



## Casa do Educador do Seixal

**BOLETIM INFORMATIVO N.º 25**

**JULHO /2013**

### EDITORIAL

Este boletim sai num momento de grande actividade da Casa do Educador e seus projetos Unisseixal e Ceviver.

A nossa universidade está a terminar mais um ano lectivo que, tal como nos anos anteriores, continuou a crescer em todos os indicadores, de forma sustentada, pese embora as grandes dificuldades por todos sentidas.

Foram mais alunos, mais turmas, mais disciplinas, maior interação com o meio, sobretudo através dos seus grupos musicais e dança, cada vez mais requisitados.

A Ceviver mantém uma atividade regular de grande alcance social e de enorme qualidade, premiada com uma participação crescente e uma satisfação indiscutível dos beneficiários.

É com grande satisfação que vemos a CES a promover dois projectos de referência no concelho, prestando um serviço imprescindível à comunidade, que já extravasou o concelho do Seixal.

A CES e seus projectos têm desenvolvido as suas atividades de forma concertada e complementar, verificando-se uma grande unidade e cooperação, tendo sido possível levar a cabo actividades conjuntas, muito participadas e animadas.

Estão de parabéns o Conselho Diretivo da Unisseixal e comissão executiva da Ceviver pela forma ativa e eficiente como têm dinamizado estes projetos.

Também a CES tem levado a efeito iniciativas cuja adesão e satisfação têm suplantado as expectativas, dando ânimo para continuar e, de alguma forma, compensar a falta de condições da nossa sede, que nos impede de implementar alguns projectos.

Com efeito, o estado de conservação e a falta de espaço do edifício-sede da CES é um entrave ao seu crescimento e desenvolvimento de iniciativas que tragam associados, de forma regular, a frequentar a sede e assim criar empatia e laços afetivos com a associação.

Não podemos esquecer que a CES é em primeiro lugar dos sócios e para os sócios e têm que ser eles a nossa primeira prioridade. Esta é a nossa principal preocupação. Embora a solução não dependa só de nós, estamos a fazer todos os esforços para resolver ou minimizar o problema.

A todos um merecido descanso e em Setembro cá estamos para continuar a dar asas ao sonho.

Tomás de Aquino Bento

### MUITA VIDA EM JUNHO

Quem acompanhou a 2.ª quinzena de Junho pôde constatar a vitalidade das nossas iniciativas. Quer a Exposição da CESVIVER quer as actividades de final de ano lectivo da UNISSEIXAL mostram bem o mundo de gente que gravita por aqui. Ainda bem que se encontram pessoas de bem que servem os outros graciosamente, contribuindo para dar vida às nossas vidas.



*Tarde académica na União Seixalense*



*Inauguração da Exposição da Ceviver*

**Aos sócios, alunos,  
familiares, amigos  
e autarcas, desejamos  
umas agradáveis  
férias de verão.**



## ATIVIDADES REALIZADAS PELA CES

### CRUZEIRO NO MEDITERRÂNEO

Cerca das 4 h da madrugada rumámos ao aeroporto. Em Barcelona, um excelente guia levou-nos a rodear a Sagrada Família, apontando e explicando em pormenor aquela obra monumental. Também o Parque Guel nos surpreende pela conceção e inovação dos elementos que o embelezam.

À tarde, tomámos posse das nossas residências na cidade flutuante, o Costa Favolosa, que oferece ambientes repousantes, espetáculos, divertimentos e múltiplas atividades. Foi gratificante saber que durante sete dias não teríamos cuidados domésticos. Íam-nos servir e ser servidos, conduzidos, guiados e 'passeados' por lugares nunca antes visitados.

O primeiro foi Palma de Maiorca, que visitámos a pé. Infelizmente não pudemos entrar na sua imponente catedral gótica.

E, navegando, chegámos a La Valletta, capital da ilha de Malta, carregada de História e monumentos. Saliento a igreja de Mosta e a magnífica catedral de Valletta.

Seguimos para Catânia, cidade da ilha da Sicília, permanentemente ameaçada pelo vulcão Etna, que nos impõe a sua presença fascinante e ameaçadora. Visitámos Taormina, um lugar incrível, alcandorado entre penhascos, servido por uma estrada vertiginosa.

Nápoles esperava-nos. Sempre vigiados pelo vulcão Vesúvio, fizemos um circuito pela cidade. Valeu a pena, apesar da falta de limpeza evidente em alguns locais.

E o Favolosa chegou a Savona, donde partimos por estrada para Génova para uma visita a pé. E aí, o S. Pedro arrependeu-se do bom tempo que nos tinha proporcionado e presenteou-nos com uma manhã de água, e o encanto de Génova foi por água a baixo!

