

A Revista da Terceira Idade

REAL IDADE

■ Câmara Municipal de Oeiras

■ Outono 2002

■ Número 7

The cover features a photograph of an elderly man and woman. The man, on the left, has white hair and is wearing a dark sweater over a light-colored collared shirt. The woman, on the right, has short, styled reddish-brown hair and is wearing a dark top with a vibrant floral pattern. They are both holding a large, white, triangular piece of paper that dominates the center of the image. The background is a textured, light-colored wall.

O que é feito
das nossas
ESTRELAS ?

A Câmara Municipal de Oeiras orgu



a -se em mostrar a sua **Real Idade**





Sumário

5. Editorial / Ficha Técnica

6. Inquérito

As emoções que os munícipes de Oeiras sentiram com o nascimento do seu primeiro neto.

8. Doações

A jurista Ana Raquel Ferreira explica tudo o que deve saber para fazer doações dos seus bens em vida.

10. Reportagem

Uma homenagem às grandes estrelas portuguesas já desaparecidas. Por Isabel Ventura.

12. Tema de Capa

Ada de Castro e Virgílio Teixeira conheceram de muito perto o fascinante e glamoroso mundo do estrelato. O tempo acabou por fazê-los afastar dos palcos da fama. Isabel Ventura foi saber o que fazem e como vivem estas duas personalidades.

20. Comportamento

A psicóloga Ana Moniz assina, neste número, um artigo sobre a importância que um animal de estimação pode ter na sua vida – uma companhia fiel que o poderá ainda ajudar a compensar a solidão.

24. Dossier Saúde

As causas e as consequências de uma doença que afecta muitos portugueses: a obesidade.

28. Hobbies

Teresa Torres falou com Beatriz Felgueiras Gomes. Uma sexagenária que encontrou no voluntariado uma excelente forma de ocupar o seu tempo livre.

32. Ler, Ver e Ir

Propostas irresistíveis para ocupar os seus tempos livres. Dentro e fora de casa.

34. Histórias de Vida

No concelho de Oeiras há um homem que exerce uma profissão em extinção: pastor. Uma história inédita assinada por Carla Rocha.

36. Histórias de Santos

A vida e os feitos do Nosso Senhor Jesus dos Navegantes.

38. Espaço Público

Uma equipa de reportagem da Real Idade andou a passear pelos jardins de Oeiras. Nestes espaços verdes encontrou munícipes verdadeiramente ocupados com alguns dos mais entusiasmantes jogos tradicionais.

40. Água na Boca

Iguarias do casal Antunes. Para comer e chorar por mais.

42. Correio do Leitor

44. Conto

Rita Almeida Dias reconta, nesta edição, a história de um amor proibido pela guerra colonial em Angola. Um conto verídico para ser acrescentado ao património deixado pela história recente de Portugal.

47. Inquérito ao Leitor

48. Moradas / Calendário

50. Crónica

Amélia Cravidão disserta, nesta crónica, sobre as suas recordações de infância.

Editorial

A palavra saudade suscita-nos uma ideia imanente da memória, sobretudo daqueles momentos passados que registámos com agrado. É assim que, quando nos interrogamos sobre o que terá acontecido a esta ou àquela pessoa, fazemo-lo com um sobressalto no coração. Esse sobressalto, que resulta do encontro momentâneo do passado com o presente, é um desejo de vida. Vida que se renova incessantemente, que instante a instante nos cumula de experiências, umas melhores, outras piores, mas que traduzem a felicidade de estarmos vivos.

Saudade é, por isso, vida e felicidade, não sendo a vida senão o caminho da felicidade, celebrada etapa a etapa.

Neste número celebramos uma dessas etapas, dedicando-o ao reencontro com a memória de quem nos encantou com as suas actuações artísticas e de quem temos saudade. Espero e desejo que percorramos felizes os lugares da nossa memória, por onde as páginas que se seguem nos guiarão, reforçando o desejo de vida que a saudade desperta em todos nós.

Teresa Zambujo

Presidente da Câmara Municipal de Oeiras



FICHA TÉCNICA

Câmara Municipal de Oeiras

Coordenação

José Manuel Constantino
Maria Isabel Martins
Susana Martins
Júlia Cardoso

Publicidade

José Tomás Resende

Concepção e Realização

Companhia do Texto-Projetos Editoriais Lda.
R. da Palma n.º 219 - 3.ºdt. 1100-351 Lisboa
companhiadotexto ip.pt
Tel. 21 882 46 10 / 3 Fax. 21 882 46 19

Redacção

Ana Moniz, Carla Rocha, Isabel Ventura, Amélia Cravidão, Ricardo António, Rita Almeida Dias, Teresa Torres, Ana Raquel Feneira

Copy Desk

Carla Ferreira

Fotografia

Artur Henriques, Fototeca

Projecto Gráfico

Companhia do Texto

Paginação

Marcos Bendrão

Pré-impressão / Impressão

Estrelas de Papel, Lda.
estrelas de papel netcabo.pt

Tiragem

10.000 exemplares

Depósito Legal n. 142439 / 99

Registo ISSN 0874-6907

Distribuição Gratuita

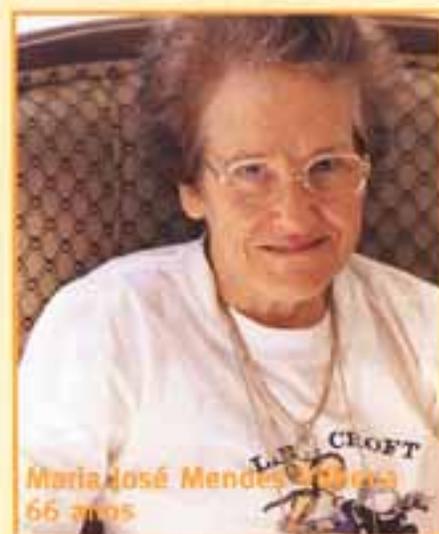
Esta revista é propriedade da C.M. Oeiras

Que emoções *sentiu* quando nasceu primeir

Dos meus avós, só conheci o avô Manuel, pai da minha mãe. Dos outros, restam-me as lembranças, guardadas com carinho na memória.

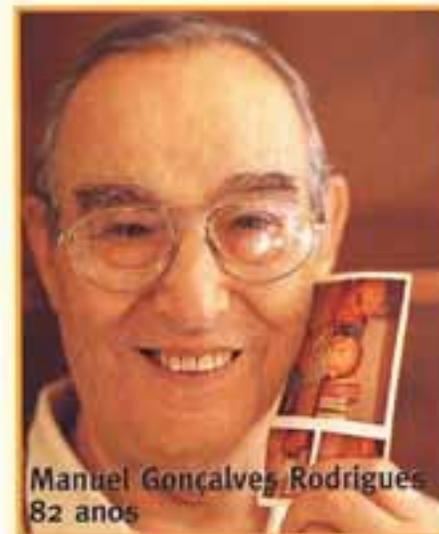
Ao meu avô Manuel não pude perguntar-lhe as emoções que sentiu quando eu nasci. Foi, certamente, um dia inesquecível.

Nas linhas que se seguem, outros avós relatam, na primeira pessoa, as emoções que os seus netos lhes causaram.



A sensação não dá para explicar. O nascimento de um neto representa a continuidade da família. O nascimento do meu primeiro neto foi uma alegria enorme. É uma sensação de bem-estar e representa uma nova experiência de vida. Os netos dão-nos algumas responsabilidades e preocupações.

Tenho dois netos: um rapaz e uma rapariga que gostam muito de mim e eu deles. Eu acho que fui mais exigente com o meu filho, do que sou com o meu neto, mas também não sou permissiva para com ele. Gosto muito deles e, quando nasceram, foi uma enorme alegria.



Por **Teresa Torres**
Fotos **Artur Henriques**

seu neto?



