



Boletim informativo  
**Associação de Solidariedade Social dos Professores**



PUBLICAÇÃO BIMESTRAL

LISBOA

Novembro/Dezembro 2013

186



## DELEGAÇÕES

### AÇORES

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

### ALGARVE

Rua Eng.º Aboim Sande Lemos, 14, R/C • 8000-544 Faro  
Tel./ Fax 289 824 822 • [d.algarve@assp.org](mailto: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](mailto:d.aveiro@assp.org)

### BEJA

Apartado 153 • 7801-902 Beja  
Telm. 96 917 25 37 • [d.beja@assp.org](mailto: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](mailto:d.coimbra@assp.org)

### ÉVORA

Travessa da Milheira, n.º 13 • 7000-545 Évora  
Tel./Fax: 266 709 477 • Telm. 96 780 42 46 •  
[d.evora@assp.pt](mailto: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  
[assp.dguimaraes@gmail.com](mailto:assp.dguimaraes@gmail.com)

### 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](mailto: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](mailto:d.lisboa@assp.org)

### Casa dos Professores

Rua Pedro Álvares Cabral, 150  
2775-615 Carcavelos  
Tel. 21 458 44 00 • Fax 21 458 91 28  
[casaprofessoresemcarcavelos@gmail.com](mailto: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](mailto: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](mailto: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](mailto: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](mailto: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](mailto: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](mailto: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](http://www.assp.pt) • [info@assp.org](mailto:info@assp.org)  
Seg. a Sex. 9.00 - 13.00 h / 14.00 - 17.30 h

## Residências

<b>AVEIRO</b>	<b>Casa do Professor</b> Rua Nova, Bloco D, Santiago 3810-370 Aveiro	Tel. 234 373 230
<b>CARCAVELOS</b>	<b>Casa dos Professores</b> Rua Pedro Álvares Cabral, 150 2775-615 Carcavelos	Tel. 214 584 400 Fax 214 589 128
<b>PORTO</b>	<b>Casa de São Roque</b> Estrada Interior da Circunvalação 3201 4300-111 Porto	Tel. 225 106 270 Fax 225 104 629
<b>SETÚBAL</b>	<b>Casa dos Professores</b> Av. António Sérgio n.º 1 2910-404 Setúbal	Tel. 265 719 850 Fax 265 719 851
<b>PROTOCOLOS:</b>	<b>Coimbra</b> - Casa dos Juízes <b>Faro</b> - Amara <b>Fátima</b> - Primus Vitae <b>Guarda</b> - Gold Palace <b>Guimarães</b> - Camélia Hotel & Homes (Residências Sénior) <b>Lisboa</b> - Casa dos Leões	

## Quartos para residentes temporários

Coimbra 1 ■ Guimarães 1 (suite para 2 pessoas) ■ Lisboa 12  
Madeira 4 Duplos e 1 Single ■ Portalegre 2 ■ Santarém 2

Os interessados devem contactar as diferentes Delegações para obter informações.

## Quotização 2013

## NOVAS QUOTAS

### Para os associados, em vigor até o final de 2013

1.º escalão (até 29 anos)	6,25 €
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 €
Familiares em coabitação	8,00 €

### Para os novos associados

Escalão A (até 29 anos)	3,00 €
Escalão B (30 a 39 anos)	4,00 €
Escalão C (40 a 49 anos)	5,00 €
Escalão D (50 a 59 anos)	6,00 €
Escalão E (60 e mais anos)	7,00 €
Escalão F (Familiares)	8,00 €

## Seguro de Saúde 2013

Módulo I	■ Internamento hospitalar	162.00 €
	■ Parto, cesariana e internamento de gravidez	

Módulo II	■ Internamento hospitalar	414.00 €
	■ 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

DIRECTOR: António Amaro Correia

DIRECÇÃO, REDACÇÃO E ADMINISTRAÇÃO: Largo do Monte n.º 1 • 1170-253 Lisboa,  
Tel. 218 155 466 • Fax 218 126 840 • [info@assp.org](mailto:info@assp.org) • [www.assp.pt](http://www.assp.pt)

PROPRIEDADE: 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 ASSOCIADOS:

Número Avulso .....	0,40 €	Inscrição na DGCS .....	111841 / 86
Assinatura anual .....	2,49 €	Depósito Legal .....	36086 / 90
Tiragem (n.º exemplares) .....	10 .500		

## EDITORIAL

## MELHOR E MAIS SOLIDARIEDADE - COMPROMISSOS

Com uma crise económico social actual oriunda de vários quadrantes e que se tem vindo a agudizar, a introdução de estratégias que materializem o conceito de competitividade, terão que estar presentes nas Instituições do Sector Social.

Ao longo dos tempos, e presentemente cada vez mais, estamos confrontados com um mundo de incertezas, não só para as pessoas, como para as Instituições.

Uma organização moderna e inovadora que na sua estratégia tenha como objectivo tornar-se competitiva, deve integrar-se no conjunto cujo lema é "fazer acontecer" - quebrando, assim, conceitos ultrapassados de imobilidade - e isso pressupõe definição de estratégias.

Referindo Henry Mintzberg, "Estratégia é pensar no futuro, integrada no processo, com base em procedimento formalizado e articulador de resultados". Daí que a orientação dever ser a de a ASSP, perante situações inesperadas, ser capaz de, nos seus processos, absorver e ultrapassar tais posições, sem colocar em risco a sua qualidade técnica e funcional do serviço prestado.

Assumi a Direcção Nacional, após fazer uma recolha e análise da informação disponível, e tendo como base a missão da ASSP "Solidariedade com todos os associados na preservação da sua qualidade de vida, em especial dos que se encontram na situação de carência ou risco" e demais objectivos estatutários, traçar um plano de acção, acompanhado de processos, com vista à obtenção de resultados que façam com que a ASSP, no seu todo, corresponda aos anseios dos seus associados, contribuindo assim para a sua retenção e fidelização à nossa Associação.

Para além de um correcto planeamento das fases de desenvolvimento dos processos, terão os responsáveis que assumir uma especial atenção ao acompanhamento e ao cumprimento de prazos acordados e à necessária monitorização contínua desses mesmos processos, obrigando-se-lhe uma avaliação final.

Cumprindo esta cadeia processual, assim se poderá aferir da boa qualidade final das iniciativas pré definidas e, então, concretizar as expectativas geradas nos nossos associados.

Estamos certos de que, com eficiente desempenho e eficácia temporal e, se continuarmos a aplicar as ferramentas que a DN tem introduzido nas várias vertentes da organização, **TODOS – DIRECÇÃO NACIONAL E DELEGAÇÕES** - seremos capazes de atingir os objectivos alinhados: confiança, fidelização, qualidade de serviço, aumento de associados, contributos que levem a que possamos ser ainda **MELHOR E MAIS SOLIDÁRIOS**.

A. Amaro Correia  
Presidente da Direcção Nacional

## QUOTAS

Em julho, no BI 184, noticiámos as alterações das quotas, que entram em vigor para todos os associados em janeiro de 2014.

No caso dos associados casados ou a viver em união de facto, o segundo associado paga 50% da quota. Sendo associados num escalão a pagar 7,00€ mensais, os casais passarão a pagar um total de 10,50€ em vez dos anteriores 14,00€. No entanto, e no espírito de solidariedade que é a missão desta associação, se os casais de associados quiserem continuar a pagar o mesmo valor, deverão informar dessa decisão os serviços administrativos da Sede. O mesmo poderá acontecer com os associados cuja quota diminui para a passagem dos novos escalões. Nesses casos, a diferença será considerada como donativo e, como tal, será emitido recibo.

Recordamos que nenhum associado verá a sua quota aumentada: se se encontra abrangido pelos anteriores escalões 1, 2 ou 3 e tem mais de 60 anos, não irá passar para os 7,00€ do novo escalão E, mas manterá o valor anterior.

Em relação à periodicidade da cobrança, passará a ser realizada do seguinte modo: mensalmente, por desconto no vencimento, para os professores no activo; trimestralmente para os que anteriormente pagavam de forma semestral (mas poderão solicitar manutenção do desconto semestral, para a Sede). No caso dos associados que pagam anualmente manterão essa modalidade (mas poderão solicitar alteração para semestral ou trimestral).

# AS DELEGAÇÕES RUMO A 2014

"O que é o 'espírito de corpo'?", perguntou alguém, numa das salas do encontro. Durante alguns instantes, ninguém respondeu mas, por fim, um outro alguém disse: "espírito de corpo é quando o todo é maior que as partes". Na mesma reunião, outro dos participantes discorria, um pouco mais tarde, sobre questões de identidade, o que, aplicada à nossa Associação, nos levava a interrogarmo-nos, por um lado, de que forma é que a sociedade a conhece e referencia e, por outro, o que podemos/deveremos fazer para que essa imagem possa ser reajustada e redireccionada de modo a que a ASSP possa responder às exigências actuais e manter-se fiel aos objectivos iniciais da sua constituição.

No primeiro encontro de Delegações (**Uma nova estratégia – contributo para a mudança**) no passado mês de Maio, em Coimbra, reflectimos, em conjunto, quem somos e donde vimos. Agora, em Setúbal, o objectivo era traçarmos o caminho a seguir. É que, "para podermos ir a algum lado, primeiro temos que saber onde estamos" e "não existe vento favorável para o marinheiro que não sabe para onde ir" (Séneca). Ouvimos, em Coimbra, que éramos perto de 11.500 associados e que destes, cerca de 80% têm mais de 60 anos. Apenas 20% dos associados se encontram no activo. Nesta situação, torna-se urgente inverter a actual curva da esperança média de vida, na Associação.

