

PORTELA MAGAZINE

N.º 1 - Dezembro 2011 - Distribuição Gratuita - Periodicidade Bimestral



Entrevista
à escritora
Alice Vieira



Rita
Pinto

A menina-prodígio
da Portela



*Viagem
a Cuba*



Conheça os segredos
da Comunidade Hindu



*Saiba tudo sobre
a Biblioteca da Portela*

Revista da Associação dos Moradores da Portela



Mensagem da Presidente

Caros leitores,

A Associação dos Moradores da Portela (AMP), que teve a sua génese em 1975 na luta dos interesses da população da Portela, ao nível da conclusão da urbanização da freguesia, é-nos apresentada nos dias de hoje como uma instituição de Utilidade Pública, sem fins lucrativos, que visa a promoção de actividades desportivas, mas também culturais e sociais que contribuam para a mais ampla solidariedade e bem-estar dos habitantes da Portela.

Carla Marques
Presidente da Associação
dos Moradores da Portela



É nesta perspectiva que a AMP tem desenvolvido nos últimos anos a sua actividade, incrementando uma política de constante inovação e vitalidade, procurando aumentar a sua oferta aos associados e restante população da freguesia, envolvendo várias faixas etárias e distintas vontades.

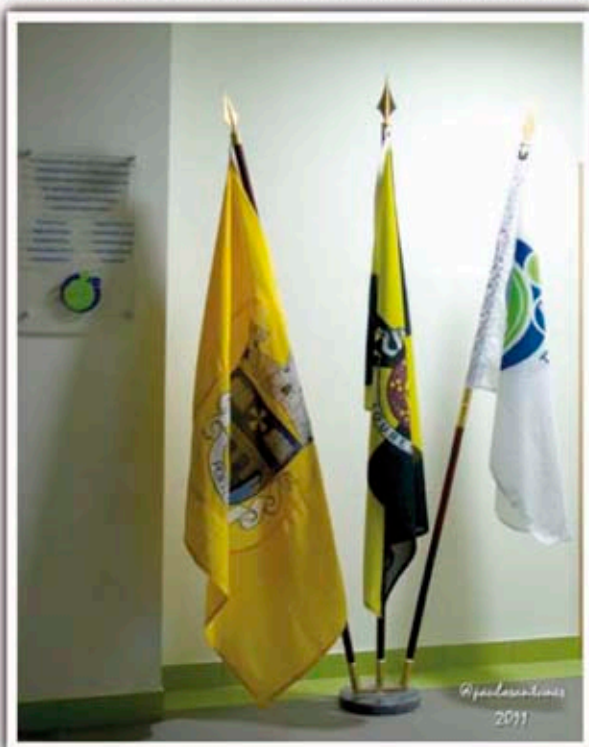
Dada a projecção que a AMP tem vindo a adquirir e com o objectivo de manter os nossos associados ao corrente das actividades que vamos desenvolvendo, temos tido a preocupação de as divulgar através do nosso site, em www.amportela.pt e de newsletters que difundimos com alguma regularidade, porquanto estamos conscientes, que nos dias que correm, serem estes os canais privilegiados de divulgação das entidades.

Todavia, porque a comunicação é essencial para nós e porque sabemos que nem todos os nossos associados e restante população da freguesia têm acesso aos mais modernos canais de informação, propusemo-nos a enfrentar mais um desafio.

Assim, é com a determinação e a iniciativa que nos caracteriza, que temos o prazer de vos dar a conhecer mais projecto, a revista **Portela Magazine**, que pretende ser uma publicação bimestral, gratuita, com conteúdos generalistas e de informação local, da AMP para os seus associados, mas também para o público em geral.

A **Portela Magazine** propõe-se, não só a dar informação sobre as actividades da nossa associação e dos nossos parceiros, mas também irá conter matérias de interesse geral compostas por jornalistas e especialistas nas mais diversas áreas do saber.

Para tal, rodeamo-nos de profissionais de excelência, que com a mesma vontade e garra que nos distingue, nos irão acompanhar em mais uma aventura.



A Direcção da AMP pretende dar continuidade ao percurso delineado nos últimos anos, e pesem embora todos os percalços e dificuldades que temos enfrentado e que certamente iremos ainda enfrentar, podemos orgulhar-nos de ter contribuído para o crescimento desta Associação, que actualmente dispõe de uma sólida estrutura e de uma situação financeira de suporte consolidada, que é o garante da sustentabilidade das actividades em curso e da viabilidade do desenvolvimento de novas valências, como é o caso deste novo projecto que agora apresentamos, a nossa revista – **Portela Magazine**.

Estamos convictos de que a **Portela Magazine** pode contribuir para mais e melhor informação aos nossos sócios e restante população, dentro e fora da nossa freguesia. Contamos com o seu apoio como nosso leitor assíduo.

Bem-haja a todos os nossos futuros leitores e aos elementos dos órgãos sociais da AMP, que ao longo de muitos anos dedicaram o seu tempo e deram o seu melhor em prol do bem comum e ainda aos nossos restantes colaboradores pelo trabalho desenvolvido. Pessoalmente, agradeço a confiança que os nossos associados depositaram nesta Direcção e a oportunidade que me foi dada de poder fazer parte desta grande família.



PUB



pastelaria • restaurante
fábrica próprio

O Bolo-Rei do Tabuleiro
é o melhor do mundo inteiro

Editorial

Manuel Monteiro
manuelmonteiro_@hotmail.com

Esta é uma nova revista. Um veículo de informação local e das actividades da Associação dos Moradores da Portela. Mas também um espaço que reúne artigos generalistas, de jornalistas e de pessoas especializadas nas mais diversas áreas do saber.

Aqui, não haverá tendências, ideologias ou partidarismos. Os mais diferentes pontos de vista serão convidados a escrever. Queremos uma revista fresca, heterogénea, apelativa, moderna. Tanto nos conteúdos como no aspecto gráfico.

Numa altura em que as publicações periódicas vão falindo, criar um projecto com tão poucos meios afigurava-se uma tarefa utópica *a priori*. Estamos todos cheios de entusiasmo e de felicidade na construção deste projecto, que sairá pontualmente de dois em dois meses. (Parecemos crianças com uma alegria esfuziante e indomável.)

Esperamos que alguma desta felicidade transborde para si, leitor(a). Agradecemos a sugestão de melhorias para a nossa freguesia. Escreva-nos. Reclame. Sugira. Partilhe. Informe. **Contamos consigo.**



Sumário

| | |
|-------------------------------|----|
| Mensagem da Presidente | 2 |
| Editorial | 4 |
| AMP Desporto | 6 |
| Entrevista a Alice Vieira | 8 |
| Fotorreportagem «Cuba» | 10 |
| Biblioteca da Portela | 12 |
| Comunidade Hindu | 13 |
| Portela Sábios/Portela Jovem | 14 |
| Língua Portuguesa | 16 |
| Junta de Freguesia da Portela | 17 |
| Bem-Estar | 18 |

Ficha Técnica

Portela Magazine • Revista Bimestral • *Proprietário* Associação dos Moradores da Portela, Urbanização da Portela, Parque Desportivo Apartado 548 • *Director* Manuel Monteiro • *Directores Comerciais* Carla Marques (918 553 102), Fernando Caetano (910 690 204), Miguel Matias (910 690 205) • *Colaboradores* Cândida Carvalho, Carla Marques, Cátia Gomes, Eva Falcão, Fernando Caetano, Humberto Tomaz, José Peixoto, Leonor Noronha, Miguel Esteves Pinto, Paulo Antunes, Rui Garção, Rui Rego • *Sede de Redacção* Associação dos Moradores da Portela, Urbanização da Portela, Parque Desportivo Apartado 548 • *Grafismo* Grupo Mulembeira • *Impressão* Grupo Mulembeira • *Tiragem* 6500 exemplares • *Depósito Legal* n.º 336956/11 • *ISSN* N° 126156



Grupo
Mulembeira

Criação Decoração Impressão

R. Vasco da Gama, 36 • 2685-244 - Portela LRS
Tlf.: 219 417 378 • Tlm.: 918 744 400
E-mail: mulembeira@mulembeira.pt

agrafnet
Artes Gráficas

decor 
Impressão Digital

creative 
Criação Gráfica

stamp 
Estampagem • Serigrafia


m33
informática

mulembeira.pt



Caros sócios:

Como decerto é do vosso conhecimento, a Associação dos Moradores da Portela dedica-se, entre várias modalidades, à prática e ao ensino do ténis há mais de 25 anos, tendo feito nesta modalidade uma forte aposta quando esta ainda era pouco difundida no nosso país.