Fernanda de Jesus Moraes
84 anos

Apanhei uma aflição muito grande, porque a minha nora teve muitas dificuldades no parto. Estive no hospital até às 24 horas, e estava bastante preocupada, mas depois ela nasceu e a angústia passou! A emoção de ser avó penso que é maior do que quando se tem um filho. A ansiedade e o contentamento são inexplicáveis. A minha neta vive com a mãe, a pintora Graça Moraes, eu não a vejo com muita frequência, mas comunicamos muitas vezes por telemóvel. Sempre que possível, estou com ela. Acho que os avós são menos exigentes com os netos do que com os filhos. A experiência de vida e a maturidade são maiores, por isso temos mais paciência. Gosto muito da minha neta, ela é muito carinhosa, meiguinha e muito temerenta.

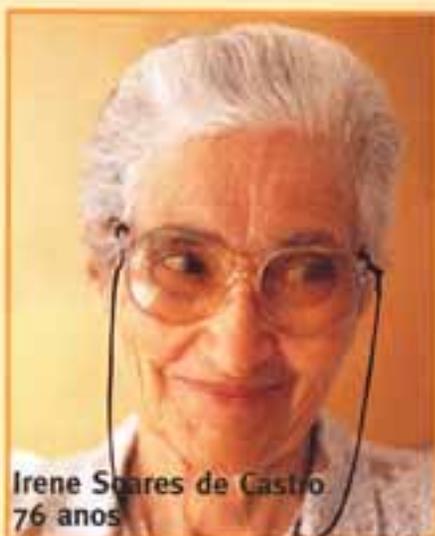
Eu vou ser franca. Chorei de alegria por ser avó, e de tristeza porque o nascimento dele representava o avançar da minha idade, mas, quando fui vê-lo à maternidade, senti uma alegria imensa! Tenho três netos e a relação que mantenho com eles é muito gratificante. Estou sempre a aprender com eles. Eles são muito meiguinhos comigo e visitam-me com alguma regularidade. Um dos meus netos, há uns dias atrás, estava a ver televisão e perguntou à mãe: "Mãe, o que é o sexo?" O pai disse para a mãe responder à pergunta, mas ela estava um pouco embaraçada com a questão. Então o meu neto, cansado de esperar por uma resposta, levantou-se do sofá, foi até junto da mãe, deu-lhe um beijo na boca e disse: "Vês, mãe, é isto!" Os miúdos, hoje em dia, são muito espertos e a televisão ensina-lhes muita coisa.



Maria da Assunção Fonseca
78 anos

Quando o meu neto nasceu fiquei muito contente. O primeiro neto marcou-me muito, porque fui eu que cuidei sempre dele. O meu filho foi um maluco, abandonou a esposa e o filho, tinha ele três anos. Ele para mim é com se fosse um filho, é com se tivesse nascido dentro de mim! Quando eu vou para o hospital, ele é sempre o primeiro a chegar, fica sempre muito preocupado. Visita-me sempre que possível e é muito carinhoso e temerento comigo. Nas datas importantes, oferece-me sempre um presente; ele tem sido a pessoa mais importante na minha vida! Eu sempre lhe disse para ele vir a ser um bom marido, coisa que o meu filho não foi. É um neto que me adora muito. Recordo-me que quando o avô morreu ele chorava muito. E ele também era doído pelo avô!

Quando nasceu o meu primeiro neto, as emoções foram muito grandes, nem consigo avaliar. É muito difícil descrever tal acontecimento. Lembro-me que, quando ele nasceu, era tão pequenino, que quase não o via. Hoje tem 30 anos e é um grande homem! O meu neto vive na "outra banda", mas isso não é impedimento para ele me visitar com alguma regularidade. Ele preocupa-se e é carinhoso comigo. Antigamente dava-lhe alguns conselhos: dizia-lhe que tinha de ser um homem honesto, sincero e sério. Hoje é ele que me dá alguns conselhos. Fui muito mais exigente com o meu filho. Há 30 anos atrás tudo era diferente. O meu neto tem mais liberdade, porque a sociedade e as mentalidades evoluíram.



Irene Soares de Castro
76 anos

Foi uma emoção muito grande. Fui logo vê-lo à maternidade. Ele, de momento, vive nas Laranjeiras, por isso não me pode vir ver tantas vezes, quantas eu gostaria, mas sempre que a vida lhe permite eu recebo a sua visita. O meu neto antes de ir de férias veio aqui ao lar visitar-me e disse-me: "Vês, avó, eu não me esqueci de ti!". Eu fiquei feliz da vida, não estava à espera da sua visita. Eu não lhe dou muitos conselhos porque ele tem uns pais atentos, e penso que não me devo meter na vida dele.

No âmbito das relações sociais que vamos estabelecendo uns com os outros, sentimo-nos muitas vezes impelidos a dar, ou a beneficiar alguém. Tratam-se quase sempre de actos conscientes de generosidade. Dar faz parte da vida, e o Direito procura dar tratamento jurídico às nossas aspirações e atitudes. Assim, a lei vai consagrando diversos institutos jurídicos que traduzem e ao mesmo tempo regem a nossa vontade.



DOAÇÃO € **S**
em **VIDA**

Por **Ana Raquel Ferreira**
Fotos **Artur Henriques**

Doar é a expressão jurídica da vontade livre e consciente de dar. Mais não significa que fazer uma liberalidade, do que ser generoso. Não se trata do cumprimento de um qualquer dever ou obrigação, mas de apenas do querer beneficiar outra pessoa, do querer enriquecê-la, à custa do nosso próprio património, sem que a isso estejamos obrigados. Isto não quer dizer que a doação tenha de ser desinteressada quando o faço, eu posso, e muitas vezes quero atingir um fim, cujo reflexo imediato é sempre o de produzir um ganho a outrem. Podendo ser diversas as motivações que nos levam a fazê-lo, quase sempre pessoais, familiares ou morais.

Mas será que basta alguém decidir doar algo a outra pessoa para que os efeitos se produzam sem mais? Não, não basta querer dar, é preciso ainda que aquele que queremos beneficiar esteja disposto a receber. Numa comparação mais simplista podemos dizer que, quando alguém se propõe vender qualquer coisa, não é suficiente querer vender, é também necessário que alguém queira comprar. Há, pois, uma proposta e uma aceitação para

que o negócio se conclua. Com a doação passa-se exactamente o mesmo, ela é um contrato no qual uma das partes realiza uma atribuição patrimonial, sem correspectivo, com puro espírito de liberalidade e à custa do seu património, a favor de outra, que a aceita.

Falamos de uma disposição gratuita que não espera uma correspondência ou uma troca. Se eu doo um carro a um amigo, não vou receber outro bem ou dinheiro em troca.

Mas as doações já podem ter encargos, a lei admite-o, ou seja, alguém pode, por exemplo, fazer uma doação com o encargo do pagamento de uma dívida. António faz uma doação a favor do seu amigo Bernardo de 500 euros com o encargo do pagamento de uma dívida de 300 euros. Mas, supunhamos que a dívida de António era de 1000 euros; estará o Bernardo obrigado a pagá-la? Quase nem seria necessário recorrer à lei para responder a esta questão, pois o nosso senso comum de justiça dá-nos a resposta. Contudo, para que não restassem dúvidas, a lei estabelece que aquele que recebe uma doação com encargos, apenas está obrigado a

cumpri-los dentro dos limites do valor daquilo que foi doado. Também pode acontecer o Bernardo ser o devedor de António, pode o António dar---lhe como doação o perdão da dívida? Sim, é possível, neste caso falamos de doação liberatória, já que ela liberta e desonera o Bernardo da obrigação que tinha por cumprir.

No Direito chamamos aquele que doa, o doador, e aquele que aceita o donatário.

Naquele espaço de tempo, em que um emite a vontade de dar e o outro vai ou não aceitar, há duas regras a ter em conta, uma é a de que o doador pode revogar a sua proposta, isto é, pode voltar atrás enquanto a proposta não for aceite; outra é a de que a proposta de doação caduca se entretanto não for aceite em vida do doador. Neste último caso, facilmente percebemos que a doação é um acto em vida do doador, isto é, não podem haver doações por morte, estas doações são nulas, podem é ser tratadas como disposições testamentárias, desde que tenham sido observadas todas as burocracias e exigências formais dos testamentos. O que isto quer

dizer é que, se António doar por morte a sua casa a Bernardo, esta doação não vai produzir quaisquer efeitos, a não ser que nesta doação tenham sido observadas as formalidades próprias dos testamentos.