Para isso:

- É urgente encontrar novas formas de comunicação e melhorar as actualmente existentes
- **Importa criar condições mais atractivas para que os professores no activo adiram à ASSP, sem descurar a qualidade dos serviços a prestar aos mais idosos**
- Há que rever a imagem da ASSP junto da comunidade e intensificar a nossa interligação com outras organizações de professores.
- Urge pensar nos filhos e netos, sobretudo dos professores associados, em tempo de férias e em actividades complementares à escola
- **É fundamental o empenho de todas as Delegações para que seja assegurada a manutenção e a sustentabilidade da Associação, definindo e respeitando indicadores sociais, económicos e financeiros, adequados à natureza e missão da ASSP, atendendo a princípios de solidariedade, transparência e colaboração entre as Delegações.**

Os temas apresentados no Encontro de Setúbal andaram à volta destas questões, as quais foram preparadas ao longo dos meses que mediaram os dois encontros. Foram escolhidos três temas, expostos e discutidos, em simultâneo:

- COMUNICAÇÃO 2014
- CONTAS DAS DELEGAÇÕES
- AS DELEGAÇÕES RUMO ÀS ESCOLAS



## COMUNICAÇÃO 2014

Foi apresentado e discutido o projecto global de comunicação em suporte de papel para 2014. A ASSP apresenta um conjunto de meios próprios para comunicar com os professores em geral e com os associados em particular, são eles:

**Folha ACONTECER** - Um elemento da DN vai acompanhar detalhadamente a evolução do processo na medida em que da sua concretização se prevê melhorar a comunicação entre as Delegações e os seus associados constituindo uma ferramenta significativa no estabelecimento de novos contactos e na concretização da adesão à ASSP.





**BI** - O BI vai passar a ter 4 edições anuais em vez das 6 que tem actualmente.

O desenvolvimento do novo conceito editorial levará em linha de conta a não rotura com os hábitos de associados pelo que será mantido um espaço para cada Delegação, limitado a uma página, para o qual é sugerido que seja usado como espaço de um facto/acontecimento significativo para os associados.

**NEWSLETTER** - Justifica-se a edição mensal desta comunicação que se destina a todos os Professores. É enviada por mail.

**SALES FOLDER** - Trata-se de um instrumento que cobre os aspectos mais positivos da ASSP, enfatiza as vantagens que resultam da adesão, perspectiva novos serviços. Trata-se de uma peça que vai apoiar todos os contactos pessoais, reuniões com professores e tem função mnemónica muito importante.

Estes meios próprios foram apresentados no Encontro, com exemplos, e foram ouvidas as sugestões das Delegações.

## CONTAS DAS DELEGAÇÕES

Quer na vertente do orçamento, quer no âmbito da exploração corrente, é imprescindível que as Direcções das Delegações compreendam e dominem, minimamente, os mapas e contas mais importantes, designadamente por parte dos associados que são chamados a desempenhar as funções de tesoureiro (vice-presidentes para a área financeira), mesmo não possuindo uma preparação específica nas vertentes contabilística e financeira. Melhorar o desempenho da função, aumentando competências tanto a nível da execução, como da compreensão, foi o objectivo deste tema. Foram abordados, duma forma simples e desprovida de preconceitos académicos, mapas das demonstrações financeiras à data de 31.12.2012, de modo a facilitar a sua leitura e o seu entendimento, bem como das rubricas mais importantes, conducentes ao cálculo e à compreensão de alguns indicadores económicos e financeiros e do seu alcance, também, numa perspectiva orçamental.

## AS DELEGAÇÕES RUMO ÀS ESCOLAS

Como introdução, referiram-se as primeiras 'Campanhas de sócios' nos anos 80, e os contactos com as escolas, como se fazia há 30 anos, em que a grande maioria dos associados estava no activo.

As Delegações apresentaram as suas actividades e estratégias previstas para 2014 neste âmbito. Ouviram-se boas práticas e estratégias inovadoras, analisaram-se modos de agir, trocaram-se sugestões com vista a melhorar procedi-

mentos. Foram também apresentadas novas estratégias da iniciativa da DN – a referência às novas quotas, aos benefícios para os progenitores e para os próprios, as novidades em relação à formação contínua de professores (a ser apresentada de forma mais detalhada em 2014). Apresentaram-se quadros e instrumentos para apoiar o trabalho nas Delegações na área dos associados – os que existem e os novos.

Vivemos numa época de dificuldades a vários níveis. Apesar da entrada de novos associados todos os meses, assistimos a uma descida média de 200 associados/ano.

Com base nestes dados, apontaram-se metas para o futuro: com as novas vantagens para os professores no activo, suas famílias (os seus filhos e os seus pais), queremos recuperar os 11 500 associados no final de 2014 e atingir 12 000 um ano depois.



No final do Encontro, era patente a satisfação dos participantes, considerando terem sido conseguidos os objectivos propostos. Não podendo realizar-se duma forma assídua (também há custos associados!) considera a Direcção Nacional ser desejável a realização de, pelo menos, um encontro desta natureza, em cada ano.

Sonhar um projecto significa colocar em acção toda uma série de pensamentos, estratégias e recursos. E também emoções, energia e ideais. É um desafio que desenvolvemos sozinhos ou em grupo, neste caso funcionando como uma orquestra. O grande desafio é fazer mais e melhor com menos recursos, articulando os diferentes grupos de instrumentos em sintonia.

Uma boa gestão deve procurar ao mesmo tempo alcançar a eficiência e a eficácia, ou seja, se queremos que o nosso projecto seja 'maiúsculo' devemos procurar alcançar os objectivos definidos, fazendo esse trabalho com o menor número de erros e menor quantidade de recursos possíveis, pois só assim é possível atingir resultados satisfatórios sem aumentar os custos.

A consciência da mesma missão, a comunhão dos mesmos princípios e a força da solidariedade entre todas as Delegações são os ingredientes fundamentais para a criação dum "espírito de corpo" dentro da ASSP, para o que também estes encontros dão o seu contributo. É tempo de as Delegações deixarem de viver para dentro de si mesmas e se sentirem parte activa do mesmo todo, dialogando mais umas com as outras e partilhando dos mesmos projectos. É tempo também de dividir tarefas e conjugar esforços, focando as nossas energias em áreas específicas, procurando a especialização, como os músicos de uma orquestra. É importante "concentrarmo-nos naquilo em que somos bons e delegar todo o resto" (Steve Jobs). Decerto alcançaremos a maior eficiência e eficácia nos desafios projectos que sonhámos.

João Peres / Miguel Vilhena

## O NOSSO BI, O BOLETIM INFORMATIVO, VAI MUDAR.



A ASSP é na sua essência uma comunidade de professores, isto é, gente que dedicou o melhor da sua vida a gerar, promover e instituir mudança. Assim entendemos o acto de ensinar.

O nosso boletim, o BI, sempre deu notícias de mudança. Nele se noticiaram eventos, viagens, momentos de sentido convívio e também saudades daqueles que nos deixaram.

O boletim vai mudar, vai ampliar o seu conteúdo criando espaço para outras intervenções.

As Delegações poderão continuar a dar notícia do que mais importante se passou ou foi vivido.

Certamente, e com toda a legitimidade, ser-nos-ão perguntadas as razões da mudança.

Diremos, de forma simples e concisa, que é imprescindível assegurar a continuidade do BI, garantir a sua duração, e nada é tão duradouro como a mudança.

Porque mudar não é fácil e precisa de tempo, aqui fica o nosso pedido de paciência até Março. É já na Primavera.



## 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 reunião da Assembleia Nacional de Delegados marcada para 15 de novembro de 2013, em Lisboa.

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
Açores	11/11	15.00	Sede
Algarve	12/11	14.30	Sede
Aveiro	12/11	17.30	Sede
Beja	11/11	15.30	Sede
Coimbra	12/11	17.00	Sede
Évora	12/11	16.30	Sede
Guimarães	13/11	15.00	Sede
Leiria	12/11	15.00	Sede
Lisboa	13/11	14.30	Sede
Madeira	11/11	18.00	Sede
Portalegre	13/11	18.00	Sede
Porto	12/11	09.30	Sede
Santarém	12/11	16.00	Sede
Setúbal	12/11	17.00	Sede
Viseu	14/11	15.30	Sede

Os Presidentes das Delegações

## CONVOCATÓRIA (AOS DELEGADOS)

Para cumprimento do disposto na alínea c3 do n.º 2 do Artº 31º dos Estatutos da ASSP, convocam-se os Delegados para uma Reunião Ordinária da Assembleia Nacional de Delegados, a realizar no dia 15 de novembro de 2013, em Lisboa, pelas 10.30 horas, na Escola Secundária Pedro Nunes, Av. Alvares Cabral, com a seguinte Ordem de Trabalhos

1. Informações
2. Proposta de alteração da Jóia
3. Alteração do processo de candidatura às Estruturas Residenciais de Idosos (ERI)
4. Orçamento rectificativo de 2013
5. Plano de Actividades e Orçamento da ASSP para 2014

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.

○ Presidente da Mesa da Assembleia Nacional de Delegados

## SERVIÇOS ADMINISTRATIVOS

### DONATIVOS

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

00562 - 82,00 €  
01154 - 18,00 €  
01302 - 19,00 €  
03126 - 22,00 €  
03216 - 19,00 €  
08477 - 366,00 €



# ALGARVE

## A PARTICIPAÇÃO EM ACTIVIDADES CULTURAIS DÁ SAÚDE?

Uma ida ao cinema ou a um espectáculo fá-lo sentir-se bem? Realizar uma actividade criativa aumenta o seu gosto pela vida?

Então saiba que actividades deste tipo também contribuem para melhorar e conservar a sua saúde.

