

Neste número >>>

- Saiba quem é quem na Nova Atena
- Conheça melhor o Professor Rui Rodrigues
- Conheça melhor a Aluna Ewa Martins
- Saiba mais sobre a disciplina de Saúde Mental e Bem-Estar
- Recorde algumas tradições de Natal portuguesas
- Veja as nossas sugestões de eventos e aulas

Newsletter
#9

DEZEMBRO
2022

Universidade Sénior de Linda-a-Velha

nova atena



Nova Atena
Saber e Bem-Estar

Naquele tempo de há muito tempo tudo estava certo. Um tempo continuado no perpetuar da infância. Pendura-se, num remate, a estrela como um ponto final. É o pinheiro grande, verde, cintilante. É o estábulo onde um pequenino Menino de gesso, numas palhinhas deitado, justifica todo o alegre bulício.

Tudo se mescla entre risos, conversas, brincadeiras, numa doce Alucinação envolta em matizes de laços e papéis com odores de canela. Chegam os outros, a porta abre-se. Reencontros.

O espírito funde-se numa terna amálgama de cheiros, cores e sons. A cor dos sons é alegre, a cor dos cheiros ganha felicidade. É Natal.

O peso das recordações cresce.

Ainda à porta. De porta aberta. Que as portas fechadas aldrabam lembranças, sufocam lamentos e gritam afagos. Afagos de ausências tecidos nas lembranças das palavras e dos gestos perdurados em memórias... palavras ou silêncios, mágoas ou ternuras, numa tamanha saudade de vida.

Um último passo para o interior onde os risos se equilibram entre acenos de felicidade.

É a alegria branca e imensa a encher o espaço.

Natal é recordar. Natal é saudade.

Natal é nascer e renascer. Natal é dar e acreditar.

Natal é o amor ausente e presente no reluzir de cada estrela.

E é nesta saudade da vida, por entre a alegria de sons e cores, que deixamos o Natal entrar.

Outra vez e sempre!

Feliz Natal!

TERESA CASTRO NUNES



God

Jul

Beas Festas

Göjan Kristnaskon

Kala Christougenna

Feliz Navidad

Beas Festas

Joyeux Noël

Merry Christmas

Buon Natale

Раднарачына і прадзвіжкім Рождеством

Frohe Weihnachten

Damos-lhe hoje a conhecer um pouco melhor mais três pessoas que, com o seu labor quotidiano, contribuem para a realização da missão da nossa universidade sénior.

Saiba “quem é quem” no âmbito da **Ação Social da Nova Atena**, bem como do **Apoio a Eventos** e da **Manutenção do Jardim**.

Quem é Quem?



LOCAL E

DATA DE NASCIMENTO:

Setúbal, 15 de novembro de 1950

PROFISSÕES EXERCIDAS:

Médica (de Família) com especial desempenho na área de Saúde da Mulher, formadora de médicos e enfermeiros, Assistente Convidada de Obstetrícia e Ginecologia na FCM da Universidade Nova, membro da UCF do H.S.F.Xavier, na área de Saúde Materno-Infantil, entre outras atividades.

O QUE REPRESENTA PARA MIM SER ASSOCIADA DA NA?

O meu ingresso na Nova Atena, há 10 anos foi, porventura, uma das melhores decisões da minha vida; realço as preciosas amizades, as aprendizagens de matérias desejadas e a oportunidade de desenvolver pequenos talentos. Tem sido absolutamente gratificante! Abracei cedo, com algumas colegas, o que já havia da prática solidária, no âmbito da recolha e distribuição de roupa de criança, generosamente doada pelos nossos associados. Como há outros tipos de doações, acabamos por colaborar com diversas outras instituições. Realço com gratidão as colegas que têm feito inúmeras peças de roupa. Atualmente, coordeno esta vertente do *Grupo de Apoio à Solidariedade*: recolho, seleciono, lavo ou coso, se se justificar, e encaminho. Sou extremamente grata por contribuir, com a ajuda de tantos, para melhorar algumas vidas.

LOCAL E DATA DE NASCIMENTO:

Lisboa, 7 de janeiro de 1948

PROFISSÕES EXERCIDAS:

Foi na Vista Alegre, em Lisboa, que decorreu toda a minha vida laboral, tendo executado todo o tipo de tarefas: secretária de administração, correspondente de línguas estrangeiras e gestora de mercado externo. Também atendia o público nas feiras, exposições e muito mais!

