



Informação

Boletim da Delegação de Lisboa do Clube do Pessoal da EDP Julho/Setembro 2011 - Nº52

Vêm aí as comemorações do 35º aniversário



Quinta do Castro



Do dia 24 de Novembro, o Clube do Pessoal da EDP faz 35 anos. Uma vez mais, a Delegação de Lisboa faz questão de comemorar o seu aniversário com toda a dignidade que o Clube merece.

As iniciativas começarão já no mês de Outubro, com um torneio de Ténis de Mesa, a realizar nas nossas instalações e um torneio inter-sócios de Snooker (Pool 8), que decorrerá durante este mês e o de Novembro.

No dia 2 de Novembro inaugurar-se-á, na Galeria de Arte Aníbal Afonso, na nossa sede, uma exposição de trabalhos dos nossos artistas, que estará patente ao público até ao início de Dezembro.

ALMOÇO EM CENÁRIO DE SONHO

Este ano, o local escolhido para o tradicional almoço de aniversário, que terá lugar a 26 de Novembro, é a Quinta do Castro. Situada no coração do Oeste, entre o Litoral e o Vale do Tejo, a 50 minutos de Lisboa, junto à zona protegida da Serra de Montejunto, é um local de rara beleza paisagística, a que se alia um serviço de extrema qualidade, que aposta nos pratos típicos da região. Assim, a ementa será, como sempre, de primeira e pautada pelo re-

quinte. Apesar da crise e dos aumentos de preço, a direcção da Delegação de Lisboa faz questão de manter os valores praticados nos dois últimos anos, subsidiando a diferença de preços que se praticam na actualidade.

Para além do almoço, teremos ainda um lanche ajantarado e muita animação para os cerca de 200 sócios, amigos e familiares que todos os anos fazem questão de se juntar a nós para dar os parabéns ao Clube.

VISITA AO BUDHA EDEN GARDEN

É porque o dia começa cedo, sairemos de Lisboa com destino à belíssima Quinta dos Lórdos, propriedade do Comendador Joe Berardo, onde visitaremos o já afamado Budha Eden Garden. Trata-se de um espaço com cerca de

35 hectares, idealizado e concebido por Joe Berardo, em resposta à destruição dos Budas Gigantes de Bamyan, naquele que foi um dos maiores actos de barbárie cultural, apagando da memória obras-primas do período tardio da Arte de Gandhara.

Em 2001, profundamente chocado com a atitude do Governo Talibã, que destruiu, intencionalmente, monumentos únicos do Património da Humanidade, o Comendador deu início à construção deste extenso jardim oriental, que não deixa ninguém indiferente.

Aqui, respira-se paz e tranquilidade, o que não é de estranhar, já que se pretende que este seja um local de reconciliação. Sem nenhuma tendência religiosa, as portas estão abertas a todas as pessoas, independentemente, da religião, etnia, nacionalidade, sexo, idade, condição cultural ou social, convidando à união, comunicação e meditação, como forma de redescobrir a felicidade.

Apostamos que vai gostar e sair deste local com energias renovadas!

Para mais informações e inscrições, contacte a secretaria do clube, através do telefone 210 017 173, ou do e-mail clubeedp.lisboa@gmail.com. Junte-se a nós, venha fazer a festa!



Budha Eden Garden



ACTIVIDADES 2011/2012

Ainda vai a tempo de se inscrever!

Acabaram-se as férias e demos início à época 2011-2012. Assim, abriram já as inscrições para as muitas actividades a desenvolver na sede da Delegação de Lisboa do clube EDP. E foi num ápice enquanto se esgotaram as inscrições para algumas delas, mas poderá ainda encontrar vagas para uma ou outra. Como sempre, temos opções para todos os gostos, pelo que não será difícil encontrar algo que tenha a ver consigo. Se está interessado, entre em contacto com a nossa secretária. Aqui ficam algumas sugestões:

Curso de Banda Desenhada

É uma das novidades deste ano e promete cativar muitos alunos. As aulas serão ministradas às sextas feiras, das 18 às 20 horas, pelo professor José Fernando.