Ao longo destes mais de 25 anos, orgulhamo-nos de ter formado dezenas de atletas e, mais importante, dezenas de homens e mulheres.

Ombreamos com as mais prestigiadas equipas nacionais, quer ao nível individual, quer ao nível colectivo, e contamos com honrosas participações nos vários campeonatos nacionais.

Há sensivelmente 8 anos que a nossa Escola de Ténis se encontra sob a direcção do Professor Luís Cruz, cuja elevada competência técnica e elevado perfil humano permitiu que, não obstante as várias condicionantes externas, a nossa Associação conseguisse manter níveis de competitividade fantásticos se atendermos a que os nossos atletas representam a Associação despendendo tempo e dinheiro próprios, ao contrário do que acontece em outras escolas e centros de treinos.

Destes atletas destacamos, ao nível individual, com enorme orgulho e sem qualquer desprimor para os restantes, o atleta José Trindade, sexto classificado no *ranking* nacional de veteranos, destinado a atletas com mais de 35 anos e a atleta Rita Pinto [nota de redacção: ver entrevista na pág. 7], Vice-Campeã Regional de Singulares e Pares na categoria sub-12.

Ao nível de equipas, a nossa Associação orgulha-se de participar em todos os escalões seniores masculinos, tendo conseguido quer no escalão de mais de 35 anos, quer no escalão de mais de 45 anos, lugar na fase final do campeonato nacional, respectivamente da primeira e da segunda divisão.

São pois como se vê resultados brilhantes apenas possíveis em função da dedicação dos nossos atletas e professores.

Mas não é só de torneios e resultados que se faz a nossa história. Faz-se também dos torneios sociais, nos quais todos podem participar e onde se potencia o convívio de quem ama esta modalidade.

Mas não estamos satisfeitos, queremos mais. Actualmente contamos com cerca de 70 praticantes, e queremos crescer. Para isso, contamos com todos os Portelenses, contamos que venham praticar a modalidade, contamos que venham assistir aos nossos jogos e aos nossos torneios para que possamos crescer.

Não quero ser injusto ao destacar pessoas, e esse é um dos meus maiores receios ao escrevinhar (sim, porque isto não se pode chamar escrita) estas notas, pois ao longo destes mais de 25 anos muitas foram as que contribuíram para o desenvolvimento do ténis na nossa Associação, mas tenho de o fazer, e assim: aos Professores Rui Silva, José Trindade (Chocó), Hélder Isidro, Jaime Caldeira, Pedro Martinho que está connosco há mais de 20 anos, e ao Professor Luís Cruz, nosso comandante, o nosso muito obrigado.

Por último, uma palavra de homenagem ao Professor Ramiro Rodrigues, que lamentavelmente nos deixou no último Agosto, após ter dedicado mais de 20 anos à nossa Associação.

A ele, que a tantos jovens ensinou, além do ténis, o que é ser jovem, nunca o esqueceremos.

Bem-haja!

AMP ACROBÁTICA Prof. José Peixoto | Prof.ª Cátia Gomes

A classe de Acrobática da AMP – AcoPortela, com três anos de existência, foi reestruturada na presente época com a formação de uma nova equipa técnica, contando presentemente com 2 Técnicos e 1 coreógrafo, tendo aumentado o tempo de execução prática, visando com isso a participação a um nível mais elevado de competição e exibição.

Caracteriza-se por um trabalho colectivo, em que o relacionamento humano assume um papel primordial entre os seus intervenientes, sendo actualmente uma classe mista composta por 25 ginastas dos 8 aos 17 anos, que compõem 3 pares femininos, 2 pares masculinos, 4 trios femininos e uma quadra masculina.

Além da vertente da acrobática, também pretende participar nas competições de mini-trampolim em vários escalões da Federação de Ginástica de Portugal e em vários festivais nacionais e internacionais da ginástica para todos, nomeadamente no PortugalGym e no 8.º Eurogym a realizar em Julho, este ano em Portugal, na cidade de Coimbra.

RITA PINTO

Entrevista e Fotografia:
Manuel Monteiro

a menina-prodígio da Portela



Mora na Portela, estuda no parque das nações no Colégio Pedro Arrupe no Parque das Nações desde o ano passado («Fui estreirar a escola», diz por entre risos), e é uma das promessas mais jovens do ténis nacional. Por trás do ar tímido e simpático, revela muita garra e determinação. Treinou sempre na Portela.

Portela Magazine – Quando começaste a jogar ténis?

Rita Pinto – Quando tinha cinco anos, mas só comecei a fazer torneios com sete. Quando ia para a praia, gostava de jogar às raquetas e depois o meu pai pôs-me nos ténis.

PM – E foste chamada à selecção...

RP – Sim, quando tinha nove anos.

PM – Qual foi a sensação quando foste chamada à selecção há dois anos?

RP – Já nem lembro bem... Foi nos estágios de observação de sub-10, foram-me observando e foram-me chamando mais para me conhecerem melhor. Fiquei orgulhosa e emocionada quando fui chamada para um torneio internacional nos Açores.

PM – Ficas nervosa nos torneios?

RP – Só antes. Depois, começo a jogar e esqueço.

PM – Treinas com que regularidade?

RP – Treino todos os dias, mas uns dias menos do que outros. Às terça e quintas, treino uma hora e meia, e às quintas tenho uma hora e meia de treino técnico e depois tenho preparação física. Às segundas, quartas e sextas, tenho preparação individual das 17.00 às 19.00 com o Professor Luis Cruz e, se dá para

treinar mais até oito, também faço. Ao fim-de-semana, quando não tenho torneios, venho para aqui [campos de ténis da Portela] bater bolas ao sábado.

PM – Como é a tua relação com o professor Luis Cruz?

RP – Ensina-me bem, apoia-me e sempre que pode vai ver-me aos torneios. É o treinador que está há mais anos comigo.

PM – Estudas, treinas, vais à selecção... Não te cansas?

RP – Canso, mas gosto.

PM – O que gostavas de seres quando fores grande?

RP – Gostava de ser jogadora de ténis ou médica.

PM – Até onde queres chegar?

RP – Gostava de fazer os torneios profissionais, quero mesmo muito jogar o Estoril Open. Quero ser convocada para os próximos torneios, ir à Suíça, a França e a Itália.

PM – Quais os tenistas que mais admiras?

RP – Das mulheres é a Caroline Wozniacki pelo tipo de jogo, ela tem garra, corre, sabe colocar bem a bola. Dos homens, é o Novak Djokovic porque joga bem e porque acho engraçado, ele imita os outros jogadores de uma forma muito engraçada. Até está no YouTube.