A bordo, o grupo dispersava-se, víamo-nos ao jantar e pouco mais, mas era reconfortante saber que na cidade Favolosa ninguém se perdia.

Foi uma semana muito agradável e enriquecedora.

*Mariana Serra Costa*

### VIAGEM A TOMAR

A visita que fizemos a Tomar, guiados pelo Dr. Manuel Gandra, transformou-se numa infundável oferta de conhecimentos e de novas interpretações que a todos deixaram surpresos.

Até nos sentimos envolvidos pelo misticismo e pelas histórias de mistério dos



templários que têm dado origem a tantos romances cujo fio condutor se prende mais à imaginação que a factos históricos.

Diga-se que esta visita foi mesmo especial. Pouco se pode dizer neste curto espaço, mas fiquem a saber que Tomar, a sede mais duradoira dos cavaleiros da

Ordem do Templo e da Ordem de Cristo (que lhe sucedeu), é uma reconstituição da cidade de Jerusalém em muitos aspectos. Arquiteticamente, a cidade apresenta uma urbanização geométrizante, a partir da Igreja de S. João, assente em dezenas de triângulos isósceles em cujos vértices se situam monumentos significativos. Gualdim Pais sonhou com uma cidade santa em Tomar, onde não falta o Jardim das Oliveiras e o Getsémani (vide Igreja dos Olivais e Horta dos Frades com os seus moinhos-lagares), separados pelo rio Nabão, como em Jerusalém o vale de Josafat e rio Cédron separam o território oriental do centro da cidade.

Quanto ao Convento de Cristo, com formato a imitar a constelação de Boieiro e a Charola a lembrar a cúpula da Domo da Rocha em Jerusalém, muitos simbolismos dão sentido às suas obras de arte, mas isso não cabe neste espaço. Esperemos por outras visitas iguais, que valem a pena... Sobretudo, aprendemos a olhar para os pormenores.

*António Henriques*

### VISITA À QUINTA DA BACALHOA E ADEGA JOSÉ MARIA DA FONSECA

No dia 17/04/2013 saímos da Casa do Educador do Seixal, em visita/passeio que considero de bom nível pedagógico. Visitámos a Quinta da Bacalhoa e a Adega de José Maria da Fonseca.

A Quinta da Bacalhoa é uma antiga propriedade da Casa Real Portuguesa. Esta, com o seu famoso Palácio da Bacalhoa (ou dos Albuquerque), situa-se na pequena aldeia de Vila Fresca de Azeitão. A denominação tradicional desta quinta deve-se à alcunha de Bacalhoa que tinha D. Maria Mendonça, a mulher de D. Jerónimo.

É considerada a mais famosa Quinta da primeira metade do século XVI, ainda existente em Portugal.



Atualmente é

pertença da Fundação Berardo, Foi classificada pelo IGESPAR como monumento nacional em 1996.

Tivemos oportunidade de apreciar os seus jardins e alguns dos azulejos portugueses do século XV e XVI com desenhos mouriscos, já raros em Portugal.

Terminada esta visita seguimos para a Casa de José Maria da Fonseca, fundada em 1834 por José Maria da Fonseca e mantendo-se até esta data na posse da mesma família. É a mais antiga empresa portuguesa produtora de vinhos de mesa e moscatel de Setúbal. Está situada em Azeitão. Fomos visitar uma das adegas onde estão armazenados alguns tonéis, pipas e barris assim como a garrafeira pessoal da família empresarial, agora «Soares Franco»

Foi realçado, que a família ao longo das sucessivas gerações nunca se acomodou.

A investigação/experimentação tem sido uma constante ao longo do tempo. e também no aspecto comercial, concretamente na conquista de novos mercados internos e externos. É um autêntico império vinícola, que regista, hoje, um volume de negócios de

24 milhões de euros ano, exportando 75% da sua produção para mais de 50 países. Emprega cerca de 120 pessoas. Dos seus 683 ha de vinhas saem 33 marcas de vinho diferentes. Concluimos esta visita com a prova de dois dos seus famosos vinhos. Regressamos todos sóbrios e felizes, trazendo também, na bagagem ou no estômago, as célebres tortas de Azeitão.

*Adelaide Carvalho*

### LABORATÓRIO DE BEM ESTAR

Desde o dia 5 de Março de 2013, duas vezes por mês, às terças-feiras, no horário das 17:30h às 20h, que o grupo de participantes deste laboratório reiniciou as suas sessões, sob a orientação da Dra. Anna Feitosa, cujo objectivo é elaborar um projecto de vida e executá-lo.

Calendário das Sessões:

Mar	Abr	Mai	Jun	Set	Out	Nov	Dez
5	2	7	4	3	8	5	3
e	e	e	e	e	e	e	e
19	16	21	18	7	22	19	17

Presentemente, estudam-se os 7 hábitos de Stephen R. Covey, pois o autor fornece-nos uma poderosa filosofia de vida que ele acredita ser garantia de sucesso. Faz uma combinação perfeita de visão, compreensão e experiência prática.

