



Boletim informativo
Associação de Solidariedade Social dos Professores



SETÚBAL

Março/Abril 2012 176



DELEGAÇÕES

AÇORES

Praça da Autonomia Constitucional, n.º 7
Paim, 9500-787 Ponta Delgada
Tel./ Fax 296 286 034 • d.acores@assp.org

ALGARVE

Urbanização Horta do Ferragial, Lote 8 r/c Dt.º • 8000-544 Faro
Tel./ Fax 289 824 822 • d.algarve@assp.org
Casa do Professor Tel. 289 723 744

AVEIRO

Rua Nova, Bloco D, Santiago-Glória • 3810-370 Aveiro
Tel. 234 373 230 • Fax 234 348 446 • Telm. 96 376 74 25
d.aveiro@assp.org

BEJA

Apartado 153 • 7801-902 Beja
Telm. 96 917 25 37 • d.beja@assp.org

COIMBRA

Travessa dos Combatentes da Grande Guerra, n.º 3
3030-181 Coimbra
Tel./ Fax 239 483 952 • d.coimbra@assp.org

ÉVORA

Travessa da Milheira, n.º 13 • 7000-545 Évora
Tel. 266 709 477 • Telm. 96 780 42 46 • d.evora@assp.pt

GUIMARÃES

Rua Alto da Bandeira, n.º 23 • 4835-014 Creixomil
Tel./ Fax 253 512 369 • Telm. 96 753 27 87
d.guimaraes@assp.org

LEIRIA

Avenida Combatentes Grande Guerra, n.º 65, 1.º Esq.º
2400-123 Leiria
Tel./Fax 244 813 492 • Telm. 96 626 00 77 • d.leiria@assp.org

LISBOA

Rua D. Dinis, n.º 4, • 1250-077 Lisboa
Tel. 21 370 03 30 • Fax 21 370 03 38
d.lisboa@assp.org • www.assp.org/lisboa

Casa de Carcavelos

Rua Pedro Álvares Cabral, 150
2755-615 Carcavelos
Tel. 21 458 44 00 • Fax 21 458 91 20
casaprofessoresemcarcavelos@gmail.com

MADEIRA

Rampa do Forte, n.º 2 - Santa Maria Maior • 9060-122 Funchal
Tel. 291 229 963 • Fax 291 282 546 • d.madeira@assp.org

PORTALEGRE

Rua Capitão José Cândido Martinó, n.º 1
7300-295 Portalegre
Tel./Fax 245 331 612 • d.portalegre@assp.org

PORTO

Estrada Interior da Circunvalação, n.º 3201 • 4300-111 Porto
Tel. 22 510 62 70 • Fax 22 510 46 29 • d.porto@assp.org

NÚCLEO DE V. NOVA DE GAIA

Rua Paula Vicente, n.º 30 • 4400-243 Vila Nova de Gaia

SANTARÉM

Rua Luíz Montez Matoso, n.º 38 • 2005-145 Santarém
Tel./Fax 243 322 212 • d.santarem@assp.org

SETÚBAL

Avenida António Sérgio, n.º 1 • 2910-404 Setúbal
Tel. 265 719 850 • Fax 265 719 851 • d.setubal@assp.org

VISEU

Rua 21 de Agosto, Edifício Viriato, BL 5A - 1.º A
3510-120 Viseu • Tel. 232 182 629 • d.viseu@assp.org

SEDE E SERVIÇOS ADMINISTRATIVOS

Largo do Monte n.º 1 • 1170-253 Lisboa
Tel. 218 155 466 / 218 888 428 • Fax 218 126 840
www.assp.pt • info@assp.org
Seg. a Sex. 9.00 - 13.00 h / 14.00 - 17.30 h

Residências

AVEIRO	Casa do Professor Rua Nova, Bloco D, Santiago 3810-370 Aveiro	Tel. 234 373 230
PORTO	Casa de São Roque Estrada Interior da Circunvalação 3201 4300-111 Porto	Tel. 225 106 270 Fax 225 104 629
SETÚBAL	Casa dos Professores Av. António Sérgio n.º 1 2910-404 Setúbal	Tel. 265 719 850 Fax 265 719 851
PROTOCOLOS:	Coimbra - Casa dos Juízes Lisboa - Casa dos Leões	Guimarães - Camélia Hotel & Homes (Residências Sénior)

Quartos para residentes temporários

Coimbra 1 ■ Guimarães 3 ■ Lisboa 12
Madeira 3 ■ Portalegre 2 ■ Santarém 2

Os interessados devem contactar as diferentes Delegações para obter informações.

Quotização 2012

Quotas de professores e cônjuges

Jóia 15,00 €	1.º escalão (até 29 anos)	6,25 €	N.B. Valores mensais cobrados semestralmente em Março e Outubro através da Caixa Geral de Depósitos. O associado mantém-se sempre no escalão em que se inscreveu.
	2.º escalão (30 a 39 anos)	6,50 €	
	3.º escalão (40 a 49 anos)	6,75 €	
	4.º escalão (50 e mais anos)	7,00 €	
	Pais e irmãos em coabitação	8,00 €	

Seguro de Saúde 2012

Módulo I ■ Internamento hospitalar 158.00 €
■ Parto, cesariana e internamento de gravidez

Módulo II ■ Internamento hospitalar 402.00 €
■ Parto, cesariana e internamento de gravidez
■ Ambulatório

No Seguro de Saúde (módulos I e II) a idade limite de adesão são os 64 anos, terminando o seguro no final do ano em que o associado perfaz 70 anos. O cartão Activcare não tem limites de idade.

Cartão ■ Valor do cartão 30.00 €
Activcare Geral ■ Internamento hospitalar (máximo 40 dias, 25.00 €/dia)
■ Ambulatório - acesso à rede
■ Estomatologia - acesso à rede

Ficha Técnica

DIRECTORA: Maria Etelvina Castro Guimarães
DIRECÇÃO, REDACÇÃO E ADMINISTRAÇÃO: Largo do Monte n.º 1 • 1170-253 Lisboa,
Tel. 218 155 466 • Fax 218 126 840 • info@assp.org • www.assp.pt
PRÓPRIEDADE: Associação de Solidariedade Social dos Professores
DESIGN GRÁFICO E PAGINAÇÃO: Pedro Reis Gomes
IMPRESSÃO: ESCALA 3 - Publicidade e Artes Gráficas, Lda.
PUBLICAÇÃO BIMESTRAL DE DISTRIBUIÇÃO GRATUITA AOS SÓCIOS:
Número Avulso0,40 € Inscrição na DGCS 111841 / 86
Assinatura anual2,49 € Depósito Legal 36086 / 90
Tiragem (n.º exemplares)11.500

31.º ANIVERSÁRIO DA ASSP

A comemoração do 31º aniversário da ASSP irá decorrer em 26 e 27 de Maio, em Leiria, sendo organizada por esta nossa Delegação.

Consulte o programa neste BI, contacte a sua Delegação e inscreva-se.

Contamos com a sua presença! Serão dois dias de bom convívio e alegria.

Encontramo-nos lá!...

CONVOCATÓRIA (AOS ASSOCIADOS)

Para cumprimento do disposto na alínea c do n.º 1 do artº 51º dos Estatutos da ASSP, convocam-se as Reuniões das Assembleias de Associados para definição das linhas de orientação a seguir pelos Delegados na Assembleia Nacional de Delegados marcada para 31 de Março de 2012, em Aveiro.

Se à hora marcada não estiverem presentes mais de metade dos associados da Delegação, fica a mesma marcada para meia hora depois, no mesmo local.

DELEGAÇÃO	DATA	HORA	LOCAL	DELEGAÇÃO	DATA	HORA	LOCAL
Açores	26/03	15.00	Sede	Lisboa	20/03	15.00	Sede
Algarve	20/03	15.00	Sede	Madeira	19/03	18.00	Sede
Aveiro	27/03	17.30	Sede	Portalegre	28/03	17.30	Sede
Beja	21/03	16.00	Sede	Porto	27/03	17.00	Sede
Coimbra	26/03	10.00	Sede	Santarém	20/03	15.00	Sede
Évora	22/03	16.30	Sede	Setúbal	21/03	17.00	Sede
Guimarães	22/03	15.00	Sede	Viseu	28/03	17.30	Sede
Leiria	21/03	16.00	Sede				

Os Presidentes das Delegações

CONVOCATÓRIA (AOS DELEGADOS)

Nos termos Estatutários, convocam-se os Delegados para uma Reunião Ordinária da Assembleia Nacional de Delegados, a realizar no dia 31 de Março de 2012, pelas 10.00 horas, em Aveiro, com a seguinte Ordem de Trabalhos

- 1-Informações
- 2-Grupos de Trabalho constituídos em Conselho Nacional
- 3-Apreciação e votação do Relatório de Gestão e Contas da ASSP do ano de 2011

Se à hora marcada não estiverem presentes ou representados mais de metade dos Delegados, fica a mesma marcada para meia hora depois, no mesmo local, com qualquer número de presentes.

O Presidente da Mesa da Assembleia Nacional de Delegados

A ASSP ERROU...

Na última edição deste Boletim cometemos um desagradável lapso que lamentamos. Informámos que havia falecido a associada 8621, **Ida Maria Cunha Bettencourt Silva**, do Funchal, quando na verdade quem faleceu foi o seu esposo, **Horácio José Correia Silva**, associado 8622. À professora Ida Silva o nosso pedido de desculpas e sentidos pêsames.

SERVIÇOS ADMINISTRATIVOS

IRS 2011 – CONSIGNAÇÃO DE IMPOSTO

Nestes meses de Março a Maio há mais uma forma de ajudar a ASSP, sem custos para si.

Quando preencher o IRS, no quadro 9 do anexo H do IRS, coloque uma cruz em IPSS e o número de contribuinte da ASSP (501406336) nos locais respectivos. O Estado entregará depois à ASSP 0.5% do imposto cobrado a cada contribuinte que o fizer.

Espalhe a palavra, agradecemos a boa vontade de todos.

IRS 2011 - DONATIVOS

Enviámos, aos associados, as declarações de donativos entregues à ASSP durante o ano de 2011. Os valores em questão deverão ser inscritos no quadro 7 do anexo H da Declaração do IRS (Benefício 720), sem qualquer majoração, uma vez que a mesma será feita automaticamente.