Torneios Realizados

| Ano | Cat. | N.º Torneios | Vitória | Finalista | Vit+Final | Vit+Final / N.º Torneios |
|--------------|--------|--------------|-----------|-----------|-----------|--------------------------|
| 2008 | Sub 8 | 3 | 1 | 1 | 2 | 67% |
| 2009 | Sub 10 | 14 | 2 | 2 | 4 | 29% |
| 2009 | Sub 12 | 7 | 0 | 2 | 2 | 29% |
| 2010 | Sub 10 | 4 | 2 | 0 | 2 | 50% |
| 2010 | Sub 12 | 21 | 4 | 4 | 8 | 38% |
| 2011 | Sub 12 | 15 | 5 | 4 | 9 | 60% |
| 2011 | Sub 14 | 3 | 0 | 0 | 0 | 0% |
| Total | | 67 | 14 | 13 | 27 | |

Convocatórias Federação Portuguesa de Ténis (Seleções Nacionais) : 6
Convocatória pela Associação de Ténis de Lisboa (Seleções regionais): 4

Alguns elementos do percurso de Rita Pinto

- 2008 Realiza em Maio de 2008 o 1.º Torneio na categoria de sub-8, atingido a final
- 2009 Vice-campeã Regional Pares sub-10
- 2009 Começa a competir no escalão de sub-12 (1 de Agosto)
- 2010 Convocada pela FPT para Treino Interregional (Março)
- 2010 Convocada pela ATL para estágio/torneio competitivo no Algarve, sagrando-se vice-campeã (Março)
- 2010 Convocada pela FPT para estágio/torneio competitivo, tomando-se campeã do torneio (Maio)
- 2010 Vice-campeã Regional Pares sub-12 (Maio)
- 2010 3.º lugar no Campeonato Regional sub-10 (Outubro)
- 2010 Campeã Regional Pares sub-10 (Outubro)
- 2010 3.º lugar no Campeonato Nacional sub-10 (Dezembro)
- 2011 Convocada pela ATL para estágio/ torneio competitivo em Braga (Março)
- 2011 Realiza 1.º torneio Internacional (Ténis Europe) tendo sido convocada pela ATL (Abril)
- 2011 Convocada pela FPT para representar a selecção no torneio Internacional dos Açores tendo atingido as meias-finais em Pares (Maio)
- 2011 Vice-campeã Regional sub-12 individual e Pares (Maio)
- 2011 Atinge as meias-finais de Pares mistos no Campeonato Nacional sub-12 (Julho)
- 2011 Convocada pela FPT para Estágio da Selecção Nacional

Agora na A.M. Portela

Rugby

SUB 12
SUB 10
SUB 8

Portelacampus
E-mail: amportela_campus@gmail.com
Tlf: 21 9436019

Treinos - 3.ªs Feiras às 18h00

Treinador:
Prof.º Andreia Barreira
E-Mail: andreia@portela723@gmail.com



Entrevista a Alice Vieira

Entrevista de: Leonor Noronha

«As ruas estão sempre cheias de histórias»

Jornalista e escritora, Alice Vieira tem mais de 70 livros juvenis publicados. À Portela Magazine, falou do seu percurso profissional, do seu mais recente livro, *Os Profetas*, o primeiro não juvenil, e de novos projetos.

Portela Magazine (PM) – Com apenas 15 anos, iniciou a sua colaboração no Suplemento Juvenil do Diário de Lisboa (DL). Como surgiu essa oportunidade?

Alice Vieira (AV) – Não caiu do Céu; trabalhei para isso. Comecei a enviar textos, recusados ao princípio, aceites depois, e um dia telefonaram-me para eu ir ao DL e foi assim.

PM – Quando publicou o seu primeiro artigo, mostrou-o a toda a gente?

AV – A ninguém! De resto, eu nunca gostei de mostrar nada do que escrevo a ninguém. Ainda hoje.

PM – A decisão de ser jornalista profissional foi uma consequência dessa primeira colaboração?

AV – Claro. De resto, essa entrada no Juvenil/DL determinou a minha vida inteira.

PM – Sobre que temas escrevia enquanto jornalista ?

AV – Sou do tempo em que um jornalista tinha de saber «acudir» a tudo. Escrevi sobre todos os temas, desde desporto à necrologia. Mais tarde, fixei-me na área da cultura, fazia entrevistas, reportagens, o que fosse preciso.

PM – Houve alguma história que tivesse relatado que a tenha marcado especialmente? Porquê?

AV – Todas as histórias nos marcam. Mas recordo a que escrevi sobre a queda de um prédio velho, mesmo diante da minha janela, e que mais tarde serviu de prova em tribunal, quando o senhorio afirmava que os inquilinos não tinham direito a indemnização, porque moravam lá há pouco tempo.

PM – Quais as diferenças que encontra no jornalismo da época em que começou e o jornalismo que se faz hoje?

AV – Preferia não responder. Às vezes, o silêncio vale mais que mil palavras.

PM – Hoje em dia, ainda faz jornalismo?

AV – Até há muito pouco tempo no *Jornal de Notícias*, mas fui despedida, como todos os colaboradores lisboetas, com a desculpa de que, a partir de agora, o JN queria fazer «uma informação mais aconchegante». Não sei o que seja uma «informação aconchegante», mas, dias depois, um título na primeira página referia-se a um «professor badalhoco». Se informação aconchegante é isto, então ainda bem que me despediram. Neste momento, tenho textos na *Activa* e na *Audácia* (revista para jovens dos missionários combonianos).

PM – Como surgem as ideias para novas histórias?

AV – Do dia a dia, do que vejo, do que ouço, as ruas estão sempre cheias de histórias, as pessoas é que andam muito distraídas

PM – Onde gosta de escrever os seus livros?

AV – Na minha mesa, diante da minha janela, com a minha música a tocar, e as fotografias dos homens da minha vida na parede, a olharem para mim.

PM – E há alguma personagem criada por si pela qual tenha um carinho especial?

AV – Sou boa mãe, gosto dos filhos todos.

PM – Como é a sua relação com os seus leitores?

AV – Muito boa e trabalhosa. Respondo a todas as cartas, mando parabéns quando fazem anos, etc. Nunca me esqueço do que o meu querido amigo Lobo Antunes conta, muitas vezes, de um leitor que se chegou a ele e disse: «Dê-me um autógrafa, que sou eu que lhe dou de comer.»

PM – Aceita sugestões de histórias vindas dos seus fãs?

AV – Se forem boas, por que não?

PM – Como escritora já recebeu vários prémios, qual a importância que estes galardões têm para si?

AV – São o reconhecimento do meu trabalho – mas não escrevo melhor nem pior, nem mais nem menos por causa deles.

Fui despedida, como todos os colaboradores lisboetas, com a desculpa de que, a partir de agora, o JN queria fazer «uma informação mais aconchegante». Não sei o que seja uma «informação aconchegante», mas, dias depois, um título na primeira página referia-se a um «professor badalhoco». Se informação aconchegante é isto, então ainda bem que me despediram.

PM – É verdade que actualmente a juventude se afasta dos hábitos de leitura?

AV – Sempre se disse isso. Já em 1834, o escritor Léon Bloy se queixava e dizia: «A bicicleta veio matar a leitura.» Há sempre um culpado à mão de semear, mas não acho que seja verdade. O que é verdade é que hoje há muitas outras formas de leitura que não passam pelos livros. Mas isso é outra coisa.

PM – Qual a sua opinião sobre o novo Acordo Ortográfico?

AV – A Língua é uma entidade viva, não pode ficar amortalhada em formas que hoje não se justificam. Já se escreveu «pharmácia», «parocho», etc. Já se puseram acentos nos advérbios, já se escreveu «mã», etc, etc. Não fui grande defensora do Acordo apenas porque me pareceu que, neste momento, não era uma urgência. Mas já que foi aceite, vamos escrever com as novas regras. Há uma ou outra palavra que me faz ainda uma certa confusão (ser «espetadora» de filmes, por exemplo), mas havemos de nos habituar.

PM – Como se relaciona com as novas tecnologias?

AV – Menos mal. Levei tempo, confesso, a prescindir da minha máquina de escrever, mas agora não sei o que seria da minha vida sem o computador, o Google, a Wikipedia, os sites ou o Facebook, a única rede social que uso e da qual sou absolutamente fanática.

As escolhas de Alice

Nome: Alice de Jesus Vieira Vassalo Pereira da Fonseca

Data de nascimento: 20- 03- 1943

Local: Lisboa

Profissão: escritora /jornalista

Escritor/a: Tantos; mas o velho Fernão Lopes continua à minha cabeceira.

