

Aniversário do Clube

31 anos de sucesso

O restaurante A Lareira foi o palco escolhido para acolher o nosso almoço de aniversário, reunindo mais de duzentas pessoas que fizeram questão de cantar os parabéns a esta instituição. Entre as várias presenças, destaque para o do Engenheiro Eugénio Carvalho, em representação da EDP.

Pautado pela qualidade da ementa e do serviço prestado, o almoço foi o ponto de partida para momentos de muita animação, convívio e alegria, onde não faltaram a música e a boa disposição de todos os convivas. Destaque para a actuação da Sílvia, animadora residente, que cantou e tocou de forma fantástica, e para as prestações de Nani Nadais e Chico Dias, que com as suas actuações deram um toque brejeiro e mais alegre ao evento, proporcionando um clima agradável e informal.

Depois dos momentos de maior descontração, foi a vez de Carlos Fernandes fazer uso da palavra e proferir algumas notas sobre o clube e a importância da comemoração deste 31º aniversário. Seguiu-se-lhe o Presidente, que aproveitou para agradecer a presença de todos e relembrar o esforço que a Direcção está a empreender para que todos participem nas actividades e na vida associativa do Clube. Ficou ainda a mensagem de que a dinâmica que se tem imprimido é de estímulo à participação e vem na sequência dos passos anteriormente dados.

Uma justa homenagem

Este almoço de aniversário serviu também para se proceder à entrega de prémios a alguns atletas que se distinguiram pelos feitos realizados durante o ano de 2007. Foram ainda atribuídos os troféus do concurso de fotografia. No entanto, o momento alto do dia estava guardado para a altura em que Aníbal Afonso seria chamado para uma pequena, mas muito justa, homenagem. De facto, toda a Direcção fez questão de subir ao palco e agradecer de forma peremptória todo o esforço, dedicação, empenho e trabalho de



Aníbal de Jesus Afonso, mas também o seu companheirismo e, sobretudo, a amizade que tem demonstrado por todos os que o rodeiam. A salva de porcelana que lhe foi oferecida é apenas um gesto que serve para simbolizar o nosso muito obrigado a um homem e um artista de qualidades excepcionais.

Feliz ano novo!
A Direcção da Delegação de Lisboa deseja a todos os seus associados e familiares um ano de 2008 recheado de saúde, paz e sucessos pessoais e profissionais.



Um baile muito animado

Após um almoço farto, nada como um pézinho de dança para animar. A música ecoou pela sala e os convidados não se fizeram rogados, dando início ao baile, que só seria interrompido quando o lanche foi servido. No final, a opinião era unânime: este foi, um dos eventos mais apreciados e divertidos dos últimos anos. Todos estamos de parabéns!

Festa de natal



O circo desceu à cidade

À semelhança de anos anteriores, a festa de Natal, promovida pela EDP e organizada pelo clube, foi um sucesso. Tudo aconteceu no passado dia 16 de Dezembro, no circo Walter Dias, junto ao Centro Comercial Colombo. Na festa, onde estiveram presentes as delegações de Sacavém, do Carregado, de Loures e de Torres Vedras, não faltaram momentos de grande diversão e alegria para miúdos e graúdos. É a promessa fica desde já feita: para o ano há mais!

Ler, ver e ouvir

Fique a par das novidades

Fique a par das novidades em matéria de filmes, livros e Cd's, chegadas à nossa delegação. Uma coisa garantimos: todas se pautam pela qualidade, pelo que o difícil vai ser escolher.

Livros

- DESCASCANDO A CEBOLA - GUNTER GRASS
- TEMPO PARA AMAR - DANIELLE STEEL
- UM ESTRANHO EM AMSTERDÃO - J. VAN DE WETERING
- UM PEQUENO GRANDE AMOR - FÁTIMA LOPES
- SOMA DOS DIAS(A) - ISABEL ALLENDE
- RIO DAS FLORES - MIGUEL SOUSA TAVARES