Se não recebeu a sua Declaração, por favor contacte-nos pelo nº 218155466 das 9.00 às 13.00 e das 14.00 às 17.30.

Relembramos que as quotizações não são aceites pelas Finanças, pelo que apenas foram passadas declarações dos donativos efectivamente entregues à ASSP.

COBRANÇA DE QUOTAS ATRAVÉS DA CGD

Informamos os nossos associados que efectuaremos a cobrança de quotas referentes ao 1º Semestre (para quem paga semestralmente) e de todo o ano (para quem paga anualmente) na segunda quinzena do mês de Março.

SITUAÇÃO DA CASA DOS PROFESSORES EM CARCAVELOS

Diariamente, os Serviços da Sede e da Delegação de Lisboa da ASSP são contactados pelos associados, quer do Continente, quer das Regiões Autónomas sobre a situação actual da nossa Casa dos Professores em Carcavelos.

Com o objectivo de baixar os níveis de ansiedade e algum desânimo e de elevar a confiança e o optimismo que todos precisamos para cumprir com sucesso as nossas missões, informamos todos os associados da ASSP que a Casa dos Professores em Carcavelos, já tem a trabalhar, diariamente, a tempo inteiro, nas próprias instalações, cinco empregados.

4 Aguardamos a todo o momento que a Câmara Municipal de Cascais defira o nosso requerimento e nos envie o Documento de Autorização de Funcionamento para podermos receber com segurança, conforto e amizade os associados "Residentes Permanentes", já seleccionados, com contrato assinado e nº de quarto atribuído.

Estamos absolutamente convictos que quando lerem esta notícia, finalmente já tudo estará resolvido!...

Não tem sido nem fácil, nem agradável, vencer tantos obstáculos que o "Pós-Obra" tem colocado à nossa frente!

Mas, se Deus quiser, muito em breve, as portas irão abrir-se e aquela tão desejada "Comunidade de Afectos" entrará em funcionamento 24 horas por dia.

BOLETIM INFORMATIVO EXTRAORDINARIO

Durante o mês de março os associados irão receber um BI extra. O principal objetivo deste projeto-piloto é fomentar o diálogo em torno dos conteúdos e forma de um dos canais de comunicação da ASSP.

B. I. 175

Conscientes do desencanto que o Boletim 175 provocou por falta de imagens, vimos partilhar as condições e limitações a que por vezes nos vimos sujeitos para realizar os boletins em geral.

Por questões económicas de impressão, o boletim está condicionado a vinte páginas, lembrando que ainda há um ano era de dezasseis páginas. Pelo valor da comunicação, é dado primazia aos textos em detrimento das imagens, salientando contudo, que as temos recebido cada vez mais e de melhor qualidade no geral. Infelizmente, nem sempre é possível colocá-las por falta de espaço. O número 175 foi um caso extremo, em que pelo facto de ficar no ponto de viragem de dois anos distintos, os textos de algumas Delegações, referenciavam actividades do ano findo e calendários de actividades do ano vindouro, o que consideramos louvável, mas que em conjunto com um texto também mais longo e explicatório da Direcção, originou um grafismo denso e pouco apelativo ao olhar. O tempo que tivemos para o organizar, dada a transferência de funções foi escassíssimo...

É com imenso carinho, isenção e profissionalismo que recebemos os textos e imagens enviados por cada Delegação, que salientamos, têm vindo a aumentar em número e qualidade, reflexo do dinamismo crescente da ASSP.

Não esmoreçam a este respeito, comprometendo-se a Direcção editorial a reenviar por e-mail a cada Delegação, alguns parâmetros a nível de textos e imagens, no intuito de conseguir uma optimização do nosso Boletim.

Gratos pela vossa compreensão e apoio.

A Direcção redactorial

SERVIÇOS ADMINISTRATIVOS (Cont.)

SEGURO DE SAÚDE E CARTÃO ACTIVCARE GERAL

Já foi feita a atualização para 2012 dos valores dos prémios do seguro de saúde coletivo da ASSP, numa percentagem inferior à da inflação. Os novos valores anuais são os seguintes:

Módulo I – (Hospitalização, inclui parto) – 158.00 €

Módulo II – (Hospitalização e Ambulatório) – 402.00 €

A adesão a este seguro tem de ser feita até aos 64 anos, terminando o seguro no final do ano em que o associado faz 70 anos.

A ASSP também disponibiliza aos associados o Cartão Activcare Geral, cartão de desconto nos serviços prestados pela rede Multicare-Cartão, não coincidente com a totalidade da rede geral Multicare, a um preço simbólico de 30.00 €/ano, muito inferior ao seu custo de mercado.

DONATIVOS

Recebemos na Sede, como complemento das quotizações, os seguintes donativos, que muito agradecemos. A todos o nosso bem-haja.

00081 - 87,60 €	04940 -370,00 €
00111 - 66,00 €	11183 - 70,80 €
00169 - 16,00 €	12628 - 23,00 €
03014 - 19,00 €	14683 - 16,00 €
03180 - 16,00 €	15070 -108,70 €
03755 - 22,00 €	

PROTOSCOLOS - FARMÁCIAS

FARMÁCIA CIPRIANO

Rua Dr. Mário Sacramento, n.º 9 r/c
2620-152 Póvoa Sto. Adrião
Tel. 219 372 803
Desconto de 10%

FARMÁCIA BENFILUZ

Estrada de Benfica, n.º 444-A
1500-103 Lisboa
Tel. 217 141 206
Desconto de 10%
(excepto medicamentos taxados a 6%)

FARMÁCIA PALMA

Rua D. Estefânia, n.º 197 B/C
1000-155 Lisboa
Tel. 213 547 088
Desconto de 10%
(somente produtos sem receita)

FARMÁCIA PORTELA

Av. D. António Correia de Sá, 8 B
2745-241 Queluz
Tel. 214 300 191
Desconto de 10%

FARMÁCIA DO MONTE

Rua da Graça, n.º 82 A
1170-170 Lisboa
Tel. 218 820 790
Desconto de 10%

FARMÁCIA CONDESTÁVEL

Rua Coelho da Rocha, N.º 119
1350-077 Lisboa
Tel. 213 966 206
Desconto de 10%

FARMÁCIA ALGARVE

Avenida Roma, n.º 7-B
1000-260 Lisboa
Tel. 218 401 478
Desconto de 10%

FARMÁCIA IMPERIAL

- PROGRESSO GUERRA JUNQUEIRO
Avenida Guerra Junqueiro, n.º 30-B
1000-167 Lisboa
Tel. 218 486 860
Desconto de 10%
(excepto em produtos abrangidos pelo Protocolo da Diabetes (tiras e lanceiras))

FARMÁCIA OLIVEIRA

- PROGRESSO PRINCIPE REAL
Rua D. Pedro V, n.º 123-125
1250-093 Lisboa
Tel. 213 240 419
Desconto de 10%
(excepto em produtos abrangidos pelo Protocolo da Diabetes (tiras e lanceiras))

FARMÁCIA PROGRESSO BENFICA

Estrada A-da-Maia, n.º 64
1500-044 Lisboa
Tel. 217 602 226
Desconto de 10%

FARMÁCIA HIGIENE

- PROGRESSO CASTELO BRANCO
Rua Presidente Sidónio Pais, n.º 9-11
6000-263 Castelo Branco
Tel. 272 341 003
Desconto de 10%
(excepto em produtos abrangidos pelo Protocolo da Diabetes (tiras e lanceiras))

FARMÁCIA BRITO OLIVEIRA - PROGRESSO DE OLHÃO

Av. República, n.º 38-40
8700-310 Olhão
Tel. 289 703 059
Desconto de 10%
(excepto em produtos abrangidos pelo Protocolo da Diabetes (tiras e lanceiras))

FARMÁCIA PINHEIRO - PROGRESSO LOULÉ

Av. da República, n.º 55
8100-270 Loulé
Tel. 289 462 033
Desconto de 10%
(excepto em produtos abrangidos pelo Protocolo da Diabetes (tiras e lanceiras))

FARMÁCIA PROGRESSO TAGUS PARK

Av. Prof. Dr. Anibal Cavaco Silva, n.º 5, Edf. A2, Lj. B
2740-296 Oeiras
Tel. 218 878 289
Desconto de 10%
(excepto em produtos abrangidos pelo Protocolo da Diabetes (tiras e lanceiras))

FARMÁCIA MENDES - PROGRESSO STO. ANDRÉ

Bairro 678 Fogos, Banda 3, Edf. 2 R/C
7500-170 Vila Nova de Sto. André
Tel. 269 759 020
Desconto de 10%
(excepto em produtos abrangidos pelo Protocolo da Diabetes (tiras e lanceiras))

PROTOSCOLOS

OCULISTA DE BENFICA

Estrada de Benfica, n.º 546-D
1500-106 Lisboa
Tel. 217 164 296
Descontos de 10% a 20%

GOLD PALACE – Residência Sénior

Quinta do Frio – Santana da Azinha
6300-200 Guarda
Tel. 271 225 391
Desconto de 10%
Extensivo a familiares directos (pais, irmãos, filhos menores, cônjuges)

ABES POUSSADA

Castelo de Bode
2300-196 S. Pedro Tomar
Tel. 249 381 175
Desconto de 10%
Extensivo a familiares directos (pais, irmãos, filhos menores, cônjuges)

GRUPO LENA – EUROSOL

Com unidades a nível nacional, em Seia, Monte Real, Gouveia, Estarreja, Alcanena, Ferragudo, Portimão e Leiria.

CRUZ VERMELHA PORTUGUESA

Residência de Elvas
Com cuidados continuados

ALGARVE

Dando continuidade ao projecto iniciado no ano passado, teremos, a partir de Março, um conjunto de visitas guiadas na zona oriental do Algarve e ocidental da Andaluzia.

O nome do projecto é "De cá e de lá", sendo o Guadiana a fronteira e o traço de união das duas faces de uma identidade cujos contornos nos propomos conhecer.

6 Entre as personalidades envolvidas, está uma nossa associada, Victoria Abril Cassinello, com quem conversámos sobre a sua actividade académica e associativa.