Livro: A Bíblia, sempre. E depois as Crónicas do F. Lopes, e Os Maias do Eça (que todos os anos releio), e tudo o que vier.

Cantor/a: Maria Callas, Renée Fleming, Cecília Bartoli; e, noutro registo, muitas/os intérpretes de Fado (Aldina Duarte, Cristina Branco, Ana Moura, António Zambujo, João Braga, e muitos outros), os Deolinda, música brasileira (confesso: tenho uma enorme paixão pelo Roberto Carlos e vou a todos os concertos quando ele cá vem).

Cidade: Depois de Lisboa, Paris e Buenos Aires

Os Profetas, o primeiro livro para adultos

A mais recente obra de Alice Vieira marca uma estreia no mundo literário.

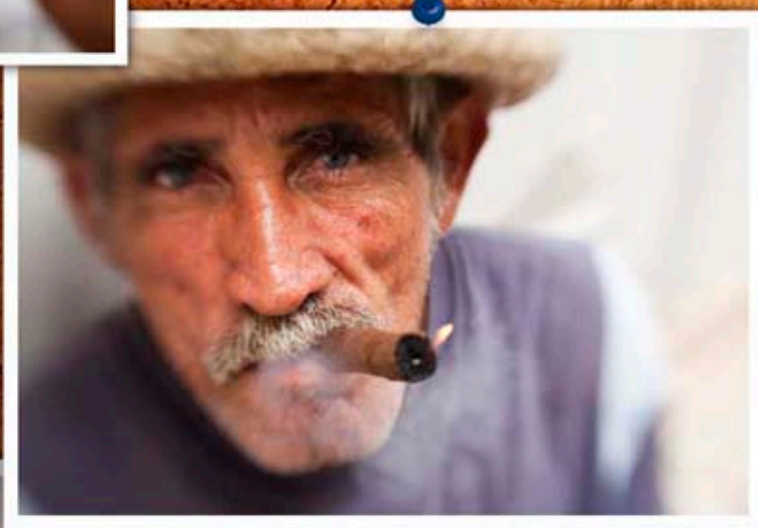
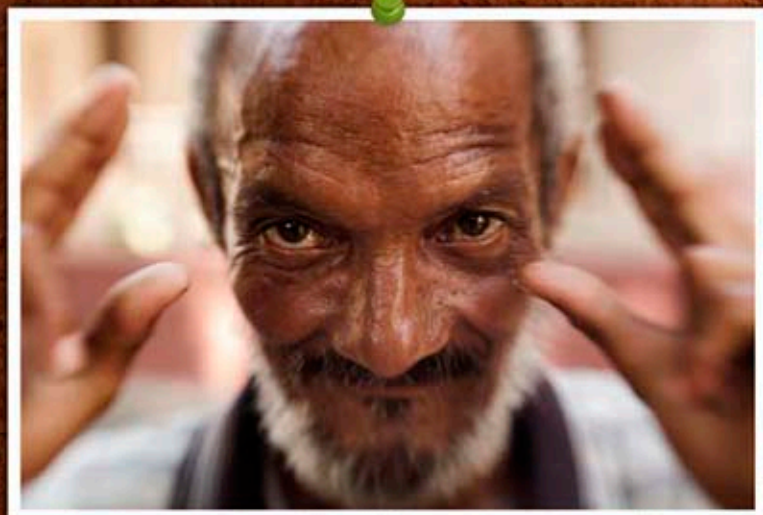
A autora apresenta o seu primeiro trabalho não juvenil. Mas porquê só agora esta incursão pela literatura para os mais velhos? «Calhou. De resto, há muitos romances meus que, no fundo, também são para adultos. Quando escrevi o *Se Perguntarem Por Mim Digam que Voei*, o editor queria editá-lo na colecção de romances adultos da Caminho, eu é que não deixei.» Sem revelar muitos detalhes sobre a história, a autora conta que se trata de «uma história (verdadeira) que se passa no século XVI, no Porto Santo e, posteriormente, em Lisboa. Tem a ver com uma heresia espalhada por um tio e uma sobrinha, que se intitulavam “profetas”. E não digo mais, leiam para saber o que acontece».

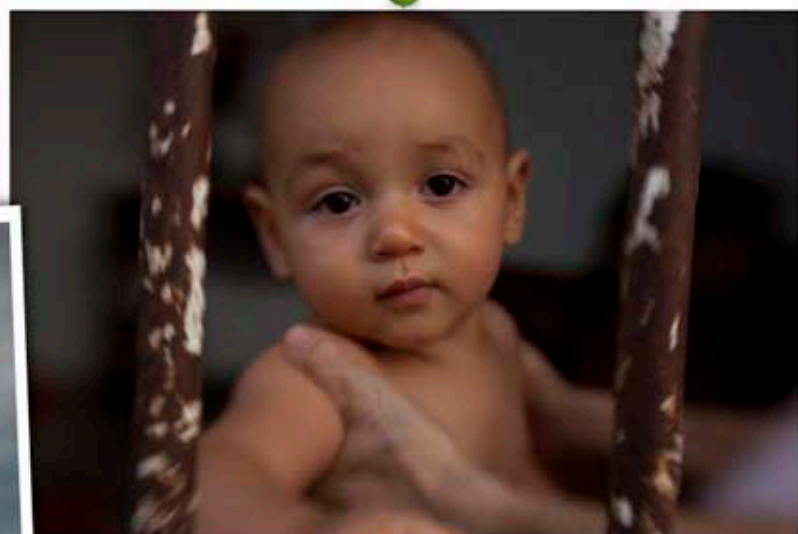
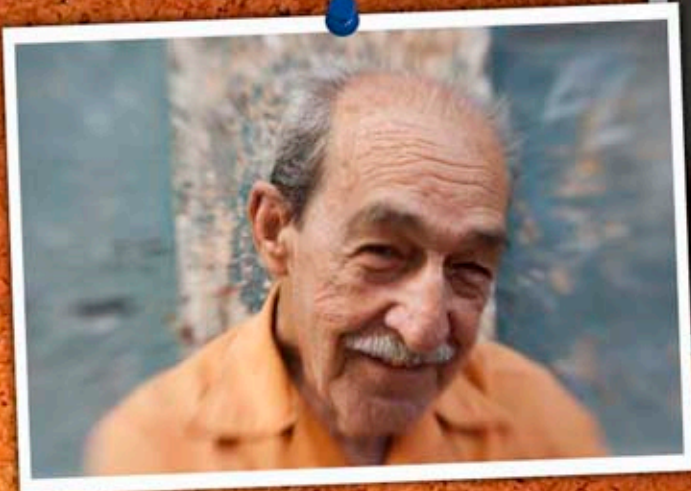
Alice Vieira prepara biografia de Enid Blyton

A autora d'*Os Cinco* ou do *Noddy* sempre foi admirada por todos os jovens que leram as aventuras e histórias criadas pela escritora inglesa. Alice Vieira não é excepção e confessa: «Foi uma personagem que sempre me fascinou e eu sou leitora das suas obras desde a minha adolescência, por ser completamente a antítese do que mostra nos seus livros.» O trabalho de pesquisa já começou, como nos diz a entrevistada: «Já li quase tudo sobre ela (biografias, livros das filhas, etc.), mas ainda não peguei nesse trabalho a sério. Penso começar a trabalhar na biografia (que será, evidentemente, um livro para adultos) no princípio do ano de 2012.» Até lá, Alice Vieira estará a terminar mais um livro para os mais novos.

Gosto de escrever na minha mesa com as fotografias dos homens da minha vida na parede, a olharem para mim.







O prazer da leitura no coração da Portela

Texto e Fotos:
Leonor Noronha

A Biblioteca Cardeal Ribeiro pertence à paróquia e faz parte da rede concelhia de bibliotecas (Biblioteca Municipal José Saramago). Do seu espólio fazem parte mais de 28 mil livros das mais variadas áreas.