Sete hábitos representam a interiorização dos princípios correctos, nos quais estão baseados o sucesso e a felicidade duradoura, onde a transformação pessoal e a forma de interpretar o mundo

são possíveis. Covey acredita que vencer ou fracassar é o resultado de sete hábitos:

1 - Ser Proactivo; 2 - Começar com o objectivo na mente; 3 - Primeiro o mais importante; 4 - Pensar em Vencer/vencer; 5 - Procurar primeiro compreender, depois ser compreendido; 6 - Sinergia; 7 - Afiar o instrumento. Os três primeiros dão-nos a perspectiva de trabalhar a independência do indivíduo; os três seguintes a relação com as outras pessoas e, finalmente, o último trabalha o indivíduo como um todo.

Este processo tem de ser contínuo de forma a (re) programar o modo de agir e sentir o nosso Bem-Estar interior.

Todos os frequentadores destas sessões estão muito gratos à Dra. Anna Feitosa pela maneira como orienta estas conversas e, generosamente, partilha a sua experiência, de modo a que cada um reforce o seu desenvolvimento pessoal e aprenda a viver feliz, saudável e bem-sucedida...

*Maria José Bento*

### WORKSHOPS REALIZADOS NA CES

Um agradecimento muito especial aos professores que aceitaram mais esta actividade que fez parte do nosso calendário anual e que tanto agradou aos sócios e amigos.



Eis a lista das sessões realizadas e seus formadores:

- 11 de Março: Pintura em tecido, com Fernanda Jacinto



- 15 de Maio: Manualidades com Ludgera Ferreira

- 16 de Maio: Argiloterapia, com Dr. Aires Vieira

- 29 de Maio:

Flores de lapela em tecido, com Antonieta Tavares.

### VISITA À EXPOSIÇÃO DA JOANA VASCONCELOS E MUSEU DA PRESIDÊNCIA DA REPÚBLICA

No dia 20 de junho, a Casa do Educador realizou uma visita à exposição da Joana Vasconcelos, patente no Palácio da Ajuda e uma visita ao Museu da Presidência, no Palácio de Belém. Entre as duas visitas, pudemos almoçar em pic-nic no agradável e refrescante Parque da Serafina.



## AQUI, UNISSEIXAL: UMA VIDA EM PEDAÇOS REPARTIDA

Deixei-te, caro leitor, no Natal de 2012. Hoje, aqui estou de novo, para te dar conta do que, entretanto, se passou de mais relevante na Unisseixal. Agradeço, desde já, a tua agradável companhia.

**A Unisseixal apagou as velas.** Como sabes, a nossa Universidade nasceu a 15 de janeiro de 2007. Assim sendo, já conta seis belos aninhos. Este ano, porém, o seu aniversário foi celebrado no dia 18, no salão de festas da União Seixalense. A festa contou com a animação da “Porta Férrea”, grupo de fados de Coimbra. Durante ela se fizeram ouvir (aliás com grande brilhantismo) as vozes do Mário Veiga e do prof. Carlos Carranca. Este conjugou, com raro gosto, a prosa, a poesia e a música e aproveitou a oportunidade para lançar a sua tese de doutoramento *Casticismo em Unamuno e Torga*. Com o intuito de tornar o ambiente mais “aconchegado”, o festejo incluiu também um farto jantar de convívio, onde não faltou o ritual apagar das seis velinhas e o partir do bolo.



**Só para pessoas inteligentes.** A Unisseixal não deixa os seus créditos por mãos alheias e, por isso, não manda – vai. Desta vez, deslocou-se a Gondomar, a fim de participar no IX concurso “O Saber não Tem Idade”. Para tal, partiu no dia anterior e pernitou, de 24 para 25 de janeiro, nas termas de São Vicente, nas proximidades de Penafiel. Pelo caminho, visitou o Aliança Underground Museu, em Sangalhos, e o Visionarium, em Santa Maria da Feira. No dia do concurso, depois de uma visita guiada à cidade, almoçámos num restaurante típico da localidade. A seguir, dirigimo-nos para o pavilhão multiusos, onde teve lugar o certame. Embora não tivéssemos conseguido nenhum dos três primeiros lugares, manda a verdade que se diga que não nos portámos nada mal.