São estas as conclusões de um estudo encomendado recentemente pelo governo escocês e que, pela primeira vez, disponibiliza dados que permitem explorar estatisticamente a relação entre a participação em actividades culturais e desportivas e a percepção da qualidade de vida, segundo um artigo do jornal Público, do passado 23 de Agosto.

O estudo, feito a partir de dados do Household Survey de 2011 que inquiriu mais de 14.000 agregados familiares, torna agora evidente que as pessoas que consideram boa a sua saúde são em muito maior número entre as que participam em actividades culturais do que entre as que não participam, sendo que essas pessoas se consideram também mais satisfeitas com as suas vidas, não se referindo contudo à inexistência de experiências negativas.

É curioso que estas conclusões continuem válidas mesmo em situações de idade avançada, falta de recursos e até mesmo de incapacidade ou doença prolongada.

Conclui-se assim que dançar, ler por prazer, ouvir música ao vivo, ir ao cinema ou ao teatro, fazer fotografia, participar num atelier e praticar tai-chi, entre muitas outras actividades, aumentam a sensação de bem-estar e ajudam a reforçar a resiliência em tempos difíceis.

A relação entre a cultura e a saúde tem sido objecto de estudo nas últimas décadas, sendo conhecidas algumas práticas educativas e terapêuticas que utilizam várias formas de expressão artística com bons resultados, embora os especialistas digam haver ainda muita falta de dados concretos sobre o assunto.

Recentemente, a investigação neste campo tem tido um grande desenvolvimento,



sobretudo a partir de estudos epidemiológicos realizados na Noruega (Cuypers e outros). Neste momento, começam mesmo a formar-se em alguns países parcerias entre instituições culturais, como museus, universidades e serviços de saúde para, em conjunto, conceberem e utilizarem estratégias promotoras de saúde pública.

Para finalizar, regressemos à realidade mais próxima de nós: participando em actividades culturais que a sua comunidade e, em particular, esta associação lhe oferece, tanto como criador como fruidor, estará cuidando da sua saúde.

Para consultar o estudo citado:

<http://www.scotland.gov.uk/Resource/0043/00430649.pdf>

Outras fontes:

<http://jech.bmj.com/content/early/2011/05/04/jech.2010.113571>

<http://rsh.sagepub.com/content/133/1/66.abstract>

# AVEIRO

## PRÓXIMO EVENTO

CEIA DE NATAL - 12 DE DEZEMBRO DE 2013  
Jantar convívio, exposição de trabalhos realizados pelos residentes e momento cultural.



## SAÍDA CULTURAL

### OS ENCANTOS DO TÂMEGA E DOURO REALIZADA A 21 DE SETEMBRO

Parecia que nada seria novo em Marco de Canaveses, cuja igreja moderna é por demais visitada. Porém, ouvir atentamente o significado que o próprio arquiteto Siza Vieira atribuiu a certas particularidades (após paciente estudo), levounos a olhar e ver melhor como elas nos transportam ao transcendente.

Em seguida, visitámos o Museu de Cármen Miranda, ainda em fase de recolha de material, mas já com um acervo considerável.

No autocarro, havia que aproveitar o tempo e alguém lembrou “A festa do Capão “. Logo se fez uma descrição do

que acontece a alguns com “trejeitos de rei da capoeira“. Foi um manancial de curiosidades que deram lugar a saudáveis risadas!

Em Cinfães, no restaurante do Hotel Porto Antigo, foi possível retemperar e saciar estômagos mais ansiosos! O sol luminoso, espelhando-se no Douro, deu as suas boas-vindas a todos nós.

Já no regresso, o Mosteiro de Santo André de Ancede e sua capela Barroca, cujos altares lembram nichos de teatrinhos medievais, mereceu todo o nosso interesse.

No final, a CASA DO PROFESSOR agradeceu a todos o bom ambiente que se viveu e apelou a que se alargue esta família, desejosa de ver crescer o número de associados e amigos.



## ACTIVIDADES CULTURAIS E RECREATIVAS

### DESTINADAS A OCUPAR O TEMPO LIVRE DOS NOSSOS UTENTES

Agosto e Setembro são meses em que muitos residentes têm a oportunidade de se ausentar da Casa do Professor de Aveiro e estar ainda mais próximos dos seus familiares. Regressando às suas origens ou até mesmo para desfrutar das férias noutros locais, são menos os adeptos nas actividades desenvolvidas.

Contudo, mantiveram-se as sessões de Gerontomotricidade ministradas pelo Fisioterapeuta da Casa, realizadas não só no nosso Ginásio como na Praia. Tirando proveito do bom tempo que se fez sentir, foram promovidos passeios e caminhadas ao ar livre e a centros comerciais, apreciando as belas paisagens que a nossa Cidade nos oferece. Uma outra riqueza aveirense diz respeito à nossa Universidade, onde pudemos passear nos seus belos espaços envolventes desenhados pelo Arquitecto Nuno Portas. Tivemos a oportunidade de visitar a Livraria e ainda a extraordinária Biblioteca da autoria do Arquitecto Álvaro Siza Vieira, onde pudemos folhear livros, ler diversos jornais e ainda utilizar os meios informáticos disponíveis.



Agosto mostrou ser um mês de grande manifestação de entejuda e carinho através do voluntariado de um grupo de jovens. Abrindo-lhes as nossas portas, pudemos viver momentos de partilha, música, conversa e dança, revitalizando as nossas energias.

Numa altura em que o tomate predomina e caracteriza a época, foi possível realizar um workshop de culinária onde confeccionámos Doce de Tomate, para posterior partilha com outras pessoas da comunidade. Também as nossas compe-

tências de arteterapia foram colocadas à prova com a confecção de flores feitas a partir de conchas, de trabalhos de costura e de decoração.

Entrando no mês de Outubro, aproximase uma data que nos é muito especial – o Dia Internacional do Professor. Está prevista a realização de uma celebração eucarística, pelo que se deu início aos ensaios dos cânticos, e ainda de um convívio entre utentes, amigos e associados.

## 10 INFORMAÇÕES

- Aceitamos candidatura nos moldes habituais, para 1 vaga masculina em quarto duplo.
  - Mantêm-se abertas inscrições para o Centro de Convívio, com capacidade para 20 utentes, com possibilidade de transporte de e para a residência.
  - A nossa “Casa do Professor” tem ao dispor dos seus utentes, professores associados da ASSP e seus familiares até ao 2º grau, um ginásio e um SPA onde são praticadas várias actividades, apoiadas por técnicos especializados:
- + Ginásio – Gerontomotricidade; Pilates, Chi-kung, Yoga;
- + SPA – Banho Turco, Hidromassagens, Massagens Vichy, pedras quentes e relaxantes

# ÉVORA

## NOVAS INICIATIVAS

Este ano lectivo a Delegação de Évora da ASSP, lança três novas actividades:

- ROTEIROS, À DESCOBERTA DE Évora
- ARTISTAS CONVIDADOS
- OFICINA DE CANTE.

O riso e o canto não só fazem bem à saúde, como escasseiam. Porém, nada melhor para os tempos que correm: “Quem canta, seu mal espanta”...

Para complementar o “Yoga do Riso” a ASSP-Évora oferece, a partir de agora a componente do canto.

Para tal, nada melhor do que um mergulho na riqueza da região.

O cante é um género musical tradicional do Alentejo.

É um canto coral, em que alternam um ponto a sós e um coro, havendo um alto preenchendo as pausas e rematando as estrofes.

As suas origens são atribuídas à música tanto popular como erudita dos gregos.



Antigamente o cante acompanhava ambos os sexos nos trabalhos da lavoura.

Público era também o cante nos momentos masculinos de ócio, seja em quietude, seja em percurso em *arruadas*. Público ainda era o cante mais solene das ocasiões religiosas.

Outro cante existia, no domínio doméstico, onde era exercido principalmente por mulheres e no qual participavam também meninos.

## ARTISTAS CONVIDADOS

### IMAGEM “ARTES” DO FICHEIRO FOTOS LISBOA

Apesar da exiguidade da actual sede, dada a morosidade do processo de recuperação das futuras instalações, decidimos avançar, desde já, com uma iniciativa, há muito sugerida por uma nossa associada.

Esta nova actividade tem por finalidade destacar alguns dos Artistas Plásticos nacionais – ligados, de uma ou outra maneira a Évora – nas várias áreas: Pintura, Gravura, Serigrafia, Escultura, Cerâmica, Tapeçaria, etc.

O objectivo é expor, com carácter periódico, uma obra – ou mais – dos mais variados artistas; em simultâneo será divulgada a biografia do autor e, sempre que possível, organizado um encontro com o próprio.

A estreia será no mês de Novembro.

*A Elsa Gaspar, desde que deixou a Escola, pôs-se a pintar, quase de modo compulsivo, lá em casa, fechada, entregue a esta outra paixão.*

*Foi com muita surpresa que recebi a notícia de que tinha oferecido à Delegação de Évora uma das suas pinturas, para o que quiséssemos: angariação de fundos ou decoração da nova sede.*

*É a primeira vez que esta “nova artista eborense”, nossa associada, se separa de uma das suas obras!*

*Daqui o nosso orgulho, afecto e emoção perante sua atitude.*

*São estes actos que nos dão muita vontade de prosseguir na construção da ASSP e que, sempre que me apetece desistir ou desacelerar, me fazem arrepiar caminho.*

*Sobre o facto pedimos-lhe o seu testemunho.*

MS

## O ARTISTA, A SUA OBRA E O CORTE DO CORDÃO UMBILICAL

Começo por pôr os pontos nos iii. Não sou artista, nem tenho obra.