O nome da biblioteca é uma homenagem ao falecido Cardeal Patriarca de Lisboa, Dom António Ribeiro, que foi quem «colocou a primeira pedra do edifício onde se encontram a biblioteca e a Igreja da Portela. Foi uma forma de homenagear uma pessoa de grande cultura, que gostava muito de livros».

Doações da população

A principal característica desta biblioteca é a origem dos livros que a compõem: «o nosso espólio é todo fruto de doações dos paroquianos, tanto no que diz respeito aos livros como aos DVD. Não compramos nenhum livro. Qualquer pessoa pode doar livros para a biblioteca e todos os temas são aceites; não temos qualquer limitação nessa área», explica a responsável técnica da biblioteca, Irene Tarouca. Literatura juvenil, arte, direito, história, geografia, literatura portuguesa e estrangeira, psicologia, economia, sociologia, matemática, religião, teologia e informática, medicina e política são as temáticas presentes neste espaço que já «existe há dez anos, mas retomou as suas actividades regulares em 2006». O facto de os livros serem fruto de ofertas permite que a biblioteca possua algumas obras únicas, nomeadamente «livros de edições brasileiras, de Moçambique e de Angola que não se encontram em mais lado nenhum e que nos são doados por pessoas que vieram das ex-colónias e se dispõem a partilhar estas obras connosco. Temos praticamente todos os prémios Nobel representados, com excepção do deste ano, o poeta e tradutor sueco Tomas Tranströmer».

Actividades

Diariamente entre as 15h30 e as 19h30, Irene Tarouca assegura o funcionamento deste espaço, classifica livros, aconselha utentes e conversa com eles sobre temas de interesse comum. Existem ainda alguns voluntários que são uma ajuda preciosa de modo a assegurar o bom funcionamento deste espaço de leitura. «Dos 28 mil livros que possuímos, apenas dez mil estão classificados e registados informaticamente; os restantes estão em armazém e vou tratando deles aos poucos», refere a responsável técnica da Biblioteca Cardeal Ribeiro; aqui também existe uma sala para apresentação de livros; um cine-fórum, onde se podem visionar filmes e visitar exposições.

A opinião dos leitores

Orlanda Espada, utente da Biblioteca Cardeal Ribeiro, considera este espaço «muito importante, porque, hoje em dia, nem toda a gente pode adquirir livros e a leitura é um modo de nos instruímos e de ocuparmos o nosso tempo livre». Apesar de ser sócia há pouco tempo, Orlanda tem o hábito de requisitar livros e gosta de se aconselhar com Irene Tarouca nas escolhas que faz; as suas leituras recaem essencialmente em romances, mas esta leitora sublinha que «o facto de a biblioteca ter muita variedade é muito bom para os leitores».

A estudante do 6.º ano de Medicina, Raquel Barbosa, utiliza a Biblioteca como espaço de estudo e acha este espaço importante «devido à importância da leitura e à variedade enorme de livros que disponibiliza aos seus leitores». Raquel elogia também o horário alargado que permite «a utilização do espaço por um maior número de pessoas». Nos tempos livres também requisita livros não técnicos na biblioteca para uma leitura mais tranquila; a estudante gosta muito de ler e destaca o escritor José Saramago como o seu autor preferido.

Ser leitor

A Biblioteca tem as suas portas abertas a todos quantos gostem de livros, ler e de partilhar histórias. Para se poder requisitar livros «basta preencher um questionário muito simples, que nem necessita de fotografia e pagar uma quota anula de 2,50 euros», uma quantia simbólica paga pelos cerca de 250 utentes inscritos da Biblioteca. Por norma, cada leitor requisita um livro por 15 dias, «mas, às vezes, as entregas alongam-se um pouco mais. Cada pessoa tem o seu ritmo de leitura e a leitura de um livro tanto pode ser feita numa semana como num mês; não sou rígida com os prazos. Felizmente, temos tido sorte e temos sempre livros para ler, nunca ninguém saiu daqui sem um livro. Há leitores que levam mais do que um livro por mês, evitando assim estar a vir sempre à biblioteca, e os livros regressam sempre. Nunca tive nenhum problema com a não devolução de uma obra; os leitores são responsáveis», conta Irene Tarouca. É importante ressaltar que apenas se emprestam livros de «literatura, os livros técnicos têm de ser consultados na Biblioteca. Isto porque alguns são raridades e já nem são publicados e temos de ter a garantia de que não se danificam e que estão sempre disponíveis para todos os utentes», acrescenta.



comunidade hindu

Festejar a clarividência

Eva Falcão

As últimas semanas do ano são, por excelência, semanas de festa. A comunidade hindu residente na freguesia da Portela, uma das comunidades de maior expressão no país, festejou no passado dia 26 de Outubro o Diwali, a sua mais importante comemoração que poderá ser, grosseiramente, comparada ao Natal cristão.

A Comunidade Hindu desenvolveu-se em Portugal a partir de 1975, como consequência da descolonização de Moçambique, traduzindo-se aproximadamente em nove mil residentes nas áreas metropolitanas de Lisboa e Porto. A grande maioria oriunda do Estado de Gujarat e das antigas colónias portuguesas. Na freguesia da Portela, existe uma comunidade de dimensão considerável, embora não quantificada, que mantém costumes e tradições. O Diwali, ou Festival das Luzes, é um dos mais importantes.

De acordo com o calendário hindu, o festival do Diwali celebra-se no dia de lua nova que marca o final do Ashwin e o início do mês do Kartik. O Diwali, ou Deepawali, ou Festival das Luzes dura 5 dias. Durante este tempo, as casas são decoradas e iluminadas com lamparinas, o símbolo de sabedoria, para dar as boas-vindas à Deusa Lakshmi e ao Deus Ram e são oferecidos doces, especialmente preparados para a ocasião. Sendo um dos festivais mais importantes do calendário hindu, é comemorado com muita alegria e cor.

No Diwali participam grupos de todas as faixas etárias. Expressam a sua alegria acendendo lamparinas, decorando as casas, lançando fogo-de-artifício e convidando os mais próximos para a grande festa. As luzes são uma forma de agradecimento a Deus pela conquista de saúde, riqueza, conhecimento, paz, valor e fama.

a sua origem

Este festival tem origem no Ramayana, uma das escrituras sagradas do Hinduísmo, onde Ram, encarnação do deus Vishnu, sendo o filho mais velho do Rei Dashrath, na linha directa da sucessão ao trono, é enviado para o exílio por 14 anos, cumprindo a promessa do rei à rainha Kaikeyi. Ram é acompanhado pela sua esposa Sita e pelo irmão Laxman e, após várias vitórias, em batalhas que simbolizam a eterna luta entre a clarividência e a ignorância, o regresso aguardado pelo povo de Ayodhya acontece dando início à comemoração do festival do Diwali. Na Índia, o Diwali é hoje considerado um festival nacional quanto ao aspecto estético. É celebrado com grande entusiasmo e visto como feriado nacional por todo o país.



o significado da luz

Qual o significado de acender uma luz? É através da luz que a beleza do mundo é revelada ou experimentada. A grande maioria das civilizações do mundo reconhece a importância da luz como uma dádiva de Deus. Um símbolo de tudo quanto é positivo no mundo. Assim, existe a tradição de acender lamparinas que simbolizam a vitória do bem sobre o mal e da liberdade sobre as trevas espirituais. Para os hindus, as trevas representam a ignorância e a luz é uma metáfora do conhecimento. Assim sendo, acender uma luz simboliza a destruição pelo conhecimento de todas as forças negativas – maldade, violência, luxúria, cólera, inveja, ganância, intolerância, medo, injustiça, opressão e sofrimento.

Mas o Diwali não é apenas importante para os hindus. Tem também grande importância no Jainismo, Budismo e Sikhismo.



