

## Competições desportivas do Clube EDP

# Nós vamos!

A Delegação de Lisboa irá estar representada em Ofir, nos dias 26, 27, 28 e 29 de Novembro de 2009, na fase final das competições desportivas e culturais organizadas pela Direcção Geral do Clube EDP.

Ao longo do triénio 2007-2009, realizaram-se as provas de apuramento. Foi um percurso algo longo, mas com muito pouca competição, dado que algumas delegações não se fizeram representar nas mais diversas modalidades. É nossa convicção que este modelo de competição deverá ser reapreciado e discutido com as Delegações, nomeadamente as de maior representatividade, pois a sua manutenção coloca em risco a realização deste evento.

A nossa delegação irá estar representada nas seguintes modalidades:

- Atletismo
- Futebol 5
- Ténis de Campo
- Ténis de Mesa
- Tiro
- Xadrez

A todos aqueles que irão estar presentes nesta fase final, desejamos que estes dias de competição se traduzam na obtenção dos mais diversos êxitos, tanto a nível individual como colectivo, e, principalmente, num salutar convívio entre amigos e colegas deste Clube.



Atletismo



Ténis de Mesa



Futebol 5



Ténis de Campo



Xadrez



Tiro



## Aniversário da Delegação de Lisboa

# 33 velas para apagar!

Vamos comemorar mais um aniversário da nossa delegação, desta vez o 33º. Para assinalar a data, vamos levar a cabo um almoço festivo no próximo dia 22 de Novembro, desta feita no restaurante Moinho de Vento, em Almeirim. Para além de muita animação e da distribuição de algumas lembranças alusivas ao evento, teremos ainda uma interessante visita à adega da Quinta do Casal Branco, com prova de vinhos e a participação especial do Rancho Folclórico de Almeirim. A saída está marcada para as 9 horas da manhã, em frente à sede do Clube, na Avenida Defensores de Chaves, nº 4 C.

Junte-se a nós e venha passar um dia diferente, em ambiente de festa e alegria. Faça a sua inscrição na secretaria do clube. É para lhe aguçar o apetite, aqui fica a ementa do almoço e do lanche:

• **Entradas:** canapés, salgadinhos, tapas, queijos, enchidos, fumados, águas, sumos, vermute, moscatel, porto, gin tónico.

• **Almoço:** sopa da pedra, bacalhau com puré de batata, azeitona e broa de milho em cama de espinafres; vitela assada com mel e alecrim.

• **Sobremesa:** crumble de maçã com gelado de baunilha ou ananás au rum.

• **Lanche:** mesa de frios (leitão assado, lombo de porco, franginhos, presunto, tábua de queijos, salgados, camarão, saladas frias...); mesa de frutas e doces, bolo comemorativo.

• **Bebidas:** águas, vinhos do Ribatejo, sumos, cervejas, cafés, whisky novo, digestivos e espumantes.



Quinta do Casal Branco



## Espectáculo

### Grande noite de fado vadio

Numa iniciativa inédita, levámos a cabo, no passado dia 26 de Setembro, a Primeira Grande Noite de Fado Vadio. A casa não esteve propriamente cheia, mas a verdade é que a assistência presente foi fantástica. A noite estava quente, como as vozes dos artistas participantes, que deliciaram uma plateia atenta e entusiasta desde género musical. As honras de abertura estiveram a cargo de um dos nossos directores, Carlos Fernandes, que escolheu um fado bem conhecido: o Marialva. José Manuel Rato foi o fadista que se seguiu, num desfile de talentos e vozes de qualidade ímpar, de onde merece destaque a da jovem fadista Vanessa Costa, que esteve pela primeira vez nas nossas instalações e conquistou de imediato toda a audiência. Ao longo da noite fizeram-se ouvir ainda as vozes de Vânia Conde, António Cristo, António Xabregas, Nani Nadais e Natália Escobal. Quem também deliciou todos os presentes foi a parilha de guitaristas, uma das melhores do país, constituída por Luís Ribeiro (guitarra portuguesa) e Jaime Martins (viola de fado). Grandes mestres!

