do futuro Museu do Presépio Açoriano um Centro Explicativo sobre a Pedra de Dighton, onde será dado ênfase ao significado deste monumento e à vida e obra do ilustre descendente da Lagoa, Professor José Dâmaso Fragoso.



Joseph Oliveira
 238-6996
Olyvia Palva
 707-8877
PERFORMANCE
 www.ollviapaiva.com



St-Leonard - Montreal

Duplex de estilo europeu destacado, muito bom estado com cave terminada, lareira e garagem dupla impecável



Chomedey Bergerac

Cottage de 2008, 3 quartos com foyer, ESTA IMPECAVEL



Vimont - Laval

Do hospital bungalow destacado com 2+1 quartos, cave acabada, lareira
259 000\$



Laval Saint-Vincent de Paul

Bungalow com 3+2 quartos, duas lareiras, janelas novas, cave acabada, espessa
259 000\$



St-Dominique - Montreal

A dois passos de Jerry, 2x3112 com cave e jardim



St Gerard - Montreal

1x6 112 + 2x4 112 Casa de banho renovada e Cave acabada
439 000



Marquette com Rosemont

4x4 - apartamento eléctrico, cave de 7pés, fachada 28x39, entrada de máquina de lavar e secar
549 000\$



Delorimier com Villeray

4x4 com comércio no rés-do-chão + cave de 7pés e garagem 593.000\$
 Comércio 2300pc



Beauharnois e Delorimier

Arrendar-se segundo andar, 1400 pc. Ideal para escritório de advogados, notários ou contabilistas. 8 quartos, cozinha, casa de banho, impecável



St-Urbain

2x2 - 14612 renovada, cave por alvenaria
579 000\$ IMPECAVEL

PARA MAIS INFORMAÇÕES PODEM NOS CONTACTAR
514.281.5501 ou 514.328.5717

Cotovelinhos com Legumes

Ingredientes para 4 pessoas

300 g de cotovelinhos; 1 cenoura; 150 g de ervilhas congeladas; 100 g de milho congelado; 2 ovos; 0,5 dl de azeite; 3 colheres de sopa de vinagre balsâmico; pimenta; sal

Preparação

Coza a massa em água a ferver temperada com sal. À parte coza a cenoura, pelada e cortada em cubinhos, com as ervilhas, em água temperada com sal. Quando as ervilhas estiverem quase cozidas, introduza o milho. À parte, coza os ovos em água temperada com sal. Escorra a massa e os legumes e misture-os no recipiente em que os vai servir. Descasque os ovos e separe as claras das gemas. Pique as claras e misture-as com a massa.



Esmague as gemas com um garfo e adicione-lhes o azeite e o vinagre. Tempere com sal e pimenta e deite o molho sobre a massa. Misture bem e sirva morna ou fria.

Tartes quentes com queijo brie

Ingredientes para 4 a 6 pessoas

Para a massa:

200 g de farinha; 30 g de açúcar; 100 g de margarina; ± 0,5 dl de vinagre de sidra

Para o recheio:

200 g de compota de morangos ou de frutos vermelhos; ½ limão; ± 200 g de queijo brie; pimenta de moinho; canela e açúcar em pó



preparação:

Ligue o forno e regule-o para os 180°C. Deite a farinha e o açúcar num robô, junte a margarina, bem fria, cortada em pedaços e ligue o robô na função intermitente até a massa ficar com o aspecto de areia grossa. Junte o vinagre de sidra e ligue o robô até os ingredientes estarem ligados. Molde a massa em bola e deixe repousar um pouco. Divida a massa e forre formas individuais para tartes. Pique o fundo com um garfo, cubra com folha de alumínio, por cima coloque outra forma ou grãos secos de feijão ou de grão. Leve ao forno durante cerca de 15 minutos. Dilua a compota como sumo do limão e distribua-a pelas caixas de massa. Corte o queijo em fatias finas e disponha-as sobre a compota. Perfume com pimenta moída na altura. Na altura de servir, leve as tartes ao forno, com o grelhador ligado, apenas o tempo necessário para o queijo derreter. Polvilhe com canela e açúcar em pó e sirva de imediato.

Nota importante: esta tarte deve ser servida enquanto quente para que o queijo mantenha uma textura cremosa.