**Há dias e dias.** Namorar é preciso, e nós não fugimos a isso. Para no-lo recordar, celebrámos mais uma vez, a 14 de fevereiro, o dia dos Namorados. Sobre São Valentim, que nos foi apresentado como modelo de virtude, falou a prof. Maria do Céu Silva. Da turma de Poesia e Recitação Poética, dirigida pela prof. Amélia Lopes, houve poesias na língua de Camões, bem como o texto do prof. Jaime Ribeiro. Mário Veiga e Guedes Jacinto, cantaram e tocaram canções a propósito. Paralelamente, na sala do Aluno, pudemos apreciar uma exposição de porcelana pintada, obra da turma de Pintura em Porcelana, lecionada pelas professoras Fernanda Jacinto e Fernanda Cunha, bem como de lenços bordados, trabalho da turma de Atelier Livre de Bordados, da condução da prof. Fátima Lourenço. Poucos dias depois, a 8 de março, celebrámos o dia da Mulher, em que todas as mulheres foram rainhas. A dinamização da ação ficou a dever-se a muita gente: às turmas de Espanhol e de Italiano,

orientadas pela prof<sup>a</sup> Maria do Céu Silva, que leram textos adequados em espanhol e em italiano; às alunas Virgínia Guimarães e Rosa Martins que, além da recitação de poemas, dançaram o tango, como nos primórdios desse tipo de música, como se fossem dois homens; e, enfim, ao prof. Carlos de Jesus, que tocou viola acompanhando outros alunos.

**O Algarve de Aquém-Mar.** Depois do Alentejo, de Trás-os-Montes e da Beira, chegou a vez do Algarve. Em tertúlia – manda a tradição. De tudo se falou um pouco nesse dia 13 de março: geografia física e humana, história, literatura, danças, turismo, culinária, etc., etc. O grupo musical Sons da Amizade cantou quadras do poeta popular António Aleixo, e a turma de Danças Populares executou algumas danças algarvias. No fim, veio a parte mais gostosa (para as papilas, evidentemente): a degustação dos tão apregoados produtos algarvios, em que a realidade confirmou as palavras proferidas na parte teórica. A satisfação foi geral. Algarve, conta connosco!



**Dizer primavera é dizer festival.** A ideia não foi nova e já começou a ser concretizada há dois anos. O nome é bonito e condiz com a estação: “Festival da Primavera”. Estendeu-se pela semana de 8 a 12 de abril. Este ano, o programa (ainda mais rico) englobou: Oficina de Flores Artificiais, Oficina de Cerâmica, quarta-feira cultural “Segredos da natureza a dois passos de Lisboa” e, no dia 12, para terminar em apoteose, o Festival de Grupos Musicais da RUTIS. Ainda que patrocinada pela RUTIS, a organização foi nossa. O êxito foi total e reconhecido por todos os participantes, que não só fizeram questão de o afirmar de viva voz, mas também



o puseram por escrito em mensagens enviadas posteriormente. Não admira, pois, que o nome do Seixal comece a ser escutado por aqui e por ali.

**O livro em festa.** Como já vai sendo tradição (iniciada logo no primeiro ano de funcionamento da nossa Universidade), a Unisseixal tem participado, sem uma única falta, na Feira do Livro, que a Câmara Municipal anualmente promove no jardim das Paivas. Este ano, o nosso contributo foi prestado pela turma de Poesia e Recitação Poética (27 de abril) e pela Tuna (5 de maio). Tanto num caso como no outro, o sucesso foi um facto, o que os ouvintes muito apreciaram.

**O encontro dos encontros.** Também a RUTIS leva a cabo, todos os anos, o chamado Encontro Nacional das Universidades da Terceira Idade. O último da série, o XII, teve lugar em Elvas, junto da fronteira. Aproveitando o ensejo, a Unisseixal deu um salto a

Mérida e a Olivença e, por fim, veio pernoitar a Estremoz, onde as noites já são portuguesas. No dia seguinte, a 25 de maio, lá estávamos nós para o referido evento. Depois de recebidos pelas



“madrinhas”, seguiu-se a visita à fortificada cidade de Elvas, que

percorremos a pé, desvendando recantos e segredos bem guardados. Dezenas e dezenas de universidades se juntaram no Coliseu para a festa. O almoço demorou demasiado a ser servido, mas tal contratempo não impediu que a alegria tivesse transbordado por tudo quanto é gesto e que o dia tivesse sido pequeno, quando, à noite (que saudades!), chegámos a casa.

**Quando as quartas-feiras foram culturais.** O professor Carlos Ribeiro sugeriu, e nós agarrámos imediatamente a ideia, de modo que, de quinze em quinze dias, as quartas-feiras, na Unisseixal, ganham um ar mais sério e mais doutoral. Isso tem acontecido no auditório da Junta de Freguesia de Amora. E a já longa série continuou: “Yoga do riso” (30 de janeiro), por Esperança Gonçalves; “Toponímia e território”, pelo prof. Eugénio Ramos (20 de fevereiro); “Alergias”, pelo doutor Aires Vieira (6 de março); “Segredos da natureza a dois passos de Lisboa”, pelo prof. Manuel Lima (10 de abril); “Fatores de risco e envelhecimento”, pelo dr. Édison Dias (24 de abril); “Ferramentas para ser feliz: planejar, agir, amar”, pela prof. Rita Gonçalves (8 de maio); “Instrumentos musicais populares portugueses”, pelo prof. António Pontes (22 de maio). Aguardamos com expectativa a última, desta vez sobre “Proteção e segurança do idoso” no dia 19 de junho.