Outra coisa diferente, e possível, é fazer uma doação em vida com usufruto. O doador reserva para si ou outra pessoa diferente do donatário o gozo da coisa por um certo período de tempo, que nunca pode exceder a vida daquele que tem o usufruto. Se António doar a sua casa a Bernardo com reserva de usufruto em vida, a casa é de Bernardo, mas continuará a estar na posse e a ser usada por António até este morrer. E o que é que acontece se o Bernardo falecer antes de António? Bom, neste caso a propriedade da casa já era de Bernardo, pelo que serão os seus herdeiros a receber a casa. Todavia, pode o António precaver-se quanto a esta situação se não desejar que tal aconteça. Neste caso, António deve estabelecer uma cláusula de reversão da coisa doada, em que estabelece que no caso de Bernardo falecer primeiro, mesmo deixando descendentes, a doação reverte, voltando a casa para si.

Quem pode doar e quem pode aceitar doações?

Via de regra, qualquer sujeito capaz, isto é, na plena posse de todas as suas faculdades e capacidade de discernimento, entendimento e manifestação da sua vontade, pode doar e receber doações.

Já os incapazes: menores; interditos, que são aqueles que, por anomalia psíquica, surdez, mudez ou cegueira, se mostrem incapazes de governar a sua pessoa e os seus bens e os inabilitados, que são pessoas que, pelo uso de bebidas alcoólicas, consumo de estupefacientes, por prodigalidade (esbanjamento, dissipação, gasto excessivo), ou por anomalia psíquica, surdez, mudez ou cegueira que não seja tão grave que justifique a sua interdição, também se mostrem incapazes de reger convenientemente o seu património, sofrem limitações. Os incapazes, excepto em casos muito contados e condições especiais que não cabe abordar aqui, não podem fazer doações, nem por si, nem por intermédio dos seus representantes. Estes são aqueles que actuam ao seu lado, ou, por sua vez, para ajudar a reger a sua vida, como os pais, os tutores

ou curadores. Esta proibição da lei deve ser entendida como uma forma de protecção já que a doação significa uma diminuição do património.

E receber, aceitar?

Podem de facto aceitar doações por intermédio destes seus representantes. No caso de as doações serem livres de quaisquer encargos, nem sequer é necessária a aceitação dos representantes, o que se compreende, pois estas doações nunca acarretam qualquer tipo de prejuízo.

Depois temos a considerar casos particulares, há um conjunto de pessoas que, pela proximidade e influência que podem exercer sobre o doador, estão impedidas de receber doações mais uma vez, a lei funciona preventivamente protegendo o doador. É o caso do médico, do enfermeiro e do sacerdote. Ou então, de pessoas que participaram no próprio acto de doação, como sejam notários, testemunhas ou intérpretes. É que haveria o risco de, aproveitando alguma fragilidade do doador interferirem na sua vontade. Outro caso ainda é o da proibição de doações a favor de alguém com quem se cometeu adultério. Se o

A casado com a B mantiver uma relação fora do casamento com C, não pode doar nada a C. Aqui, para além dos motivos apre-sentados, devemos ainda ter em conta que a lei quis evitar que o doador lese a sua própria família. As doações feitas a estas pessoas, caso ocorram, são nulas, não têm qualquer validade

E as pessoas colectivas e as sociedades?

Parece que nada impede que estas aceitem livremente doações, não há nenhuma incompatibilidade entre os seus fins e a aceitação de doações. Já quanto à capacidade para fazerem doações, devemos ter mais cuidado. Em princípio, os fins prosseguidos pelas pessoas colectivas não obstam à realização de certo tipo de doações, que no fundo contribuem para a realização dos mesmos, como sejam subsídios ou bolsas, por exemplo. Nas sociedades, cujo fim é o lucro, parecem um pouco desadequadas, contudo em certos casos podem justificar-se, basta pensar numa doação destinada a premiar o esforço dos empregados.

Cabe agora perguntar o que é que

eu posso doar, o que é que pode ser objecto da doação?

Pela positiva, podemos dizer que a doação tem de ser de uma coisa ou de um direito. Eu posso doar um colar, uma casa, um carro, dinheiro, ou um direito, como seja um direito de crédito, ou um direito real, como o direito de propriedade. Portanto, a doação de uma coisa ou de um direito é a doação de bens específicos e não da totalidade dos bens do doador, ou de uma quota-parte destes, por exemplo, todos os bens móveis, ou todas as casas, ou 1/3 de todo o meu património.

Pela negativa, podemos dizer que estão excluídas do conceito de doação as chamadas liberalidades remuneratórias conformes aos usos sociais. Esta expressão pomposa, como muitas outras às quais a linguagem técnica jurídica tanto gosta de recorrer, fazendo parecer tratarem-se de coisas muito complicadas, quer apenas traduzir aqueles casos tão comuns na nossa vida, em que oferecemos um presente por uma ocasião festiva, deixamos uma gorjeta no restaurante ou café, ou um brinde que é oferecido. Isto, desde que estes,

ou outros actos e os valores em causa façam parte das tradições e usos correntes. Pois, aqui falta o espírito de liberalidade. Pela negativa, ainda, podemos dizer que a doação nunca pode ter por objecto bens futuros ou alheios.

Que forma deve revestir a doação para que seja válida?

Se o objecto da doação for um imóvel, ele deve ser feito por escritura pública, portanto realizado num Cartório Notarial por escrito, de acordo com todas as exigências típicas deste acto. Se se tratar de um bem móvel, deve ser feita por escrito, a não ser que a coisa doada seja logo entregue ao donatário. Se houver entrega do bem móvel ao donatário, a doação dispensa qualquer formalidade.

Quais são os efeitos da doação?

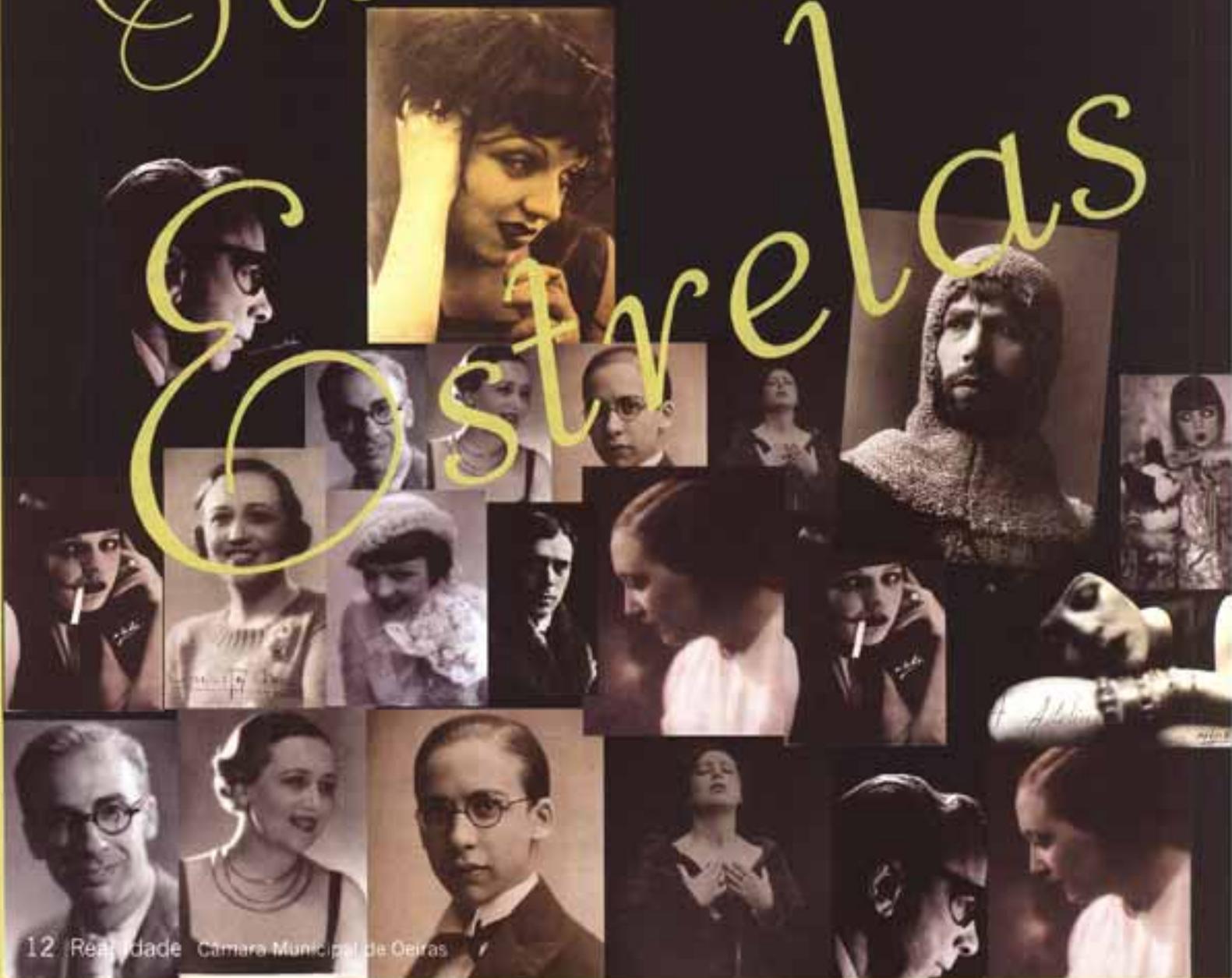
Já que estamos a falar da doação de coisas ou de direitos, os efeitos imediatos e essenciais produzidos pela doação mais não são do que a transmissão da coisa ou da titularidade do direito, e consequentemente a obrigação de entrega da coisa doada.