O QUE REPRESENTA PARA MIM SER ASSOCIADA DA NA?

Há cerca de 11 anos, inscrevi-me na NA. O voluntariado foi, sem dúvida, uma das razões! As minhas atividades são muito diversificadas, mas a minha paixão é, sem dúvida, a jardinagem! A minha colaboração nos vídeos, cartazes, menus festivos, decorações e eventos também é muito gratificante pelo retorno que me proporcionam!



LOCAL E

DATA DE NASCIMENTO:

Zebreira, Idanha-a-Nova
12 de agosto de 1949

PROFISSÕES EXERCIDAS:

Trabalhei no Banco Espírito Santo/Novo Banco e em 1992 na Multiger – Avaliações, do Grupo BES. Em 2008 reformei-me.

O QUE REPRESENTA PARA MIM SER ASSOCIADA DA NA?

O meu projeto de vida para esta fase, era frequentar uma Universidade e descobri a Nova Atena. Atualmente, colaboro no projeto “*Padrinhos do Leite*”, que é uma recolha mensal de fundos para apoiar as famílias carenciadas da nossa freguesia. Colaboro também na Biblioteca. Retribuir com dedicação e dar do meu tempo a esta Associação, é uma forma de Gratidão para o muito que aqui encontrei: conhecimento, amizade, bem-estar e alegria.



Os Nossos Professores



Rui Rodrigues

O Professor Rui Rodrigues nasceu em Lisboa em 19.04.1957. Em 1984, veio morar para Linda-a-Velha onde permaneceu cerca de 14 anos, mudando-se depois para Corroios, localidade onde reside atualmente.

Foi estudante dos Liceus Camões, do Liceu Pedro Nunes e do Externato do Liceu Francês, aí tendo concluído o Curso Complementar (12º Ano).

A sua vida profissional decorreu na Renault, durante 30 anos, tendo trabalhado em Setúbal e Lisboa, quase sempre ligado à área comercial como técnico administrativo.

A música sempre foi uma das suas grandes paixões, apesar de nunca a ter estudado.

Muito jovem, fez parte do grupo que cantava e tocava nas famosas missas com o Padre Alberto Neto, na Capela do Rato, onde aprendeu a tocar os primeiros acordes de guitarra com o Pepe.

Mais tarde, cantou e tocou no coro do Grupo Renault e no *Coral de Linda-a-Velha*. Atualmente canta no *Grupo Coral de Queluz*, há cerca de 10 anos, e no coro *Cantus* da Nova Atena, há 2 anos.

A história do Rui Rodrigues na Nova Atena tem uma particularidade: foi a sua mãe, Ilda, que o convenceu a assistir a um ensaio da *Oficina da Música*, onde ela já andava a aprender o cavaquinho. E foi assim que, com muito carinho e alegria, cantaram e tocaram muitas vezes juntos.

Além do *Cantus*, com o maestro Vítor Paiva, integra a *Oficina da Música*, os *Cantares* e o *Quinteto*, sob a batuta do mestre Toni, grupos aos quais muito se orgulha de pertencer.

Em 2021, aceitou o desafio de criar um grupo de cantares alentejanos, na Nova Atena. Nasceu assim o *Alentejanando*, grupo que tem vindo a crescer e a consolidar-se no seu ainda curto percurso.

um LIVRO...

Equador
Miguel Sousa Tavares

Amália Rodrigues

uma PERSONALIDADE NACIONAL...

Uma CANÇÃO...

Imagine
John Lennon

Jorge Mario Bergoglio (Papa Francisco)

uma PERSONALIDADE INTERNACIONAL...

um FILME...

Les Uns et Les Autres
Claude Lelouch

Ser fiel

uma QUALIDADE...

um PASSATEMPO...

Cantar e tocar música

Ser teimoso

um DEFEITO...

uma VIAGEM...

Caribe (Punta Cana)

Paz para a Humanidade

um DESEJO...

uma CIDADE...

Lisboa

Estarmos ao serviço uns dos outros

um LEMA DE VIDA...

um TALENTO QUE GOSTARIA DE TER...

Pintar

"Carpe Diem"

uma MÁXIMA...

Os Nossos Alunos

Nasci em Varsóvia, Polónia, no dia 1 de Março de 1948.