Victoria Cassinello, doutorada em *Prehistoria de la Península Ibérica*, tem desenvolvido numerosos trabalhos transfronteiriços, na área do património histórico-cultural, em parceria com diversos organismos nacionais e internacionais, designadamente as Universidades de Sevilha e do Algarve.

Tem também mantido estreita colaboração com as associações Alcance e A.T.A.S, e ainda com as Associações de Desenvolvimento Local *In Loco*, Vicentina e Odiana.

(Perguntas) 2011 foi o Ano Internacional do Voluntariado e falou-se mais sobre aspectos menos conhecidos, como o voluntariado cultural. A Victoria tem um vasto currículo neste campo. Quer falar-nos sobre esta sua experiência?

(Respostas) Nas associações em que estou integrada, as actividades mais importantes estão ligadas à Investigação Científica e à Valorização do Património, considerando as potencialidades existentes no território, tanto no que diz respeito ao Património Natural como ao Cultural.

As áreas de intervenção são variadas: qualificação profissional de recursos humanos, intervenção social, cooperação internacional e transfronteiriça, programa juventude. É um mundo onde técnicos e associados podem intervir com trabalhos de qualidade.

No que diz respeito à cooperação transfronteiriça, que actividades têm organizado estas associações?

Através de acções de cooperação transfronteiriça, temos organizado muitos

encontros de poesia raiana, publicações bilingues, jornadas de gastronomia, exposições conjuntas de fotografia e pintura, jornadas de história do Baixo Guadiana, tendo tido estas a participação de especialistas conceituados.

Como nossa associada, está também a dar um contributo importante no desenvolvimento deste projecto "De Cá e de Lá"...

Considero que este projecto da Associação de Solidariedade Social dos Professores, denominado «De Cá e de Lá» vai permitir conhecer melhor o território transfronteiriço Algarve-Andaluzia com as nossas diferenças e os nossos aspectos comuns, que foram moldados através dos séculos pela vizinhança, a condição fronteiriça, as migrações humanas e o histórico Rio Guadiana, que as separa e entrelaça.

Através das visitas programadas para este ano, vamos ter oportunidade de conhecer melhor muitas diferenças existentes neste território: a margem direita do histórico Guadiana é portuguesa e algarvia e a esquerda é bem espanhola e andaluzia, com toda a carga distintiva que a nacionalidade, a língua e a cultura representam. Mas vamos identificar igualmente muitas semelhanças ao nível do nosso passado histórico milenar comum: os vestígios pré históricos; os vestígios das civilizações romana e árabe; a religiosidade dos nossos povos plasmada nos numerosos Conventos e Igrejas de Alcoutim,

Sanlúcar, Ayamonte, Moguer; as técnicas de exploração mineira tão patente nas minas adjacentes ao rio Guadiana e nas Minas de Rio Tinto. Acho que todos vamos ficar enriquecidos!

Antes de realizarmos o passeio a Alcoutim e Sanlúcar do Guadiana, tê-la-emos numa das nossas "conversas", na Casa do Professor, onde terá oportunidade de dar informação mais pormenorizada sobre esses lugares. Poderia ajudar-nos a antecipar o interesse da visita?

Para isso, nada melhor que dar voz aos nossos escritores e poetas:

Em 1980, José Saramago, quando visitou Alcoutim e Sanlúcar de Guadiana, para escrever o livro "Viagem a Portugal" anotou nessa sua obra : *as duas vilas, postas sobre o espelho da água, não-de-ver-se como o espelho uma da outra*. Para terminar, posso ainda citar o Carlos Brito:

*Olhar-te Guadiana adormecido
entre as duas margens da Ibéria
ler-vos águas da história
vindas de um tempo indefinido
sinuosa artéria
sulco na terra e na memória*



AVEIRO

SAIDAS CULTURAIS

PASSEIO A AMARANTE

14 DE ABRIL 2012

“UM DIA ENTRE LETRAS E SABORES”

PROGRAMA

Saída de Aveiro - 8,30 h

- Visita à Casa de Teixeira de Pascoães, ilustre escritor contemporâneo e leitura de alguns textos no jardim;
- Almoço Regional amarantino, num restaurante com vista sobre o Tâmega;
- Visita ao Museu Amadeu de Souza Cardoso e interpretação da sua obra e vida;
- Visita ao Mosteiro de São Gonçalo, onde se encontra o túmulo do santo adorado “Casamenteiro das Velhas”, interpretação da sua vida e lenda;
- Degustação de doçaria conventual acompanhada de vinho do Porto;

Chegada a Aveiro – 20h

Preço por pessoa – 70,00 €

ATIVIDADES CULTURAIS E RECREATIVAS

QUE SE DESTINAM A OCUPAR O TEMPO LIVRE DOS NOSSOS RESIDENTES

A eucaristia e a ceia de Natal na Casa do Professor em Aveiro, respetivamente realizadas nos dias 13 e 16 de Dezembro pp, foram os momentos altos deste mês. Tudo girou em torno da preparação das duas celebrações que contaram com a participação ativa dos elementos que integram a Casa, desde utentes a dirigentes e funcionários, a todos foram atribuídas tarefas distintas realizadas ao longo do mês.

A Casa do Professor, embora já se encontrasse ornamentada com motivos natalícios, ganhou verdadeiramente cor e calor quando utentes e familiares deram entrada no salão de convívio e tomaram os seus lugares para dar início a esta reunião anual que celebra o nascimento do Menino e a vida em família.

O serão foi composto por uma representação teatral levada a cabo pelos residentes que retrataram a visita dos primos de Maria, Isabel e Zacarias, ao Menino e que guiados pela estrela que assinalava Belém fizeram um sentido tributo à Virgem, ao som de cantares interpretados pelo grupo de cânticos corais da ASSP-Aveiro.

A mensagem de esperança para o ano de 2012 foi deixada pela residente Sr.^a Professora Etelvina Figueiredo que nos

presenteou com um poema de sua autoria em que se destacaram sábios conselhos de quem já muito viveu. O resto do serão contou com a presença do Sr. Lino Sobral que nos trouxe o saudosismo dos fados de Coimbra e Lisboa.

Deste modo, concretizámos aquilo que 2012 pretende ser “Ano Europeu do Envelhecimento Activo e de Solidariedade entre Gerações”.



Criatividade e Inovação são as palavras de ordem para este novo ano na Casa do Professor em Aveiro e que regeram a execução de todas as atividades desenvolvidas no mês de janeiro. Assim, as aulas de ginástica, tão expressivas, já não bastam, é necessário mais garra, novos exercícios, mais momentos de

relaxamento e promoção do bem-estar. As aulas de culinária, exigem a partilha de novos métodos de confeção, tal como a edição do Impressões Mensais (jornal interno à Casa realizado pelos utentes) que traz consigo novidades a não perder. A ligação com o mundo atual é uma

constante e as atividades que envolvem leitura, discussão e análise de notícias têm cada vez mais adeptos e geram apreciáveis sessões em grupo.

Para os meses que se avizinham prevê-se que os períodos de entretenimento e convívio e as aulas de aperfeiçoamento de informática continuem a integrar a rotina dos utentes e que ajudem a passar o tempo de forma agradável, nestes meses mais frios e menos propícios ao lazer ao ar livre.



INFORMAÇÕES

- Aceitamos candidaturas, nos moldes habituais, para duas vagas num quarto duplo e para duas vagas femininas em dois quartos duplos.
- Continuam a decorrer as aulas de Pilates, Chi-Kung, Massagens de Relaxamento e Drenagem Linfática Manual.

BEJA

“O CAMINHO FAZ-SE CAMINHANDO...”

Nascia a década de 80, e a palavra solidariedade começou aos poucos a ganhar novas formas e a gerar o Sonho de alguns professores, que não viram na aposentação um fim, mas o princípio de novas realizações, na mesma linha que terá orientado as suas vidas profissionais: o trabalho em prol dos que precisam, como um dos ideais mais sublimes.

A palavra chegou pelas vozes dos professores Carlos Pimenta e Reis Leitão, numa reunião realizada no antigo Liceu de Beja, para a qual foram convidados muitos docentes do distrito de Beja.

Não caíram em terreno estéril as sementes então lançadas, porque algumas começaram a germinar. Apesar das dificuldades sentidas, devido ao isolamento a que

alguns professores estavam votados, outros não deixaram morrer a esperança e incentivaram os que foram encontrando a juntarem-se-lhes, dando-lhes conhecimento da obra que nascia.

Pela sua situação privilegiada de ex-delegado escolar de Ferreira do Alentejo, o professor Sebastião Valente, que acabara de aposentar-se no ano de 1996, estabeleceu comunicação com os órgãos centrais da ASSP, com o objectivo de constituir uma delegação desta associação no distrito de Beja. Faltavam, porém, mais de 50 associados, para que a mesma se pudesse concretizar. Começou então uma nova etapa: a de conseguir alcançar o número indispensável de sócios.

A professora Maria Júlia Parreira empenhou-se também nessa tarefa e, com o seu esforço e o de outros docentes que entretanto se tornaram sócios e se esforçaram igualmente no passar da palavra, o grupo foi aumentando, até ao dia em que o programa “Praça da Alegria”, da RTP, revelou a todo o país a existência da ASSP, através da entrevista que fez à sua ex-presidente, professora Maria da Conceição Vilhena.

Mais uma vez as palavras floriram e deram frutos, motivando alguém ligado ao mundo docente, a Sr.^a D. Maria Fernanda Argel, familiar do professor David Argel, o qual, ao ter conhecimento da ASSP, se disponibilizou, apesar da sua juventude, para colaborar na concretização do Sonho de todos os que o antecederam. E foi ele que, pela sua entrega e esforço, conseguiu completar o número indispensável de sócios e reunir à sua volta os professores que com ele formaram as listas da comissão instaladora e da primeira direcção.

Entretanto, outros chegaram e partiram. Os que ficaram prosseguem a caminhada iniciada na senda dos objetivos inicialmente traçados, agora num novo espaço, gentilmente cedido pela autarquia local, que se encontra em restauro e no qual poderão ser desenvolvidas novas atividades. É hora de TODOS começarmos a dar corpo a outros sonhos: visitas solidárias, apoio individualizado, lanches temáticos, clube de leitura, viagens, visitas guiadas, exposições, apoio a outras instituições de solidariedade, aulas de informática e diligências no sentido de trazer até nós outros sócios oriundos de TODOS os graus de ensino.