Reportagem

Por **Isabel Ventura**
Imagens **Museu Nacional
do Teatro**

Homenagem às nossas

Estrelas



Uma vida dedicada ao teatro

A franja tornou-se na sua imagem de marca, mas, na verdade, Beatriz da Conceição, ou Beatriz Costa, era uma mulher versátil, que assumia com facilidade diversas imagens... ou não fosse actriz. Intitulava-se a “maior autodidacta da Península Ibérica” e para isso contribuíram as inúmeras viagens que fez, tendo completado quatro voltas ao mundo. Era uma amante de museus, que visitava com frequência, e tinha uma predilecção confessa pelo Museu do Prado.

Quando nasceu, na Charneca do Milharado, ainda havia reis em Portugal. Nos três primeiros anos convive com a monarquia, que cai em 1910. Muito antes de se mudar para um luxuoso hotel lisboeta (onde viveu mais de 30 anos), passou por outros espaços menos confortáveis.

Aos cinco anos vem para Lisboa onde, nas suas palavras, no

“Diário de Notícias”, de 01 de Março de 1990, a “enfiaram num buraco sem luz, no Beco da Ricarda, à Calçada do Carmo”. É ainda na infância que conhece o mestre José Malhoa, a quem serve de modelo, por um “vintém em cobre”. Por essa altura Beatriz Costa, a estrela de teatro e de cinema, ainda estava na forja. Tinha quinze anos quando se estreia como corista no Teatro Éden, na revista “Chá e Torradas”. Quatro anos mais tarde, faz a primeira aparição com a franja à moda da actriz Louise Brooks, na revista “Sete e Meio”. Embora seja esta figura (de franja e finas sobranceiras) que permanece na memória colectiva, Beatriz Costa era um verdadeiro camaleão, tendo mudado diversas vezes de imagem. Entre as muitas personagens a que dá voz, representa uma lavadeira de Caneças, a profissão da mãe, em “Aldeia da Roupas Branca”. Tinha uma relação muito próxima

com o Brasil, onde viveu durante a II Guerra Mundial. Quando regressou, estava casada com o intelectual Edmundo Gregorian e a franja tinha desaparecido. “Será aquela a Beatrizinha?”, era a pergunta que se ouvia por todo o lado. Dois anos correm até o público ter a resposta. A actriz integra o elenco da revista “Ela aí Está!”, numa reaparição que faz furor.

Casou apenas uma vez e dizia ter tido um único amor e duas paixões... “o resto foi paisagem”. Era leitora de Miguel Torga e colecionava burrinhos. O seu primeiro livro “Sem Papas na Língua”, publicado em 1975, acabou por ser um “best-seller”. Depois deste, seguiram-se mais cinco, o último, “Saudades do Padeiro”, foi publicado no ano da sua morte.

Quando morre, a 15 Abril de 1996, ainda ocupava o quarto n.º 600, do Tivoli, pelo qual pagava a simbólica quantia de 120\$.

Ribeirinho

“De estatura pequena, com um rosto de grande versatilidade fisionómica e os olhos eternamente risonhos. Tinha, por isso, um ar de boneco articulado, chaplinesco e que dava vontade de pôr debaixo do braço e levar para casa.” A descrição é do autor Fernando Gusmão, em “A Fala da Memória”, mas provavelmente não foge à imagem que guardamos de Fernando Ribeiro, ou Ribeirinho, como se imortalizou.

Tinha cinco anos quando se estreia na revista “Tiros Sem Bala”, em cena no Grémio Os Despretensiosos, em Linda-a-Velha. Mas a sua carreira, para além de actor, inclui também os papéis de encenador, realizador (cinema), guionista e director. Mas voltemos atrás. Com a idade de 16 anos, Ribeirinho pega em papel e lápis e dá asas à imaginação – nascem os seus primeiros textos para teatro. Mais tarde viria a escrever para

cinema, sendo co-autor de diálogos dos filmes “O Pátio das Cantigas”, “O Costa de África” e “Aqui há Fantasma”. Dois anos mais tarde já faz parte da Companhia de Chaby Pinheiro. Oriundo de uma família com grandes tendências artísticas, não surpreende que o seu percurso no teatro tivesse início ainda na infância.

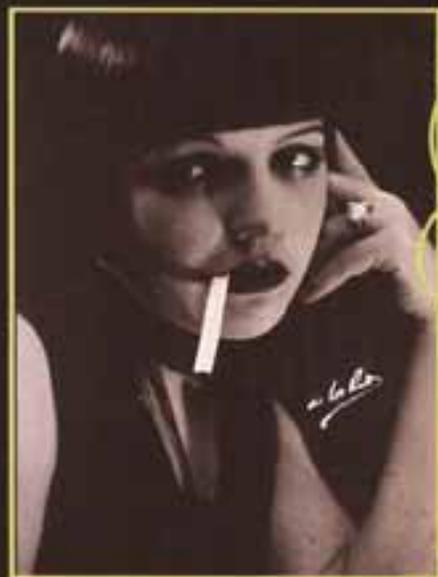
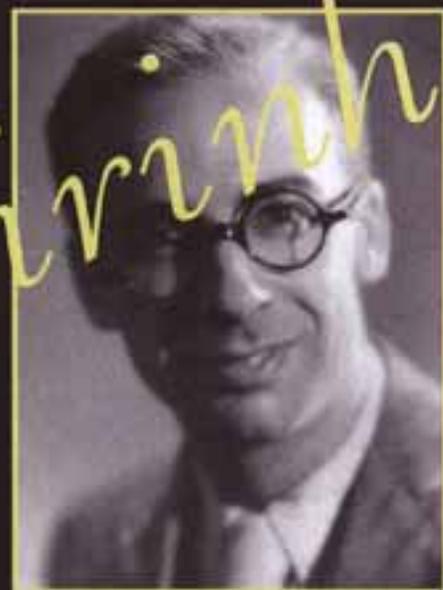
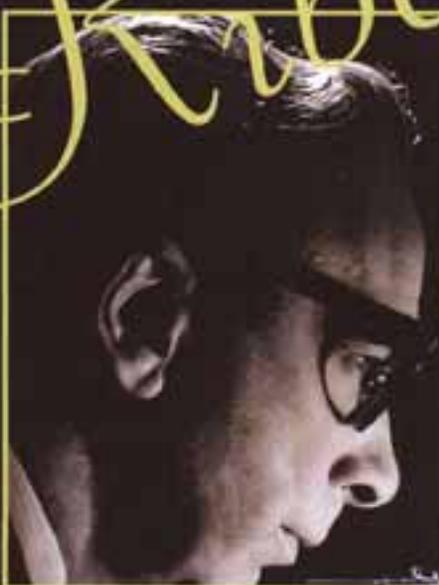
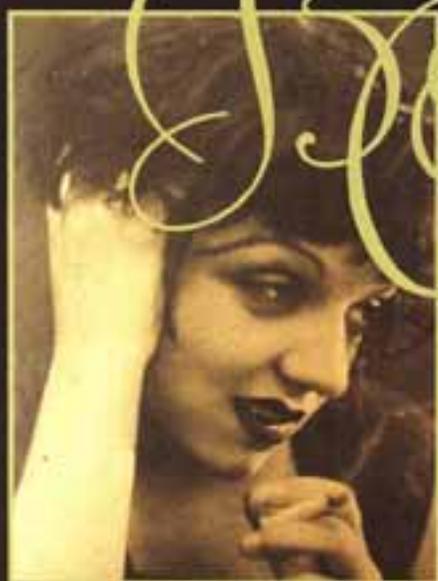
A sua incursão no cinema dá-se pela mão do seu irmão – António Lopes Ribeiro, no filme “A Revolução de Maio”, um retrato da Revolução que eleva Salazar ao poder. A sua participação em filmes propagandísticos do regime continuará com o “Feitiço do Império”. Contudo, Ribeirinho, pelo seu inegável talento e amor pelo teatro, nunca foi considerado um actor maldito, sendo mesmo convidado para a Direcção do Teatro Nacional Dona Maria, cargo que ocupa entre 1978 e 1981. De resto, do seu longo currículo o cargo de director de companhia de teatro aparece, pelo menos, seis vezes, revelando um homem polifacetado.