Vídeo

- 007 AGENTE SECRETO
- 007 AVENTURA NO ESPAÇO
- 007 O HOMEM DA PISTOLA DOURADA
- 007 VIVE E DEXA MORRER
- CULPA HUMANA
- DESESPERO
- DIAS DE GLÓRIA
- FLORES DE AÇO
- FUGA PARA A VITÓRIA
- HOTEL RUANDA
- IMPÉRIO DO SOL NASCENTE (O)
- LASSIE
- MÁXIMO RISCO
- NASCIMENTO DE CRISTO (O)
- NUNCA TANTOS FAZERAM TÃO POUCO
- OS BABY LOONEY TUNES
- PAIXÕES DE JÚLIA (AS)
- PEDRO E O LOBO
- PEQUENA SERENA (A) - REGRESSO AO MAR
- PERTO DEMAIS
- POSEIDON
- RAFAEL (O)
- ROBINSONS (OS)
- SHRECK - O TERCEIRO
- STEALTH - AMEAÇA SILENCIOSA

Cd's

- A HISTÓRIA TODA - LUIS REPRESAS
- ANTOLOGIA 63/93 - TOM JOBIM
- AQUI E AGORA - O TRIUNFO - ADRIANO
- COM TRADIÇÃO - CARLOS ZEL
- FADO AMÁLIA - AMÁLIA RODRIGUES
- FILIPE DUARTE - FILIPE DUARTE
- HÁ FESTA NA MOURARIA - ALFREDO MARCENEIRO
- LA SERENA - TERESA SALGUEIRO & LUSITÂNIA ENSEMBLE
- LIFE IN A CARTOON MOTION - MIKA
- SENTIMENTO - RITA GUERRA
- SIM - VANESSA DA MATA
- SUPER FADOS - FERNANDO MAURICIO

Uma noite diferente

Silêncio, vai-se cantar o fado

O nosso salão foi pequeno para a noite de fados do passado dia 16 de Novembro. Os lugares esgotaram-se para ouvir as excelentes vozes de todos os fadistas presentes, que cantaram e encantaram os sócios, familiares e amigos presentes no evento. Carlos Fernandes, responsável pela organização desta noite tão especial e também ele fadista, abriu a "festa", seguindo-se-lhe as belas vozes de Nani Nadais, Deolinda Bernardo, Filipe Duarte, Dina do Carmo, António Cristo, Elisabete Oliveira, Nuno Aguiar e José Pires. Os cantores foram sempre acompanhados à guitarra por Luís Ribeiro, à viola por Jaime Martins e à viola baixo por Luís Entucho.



A determinada altura foi convidado a participar o grande imitador de vozes Chico Dias, de modo a colaborar com Carlos Fernandes na apresentação dos artistas. A actuação do convidado divertiu bastante o auditório, que anseia já por uma nova iniciativa deste género. A Organização do evento deixa aqui uma

MODALIDADES



Convívio salutar

Num total de 3209 sócios efectivos, poucos são os que não sabem que a delegação de Lisboa tem, actualmente, 42 actividades em pleno funcionamento. Cientes da importância dessas actividades e de quem as pratica, decidimos levar a cabo um convívio onde os diferentes participantes e responsáveis se encontrassem e se pudessem conhecer, trocando experiências e até algum know-how. O encontro teve lugar na sede da nossa delegação e foi com muito entusiasmo que verificámos que a maioria dos nossos associados compareceu ao chamamento, pelo que a casa esteve "cheia" e o objectivo principal foi atingido.

Numa festa onde toda a organização e ementa servida esteve a cargo da "prata da casa", nada falhou, o que demonstrou, uma vez mais, a nossa excelente capacidade de trabalho e organização. É se tudo foi um sucesso, muito se deve às pessoas que a seguir enunciamos. Sem elas, nada disto teria sido possível, por isso fazemos questão de aqui deixar o nosso muito obrigada a:

- Aos Directores da Delegação de Lisboa
- Às Empregadas do bar da sede, Maria da Graça e Carla Pires, pelo seu esmerado atendimento
- Às Responsáveis dos Bares, Maria da Conceição e Maria Manuela, na confecção de todo o lanche servido e decoração das mesas
- Aos Empregados da Secretaria, Paulo Sousa, Arminda Gonçalves e Sílvia Cristo, pelo excelen-



te atendimento e pelo trabalho desenvolvido na expedição de toda a documentação ligada ao evento

- Ao Empregado Paulo Guerra, pelo desenvolvimento das tarefas necessárias para que a Festa decorresse de forma positiva

Destaque ainda para os painéis que estiveram afixados nas paredes do Clube, todos eles alusivos às várias actividades que se praticam na nossa delegação. Nesses painéis podemos ficar a conhecer um pouco melhor não só as diferentes actividades e modalidades, bem como os materiais necessários à sua prática e os atletas e responsáveis pelas secções.