No passar do tempo e da palavra, outros irão chegando ou partindo, mas qualquer que seja o lugar que escolham ou a vida lhes reserve, farão sempre parte do mesmo Sonho e, com o seu exemplo, a palavra passará, imbuída da sua força e altruísmo, na perseguição de um mundo melhor e mais solidário.

TEXTO PARA O MAPA: visitas solidárias, apoio individualizado, lanches temáticos, clube de leitura, viagens, visitas guiadas, exposições, apoio a outras instituições de solidariedade e informática.

COIMBRA

Como no Boletim anterior não demos notícias enviamos agora todas.

ALMOÇO DE NATAL

Como já é usual, realizou-se no Hotel D. Luís. Foi um momento alto de convívio e de júbilo.

Foi leiloado um quadro pintado coletivamente pelos nossos associados que frequentam a actividade de Pintura. A colega da Figueira da Foz a quem saiu o quadro voltou a oferecê-lo à nossa delegação para ser leiloado de novo.

O montante obtido nas rifas foi aplicado na Campanha de Natal em favor da ADAV.

Tivemos a presença do colega Augusto França que disse poemas de grandes poetas portugueses sobre o Natal, como só ele o sabe fazer.

Bem haja, Augusto França pelos belos momentos que nos proporcionou!

SOLIDARIEDADE

A nossa Campanha de Natal foi de novo um êxito. Muitos associados ofereceram roupa e brinquedos para as crianças. Com o dinheiro resultante das rifas comprámos uma cama de grades, edredão e proteção e lençóis, uma cadeirinha de comer à mesa, uma banheira e lençol de banho. A instituição este ano contemplada foi a ADAV que protege mães solteiras ou carenciadas e seus filhos.



ACTIVIDADES

Iniciaram-se mais duas actividades: Italiano e Hortofloricultura. O Italiano era uma actividade que há muito vinha a ser solicitada e a Hortifloricultura, mais uma vez vai ser possível com a colaboração do Jardim Botânico .

Um agradecimento à Professora Doutora Helena Freitas e ao jardineiro Sr. Arménio que vai ministrar a actividade.

PRATA DA CASA

Na ausência do maestro Augusto Mesquita que teve de acompanhar o orfeão "Alma de Coimbra" a Cabo Verde, a Dra Maria Manuela Mendonça, colega da História da Música, substituiu-o dando uma aula fantástica sobre a violoncelista Guilhermina Suggia e a Escola de Música do Porto. A colega Maria Manuela Mendonça é Médica Psiquiatra de formação, possui uma enorme cultura musical e enriqueceu a aula com muito material que trouxe tais como várias interpretações da pianista portuguesa Maria Helena de Sá e Costa acompanhada ao violoncelo pela irmã, Madalena, que foi aluna de Guilhermina Suggia.

VISITA À BIBLIOTECA JOANINA

No dia 4 de Fevereiro vamos visitar a Biblioteca Joanina, a sala dos Capelos, a prisão académica, a Capela de S. Miguel e a exposição temporária " Os africanos em Portugal" acompanhados pelo nosso professor de História da Arte, Dr Pedro Ferrão.

VISITA A MADRID À EXPOSIÇÃO "O Hermitage no Prado"

Vai ser nos dias 24, 25 e 26 de Fevereiro. A exposição faz uma viagem por 25 séculos da História da Arte através de 180 obras da colecção do museu russo, um dos mais importantes do mundo. Pintura, escultura, desenho e artes decorativas saídos das colecções dos czares. Ticianos, Caravaggios, Monets, Picassos e Kandinskys , mas também caixas de tabaco cravejadas de pedras preciosas, diademas gregos e um anel que uniu dois amantes há 2000 anos. Vamos acompanhados pelo Dr Pedro Ferrão.

PASSEIOS TEMÁTICOS

Vamos fazer três passeios de um dia guiados pelo professor de Yoga/ Pilates, Dr Paulo Simões. O primeiro será no dia 10 de Março e vamos visitar o Buçaco.

Estão abertas as inscrições!

VIAGEM À SICILIA

Nas férias da Páscoa, como já foi anunciado, vamos visitar a Sicília e conhecer o espólio deixado pelas civilizações clássicas.

As inscrições estão abertas e ainda há lugares. Inscrevam-se!

LEIRIA

ALMOÇO DE NATAL

Realizou-se no dia 15 de Dezembro de 2011 o já tradicional almoço de Natal. O mesmo teve lugar num restaurante situado em Albergaria (Marinha Grande), tendo comparecido 35 associados. Fez-se o sorteio das rifas vendidas e o 1º prémio coube ao nº 75, de Arlete Vindeirinho, o 2º ao nº 195, de Hamilton Pereira e o 3º ao nº 06, de Cesário Silva.

EXPOSIÇÃO DE PRESÉPIOS

De 5 a 14 de Dezembro e de 3 a 6 de Janeiro, decorreu na sede da Delegação uma exposição com presépios cedidos por várias colegas, aproveitando-se para homenagear a associada D. Berta Boavista (falecida em 2011). No próximo Natal esperamos fazê-la num espaço maior e com a participação de mais colegas.



CONCERTO DE GUITARRA CLÁSSICA

No dia 20 de Janeiro decorreu no Teatro Miguel Franco (cedido gratuitamente pela Câmara Municipal de Leiria) o concerto de guitarra clássica por Pedro Rodrigues, que gentilmente no-lo ofereceu. Foi um espectáculo inolvidável para uma sala praticamente cheia, onde pudemos apreciar o guitarrista que é reconhecido pelo seu mérito, não só no nosso País como a nível internacional. Bem-haja Pedro Rodrigues! A receita apurada irá reverter a favor da construção da Casa do Professor de Leiria.





Vista Geral de Setúbal

SETÚBAL

Ouçamos o que diz Sebastião da Gama, o poeta apaixonado pela sua “Serra-Mãe”:



Convento da Arrábida

CIDADE

A escassos quilómetros de Lisboa, ligada por auto-estrada e via-férrea, fica a cidade de Setúbal, capital de um vasto distrito cuja heterogeneidade constitui motivo de fascinante descoberta e estudo.

Hoje, porém, vamos ficar por Setúbal/Concelho.

O seu núcleo original nasceu sobre o sapal e foi escorregando até ao rio, Sado de seu nome, em cuja margem direita se encontra. Cansada de planura, foi trepando pelas colinas que a oriente e ocidente a limitam e criando miradouros de rara beleza.

É agora uma grande cidade cujas origens se envolvem em lenda, mas remontam a tempos muito distantes. “Caetobriga” é o seu nome romano do tempo em que este povo aqui se veio instalar, certamente atraído pelo rio abundante de pesca, rico de sal e marginado por férteis campos de cultura.

Desse tempo restam vestígios muito importantes, em ambas as margens, dentro da própria cidade.

Fundada a nacionalidade portuguesa, Setúbal, por foral concedido em 1249 pelo Mestre da Ordem Militar de Sant’Iago, D. Paio Peres Correia. E ao longo da história esteve sempre próxima de grandes acontecimentos. Foi elevada a cidade em 19 de Abril de 1860.

Cresceu muito com sobressaltos e bons momentos. A construção da sua malha urbana nem sempre obedeceu às devidas regras, muitos erros aconteceram.

Agora verificamos, com muita satisfação, que Setúbal se volta para o seu belíssimo rio, se mira e se reflecte nele e o procura devolver à população para que o usufrua. Devagar mas esperamos que sempre...



Vista Panorâmica - rio e mar

SERRA

Erguida sobre o Oceano Atlântico, a Serra da Arrábida proporciona do alto dos seus 500m vistas panorâmicas indescritíveis.

Impregnada de uma inexplicável mística que atraiu eremitas como Frei Agostinho da Cruz e poetas como Sebastião da Gama, muitas são as histórias e lendas que se contam:

“Hildebrando trazia sempre consigo a imagem de uma Virgem de que era profundamente devoto. Num dia tempestuoso, perdeu-a no mar. Uma luz na serra guiou-o a porto de salvamento e, ao procurar esse ponto luminoso, encontrou a imagem perdida.”

No meio da massa verde e exuberante que reveste esta serra, onde existem espécies vegetais únicas de enorme beleza que muda em cada estação, encontra-se aninhado a meia encosta o “Conventinho da Arrábida” fundado pelos frades franciscanos em 1542, mais parecendo obra da Natureza, de tanto se harmonizar com a paisagem. Espalhados pela serra, bem no alto, há guaritas, locais de devoção e a gruta onde terá vivido Frei Agostinho da Cruz, imerso em profundo silêncio, recolhimento e oração.

Nas faldas e nos férteis vales desta serra, que se estendem por uma área de 10800ha, cresce a vinha, origem do conhecido Moscatel, pastam os rebanhos e cresce o cardo para o “queijo de Azeitão”, pérolas gastronómicas famosas.

RIO/MAR

Onde é que existe um rio azul, igual ao meu

Que em certos dias tem a mesma cor do céu?... escreveu um poeta popular, em boa hora inspirado.

O estuário do Sado, o seu encontro com o mar, testemunhado pela sobranceira fortaleza do Outão, mostram uma das mais belas baías do mundo, recheada de praias de areias muito brancas e águas cristalinas.

Descrever a beleza imensa que estes locais proporcionam é tarefa a que não nos propomos. Há coisas que só vendo, sentindo, experimentando, vivendo, se podem compreender...

*Na noite calma,
a poesia da Serra adormecida
vem recolher-se em mim.
E o combate magnífico da Cor,
que eu vi de dia;
e o casamento do cheiro a maresia
com o perfume agreste do alecrim;
e os gritos mudos das rochas sequiosas que o Sol castiga
- passam a dar-se em mim.
E todo eu me alevanto e todo eu ardo.
Chego a julgar a Arrábida por Mãe,
quando não serei mais que seu bastardo.*

PATRIMÓNIO

Setúbal tem muito que ver e apreciar em construção com o peso da História. Hoje vamos parar no Mosteiro e Igreja de Jesus, a mais bela jóia arquitectónica de Setúbal.