As relações com o Teatro Nacional vêm de trás, muito antes de assumir a direcção da instituição, quando em 1944 dirige “Os Comediantes de Lisboa”, para a qual vai buscar à Companhia Rey Colaço/Robles Monteiro grande parte do elenco, na altura concessionária do Dona Maria.

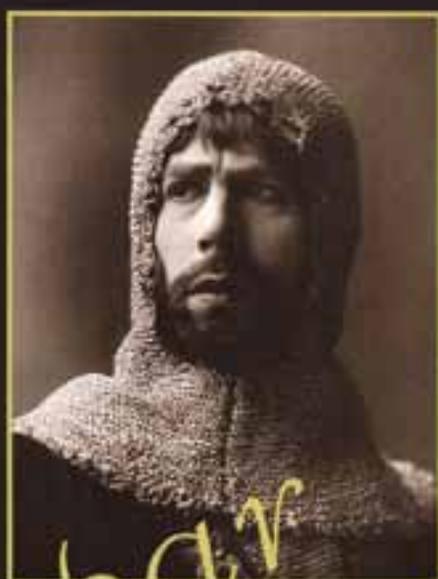
O Teatro ABC, no Parque Mayer, foi o palco da última revista em que pudemos ver Ribeirinho – estávamos em 1976. O público terá ainda uma última oportunidade para o ver na peça “A Gravata”, no antigo Monumental. Depois disso dedicou-se sobretudo à encenação, área em que sempre se destacou.

Para a eternidade ficam as suas interpretações em filmes como “O Costa de África” ou “O Pai Tirano”, bem como as encenações de “A Santa Joana” e de “À Espera de Godot”. Morre aos 72 anos, vítima de cancro.

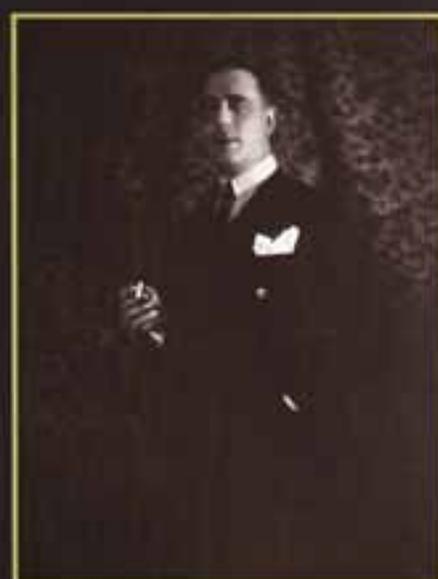
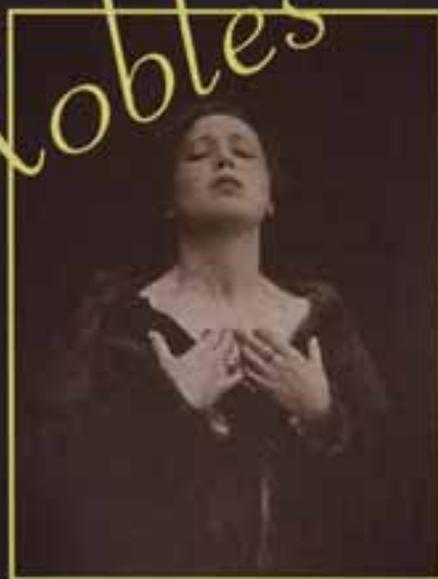
Patrícia Costa



Ribeirinho



O par Colação Monteiro
Rey Robles



O par Rey Colaço/Robles Monteiro

Ele aparece quase sempre de monóculo, ela de perfil e ar altivo. Ele, de origem beirã e de uma família de tradição clerical, estava destinado ao seminário. Ela, urbana e sofisticada, de origens aristocráticas, estava reservada para uma carreira musical. As suas vidas cruzar-se-ão por uma paixão em comum – o teatro.

Amélia Rey Colaço, de seu nome completo Amélia Schmidt Lafourcade Rey Colaço Robles Monteiro, nasceu do matrimónio entre o pianista Alexandre Rey Colaço e Alice Lafourcade Schmidt. É com 23 anos que decide ser actriz e, com o apoio familiar na sua “vocação irresistível”, começa por pequenos recitais de poesia para se estrear com sucesso na peça “Marianela”. Entretanto, Felisberto Teles Jordão Robles Monteiro é aconselhado por um bispo, que o viu numa récita escolar, a seguir a carreira de actor. Em Lisboa experimenta uma curta carreira de jornalista, que abandona para subir aos palcos. É por essa altura que conhece Amélia, com quem casa em 1920. Da união nascerão Mariana Rey Monteiro e a Companhia Rey Colaço/Robles Monteiro.

A Companhia Rey Colaço/Robles Monteiro

Falar do casal sem falar da Companhia de Teatro é quase impossível. No Verão de 1921, a Companhia Rey Colaço/Robles Monteiro é formalmente apresentada no Teatro São Carlos. É com a peça “Zilda” que começa o percurso de uma companhia que, durante 53 anos, vai deliciar o público com a introdução de novos autores (José Régio, Luís Rebelo ou Bernardo Santareno, entre outros) sem, contudo, esquecer os clássicos, como Gil Vicente ou Shakespeare. A influência de Amélia nas produções da companhia tem sido sublinhada por muitos, pois, para além de actriz, Amélia encarregava-se pessoalmente do reportório e exercia forte influência na decoração geral das cenas e na escolha e conservação das “toilettes”. Possuidora de uma formação cultural riquíssima, o seu contributo era um factor que muito enriquecia a companhia. Robles Monteiro cedo deixa os palcos, entregando-se à direcção de actores e ainda às tarefas técnicas e administrativas. Juntos e apoiados por um grupo talentoso de pessoas levam Gil Vicente pelo país fora e iniciam-se nas representações em espaços abertos, como foi o caso de “Castro”, no adro de Alcobaça. É neste ambiente que vimos crescer uma geração de actores, hoje consagrados, como Eunice Muñoz ou Carmen Dolores, só para citar alguns. Após a morte

de Robles Monteiro, em 1958, Amélia Rey Colaço concentra-se nas funções administrativas, rareando a sua presença nos palcos. Amélia e a Companhia resistem à dor da perda, proporcionando ao público excelentes representações... até 1964, ano em que um violento incêndio destrói o Teatro Nacional e todo o espólio da companhia, obrigando-a a procurar outro teatro. Será no Teatro Avenida que se ensaia o regresso do grupo, com a representação de “O Motim”. Porém, a PIDE (na altura já DGS) acaba por proibir o espectáculo e sela as portas do Teatro. Dois anos depois um incêndio devora o Avenida. A partir daqui os actores ainda ocuparão o Teatro da Trindade e depois o São Luiz, até que, em 1974, Amélia Rey Colaço, sem apoios, dá por encerradas as actividades da Companhia.