Devem ter curiosidade de saber como apanhei este comboio que me trouxe para Portugal. Acontece que conheci o meu marido, Victor, na Polónia quando ambos frequentávamos o curso de Econometria (matemática aplicada à economia).

Após completar o curso, casámos (na curiosa data de 24 de Dezembro!) e fomos viver para Genebra, na Suíça. Aí aprendi francês, trabalhei na OMS (Organização Mundial de Saúde) e frequentei o meu primeiro curso de programação de computadores.



*Ewa Borowczyk
Martins*

Após o 25 de Abril de 1974, mudámo-nos para Lisboa, onde vivemos desde então. Foi em Lisboa que nasceram os meus dois filhos, a Juliana e o Daniel.

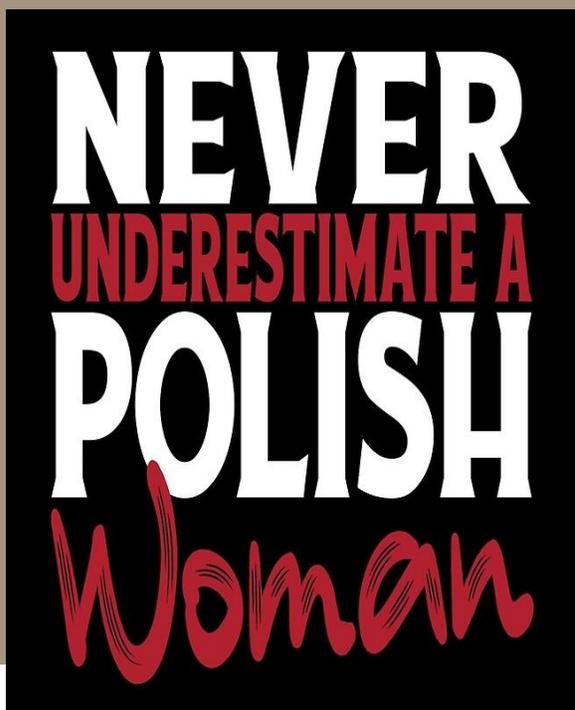
Ao longo dos anos, fiz muitos amigos portugueses e mantive o contacto com a minha família e amigos na Polónia (tarefa agora muito facilitada com a internet e os telemóveis).

Em Portugal, tornei-me também portuguesa.

Adotei os costumes, aprendi a fazer - e fiquei fã - da cozinha portuguesa e passei a gostar muito do maravilhoso sol, calor e praia que só há em Portugal. Gosto imenso de cinema, livros - sobretudo romances -, música, visitar museus e ver exposições de pintura e viajar. Sou uma conversadora nata e o que mais gosto é de passar tempo com a família e os amigos.

Quando me reformei, inscrevi-me na Nova Atena, a qual conheci por intermédio da Josiane Boudon, minha amiga de longa data. Na NA frequentei vários cursos, sobretudo de línguas e cultura, e conheci muitas pessoas interessantes e professores extraordinários.

Há vários anos que dou aulas de informática. Durante a pandemia, graças ao Zoom assisti a vários cursos e tive que adaptar-me à nova realidade - curso de informática online, o qual passou a ser sobretudo teórico, pelo que resolvi elaborar para cada módulo um manual que permite praticar em casa.

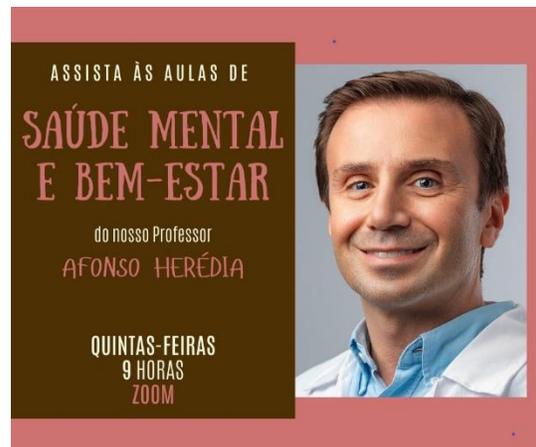


Gosto de estudar e de aprender coisas novas e espero continuar a frequentar os cursos na NA e participar em várias atividades e eventos.

Tenho 3 netos maravilhosos e quero muito vê-los crescer. Gostava de viver com saúde, sempre a aprender, rodeada da minha família e amigos, e sem perder a alegria e o sentido de humor.

