

BOLETIM INFORMATIVO DA ADEPAC - SÃO MIGUEL DE ACHA

EDITORIAL

RELEMBRAR OS 80 ANOS DO FIM DA SEGUNDA GUERRA MUNDIAL



Nunca é demais trazer à memória factos históricos que marcaram o mundo. Trata-se, pois, de lembrar os 80 anos do fim da Segunda Guerra Mundial, na qual as memórias e os valores humanistas não foram mais considerados. Como se costuma dizer “A história repete-se”; olhemos com preocupação as diferentes situações das guerras que ocorrem, quer na Europa, quer em África, quer no Médio Oriente. São momentos que merecem reflexão e compaixão para com todos.

Recordando o grande diplomata português, Aristides de Sousa Mendes, (1885 – 1954), cônsul de Portugal em Bordéus durante a Segunda Guerra Mundial, que teve lugar entre 1939 e 1945 e que deixou uma Europa devastada, o mundo horrorizado com a abertura de campos de concentração e deu lugar ao nascimento de duas superpotências os EUA, capitalista, e outra, a União Soviética, comunista. Lembremos Aristides de Sousa Mendes, que ficou mundialmente conhecido pela coragem e compaixão demonstrada durante a Segunda Guerra Mundial ao emitir vistos para entrada em Portugal a milhares de judeus e outras pessoas perseguidas pelo regime nazi, mesmo em desobediência ao Governo Português, salvando-lhes assim a vida.

Com esta referência destacamos a importância de preservar a memória de atos de altruísmo e coragem, enfatizando a relevância dos valores humanista na construção de um mundo mais solidário, em que Aristides de Sousa Mendes é um exemplo. Posteriormente, foi destituído de funções, não tendo permissão para o exercício da advocacia, tendo vindo a morrer na miséria.

Hoje tem em sua honra, em Cabanas de Viriato, concelho de Carregal do Sal, um museu na casa onde viveu, e foi reconhecido em 1966 como “Justo entre as Nações” pelo Yad Vashem, o Memorial do Holocausto em Jerusalém.

TRADIÇÕES – A QUARESMA EM S. MIGUEL DE ACHA



O Período Quaresmal seguindo os passos do livro: *O Cancioneiro da Música Tradicional de São Miguel de Acha e as Tradições Quaresmais*.

Trata-se de um trecho do livro, escrito por dois conterrâneos, José Ramos Alexandre e Joaquim Gonçalves, que explora as tradições musicais e religiosas ligadas à Quaresma vividas em São Miguel de Acha, destacando a sua importância cultural e espiritual. Aborda práticas centenárias que integram cânticos monódicos, procissões e rituais comunitários, preservados até os dias de hoje. A abordagem ao tempo quaresmal tem como pontos principais:

1. Contexto Histórico e Cultural

A Quaresma, período de preparação para a Páscoa, foi institucionalizada no século IV, com rituais assimilados de influências orientais e adaptados localmente. Em São Miguel de Acha, essas tradições refletem uma fusão entre liturgia católica, a devoção popular e elementos medievais, possivelmente influenciados por ordens religiosas como os Templários.

2. Práticas Religiosas e Musicais

A Encomendação das Almas é um cântico entoado exclusivamente por mulheres, vestidas de negro, cobrindo



-se com xailes grossos. Reúnem-se no topo da torre sineira da igreja, onde a projeção vocal permite à comunidade acompanhar esta oração de petição. A partir deste ponto elevado, cantam preces em tons solenes e melancólicos, entremeadas por Pai-Nossos e Ave-Marias pelas almas do purgatório e pelos vivos em pecado, com melodias livres e não medidas. Estas são descritas por Lopes-Graça como "impressionantes". O ritual finaliza com o toque dobrado dos sinos, que ecoa pela aldeia. Uma tradição que se cumpre nas Sextas-feiras da Quaresma.