Justa Rodrigues Pereira, ama de leite de D. Manuel I aqui fundou, no terreno do antigo “Sapal de Troino” um mosteiro de freiras franciscanas – as Capuchas – o ramo mais humilde da Ordem de Santa Clara.

A primeira pedra é depositada na presença do rei D. João II, supostamente em 1489. O plano da edificação é de Mestre Boitaca. A igreja é constituída por três naves com abóbadas sustentadas por seis colunas salomónicas torsas, de enorme elegância artística, belo exemplar da igreja-salão manuelina. Um dos principais materiais empregados na sua construção é a brecha proveniente da serra da Arrábida, o seu famoso mármore.

O interior da Igreja, hoje despido dos seus altares e de alguns preciosos painéis de azulejos, continua no entanto a ser de enorme beleza e valor artístico. Merece visita atenta o “coro alto” da mesma igreja que conserva a decoração inicial, com revestimento de azulejaria seiscentista, a pintura retabular maneirista e protobarroca e os relicários constituídos por bustos do séc. XVII com moldurações de estilo rococó.

O Museu, parte integrante do convento, está há muito à espera de restauro, incluindo o seu belíssimo Claustro. Pelo estado degradado a que chegou, foram retirados e colocados em lugar anexo, adequado para a sua conservação e exposição os catorze painéis que constituíam o Antigo Retábulo da Igreja de Jesus e que são considerados um dos mais notáveis conjuntos da arte do Renascimento em Portugal.



TURISMO

Procurámos deixar-vos aqui o que vos alicie a fazer-nos uma visita.

Chegue cedo, estacione o carro e passeie devagar pelo casco antigo, nas ruelas estreitas, entre na Sé e na Casa do Corpo Santo. Continue pelo centro pedonal e chegue à Praça de Bocage. Admire o portal manuelino da Igreja de S. Julião, o edifício dos Paços do Concelho, veja a fachada interessante do Clube Militar e em breve chegará ao Mosteiro de Jesus. De seguida admire as belas pinturas acima referidas. Depois, e sempre a pé, vá até ao Mercado do Livramento e aprecie os belos legumes da região e o espectacular mercado de peixe. Difícil é não comprar...

Siga pela Av. Luísa Todi, entre na Casa da Baía – casa de cultura e, na sua pequenina loja, forneça-se de mel, moscatel, queijos e vinhos, produtos genuínos provenientes das terras que envolvem Setúbal.

Almoce num dos muitos restaurantes, saboreie o que de muito bom esta região oferece e, se quiser, já se produzem por cá vinhos sem álcool que, dizem os especialistas, nem eles, em prova cega, identificam.

Suba à Fortaleza de S. Filipe e olhe... simplesmente, olhe...

Não acredito que não deseje voltar!

E terá muito e muito mais para se deslumbrar!...



VIAGEM AOS AÇORES

No P.A. consta uma viagem aos Açores, às ilhas das Flores, Corvo e Graciosa (ou Faial), a realizar em Abril. Contrariamente ao pretendido, não é possível indicar neste BI a respectiva data, programa, preço e condições de inscrição. Assim, se está interessado na viagem, contacte-nos para obter informações.

CASA DO PROFESSOR

12 Como a Segurança Social deu um parecer técnico desfavorável ao projecto de arquitectura, foi preciso reformulá-lo; assim, o “grupo da Casa” foi recebido em 07-10-11 pelo Presidente da Câmara Municipal de Leiria (entidade que cedeu o terreno) e tem reunido diversas vezes com o arquitecto no sentido de serem cumpridas as observações feitas no parecer da Segurança Social e de introduzir algumas melhorias.

PROTOCOLO

Foi actualizado o protocolo estabelecido com o Grupo “Lena Hotéis e Turismo”, passando a conceder um desconto de 15% na utilização das Termas e do Spa de Monte Real e de 5% sobre o preço existente nos sites oficiais do Grupo relativamente aos Hotéis (Palace Hotel de Monte Real; Hotéis Eurosol de Leiria, Alcanena, Estarreja, Seia, Gouveia, Ferragudo e Alvor). Ao reservar refira o código PR12ASSPLE1.

COMEMORAÇÃO DO

31º ANIVERSÁRIO DA ASSP

26 e 27 de Maio de 2012 - LEIRIA

PROGRAMA

26 de Maio (sábado) – Leiria

- 14h 30m – Hotel Eurosol – Recepção; entrega de documentação
- 15h 30m – Visitas guiadas: Castelo; MIMO (Museu da Imagem em Movimento); Moinho do Papel; Leiria Queirosiana
- 17h 30m – Teatro José Lúcio da Silva – Saudação; sessão cultural (música)
- 20h 00m – Hotel Eurosol – Jantar com animação musical

27 de Maio (Domingo) – Leiria, S. Jorge, Pousos

- 09h 30m – Tribunal de Leiria - Partida de autocarro para S. Jorge (Batalha)
- 10h 15m – Centro de Interpretação da Batalha de Aljubarrota – Visita
- 12h 30m – Partida para Pousos (Leiria)
- 13h 00m – Pousos – Quinta das Palmeiras – Almoço
- 15h 30m – Partida para Leiria

Preço:

- **dia 26** (Sáb.) – 25 €
(visita + sessão cultural + jantar)
- **dia 27** (Dom.) – 25 €
(autocarro + visita + almoço)

Obs.:

- O programa, a ficha de inscrição e a informação sobre hotéis serão enviados para as Delegações
- As inscrições devem ser remetidas à Delegação de Leiria até ao dia 20 de Abril
- No dia 26 de Maio cada participante integrará apenas uma das visitas guiadas (na ficha de inscrição deverá indicar a ordem de preferência)
- A reserva do alojamento deve ser feita pelo próprio

LISBOA

ALMOÇO DE NATAL

No dia 17 de Dezembro realizou-se na Casa Albarraque Costa o almoço de Natal como tem sido tradição.

Estiveram presentes cerca de 70 associados que muito apreciaram este dia de bom convívio, onde a animação cultural esteve bem presente.

Cada participante recebeu um Anjo Natalício com uma mensagem surpresa que alguns dos presentes foram convidados a ler. O Coro da DDL (**Procantare**) mais uma vez fez a sua actuação com um breve concerto de Natal. É sempre muito aplaudido.

Houve ainda momentos de poesia da autoria das nossas associadas (poetas reconhecidas) e a actuação dos jograis.

A ementa do almoço foi do agrado de todos. O serviço de confecção esteve ao cuidado da Direcção e das empregadas da casa.

Há a salientar a generosidade do Grupo de Voluntários que muito colaboraram no arranjo do salão e no serviço de mesa.

Depois de pagas todas as despesas, apurou-se a quantia de 600,00 € que foram entregues na Delegação Distrital de Lisboa.

NOVO SERVIÇO DE VOLUNTARIADO SOCIAL ORGANIZADO DA DDL

A DDL vai dar início ao Serviço de Voluntariado Social Organizado (SVSO).

As suas acções vão ser desenvolvidas nas seguintes áreas:

1. SOCIAL

- 1.1. Combate à solidão (Apoio domiciliário informal);
- 1.2. Homenagem aos “90 ou + anos”;
- 1.3. Apoio voluntário ao estudo acompanhado nas autarquias e outras instituições de carácter social.

2. CULTURAL

- 2.1. Jograis;
- 2.2. “O filme da minha vida”
- 2.3. Visitas e passeios;
- 2.4. Oficina do olhar;
- 2.5. Oficina de Jogos e passatempos;
- 2.6. Aulas de Informática e inglês.

3. PROMOCIONAL

- 3.1. Acção nas escolas;
- 3.2. Parabéns a você;
- 3.3. Liga dos Amigos da DDL
- 3.4. Intervenção em redes sociais da internet;

4. COOPERAÇÃO

- 4.1. Colaboração com a DDL em tarefas e eventos, quando solicitados;
- 4.2. Venda de Natal;
- 4.3. Organização da Biblioteca (Lisboa e Carcavelos);

- 4.4. Cooperação com a Faculdade de Economia da Universidade Nova, na vigilância de exames.

A Coordenadora Geral do SVSO informa que estas actividades vão ser desenvolvidas e promovidas em outros moldes, mas foram implementadas desde 2006 pelo Grupo de Voluntárias da DDL/ASSP. Outras acções estão projectadas, tais como o apoio voluntário ao estudo acompanhado, oficina de jogos e passatempos e intervenção nas redes sociais.

Com efeito, este último ponto constitui a maior aspiração da Delegação e Associados de Portalegre. De promessas que não se concretizaram, de projectos que não foram contemplados, de desilusão em desilusão, assim temos caminhado no tempo e, neste momento, não podemos deixar de dizer que o nosso sentimento é o de alguma frustração pela falta de apoio, se bem que, carregado duma esperança enorme, num futuro que queremos mais justo e igualitário. É por isso que somos diferentes, mais sós,

mas também mais solidários.

Repetimos, de consciência tranquila, o que já tantas vezes dissemos. O projecto para a construção da Casa do Professor, em Portalegre, está pronto. Assim haja vontade “política” dos órgãos directivos da ASSP.

(Para a nossa colega Albertina Dordio, muitos parabéns, pela atribuição do 1º prémio, modalidade soneto, através da sua participação, nos Jogos Florais da ASSP).

PORTALEGRE PORTO

*“Em Portalegre cidade,
Do Alto Alentejo, cercada
De serras, ventos, penhascos,
oliveiras e sobreiros...”*

(José Régio)

Na verdade, Portalegre cercada de serras, ventos, penhascos, oliveiras e sobreiros, condições físicas com que a natureza a dotou, fazem dela um lugar diferente, longe do poder, mas, nem por isso, menos humano e menos rico. Talvez, isso sim, menos compreendida, e, por conseguinte, quase sempre esquecida e ignorada.

Será que, as serras que a circundam, a ocultam de tal modo que todos os poderes a ignoram, e que os ventos que a varrem são apenas “o vento soão que atira os condenados para a nave de algum desvão”? (1)

Sentimos na pele esse grande esquecimento, o de sermos constantemente e, incompreensivelmente, ultrapassados.

