



DOIS DEDOS DE CONVERSA

Delegação vai editar livro

1 Inserido na comemoração dos 30 anos de vida do Clube, a Delegação de Lisboa prevê editar um livro, em Novembro de 2006, que visa registar grande parte da sua história e dos seus antecessores e constituir também um contributo para a história mais geral do Clube EDP.

2 Nesse sentido, faz-se um apelo a todos os associados que possuam documentos ou fotografias alusivos a actividades do Clube respeitantes à Delegação de Lisboa ou a organizações suas antecessoras (Lisgás, Grupo Desportivo HEZ, Clube CNE e Clube CPE) que, a título de empréstimo, no-los possam facultar com alguma brevidade. Em caso positivo, poderão ser contactados a secretaria da Delegação ou este boletim, tendo em vista concretizar esse empréstimo (vide contactos na ficha técnica). Todos os contributos que venham a ser utilizados no livro serão referidos no mesmo.

ATÉ FINAL DO ANO

Delegação muda para a Av. Defensores de Chaves

A Delegação de Lisboa do Clube do Pessoal tem estado a mudar, conforme anunciado em edição anterior, para a Av. Defensores de Chaves, n.º 4 cv. A mudança terá de estar concluída antes do final de Dezembro, uma vez que, em Janeiro, o histórico edifício da Av. Casal Ribeiro irá conhecer novos proprietários.

Oportunamente serão dadas mais informações sobre a nova sede da Delegação, situada num edifício onde actualmente se encontra a EDP Valor.

A mudança para as novas instalações poderá, eventualmente, provocar algum atraso na próxima edição do **informação**.



Ana Alves
De ginasta a professora de educação física: uma vocação cumprida

2

Delegações de Lisboa e Sacavém promovem passagem de ano conjunta

4

29.º ANIVERSÁRIO DO CLUBE EDP

Óbidos foi cenário de almoço de confraternização

Ritual de todos os anos, a Delegação de Lisboa organizou a 19 de Novembro um almoço comemorativo do 29.º aniversário do Clube EDP. O almoço teve lugar em Óbidos, no hotel Mansão da Torre, tendo estado presentes, entre associados e familiares, mais de 170 pessoas.

A acreditar que uma imagem vale por mil palavras, em vez de três mil palavras, para que não temos espaço, aqui ficam três imagens que ilustram o ambiente em que a confraternização decorreu.



Ana Alves

De ginasta a professora de educação física: uma vocação cumprida

Ana Maria da Silva dos Santos Alves nasceu em Lisboa, onde tem sempre vivido, em 1952. Professora de educação física, pertence à “percentagem da população portuguesa, pouca, que faz aquilo de que gosta”.

O gosto pela ginástica cedo se manifestou. A mãe, formada no Conservatório, era pianista e, para além do ballet e do teatro, tocava também em aulas de ginástica, no tempo em que as cassetes e os CDs ainda se não tinham imposto. Por outro lado, o seu padrasto era o professor Reis Pinto tão somente um dos mais conhecidos professores de ginástica do país.

Assim, cedo se iniciou na ginástica, vindo a licenciar-se em educação física no INEF, hoje FMH, e a abraçar a profissão que “sempre disse que queria ter”. Daí para cá, tem dado aulas em muitas colectividades e escolas. Fá-lo actualmente na Escola Josefa de Óbidos, no Sporting Clube de Portugal, a que está ligada desde sempre, e no Clube EDP, onde, chegada através do professor Pinto Claro, já falecido, dá aulas há cerca de 17 anos. Como professora, junta o exemplo à palavra e pensa que, embora não seja absolutamente necessário “o saber fazer para ensinar (...) dá jeito o exemplificar”. Acha que, assim, “a aula decorre com muito mais actividade”. Defende que o “exemplo é importante” e que, no desporto, o papel dos pais na fidelização dos filhos a uma actividade é fundamental. Necessário “é saber gerir o tempo”, o que os muitos dos seus alunos que “tiraram cursos superiores” comprova.

Considera que o “grande objectivo da manutenção é, durante 45 minutos, as pessoas não pensarem na vida, dar-lhes boa disposição e alegria e, por acaso, até fazerem ginástica”. Nas aulas trata os alunos por “meninos e meninas” e vai dizendo umas graças para “se libertarem um bocadinho do ‘não sei fazer’”, mas fundamentalmente, como “há muitos anos entendo, para esquecerem o trabalho e os problemas de casa”.