Uma aulazinha por dia nem sabe o bem que lhe fazia...

Porque hoje vamos falar da disciplina de **SAÚDE MENTAL E BEM-ESTAR**, demos a palavra ao Professor Afonso Herédia.



O QUE OFERECEM AS AULAS DE SAÚDE MENTAL E BEM-ESTAR AOS ASSOCIADOS DA NOVA ATENA?

O objetivo desta disciplina é dotar os discentes de conhecimentos acerca da evolução do conceito de Saúde Mental, das principais síndromes psicopatológicas, mas também das intervenções positivas para promover a saúde mental e das estratégias que possam ajudar a lidar com as repercussões da doença mental e das perturbações cognitivas.

COMO ACHA QUE AS AULAS DE SAÚDE MENTAL E BEM-ESTAR CONTRIBUEM PARA AUMENTAR OS CONHECIMENTOS DE CADA UM DOS ALUNOS?

Creio que a informação transmitida contribui para que os alunos possam adquirir conhecimentos que os ajudem a perceber melhor as questões mais comuns de saúde mental e para que possam, não só desmistificar certos estigmas associados à doença mental, mas também conseguir adotar comportamentos mais promotores da sua saúde e bem-estar.



QUAL O BALANÇO QUE GOSTARIA QUE OS SEUS ALUNOS FIZESSEM NO FINAL DE CADA ANO?

Gostaria que os conteúdos fossem ao encontro das expectativas dos alunos e que os mesmos chegassem ao fim do período letivo com a sensação de que as aulas foram uma mais-valia na sua aposta em continuar ativos, no seu caminho de crescimento pessoal e ao nível dos conhecimentos.

COMO PREPARA AS SUAS AULAS? COMO É FEITA A ESCOLHA DOS TEMAS E DOS MATERIAIS UTILIZADOS?

Para atingir este escopo, ao longo das aulas são abordados diferentes temas ou capítulos, nomeadamente: a História da Saúde Mental; a Semiologia (conjunto de sinais e sintomas); a Classificação das doenças mentais e das perturbações cognitivas; a Introdução aos quadros psicopatológicos mais comuns; a Introdução aos quadros de perturbações Neurocognitivas mais comuns; as Intervenções Positivas – Bem-Estar; e Estratégias para lidar com a ausência de Saúde Mental.

As aulas semanais são, na sua maioria, expositivas e preparadas com base em capítulos de livros e com o recurso a artigos científicos.

No entanto, também têm uma componente dialética, incluindo a discussão de casos práticos, de forma a exemplificar os conteúdos expostos.

TRADIÇÕES DE NATAL

EM PORTUGAL



Cumpriu-se rapidamente mais um ciclo e temos, de novo, o Natal à porta. É tempo de começar a preparar as nossas casas para receber o pinheirinho enfeitado com bolas e laços, o Presépio com mais ou menos figuras, o Pai Natal e a Consoada que congrega a Família à volta da mesa, seguindo-se a sempre animada troca de presentes.

São estas as tradições mais comuns que se repetem de norte a sul do país. Mas há outras tradições e costumes típicos de determinadas regiões de Portugal, que só nesses locais podem ser vividas.

Vamos revelar-lhe algumas delas.



CARETOS DE VARGE

Os Caretos de Varge fazem parte da Festa dos Rapazes que celebra o solstício de inverno e é uma experiência quase espiritual. Homens mascarados, denominados caretos, espalham a desordem absoluta na aldeia de Varge, em Trás-os-Montes, chocalhando as mulheres, simbolizando esse ato o regresso à terra fecunda.

De 24 a 26 de dezembro, os jovens oriundos da aldeia regressam a casa para participar nesta festa e manter viva a tradição.

No dia 24 de dezembro, organiza-se uma reunião dos rapazes solteiros onde se prepara em segredo o que irá suceder.

No dia 25 de dezembro, após a missa de Natal, os rapazes aparecem vestidos de Caretos, saltando, gritando e rindo ao som dos seus chocalhos e de um gaitero acompanhado por bombo e caixa.

O feno é atirado ao povo, as raparigas são "achocalhadas", a água das fontes é espalhada e os animais são provocados. Outra das tradições é o "cantar das loas", onde se critica ou ridiculariza acontecimentos e condutas de pessoas na aldeia durante o ano.