PUB

HOT SPOT Gratuito
Serviço de **TAKE AWAY**

Cozinha Tradicional Portuguesa
Experimente os novos sabores do nosso cantinho
Ementas especiais para grupos
Reserve já o seu Almoço de Natal

C.C. Portela Loja 6 Cave
2685-223 Portela LRS
Tel: 309 957 375
Email: cantinhodoboda@gmail.com

Portela Jovem e Portela Sábios

Carla Marques

A Associação dos Moradores da Portela implementou, em 2009, dois projectos sociais de grande impacto na nossa freguesia e que rapidamente se tornaram um sucesso – o Portela Jovem, um Centro de Actividades Para Jovens e de Apoio à Família e a Portela Sábios, uma Universidade Sénior. São projectos inovadores na Portela e de grande desafio para a AMP.

O ano lectivo 2010/2011 foi mais um ano de sucesso para estas actividades, contámos com mais alunos séniores do que no ano anterior, e o nosso Centro de Actividades para Jovens foi procurado por mais jovens tanto durante o ano lectivo como nos períodos de férias escolares.

Devemos ainda destacar pela sua importância e qualidade dos oradores as diversas palestras que a AMP tem vindo a organizar, no âmbito da Portela Sábios, as quais são abertas a todos os portelenses, quer sejam ou não nossos associados. Temos tido a honra de contar com a disponibilidade de várias individualidades de reconhecido mérito nas diversas áreas do saber que voluntariamente e com grande altruísmo nos têm apresentado com o seu conhecimento nas nossas palestras, a título de exemplo e sem qualquer demérito para os restantes, podemos destacar o conhecido *Chef* de cozinha Michel; a Jornalista Felícia Cabrita; o Juiz de Direito Dr. Ricardo Cardoso, o Bastonário da Ordem dos Advogados Dr. Marinho e Pinto e também uma das pessoas que detêm um dos cargos de maior importância na nossa sociedade e que muito nos orgulha em ser nosso associado, o Senhor Procurador Geral da República Dr. Pinto Monteiro, que gentilmente nos agraciou com uma medalha da Procuradoria-Geral da República.

Para o sucesso destes projectos foi essencial o inestimável contributo, empenho e motivação de todos os que colaboram connosco, entidades parceiras, colaboradores e professores que desenvolvem as nossas actividades numa perspectiva de ir ao encontro das necessidades de quem frequenta os projectos sociais da AMP, pois só através da satisfação dos nossos associados é que estes projectos têm razão de ser, o que se comprova pela adesão, de ano para ano, de mais sócios.

Chegados ao início de mais um ano lectivo, o Portela Sábios e o Portela Jovem estão de parabéns. O Portela Sábios conta já com 263 alunos séniores e 20 Professores, que leccionam 27 disciplinas, e 45 jovens

portelenses entre o 5.º e o 8.º ano que frequentam o Portela Jovem. A excelente receptividade por parte da população é bem reveladora da importância que estes projectos adquiriram e é motivadora para continuarmos a investir no seu crescimento e consolidação. Queremos fazer mais e melhor e contamos com todos vós.

Tanto o Portela Sábios como o Portela Jovem têm as inscrições abertas para o ano lectivo que agora iniciou, e esperamos corresponder a todas as solicitações que nos têm sido dirigidas, quer ao nível de séniores que pretendem frequentar a nossa universidade procurando assim manter uma vida activa, quer no sentido de apoiar cada vez mais famílias no crescimento e educação dos jovens portelenses, na vertente da ocupação dos seus tempos livres.



Estão já agendadas algumas actividades lúdicas e eventos a desenvolver até ao final do ano de 2011, no âmbito destes projectos, tais como:

- Visita ao palácio da Procuradoria Geral da República, no dia 22 de Novembro;
- Teatro no Casino de Lisboa para ver a peça *É como diz o Outro*, no dia 24 de Novembro;
- Palestra com o Dr. Moita Flores, subordinada ao tema da criminalidade em Portugal em data ainda a anunciar;
- Jantar de Natal dos Sábios, no dia 13 de Dezembro;
- Festa de Final de Ano.

O nosso Centro de Actividades para Jovens tem já organizado programa para as Férias de Natal para o período de 19 a 30 de Dezembro, sendo que o seguinte programa está aberto a todos os jovens, quer frequentem ou não o Portela Jovem durante o ano lectivo.

Horário 19 a 23 de Dezembro

| | 2.ª | 3.ª | 4.ª | 5.ª | 6.ª |
|-------------|---|-----------------------------|---|-----------------------------|-----------------------------|
| 9h - 10h30 | Acolhimento Estudo | Acolhimento | Acolhimento Estudo | Acolhimento | Acolhimento Estudo |
| 10h30-12h | Ida para Lisboa | Vila Natal de Óbidos | Actividades de Natal | Atelier de Pintura | Actividades de Natal |
| 12h-13h30 | Almoço | Almoço | Almoço | Almoço | Almoço |
| 13h30-16h30 | "O Mundo dos Dinossauros" Cordoaria | Vila Natal de Óbidos | Acção de Solidariedade (Elo Social) | Jogos na Portela Jovem | Amigo Secreto |
| 16h30-17h30 | Lanche | Lanche | Lanche | Lanche | Lanche |
| 17h30-19h | Jogos Encerramento | Tempo Livre Encerramento | Tempo Livre Encerramento | Tempo Livre Encerramento | Tempo Livre Encerramento |

Horário 26 a 30 de Dezembro

| | 2.ª | 3.ª | 4.ª | 5.ª | 6.ª |
|-------------|-------------------------|-----------------------------|-----------------------------|-----------------------------|---|
| 9h - 10h30 | Acolhimento | Acolhimento | Acolhimento Estudo | Acolhimento | Acolhimento |
| 10h30-12h | Ida ao Vasco da Gama | Jogos no Portela Jovem | Ida a Amadora | Jogos na Portela Jovem | Jogos no Portela Jovem |
| 12h-13h30 | Almoço | Almoço | Almoço | Almoço | Almoço |
| 13h30-16h30 | Cinema | Pavilhão do Conhecimento | SkiSkate na Amadora | Dinâmicas de Grupo | Lanche Partilhado e Festa de Final Ano |
| 16h30-17h30 | Lanche | Lanche | Lanche | Lanche | Lanche |
| 17h30-19h | Jogos Encerramento | Tempo Livre Encerramento | Tempo Livre Encerramento | Tempo Livre Encerramento | Tempo Livre Encerramento |

Nota: O programa poderá sofrer alterações

A AMP, através do Portela Sábios e do Portela Jovem, tem investido na promoção do voluntariado, quer através dos professores do Portela Sábios e dos Palestrantes, quer através dos jovens que se voluntariam para ajudar nas actividades do Portela Jovem na altura das férias escolares. Temos tido uma agradável experiência com a dedicação que os portelenses, como voluntários, têm demonstrado com os nossos projectos sociais. Sem esse apoio, nada seria possível. Mas temos vontade de fazer mais e melhor, e sabemos que podemos e devemos continuar com determinação a trabalhar nesse sentido, motivo pelo qual apelo a todos os nossos leitores que tenham vontade de voluntariamente dar o seu contributo para o engrandecimento da AMP e das nossas actividades, quer seja como professores ou palestrantes do Portela Sábios ou ainda como monitores do Portela Jovem.

Foi com o objectivo de crescer e de dar mais à população da portela que muito nos envolvemos na construção do novo edifício da AMP – O Centro de Actividades para Jovens e Seniores que recentemente ináuguramos, o qual pretende ser um espaço dedicado ao convívio e interligação geracional.

Para melhor conhecimento das nossas actividades, convido todos os portelenses a visitarem o nosso site, em www.amportela.pt, e a manifestarem o vosso interesse em receberem a nossa Newsletter, para tal bastando enviar um e-mail para amportela.secretaria@gmail.com ou portela.sabios@gmail.com ou ainda portela.jovem@gmail.com. O Portela Sábios e o Portela Jovem também estão presentes no Facebook, sejam nossos amigos.