Sempre muito participadas, estas quartas-feiras definiram-se como momentos altos de troca de conhecimentos e de experiências e, portanto, de enriquecimento mútuo.

**A visitar também se aprende.** Integradas nos programas de algumas disciplinas, as visitas de estudo realizadas contaram-se por muitos dedos. Mencionemos apenas algumas: à Amarsul (17 de janeiro), à paisagem protegida da arriba fóssil da Costa da Caparica e à lagoa da Estacada (5 de fevereiro), ao parque dos Monges, em Alcobaça, e ao Centro de Interpretação da Batalha de Aljubarrota e ao mosteiro da Batalha (12 de março), à tapada de Mafra (19 de abril), a Mérida (3 de maio) à cidade de Évora e a vários museus de Lisboa.



Em suma: passear, conviver, encher o papo e a alma, ver e aprender – tudo, tudo para mais tarde recordar.

**Atuações, atuações, atuações.** Tal como nos anos que já se foram, o Coro Polifónico, a Tuna e os

Cavaquinhos, a que se juntou agora o recém-formado grupo Artes do Barulho, sob a direção do prof. António Pontes, desfizeram-se em múltiplas atuações, consequência, no caso dos três primeiros, de uma fama que já vem de longe. A todos eles tivemos o prazer de ouvir no dia do Festival dos Grupos Musicais. Cada qual o melhor. Do seu vasto rol, não mencionarei nenhuma atuação por dois motivos: primeiro, porque são numerosas e, segundo, porque nenhuma quero distinguir (tornando-me injusto).

Numerosas foram também as atuações das Danças Populares e das Danças Latinas, destacando-se entre elas a participação na Gala de Dança da RUTIS, em Abrantes (14 de maio), e no encontro de grupos de dança, em Almeirim (7 de junho).

**Assim como fizeres, assim acharás.** A AURPIS pediu, e a Unisseixal aceitou. Consequentemente, ao longo do mês de maio, deslocaram-se aos dois polos daquela instituição de idosos, em missão de animação, diversas turmas da nossa academia, nomeadamente a Tuna, os Cavaquinhos, as Danças Populares, algumas turmas de Artes e a turma de Poesia e Recitação Poética. O agrado foi geral e, por isso, é provável que o gesto se repita no próximo ano académico.

**Quando a cultura é remédio.** Na linha do que sucedeu no ano passado, a Unisseixal colaborou com a Santa Casa da Misericórdia do Seixal na animação das noites culturais do assim chamado “Remédio da Cultura”. De facto, uns vinte elementos estiveram presentes, prepararam perguntas, dialogaram com o autor e cantaram no lançamento do livro *Anamnese*, de José Alçada (1 de fevereiro), primeiro, e, por último, no “Encontro com o prof. Onésimo Teotónio de Almeida” (17 de maio).

**Festas de fim de ano académico.** O ano académico aproxima-se do seu termo. Em festa, como sempre. Assim, estão previstos para os próximos dias: Sarau Gímnico (14 de junho), Tarde Académica e jantar de convívio (15 de junho), Noite de Teatro (21 de junho) e exposição final dos trabalhos realizados (28 a 30 de junho). As aulas terão o seu fim no dia 21 de junho.

**O próximo ano académico.** Desde já, avanço algumas informações respeitantes ao próximo ano letivo: as matrículas realizar-se-ão nos seguintes dias: para os sócios da Casa do Educador, a 1 de outubro; para os alunos que já tenham frequentado a Unisseixal, de 2 a 4; para os alunos que se matricularem pela primeira vez, de 7 a 9. O início das aulas está previsto para o dia 17.

**Agradecimento.** Não quero concluir sem reconhecer que o dinamismo espelhado nesta crónica só foi possível graças à dedicação e ao esforço do Conselho Diretivo, à generosidade e à competência dos professores, ao apoio da Direção da Casa do Educador e, enfim, à colaboração dos alunos em geral e, acima de tudo, da “Brigada do Suor”, que nunca regateou a sua ajuda, quando solicitada. Para todos aqui ficam, bem sentidos, os meus agradecimentos, em nome da Unisseixal.

Despeço-me, a todos desejando umas boas férias.