BANANEIRO

Na cidade de Braga, não há Natal sem Bananeiro. Uma das tradições preferidas dos bracarenses começou há cerca de 40 anos atrás quando os comerciantes da Rua do Souto se decidiram reunir à porta da Casa das Bananas, ao final da tarde do dia 24 de dezembro, com o objetivo de desejar "boas festas" a conhecidos e desconhecidos, acompanhados de um cálice de vinho moscatel e uma banana. O hábito de "comer uma banana e beber um banano" passou de um momento de convívio de um grupo restrito de amigos e clientes e tornou-se um ponto de encontro de todos os bracarenses na véspera do dia de Natal. Hoje em dia, nas tardes do dia 24 de dezembro a rua é invadida por milhares de pessoas para cumprir o ritual.

Continua na página seguinte...



CEIA DE NATAL OU CONSOADA

É quase inevitável o bacalhau cozido com batatas e couves estar presente na mesa da ceia de Natal dos portugueses. Contudo, há regiões do país onde o tradicional prato é substituído por outras iguarias. Por exemplo, no Algarve, o galo de cabidela é uma alternativa ao bacalhau bastante apreciada.

Na Beira Litoral, o polvo cozido serve-se na mesa de algumas famílias.

Na zona de Lisboa e Vale do Tejo come-se peru assado na consoada.

Em Trás-os-Montes e Alto Douro, também há polvo e em algumas casas come-se pescada frita ou congo frito.

Nos Açores, para além do tradicional bacalhau com todos, também há canja de galinha. Há ainda quem coma torresmos com inhames e morcela com batata doce, especialmente na Ilha de São Jorge.

Já na Madeira, pode encontrar à mesa da consoada as espetadas típicas da ilha.



MADEIRO DE NATAL

No interior do país, o Natal é marcado pela cerimónia da queima do Madeiro, durante a noite de 24 de dezembro. Esta tradição realiza-se sobretudo na área que vai de Trás-os-Montes até ao Alto Alentejo, abrangendo localidades dos distritos de Bragança, Guarda, Castelo Branco e Portalegre. O Madeiro consiste numa grande fogueira que é feita normalmente no adro da igreja, onde a população se reúne depois da Missa do Galo. A fogueira chega a atingir a altura da igreja, ardendo toda a noite até que se apague.

A queima é antecedida pelo ritual da apanha da madeira e do seu transporte até à localidade, realizando-se de forma diferente consoante a região. É em Penamacor que se acende o maior madeiro de Natal de Portugal que se alia a diversas atividades natalícias.



MAGUSTO DA VELHA

Novembro já lá vai, mas há um S. Martinho tardio em Aldeia Viçosa, na Guarda. No dia 26 de dezembro, celebra-se o Magusto da Velha. A tradição remete para a história de uma velha senhora muito rica que quis deixar uma renda perpétua à Junta de Freguesia.

A quantia seria para oferecer aos pobres uma boa dose de castanhas e de vinho. Como contrapartida, a velha – o nome próprio da senhora é desconhecido – pediu que toda a gente rezasse, por altura do Natal, um Pai Nosso à sua alma.

No dia 26 de dezembro, chovem cerca de 150 quilos de castanhas da torre da igreja, enquanto os sinos tocam sem parar.

Para além de rezar pela alma da velha, a população presente preocupa-se em encher os bolsos de castanhas que são depois assadas nas brasas do Madeiro de Natal que normalmente ainda aquece quem assiste. A acompanhar, é distribuído vinho tinto que serve também para brindar à velha.



CARETOS DE OUSILHÃO

Na aldeia transmontana de Ousilhão, no concelho de Vinhais, também se celebra a festa dos rapazes em honra de Santo Estevão no dias 24, 25 e 26 de dezembro.

A festa inclui a presença dos Caretos que animam com as suas tropelias, travessuras e o achocalhar, andando pela aldeia a gerar o caos entre a população após as missas e fazendo as suas tradicionais rondas em busca de oferendas de enchidos.