Em jeito de conclusão, apenas poderei acrescentar que a AMP orgulha-se de trabalhar em prol dos seus associados e com os seus associados, mas também em benefício de todos os portelenses, queremos fazer mais, queremos dar o nosso contributo para o engrandecimento da nossa freguesia. Só assim se justifica a nossa existência, só assim podemos continuar a crescer e a desenvolver projectos que vão ao encontro das necessidades de todos.



associação dos
moradores da
portela



Do revisor como o psiquiatra que guarda sigilosamente os segredos do paciente

Manuel Monteiro

Quando não há revisor ou quando o revisor é incompetente, o autor é desvelado no seu analfabetismo. Um autor pode estar protegido durante décadas até que um dia, um terrível dia, um revisor (ou a falta dele) o expõe fatalmente.

Analise-se a escrita de Miguel Sousa Tavares (que não publica crónicas nem livros com erros ortográficos) no prefácio à biografia de Hemingway da colecção do *Expresso*.

– «Para além» em vez de «além»; (O.K., muitos o fazem.)

– «necessidade da ajustar»; (O.K., uma gralha.)

– «em termos que» [sem sentido de «vocábulos» ou de «limites»]; (O.K., muitos o fazem.)

– «século XX» sem versaletes; (O.K., pode ter sido da paginação.)

– «para-militar» [paramilitar]; (E agora, Miguel?)

– «espontâneamente» [espontaneamente]; (Caro Miguel, a dúvida espreita. Quererá dizer que não erra nos jornais graças aos revisores? Talvez seja um lapso.)

– «estúpidamente» [estupidamente]; (Miguel, já não me engana mais. TEM PROBLEMAS DE ORTOGRAFIA COM OS ADVÉRBIOS DE MODO.)



Foto: Luis Barra

E mais coisas, como orações consecutivas sem vírgulas ou o desconhecimento da regra da pontuação dentro de aspas quando o período é *autónomo* e *completo*. Miguel, em três páginas, percebeu-se o que já aconteceu ao Maestro Vitorino de Almeida (ver para crer: <http://www.ciberduvidas.pt/pelourinho.php?rid=542>) ou ao Daniel Oliveira (que escreveu «routo» e «cresces para crianças» na blogoesfera). Quando o revisor não vos safa, dão erros inadjectiváveis. Os blogues são tão elucidativos nesta matéria...

...a um estranho e incoerente miado antes de
ente, desabar na estrada, onde foi pisoteado
guns arqueiros ingleses conseguiram subir
meia dúzia de defensores da barricada antes
izimassem com rajadas certeiras. O acesso

cerca de madeira que os deixou esparr
caindo numa estreita faixa de terreno
cidade. Mais homens seguiram-se a
Thomas ainda estava agachado
quando, mandava uma flecha em
aumentava pendia como um nevoeiro



JUNTA DE FREGUESIA DA PORTELA

Apartado 608, 2686-601 PORTELA LRS - ☎ 219446417 / 219444135 - FAX 219431233 - E-Mail info@jf-portela.pt

A importância do Associativismo

A Declaração Universal dos Direitos do Homem, aprovada pela ONU em 10 de Dezembro de 1948 estipula na alínea 1 do Artigo 20 que "Toda a pessoa tem direito à liberdade de reunião e de associação pacíficas". E porquê?

A resposta parece ser tão simples quanto a pergunta: para que as pessoas possam, juntas, resolver problemas, realizar conquistas que sozinhas teriam muitas dificuldades em conseguir.

O associativismo não é uma actividade recente. Há milhares de anos, o Homem descobriu a importância de viver em grupos. Para sobreviver, agrupou-se em pequenas tribos e, a partir daí, percebeu que ao fazer as coisas em conjunto conseguia melhores resultados pelos seus esforços.

Os fins para que se destinam na sua génese são a procura e obtenção de interesses comuns aos seus sócios, ou seja, aquilo que os une nem sempre é o interesse do colectivo. São interesses localizados e específicos desse grupo de pertença.

A expressão *associativismo* designa, por um lado a prática social da criação e gestão das associações, organizações que poderão ser de interesse público, ou não.

O associativismo não visa o lucro nem deve promover pessoas, deve servir apenas aos seus associados.

Muitas vezes as associações extravasam as suas competências, servem outros interesses que não os dos associados. Servem interesses individuais ou colectivos que não são aqueles para os quais foram criadas, e também aí, à semelhança da política, se criam grupos de pertença, subgrupos, que não defendem os interesses da associação.

Algumas características são inerentes à condição de associado: respeito mútuo, sinceridade, espírito de cooperação e colectividade e principalmente a defesa da causa justa e comum a todos os associados, requerendo, principalmente, a partilha de um olhar comum e de um conjunto de iniciativas para a promoção do desenvolvimento local.

O mesmo artigo da Declaração dos Direitos Humanos diz, na alínea 2, que ninguém pode ser obrigado a fazer parte de uma associação. O que indicia o óbvio: as associações não são de todos, nem todos são das associações, cabendo desta forma ao Estado, sob os seus diferentes agentes, preocupar-se em defender os interesses de todos os cidadãos. Nos Estados de Direito, só o Estado pode dar essa garantia.

Não se pode confundir pessoas com instituições, nem intentos pessoais com projectos colectivos.

As associações são importantes, mas o essencial são as pessoas, essas sim são a essência do trabalho daqueles que dão de si pelos outros.

Assim, o Associativismo, que ocupa um lugar de destaque na sociedade actual, não deve deixar de ser entendido dentro do contexto da sua esfera de actuação.

O desenvolvimento e bem-estar de uma comunidade faz-se através da colaboração estreita entre os vários intervenientes, actuando cada um dentro das suas atribuições. Por isso, às associações cabe importante papel de desenvolver as suas obrigações e, em articulação com outras associações e com o próprio Estado, contribuir para o progresso da comunidade

A Presidente da Junta de Freguesia


(Maria Manuela Simões Dias)

Dieta **vs.** Reeducação Familiar

Humberto Tomaz

Quando queremos emagrecer, seja por razões meramente estéticas ou de saúde, coloca-se sempre a eterna questão: **COMO????**

Durante muitos anos, a acção comum era a restrição alimentar temporal, vulgo dieta. Fosse prescrita por um médico ou, mais vulgar, copiando-se a dieta que saía numa revista ou experimentada por uma amiga de uma vizinha de uma conhecida, que por acaso tinha perdido 5 kg em 2 semanas... De há uns anos para cá, com a entrada dos ginásios na nossa cultura, agregou-se à dieta algum exercício físico, geralmente sazonal, tipo: de Abril a Julho, para potenciar o tão desejado emagrecimento.

A fórmula era esta: comia-se muito pouco, reduziam-se os farináceos (hidratos de carbono), reduziam-se as gorduras, enfim passava-se fome; mas o emagrecimento a isso obrigava. E a coisa lá resultava numa perda de 2, 3, 4 ou mesmo 5 quilos, e lá íamos para a praia, mais magritos e felizes. Mas perdia-se mesmo massa de gordura? Ou essa diminuição na balança não era obtida também à custa da perda de massa muscular e mesmo de tecido ósseo? O resultado, devido a uma dieta geralmente desequilibrada e não apropriada a cada indivíduo, provocava muitas vezes alguma desnutrição, ou seja tínhamos menos peso, mas não estávamos mais saudáveis, que é um dos intuitos de uma diminuição do peso corporal.

Passado o período de Verão e, com o vulgar apetite, os quilos perdidos regressão rapidamente, mas em vez de os recuperarmos, adicionamos mais 1 ou 2. E este círculo repete-se ano após ano. Cada vez se torna mais difícil perder peso e cada vez o nosso peso vai aumentado mais. Muitas vezes, culpamos a idade, não é que o nosso metabolismo não se torne mais lento e poupado com a idade, assim como o sedentarismo aumenta, mas deveríamos pensar que estas dietas sazonais têm uma quota muito importante nestas alterações metabólicas.

Então, o que fazer??