Entre outras muitas coisas, um(a) artista deverá dominar com perfeição a(s) técnica(s) que usa no acto criativo. Deve ter o treino e o talento que lhe permitam recriar as ideias e as imagens que o seu cérebro produz e a sensibilidade traduz. E, hoje mais do que ontem, deve ter a criatividade necessária para “dizer” de outro modo aquilo que outros já disseram, pensaram e fizeram. Se não, a sua arte não tem impacto e os “fazedores” de consagrações não deixarão que um minuto do seu tempo se desperdice na observação de uma obra que desconsideram.

Tenho a boa sorte de gostar de pintar. Por isso, quando passei a dispor de tempo para mergulhar neste gosto, tentei apetrechar-me com algumas técnicas que me permitissem nadar. É apenas isso que faço e com muita paixão. Mas não tenho os outros atributos imprescindíveis para me considerar artista.

Procuro trazer para a tela alguns momentos que, de alguma forma, me marcaram. Nas viagens, no dia-a-dia, no contacto com as pessoas ou com a natureza há instantes que nos tocam de uma forma tão forte, que a vontade de eterni-

# LISBOA

## O Passado e o Futuro da Comunicação:

Por ter sido em Lisboa que se deu o primeiro passo para a criação da ASSP e por algumas páginas deste BI serem dedicadas a esta cidade, foi feito convite à associada nº1, que em 1980 iniciara a referida criação, para que registasse algo sobre a mesma. A ocasião era oportuna, para se dar início à história da Comunicação na ASSP e o convite foi aceite. Em simultâneo não só se divulgará o texto da primeira circular que foi utilizada para comunicar aos professores a “ideia-sugestão” (um sonho), mas também o nome dos primeiros que a ela aderiram.

O texto foi dactilografado numa folha A4, utilizando uma máquina de escrever “Hermes, baby “, que ainda possuo. Foram feitas 3 edições, cada uma tendo a lista dos nomes dos colegas pela ordem de adesão e a primeira a rubrica de Áurea Simões, elemento do Conselho Diretivo da Escola Secundária Sebastião e Silva em Oeiras, comprovando conhecimento e autorização de afixação da circular. São as primeiras folhas do primeiro dos volumes da encadernação de todos os B.I. até Julho/Agosto/ 2012, feita por um filho de uma associada, e que ofereci à Biblioteca da Casa dos Professores em Carcavelos, em 24/09/2012. Na época cumpriu o exigido a uma comunicação, dita hoje de “proximidade” e a que se poderia ter chamado SONHAR, tal como a próxima futura se chamará ACONTECER.

Inicialmente, como agora, a forma de comunicar é importante.

As três edições da folha A4 e notícias em alguns jornais, foram os meios utilizados na comunicação em 1980. O gráfico da pg.7 do (BI-184), assim como a institucionalização da ASSP, logo em 1981, revelam terem sido formas eficazes de comunicar.

Permitam-me que sublinhe o importantíssimo papel que terão os planos de “Comunicação com Associados” e “Comunicação com professores” (BI-184). Uma, atualizada e bem estruturada divulgação, de uma adequada política de desenvolvimento da ASSP, conduzirá a um maior número de associados etariamente em equilíbrio, situação indispensável à sustentabilidade da ASSP no futuro.

“The last but not the least”.

Homenageie-se Lisboa, a cidade onde a ASSP nasceu, propondo-lhe o título de “Cidade, berço da ASSP “. Associada nº 1 (Professora Helena Romão Figueiredo)

Nota: por falta de espaço e com a concordância da responsável pelo artigo, as referidas folhas A4 serão divulgadas oportunamente.



# As CASAS da Delegação de Lisboa da Associação de Solidariedade Social dos Professores

A Delegação de Lisboa da ASSP gere duas Casas, situadas, uma, no concelho de Lisboa, e, outra, no concelho de Cascais. No concelho de Lisboa, administra a Casa Albarraque Costa, onde funciona a sede da nossa Delegação e no concelho de Cascais, administra a Casa dos Professores, em Carcavelos, onde funciona a Estrutura residencial para pessoas idosas.

## CASA Albarraque Costa

Aldina S. Mota Machado (Vogal da D. L.)

Este nome foi atribuído à CASA para homenagear a saudosa Dr.<sup>a</sup> Emília Albarraque Costa, associada n.º 29, pela sua dedicação à ASSP e, principalmente, à Delegação de Lisboa.

A generosa Senhora fez a esta Delegação várias doações, incluindo dois apartamentos que contribuíram para a compra desta CASA.



Por vezes apelidada de “Casa do Rato” pela sua localização ser próxima do Largo do Rato, ela situa-se mais propriamente na Rua de D. Dinis, o Lavrador, freguesia de Santa Isabel. Integrada numa zona histórica, a sua traça é antiga. Após a sua aquisição pela ASSP, efetuaram-se grandes obras de remodelação, tornando-a mais funcional e acolhedora. Ao longo dos anos têm sido feitas algumas intervenções de conservação. Recentemente, foi beneficiada com pequenas obras de pintura e redecoração nos salões de convívio/atividades, gabinetes de trabalho e principalmente nos treze quartos, todos eles com casa de banho completa. Queremos que os Passantes, Residentes temporários e todos os que frequentam a CASA, se sintam cada vez melhor.

A estadia na CASA inclui pequeno-almoço. Os preços são reduzidos, o ambiente é agradável, cómodo e acolhedor.

A poucos metros da CASA temos acesso ao Metro e a muitos autocarros o que possibilita deslocações rápidas, cómodas e de baixo custo, para toda a cidade. Ainda, a poucos passos de nós, temos o refeitório dos Serviços Sociais, bem como outras valências que existem nas imediações.

Caro associado, quando vier a Lisboa, visite-nos. Contacte com antecedência: recebê-lo-emos da melhor forma.

Informe-se das nossas atividades, organizadas com o apoio do Voluntariado (SVSO): passeios culturais, coro, chás-convívio, tertúlias literárias, aulas de informática e biodanza.



## CASA de Carcavelos

Afonso Santos Pereira (Presidente da D. L.)

Queremos aproveitar este espaço do nosso Boletim Informativo para destacar o 1.º aniversário da abertura da nossa Casa dos Professores, em Carcavelos, ocorrido no dia 24 de Setembro de 2013.

Não vamos recordar a descida aos infernos da burocracia estatal e autárquica, iniciada em Julho de 2010, após a entrega das chaves da Casa à Delegação de Lisboa da ASSP pela Empresa Construtora – Sá Machado e terminada em Setembro de 2012 com a chegada dos Alvarás, respetivamente, da Câmara de Cascais e da Segurança Social. Oxalá, um dia, alguém queira investigar estes vinte e cinco meses de espera!

Neste 1.º aniversário do abrir de portas da Casa de Carcavelos aos Residentes Permanentes, o que é que devemos recordar?

Em primeiro lugar, queremos recordar com muita saudade os quatro Residentes permanentes que partiram para a eternidade durante o 1.º ano de vida da nossa Casa de Carcavelos. São eles: António Hilário Moura (03-01-2013), Germana Duarte Trindade (16-02-2013), Magda Araújo Costa (04-04-2013) e Maria Francília Alves Pinheiro (20-04-2013).

Em segundo lugar, pretendemos enaltecer o trabalho valioso de todos os que, independentemente do seu estatuto - dirigentes, funcionários, residentes, simples associados ou amigos da ASSP contribuíram, generosamente, para pôr a navegar, ainda que à bolina, o Barco denominado Casa dos Professores, Carcavelos.

Em último lugar, queremos deixar claro que não nos desviaremos um milímetro da meta que traçamos e nos anima, diariamente, que é tudo fazer para que a Casa de Carcavelos seja uma Comunidade de Afetos. Como conseguiremos atingir tal objetivo?

- Continuando a assegurar serviços permanentes e adequados à problemática biopsicossocial dos Residentes.
- Dando prioridade à estimulação de um processo de envelhecimento ativo.
- Privilegiando tudo o que possa contribuir para aumentar a relação intrafamiliar, agilizando uma integração social exemplar.



# Lisboa das Sete Colinas e os seus Miradouros

À beira do rio Tejo, Lisboa foi sendo construída sobre 7 colinas desde há mais de dois mil anos. Pela primeira vez aparece no livro “Grandezas de Lisboa” de Frei Nicolau Oliveira, séc. XVII, referência às mesmas, visíveis do estuário do rio Tejo, a saber: Castelo (S. Jorge), São Vicente, São Roque, Santo André, Santa Catarina, Chagas e Sant’Ana. Naturalmente que com o crescimento urbano a cidade ocupa atualmente muitas mais.

Apreciar a cidade através dos seus Miradouros é desvendar o mistério das suas sete colinas. São mais de uma dezena os espaços com vista para a cidade, onde a luz parece emanar mais da terra do que do céu e refletir-se sobre o Tejo do qual Lisboa não se pode dissociar. Estes espaços proporcionam momentos de rara calma e beleza no rebuliço da cidade, dos quais realçamos:



O mais recente, no terraço do Arco da Rua Augusta, que oferece uma vista impressionante da Baixa Pombalina e do Rio Tejo.



Um dos mais antigos, o Miradouro da Senhora do Monte, localizado na Colina de Santo André situa-se na zona mais alta de Lisboa. A vista é privilegiada, com a cidade a seus pés. É lá que está sediada a Direção Nacional.

## Os Associados do Distrito de Lisboa:

Não esquecemos a realidade da distribuição dos nossos associados pelos vários Concelhos, cujo número se apresenta na legenda do mapa anexo e que desejamos que aumente em breve.