Um dos momentos altos do espectáculo foi a actuação de Nani Nadais, que, como habitualmente, pôs todos a rir, acompanhado do seu inseparável cavaquinho e da sua arte de improvisar. Verdadeiro "show man", Nani cantou, encantou e divertiu todos os presentes. É porque a Delegação de Lisboa do Clube de Pessoal da EDP tem por hábito prestar sempre um agradecimento especial aos artistas que aqui se deslocam, os seus directores foram distribuindo, ao longo da noite, uma lembrança a todos os fadistas que nos deram a honra da sua presença. Aníbal Afonso foi, uma vez mais, o nosso fotógrafo de serviço, registando todos os momentos desta iniciativa e deixando no ar a promessa de que na próxima Grande Noite de Fado haverá uma surpresa para todos os convidados. É para saber que surpresa será essa já não teremos de esperar muito, pois a nossa **Grande Noite de Fado realiza-se já no próximo dia 6 de Novembro. Vamos ter as habituais castanhas, água-pé e um leque imperdível de fadistas. Não falte, contamos consigo!**

## ACTIVIDADES

### → Pesca

#### Concurso convívio

No passado dia 17 de Outubro, a secção de pesca da Delegação de Lisboa do Clube de Pessoal da EDP, levou a efeito um convívio piscatório inter-delegações, constituído por um concurso de pesca, realizado na vala de Santa Justa, situada no Couço, e um almoço no restaurante O Manuel, em Coruche, onde teve também lugar a distribuição de prémios. O dia foi animado, mas houve necessidade de madrugar, já que a concentração, sorteio e instruções tiveram lugar às 7 horas da manhã. A prova iniciou-se por volta das 08.30 horas.



### Queremos estar mais próximos de si!

Para poder receber regularmente o nosso boletim e ter acesso, via e-mail, a todas as informações sobre as actividades da nossa delegação, faça-nos chegar o seu endereço de correio electrónico. Mande-nos um e-mail para [clubeedp.lisboa@gmail.com](mailto:clubeedp.lisboa@gmail.com) ou para [clubeedp.lisboa@onet.pt](mailto:clubeedp.lisboa@onet.pt). A sua participação é de extrema importância para nós.



### → Tiro

#### Somos campeões

António Costa sagrou-se campeão distrital de bala em CD 50 metros, tendo obtido 562 pontos. Esta prova foi realizada na carreira de tiro do Estádio Nacional. Há ainda que salientar o comportamento dos atiradores Miguel Costa, que obteve o 2º lugar, com 562 pontos, José Coelho, que se classificou em 4º lugar, com 559 pontos, e Eduardo Cruz, que obteve o 23º lugar, com 522 pontos.

## Vamos ao Teatro

### O Deus da Matança

Está em cena na sala azul do Teatro Aberto a peça O Deus da Matança, de Yasmina Reza, com encenação de João Lourenço. O texto, cuja adaptação norte-americana ganhou no passado mês de Junho o prémio de melhor peça do ano em Nova Iorque, "Tony Award", é apenas um dos elementos a destacar, num espectáculo pautado por um elenco de luxo, do qual fazem parte Joana Seixas, Paulo Pires, Sofia de Portugal e Sérgio Praia. Os sócios do Clube beneficiam de um desconto de 30% na aquisição dos bilhetes. Agora já não há desculpa para não ir ao teatro...







## Futebol de 11

### Os treinos já começaram

O "arranque" da nova época está à porta, por isso os nossos atletas iniciaram já a sua preparação, com os treinos a decorrerem, como habitualmente, no campo de futebol do Casa Pia, todas as quintas-feiras, das 21 às 23 horas.

No primeiro dia apareceram 9 elementos novos, que poderão ser reforços importantes. Se gosta de futebol, acha que até tem jeito para isto e quer fazer parte de uma equipa de sucesso, junte-se a nós. Apareça!

### Almoço de fim de época

Realizou-se no passado mês de Julho, o almoço de fim de época da nossa equipa de futebol de 11. No evento marcaram presença o presidente e o vice-presidente da Delegação de Lisboa do Clube da EDP: Dr. Filipe Samarra e o Sr. Joaquim Simões.