Em linhas muito gerais, os objectivos deste curso são a aprendizagem da linguagem técnica da banda desenhada (BD), a adaptação de um guião literário para um guião de realização de BD, bem como a realização de pranchos utilizando diversas formas de expressão plástica.

Workshops e cursos de fotografia

São sempre um sucesso, pelo que voltamos a apostar nesta área. Assim, todas as terças feiras, entre as 18 e as 20 horas, irão decorrer na nossa sala de Oficina de Artes, workshops de fotografia. O primeiro começa já dia 4 de Outubro e dura até dia 27 de Dezembro, tendo como tema Histórias da História da Fotografia.

De 3 de Janeiro a 27 de Março de 2012, teremos um workshop intitulado Projecto Fotográfico. Por fim, de 3 de Abril a 26 de Junho de 2012, será levado a cabo o terceiro workshop, subordinado ao tema Tratamento de Imagem.

Para além dos workshops, teremos ainda os cursos de fotografia, que se iniciam já em Outubro. As aulas do nível I estão agendadas para as segundas-feiras, das 18 às 20 horas. Os alunos de nível II terão aulas todas as quintas-feiras das 18 às 20 horas.

Inscriva-se já na secretária!



Curso de pintura

Se até tem algum jeito para o desenho e gostaria de aprender técnicas de pintura a óleo, aguarela e acrílica, este curso é para si. Valorize os seus conhecimentos artísticos e desenvolva novas aptidões nesta área. As aulas são ministradas pelo professor José Fernando, todas as quartas-feiras das 18 às 20 horas.



Workshop de inglês

Com uma duração de 60 horas, decorrerá nas instalações da nossa sede às terças e quintas-feiras, das 13.15 às 14.15 horas (nível I) e às segundas e quartas-feiras, das 13.15 às 14.15 horas (nível II).

Este workshop será dado pela D^a Ingrid Sparks e o Dr Everton Dalmann. No final, serão entregues aos alunos os respectivos certificados, mencionando o nível frequentado e a matéria dada.

Não deixe passar esta oportunidade de aperfeiçoar o seu inglês!



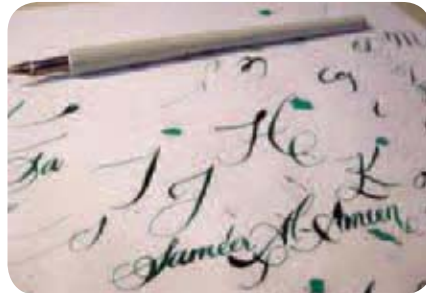
Curso de Inglês para crianças e jovens

Este curso foi criado a pensar nos filhos dos nossos associados.

Sob o lema "Inglês com Expressão", tem a particularidade de a aprendizagem ser feita através de metodologias de expressão, como a dança, teatro, música, literatura...

Indicado para crianças entre os 6 e os 14 anos, ou jovens entre os 15 e os 19 anos, é ministrado todas as segundas e quartas-feiras, das 17 às 18.30 horas.

Curso de caligrafia e iluminura



É já um clássico das nossas actividades, mas todos os anos novos alunos mostram interesse em aprender novas técnicas de caligrafia e iluminura. Este ano as aulas estão agendadas para a quinta-feira, entre as 15 e as 17 horas.

Clube de leitura

Pensado para os amantes da literatura, mas não só, visa promover o gosto pelos livros, criando espaço para a partilha de opiniões e ideias sobre algumas obras previamente escolhidas pelos participantes.

Terá lugar todas as quintas-feiras da quarta semana de cada mês, às 18 horas. Para participar basta ser sócio do Clube EDP e fazer a inscrição na Delegação de Lisboa



Curso de artes decorativas

Mais um curso muito procurado pelos nossos associados, que aqui podem não só dar largas à sua imaginação, como criar obras únicas, com a sua assinatura. Trabalha-se em madeira, vidro, mafinites, com tintas e colas, tecidos...