Os Caretos mantêm, assim, o seu papel de figura diabólica que liberta todas as energias contidas e anuncia um novo ano. Os habitantes da aldeia preparam as suas casas com uma mesa bem recheada de comida e de bebida para receber os moços da aldeia que representam os “bons visitantes” e os Caretos que representam os “maus visitantes”

**Muito peculiares estes costumes, não é verdade?
E nos Açores? Haverá mais alguma tradição curiosa nesta
época natalícia? O nosso Colega Carlos Baptista conta-nos
como ainda é o costume de Natal em São Miguel.**



O MENINO MIJA

- É aqui nesta casa que o Menino mija?

Era com esta pergunta, ou com outra semelhante, que começava a visita de Natal a parentes e amigos. Depois, juntavam-se à volta da mesa, onde não podiam faltar os biscoitos, a massa sovada, os licores e o vinho abafado e, em algumas casas mais abastadas, até havia vinho do Porto. Dos licores, sempre caseiros, o mais

apreciado e mais típico era o de tangerina, mas também serviam licores de maracujá, de ananás e de outros frutos ou de leite, o mais sofisticado e que mais fugia à tradição.

Era o momento de fortalecer os laços familiares, de celebrar a amizade e de pedir a paz no mundo. Era o tempo de acabar com desavenças, de perdoar e ser perdoado. O álcool de um "calzins" de vinho abafado ajudava a fazer evaporar ódios e ofensas recalcadas. O doce de um "calzins" de licor adoçava alguma palavra mais azeda que se tivesse ouvido. Era, sobretudo, um momento de catarse.

- João, este domingo à tarde vamos beber a mijinha do Menino Jesus a casa do meu irmão Alberto, para ele não se ofender.

É verdade. Era uma ofensa não visitar um parente próximo na quadra natalícia.

Era obrigação social visitar os parentes o mais tardar até ao dia de Reis, e apreciar os licores e os biscoitos que a dona da casa fez com tanto esmero. As crianças não bebiam licor, serviam-se de biscoitos caseiros e comiam-nos com sofreguidão enquanto admiravam o presépio.

No presépio, as ruas eram feitas de pedra queimada vermelha, um piroclasto muito comum em locais de origem vulcânica, bem triturada, e as casas eram de papel ou barro pintado.

A leiva e o musgão serviam para imitar os montes e os prados. Os rios e cascatas eram feitos com papel de prata de embrulhar chocolates. Sempre em lugar destacado, a cabana com o Menino Jesus deitado nas palhinhas e acompanhado pelos pais, por um burro e uma vaquinha. Todo este cenário povoado por bonecos de barro muito coloridos, representando o padre, a banda de música, o camponês com a enxada às costas, a mulher com o cântaro na cabeça, a criança jogando à bola...

Ao lado do presépio a árvore de Natal, uma criptoméria decorada com bolinhas, fitas e fitinhas. E no topo da árvore uma estrela brilhante, ligada à cabana do Menino Jesus por três fitas prateadas que imitavam raios de luz iluminando aquele lugar mágico. Sim, para as crianças tudo aquilo era mágico.

Falta só falar dos três reis magos. Montados em camelos, estranho animal jamais visto por aquelas crianças, os reis magos começavam por ser colocados, em fila, num dos caminhos do presépio, o mais longe possível do Menino Jesus e todos os dias a dona da casa colocava-os uns centímetros mais à frente. Assim, dizia-se que guiados pela estrela, os reis magos iam avançando em direção ao Menino Jesus. No dia 6 de Janeiro estavam junto do Menino Jesus. Era o último dia de festa. No dia seguinte as crianças voltavam à escola, os adultos ao trabalho e à luta pela sobrevivência.

Até ao próximo Natal.



DIAS 1 A 7 Recolha de alimentos doados pelos associados da Nova Atena, destinados às famílias mais carenciadas do concelho de Oeiras.

DIA 3 Atuação do grupo *Cantares* na Santa Casa da Misericórdia do Cartaxo.

DIA 11 Atuação do grupo *Cantus* no Convento dos Cardaes, em Lisboa.

DIA 12 Festa de Natal da Nova Atena, no Salão Paroquial da Igreja N^a Senhora do Cabo.

DIA 15 Visita de estudo ao Museu do Tesouro Real, no âmbito da disciplina de *História da Arte Moderna*.

DIA 15 Caminhada "Luzes de Natal da Baixa de Lisboa".

DIA 17 Atuação do grupo *Cantus* na Igreja da Parede, no evento "Encontro de Coros".

DIA 31 Festa de Réveillon no MS Aparthotel (antigo Hotel Solplay), em Linda-a-Velha.