António Luís Pinto da Costa (texto)

Mariana Mareco (ilustração)

## FOI ASSIM NA CESVIVER

Aproxima-se o termo das atividades deste ano e, com ele, a merecidas férias de todos nós.

Embora decorram ainda algumas atividades, julgo ser o momento de fazer um pequeno balanço do que de mais significativo foi feito ao longo do ano.

Todos terão certamente bem presente tudo o que se foi passando semanalmente nas nossas tardes de terça-feira e não só; passeios e visitas, intervenção de diversas personalidades versando os mais variados temas, que muito contribuíram para o enriquecimento cultural de todos quantos assistiram à exposição dos variados temas.

Todos ficámos mais ricos e também mais capazes de compreender tudo o que foi abordado.

Todos os temas tratados foram sendo publicados no site da CES, assim como comunicados através dum boletim informativo trimestral, que este ano se iniciou.

Pessoalmente, tem sido para mim muito gratificante aproveitar o tempo desta maneira, pois que, entre tanta coisa menos agradável da vida, devemos tentar deixar para trás tudo o que é negativo e valorizar tudo o que é bom e nos dá prazer. E ajudar o semelhante é tarefa nobre que nos enriquece e completa. Foi também muito bom trabalhar com toda esta gente maravilhosa que me acompanhou durante todo o ano, sempre de sorriso nos lábios. A todos, o meu muito obrigado. Sem vós muito teria ficado por fazer.

Um agradecimento também, ao senhor Presidente da CES, por todo o apoio dado e pela confiança depositada.

Quero, por fim, desejar a todos umas boas e merecidas férias, que certamente nós irão dar ânimo para enfrentarmos o próximo desafio, com o mesmo empenho e a mesma dedicação deste ano.

A diretora executiva

*Judite Bentes*

### «Um livro, uma companhia...» Bocage

Dando continuidade ao projeto «Um livro, uma companhia...»

, foi levado a cabo este ano o estudo da vida e obra do poeta sadino, Manuel Maria Barbosa du Bocage.

De carácter irrequieto e

truculento, Elmano Sadino, que viveu entre 1765/1805, Bocage. Portador de vários estilos literários, (lírico, satírico, erótico), o poeta foi também um inconformado interventor social, e tradutor de algumas fábulas de Esopo e La Fontaine, com que ia ganhando a vida.

Chegado do oriente em plena Revolução Francesa, cuja trilogia “Liberdade, Igualdade e Fraternidade” estava



sendo disseminada pela Europa, estas ideias trouxeram-lhe alguns dissabores, pois que o Intendente Pina Manique achava-as revolucionárias e as reprimia.

Sobre estes e outros aspetos mais relevantes da sua vida conturbada, foi elaborado um trabalho ao longo do ano.

No passado dia 28 de maio, como final do estudo da vida e obra do poeta, realizou-se uma viagem a Setúbal, tendo sido visitados vários monumentos e centros de interesse tais como: Casa do Corpo Santo, Museu Michel Giacometti, Forte de S. Filipe, Casa da Baía e Casa do Bocage, principal objetivo da visita e onde foram lidos alguns poemas do poeta.

Na parte de convívio, foi servido um almoço à beira-rio. Regressámos pela Serra da Arrábida, donde desfrutámos de uma paisagem ímpar e nos fez lembrar o nome do primeiro livro do saudoso poeta Sebastião da Gama “ Serra Mãe”. Foi realmente um dia bem passado.

### Chi-terapia

A Chi-terapia integra duas disciplinas milenares chinesas: **Tai Chi e Chi Kung**.

A prática regular permite uma estabilidade físico-emocional importante que, no tempo atual, muito nos pode ajudar a colmatar a adversidade do dia-a-dia. A população sénior tem sido levada a um caminho de dependência médico-farmacêutica que nem sempre corresponde às necessidades reais dessa classe etária. Cada um de nós, na prática de atividade física e mental, pode encontrar um meio mais equilibrado e de melhor qualidade de vida.

O trabalho que se tem desenvolvido na Casa do Educador e integrado no programa CESVIVER, tem respondido, de forma positiva, à inércia que por vezes os seniores têm sido votados.

Mas mais importante do que possamos dizer é o resultado prático encontrado nos seus praticantes. Os seus resultados passam pela estabilidade da tensão arterial, estabilidade emocional, aumento da circulação de sangue para o cérebro, flexibilização e fortalecimento das articulações, fortalecimento do sistema imunitário e tonificação da massa muscular. **Incentive a prática de uma disciplina milenar para uma melhor qualidade de vida.**

*Prof. António Santos*

### Homenagem à profª Antonieta Henriques

Quis a equipa encarregada do projeto da Cevsiver prestar um pequeno tributo a uma das pessoas que mais dedicou parte significativa do seu tempo à Cevsiver e sem a qual este projeto não teria alcançado o estatuto que presentemente tem.