Aproveitou-se a ocasião para se prestar uma justa homenagem a três pessoas que muito têm feito por esta modalidade no seio do clube: Alexandre Santana, que recebeu o Prémio Carreira; Joaquim Nascimento, que foi distinguido com o prémio Jogador do Ano, e ainda o nosso massagista e grande amigo, José Dias Costa Ferreira, a quem foi atribuído o Prémio Dedicção pelos serviços prestados às equipas de Futebol durante anos e anos, sempre com um sorriso nos lábios e com uma palavra amiga para com todos.

Costa Ferreira, por seu turno, fez a entrega ao nosso clube, na pessoa do Presidente, de um troféu que simboliza uma agulheta dos Bombeiros. Aqui fica desde já o nos-



so agradecimento por este gesto pleno de simbolismo.

É porque o futebol não é só um desporto de homens, fizemos questão de homenagear também Maria da Glória Afonso, a adepta do ano, que recebeu uma camisola autografada pela nossa equipa e um bonito ramo de flores.

### Último adeus a Júlio Vieira



Foi com grande consternação e pesar que recebemos a notícia do falecimento do nosso associado Júlio da Conceição Vieira. Para além de sócio do clube, Júlio era também um grande amigo, tendo colaborado connosco como massagista das equipas de futebol de 11 e de futebol de 5. Aqui fica o nosso sentido pesar pelo seu falecimento.

## Gripe A

### Proteja-se a si e aos outros

O vírus da gripe A, o H1N1, é um novo vírus que afecta os seres humanos. É transmitido pelo ar, de pessoa para pessoa, através de gotículas de saliva e ainda por contacto das mãos com objectos e/ou superfícies contaminadas.

Os sintomas da gripe A são febre, tosse, dores nos músculos, falta de ar e, em alguns casos, vómitos e diarreia.

A pessoa infectada pode contagiar outras pessoas num período de 7 dias, pelo que é muito importante que se sigam todas as orientações dadas pelos serviços de saúde, de forma a evitar a propagação da doença.

Como forma de protecção, há uma série de gestos e cuidados que devemos ter. Preserve a sua saúde e a dos outros, adoptando as medidas que se seguem:

## Gripe A (H1N1)

### Como se pode proteger a si e aos outros



## Aposte em si

### Frequente um dos nossos cursos

Porque existimos a pensar nos nossos associados, vamos, uma vez mais, ministrar uma série de cursos nas nossas instalações. O leque de opções é variado e procura ir de encontro a diferentes interesses. Escolha, então, aquele que mais tem a ver consigo e dê largas ao seu talento.

**Pintura e outras técnicas:** as aulas estão a cargo do professor José Fernando, todas as sextas-feiras, das 18 às 20 horas.

**Fotografia:** o professor Carlos Carvalho é o responsável por este curso, que se divide em duas turmas. O nível I tem aulas à segunda-feira, das 18 às 20 horas. O nível II tem aulas à terça-feira, no mesmo horário.

**Pintura em azulejo:** Sob a orientação da professora Jacqueline Guedy, as aulas decorrem à terça-feira, das 12.45 às 14 horas.



**Artes decorativas:** ministrado pela professora Leonor de Almeida, divide-se em duas turmas. A de iniciados tem aulas todas as terças e quartas-feiras, das 12.45 às 14 horas. Os outros anos têm formação todas

as segundas e quintas-feiras, das 12.45 às 14.00 horas.

**Caligrafia e luminura:** este curso é dado pelo professor José Braz, às quintas-feiras, das 15 às 17 horas.

**Atelier de desenho:** ministrado pelo professor Carlos Carvalho, decorre todas as quintas-feiras, das 18 às 20 horas.

Para mais informações sobre estes cursos, consulte o nosso site [www.clubeedp-del-lisboa.com.pt](http://www.clubeedp-del-lisboa.com.pt) ou dirija-se à secretaria do clube.