No Clube, a média de idades dos seus alunos é de 40 a 45 anos, mas tem alguns com cerca de 70 anos. As aulas são também uma forma das pessoas “se conhecerem e criarem laços de amizade. Ali não têm cargos e estão todos em pé de igualdade”. Como prolongamento dessa amizade, a partir de certa altura, os alunos começaram a organizar almoços de convívio no fim do ano lectivo e no Natal. Mas a ida de alguns para locais de trabalho mais distantes levou a que há cerca de dois anos tenham deixado de se realizar. A colocação em locais de trabalho distantes da delegação é um dos problemas que leva muitos alunos a interromperem as aulas. Mas está convicta de que esses almoços de “irão renascer, naturalmente”.

Considera que, em termos de manutenção, é muito importante praticar uma actividade física duas ou



três vezes por semana durante uma hora, mas que “devemos fazer o que gostamos”, pois, desde desportos radicais a caminhadas, passando pela ginástica, “a actividade física é muito vasta”. Sublinha que “neste mundo de computadores e de gente sedentária, a actividade física é fundamental” e que “a falta de tempo não é desculpa, uma vez que todos os clubes que têm manutenção dispõem de vários horários”. Alerta, todavia, para o facto de que, havendo “hoje mais gente a praticar actividade física, se esta não é orientada tem de se ter muito cuidado. Quando se faz mal, não se está a fazer bem à saúde”.

Insiste várias vezes na importância da fidelização, dificultada pela dispersão das pessoas. Salienta nessa fidelização o facto das pessoas começarem “a conhecer-se, a criar amizades e a ir lá uns pelos outros”. Revela que “há gente que já anda comigo há 25 anos e quando aviso que não vou há pessoas que faltam”. E aqui outro conceito: “o que dispõe bem não é só fazer exercício, a socialização também é muito importante”. Enquadrando-se nestes conceitos, Ana Alves refere a sua satisfação por estar a dar aulas a duas antigas classes femininas, uma do Sporting e outra da Académica da Amadora, que o tempo dispersara e que se voltaram a reunir muitos anos depois. E talvez poucos saibam ter sido ela que juntou e ensaiou as 690 pessoas que, no Estádio Nacional, encenaram o espectacular pontapé que iniciou o Euro 2004. Quanto a si própria, continua “a gostar muito de fazer ginástica e, quando não puder fazê-lo, deixo de dar aulas”, o que a energia que transborda torna difícil imaginar.



Na capa: sarau no Sporting Clube de Portugal. Em cima, à direita aula num ferry-boat, Tejo acima, a caminho do Parque das Nações. À esquerda: aula no ginásio da Delegação



GOLFE

TORNEIO DE ENCERRAMENTO DE 2005

Aroeira vai distinguir os melhores e os mais assíduos

Vai realizar-se na Aroeira, no dia 18 de Dezembro, o Torneio de Encerramento de 2005, em *shotgun*, com início às 8:30 h organizado pela Direcção-Geral do Clube do Pessoal EDP.

No final, além dos prémios correspondentes a esta prova, serão distribuídos os prémios do Circuito (até ao 10.º lugar), Ordem de Mérito *Gross+Net* (até ao 5.º lugar) e *Matchplay* (até ao 4.º lugar). Aos jogadores que efectuaram quatro

Torneios no Circuito será entregue uma medalha de bronze, comemorativa. Por sua vez, aos jogadores que efectuaram sete jogos da Ordem de Mérito será oferecida uma lembrança.

O Campo Real programou para o mês de Dezembro três torneios abertos a participantes dos Clubes de Golfe sem Campo. Porque se trata de um convívio em que todos gostam de participar, coloca-se à disposição a inscrição tanto da Direcção do Clube, bem como dos seus associados.

Prémios para os melhores na diversas competições. Por uma questão de organização as inscrições são limitadas.



FUTEBOL DE ONZE

INATEL - Distrital da 1.ª categoria (Série A)

4.ª jornada: Casa da Moeda, 3 - Clube EDP, 0.

5.ª jornada: Clube EDP, 0 - Montepio Geral, 0.

Com 5 jogos disputados, o Clube EDP, com 2 vitórias, dois empates e uma derrota, encontra-se em 6.º lugar com o mesmo número de pontos do 4.º classificado.

Disputam esta série 10 equipas.

TIRO

Delegação promove curso de tiro

Com início em 14 de Janeiro de 2006, irá decorrer durante 6 meses um curso de tiro promovido pela Delegação de Lisboa do Clube EDP. O curso incluirá normas de segurança, manuseamento de armas, técnicas de tiro e prática de tiro com armas de ar comprimido e de fogo (carabina e pistola).

As aulas terão lugar na sede da delegação, se a mudança de instalações em curso e as consequente reorganização do espaço o permitirem em tempo útil, e na carreira de tiro do Estádio Nacional, aos sábados, das 16 às 19 h. As inscrições estão abertas até 30 de Dezembro na secretaria da Delegação de Lisboa.