DATA A ANUNCIAR Visita de estudo com o tema "Os Maias em Sintra", no âmbito da disciplina de *Literatura Portuguesa*.

VISITA DE ESTUDO AO PALÁCIO DE SÃO BENTO

Eram 11 horas da manhã do dia 17 de Novembro e um grupo de 19 alunos da disciplina de DIREITO E DIREITOS da Nova Atena, fervilhantes de curiosidade, acompanhados do seu Professor, aguardava à porta da *Casa da Democracia* – a Assembleia da República – a entrada numa viagem num mundo conhecido nos média. Só que nós vamos pisar o palco (sem público, claro), e entrar nos bastidores.

À nossa espera estava a guia que nos foi atribuída – a Inês (tivemos muita sorte na escolha) – que nos levou através do controlo apertado e das máquinas detetoras de metais (estávamos mesmo a iniciar uma viagem) para a antiga igreja do convento de S. Bento, actual *hall* de entrada da Assembleia da República. Aí nos contou a história do edifício (que resistiu ao Terramoto de 1755) e nos situou numa realidade de variação constante de símbolos, de ideologias, de forças, de políticas, de gestão de espaços, de subidas e descidas do poder que caracteriza aquele local. Nunca está nada estável por muito tempo porque o povo, a vida, as circunstâncias mudam permanentemente e há que adaptar o espaço da “nossa casa” para acolher essa realidade.

Foi neste local que a curiosidade refreada se libertou e as perguntas sucederam-se, sempre bem acolhidas e respondidas pela “nossa” Inês. Quebrou-se o gelo e lá seguimos a nossa visita: a escadaria nobre, a Sala do Senado ou dos Pares do Reino, o Salão Nobre, a famosa sala conhecida como “Passos Perdidos” e, finalmente, a Sala das Sessões.

Não vimos mais nada nesta visita porque uma hora não chega para tudo o que lá existe para mostrar e muito menos para o que nós queríamos conhecer. Mas foi-nos dito que, todos os anos, no dia 25 de Abril, a Assembleia da República abre as suas portas gratuitamente para todos os cidadãos a poderem visitar e onde terão, também, acesso a vários outros espaços do edifício.

Vai perder esta oportunidade? Acredite que a visita vale mesmo a pena!





EXPOSIÇÕES



ICONS
Steve McCurry
Cordoaria Nacional

Com mais de 100 fotografias de grande formato, *ICONS* é uma das retrospectivas mais completas da carreira de uma das principais figuras internacionais do mundo da fotografia dos últimos 30 anos.

O seu trabalho abrange conflitos, culturas, tradições antigas e cultura contemporânea, mantendo sempre o elemento humano que fez da sua famosa fotografia, a “Rapariga Afegã”, uma imagem tão poderosa.

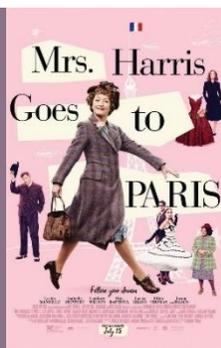
TEATRO



O CORAÇÃO DE UM PUGILISTA
Texto de Lutz Hübner
Encenação de João Lourenço
Teatro Aberto

Depois de um confronto com a polícia, um jovem é condenado pelo tribunal a cumprir serviço comunitário num lar de idosos. “O Coração de um Pugilista” apresenta e debate diversos modos de encarar a vida e lidar com vitórias e derrotas.

CINEMA



UM SONHO EM PARIS
Anthony Fabian

Londres, década de 1950. Ada Harris é uma empregada doméstica que um dia se perde de amores por um vestido da casa Dior de uma senhora para quem trabalha, passando a ter como objetivo economizar o suficiente para comprar um igual para si.

LIVROS



O ESTRANHÃO - O BOM, O MAU E O NEM POR ISSO
Álvaro Magalhães
Edição Porto Editora

Desta vez, Fred conta a história que nunca tinha contado, por vergonha. É a história do Fred Bom, do Fred Mau e do Fred Nem Por Isso. Também se zanga com a mãe e quer trocá-la por outra. Para ele, mãe não há só uma, há duas, três, as que forem precisas.