Concelhos	Nº de Associados
Alenquer	2
Amadora	149
Arruda Dos Vinhos	0
Azambuja	3
Cadaval	0
Cascais	389
Lisboa	1462
Loures	147
Lourinhã	3
Mafra	22
Odivelas	68
Oeiras	433
Sintra	193
Sobral de Monte Agraço	1
Torres Vedras	21
Vila Franca	46



zâ-los me fez desejar explorar a arte da pintura. Assim, posso ter diante dos olhos e ao mesmo tempo, as coisas belas que me impressionaram. Por isso, sou apenas uma intérprete muito egoísta.

Quando começo a pintar esqueço tudo. As horas, a fome, o sono e o mundo lá fora eclipsam-se, e entro na magia de fazer surgir formas e cores. Cada quadro é um novo desafio. Às vezes é preciso tentar uma, e outra e mais outra vez até obter o efeito que a minha memória guardou ou que a foto, já arrumada, me ajuda a recordar.

Mas a pintura não é uma fotografia. Para além das formas é preciso pôr nela a força, a intensidade, a luz, a emoção que nos fizeram vibrar. É refazer o olhar de um pedaço da nossa vida. Também, por isso, o meu olhar passou a ver muito mais coisas.

Pintar é um acto profundamente solitário.

Reviver instantes ou reinventar lugares e pessoas fazem-nos conviver com afectos que só a nós dizem respeito e criam uma cumplicidade total entre o autor e o quadro. Até mesmo a pincelada fugidia que se dá de manhã, ao acordar, na espreitadela obrigatória do que ficou feito no dia anterior, é como quem põe no lugar uma farripa rebelde do cabelo do filho que vai para a escola.

Depois disto, poderá alguém estranhar que seja doloroso o corte do cordão umbilical?

Elsa Gaspar

Nenúfares de Goa



## PORTUGAL E O FUTURO

A ASSP – Évora marcou presença no 2.º Encontro **Presente no Futuro** – “Portugal Europeu, e Agora?” promovida pela Fundação Francisco Manuel dos Santos e realizada no Liceu Pedro Nunes nos dias 13 e 14 de Setembro, em Lisboa.

Participaram no evento três associadas de Évora que, durante dois dias, assistiram a inúmeras sessões e debates, divertiram-se com o programa “Governo Sombra” e deliciaram-se com a música de Rodrigo Leão, ao vivo, no Jardim da Estrela, numa noite de Verão.

A escolha de uma escola de referência nacional, para local do Encontro, não foi obra do acaso. Como foi afirmado é necessário regressar à Escola. Quanto a nós consideramos que é fundamental voltar à Escola e aí permanecer.

É necessário ouvir quem sabe e aprender para poder ter uma opinião que não seja mero palpite. Acreditamos no debate livre e fundamentado. Pensar Portugal significa conhecer a realidade portuguesa com as suas fragilidades e potencialidades. Estudar, debater, divulgar infor-



mação sobre o presente é absolutamente imprescindível para preparar o futuro. “O tempo é curto, o trabalho é grande e o problema é enorme” como diz o Prof. António Barreto.

Duas das optimistas associadas presentes...



...olhando o futuro

## LEIRIA

BI Nº 185 - ADENDA

As páginas centrais foram dedicadas a todos os concelhos da Delegação de Leiria, excepto os do norte, já abordados no BI nº 169 de Jan/Fev 2011; o destaque foi concedido a Leiria e Caldas da Rainha por serem, respectivamente, sede da Delegação e sede de um futuro núcleo.

Por lapso, a que somos alheios, não foram indicados os autores dos textos e fotografias: textos de Celme Pedreiro e Júlia Antunes; fotografias de Clementina



Antunes: as de Leiria da capa e da página 12 (Palacete dos Guerra, Centro Cívico e Solar dos Ataídes).

## DIA INTERNACIONAL DO PROFESSOR

As comemorações foram transferidas para Alcobaça, reservando-se as Caldas da Rainha (local inicialmente previsto) para o próximo ano, uma vez que então já deverá estar a funcionar o núcleo de associados.

## NÚCLEO NAS CALDAS DA RAINHA

Para serem incluídas no Orçamento para 2014, foram elaboradas 2 estimativas orçamentais, uma relativa às obras de adaptação do rés-do-chão e outra à aquisição de equipamento.

## OFICINAS

Estão a funcionar as oficinas do Clube do Livro, das Artes Decorativas, de Inglês e de Informática.

## ACTIVIDADES DE CONVÍVIO

Das actividades de convívio a realizar até Dezembro, destacamos: na 2ª quinta-feira de cada mês, o Chá das Cinco; em 11 de Novembro, o Dia de S. Martinho; em 12 de Dezembro, o Almoço de Natal.

## ASSEMBLEIA DE ASSOCIADOS

Para poder participar, informe-se da data de realização da próxima Assembleia de Associados, prevista para os inícios de Novembro; destina-se a definir linhas de orientação a seguir pelas delegadas na Assembleia Nacional de Delegados, que se realizará no mesmo mês.

## EXPOSIÇÃO DE PRESÉPIOS

Está a ser organizada uma exposição com trabalhos elaborados por professores e respectivos netos. Os presépios estarão expostos na Biblioteca Municipal Afonso Lopes Vieira (Leiria) de 05-12-2013 a 06-01-2014. Se está interessado em participar, contacte urgentemente a Delegação para saber as condições. Visite a exposição e leve consigo uma pessoa amiga.

## APOIO A ASSOCIADOS POR UM GRUPO DE VOLUNTÁRIOS

Para esta actividade precisamos da ajuda dos nossos associados; contacte-nos, se tem vontade e disponibilidade para colaborar. Informe-nos se conhecer situações de professores que necessitem de apoio, por viverem isolados ou em lares ou por estarem hospitalizados.

# LISBOA

## NOTÍCIAS

“Se precisar de uma mão amiga, vai encontrá-la no final de cada um dos seus braços... vai descobrir que tem duas mãos: uma para se ajudar a si próprio e outra para ajudar o Próximo”

(Audrey Hepburn, atriz, 1929-1993)

A Delegação de Lisboa (DL) da A.S.S.P. tem vindo a trabalhar num projeto de voluntariado que engloba as seguintes áreas de intervenção: área social cuja finalidade é dar apoio ao professor idoso, pois num distrito como o de Lisboa, a solidão atinge foros de grande preocupação e uma área cultural com a organização de atividades que promovam o encontro de professores e a atualização dos saberes. O Serviço do Voluntariado Social Organizado (SVSO) está sediado na Casa Albarraque Costa com extensão na Casa de Carcavelos.

(extraído da Newsletter nº 13)

Em Carcavelos gostariam de ter Ateliers de pintura, francês e inglês abertos a associados residentes ou não. Fazemos um apelo aos associados do Núcleo da Costa do Sol especializados nestas áreas.

## SEJA VOLUNTÁRIO. NUNCA SOMOS DE MAIS.

## AGENDA CULTURAL

Destacamos entre as várias atividades:

### NA CASA ALBARRAQUE COSTA:

- Dia 25 de Outubro Lanche de Homenagem à “Idade de Ouro” (associados que fazem 90 anos neste ano civil);

- Tertúlias:

5/11 Sob o tema: “Lendas e Mitos de Lisboa”

3/12 Sob o tema: “Natal”;

- Festa de S. Martinho dia 12 de Novembro;
- Venda de Natal de 2/12 a 13/12;

### NA CASA DE CARCAVELOS:

- Para além das habituais (e são muitas!) atividades está prevista “Dança Social”.
- Almoço de Natal dia 18/12.

### VISITAS CULTURAIS:

- Museu do Mar em Cascais, em Novembro.
- Exposição Amadeu Sousa Cardoso na Gulbenkian, em Dezembro

### NOTAS:

a) Tema da foto da capa: “Lisboa vista do Tejo”.

b) Por motivos alheios à nossa vontade a Agenda Cultural pode ser alterada.

c) Para mais informações contacte o Voluntariado.

## VOTOS DE UM BOM NATAL E UM 2014 COM MUITA SAÚDE.

# PORTALEGRE

A solidariedade não pode nem deve manifestar-se, apenas, em lindas palavras. Ela tem que se traduzir em actos que ajudem os outros a sentirem-se melhor e mais felizes. A solidariedade não se traduz, igualmente, em acções de carácter individual mas, também, em gestos de índole interinstitucional.

Na Delegação da ASSP de Portalegre encontram-se, no seu arquivo, documentos datados de 1980. Ela foi uma das primeiras a aderir a este grande movimento associativo e de solidariedade a nível nacional. Ela tem contribuído ao longo destes 33 anos para a construção de unidades que acolhem professores e seus familiares e teve sempre em vista aumentar o seu património com o mínimo de custos para a ASSP nacional.

O número de associados de Portalegre é proporcional ao número de professores existentes na região.

Será que a Delegação de Portalegre da ASSP, situada numa das zonas mais deprimidas do País, no seu interior, não terá que sentir por parte da ASSP nacional a sua solidariedade?

A Delegação de Portalegre tem sido um pólo de cultura, de encontro, de partilha e de referência a nível regional. E queremos continuar a sê-lo!

No ano de trabalho que agora se inicia, a juntar às actividades já existentes (atelier de pintura, clube de leitura, inglês, grupo coral e linha da amizade), iremos contar com novas valências: um clube de informática, grupo de teatro e um programa na Rádio Portalegre (100.5 e 104.5).

- **O CLUBE DE INFORMÁTICA**, da responsabilidade do Prof. Eduardo Relvas, será um espaço onde os participantes se iniciarão nestas novas tecnologias mas, também, irão resolver as dúvidas que nestas matérias possuam.

- **O CLUBE DE TEATRO**, da responsabilidade do Prof. Carlos do Rosário, pretende juntar diferentes gerações na procura do belo através da arte de representar.