O curso será orientado por José Martins, diplomado pela UIT, e o Clube fornecerá todo o material necessário.



VOLEIBOL

INATEL - Distrital da 2.ª Categoria (Série A)

11-11: Clube EDP, 3 - Clube BCP, 0.

15-11: Clube EDP, 1 - CGD, 3.

5-12: Clube EDP, 1 - Volei Clube do Sul, 3.

Jogadores que integram o plantel da equipa da Delegação para a época de 2005/06:

António Pedro, Armando Cavaleiro, Bruno Travassos, Carlos Carvalho, Carlos Umbelino, Eduardo Tomaz, Hugo Soares, Luís Noronha, Miguel Freire, Nuno Santos, Pedro Parracho, Ricardo Azevedo e Ricardo Umbelino.

Director da modalidade: Francisco Pereira Mendes.

Disputam esta série oito equipas.

Competições Desportivas 2004/06 do Clube do Pessoal EDP
QUADRO DE PROVAS E RESULTADOS

MODALIDADES	PROVAS RELATIVAS A 2005 (1.ª VOLTA)		
	Datas	Participantes/Resultados	Locais/Classificações
Atletismo (10000 m)	30 Abril	<i>Equipas:</i> Lisboa (1.º), Castelo Branco (2.º). <i>Individuais:</i> 1.º - Beato Marques (C. Branco), 2.º - Carlos Gomes e Manuel Belo, 4.º - Adolfo Salazar (todos de Lisboa)	Estádio do Bonfim (Setúbal)
Bilhar Livre	19 Fev. 5 Março 19 Março	Lisboa, 2 - Sacavém, 1 Santarém, 2 - Lisboa, 2 Sacavém, 0 - Santarém, 4	1.º Santarém e Lisboa (5 pt.º); 3.º Sacavém (1 pt.º)
Damas Clássicas	19 Jan.	Lisboa, 2 - Sacavém, 2	Vila Franca de Xira
Futebol de Cinco	16 Abril 7 Maio 21 Maio	Torres Vedras, 0 - Sacavém, 4 Lisboa, 5 - Castelo Branco, 1 Lisboa, 8 - Torres Vedras, 0 Castelo Branco, 2 - Sacavém, 4 Sacavém, 0 - Lisboa, 0 Torres Vedras, 1 - Castelo Branco, 4	1.º Lisboa e Sacavém (8 pt.º); 3.º C. Branco (5 pt.º); 4.º T. Vedras (3 pt.º)
Pesca de Rio	18 Junho	<i>Equipas:</i> Carregado (1.º), Santarém (2.º), Castelo Branco (3.º), Lisboa (4.º). <i>Individuais:</i> 1.º - Joaquim Amador (Carregado), 2.º - Carlos Anacleto (C. Branco), 3.º - Carvalho Teixeira (Lisboa)	Ribeira do Raia (Cabeção)
Ténis de Campo	30 Abril 14 Maio 4 de Junho	Lisboa, 2 - Sacavém, 1 Lisboa, 2 - Santarém, 1 Santarém, 3 - Sacavém, 0	Centro de Ténis Olaias. Lisboa está no comando.
Ténis de Mesa	29 Jan.	Lisboa, 5 - Sacavém, 0 Lisboa, 5 - Castelo Branco, 0 Castelo Branco, 3 - Sacavém, 5	1.º Lisboa (6 pt.º); 2.º Sacavém (3 pt.º); 3.º C. Branco (0 pt.º)
Tiro aos Pratos	15 Out.	<i>Equipas:</i> Portalegre (1.º), Lisboa (2.º), Torres Vedras (3.º), Carregado (4.º). <i>Individuais:</i> Daniel Gomes (2.º); José Gomes (3.º); Hélder Claudino (7.º) (todos de Lisboa)	Vale das Pedras (Ota)
Tiro Reduzido	1 Out.	<i>Equipas:</i> Lisboa (1.º), Castelo Branco (2.º), Sacavém (3.º), Santarém (4.º), Carregado (5.º) / <i>Individuais:</i> Eduardo Cruz (1.º), Abílio Coelho (2.º), António Costa (3.º) (todos de Lisboa)	Estádio Nacional (Oeiras)
Xadrez		Lisboa (já apurada por equipas)	

Em datas a designar, decorrerão as partidas da 2.ª volta, invertendo-se a ordem das equipas.