O sucesso desta iniciativa foi tão grande que fazemos questão de a repetir, trazendo até nós todos os que aplicam o seu entusiasmo na actividade que praticam, representando o nome do Clube de forma muito digna.



nota de agradecimento pelo civismo demonstrado por todos os presentes na sala, que mantiveram sempre o silêncio necessário ao bom desempenho dos fadistas. No final, os cantores convidados receberam uma bonita placa artística.

→ Ginástica energética

Conhecer e praticar

Os exercícios do Chi Kung (Qi Gong) são considerados uma forma eficaz de preservar a saúde, restaurar o equilíbrio emocional, fortalecer o sistema imunológico e aumentar a vitalidade do ser humano. Para além de exercício e terapia, o Chi Kung é uma autêntica filosofia de vida, que poderá ser aplicada no dia a dia. Os seus principais objectivos são a tranquilidade, a harmonização do corpo e espírito com tudo o que nos rodeia, quer seja a natureza, a sociedade ou os indivíduos. A finalidade é atingirmos uma calma e paz de espírito interior que nos permitirá viver mais felizes. Se está interessado em saber mais sobre esta modalidade e praticá-la, saiba que desde Novembro de 2007 a mesma está disponível na nossa delegação, com as aulas a decorrerem todas quartas-feiras, à hora do almoço. Inscreva-se.



→ Karting

Pilotos, precisam-se

Já estão abertas as inscrições para o nosso troféu de 2008. Se é adepto desta modalidade, gosta de acelerar e de sentir a adrenalina a subir, junte-se a nós. Consulte o regulamento, através do site ou na nossa secretaria, e inscreva-se.

→ Voleibol

Clube soma e segue

Depois da subida à primeira divisão, é urgente reforçarmos a nossa equipa. Se gosta da modalidade, sabe jogar e quer praticar desporto, junte-se a nós. Entretanto, confira os resultados obtidos até agora.

1º CATEGORIA - SÉRIE A					
1º Jorn					
1	-	3	Serviços IVA (A)	Vs	Serviços IVA (B)
3	-	1	CT Voleibol	Vs	Banco Portugal
3	-	0	Portugal Telecom	Vs	COJOPE
1	-	3	FBO	Vs	Volei Clube Sul
3	-	2	GDLGL	Vs	Clube EDP
3	-	1	Freg Marvila	Vs	Clube Vodafone
2º Jorn					
3	-	0	Serviços IVA (B)	Vs	Banco Portugal
1	-	3	Serviços IVA (B)	Vs	Portugal Telecom
3	-	0	Volei Clube Sul	Vs	CT Voleibol
0	-	3	COJOPE	Vs	GDLGL
1	-	3	Clube Vodafone	Vs	FBO
0	-	3	Clube EDP	Vs	Freg Marvila
3º Jorn					
1	-	3	Portugal Telecom	Vs	Serviço IVA (B)
0	-	3	Banco Portugal	Vs	Volei Clube Sul
1	-	3	GDLGL	Vs	Serviços IVA (A)
0	-	3	CT Voleibol	Vs	Clube Vodafone
3	-	0	Freg Marvila	Vs	COJOPE
3	-	0	FBO	Vs	Clube EDP
4º Jorn					
3	-	1	Serviço IVA (B)	Vs	Volei Clube Sul
3	-	0	Portugal Telecom	Vs	GDLGL
1	-	3	Clube Vodafone	Vs	Banco Portugal
3	-	2	Serviços IVA (A)	Vs	Freg Marvila
1	-	3	Clube EDP	Vs	CT Voleibol
0	-	3	COJOPE	Vs	FBO
5º Jorn					
1	-	3	GDLGL	Vs	Serviços IVA (B)
3	-	0	Volei Clube Sul	Vs	Clube Vodafone
0	-	3	Freg Marvila	Vs	Portugal Telecom
3	-	1	Banco Portugal	Vs	Clube EDP
3	-	1	FBO	Vs	Serviços IVA (A)
0	-	3	CT Voleibol	Vs	COJOPE
6º Jorn					
3	-	1	Serviços IVA (B)	Vs	Clube Vodafone
3	-	2	GDLGL	Vs	Freg Marvila
0	-	3	Clube EDP	Vs	Volei Clube Sul
3	-	1	Portugal Telecom	Vs	FBO
0	-	3	COJOPE	Vs	Banco Portugal
3	-	1	Serviços IVA (A)	Vs	CT Voleibol

MODALIDADES

→ Futebol de onze

Continuamos a fazer furor

Depois de termos subido à primeira divisão, continuamos a dar cartas na modalidade, muitas vezes superando até os nossos objectivos. Confira os últimos resultados.