A actriz continua a pisar os palcos até 1985. Deixa ainda um forte contributo à História do Teatro Português com o livro “Vinte Anos no Teatro Nacional” e colabora na fundação do Museu do Teatro. Faleceu aos 92 anos. Em nome do reconhecimento pelo contributo da companhia ao teatro português e à dignificação do Teatro Nacional Dona Maria II, em 1998, é inaugurado um busto de Amélia Rey Colaço, da autoria de Vera Lagoa.

Tema de Capa

Que é feito das nossas Estrelas?

Muitas estrelas têm uma vida muito curta, mas no universo em que se movem os instantes em que brilham valem mais do que uma existência apagada. Os astros podem estar a milhares de anos-luz, mas o seu brilho continua a ver-se. As nossas estrelas são assim. Na verdade, nós nunca as esquecemos, e, a prová-lo, está a homenagem que quisemos prestar a duas dessas figuras. Eis Ada de Castro e Virgílio Teixeira... no seu melhor!



Isabel Vent

Ada, a fadista

Desconhece as origens do seu nome, mas sabe que “Ada” foi sinónimo de fado. No mesmo ano que, em Cuba, Fidel Castro toma o poder, Ada de Castro conquista a cidade de Lisboa a cantar na Emissora Nacional. Corre o ano de 1959 e na capital, estreia o filme “O Primo Basílio”, de António Lopes Ribeiro. Aos 22 anos, a jovem Ada conquista um lugar entre as vozes que se ouviam nas rádios. Os anos seguintes são de ouro para a fadista, que faz teatro de revista, grava discos e conquista troféus e admiradores.

De seu nome Ada Antunes Pereira é como Ada de Castro que enche as melhores casas de fado de Lisboa e representa Portugal um pouco por todo o mundo.

“A paixão pelo fado custou-lhe o amor da sua vida e, por isso, nunca chegou a usar véu e grinalda”

A paixão pelo fado custou-lhe o amor da sua vida, e por isso nunca chegou a usar véu e grinalda. Não que lhe faltassem pretendentes, mas nenhum tomou o lugar do namorado que lhe exigiu o abandono da vida artística (na altura, ainda no início) em troca do casamento. É que, entre cem candidatas ao seu coração, “99 eram para deitar fora”, explica. Eram os “coleccionadores de xailes”, “habitués” das casas de fado – “não queriam ficar connosco,

estavam interessados em passar um bom bocado. Para eles, éramos um troféu”, explica. Continua a cantar em casa e para os amigos, mas confessa sentir falta dos palcos e do calor dos aplausos. “Deixei de actuar porque estava a pôr em risco a minha saúde e sou uma perfeccionista, se não consigo fazer as coisas perfeitas sem me esgotar por completo, prefiro não as fazer.”

Flores e quadros

Tem uma predilecção pelo jardim – “tudo o que eu deito à terra cresce”, e também pela pintura, embora garanta que nunca faria uma exposição, pois pinta para si própria, não pretendendo mais do que a tranquilidade que se obtém a desenhar uma paisagem. Gosta de ópera, em especial de Maria Callas, e do tenor Carreras, e é fã de Edith Piaf, que diz ouvir todos os dias. Nos seus dias, a caixinha mágica também ocupa um lugar especial, mas lamenta a inexistência de um programa semanal de fado que dignifique a “canção de Lisboa”, porque, como explica: “O fado acontece... e não o é apenas porque há alguém a cantar acompanhado de uma guitarra e de uma viola. Há muita gente a cantar fado que não é

“O fado não o é apenas porque há alguém a cantar acompanhado de guitarra e viola. Há muita gente a cantar fado que não é fadista...”

fadista...” Confusos? Ada explica: “O fado não está naquilo que se canta, mas na garganta de quem o canta, pois é um estado de alma e não tem necessariamente que ser triste.” Crente em Deus – “tudo o que sou devo a Deus; a mais ninguém, nem a mim própria” –, colecciona cruces e crucifixos desde os trinta, tendo já reunido 300 exemplares. Chegou a usar 45 cruces ao pescoço – correspondentes à sua idade na altura, mas acabou por desistir: “Se chegar aos cem anos, ando dobrada com o peso dos fios...”, terá pensado.

É com alguma comoção que diz que as pessoas ainda a reconhecem na rua e lhe pedem autógrafos. Entre os seus admiradores, conta-se a pintora Maluda que, mesmo antes de se conhecerem, a presenteou com um quadro da sua autoria. Por seu lado, nutria uma grande admiração pelas fadistas Maria Teresa de Noronha e Hermínia Silva, que a marcaram profundamente, por terem em comum “paz e bondade no coração”.

Aos 65 anos o seu charme característico permanece inalterado. A voz de Ada continua a fazer-se ouvir, agora por espaços mais reservados que não as casas de fado.

Virgílio Teixeira – O galã

“Já fiz tudo!”, diz com um ar desconcertante. Não se percebe se está totalmente satisfeito com a vida, ou se acha que a vida

não pode mais surpreendê-lo. Tem os cabelos brancos mas conserva os traços que o consagraram como galã do cinema internacional. Mantém uma postura direita e um espírito crítico apurado.

O início de vida de Virgílio Gomes Delgado Teixeira remonta ao dia 26 de Outubro de 1917, na Madeira, mas o seu percurso rapidamente ultrapassa os limites da ilha que o viu nascer. Após uma discussão com o pai vem para Lisboa, onde consegue o primeiro emprego numa empresa de navegação. Estamos no início da década de 40 e a capital portuguesa transformara-se num ponto de passagem para milhares de judeus em fuga para os Estados Unidos, para escapar ao anti-semitismo hitleriano. Virgílio, com pouco mais de 20 anos, convive de perto com as angústias dos refugiados. Até hoje guarda em si as marcas dessa experiência. Talvez por isso seja um descrente na Humanidade, à qual reconhece evoluções no campo tecnológico e científico, sem contudo criticar o que chama de “regressão” em termos humanos. Quando deixa a empresa de navegação, sobrevive em Lisboa, durante um ano, a jogar bilhar.

É um acaso que o conduz à vida de artista. Quando é abordado à porta do Palladium, por um senhor com um convite para um filme, já só tinha garantido o almoço desse dia. O futuro era uma incógnita; não que antes não fosse, mas estava farto de não saber quando é que ia ter dinheiro para comer e as ideias

de voltar para a Madeira não lhe largavam o pensamento. Quando assina o primeiro contrato (por 15 contos), tinha no currículo o papel de figurante no filme “O Costa do Castelo”. Nessa altura jantava-se em Lisboa “por cinco ou seis paus” e pagava “150\$ pelo quarto que arrendara na Luciano Cordeiro”. Foi o início de uma carreira que ainda não considera totalmente terminada “Se me convidarem e eu gostar do guião, claro que aceito”, diz.

“O público pode enganar-se seis vezes, mas não 60!”

Até porque para alguém que participou em mais de cem filmes é difícil dar por concluída a arte de representar. Enumera os filmes em que participou: 25 portugueses, 50 espanhóis, 18 norte-americanos, 7 ingleses, 7 italianos, 2 franceses, duas peças de teatro e 150 programas de televisão.