O Curso está dividido em dois níveis: iniciados, com aulas todas as terças e quartas-feiras, das 12.45 às 14 horas, e os alunos que já frequentaram esta actividade em anos anteriores, que terão aulas todas as segundas e quintas-feiras, das 12.45 às 14 horas.



Grande noite de fado

A tradição ainda é o que era...

Marque já na sua agenda: sexta-feira, 11 de Novembro. Nesta data, para além de se celebrar o São Martinho, cumpre-se a tradição de ir aos fados e provar-se a água-pé! A grande Noite de Fados do Clube EDP Delegação de Lisboa vai trazer, uma vez mais, grandes vozes da canção nacional à nossa sede, para que connosco passem um serão diferente, onde não faltarão as castanhas e a água-pé, oferecidas pelo clube. Junte-se a nós, venha aquecer o corpo, a voz e a alma, num ambiente único, onde o fado é rei.

Ler, ver e ouvir

As novidades que temos para si em matéria de livros, discos e filmes:

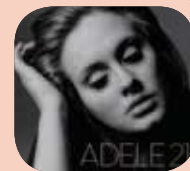
Livros

- Inocência Perdida
- O Céu Existe Mesmo
- Maria Francisca de Saboia
- O Melhor da Vida Começa aos 40
- O Amor nos Tempos de Cólera
- Os Pais Têm Sempre Razão
- Preciso de Ti



Discos

- Ivete Sangalo no Madison Square
- Alone In Iz World
- The Best Of Nelly Furtado
- Adele 21
- Rádio Comercial
- Cuca Roseta
- Paulo Carvalho ao Vivo - 50 Anos de Carreira



Filmes

- Bambi
- Último Round (The Fighter)
- A Tempo e Horas
- A Onda dos Sonhos 2
- O Profissional
- O Discurso do Rei
- Época das Bruxas



→ Ténis de mesa

Já estamos a preparar a próxima época



Os treinos já começaram e decorrem todas as terças e quintas-feiras, a partir das 18 horas, no ginásio da nossa sede. É conveniente que estejamos em boa forma física, já que ao longo da época iremos participar nas provas a nível nacional no âmbito da Fundação Inatel, bem como noutros torneios de carácter particular, e também nas competições desportivas organizadas pela Direcção Geral do Clube.

A nossa equipa será constituída pelos seguintes elementos: Adélio Bastos, António Silva, Costa Faro, Domingos Xavier, Eduardo Silva, Fernando Vilarinho, Germano Machado, Guilherme Pereira, João Oliveira, Joaquim Simões, José Antunes, Luís Silva, Orlando Carvalho e Tiago Penedos. Destaque para este último elemento, que este ano se junta à equipa pela primeira, contribuindo assim para o rejuvenescimento da mesma.

→ Voleibol

Junte-se à nossa equipa

Se gosta de desporto, em especial desta modalidade, porque não se junta a nós? Este ano a nossa equipa vai participar no Campeonato Distrital da Fundação Inatel. Venha assistir a um dos nossos treinos, entusiasme-se e faça parte do nosso plantel!

Os treinos têm lugar todas as terças-feiras, das 19.30 às 21 horas, no pavilhão desportivo da Ajuda. Esperamos por si!



@ À DISTÂNCIA DE UM CLICK! www.clubeedp-del-lisboa.com.pt

Melhorámos o nosso site, para que possa ter uma informação permanente e actualizada sobre a Delegação e as suas actividades. Visite-nos, fique a par de tudo o que acontece e de todas as iniciativas que estamos a levar a cabo, de forma a tornar o clube mais dinâmico e cada vez mais próximo dos seus sócios. A sua participação e opinião são muito importantes para nós, deixe um comentário, diga-nos o que achou, o que gostou ou apreciaria ver melhorado. Afinal, trabalhamos para si!