Açorianos na Casa Branca

David Simas é filho de um açoriano da ilha de São Miguel e de uma alentejana. Uma nomeação que levou o Presidente do Governo Regional, Carlos César, a felicitar David Simas pela sua nomeação para assessor de Barack Obama. Numa mensagem que Carlos César enviou a David Simas, considerou “*uma honra para os Açores e para as nossas comunidades nos EUA, ver um luso-descendente em tão importante posição e responsabilidade na Casa Branca*”. O presidente do Governo desejou, ainda, os maiores sucessos, para David Simas e para toda a administração do presidente Barack Obama. Carlos César evidenciou, ainda, que “*o Governo dos Açores tem toda a disponibilidade*” e desejo “*de trabalhar conjuntamente com a administração americana, partilhando a esperança num mundo melhor*”.

“*Ele nasceu nos EUA em 1970 mas conhece muito bem Portugal, onde já foi três vezes. Gosta muito do país e de tudo o que é português*”, garantiu o pai, António Simas, ao Portugal Diário. O progenitor, açoriano da freguesia de Faial da Terra que chegou aos EUA em 1968, juntamente com a esposa, revela os gostos mais ou menos portugueses de David Simas. “*Ele é um grande fã da Amália, gosta muito de fado. De futebol é que não gosta, chegou mesmo a dizer que eles parecem parvinhos atrás de uma bola*”, brincou. Uma já longa carreira política para o agora assessor de Obama só mesmo o americano: David foi atleta e também jogou basebol, para além de ter praticado natação. Mas a verdadeira paixão sempre foi a política. No entanto, “*colegas com tendências racistas*” dentro desse partido fizeram com que David se tornasse Democrata: “*É engraçado que tenha sido por motivos raciais que ele tenha mudado de opinião política aos 15 anos e agora trabalhe com o primeiro presidente negro dos EUA*”.

“*O David é muito responsável e sempre esteve e está preocupado com o bem-estar da comunidade*”.

Faial da Terra



Bermuda



A descoberta das Bermudas é atribuída a um navegador espanhol, Juan de Bermúdez, decorria o ano de 1503.

Em 1684, as ilhas tornaram-se uma colónia da Coroa Inglesa. Pouco depois, depois da importação de escravos negros, trabalhadores portugueses, vindos da Ilha da Madeira e dos Açores, chegavam a esta região.

Bermudas tornou-se autónoma em 1968 e em 1995 rejeitou um referendo que a tornaria independente do Reino Unido.

De acordo com os censos de 2003, as Bermudas têm 64.482 habitantes.

A emigração para a Bermuda data de 1849, uma preferência de muitos açorianos, especialmente “micalenses” (açorianos oriundos da Ilha de S. Miguel). Estabeleceram-se em Hamilton, capital da Bermuda, trabalhando em áreas como o turismo, restaurantes, obras e jardinagem.

A comunidade açoriana nas Bermudas também promove actividades associativas, os “media”, assim como, mantêm a sua identidade cultural açoriana.



Club de Vasco da Gama

O Club de Vasco da Gama, a mais importante organização comunitária dos portugueses residentes nas Bermudas gere a escola Portuguesa “Mount Saint Agnes Academy”, com cerca de 70 jovens.

Comunidade Açoriana

A comunidade açoriana na Bermuda é uma das mais importantes do arquipélago, pois representa (com descendentes) cerca de 25 por cento da população total. Cerca de 90% são oriundos dos Açores.

Hamilton

A Capital da Bermuda é a cidade de Hamilton



Quem são eles?

Marché
Sã
Et Fils Inc.

MERCEARIA PORTUGUESA Desde 1975
Especiais em vigor até 14 de Março de 2009

Queijo Portneuf
6.99
lb

Ribsteak
4.99
lb

Fiambre cozido
1.99
lb

Polvo de Portugal Nigel
4.99
lb

Atum "Atlantic"
.65
99g

Quartos de galinha
1.15
lb

Azeite Victor-Guedes
4.99
250ml
Mais 4 por criança

Fleecy 3L
3.99
+tax

Margarina Planta
1.99
500g

Plantã

TEL.: (514) 842-3373
4701 RUA ST-URBAIN, MONTREAL, QC.