Quando a memória lhe falha recorre a Vanda, a esposa com quem partilha a vida há 35 anos, para que esta lhe recorde os pomenores apagados. Foi um homem de amores precoces. Aos oito apaixonase por uma colega de escola. Por ocasião de uma festa, convida-a para dançar e, já em casa, cobre de beijos a mão que teve o privilégio de agarrar a mão da amada, num sinal de devoção desesperada. Mas há outros episódios a recordar: já tinha feito 60 filmes quando, numa festa, Sophia Loren o apresenta à mal-amada de Hollywood: a senhora ocupa-se dos mexericos da cidade do

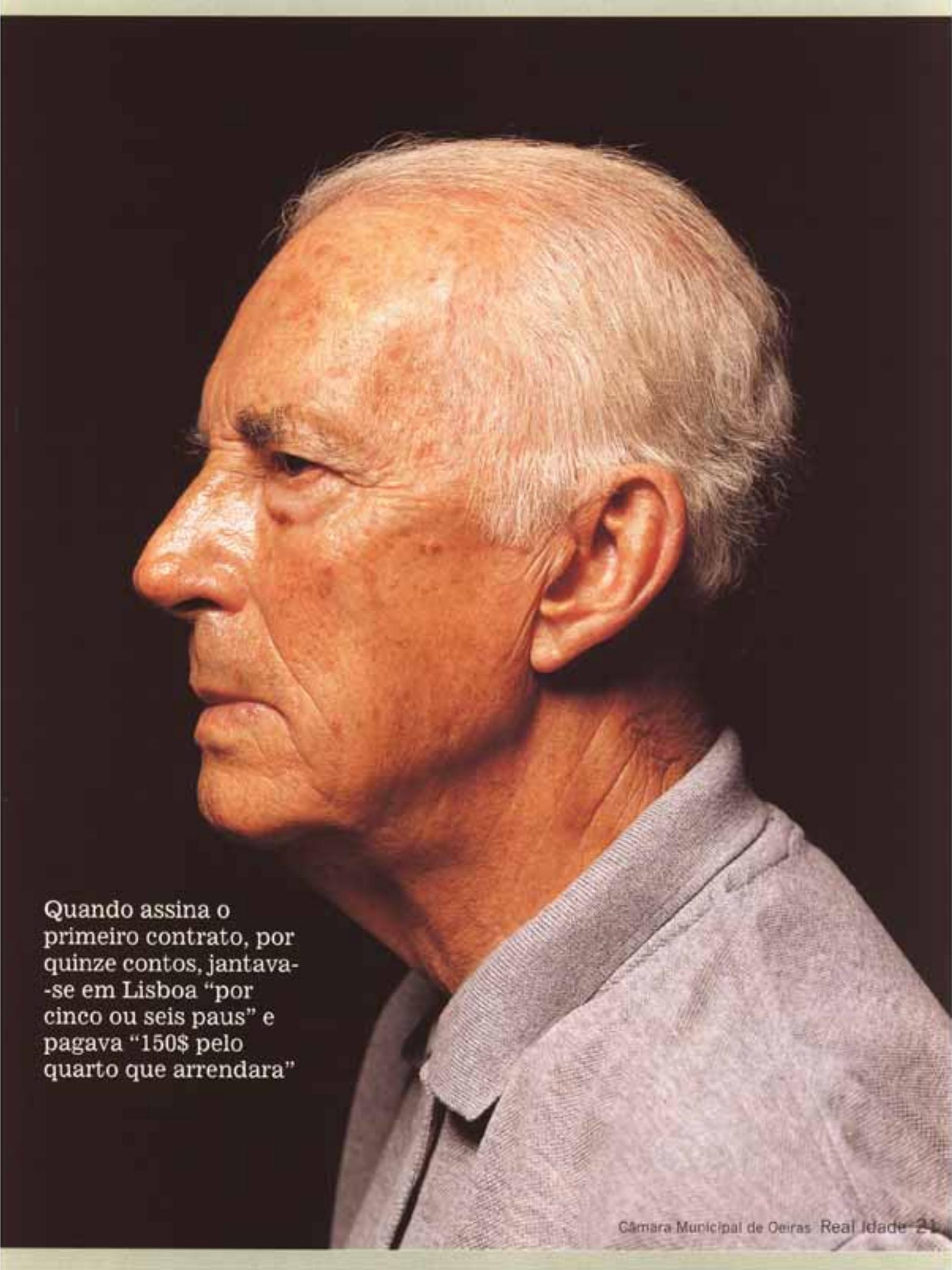
cinema e é temida por muitos. Após elogiar a beleza de Virgílio pergunta-lhe directamente: “É bom actor?”; a insegurança leva-o a fugir à questão: “Não sei... já fiz filmes bons e maus.” Ao que a senhora lhe responde: “Meu caro, o público pode enganar-se nove ou dez vezes, mas não 60.” Ao recordar a situação, tem no olhar o orgulho pelo passado e a consciência do seu talento.

Quando, aos 40 anos, abandona o mundo cinematográfico (pelo menos de Hollywood), regressa à ilha natal. Nos anos seguintes há-de dirigir os negócios da família, ser vereador da Câmara do Funchal, e representar diversas instituições na Madeira. Depois, decide dedicar-se à reforma... a si próprio e à família.

Há uns meses nadava 3000 metros no fim-de-semana, mas devido a um incidente está impossibilitado de o fazer. Talvez por isso, diga que passa os dias “a ver televisão e a fumar cigarros”. É que, para alguém que chegou a ser campeão de Saltos para a Água e pensou em seguir uma carreira de futebol, é árduo estar parado – mesmo que por poucos meses.

Em 1984, recebe das mãos do Presidente da República a Comenda Oficial da Ordem do Infante D. Henrique.

Actualmente, divide a sua vida entre a Madeira e o continente. Para a História fica o seu desempenho ao lado de Amália em “Fado – História de Uma Cantadeira” e o facto de ter sido o primeiro português com uma carreira internacional, que incluiu Hollywood.



Quando assina o primeiro contrato, por quinze contos, jantava-se em Lisboa “por cinco ou seis paus” e pagava “150\$ pelo quarto que arrendara”

Comportamento



cor

Por **Ana Moniz**
Fotos **Artur Henriques**

um animal de estimação

Um animal de estimação pode ser uma ótima forma de compensar a solidão e o vazio que muitas vezes afecta quem está a viver a terceira idade. Já em seguida, a psicóloga Ana Moniz deixa-lhe alguns conselhos para que a vida ao lado do seu novo amigo lhe proporcione momentos muito agradáveis.

Porquê ter um animal doméstico? Haverá razões mais válidas do que outras? A relação com um animal de companhia é uma relação de cuidado, em muito semelhante a outras que mantemos ao longo da vida, e pode ser uma hipótese a considerar até para pessoas que nunca antes o tiveram ou pensaram sequer nisso. Antes de adquirir o seu animal de companhia há aspectos práticos a ter em conta:

O tipo de animal.

Por exemplo, se tiver um cão tem que o passear, já um gato não precisa dessa actividade. Para uma pessoa com dificuldades de locomoção, será melhor adquirir um gato do que ficar dependente de terceiros

para passear o cão. Por outro lado, se esse não é o seu caso, os passeios "obrigatórios" são uma ótima oportunidade de sair de casa, fazer exercício e até conviver. Deverá, no entanto, ter em conta o tamanho, a raça e a força do cão, para que esses passeios não se transformem em correrias de risco!

O encargo económico que o animal acarreta.

Faça uma previsão dos custos do veterinário, rações, medicamentos, etc., de forma a não ser depois surpreendido.

O local onde o animal ficará nas férias.

O melhor será saber a disponibilidade das pessoas à sua volta para eventualmente cuidarem dele nas suas ausências, ou então informar-se sobre os alojamentos pagos e somar essa despesa à previsão de custos.