Este ano temos um novo desafio: a Liga Elite Corporate

Os interessados deverão levar equipamento completo (camisola, calção, meias, botas ou ténis)

→ Futebol de onze

Venha jogar connosco!

Mais uma vez pretendemos formar equipa para participar em Competições. Cansados de não sermos ouvidos, quanto à desorganização e indisciplina que reina na modalidade de Futebol nas provas Distritais organizadas pela Fundação Inatel, batemos com a porta e vamos participar na Liga Elite Corporate, organizada pela Impact Dynamic Eventos e Desporto.

Junte-se a nós, venha representar o Clube. Os treinos decorrem no Campo António Pinto Basto do Clube Desportivo de Belas, todas as quartas-feiras, das 21.30 às 23.30 horas. Apareça!



→ Karting

Troféu clube edp lx

Realizou-se no passado dia 17 de Setembro, a 6ª prova do troféu Clube EDP Lisboa em Karting, tendo o piloto da nossa Delegação, Nuno Diogo, obtido o 1º lugar.

Os nossos Pilotos João Paulino, Fernando Ferreira e Rui Freitas classificaram-se, respectivamente, em 3º, 6º e 8º lugar.

Na prova anteriormente realizada e que teve como palco o Kartódromo de Almeirim, saiu vencedor Rui Tavares, da EDP de Setúbal.

Os Pilotos da Delegação de Lisboa classificaram-se da seguinte forma: 3º lugar Rui Freitas, 4º João Paulino, 9º Fernando Ferreira e 17º Nuno Diogo.

Na Classificação Geral do Troféu, que continua a ser liderado pelo piloto do Racing Team Nuno Cruz, os pilotos da Delegação de Lisboa ocupam os seguintes lugares: 3º João Paulino, 4º Rui Freitas, 6º Fernando Ferreira e 11º Nuno Diogo.

De referir que as duas últimas provas deste troféu realizam-se a 8 de Outubro e a 5 Novembro, no Kartódromo de Palmela.

→ Xadrez

Sempre a somar

A secção de xadrez continua em grande actividade, com a nossa equipa a alcançar resultados de realce em várias provas. Senão vejamos:

No campeonato Distrital de Lisboa, Francisco Amões obteve o 4º lugar e Vítor Morais o 5º lugar. No mês de Junho, estivemos presentes no torneio Grandela, tendo o nosso xadrezista Vítor Morais alcançado a vitória. Destaque ainda para o brilhante segundo lugar de Francisco Amões.

Ainda no mesmo período de tempo, disputou-se a Taça Cidade de Lisboa, com a delegação de Lisboa do Clube EDP a classificar-se em 5º lugar entre 18 equipas. A nossa formação foi constituída por Júlio Santos, Afonso Rodrigues, Alberto Fernandes, Rodolfo Lavrador, Amílcar Miranda, Vítor Morais, Francisco Amões e Fernando Casanova. Resta-nos recordar que a modalidade de Xadrez está aberta a todos os sócios e familiares que a apreciam e estejam interessados em vir jogar. Para tal, basta apenas que contactem a secretaria da Delegação de Lisboa do Clube EDP. É a questão dos horários e disponibilidades não se coloca, pois tentamos sempre marcar os treinos para o dia e hora que mais jeito dão aos nossos atletas.



→ Pesca

As inscrições estão abertas

Terminou o campeonato do Inatel de Pesca de Rio, mas a verdade é que a nossa classificação ficou aquém daquilo que é costume.

Para a próxima época estão já abertas as inscrições para todos os sócios que queiram vestir a camisola e representar a nossa delegação. Se é o seu caso, informe-se na secretaria, deixe os seus dados e o director responsável pela secção entrará em contacto consigo.