Estamos a referir-nos à antiga diretora executiva da Cevsiver, professora Antonieta Henriques. Para o efeito, convidou-se a homenageada a estar presente no dia 8 de janeiro, a qual simpaticamente acedeu ao nosso pedido. Foi bastante aplaudida por toda a assistência, tendo a atual diretora executiva agradecido o trabalho desenvolvido pela prof.ª Antonieta com total competência e muita dedicação. A Profª Antonieta



Henriques agradeceu comovida e recebeu, das mãos duma senhora utente da Cesviver, um lindo ramo de flores.

Seguiu-se o habitual lanche das terças-feiras, que encerrou a bela tarde passada.

*Maria Judite Bentes*

### **Informática- “Aprender até morrer”**

Mais um ano lectivo que se aproxima do fim e consequentemente impõe-se uma análise do que nos propusemos

fazer, do que fizemos e do que falta fazer.

Os objectivos traçados foram: escrever, copiar formatar, guardar, aceder à Internet, e-mail,



não só foram atingidos como, numa situação ou outra, ultrapassados.

São bem significativos os progressos alcançados por este grupo que, apesar das dificuldades inerentes à sua faixa idade e à sua baixa escolaridade, continuam firmes no percurso que traçaram para esta etapa das suas vidas, cujo envelhecimento pretendem ferozmente adiar. Estão todas de parabéns pelo exemplo de persistência e alegria de viver que transmitem a todos aqueles que têm o privilégio de com elas conviver. E particularmente uma palavra de apreço e gratidão à CESVIVER, que conseguiu motivar e envolver tanto os que ensinam como os que aprendem (afinal aprender/ ensinar é um binómio inseparável), neste projecto de crescimento contínuo, daqueles que apesar dos cabelos brancos continuam a sonhar.

O que falta fazer? Muito... muito...

Por muito que nos esforcemos nunca saberemos tudo e lá diz o ditado: “ Aprender até morrer”.

*Mª Inácia Martins*

### **Poema da prof. Mª Vitória Afonso**

CES quis pois fortalecer  
Criando sua filhota  
Nomeou-a CESVIVER  
Nasceu bem digna de nota.

Para a Casa enriquecer  
A ideia não era remota  
É para dar e receber!...  
Pensei logo meio absorta.

Faz muita gente feliz  
Todos partilham emoção  
E actuam com seu cariz.

Eu acho-a a “Jóia da Coroa”  
Se lhe abro o coração  
Um cântico em mim ressoa.

### **Inauguração da Exposição da Cesviver**

Na tarde de terça-feira, 11 de junho corrente, cerca das 15 horas, na sala de exposições da CES, juntaram-se aderentes, amigos, sócios, o senhor Manuel Araújo, presidente da Junta de Freguesia de Amora e a dr.ª Soraia Issufo em representação da Câmara Municipal do Seixal, para assistirem à inauguração da exposição colectiva, demonstrativa da vida da Cesviver ao longo do ano letivo 2012/2013.

O presidente da CES, professor Tomás, abriu o evento elogiando todo o trabalho que tem sido desenvolvido pelos responsáveis/voluntários deste projeto. Fez alusão à sua utilidade e interesse na e para a comunidade. Agradeceu a presença de todos em especial dos representantes das autarquias. Por fim dirigiu palavras de apreço aos voluntários e em especial à diretora executiva da Cesviver.

A professora Judite Bentes tomou a palavra para dar as boas vindas aos presentes, fazer uma retrospectiva do trabalho realizado desde o início do ano até à presente data e apresentar a organização da exposição. Fez uma referência ao tema central desenvolvido este ano, a vida e obra de Bocage, inserido num projeto da CMS bem como às atividades decorrentes a partir do mesmo. Agradeceu a participação ativa de todos os que de alguma forma colaboraram nas atividades, não se esquecendo de referir o apoio da Junta de Freguesia e da Câmara Municipal. De seguida fez um agradecimento muito especial às três senhoras que desde o início da Cesviver têm colaborado em todas as atividades.



E para dar seguimento ao programa fomos convidados a assistir a um momento cultural. Pudemos ouvir poesias e canções de Coimbra que nos encantaram e a alguns de nós comoveram.

Surgiu um momento de grande surpresa, em especial para a prof.ª Judite Bentes, presidente executiva da Cesviver. “As suas amigas” – tal como ela referiu - quiseram homenageá-la como reconhecimento pela sua dedicação/entrega ao projeto e pelo modo como interage com todas.

E como não podia deixar de ser, uma vez que é habitual desta Casa, fomos convidados a participar num delicioso lanche que fora cuidadosamente preparado para o efeito.