- **O PROGRAMA NA RÁDIO PORTALEGRE**, da responsabilidade da Prof.<sup>a</sup> Assunção Sardinha, pretende levar a voz da ASSP a todas a comunidade, comunicando-lhe os seus valores e as suas realizações.

A todos os interessados que queiram colaborar em qualquer das actividades deverão contactar a Delegação de Portalegre da ASSP.

## ACORDOS COMERCIAIS

- Decorpar
- Sapataria Ytalus
- Farmácia Elvas
- Ótica Alain Aflellou – Portalegre

Mediante a apresentação do cartão de associado da ASSP, ter-se-á direito a um desconto.

Outros acordos estão, neste momento, a ser tratados.

## PROTOCOLOS

Em breve será assinado um protocolo com o *Instituto Politécnico de Portalegre* e com o *Lar Residencial da Ponte*, em *Ponte de Sor*. Outros protocolos estão, também, a ser tratados.

# PORTO

## NÚCLEO DE VILA NOVA DE GAIA

### GAIA CELEBRA AQUILINO EM ROMARIGÃES E PAREDES DE COURA

O núcleo de professores de V.N. de Gaia, fez questão de participar nas iniciativas que assinalaram os 50 anos da morte de Aquilino Ribeiro, ocorrida a 27 de Maio de 1963, precisamente seis anos depois da publicação do célebre romance: “A Casa Grande de Romarigães”.

Assim, no dia 6 de Julho de 2013, a Dr.<sup>a</sup> Joana e a Dr.<sup>a</sup> Teresa do Centro Cultural de Paredes de Coura, esperavam-nos à porta (ou melhor, majestoso portão) da Casa Grande de Romarigães, para nos levar ao “sagrado templo” – espaço literário, inspirador do citado romance. Diante da belíssima fachada da Capela, que tanto deslumbrou Aquilino, pudemos ler vários textos da obra e respirar o espírito aquiliniano que pairava por toda a **Quinta do Amparo**, assim se chamava, antes do sucesso do Romance, “A Casa Grande de Romarigães”.

Agradecemos à esposa do Sr. Ladislau da Silva, atual arrendatário da Quinta, a gentileza de nos franquear os lugares tão ricos da presença do escritor.

Na **Biblioteca Municipal**, pudemos ver de perto manuscritos e fotografias de Aquilino.

O **Restaurante Miquelina**, aguardava-nos com o saboroso cabrito assado e as memórias de Aquilino que pernoitara, muitas vezes, na **Pensão Miquelina**, antes da Casa de Romarigães estar habitável.

Depois do almoço, a Dr.<sup>a</sup> Teresa acompanhou-nos na visita ao Museu Etnográfico, onde nos serviram café da picha e aletria acabada de fazer, e ao antigo **Palacete do Conselheiro Miguel Dantas**, pai da esposa de Aquilino Ribeiro, a doce Gigi.

O passeio terminou na **Praia Fluvial do Tabuão**, lugar paradisíaco num dia de tanto calor.

### “PELO SONHO É QUE VAMOS” ... ATÉ SETÚBAL

Firmes no propósito de conhecer melhor os lugares da nossa terra e seus naturais

consagrados, viajámos nos dias 21 e 22 de Setembro de 2013, por terras de Setúbal.

Um grupo entusiasta de 57 pessoas partiu de V. N. de Gaia, pelas 8:30 com a intenção de recordar três notáveis da Literatura Portuguesa: Sebastião da Gama, Bocage, e Frei Agostinho da Cruz. Pelo caminho, o colega Abel Couto, como é habitual, foi-nos “refrescando”, as memórias com o seu múltiplo saber, sobre estes autores. Um dossier sobre cada um dos autores serviu de suporte para os momentos de declamação dos poemas. E não faltaram voluntários, exímios na arte de declamar!

Do roteiro, que não pretendeu seguir uma ordem cronológica dos escritores, mas de conveniência de percurso, constava, em primeiro lugar, a visita guiada ao **Museu Sebastião da Gama**, em Vila Nogueira de Azeitão e uma romagem ao cemitério, com a deposição, na sepultura do Poeta, de um ramo de rosas e alecrim, tantas vezes cantados nos seus versos.

Daí seguimos para a **Casa de Bocage**, em Setúbal, onde ouvimos falar não só do Poeta, mas também dos artistas representados nos quadros da exposição, inspirados em Bocage e a sua obra, como, por exemplo, “**Bocage e as Musas**” do pintor setubalense Fernando Santos.

Visitámos ainda o “**Museu do Trabalho**”, ali perto, para aprender como era dura a vida dos que trabalhavam nas fábricas de conserva, numerosas no passado (só em Setúbal, 120) e nenhuma no presente!

Entretanto, pelas 20:30, esperava-nos já, no restaurante “**O Museu do Choco**”, aberto recentemente, em 30 de Agosto, o creme de choco e a tradicional caldeirada, para fazer as honras ao célebre molusco.

Os mais afoitos ainda quiseram ver a **Praça de Bocage**, à noite, e apreciar os belos portais manuelinos da **Igreja de São Julião**.

Pouco passava das 9 horas da manhã quando subimos a deslumbrante Serra da Arrábida, rumo ao **Convento**, falando de Frei Agostinho da Cruz, que aí viveu 14 anos numa gruta, e lendo poemas seus. No **Convento da Arrábida** esperava-nos o exigente e sabedor guia, o Sr. Quirino, que nos transmitiu o espírito místico dos frades que por lá viveram. Na capela do Convento, ainda nos parecia ver Sebastião da Gama a casar com

Joana Luísa, de ramo de alecrim, em vez do bouquet de rosas que a noiva trazia – episódio curioso que Joana nos conta no seu livro “Estala de Saudade e Coração”.

De regresso, lemos vários poemas de Sebastião da Gama, nascidos naquela Serra da Arrábida, que o fez poeta, como ela confessa, inebriados com o cheiro a maresia e alecrim e do olhos espriados pela imensidão do azul do céu e do mar.

Depois de almoço, visitámos a **Casa do Professor** em Setúbal. Encantou-nos o seu ar simpático, acolhedor, as instalações ótimas.

Terminámos a nossa viagem com a visita à **Quinta da Bacalhoa**, que pertenceu, no séc. XV, como quinta de recreio, a D. João, Infante de Portugal, filho de D. João I. Herdou-a D. Brites, esposa do 2º Duque de Viseu e mãe do Rei D. Manuel. Atualmente, pertence à Fundação Berardo. Em 1996, foi classificada como Monumento Nacional.

Chegámos a Gaia um pouco mais ricos de saber e muito felizes pelo excelente convívio.

Ermelinda Couto

Na 2ª quinzena de Novembro, realizaremos em data a determinar, o nosso magusto na Esc. Secundária Almeida Garrett complementado com projecção de fotografias que documentam os nossos passeios culturais.

## SANTARÉM

### TARDE CULTURAL COM NOTA ALTA

Foi com a alegria do reencontro, muita energia e companheirismo, que iniciámos o novo ano lectivo na Casa do Professor de Santarém. As actividades arrancaram em Outubro, mas dias antes, mais precisamente no dia 26 de Setembro, realizámos uma Tarde Cultural que merece nota alta, pela adesão registada e pela qualidade do programa, o qual conjugou a partilha de saberes e experiências com a partilha de afectos e memórias.

A tarde começou com um almoço-convívio de homenagem à nossa querida asso-



ciada Celeste Parente, distinta e brilhante professora de Matemática (já reformada), que somou mais um aniversário e que continua, graças à sua saúde, boa disposição e jovialidade, a dar lições de vida, multiplicando amigos e dividindo memórias.

Após o almoço, teve lugar a apresentação do livro «Como Folhas ao Vento», de Emília Daniel Leitão. A autora, residente em Santarém desde 1985, viveu três décadas em Moçambique, antes de regressar a Portugal. Este seu livro reúne 24 contos, muitos deles inspirados nas suas memórias de África, cruzando a ficção com a realidade. Emília Daniel Leitão, licenciada em Silvicultura, mas

que gosta de pintar e escrever, falou sobre o seu percurso literário, leu um conto do livro e conversou com a assistência, conquistando a atenção e a simpatia de todos os presentes. No final, houve uma sessão de autógrafos.

A tarde cultural terminou com a apresentação do “atelier d’Artes para maiores de 40”, orientado por José Mateus. Dependendo do número de interessados, este atelier poderá vir a constituir mais uma valência formativa integrada na dinâmica da Casa do Professor. O objectivo é “descomplicar a arte”, nas palavras do orientador. José Mateus quer promover a observação de obras de arte, dar a conhecer os diversos recursos téc-







nicos ao dispor dos artistas e desenvolver com os formandos um projecto artístico individual.

O atelier destina-se ao público em geral, mediante o pagamento de 25 euros/mês (primeiro mês gratuito).

Natural de Lisboa, José Mateus reside no Ribatejo, dedicando-se actualmente às artes visuais e à escrita. Com formação em Design, passou por diversas experiências profissionais ligadas à gestão de projectos e à produção de conteúdos, nomeadamente para multimédia.

A apresentação do “atelier d’ Artes para maiores de 40” consistiu numa breve viagem ao mundo da arte e dos artistas. José Mateus fez uma interessante exposição em power-point, para demonstrar a diversidade de expressões plásticas, dando como exemplo obras de Júlio Pomar, Beatriz Milhazes, Ana Vidigal, Rosangela Rennó, Pedro Motta, Christo, Pedro Cabrita Reis, Richard Serra, Ai Weiwei, entre outros grandes nomes da arte contemporânea. Através dessa enorme variedade de estilos, recursos técnicos, linguagens, provocações e inquietações, José Mateus fez jus ao pressuposto de Ernst Hans, um dos maiores historiadores de arte do século XX: “Não existe realmente algo a que se possa chamar arte. Existem apenas artistas”. Mas, sobre isto, muito mais haverá para aprender na Casa do Professor de Santarém... Ao longo do ano lectivo 2013-2014, os nossos associados e amigos poderão escolher entre as seguintes actividades:

Atelier de Artes, Bordados, Cartonagem, Origami, Desenho (retrato), Pintura (Aguarela), Ginástica, Yoga, Pilates, Informática, Inglês e Música.