Recusamo-nos a aceitar passivamente essa situação. A prova disso, é a vitalidade e entusiasmo que temos imprimido ao nosso trabalho. Acreditamos nele.

Dos passeios temáticos aos almoços de confraternização, passando pela Oficina de Pintura, Clube de Leitura, Linha da Amizade, Grupo Coral e, sobretudo, o trabalho em prol da construção da Casa do Professor, em Portalegre, são actividades que têm corporizado a nossa actividade.

ALMOÇO DE NATAL NA RESIDÊNCIA DE S. ROQUE

Cumpriu-se a longa tradição dos almoços de Natal da Residência de S. Roque. Sempre com momentos inovadores organizados pela Directora Técnica, Drª Teresa Fernandes, e com a colaboração inextinguível de todas as funcionárias e utentes.



A decoração da sala de jantar estava requintada, em tons dourados com material reciclado. Este trabalho foi realizado pela animadora sociocultural, Noémia Neves, e pelos utentes, com a coordenação da DT.

Foi projectado um filme, denominado “Olhares de 2011”, elaborado pela DT e marido, ambos associados da ASSP.

Seguiu-se o discurso presidencial do

Engª Amaro Correia, o qual realçou o trabalho meritório que vem sendo desenvolvido na Residência e na Distrital.

Aproveitou-se a ocasião para homenagear os professores com 25 anos de associados, tendo-lhes sido entregue um pin de prata pela Presidente da ASSP, Drª Etelvina Valadas.

Ainda foi lido um texto elaborado pela DT sobre o “Natal solidário”.

1- In José Régio



O ano passado interrogava-me: como é que ainda nos podem surpreender? Respondo: mais uma vez conseguiram!

O meu desejo, que é nosso, é que o ano de 2012 continue a realizar as vidas que desejamos!

O sócio: João M. S. Carvalho

O melhor presente de Natal

Abre as portas do teu coração e começa a sorrir com o olhar...

Sorri para a vida, para o teu próximo...

Tu és um privilegiado(a) - lembra-te disso!

Nem todos têm as mesmas oportunidades...

Agradece ao Universo por tudo o que tens recebido e tenta retribuir, partilhar todas as dádivas...

A mudança parte de ti e se tu mudas, o mundo começa a mudar.

Constrói comigo, com o teu próximo, com o Universo um mundo alicerçado no Amor na Solidariedade...

Quem sabe se assim não conseguimos ter uma sociedade menos violenta com menos exclusão social e possamos celebrar, todos, a noite de Natal e todas as noites com uma linda ceia?!

Vale a pena tentar, vale apenas sonhar com um mundo melhor...

Colabora com o Universo pede com Alma e quando:

Acolheres teus amigos,

Perdoares teus inimigos,

Esqueceres as mágoas,

Apagares o ódio,

Compartilhares a tua alegria,

Dividires a tua felicidade

e

Distribuíres incondicionalmente Amor.

Ele dar-te-á o melhor presente...

...SOLIDARIEDADE

ASSPorto/Teresa Fernandes

SANTARÉM

LENDÁRIA E MONUMENTAL

Uma das canções com que o Coro do Círculo Cultural Scalabitano nos brindou nos Concertos de Natal do ano findo, denomina-se “*Santa Maria en Santarém*”. Foi esta peça musical elaborada a partir do texto da **Canção de Santa Maria** nº 237, de Afonso X, o Sábio. A harmonia e o arranjo polifónico, interpretados numa das igrejas de Santarém, quase nos faziam arrepiar, embrenhando-nos num característico ambiente medieval em que uma donzela se vê arrastada pelo demónio e clama por Santa Maria: “*valed-me señora, esperanza mia*”. No mesmo cancionero, o nº 369 fala de “*como Santa Maria guardou do mal a ua moller de Santarém, dum Alcaide mal-feitor*”. É a lenda do anel engolido pelo peixe (...).

É verdade que por todo o país são conhecidas lendas de moiras encantadas, de tesouros escondidos. Mas Santarém será, neste campo, ainda um caso muito especial. Numa das nossas **Tardes Culturais**, há já algum tempo realizadas, o Dr. Joaquim Martinho da Silva, distinto advogado, falava em largas dezenas de lendas de Santarém, oralmente transmitidas de geração em geração. Algumas dessas lendas arrastam-nos para determinados ambientes históricos bem determinados, como são a Lenda de Santa Iria, Abidis e a origem do nome de Santarém, os Meninos de Alfange e S. Frei Gil de Santarém, a Ensombrada do Diabo, a Torre das Cabaças, ou a Lenda de Cristo de Montiraz. Também alguns momentos da nossa História concorrem para criar em nós este ambiente de prodígio e mistério: D. Pedro e os assassinos de Inês de Castro, a conquista de Santarém aos Mouros, o Alcaide de Santarém, de Herculano, ou do Alfageme de Santarém, de Garrett.

Também a onomástica e a toponímia com que, permanentemente, nos deparamos em Santarém, igualmente nos levam para este mundo do imaginário e do prodigioso. É esta a sensação que alguém vive ao chegar a Santarém, proveniente de outra região do país. Convenhamos que *Portas de Atamarma e de Manços, Albarra, Cabaceiro, Alporão, Alfange, Alcorce, Montiraz, Seserigo, Xantarim*



memoráveis as igrejas ao estilo maneirista (a Sé – igreja do antigo colégio dos jesuítas – é o monumento mais representativo), a par do manuelino, de que a Igreja de Nossa Senhora de Marvila (também inteiramente revestida a azulejo do século XVII) é o testemunho mais importante, de que são mostras o belo portal virado a poente e a elegante cabeceira simulando, segundo Vítor Serrão, uma monumental cortina, juntamente com a abóbada polinervada que recobre a capela-mor.

Era desta igreja a imagem que queríamos evidenciar com a foto da capa do Boletim dedicado a Santarém. Desta igreja são as fotos que juntamos.



SETÚBAL

A Delegação Distrital de Setúbal festeja o 9.º aniversário da sua Casa de Repouso/Lar de Idosos, vulgo *Casa dos Professores*, no dia 21 de Abril de 2012, cujo programa publicamos:

- 11 horas – Celebração da Eucaristia
- 12 horas – Inauguração de um painel alusivo às valências da Casa
- 13 horas – Almoço
- 15 horas – Reflexão sobre o tema: “A assistência, uma dimensão da solidariedade” pelo Presidente da Cáritas Portuguesa, Prof. Eugénio Fonseca.

- Atribuição dos prémios aos vencedores do II Concurso Literário da Casa dos Professores de Setúbal – Concurso Poético
- Intervenção do Grupo Coral da Casa
- Lanche ajantarado

A Delegação Distrital de Setúbal, Casa dos Professores, promove o 2.º Concurso Literário, cujo Regulamento agora se publica:

2.º CONCURSO LITERÁRIO DA CASA DOS PROFESSORES DE SETÚBAL

CONCURSO POÉTICO

Até 10 de Abril de 2012 está aberto concurso entre os poetas, promovido pela Casa dos Professores de Setúbal, tendo o MAR por tema.

(...) não são, propriamente, nomes com que nos deparamos diariamente por esse Portugal adentro.

Idêntica sensação de mistério de nós se apodera quando, vindos de Almeirim, atravessamos a Ponte D. Luís, sobre o Rio Tejo, e nos deparamos com a beleza da colina, toda ela amuralhada, das Portas do Sol e da adjacente zona da Alcáçova. A sinuosa e sombria estrada que, da ponte, nos traz à cidade, indica-nos, a meio do percurso, para a direita, a pitoresca “*Fonte das Figueiras*”, uma das poucas obras não religiosas do século

XIV que, intactas, chegaram até nós. A qualidade e a harmonia dos edifícios construídos nos séculos XIII e XIV deram a Santarém o epíteto de “*Capital do Gótico*”, sendo de realçar as igrejas de *S. João de Alporão* (séc. XII), de *Santa Cruz*, da Ribeira de Santarém, da *Graça* (com a sua bela rosácea e o monumental túmulo de D. Pedro de Menezes), os conventos de *Santa Clara* e de *S. Francisco* ou a ermida de *Nossa Senhora do Monte*, para além de outras manifestações artísticas medievais que o “camartelo” do século XIX não conseguiu totalmente destruir. Mas em Santarém também são

Os originais deverão ser entregues ou enviados para a Av. António Sérgio, n.º 1, 2910-404 Setúbal, assinados com pseudónimo do autor, cuja identidade, morada e contacto telefónico deverão constar de outro sobrescrito igualmente fechado e metido no sobrescrito do original.

Os originais recebidos serão apreciados por um júri idóneo, sendo os três melhores proclamados no dia da sessão festiva do 9.º aniversário da Casa (21 de Abril), com entrega de prémios aos vencedores.

Obs.: Não serão consideradas cartas recebidas com data posterior à do fecho do concurso.

Dando satisfação ao desejo de vários associados que contribuíram com donativos para esse fim, informamos que foi adquirida uma carrinha de nove lugares, com adaptação, para transporte de pessoas com mobilidade limitada.

VISEU

Chegado que foi mais um ano, queremos deixar aqui o “relatório” do que foi feito desde a nossa última colaboração para o Boletim Informativo.

Assim, tivemos a exposição de presépios, este ano bastante reduzida por falta de espaço, e a ceia de Natal que decorreu admiravelmente com mais de 80 presenças de associados e não só. Foi também realizado o anunciado sorteio de 3 presépios. Os felizes contemplados foram:

1º - Irene Pires associada nº 18114

2º - Emília Figueiredo associada nº 14026

3º - Teresa Gomes associada nº 13637

Tivemos também na sede uma belíssima exposição de “Damas de Época” pertencente à nossa associada Emília Cordeiro. Infelizmente, a falta de condições dos expositores levou a que a mesma tivesse tido curta duração. De qualquer modo, o nosso obrigado à dona de tão bonitos exemplares.

Ainda dentro do espírito natalício, recebemos duma colega a oferta de uma toalha de Natal destinada à nossa sede e que muito agradecemos, pois irá decerto alegrar as nossas próximas festas de Natal.



Dado que a nossa recompensa pelo tempo dispensado e pelos trabalhos efectuados são as palavras de incentivo que vamos recebendo e que nos fazem sentir úteis e necessários, não resistimos a transcrever um emocionado e-mail recebido do filho de uma associada por ocasião do falecimento de seu pai.