Afinal sobre a exposição ainda nada disse mas quero deixar aqui o meu reconhecimento pelo bom trabalho na preparação e apresentação da mesma. Nesta foi possível ver de uma forma organizada todo o percurso do trabalho realizado. Parabéns!

*Rosa Maria Duarte*

## DESTAQUES



Das novidades do ano académico da Unisseixal que agora termina, destacamos, para além do crescimento significativo dos alunos inscritos (à beira dos 600), uma nova disciplina – Artes do Barulho, orientada pelo prof. Pontes, que levou os alunos a construir os seus próprios instrumentos e a inserirem-se com garra na tradição da música popular.

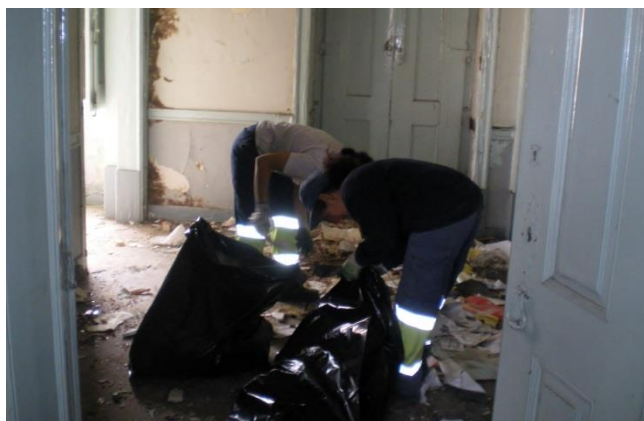
### Lançamento do livro da prof.<sup>a</sup> Maria Vitória Afonso



Em 12 de Janeiro, no auditório da Junta de freguesia de Amora, foi lançado o segundo livro da colega Maria Vitória – “*Contos alentejanos, cozendo o pão, costurando a vida*”, com um salão cheio e a colaboração da Turma de Cavaquinhos da Unisseixal, dirigido por Mário Fortuna.

### Limpeza dos andares superiores da sede da CES

A pedido da Direção, os serviços camarários procederam à remoção do entulho e mobiliário velho que se acumulava nos 1º andar e águas furtadas e constituíam um perigo para a segurança e saúde dos utilizadores do edifício. Os nossos agradecimentos.



### Ida ao Teatro Maria Vitória e Teatro M. de Almada

No dia 8 de março, um grupo de 40 sócios e amigos da Casa do Educador deslocou-se ao Teatro Maria Vitória, em Lisboa, para assistir à representação da revista “Humor com Humor se paga”.

Em Almada, 51 sócios puderam apreciar a peça “Timão de Atenas”

## QUOTAS

**Comunicamos aos sócios que pagam as quotas por débito direto que as mesmas serão descontadas a partir de 25/07. Os outros poderão pagar directamente na CES ou por transferência bancária.**

### Informações

**A - O Boletim** da CES é editado duas vezes por ano (julho e dezembro). Apelamos aos sócios que visitem o nosso site:

[www.casadoeducador.org](http://www.casadoeducador.org) onde encontrarão todas as nossas notícias em tempo útil.

### B - Protocolos

Realizámos mais dois protocolos com:

**1 - Casa do Outeiro/Agro-Turismo e Casa Oceano** - Estrada do Outeiro, nº 531, Sobradelo da Goma, concelho da Póvoa do Lanhoso, que oferece condições especiais.

**2 - Mediador de Seguro “Oliveira Seguros”**, oferece um desconto de 30% em todos os seguros. Oferece ainda 3% do seguro à CES.

### C – Matrículas na Unisseixal

Informam-se os sócios que são alunos da Unisseixal, que as matrículas para o próximo ano letivo se realizam no dia 1 de outubro.

**A sede da Casa do Educador está encerrada no mês de agosto para férias do pessoal.**

### Agradecimentos

Agradecemos a todas as entidades/instituições e voluntários que de algum modo têm apoiado e colaborado com esta Casa, em especial à Câmara Municipal do Seixal e às Juntas de Freguesia de Amora e Seixal.

Gratos também aos amigos Alberto Maia e João Lucas, que com as suas fotografias têm ilustrado profusamente as nossas atividades.

### Associados

Mais uma nova sócia que se juntou à nossa causa  
- Maria Pilar Roque Marcelo

**Nota:** Bem precisávamos de mais gente associada, para termos mais força e ideias para prosseguir os nossos objetivos.

**Ficha Técnica:** Edição da Direção da Casa do Educador do Concelho do Seixal,  
Rua Cons. Custódio Borja, nº 1 – Amora  
Contatos: 21 221 15 20 - 93 188 25 27  
Mail: [casa.educador@gmail.com](mailto:casa.educador@gmail.com)  
Site: [www.casadoeducador.org](http://www.casadoeducador.org)