Os Martírios são entoados na Quinta-feira Santa, após a Procissão do Encontro. Trata-se de cânticos que nararam os sofrimentos de Cristo, com versos heptassílabos e melismas (flutuações vocais) que evocam dor e misticismo. As Ladainhas são cantadas por homens nas Quintas-feiras da Quaresma, em procissão sem paradas. Têm uma estrutura litânica, similar à Ladainha dos Santos, com invocações a santos e resposta coletiva.

O Terço pelas Ruas (Procissão dos Homens) é um ritual exclusivamente masculino, percorrendo algumas ruas



da povoação nas Sextas-feiras da Quaresma. Combina a reza do terço com a Via Sacra, adaptada a oito "Passos" (estações). Os textos, de linguagem arcaica, são cantados em diálogo antifónico entre dois grupos, com melodias que remetem ao cântico gregoriano.

Procissões da Semana Santa

A Procissão do Encontro (Quinta-feira Santa) envolve o "Canto da Verónica",

entoado por uma mulher du rante o encontro simbólico entre Jesus e Maria. A melodia, monódica, mistura tonalidades maiores e menores, com influências modais. A Procissão do Enterro (Sexta-feira Santa) Inclui os "Heus", lamentações em latim ou português arcaico, cantadas em alternância entrecortado por intervalos silenciosos. A música, simples e plangente, remete a "planctos" medievais, acompanhada pelo som da matraca.

Características Musicais dos Cânticos: A Monódia e Liberdade Rítmica em muitos cânticos (como a Encomendação e os Martírios) são não medidos, com ritmo livre e melismas, desafiam a notação tradicional. As Influências Gregorianas nas Ladainhas e partes do Terço pelas Ruas, lembram a salmodia litúrgica, embora com escalas e cadências locais. Existe uma Fusão Cultural na adaptação de textos bíblicos e litúrgicos a contextos rurais, como as orações de petição pelas almas "sobre as águas do mar", existente numa região do litoral.

Características Musicais dos

Cânticos: A Monódia e Liberdade Rítmica em muitos cânticos (como a Encomendação e os Martírios) são não medidos, com ritmo livre e melismas, desafiam a notação tradicional. As Influências Gregorianas nas Ladainhas e partes do Terço pelas Ruas, lembram a salmodia litúrgica, embora com escalas e cadências locais. Existe uma Fusão Cultural na adaptação de textos bíblicos e litúrgicos a contextos rurais, como as orações de petição pelas almas "sobre as águas do mar", existente numa região do litoral.

Preservação e Significado

As tradições perduram graças ao empenho da comunidade, que se dedica a preservar práticas ancestrais, mesmo diante da escassez de participantes e do envelhecimento da população. Segundo Lopes-Graça, essas manifestações constituem um "jazigo folclórico", onde religiosidade, história local e identidade cultural se entrelaçam, possuindo um significativo valor etnomusicológico.

Em conclusão, diremos que *O Cancioneiro da Música Tradicional de São Miguel de Acha* não apenas documenta as melodias tradicionais, mas também revela como a fé e a cultura se entrelaçam em rituais coletivos, preservando uma herança única desta localidade, garantindo que a riqueza do patrimônio musical e espiritual da região seja transmitida para as futuras gerações. *Manuel Ruivo*



NOTÍCIAS DE SÃO MIGUEL

ASSEMBLEIA GERAL DA ADEPAC EM 08/03/2025

CONVOCATÓRIA

Nos termos da alínea a) do nº 3 do artº 9º do Regulamento Interno, convoca-se a reunião da Assembleia Geral da ASSOCIAÇÃO DE DEFESA DO PATRIMÓNIO CULTURAL DE SÃO MIGUEL DE ACHA – ADEPAC, em sessão ordinária, para o dia 8 de março de 2025, a realizar pelas 13:00h, no seu sede, sito no Largo de Santo António, em São Miguel de Acha, com a seguinte ordem de trabalhos:

1. Abertura, leitura e aprovação do Relatório de Atividades do Exercício de 2024;
2. Outros assuntos de interesse para a Associação.