6ª jornada					
IN Casa Moeda	Vs	Clube EDP	0	-	1
Alcântara/Ref	Vs	S Jorge Arroios	1	-	2
Povoa S Adrião	Vs	Boa Esperança	1	-	0
Carnaxide Velho	Vs	U Camarate	1	-	3
7ª jornada					
S Jorge Arroios	Vs	IN Casa Moeda	3	-	2
Clube EDP	Vs	Povoa S Adrião	1	-	1
U Camarate	Vs	Alcântara/Ref	2	-	2
8ª jornada					
Povoa S Adrião	Vs	IN Casa Moeda	2	-	1
S Jorge Arroios	Vs	U Camarate	3	-	1
Carnaxide Velho	Vs	Clube EDP	1	-	2
Alcântara/Ref	Vs	Boa Esperança		N/E	

→ Saúde e nutrição



O segredo de um bom pequeno-almoço

Todos sabemos que é uma das principais refeições do dia e não devemos sair de casa sem ele. No entanto, estudos recentes dizem que só deve tomar o pequeno-almoço uma hora depois de acordar, para que o organismo possa despertar antes de receber a primeira refeição do dia. Em matéria de alimentos, prefira sempre ingredientes leves, como fruta e cereais. Lembre-se que o segredo está em comer poucas quantidades, várias vezes ao dia.

Imunidade reforçada

Nesta altura do ano, as gripes e constipações estão na ordem do dia. Para as prevenir, convém que mantenha alguns cuidados na sua alimentação, com uma ingestão regular de vitaminas e minerais. Por isso, aposte no consumo de legumes, fruta, frutos secos e peixe, evitando a carne e os fritos. A sua saúde agradece!



@ Site — À distância de um clique

Mantenha-se informado sobre tudo o que diz respeito à nossa delegação visitando o nosso site em www.clubeedp-del-lisboa.com.pt

→ Concurso de Fotografia 2007

€ os vencedores são...

Foi difícil escolher, já que a qualidade dos trabalhos a concurso era grande. No entanto, como alguém tinha de ganhar, o júri decidiu atribuir os seguintes prémios.

PRETO E BRANCO



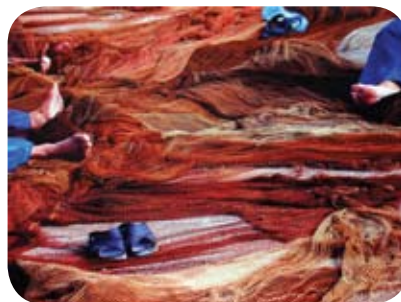
1º prémio - "O ESTRADO", de Carlos Bento Santana, Setúbal



2º prémio
"ESPELHO MEU", de António Manuel Fonseca, Amadora

3º prémio
"SEM TÍTULO", de Ana Mafalda Pinto, Linda-a-Velha

COR



1º prémio
"REDES", de Herlander Rascão Gomes, Abrantes

2º prémio
"OLHARES", de Rui Manuel Freire, Lisboa



3º prémio
"ET", de João Luís Canais, Lisboa

Ficha técnica

Redacção: Origami Edições; Grafismo e paginação: Origami Edições; Colaboraram neste número: Aníbal Afonso, António Rodrigues, Carlos Aniceto, Fátima Sousa, Fernando Silva, Filipe Samarra, Jaime Anacleto, Joaquim Simões, José Barral, Pereira Mendes; Fotografias: Aníbal Afonso, Jaime Anacleto; Impressão: Grifos - Artes Gráficas, Lda. Tiragem: 1000 exemplares; Distribuição: gratuita; Morada: Av. Defensores de Chaves, nº 4 C1000-117 Lisboa; Telefones: 210 017 173/4; Fax: 210 017 170; E-mail: clubeedp@oninet.pt; Endereço Lótus Notes: Clube Pessoal-DelegLisboa/EDP@EDP