S.M.

## SETÚBAL

### REFLECTINDO EM TEMPO DE MUDANÇA...

O primeiro impulso que conduziu à criação da ASSP teve uma motivação especial: assegurar aos professores e seus familiares próximos, quando a ocasião se apresentar, um local de acolhimento condigno, onde lhes fosse possível viver com conforto, mantendo um projecto que lhes alimentasse o gosto de viver.

Poderá perguntar-se: - E por que não nas suas próprias casas?...

A pergunta, então pertinente, criou maior acuidade e mais forte razão de ser, nos conturbados tempos que vivemos. A necessidade de procurar trabalho, onde houver, a preocupação com o dia-a-dia, o atendimento, cada vez mais exigente, aos filhos, não permite aos mais novos cuidar devidamente dos mais velhos. A instituição família, nos velhos termos, é, infelizmente, cada vez mais rara. Esta é, pois, uma realidade incontornável e insofismável: a necessidade de criar meios para apoiar os mais velhos.

Mas como o tempo não pára e também não é desejável parar no tempo, outros projectos se poderão criar, novas linhas de orientação poderão surgir. É preciso alargar e abrir novos horizontes. Com os pés bem assentes na terra.

Acabámos, nesta Delegação, de “adiar” um sonho, antes que se tornasse pesadelo. Ficará? Para mais tarde o projecto de construção de uma creche/infantário. Nas condições actuais seria uma aventura... O terreno em direito de superfície continua a ser nosso...

### ABRIR NOVOS HORIZONTES

Por isso e para isso teremos o prazer de receber no dia 12 de Outubro a representação de todas as Delegações, para em comum discutirmos os assuntos que a todos interessam, “inventar” novos meios, construir novos projectos, dar asas à criatividade...

Em tempo, viremos a saber o que se irá passar.

### ERI – CASA DOS PROFESSORES DE SETÚBAL UMA CASA DE AFECTOS

Todos podemos imaginar quão difícil será deixar o lar em que sempre vivemos, as “tralhas” que ao longo dos anos fomos acumulando e que, independentemente do valor material que possam ter, são “as nossas coisinhas”; deixar a casa, os nossos cantinhos, a que o hábito nos ligou, é um desenraizamento sempre difícil e para muitos profundamente traumatizante. Se essa mudança for feita para um local onde se dilua a identidade, onde se passe a ser mais um e não se cuide da integração a todos os níveis é, em nosso entender, inadmissível, pelo que tudo fazemos para que isso não aconteça.

Esta Casa é uma colmeia, onde muitas “abelhinhas” cumprem com zelo a sua missão e é-nos muito grato reconhecer a qualidade profissional e humana de todos os que aqui trabalham; esta é uma homenagem que aqui lhes queremos prestar.

Destacamos hoje, porque de **afectos** se trata, as vertentes de cuidados físicos, emocionais e espirituais.

Perguntámos a três colaboradoras e a uma residente:



- O que representa para si, em termos afectivos, a função que aqui desempenha?

Respondeu a fisioterapeuta **Diana Xisto**:

*"A vida é feita de desafios... e sem eles nada teria tanto sentido e prazer! Há três anos e meio que me encontro a trabalhar nesta casa, o que considero uma grande honra e orgulho, uma vez que não há nada melhor do que dar qualidade de vida a gente que deu tanto de si aos outros... os Professores!"*

*Todos os dias sinto uma enorme felicidade ao olhar para os Professores que sofreram acidentes ou patologias que lhes "roubaram" alguma independência, quando voltam a sorrir por conseguir "subir escadas sozinhos" ou "andar sem a cadeira de rodas"... Não há maior alegria que esta!"*

Disse a animadora sociocultural **Leonor Machado**:

*"Na minha função como Animadora Sociocultural numa casa onde moram perto de 60 pessoas numa fase da vida em que a sensibilidade e a vulnerabilidade são uma constante, a componente afectiva é fundamental, eu diria mesmo imprescindível para a realização do meu trabalho."*

*O clima de afecto que faço questão de criar e manter, além de incentivar a relação familiar entre residentes, facilita igualmente o trabalho de equipa entre auxiliares e técnicos e torna o resultado muito mais gratificante."*

*É por isso que gosto tanto do que faço!"*

**Manuela Santos**, a mais antiga ajudante de acção directa, que desde o princípio aqui presta serviço, declarou:

*"Em termos afectivos representa sentir-me útil, dar apoio e afecto e receber em troca o mesmo afecto e sentir o voto de confiança que as pessoas depositam no meu trabalho e em mim. É isto que me preenche e faz com que eu goste de continuar a estar aqui."*

A prof. **Maria Ester Neves**, residente da primeira hora, que cuida da Capela, na sua qualidade de leiga, investida de funções, afirmou:

*"Como tem sido gratificante partilhar o meu tempo, alegria e afecto com os irmãos que convivem nesta casa."*

*E além disso, ter sido escolhida para transmitir, a quem o deseja, os tesouros da Boa-Nova que Jesus trouxe a este Mundo."*





## NOTÍCIAS

• A residente **Maria José Lúcio** que, em muitas ocasiões, desde o início da sua permanência nesta Casa, em 2004, demonstrou grande generosidade, ao ajudar a resolver algumas situações, quis, uma vez mais, contemplar a ASSP/Casa dos Professores de Setúbal, oferecendo uma avultada quantia que, de imediato, entrou na conta da Delegação, destinada a donativos.



• Em tempos de férias aconteceram as idas à praia, as caminhadas até ao Parque, as idas ao teatro, as saídas a compras, os fins de tarde na esplanada do pátio, algumas vezes animados por música, proporcionada por artistas locais que, generosamente, nos oferecem o seu contributo o que, naturalmente, muito agradecemos.

## PROJECTOS

- Toda a actividade de animação recorrente: projecções, jogos, conversas temáticas, tardes musicais...
- Recomeçam as palestras de História de Portugal pela Dra. Ana Duarte.
- Terá início a constituição do Museu da Casa.
- Viagem a Alcobaça e Caldas da Rainha na última semana de Outubro.
- Convívio/animação no S. Martinho – dia 11 de Novembro.
- Festa de Natal – no dia 14 de Dezembro, com a participação da Tuna da escola EB 2,3 Bocage em interacção com o Coral da Casa, interpretando temas da época.

• Edição da Publicação de Prestígio da Delegação Distrital de Setúbal/Casa dos Professores.

• Edição caseira do livro “À volta da mesa – lembranças”.

• Colocação do painel “Expressão de sentimentos baseados em memórias” e sua inauguração.

Quando este Boletim for publicado já estaremos em pleno Outono, as aulas terão começado e já estarão em funcionamento e começarão os primeiros cheirinhos do Natal que se aproxima. É, pois, tempo de reflectir sobre esta época que, para muitos, é de festa, compras, diversão, férias e aturimento, para outros de profunda e interrogativa interiorização, por tantas e tantas razões, tão conhecidas que não vale a pena referir. Dois mil anos passaram sobre o nascimento de Cristo que revolucionou o Mundo, proclamando que todos somos irmãos e, como tal, nos devemos amar, assumindo igual dignidade.

Neste tempo caracterizado por comportamentos de neopaganismo é, para muitos, incompreensível esta linguagem. Prevalece nestes o conceito materialista de “ter”, seja a que preço for, o hedonismo impera e o individualismo feroz, tantas vezes violentamente manifestado.

Curiosamente cresce, por outro lado, a necessidade de dar à vida “um sentido”, de procurar a transcendência, por assim dizer, um sentimento religioso muitas vezes à margem do tradicional, seguindo as mais diversas vias, mas sempre na busca de algo que está inscrito no coração de cada homem.

**Seja qual for a sua crença ou ideologia, desejamos que “este Natal de Cristo lhe traga Paz, Esperança e Alegria de viver.”**



## WISEU

Inauguramos, no dia 25 de setembro, as renovadas instalações da nossa sede!

Num ambiente de festa, onde a arte esteve bem presente, consubstanciada em pintura e sabores nas cores de um Outono a começar, não faltaram os representantes de entidades oficiais, não faltaram colaboradores, não faltaram muitos e muitos associados e amigos...

Foi para nós muito grato e estimulante, partilharmos com a direção nacional, a alegria de inaugurarmos um espaço que nos vai permitir concretizar um projeto que vem sendo construído e acarinhado, ao longo de vários meses.

Começou, pois, mais uma etapa na vida da nossa Associação!

Adequada ao novo espaço, está a ser implementada uma diversidade de atividades que se quer responda às necessidades e anseios de uma comunidade que integre, num dialogo intergeracional, não só os nossos associados mas também os seus familiares diretos (pais, filhos, netos...)

Acabados, portanto, os condicionalismos inerentes às obras de ampliação, demos continuidade a atividades existentes e iniciamos outras que irão preencher de forma saudável e lúdica os tempos livres de toda a comunidade que queremos envolver.

Como “*ponta pé de saída*” para um ano que se a propõe cheio de eventos, escutamos as sábias palavras do Professor Doutor Daniel Serrão, numa brilhante conferência subordinada ao tema “*O cérebro humano até melhora com a idade - se nós quisermos*”, a mente

E foi com a alma cheia e a mente bem desperta que fomos completar a manhã num “Almoço de outono”, no hotel Grão Vasco.