São Miguel de Acha, 04/03/2025.
O Presidente da Mesa da Assembleia Geral
Luís Paulo Alexandre

1º CAPÍTULO DE 2025 DA CONFRARIA DO SOVENTRE

A Confraria do Soventre de São Miguel de Acha vai realizar em 1 de Março, nas suas sede na casa se Stº António, o seu 1º Capítulo do ano de 2025. Trata-se de um evento que já tem tradições na nossa terra e que reunirá este ano perto de 60 pessoas, com almoço e convívio que se prolonga até ao cair do dia. No dia seguinte terá lugar a Assembleia Geral no Auditório da Junta de Freguesia.

CICLO "4 CONCERTOS 4 ESTAÇÕES 2025"

Terá lugar no próximo dia 22 de março o Concerto da Primavera, na sede da ADEPAC, às 18h.

PRIMAVERA
Em Forma de Péra
David Rodrigues, bandolim
Tadeu Filipe, cravo
22 Mar | 18h00



Reservas e informações: msaggeral@gmail.com | (+351) 914404015

Organizações:

TEMPO DE QUARESMA

As manifestações religiosas do período da quaresma terão lugar a partir de 6 de março, pelas 20h30' com *As ladainhas de Todos os Santos* seguindo-se no dia 7 de março *O Terço Cantado pelas Ruas* também pelas 20h30' assim como a *Encomendação das almas*, pelas 22h00. O programa repete-se todas as

quintas e sextas feiras, até 10 e 11 de abril..

Apela-se à participação da população, em especial dos homens, pois só com a generosidade do povo vamos conseguir manter as tradições de um período tão significativo na religiosidade de popular.

"UM ATLAS PARA QUE O MUNDO NÃO SE FECHE"

No dia 2 de março de 2025, pelas 17h00 terá lugar, na sede da ADEPAC, em São Miguel de Acha, um encontro destinado à apresentação do projeto **"UM ATLAS COM CAMINHOS PARA QUE O MUNDO NÃO SE FECHE"**:

Trata-se de um projeto de Arte e Sociedade com direção artística de Madalena Folgado, com raízes em São Miguel de Acha, que investiga o ABERTO enquanto a queda para fora do tempo, pelas co-incidências da Vida, isto é, no desdobrar da (est)ÉTICA do cair juntos.

A cocriação do ATLAS apoia-se em três momentos de residência artística que culminam numa conversa-performance com um dos três músicos que integram a equipa multidisciplinar do projeto. Filipe Sousa é o músico convocado a dar corpo musical à primeira conversa-performance. A entrada é gratuita, aberta a todos os públicos e estarão presentes os artistas que desenvolvem o projeto Fábio Supérbi, Filipa Almeida, Filipe Sousa, João Ramos, Manu Romeiro, Nuno Veiga e Madalena Folgado. Neste que é um Território por excelência musical, serão abordados temas como a surdez — o ab-surdo e o surdo mundo —, dado a conhecer um tema musical publicado no Cancioneiro de Música Tradicional de São Miguel de Acha, reencontrado misteriosamente num filme dos anos 80 de um famoso cineasta alemão e serão ainda mapeadas no ATLAS constelações de objetos e histórias do quotidiano da população local, recolhidos junto da mesma nos dias precedentes pelos artistas residentes. Mobilize-se e traga os seus amigos para perceber o que é o projeto **"UM ATLAS COM CAMINHOS PARA QUE O MUNDO NÃO SE FECHE"** que conta com os seguintes apoios e parcerias: Ministério da Cultura da República Portuguesa / Direção-Geral das Artes; Município de Idanha-a-Nova / Centro Cultural Raiano; Junta de Freguesia de São Miguel de Acha; ADEPAC, Associação de Defesa do Património Cultural de São Miguel de Acha; Escola Superior de Artes Aplicadas (ESART) do Politécnico de Castelo Branco; Escola Superior de Artes e Design (ESAD) do Politécnico de Leiria; A Cia — O QUE DE QUE; Reconquista — Semanário Regionalista da Beira Baixa e ArteCapital, Magazine de Arte Contemporânea / Plataforma Revólver. (ver notícia em <https://adepac.pt>).