«Não existem palavras para descrever a importância desta Associação na vida da minha mãe, personificada pelos excelentes colegas e amigos, e imagino da de muitas(os) colegas que partilham diariamente as suas “vidas” nas inúmeras actividades desenvolvidas! É com muito orgulho que sigo atentamente o vosso trabalho, acreditando que não só dignificam, e muito bem, os Professores aposentados, como todos os que estão e continuarão a estar no activo. Bem-haja pelo vosso trabalho e dedicação... Feliz Natal e o meu agradecimento pessoal pela presença num dia tão difícil como foi o de quinta-feira! Foi certamente mais fácil superar a dor acompanhada de amigos tão dedicados.»

Marco Gaspar Ramos Abreu

É certo que a razão da nossa existência é exactamente a intervenção em casos semelhantes, para mais tratando-se de uma associada cuja disponibilidade para todas as actividades da Delegação é de enaltecer, mas a verdade é que as palavras sentidas deste jovem colega nos marcaram profundamente.

Passaremos agora a um assunto que nos tem preocupado desde que recebemos o B. I. nº 175.

Habitados que estávamos aos BI's bastante apelativos e que nos ajudavam a divulgar a Associação junto dos colegas que sempre mostravam interesse pelas fotografias - uma imagem vale mais que 1000 palavras - foi com desagrado que verificámos que desta vez as fotos enviadas não foram publicadas, o que levou a uma revista demasiado “palavrosa” e pouco entusiasmante. Para além disso, as páginas iniciais pareceram demasiado maçudas para a maioria dos associados. É certo que devemos todos ter a informação necessária no que respeita à parte administrativa e à situação económica da Associação, mas as três páginas ocupadas pelo texto em questão são demasiado pesadas para a grande maioria dos leitores do BI que nos têm feito sentir isso mesmo.

Por corroborar este nosso sentimento, foi sem surpresa que recebemos da Delegação de Santarém um e-mail versando a mesma problemática e com o qual nos solidarizamos.

Para terminar, lembramos mais uma vez que os ateliês de Espanhol e Italiano vão já entrar em funcionamento.





Ano Internacional do Envelhecimento Activo (2012)

PROPOSTA DE VIVÊNCIA

Naquela manhã, ao acordar, dei-me conta de que tinha 80 anos! De que era realmente uma pessoa idosa. E fiquei-me a meditar sobre o que significa envelhecer. O envelhecimento, o que é? É o que afinal sucede a todas as pessoas enquanto se mantêm vivas.

1. Prezados amigos: vamos reflectir um pouco sobre os chamados problemas do envelhecimento, sendo que, um dos principais é o da redução da memória, embora os neurologistas não o considerem como tal. Mas o que é um facto que verificamos e a cada momento lamentamos é que começamos a esquecer mais. E esquecemos mesmo o que faz parte da nossa vida quotidiana, como me sucedeu há dias: ao chamar um táxi, não soube dizer onde morava; primeiro faltava-me o nome da rua e depois ... o número da porta! E há mesmo quem esqueça o seu próprio número de telefone! Ou o nome dos filhos e netos! Será que o cérebro começa a funcionar mal? Os cientistas dizem que não; o mal está em que nós o deixamos inactivo e apático, quando, o que temos a fazer, é mantê-lo constantemente em actividade, obrigando-o ao exercício permanente, tal como temos de fazer com o corpo; “mens sana in corpore sano” continua a ser um princípio sempre válido.

2. Falemos um pouco sobre o nosso cérebro, o qual é, no homem, o responsável pelas funções psíquicas e intelectuais, uma vez que é nele que se realizam as complexas operações do pensamento. Como já dissemos, os cientistas afirmam que a idade não deteriora o cérebro, pois, graças à sua plasticidade, o seu funcionamento não é escravo do tempo, podendo ficar indiferente ao envelhecimento cronológico. E é porque a flexibilidade do cérebro se mantém ao longo da vida, que as nossas mentes podem continuar activas. Contudo, e apesar de permanecer independente ao

andar do tempo, o seu funcionamento precisa de ser controlado, num equilíbrio entre actividade e relaxamento, evitando uma possível deterioração física da massa encefálica.

3. O pior mal de que nós os idosos, nos queixamos, é da falta da memória, esta “consciência inserida no tempo” que frequentemente parece estar inconsciente. Ora a memória funciona como um registo de material acumulado no cérebro, segundo ligações nervosas e associações emotivas, espalhadas por várias áreas diferentes. Trazer à consciência este material é uma tarefa complexa, para a qual se recorre à mnemónica. As técnicas para melhorar a memória consistem numa rede de jogos, de associações, de trabalhos de activação dos neurónios, ligados por grupos e reforçados pelo relacionamento entre eles. E não esqueçamos que a repetição é uma forma especial do fortalecimento da memória. Daí, a necessidade de treino, de estímulo intelectual. O cérebro precisa de ser excitado e exercitado para não entrar em atrofia. Conhecimento, aprendizagem contínua e reflexão são os alimentos do cérebro, pelos quais se desenvolve a perspicácia do pensamento. Não podemos, pois, esquecer que o cérebro é uma parte do corpo muito delicada, com a qual precisamos de ter cuidados especiais. Para protegermos a nossa capacidade mental, devemos recorrer à prática de exercícios, como as palavras cruzadas, e de certos jogos de raciocínio que estimulam os nossos neurónios. A sua sobrevivência poderá ser reforçada pela aprendizagem de novos saberes, o que está a ser aplicado

no tratamento de doentes da Parkinson, da Alzheimer ou de outras doenças que afectam o cérebro. Essas “coisas novas” a que o idoso se deve dedicar, para manter o cérebro sempre activo, poderão ser: pintar, tocar, dançar, fazer teatro, interessar-se por assuntos a que, até agora, ficava indiferente, como políticas, progressos científicos, futurologia, etc. E, sobretudo, deve evitar a solidão, procurando o convívio agradável com os amigos.

4. A inteligência não declina com a idade. Antes pelo contrário; o idoso tem o saber que lhe vem da aprendizagem, durante muitos anos, e a sabedoria que lhe vem de uma longa experiência. O idoso precisa de continuar em actividade; esta poderá ser mais lenta do que a da sua juventude; mas será mais rica, porque o seu cérebro dará ordens às suas mãos, no sentido do aproveitamento, da criatividade, da construção, da produção de objectos de arte ou de artesanato (bagatelas que entretêm e tornam a vida mais agradável). Esquecemo-nos cada vez com mais frequência? Certamente, mas não nos angustiemos. Depois viremos a lembrar-nos. O que é necessário é estarmos atentos. Quando a memória funcionar, registemos o que a recordação nos trouxe; e façamo-lo por escrito, antes que ela se apague novamente. Tomar nota, faz parte da disciplina do idoso. Para isso devemos ter sempre à mão papel e lápis, nos bolsos, ou à beira da cama, na mesa de cabeceira... Porque afinal temos de confessar que é nas noites de insónia que muitas vezes produzimos aquele texto para o qual não nos sentíamos inspirados e que já há tantos dias desejávamos ter escrito (o título deste trabalho foi produzido às 3h da manhã e duas vezes alterado...). O cérebro parecia vazio, o querer não tinha a força suficiente para se impor; mas, de repente, surgiu! E há o regresso de datas, de factos, que pareciam apagados; como se a memória acordasse... É um momento que precisamos de salvar registando-o imediatamente. Por isso, repito, temos de ter à mão o papel e o lápis a que atrás nos referimos. Registá-lo imediatamente, antes que o esquecimento volte à sua função de apagamento.

5. É preciso habituarmo-nos a fazer listas. Listas de quê e para quê? Listas de tarefas, p. ex., para não esquecermos o que aceitámos fazer.

- Cada dia à noite fazer a lista das actividades que devemos realizar no dia seguinte.
- Fazer a lista, aos poucos, daquilo que devemos comprar.
- Anotar dados que queremos utilizar habitualmente e que começamos a esquecer. Por ex: 1- Os números de telefones que mais precisamos de utilizar, compreendendo o nosso próprio telefone... 2- A matrícula do carro. 3- O número da nossa conta no banco. 4- O nosso próprio endereço e dos nossos amigos/familiares. 5- O número daqueles que precisamos habitualmente de contactar. 6- Datas de aniversários das pessoas a quem costumamos felicitar; datas de factos históricos a comemorar no ano em que se está, datas de festas religiosas, nomes de planetas, virtudes/pecados, capitais, cidades, oceanos, rios, continentes, etc., etc. e procurar utilizar estes assuntos em conversas com amigos.

6. Nós, os idosos, não podemos viver de lamentos, mas sim das realidades. Temos de ser disciplinados, impormo-nos ordem, ser responsáveis. Temos de vencer o esquecimento, ajudando-nos a armazenar e reter a informação. Relembrar, anotar, fazer a lista e relê-la frequentemente. Nos convívios, com colegas e amigos, em grupo, vamos vencer o esquecimento. Mantendo-nos alerta, atentos e concentrados, projectando e planeando, ajudando a nossa memória funcional. Pensar antecipadamente e anotando (na véspera à noite ou durante o dia) pensar, raciocinar, arrumar as tarefas do dia seguinte, vamos incentivar o nosso cérebro, vamos reler as nossas listas.

Prezados amigos: Para nos darmos às causas da justiça, da paz e da solidariedade precisamos de continuar a viver activos, conservando em bom estado o nosso cérebro e a nossa memória.

Só em Lisboa há 85.000 idosos sozinhos!... Vamos procurar ajudá-los, a estes e a todos, colaborando no Voluntariado da ASSP.