- Retomamos aulas de pintura.
- Recomeçaram as aulas de inglês, espanhol, informática I e II.
- Iniciamos a ginástica de manutenção e o Yoga.





- Desencadeamos o processo de inscrições para o Grupo Musical e Oficina de instrumentos musicais (para crianças, jovens e adultos).
- Temos, já, à disposição dos nossos associados, os seus familiares diretos (pais, filhos, netos...) o Gabinete de Psicologia.
- Implementamos o Banco do Tempo /Horas Solidárias, com o qual pretendemos apoiar os nossos associados sempre que precisem de uma ajuda personalizada.

Ainda em Outubro e, dando continuidade ao projeto *"Comunidade de leitores/ Companhia dos Livros"*, fez-se a leitura partilhada do *"Nome da Rosa"* de Umberto Eco, em sessão dinamizada pelo colega António Augusto Fernandes.

Como sequência desta leitura, seguiu-se uma *"Conversa com história e arte"*, onde foi abordado o tema *"Ordens Militares em Portugal"*, como introdução à visita ao Convento de Cristo em Tomar onde assistiremos, em Novembro, à representação, da peça de teatro *"O Nome da Rosa"*, pelo grupo cénico *"Fátias de Cá"*.

Ainda ao longo do mês de Novembro, vai realizar-se a oficina *"Neuróbica e neurofitness – o cérebro também precisa de exercício"*, dinamizada pela Dra Patrícia Moreira, do Centro de Neuróbica do Porto, à qual se seguirá um lanche convívio para comemorar o São Martinho.

Em Dezembro, vamos recuperar as tradições de Natal, numa tertúlia que se acredita ser muito apetecível, confraternizar na Ceia de Natal, como já vem sendo hábito e dinamizar uma *"Venda de Natal"* com bens doados pelos nossos associados e amigos.

Para o sucesso de tudo o que está acontecendo ao longo destes três meses, tem sido muito importante o carinho, a presença, o incentivo, a colaboração dos nossos associados.

Por isso, continuaremos a contar com a força e o envolvimento de **todos** porque a obra é de **todos** e para **todos**... cada vez mais!

# NOVO

## RECEBA A NEWSLETTER DA ASSP

BASTA ENVIAR-NOS O SEU ENDEREÇO ELECTRÓNICO

(e-mail) PARA **info@assp.org**

NOVOS ASSOCIADOS  
23

### AVEIRO

- 19328 Maria Conceição Morais Nunes  
19329 Jorge Humberto Murilhas Nunes Morais

### COIMBRA

- 19330 Rosália Maria Castilho M Pimentel Costa Julião  
19331 Fernando Costa Julião  
19343 Joao Paulo Freitas Cunha Ferreira  
19350 Maria Teresa Baptista Simões Abrantes Leal

### ÉVORA

- 19325 Ilda Maria Severino Ambrósio  
19345 Alda Mariana Godinho Sofio Barreiros  
19346 Maria Luísa Freire Alfaiate Martins Carvalho  
19347 Maria Luísa Rochinha Abelha Caeiro  
19348 Maria Fátima Rochinha Abelha  
19349 Maria Madalena Aboim Madeira Borralho Mira  
19358 Maria Antónia Vilela Povoá Pina Vilela  
19359 Vivência Maria Gancho Maio  
19360 Maria Francisca C P Vasconcelos  
19365 Maria Albertina Nabais Fonseca Cabral  
19366 Amália Jesus Figueiredo Vieira Gomes Ferreira

### GUIMARÃES

- 19296 Diana Filipa Conceição Salgado Lopes  
19297 Marta Jesus Correia Silva

### LEIRIA

- 19308 Maria Violante Machado Rosa

### LISBOA

- 19312 Maria Odete Rosa Cruz  
19313 Gracelinda Marques Feixeira  
19314 Maria Natália Inácio Bravo  
19315 César Dias  
19319 Maria Ana Garção Schiappa Pietra  
19320 Ana Cristina Santos Algarvio  
19321 Jose Filipe Loureiro Alves  
19326 Maria Manuela Cruz Reis Góis  
19327 Roberto Santandreu Gonçalves  
19332 Teresa Maria Ferreira Monteiro Limão  
19333 Rui Fernando Mendes Gonçalves  
19334 Maria Orlandina Fonseca Chanca Santos  
19335 Ana Cristina Correia Silva Matos Pires  
19336 Maria Fernanda Moura Silva Pinto Freitas  
19342 Jose Maria Teixeira Cruz  
19344 Maria Joao Louro Correia Marques  
19351 Maria Luísa Cardosa Ribeiro  
19362 Maria Fernanda Abreu Esteves  
19363 Jaime Duarte Lemos Pinto

### MADEIRA

- 19355 Maria Manuela Teixeira Gouveia  
19356 Maria Teresa Vieira

### PORTO

- 19357 Maria Manuela Sousa Mendes Pinto Moreira  
19367 Maria Donatila Silva Martins

### SANTARÉM

- 19322 Ana Maria Tavares Branquinho S Pereira Batista  
19361 Maria Alice Marques Matos Lopes Melo  
19368 Maria Teresa Dias Bento

### SETÚBAL

- 19316 Maria Emilia Teles Marques Lourenco  
19317 Manuel Herculano Guia Lourenco  
19318 Maturino Reis Cohen  
19323 Lúcia Anjos Almeida Peralta  
19324 Joao Manuel Gamas Neto Peralta  
19337 Maria Manuela Silva Cardoso  
19339 Ana Maria Fernandes Tavares Borges Santos  
19340 Orlando Jose Nunes Borges Santos  
19341 Maria Soares Fernandes Tavares

### VISEU

- 19338 Olga Mercedes Silva Marques  
19352 Rosa Branca Gomes Nascimento Oliveira  
19353 Maria Augusta Ferreira Gouveia Saraiva Costa  
19354 Maria Fernanda Fernandes Almeida Matos Silva

## ASSOCIADOS FALECIDOS

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

8062 Manuel Diogo Costa (Faro) • 3243 Maria Gertrudes Bule Silva Abreu Bastos (Lisboa) • 5553 Maria Lourdes Rocha Gomes (Lisboa) • 18437 Regina Marília Sousa Cruz Assunção Paz (Lisboa) • 15299 Edmundo Vieira Botelho (Ponta Delgada) • 17799 Judite Fátima Rego Sá Pereira Afonso Sousa (Ponta Delgada) • 2783 Zaida Silva Aguiar Sá Azeredo (Porto) • 6211 Sílvia Pinto Ferreira Magalhães (Porto) • 15751 José Corceiro Mendes (Setúbal/Odivelas) • 17140 Maria Rita Branco Remédios (Setúbal)



Desejamos a todos os associados,  
colaboradores e familiares,  
sinceros votos de  
**Boas Festas**  
e um ano de 2014 solidário.



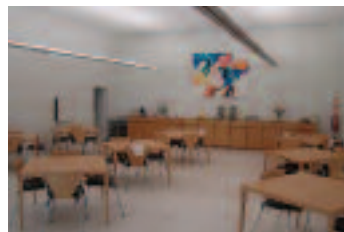
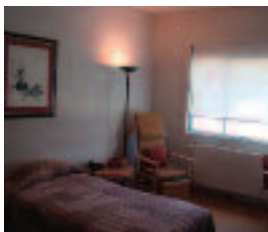


ASSOCIAÇÃO DE SOLIDARIEDADE SOCIAL  
DOS PROFESSORES

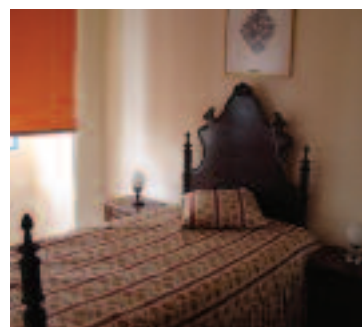
# Viver numa Comunidade de Afetos, com a Delegação de Lisboa



A Casa dos Professores em Carcavelos é uma estrutura residencial de idosos com capacidade para 39 residentes (em quartos individuais e duplos) e oferece todas as condições de conforto, comodidade e assistência médica. Situa-se numa zona tranquila, a 500 m da praia e a 600 m da estação de comboios.



A Casa Albarraque Costa, no centro de Lisboa (ao Rato, a 100 m do Metro) tem treze quartos com casa de banho completa e acolhe residentes temporários. A estadia inclui pequeno-almoço a preços reduzidos.



## CASA DOS PROFESSORES - CARCAVELOS

Morada: Rua Pedro Álvares Cabral, n.º 150  
2755-615 Carcavelos  
Tel.: 214 584 400 | Fax: 214 589 120

## CASA ALBARRAQUE COSTA

Morada: Rua D. Dinis, n.º 4  
1250-077 Lisboa  
Tel.: 213 700 330 | Fax: 213 700 338



## VIAGENS CULTURAIS EM GRUPO

Portugal e Espanha

### SÃO MARTINHO NA GOLEGÃ

(2 DIAS)

9 e 10 de novembro de 2013  
175 €\*



### LISBOA E O FADO

(2 DIAS)

14 e 15 de dezembro de 2013  
195 €\*



### NATAL NAS BEIRAS

(2 DIAS)

24 e 25 de dezembro de 2013  
185 €\*



### DRALION CIRQUE DU SOLEIL

(2 DIAS)

11 e 12 de janeiro de 2014  
235 €\*



### ANDALUZIA COMPLETA

(7 DIAS)

1 a 7 de dezembro de 2013  
760 €\*

\* Preço por pessoa em quarto duplo