IDEIAS QUE CURAM



Procuramos a felicidade. Tudo o que fazemos na nossa vida são meios para atingir a felicidade e o bem-estar.

No entanto, a experiência da tristeza e de outras emoções negativas fazem parte desta procura. Ela é mais marcante em datas e momentos especiais em que tudo o que acontece merece uma maior valorização: as festas, as datas comemorativas, os dias de aniversário são acompanhados de tristeza, exactamente porque neles nos recordamos dos ausentes. (Reacções de aniversário)

Há momentos, como o Natal, tempo de amor e de paz, em que essas memórias são particularmente dolorosas, como as expectativas não concretizadas de uma reunião familiar, como foi o caso este ano, devido às guerras, à falta de saúde, à gripe e outros vírus, à solidão da velhice e tantas ausências que nos fazem sentir ainda mais a fragilidade do nosso bem-estar.

Para além dos comprimidos e xaropes prescritos para contrariar a maldita gripe, se houver vontade, que falta muito quando estamos doentes, podemos encontrar lenitivo na prática que ajuda a superar pensamentos, sentimentos e emoções negativas e desajustadas.

O filósofo William B. Irvine (referido por Marianna Pogosyan "5 Ancient Ideas That Can Help You Flourish Today", *Psychology Today*) recorda-nos algumas "ideias antigas" que podem ajudar o nosso bem-estar.

1. Visualização negativa de gratidão. Face ao sofrimento, por mais sombrio que possa parecer, podemos usar a "visualização negativa para despertar um profundo apreço pela vida", como faziam os filósofos estoicos.

Afinal, há tantas pessoas em situações piores do que as nossas que, só por isso, já vale a pena estarmos felizes.

2. Enquadramento para reduzir emoções negativas.

Como nas molduras das pinturas ou fotografias, "as molduras psicológicas que pomos à volta dos acontecimentos da vida podem influenciar as nossas reacções emocionais." Ou seja, o sofrimento devido a algo externo

não se deve "à coisa em si, mas à avaliação que fazemos dela; e isso podemos terminar a qualquer momento." Podemos experimentar diferentes molduras para vermos perspectivas diferentes, podemos até reagir com humor...

3. A meditação da "última vez".

Haverá sempre uma última vez para tudo o que fazemos. Pode ser apenas um momento de recordar como fomos felizes ou pensar que a felicidade está a acontecer agora e aproveitar o tempo para amarmos ainda mais quem merece o nosso amor. E, afinal, ainda podemos ir além do que estava previsto (última vez+1).

4. Conhecer tudo para cultivar o prazer.

Podemos tornar-nos conhecedores de arte, música, natureza, culinária... Porque ao sermos conhecedores do mundo em que vivemos, podemos aproveitar plenamente as nossas vidas e perceber que vivemos num "jardim prazeroso".

5. Meditação antes de dormir.

Na hora de dormir podemos avaliar os nossos comportamentos e atitudes durante o dia para termos mais autoconsciência: se fui gentil, fui curioso, fiquei chateado por algo insignificante, se fui capaz de manter a calma face aos contratemplos, ou se experimentei alegria e prazer.

Em resumo, perante as adversidades e contrariedades da vida, falhas de expectativas e mudanças de planos, temos várias prescrições de terapias, a nível da saúde e também a nível psico-social, que nos podem ajudar a remover essas pedras indesejadas do nosso caminho de bem-estar.

Carlos Teixeira

EM ACHA – EMPRESÁRIOS, NEGÓCIOS E EMPREENDEDORISMO

João Quintas: O Pai-deiro de S. Miguel de Acha

Em S. Miguel de Acha, uma localidade do concelho de Idanha-a-Nova, ergue-se uma das mais importantes indústrias de panificação, a Padaria Quintas & Quintas Lda, com fabrico e comercialização de produtos de panificação, pastelaria e afins; exploração de padaria, pastelaria, salão de

chá, charcutaria, bar, snack-bar, café e restaurante. A história de João Quintas, fundador desta empresa, é um exemplo de



dedicação, resiliência e inovação, que foi edificada de acordo com as suas ideias.