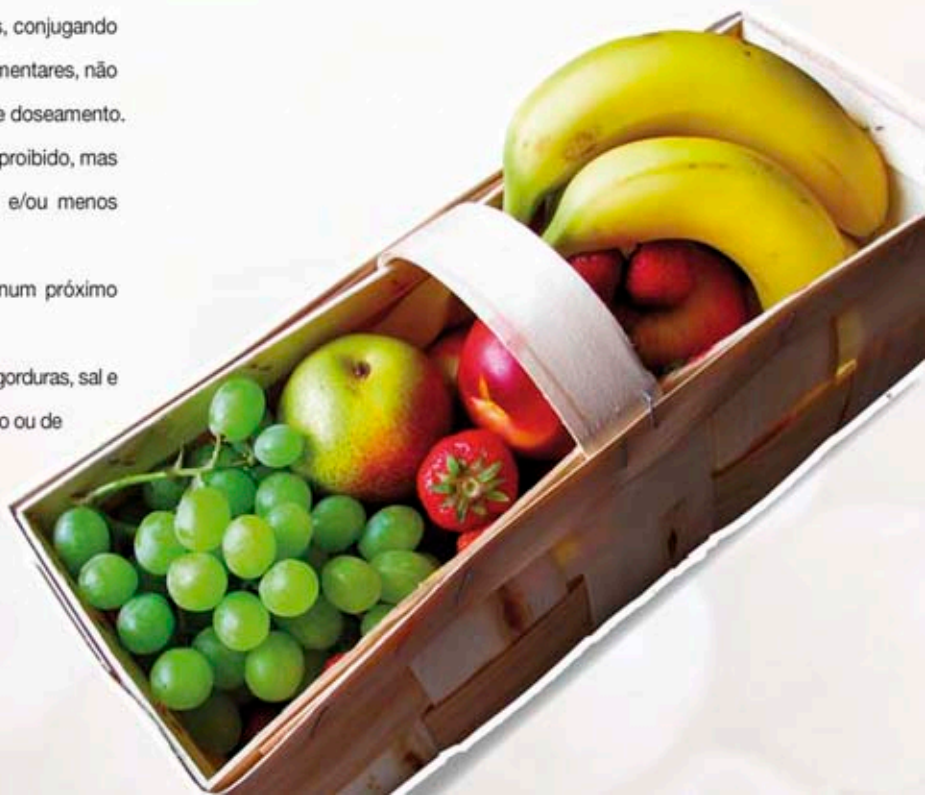
1.º Exercício físico todo o ano, essencialmente aeróbico; ginástica aeróbica, *cardio fitness*, dança, caminhar, corrida, etc.

2.º Reeducar os hábitos alimentares, um processo de carácter permanente e não sazonal. Sabe-se hoje que é a forma mais inteligente, saudável e equilibrada de ganhar saúde e de regular a massa gorda. E, ao mesmo tempo, de combater o colesterol, a hipertensão, a diabetes, etc.

Trata-se somente de regressar aos antigos hábitos alimentares, conjugando com o que se sabe hoje em dia, sobre as melhores práticas alimentares, não só no seu consumo, mas também na sua escolha, confecção e doseamento. Numa reeducação alimentar, não se passa fome, nada nos é proibido, mas equilibrado o consumo de certos alimentos, mais calóricos e/ou menos saudáveis.

Muito há para falar sobre a reeducação alimentar, prometo num próximo artigo voltar a este tema.

E dado que o Natal está a porta, consuma regradamente doces, gorduras, sal e bebidas alcoólicas. Mas essencialmente não se prive de um sonho ou de uma boa fatia de bolo-rei se isso lhe dá prazer, pois passado o Natal, regressamos ao ginásio e perdemos esses gramas provocados pelos pequenos excessos natalícios.





PEDRO TAVARES TENOR

Nasce a 7 de Abril de 1966, em Lamego e desde cedo sentiu que a música seria o seu mundo, iniciando-se, na ordem de S. Francisco Xavier, aos 15 anos.

Continuou a sua formação em solfejo e piano, no Conservatório Regional de Loures e, com apenas 16 anos, já integrava o Coro de Santo António dos Cavaleiros, como Tenor, sob a regência do Maestro José Rocha.

Aos 19 anos ingressou no Teatro Nacional de São Carlos, nas aulas de educação vocal, sob a orientação do Professor e Maestro Cortes Medina, com quem trabalhou 9 anos e, com quem ainda hoje, mantém uma estreita relação.

Pedro Tavares continuou a investir na sua própria carreira musical e, em 2001, frequentou um "Master Class" de canto realizado pela Escola Profissional de Música de Almada, com o Maestro e Professor Helmut Lips.

Em 2002 participa num workshop de Canto Gregoriano, em Évora, organizado pela escola de música da Sé de Évora. Durante esse ano, também teve aulas de "Aperfeiçoamento do Canto Lírico" com a Professora Anabela Duarte.

No ano de 2003, Pedro Tavares, integrou a Banda Sinfónica da PSP, ao ser convidado pelo Subintendente Ernesto Esteves, o Maestro titular na altura.

Presenças televisivas no telejornal da RTP, no "Portugal no Coração" da RTP, no programa "Você na TV" da TVI, no Jornal da Noite da SIC Notícias, no "Querida Júlia" da SIC, no "Boa Tarde" da SIC, entre outras.



Concerto com a Filarmónica de Abrunbeira—Abrunbeira

Experiência Profissional

Da sua enorme experiência como cantor lírico, sobressaem os seguintes locais, onde realizou fantásticos concertos:

- Auditório Beatriz Costa (Mafra)
- Auditório da Casa do Alentejo
- Auditório do Ramo Grande (Açores – Praia da Vitória)
- Auditório Municipal de Gijón (Astúrias)
- Teatro Maria Matos (Lisboa)
- Teatro Municipal de Algés
- Teatro S. Luís (Lisboa)
- Teatro da Trindade (Lisboa)

Eis algumas participações em que o Tenor Pedro Tavares esteve envolvido:

- 9ª Sinfonia de Beethoven, com o Coro do Teatro Nacional de São Carlos, no Mosteiro dos Jerónimos, aquando dos 500 anos das Relações Luso-Nipónicas.
 - Espectáculos na cidade de Almada, durante o Mês da Música.
 - Elemento do elenco fundador do "Bianca Fiore".
 - Participação especial no espectáculo "Antes e Depois", no Teatro da Trindade (Lisboa).
 - Actuações como elemento integrante de "Os Clássicos do Mundo".
 - Divulgação da Ópera, através do projecto "Ópera na escola".
- Como solista na Banda Sinfónica da PSP, destacam-se os seguintes concertos:
- Casa da Música (Porto).
 - Teatro Camões (Lisboa).
 - Teatro Municipal de Bragança.
 - Teatro Municipal de Aveiro.
 - Teatro Municipal de Portimão.
 - Teatro Luísa Todi (Setúbal).
 - Centro Cultural de Belém (Lisboa).
 - Fundação Calouste Gulbenkian (Lisboa).

Pedro Tavares domina, na perfeição, a língua espanhola, já que viveu, durante alguns anos, na Venezuela e, também, a língua italiana. Além disso fala e canta também, em Inglês e Francês.

Actualmente Pedro Tavares, para além de continuar a apresentar-se em público nos mais variados eventos para os quais é convidado a cantar, encontra-se a reunir um lote de temas originais, para posteriormente entrar em estúdio para a gravação do seu próximo álbum, que contará com a participação da Banda Sinfónica da PSP.



**O mais
NOVO
projecto pw**

um programa integrado
de actuação
das diferentes
terapias

... e o seu SPA também se
transforma num novo conceito

wellspa
low cost spa

com um Serviço de Excelência!



O seu ginásio na portela



ACUPUNCTURA

Joana Leal



OSTEOPATIA

Sónia Infante



PILATES MÁQUINAS

Humberto Tomaz

PW
desporto com
EMOÇÃO



pwportela@gmail.com



91 200 60 90 / 21 944 09 80



associação dos
moradores da
portela



2ª a 6ª - 7h00 às 22h30
Sáb - 9h00 às 20h00
Dom - 10h00 às 19h00