OS NOSSOS ESCRITORES

Jorge Castro contra a corrente



Contra a Corrente
Poemas que eu digo

Introdução de
José Fanha

Edição do autor

Outubro de 2005

Preço: 12 € (Sócios do
Clube EDP: 10 €)

jorcas@netcabo.pt

[http://sete-
mares.blogspot.com](http://sete-mares.blogspot.com)



Poeminho

*neste Natal
afinal
vou embrulhar o poema
numa folha de jornal
vou deixá-lo assim quentinho
entre passas e azevinho
regá-lo com um bom vinho
e chamar-lhe poeminho*

*decerto que assim tratado
ficará mais animado
quem sabe?...
mais redondinho*

*só então o lançarei
aos quatro ventos da sorte
para que não perca o Norte
nem se engane no caminho*

*ao bater à tua porta
recebe-o com carinho
de mim ele leva um abraço
e o papel de jornal
é só p'ra ficar quentinho*

*porque afinal
é Natal
e ele é só um poeminho.*

Jorge Castro

18 de Dezembro de 2004

Orlando Jorge da Silva Castro, de seu nome completo, nasceu no Porto há 53 anos. Acompanhando o percurso do pai, andou pelo Picote, Miranda (sua "arca de afectos") e Bemposta, até que este acabou por ser colocado em Lisboa. Reside em Carcavelos e, em 1981, ele próprio acabou por ingressar na empresa, trabalhando actualmente na Sávida. Coursou Direito, desenvolveu alguma actividade política e sindical, mas a poesia só haveria de descobri-lo há cinco ou seis anos.

Contra a Corrente, com capa do seu filho Alexandre, é o seu primeiro livro de maior fôlego. Mas vários outros estão já na forja. Antes, publicara dois pequenos livros *Sopa de Pedras* (poesia e conto), com ilustrações de Lourdes Calmeiro, sua mulher, e *Odes no Brejo*

& *Alguns Pecados* (poesia), com 4.ª e 2.ª edições em Novembro de 2005, inseridos num projecto no âmbito da Universidade Nova a que chama de "literatura de cordel". É ainda um animador "de vários espaços de partilha de poesia" e um "dezedor", como lhe chama o poeta José Fanha, que vê nele "um poeta que espalha emoção e uma qualidade crescente na poesia que nos oferece".

Nas Competições Culturais do Clube de 2002-2003, conquistou nada mais, nada menos do que nove prémios, dois deles o 1.º e o 2.º lugares na classe de poesia. E eis que, nas competições actualmente em curso, se prepara para concorrer de novo. O que, sem dúvida, será uma mais-valia para as competições e um estímulo para todos os participantes.

EXPOSIÇÕES EM 2005

Galeria de Arte da Casal Ribeiro

Decorações alusivas à quadra natalícia

- Dezembro.

Exposições em 2006: a anunciar na próxima edição.

Horário (dias úteis): 09:00 às 18:30 h

Viva la Vita

Desconto de 20% para os sócios do Clube em todo o tipo de roupa e acessórios de senhoras para o dia a dia, casamentos e festas de marcas internacionais (Paris, Itália, Brasil, Londres, etc.).

Delegações de Lisboa e Sacavém promovem passagem de ano conjunta

Em organização conjunta das delegações de Lisboa e Sacavém, está já confirmada a realização da tradicional festa da passagem de ano. Abrilhanarão a mesma, que terá lugar no refeitório de Sacavém, na Rua Cidade de Goa, os conjuntos Nova Dança e All Jazz.

As reservas de lugares deverão ser feitas através Secretaria da Delegação de Lisboa (tel. 210 017 173/4) ou da D. Amélia Antunes, de Sacavém (tel. 210 011 232). Como nos anos anteriores, a organização oferecerá o espumante e manterá em funcionamento o bar onde poderão ser adquiridas as bebidas, devendo os associados e acompanhantes fazer acompanhar-se da ceia.

Jantar de Natal

19 de Dezembro foi o dia escolhido para o jantar de Natal promovido pela Direcção da Delegação e que reúne os respectivos Corpos Directivos e funcionários da mesma, bem como alguns colaboradores mais próximos, num restaurante de Lisboa.

informação BOLETIM MENSAL DA DELEGAÇÃO DE LISBOA DO CLUBE DO PESSOAL EDP Dezembro 2005 II Série N.º 26

Coordenação Anibal Afonso, Fernando Castelo e José Rogeiro Redacção e paginação José Rogeiro Colaboram nesta edição

Ana Alves, Fernando Castelo, Jorge Castro, Pereira Mendes Fotografias Anibal Afonso, António Manuel Santos e outros

Grafismo Companhia das Cores Impressão Litografia Amorim N.º de exemplares 1 000 (distribuição gratuita)

Av. Casal Ribeiro, 50 A - 1000 093 Lisboa Tel. 210 017 173/4 Fax 210 017 170 e-mail boletim.informacao.clubeedp@lisboa.oninet.pt

e-mail Delegação clubeedp.lisboa@oninet.pt Clube edp\LX-MP12/EDP www.clubeedp-del-lisboa.com.pt