NOVO

RECEBA A NEWSLETTER DA ASSP

BASTA ENVIAR-NOS O SEU ENDEREÇO ELECTRÓNICO
(e-mail) PARA **info@assp.org**

NOVOS ASSOCIADOS

19

AÇORES

- 18652 • Maria Madalena Matafome Martins
- 18659 • Helena Clotilde Pacheco Pimentel L Medeiros

ALGARVE

- 18693 • Nazaré Louro Valente Pontes Gonçalves
- 18699 • Marcela Francisca Lança

AVEIRO

- 18667 • Vânia Inácia Mora Alves
- 18695 • Maria Lurdes Brito Afonso Vieira Silva

BEJA

- 18655 • Maria Ana Margalhos Favinha Palma Castelhanos
- 18701 • Maria Ana Pinto Estêvão Gama
- 18702 • Elísio Silva Gama

COIMBRA

- 18646 • Maria Gloria Rodrigues
- 18668 • Maria Clementina Pedrosa Vital C Carvalho
- 18696 • Maria Lurdes Ribeiro Graça Carmo Rocha
- 18697 • Mário Lopes Lucas

ÉVORA

- 18649 • Eugénio Jorge Florido Bajouca Lemos Sousa
- 18650 • Maria Céu Madeira Amaro Pires Costa
- 18651 • Maria Antónia Santana F Sim Sim Alves Pereira
- 18660 • Maria Helena Pascoal Rosado Pedrosa
- 18661 • Olívia Bela Viegas Espada Santos
- 18662 • Júlia Emília Silva Cravidão
- 18663 • Dionísia Azougado Alves Alferes
- 18664 • Acácio Monteiro Alferes
- 18665 • Teresa Maria Costa Andorinho
- 18666 • Maria Rita Mira Caeiro Baptista Caeiro
- 18672 • Ana Cristina Bugalho Oliveira Rodrigues Costa

- 18673 • Paulo Jaime Lampreia Costa
- 18674 • Custodia Mendes Lampreia Silva Costa
- 18675 • Rita Rosa Rodrigues Feio Aranha
- 18676 • Maria Joaquina Silva Silva
- 18677 • Dulce Nobre Almeida Candeias
- 18678 • Adolfo José Pestana Candeias
- 18679 • João Miguel Freitas Barros Lomelino Freitas
- 18680 • Maria José Costa Aleixo Monteiro Baptista
- 18681 • Maria Jerónima Santos Romana Abreu Soares
- 18682 • Maria Eduarda Jesus Marques Rebelo
- 18683 • Maria Aires Pires Gomes Rosa Correia
- 18684 • Violante Adelina Baeta Simas Simões
- 18685 • Ana Cristina Mouquinho Bucho Maurilio
- 18686 • Maria Emília Caeiro Costa
- 18707 • Maria Alzira Alfaiate Moreira Cavacas
- 18708 • Alcina Jesus Machado Cardoso
- 18709 • Maria Conceição Rosa Baptista Noites
- 18710 • José Manuel Conceição Noites
- 18711 • Maria Anjos Carvalho Miradouro Falcão

LEIRIA

- 18647 • Lucinda Gaspar Antunes Caleira
- 18648 • Guida Lourenço Almeida Alves

LISBOA

- 18653 • Maria Teresa Fonseca Silva
- 18654 • Dália Piedade Lorenzo
- 18656 • Maria Conceição Mesquita P C A Gonçalves
- 18658 • Maria Barbara Serrano André
- 18670 • Alberto Jorge Esteves Guerra
- 18687 • Olegário Sousa Paz
- 18688 • Maria Conceição Ramos
- 18689 • Maria Ângela Teresa Fong
- 18694 • Ana Isabel Gonçalves Silva André Brito

- 18700 • Isabel Maria Pinto Gama
- 18703 • Therese Balse
- 18704 • Aureliana Gisela Vieira Vicente Lopes Pato
- 18705 • Emília Maria Salvado Borges Ribeiro Santos
- 18706 • Leonel Ribeiro Santos

PORTO

- 18657 • José Rui Marinho Centeno Costa
- 18690 • Maria Helena Rocha Santos Alves Costa
- 18691 • Manuel Alves Costa

SANTARÉM

- 18669 • Maria Clotilde Pereira Ribeiro Pires Costa

SETÚBAL

- 18671 • Ana Maria Fortuna Andrade
- 18698 • Maria Edite Conceição Almeida

UISEU

- 18692 • Francisca Balbina Afonso Vaz

ASSOCIADOS FALECIDOS

Apresentamos aqui os nomes dos nossos associados que deixaram saudosos seus familiares e amigos.
Sentidos pêsames da ASSP.

- 5067 **Marília Mourisca Mendes Vidal** (Aveiro) • 7486 **António Virgílio Belchior Viegas** (Barreiro) • 158 **Maria Beatriz Tome Monteiro** (Caldas da Rainha)
- 4091 **Maria Conceição Jorge Martins** (Campelos, Torres Vedras) • 16906 **Virgínia Conceição Aroso Carvalho Ribeiro** (Coimbra) • 8926 **Acácio Figueiredo Pereira** (Estoril) • 5401 **Maria Gloria Saboias Madeira Pires Sousa** (Faro) • 10293 **Maria Filipa B Mariano Rodrigues Domingues** (Faro) • 6223 **Maria Fernanda Dias Patrocínio Morgado** (Leiria) • 1480 **Laura Bravo Carvalho** (Lisboa) • 11701 **Maria Branco** (Lisboa) • 12066 **Maria Amália Serrão Fialho** (Lisboa) • 10619 **Maria Lurdes Costa Belo Alexandre** (Mem Martins) • 1328 **Leonilda Aurelina Torres A Pereira Gomes** (Odivelas) • 8795 **Fernanda Elvira R S Guedes Correia Pessoa** (Parede) • 5568 **Maria Laura Barbosa C. Figueiredo Guedes** (Porto) • 3573 **Lucinda Morais Sousa** (Rio Tinto)
- 571 **Maria Manuela Gomes Costa Góis Rodrigues** (Setúbal).



MADRID E AS FALLAS DE VALÈNCIA

Participe numa das mais vivas manifestações de arte popular em Valência, as Fallas, onde se celebra o seu padroeiro, S. Jose, mas que assume ainda as grandes celebrações do início da primavera e dos ritos de fertilidade, onde os "ninots", bonecos de madeira de carácter satírico de grandes dimensões são depois queimados na grande noite das fallas. Em Madrid iremos ver duas das mais importantes exposições que se realizarão no Prado e no Museu Thyssen em 2012.

Preço por pessoa em quarto duplo 1100,00 €

16 a 23 Maio



ROTA DO FRESCO DE VILA MÇOSA, ALANDROAL E BORBA

Viagem acompanhada por técnico de arte e património que nos leva à descoberta dos conventos e igrejas onde iremos encontrar os frescos e a decoração em talha e azulejo patrocinados pela casa real de Bragança. Dois dias desfrutando da arte e dos sabores do Alentejo terminando com um espectáculo de fiteiros alentejanos.

Preço por pessoa em quarto duplo 295,00 €

12 e 13 Maio

GUIMARÃES 2012 E A ROTA DA MARIA DA FONTE

Homenageando a Maria da Fonte, heroína popular que encabeçou um movimento insurreccional no Minho em 1846 e que tanta repercussão teve em todo o país. Propomos a descoberta das paisagens e aldeias, da Póvoa do Lanhoso a Fontecarda, num trilho pedestre que nos irá desvendar a História e os monumentos significativos desta região. Em Guimarães, Capital da Cultura 2012, vamos redescobrir a cidade e os seus novos equipamentos culturais e assistimos a um concerto de Música Clássica pelo grupo Emerson String Quartet.

Preço por pessoa em quarto duplo 575,00 €

19 a 21 Maio



NOVA IORQUE – A Cidade do Mundo

A mais famosa cidade do mundo, mil vezes filmada e território de todas as experiências artísticas e sociais. Os bairros típicos de Brooklyn e Greenwich.

Preço por pessoa em quarto duplo 2300,00 €

21 Abril a 02 Maio

club experience(s)

viagens temáticas e culturais

COSTA ALENTEJANA E COSTA VICENTINA

O litoral sul português possui algumas das mais bem conservadas e desconhecidas paisagens do nosso país. De Porto Covo a Almogrove, do Cabo Sardoão a Odeceixe e Bordeira, com estada no mítico cabo de Sagres, o mar bravo, as falésias e promontórios, as praias selvagens, sonho e glória de um povo que venceu o medo são alguns dos temas desta viagem. Visita de Vila do Bispo e Lagos, a aventura dos Descobrimentos.

Preço por pessoa em quarto duplo 920,00 €

11 a 13 Abril



www.cistertour.pt
tematicos@cistertour.pt
tel: 213804064

ALGUMAS SUGESTÕES DE VIAGENS PARA MARÇO E ABRIL

FALLAS DE VALÈNCIA
17 a 21 de março - 575 €

MADRID E TOLEDO
30 de março a 2 de abril - 415 €

SEMANA SANTA EM SEVILHA
3 a 8 de abril - 600 €

MADEIRA - FESTA DA FLOR
19 a 23 de abril - 795 €

MARROCOS - CIDADES IMPERIAIS
30 de março a 7 de abril - 975 €

PÁSCOA EM ITÁLIA
3 a 9 de abril - 1.235 €

CRUZEIRO MSC MÚSICA - ITÁLIA, ILHAS GREGAS E CROÁCIA
21 a 29 de abril - 1.170 €

NOVO CATÁLOGO 2012 JÁ DISPONÍVEL

Levante grátis o seu exemplar numa das nossas agências, solicite o envio pelo correio ou consulte-o em



NOVA LOJA EM LISBOA

Rua do Viriato, 1A | 1050-233 Lisboa
Tlf: 213 304 168
Fax: 210 493 118

Rua Pinto Bessa, 466 | 4300-428 Porto
Tlf: 222 088 098
Fax: 222 088 099



CAPITAIS DA EUROPA CENTRAL

Praga • Bratislava • Viena • Budapeste
Voos TAP + Hotéis 4 estrelas + 13 refeições
Viagem de 14 a 21 de Julho 2012 • 1.290,00 € P/Pessoa em quarto duplo



ÁUSTRIA E ALPES ITALIANOS

Viena • Salzburgo • Innsbruck • Graz
Voos TAP + Hotéis 4 estrelas + 9 refeições
Viagem de 22 a 27 de Julho 2012 • 1.460,00 € P/Pessoa em quarto duplo



CRUZEIRO NO BÁLTICO

Copenhaga • Estocolmo • Helsínquia • S.Petersburgo • Tallin
Viagem de 17 a 25 de Agosto • Desde 1.830,00 € P/Pessoa em camarote duplo



emotionstore