De aprendiz a empreendedor

João Quintas nasceu em Oledo, mas foi ainda em tenra idade que se mudou para S. Miguel de Acha. Com apenas doze anos, começou a trabalhar na padaria do 'ti' Manuel Russo, onde aprendeu os segredos do ofício. De seguida foi trabalhar



para uma padaria em Medelim. Posteriormente regressou a S. Miguel, onde deu continuidade ao seu percurso na panificação ao lado de João Russo, filho do seu primeiro patrão. O gosto pelo trabalho e a vontade de crescer profissionalmente foram os motores que o impulsionaram a dar um passo maior.

Aos 45 anos, João Quintas decidiu montar a sua própria padaria. O negócio, que começou com muito esforço e dedicação, rapidamente se destacou. O seu sonho de ter uma padaria moderna tornou-se realidade graças à aposta nos tradicionais fornos a lenha, em novas tecnologias como fornos elétricos e a *pellets*. A experiência acumulada e a visão estratégica permitiram-lhe superar as expectativas e consolidar-se no mercado.

Uma referência na região

Atualmente a indústria de panificação de João Quintas emprega 18 trabalhadores: 15 na unidade de produção em S. Miguel de Acha e 3 numa pastelaria em Castelo Branco. Existem sempre funcionários 24 horas por dia. A diversificação do negócio revelou-se uma decisão acertada, permitindo enfrentar os desafios impostos

pela diminuição da população na região. Hoje a sua empresa é a maior empregadora da aldeia e uma das mais relevantes do concelho, destacando-se pela qualidade dos seus produtos e pela sua capacidade de adaptação ao mercado. A notoriedade conquistada ultrapassa os limites da localidade, fazendo com que o nome de João



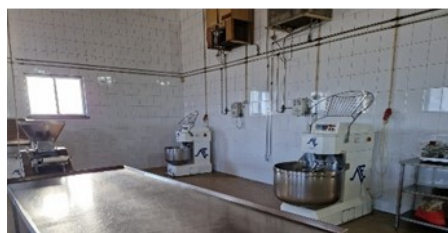
Quintas seja sinónimo de qualidade e tradição.

O segredo do sucesso

Para João Quintas, o segredo do sucesso está no trabalho, na dedicação e no apoio incondicional da família e dos amigos que foi conquistando ao longo da vida. Mesmo aos 70 anos, não pensa parar. A sua paixão pela panificação e pelo convívio com os clientes e colaboradores faz com que continue a dedicar-se ao seu ofício com a mesma energia de sempre.

A relação próxima e amigável que mantém com os seus empregados reflete-se na qualidade do ambiente de trabalho. A simpatia e o profissionalismo são características que fazem parte da sua identidade e que se estendem a todos os que têm o privilégio de trabalhar ao seu lado.

A história de João Quintas é uma inspiração para muitos. Através da sua visão empreendedora e do seu compromisso com a qualidade, conseguiu transformar um sonho em realidade e deixar uma marca indiscutível na panificação da região. O seu legado continuará a ser escrito com cada



pedaço de pão saído dos seus fornos, levando o sabor e a tradição de S. Miguel de Acha a muitos lares.

A indústria de panificação da Padaria Quintas e Quintas Lda. destaca-se no setor pelo seu compromisso com a qualidade e a inovação. No entanto, a empresa optou por não divulgar detalhes sobre a sua faturação. Com uma rede com cerca de 60 unidades de postos de abastecimento distribuídos dentro e fora da freguesia, a empresa abastece ainda diversos lares, centros de

dia e grandes superfícies comerciais, consolidando a sua presença no mercado local e regional.

A produção de pão assenta numa ampla variedade de produtos, incluindo mistura de trigo, centeio, mistura de trigo e alfarroba, sovado (chapada), pão de cinco sementes, pão de hambúrguer, baguetes, cacetes e pão saloio de massa mãe. Além disso, a empresa fabrica diversos doces tradicionais, com especial destaque para o panetone de origem italiana, complementando a oferta com pastelaria fina.