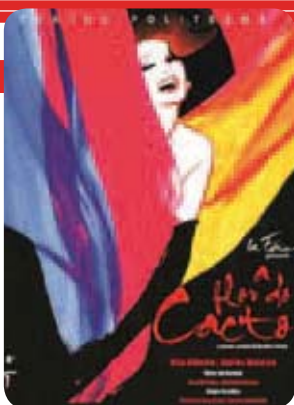
Ficha técnica

Redacção, grafismo e paginação: Origami - Comunicação, Design e Publicidade; Colaboraram neste número: Filipe Samarra, Anibal Afonso, Carlos Aniceto, Carlos Fernandes, Joaquim Simões e serviços de secretaria; Fotografias: Anibal Afonso, Jaime Anacleto e arquivo do clube; Impressão: Impressão 24. Tiragem: 2500 exemplares; Distribuição: gratuita; Morada: Av. Defensores de Chaves, nº 4 C, 1000-117 Lisboa; Telefones: 210 017 173/4; Fax: 210 017 710; E-mail: clubeedp.lisboa@oninet.pt; Endereço Lótus Notes: Clube Pessoal-DelegLisboa/EDP@EDP

A não perder...

A FLOR DO CACTO

Filipe La Feria volta a apostar num espectáculo de grande qualidade, levando ao palco do Teatro Politeama um dos grandes clássicos de comédia do século XX: A Flor do Cacto. Numa Lisboa em plena crise psico-económica, um famoso dentista leva uma vida dupla, com uma jovem tatuadora, produto típico da geração à rasca, convencendo a rapariga que é um homem casado e pai de filhos. Tudo se complica quando esta pretende conhecer a verdadeira mulher do seu futuro marido. É assim que a enfermeira, que há anos trabalha no consultório do dentista e alimenta por ele uma paixão secreta, se vê forçada a passar pela mulher legítima do homem solteiro que sempre amou. No ambiente hilariante de uma clínica dentária, com pa-



cientes que são figuras famosas do nosso Jet7, a peça atinge situações de grande comicidade, com diálogos sofisticados e inteligentes. Com um elenco de luxo, que conta com nomes como Rita Ribeiro, Carlos Quintas, Vitor Espadinha, Joel Branco, Helena Rocha, Hugo Rendas, Patrícia Resende e Bruna Andrade, este é, sem dúvida, um espectáculo a não perder.

Os sócios do Clube do Pessoal da EDP têm 30% de desconto nos espectáculos de quarta a sexta-feira (com início às 21.30 horas), e 50% de desconto aos sábados (actuações às 17.00 e às 21.30 horas) e domingos (17.00 horas).

Para reservas ligue para 213 405 700 ou para 964 409 036. Poderá ainda enviar um e-mail para: reservas.politeama@filipelaferia.pt



Escapadinha

Solar dos Cerveiras

Agora que o frio já se começa a sentir, é altura de aproveitar um fim-de-semana e fazer uma pequena escapadela até à Serra da Estrela. Para além de haver muito para ver e fazer, é imperdível provar a bela gastronomia beirã e visitar as típicas aldeias serranas.

É para que desfrute em pleno, aconselhamos que fique alojado no Solar dos Cerveiras, um excelente turismo de habitação, localizado em Mesquitela, concelho de Celorico da Beira. Dotado de nove quartos com casa de banho privativa, tem ainda telefone directo, televisão, acesso à internet e aquecimento central.

Os sócios do clube beneficiam de 20% de desconto no alojamento. Para mais informações contacte: 271 776122 ou 962723251.

Gripe

Está na hora de se vacinar?

Com o Outono, chegam as gripes, que em determinados grupos de pessoas podem ter consequências graves. Veja se faz parte do grupo a quem a vacinação é recomendada.

Não há ninguém que ainda não tenha sofrido de gripe, mas a verdade é que há determinados grupos de risco, mais susceptíveis aos efeitos nefastos desta doença e a quem se aconselha vivamente a vacinação. A saber:

- Pessoas com mais de 60 anos (sobretudo se residem em lares ou outras instituições).
- Indivíduos com o sistema imunitário debilitado, como doentes sujeitos a quimioterapia ou com sida.
- Pessoas que sofrem de doenças crónicas hepáticas, renais, pulmonares e cardíacas.
- Diabéticos.
- Profissionais de saúde que estão em contacto com idosos ou doentes crónicos.