## → Escapadela

### Termas de Monfortinho



Hotel Fonte Santa



Hotel Astoria

Hotel Fonte Santa

Agora que a rotina casa-trabalho-casa se voltou a instalar, está na hora de preparar uma escapadinha. Aproveite um fim-de-semana e vá conhecer e desfrutar das Termas de Monfortinho, uma das melhores estâncias termais a nível europeu.

Localizada no concelho de Idanha-a-Nova, a aproximadamente 70 km de Castelo Branco, esta estância termal oferece um leque variado de tratamentos, estando o seu balneário equipado com: banho de imersão com bolha de ar, banho de imersão em água corrente, banho de imersão com duche subaquático, hidromassagem, banho local parcial, duche escocês, duche circular, duche Vichy com massagem, enteroclise, duche de Aix e hidro-pressoterapia. Estão ainda disponíveis tratamentos por electroterapia, nomeadamente ultra-sons simples ou com massagem, ondas curtas, infravermelhos e ultra-violetas.

Com águas que emergem a 30,5 graus, são muitos os que aqui procuram solução para problemas como as doenças de pele, do-

enças hepato-biliares, gastro-intestinais, reumáticas e das vias respiratórias. Mas há também quem aqui se desloque apenas para usufruir de alguns momentos de descanso e programas de bem-estar.

Na hora de programar a sua viagem, tenha em conta que os sócios do Clube têm desconto em duas excelentes unidades hoteleiras da região, nomeadamente o Hotel Astoria e o Hotel Fonte Santa. Para mais informações e reservas poderá contactar a nossa secretaria ou directamente as referidas unidades hoteleiras.

**Hotel Astoria – 277430409**

**Hotel Fonte Santa – 277430300**

## → Ler, ver e ouvir

Já chegaram novidades às nossas biblioteca, audioteca e videoteca. Em matéria de música, contamos com um acervo de 900 CD's e 120 DVD's musicais, sendo que os mais recentes são:

- **The Collection**  
– Michael Jackson
- **Musica de Tom Jobim**  
– Roberto Carlos e Caetano Veloso
- **Tudo Vitorino**  
– Vitorino
- **Relax**  
– Colectâneas
- **Maestro Nobel**  
– Herbert Von Karajan
- **Hoje**  
– Amália
- **White Lies**  
– Ben Harper & Relentless 7



No que toca a obras literárias, o nosso espólio tem mais de 12.000 volumes. Das novidades destacamos:

- **Não sei nada sobre o amor**  
– Júlia Pinheiro
- **O que o dia deve à noite**  
– Yasmina
- **Escritos Secretos**  
– Sebastian Barry
- **O último Bandeirante**  
– Pedro Pinto



A videoteca está também bem recheada, com mais de 1200 DVD's. Eis os filmes recém-chegados:

- **O Leitor**
- **Mulheres de Guerra**
- **A Duquesa**
- **Vizinho Suspeito**



À DISTÂNCIA DE UM CLICK! [WWW.CLUBEEDP-DEL-LISBOA.COM.PT](http://WWW.CLUBEEDP-DEL-LISBOA.COM.PT)

Melhorámos o nosso site, para que possa ter uma informação permanente e atualizada sobre a Delegação e as suas actividades. Visite-nos e, já agora, diga-nos o que achou, o que gostou ou apreciaria ver melhorado. A sua opinião é muito importante para nós!

### Ficha técnica

Redacção, grafismo e paginação: **Origami - Comunicação, Design e Publicidade**; Colaboraram neste número: **Aníbal Afonso, António Rodrigues, Carlos Aniceto, Carlos Fernandes, Fátima Sousa, Fernando Silva, Filipe Samarra, Jaime Anacleto, Joaquim Simões, José Barral, Pereira Mendes**; Fotografias: **Aníbal Afonso, Jaime Anacleto** e arquivo do clube; Impressão: **Impressão 24**. Tiragem: **2500 exemplares**; Distribuição: **gratuita**; Morada: **Av. Defensores de Chaves, nº 4 C1000-117 Lisboa**; Telefones: **210 017 173/4**; Fax: **210 017 710**; E-mail: **dubeedp.lisboa@oninet.pt**; Endereço Lótus Notes: **Clube Pessoal-DelegLisboa/EDP@EDP**