No que diz respeito à modernização da estrutura, a empresa planeia, a curto prazo, realizar melhorias significativas nas suas instalações. Entre as iniciativas previstas, destacam-se a instalação de painéis solares e a aquisição de novos equipamentos que permitirão otimizar a qualidade da produção e do produto final.

Relativamente ao futuro, a empresa manifesta algumas reservas quanto às políticas de apoio da autarquia aos empresários das freguesias do concelho. Considera que, enquanto na sede do município, Idanha-a-Nova, há apoios aos investimentos mais consistentes, as freguesias circundantes enfrentam maiores desafios.

Ainda assim, acredita que é possível superar as dificuldades através da aposta em novos projetos industriais e comerciais que incentivem a fixação da população. Para tal, sublinha a importância de um apoio autárquico mais abrangente, que beneficie não apenas a vila de Idanha, mas também as pequenas indústrias tradicionais e o comércio local instalado nas aldeias do concelho. Além disso, considera essencial que as iniciativas no setor biológico e outras áreas não se limitem a conceitos que, na prática, pouco impacto têm na revitalização económica das freguesias.

No final da nossa conversa, pedimos ao responsável da empresa que partilhasse uma história pessoal que o tivesse marcado. Contou-nos que recentemente percorreu o Caminho de Santiago com um grupo de amigos. Inicialmente, a motivação não era a espiritualidade, mas sim o convívio. No entanto, à medida que se aproximava de Santiago, a experiência foi ganhando uma intensidade inesperada e difícil de explicar. A ansiedade da chegada trouxe consigo novas sensações, despertando um sentimento profundo de interioridade. No final, ao entrar na Catedral de Santiago, sentiu-se invadido por uma paz indescritível e, num momento espontâneo, rezou, sentindo-se acolhido pelo espaço sagrado.

A história reflete não apenas uma vivência pessoal marcante, mas também uma ana-

logia com os desafios enfrentados no setor empresarial: o percurso pode ser árduo e repleto de incertezas, mas a chegada a um objetivo traz consigo um sentimento de realização e renovação.

Reportagem 'CulturAche'

CADERNOS CULTURACHE

Avisam-se todos os associados de que os cadernos *CulturAche* passarão a ser editados apenas na internet. Já está disponível no site da ADEPAC o Caderno Nº 9 (<https://adepac.pt>).

GRUPO DE CANTARES

O Grupo de Cantares de São Miguel de Acha no âmbito do Programa "Idanha a 1000" atuou no dia 15 de fevereiro, pelas 16h00 no Festival da Caça e da Gastronomia que teve lugar nas Termas de Monfortinho. O GRUPO foi muito bem recebido e encantou os presentes com as suas modas e tradições. Bem-hajam.

Próximas atuações

1 de março – Festival do Azeite e Fumeiro, em Proença-a-Velha, pelas 16h00.

28 de abril - despedida à Sr^a. Santa Catarina de Alexandria-S. Miguel de Acha.

6 de maio – romaria de Nossa Senhora de Mércules-Castelo Branco

ÓBITOS

05/02 – JOÃO ALBERTO ROLO

"Pisco", 87 anos;

24/02 – JOSÉ PIRES MILHEIRO DOS SANTOS "Zé Realista", 77 anos

As famílias enlutadas apresentamos sentidas condolências



Diretora: Sofia Gonçalves.

Colaboradores nesta edição: Carlos Teixeira; Madalena Folgado; Manuel Alberto Ruivo; Sofia Gonçalves

Paginação: José Ramos Alexandre

Propriedade: Associação de Defesa do Património Cultural de S. Miguel de Acha-ADEPAC

Largo de Sto. António, s/n
6060-511, S. Miguel de Acha.
Associada da INATEL com o n.º 562

Contactos: 924 045 130

adepac@sapo.pt <https://adepac.pt>



(distribuição gratuita aos associados)