MÚSICA



CONCERTO DE NATAL
Orquestra de Câmara de Cascais e Oeiras

Tradicional concerto com repertório inglês. Obras de Haendel, Thomas Arne, Henry Purcell e William Boyce.
Auditório Ruy de Carvalho Carnaxide, 17 dez - 18h
Auditório Sra. da Boa Nova Galiza, 18 dez - 16h

OUTROS



VISITA AO PALÁCIO ALVERCA (CASA DO ALENTEJO), COM BRUNCH

Aos domingos de manhã, às 11h e às 12h, é possível usufruir de uma visita guiada à Casa do Alentejo, em Lisboa, e posteriormente saborear a gastronomia alentejana. Cada visita tem um máximo de 15 participantes a cada hora, com uma duração de cerca de 45 minutos.

O Brunch é composto por ovos com farinha ou espargos, cogumelos, enchidos e queijos alentejanos, pão alentejano, azeite, sumo de laranja, meia de leite, imperial/vinho e café.

Mais informações em:

<https://www.agendalx.pt/events/event/visita-ao-palacio-alverca-e-degustacao/>

Tome Nota:



LITERATURA E CULTURA PORTUGUESAS

Neste ano de 2022 (todas as quintas-feiras, das 14H às 15H), o Professor José Luís Santos tem-nos guiado numa revisitação a “*Os Lusíadas*”, comemorando os 450 anos da sua publicação, em 1572.

Está a ser uma aventura empolgante e, em dezembro, Vasco da Gama, a pedido do rei de Melinde, conta - da nossa «ditosa pátria» mui «amada» - episódios emblemáticos: *Inês de Castro, Aljubarrota, despedidas de Belém*.

Se o desejar, venha apreciar também os tesouros desta obra-prima.



AS MIGRAÇÕES - AS POLÍTICAS E A GLOBALIZAÇÃO

Desde quando existem Migrações? Quando começaram e Onde? Que características tiveram e quais as que prevalecem no Mundo Actual?

Não parece rigoroso considerar a mobilidade humana um fenómeno exclusivo dos nossos séculos, mas antes uma característica dos agrupamentos sociais sempre em movimento ao longo dos milénios. Ainda que a História não se debruce nem o caracterize, é *uma constante da vida humana no Planeta*.

Em dezembro, a Professora Maria Balthazar irá falar-nos sobre o *crescimento das famílias, a procura de melhores zonas comerciais, a acumulação de riquezas...*

Vai ver que vale a pena!



CINEMA

Francis Ford Coppola é o realizador escolhido pelo Professor Jorge Barata Preto para o ciclo de dezembro. Não o Coppola wagneriano de “*Apocalypse Now*” ou verdiano de “*O Padrinho*”, mas o Coppola das pequenas (grandes) preciosidades, das utopias falhadas...



Do Fundo do Coração
1982



Juventude Inquieta
1983



Cotton Club
1984

ADEUS NEWSLETTER!

De janeiro a dezembro, abraçámos um projeto fantástico e inovador na Nova Atena que se chama *NEWSLETTER*!

Convidados, pela Direção, para a sua equipa de redação e design gráfico, o que desde já agradecemos e nos honrou, aceitámos com entusiasmo, determinação e vontade de fazer o melhor que sabíamos, para que no primeiro dia de cada mês os nossos estimados colegas encontrassem no seu e-mail um conjunto diversificado de informação interessante de forma leve, fresca e atrativa.

Para nós foi uma experiência muito gratificante, pois permitiu-nos conhecer e dar a conhecer melhor professores, alunos, propósitos e objetivos de disciplinas, equipas dos órgãos sociais, associados que asseguram funções importantes nesta nossa casa, mas também divulgar as atividades que a Nova Atena faz, bem como, fazer sugestões de cinema, teatro, leitura, exposições, música, enfim... um sem número de atividades que esperavam por nós!

Mas como tudo o que é bom acaba, também nós chegámos, com este número de dezembro, ao final da nossa participação na *NEWSLETTER*.

Neste momento, teremos que expressar o nosso **MUITO OBRIGADA** a todos aqueles que aceitaram de forma gentil e generosa dar-nos um pouco do seu tempo, respondendo às nossas perguntas, revelando um pouco mais de si, contando as suas experiências de vida tão ricas, escrevendo artigos tão interessantes, que a todos nós mais enriqueceu e mais uniu!

A todos o nosso abraço.

amélia mendes



isabel carvalho



maria José saraiva



carlos lopes