Muitos são os que se questionam se, ao tomar a vacina, não poderão estar a despoletar a própria doença. A resposta é: não! A vacina é feita com vírus inactivos, pelo que não pode desencadear a infecção.

Em relação à eficácia da vacinação, a maioria dos especialistas defende que, apesar de não ser 100% eficaz na prevenção do contágio, em 75% dos casos pode evitar as infecções e em 98% das situações diminui a gravidade dos sintomas.



Protocolos

Descubra as vantagens que temos para si

São muitos os protocolos celebrados entre o Clube EDP- Delegação de Lisboa e diversas entidades, com o objectivo de proporcionar aos nossos associados um leque de vantagens único. Para se manter a par dos acordos mais recentes, visite o nosso site www.clubeedp-del-lisboa.com.pt, clique em protocolos e aceda à lista dos mesmos. Certamente vai encontrar aquilo de que necessita!

PERFIL



Maria Fátima Menas

Directora da Delegação de Lisboa do Clube do Pessoal da EDP

A VOZ AOS MAIS NOVOS

Entrou neste mandato para a direcção da Delegação de Lisboa, onde tem a seu cargo várias actividades relacionadas com o polígrafo da cultura e de âmbito social. Funcionária da EDP há 25 anos, é sócia do Clube do Pessoal há mais de 22 anos e já fez parte dos órgãos de direcção da Delegação de Almada.

O convite para fazer parte da direcção da Delegação de Lisboa foi um repto que resolveu aceitar porque, como ela própria confessa, "achei que, com o meu contributo, podia ajudar a desenvolver algumas actividades em prol dos sócios". O facto de ser a única mulher da direcção não a assusta, antes pelo contrário: "sinto que tenho a possibilidade de ajudar os restantes membros em relação a assuntos direccionados para o género feminino. No entanto, também devo admitir que nunca senti que fizessem qualquer tipo de diferença pelo facto de ser mulher. Tratam-me de igual para igual, não há nenhuma espécie de tratamento diferenciado."

Quando questionada se gostaria de ver mais mulheres a ocupar cargos semelhantes, Fátima Menas é peremptória: "Claro que sim! Era muito positivo para o Clube se tal acontecesse, até porque, na minha opinião, as mulheres têm um sentido mais prático do que os homens. Mas tenho de admitir que a maioria de nós não tem grande interesse ou disponibilidade para participar na gestão de um Clube do Pessoal, o que é pena..."

"Desenvolver actividades que suscitassem o interesse dos sócios e dessa forma fortalecer o elo entre o sócio e o Clube" foi uma das razões que a levou a abraçar esta direcção, por isso todos os dias trabalha para tal: "Actualmente temos uma série de actividades que estão a ser desenvolvidas para posteriormente as divulgarmos aos nossos sócios. Outras estão já em marcha, como por exemplo o curso English for Juniors, o Grupo de Leitura, workshops de valorização da imagem pessoal..."

Em jeito de balanço sobre o seu mandato, Fátima Menas declara: "tem sido uma experiência muito positiva, pois ajudei a desenvolver actividades que foram do agrado dos nossos sócios. É a pensar neles que nós trabalhamos todos os dias. Mas há ainda muito a fazer. Gostava que houvesse uma maior participação por parte dos sócios nas nossas actividades. Seria também muito bom se os colaboradores mais jovens do Grupo EDP se interessassem mais pelo Clube do Pessoal. Sairíamos todos a ganhar!" Talvez por achar que ainda há muito a fazer, Fátima não descarta a hipótese de se voltar a candidatar: "ainda tenho objectivos a cumprir e ideias para lançar".