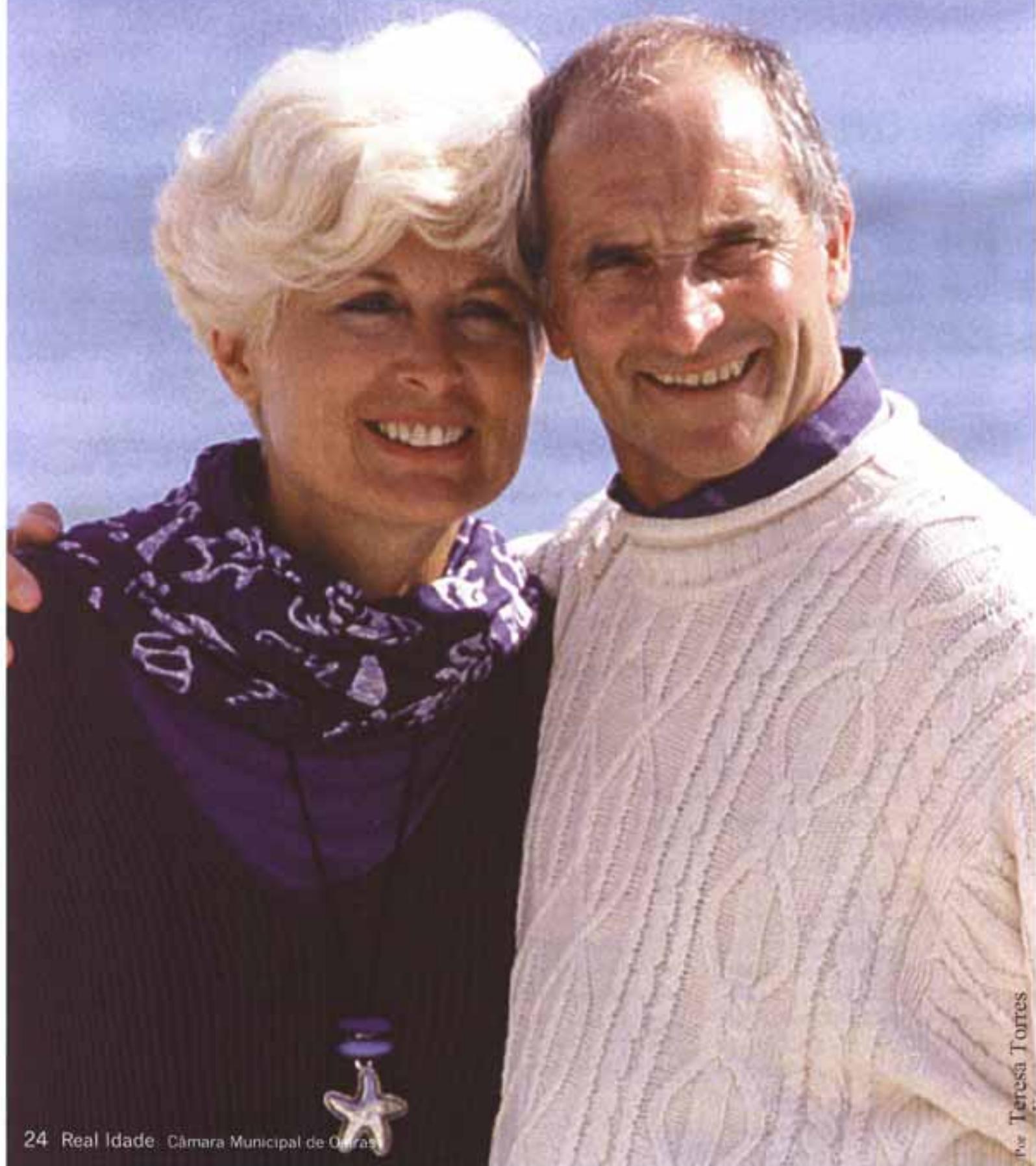
Muito importante é que o animal seja desejado e a sua aquisição pensada e planeada. Recolher e cuidar de um animal exige esforço, atenção, dedicação, e condições físicas e materiais.



Como tal, não deve ser porque se viu um "cachorrinho lindo" na loja, por pena, porque ele estava abandonado na rua, ou para fazer o favor a alguém, por exemplo, um filho ou vizinho que percebeu, tarde, não ter condições para cuidar do seu animal. Muito provavelmente é por serem considerados "bens de consumo" ou "sinais de prestígio", e por isso adquiridos impulsivamente, que tantos animais são abandonados todos os anos, na altura em que "não dá jeito" cuidar deles. Se forem estas as razões para adquirir um animal doméstico, é melhor parar para (re)pensar agora. Talvez não seja uma boa hipótese, pois o trabalho que ele dá ultrapassa largamente o prestígio que confere. Por outro lado, ao encará-lo como um "objecto", nunca poderá usufruir do verdadeiro prazer de cuidar, mimar e brincar com o seu animal doméstico.

Se já pensou duas vezes e continua a querer ter um animal doméstico, é porque está de facto preparado para ser um "bom dono" e usufruir em pleno das vantagens desta companhia... Divirta-se!

Dossier Saúde



Se antigamente gordura era sinal de formosura, hoje em dia a obesidade é sinal de doença.

Na terceira idade, os perigos que esta acarreta aumentam. A Real Idade dá-lhe a conhecer as causas e as consequências de uma doença que afecta cada vez mais portugueses.

Lutar contra a **OBESIDADE**

A obesidade define-se como uma doença crónica, com origem em factores ambientais e genéticos e caracteriza-se por uma quantidade excessiva de gordura corporal, associada muitas das vezes a um risco acrescido de contrair um conjunto de doenças várias.

Para efeitos práticos, usa-se na sua definição o índice de massa corporal (IMC), que relaciona o peso com a altura e que se

deseja idealmente entre 20 e 25 para as pessoas com idades entre os 20 e os 65 anos; no entanto, só se considera verdadeiramente obesidade, com significativo prejuízo para a saúde, um índice acima de 30. Um índice superior a 40 já é considerado obesidade muito grave e de alto risco. Em termos práticos, passamos a exemplificar: uma pessoa com 1,60 metros de altura não deverá ultrapassar os 60 kg.

A obesidade é um estado altamente prevalente, que resulta de um desequilíbrio energético entre as calorias que se ingerem (quantidade e qualidade dos alimentos e das bebidas) e as que se gastam com o metabolismo basal do organismo, bem como a actividade física durante o dia. Esta doença está muitas vezes associada a comportamentos culturais: a alimentação habitual da família e a comportamentos

e estilos de vida: actividade profissional e hábitos de lazer ou desporto, a que se juntam muitas vezes razões psicológicas, tais como depressões e graves estados de ansiedade.

RISCOS PARA A SAÚDE

A obesidade com IMC superior a 30 ou maior que 40 tende a acompanhar-se de toda uma série de perturbações e riscos para a saúde, que a transformam numa situação preocupante, merecedora da maior atenção. Aqui está a lista de algumas doenças associadas à obesidade:

- Hipertensão arterial;
- Doenças cardiovasculares;
- Diabetes;
- Cancro da vesícula, do seio, do útero e dos ovários, nas mulheres, e do recto e da próstata no homem;
- Osteoartrose;
- Complicações digestivas;
- Colesterol

CAUSAS DA OBESIDADE

FACTORES ALIMENTARES COMO CAUSA DO EXCESSO DE PESO

Sempre que a energia proveniente da alimentação for superior àquela que gastamos, as calorias excedentes armazenam-se no tecido adiposo sob a forma de gordura.

Podemos afirmar que qualquer tipo de alimentos pode engordar, dependendo da quantidade ingerida. O pão, as batatas, as

leguminosas secas, bem como o grão e o feijão, o arroz e a massa não são os maus da fita. São alimentos que devem entrar em quantidade suficiente na nossa alimentação, porque são ricos em hidratos de carbono, que devem contribuir para o total energético diário. Molhos gordos, salsicharia e enchidos, queijo, doces, algumas carnes e peixes fritos, refeições pré-fabricadas, bolachas, manteiga e margarina para barrar e cozinhar são exemplos de alimentos que contribuem para aumentar muito o valor calórico de uma refeição, por muito reduzida que seja. Existem recomendações básicas para uma alimentação saudável, que são o seu primeiro passo para gozar uma vida saudável, com um coração mais forte:

- Faça uma alimentação variada, todos os alimentos são diferentes e nenhum é completo;
- Coma apenas o necessário;
- Faça várias refeições ao dia. Não se esqueça do pequeno-almoço e das refeições intermédias;
- Coma todo o tipo de peixe, várias vezes por semana;
- Dê preferência a carnes magras, retirando-lhes as gorduras visíveis;
- Escolha criteriosamente as gorduras que utiliza, dando preferência às gorduras de origem vegetal;
- Coma várias peças de fruta e vegetais, todos os dias;
- Prefira as variedades de pão e outros cereais pouco refinados;
- Guarde os doces para as ocasiões especiais e evite, sempre que possível, o açúcar;
- Diga "não" ao consumo excessivo de bebidas alcoólicas

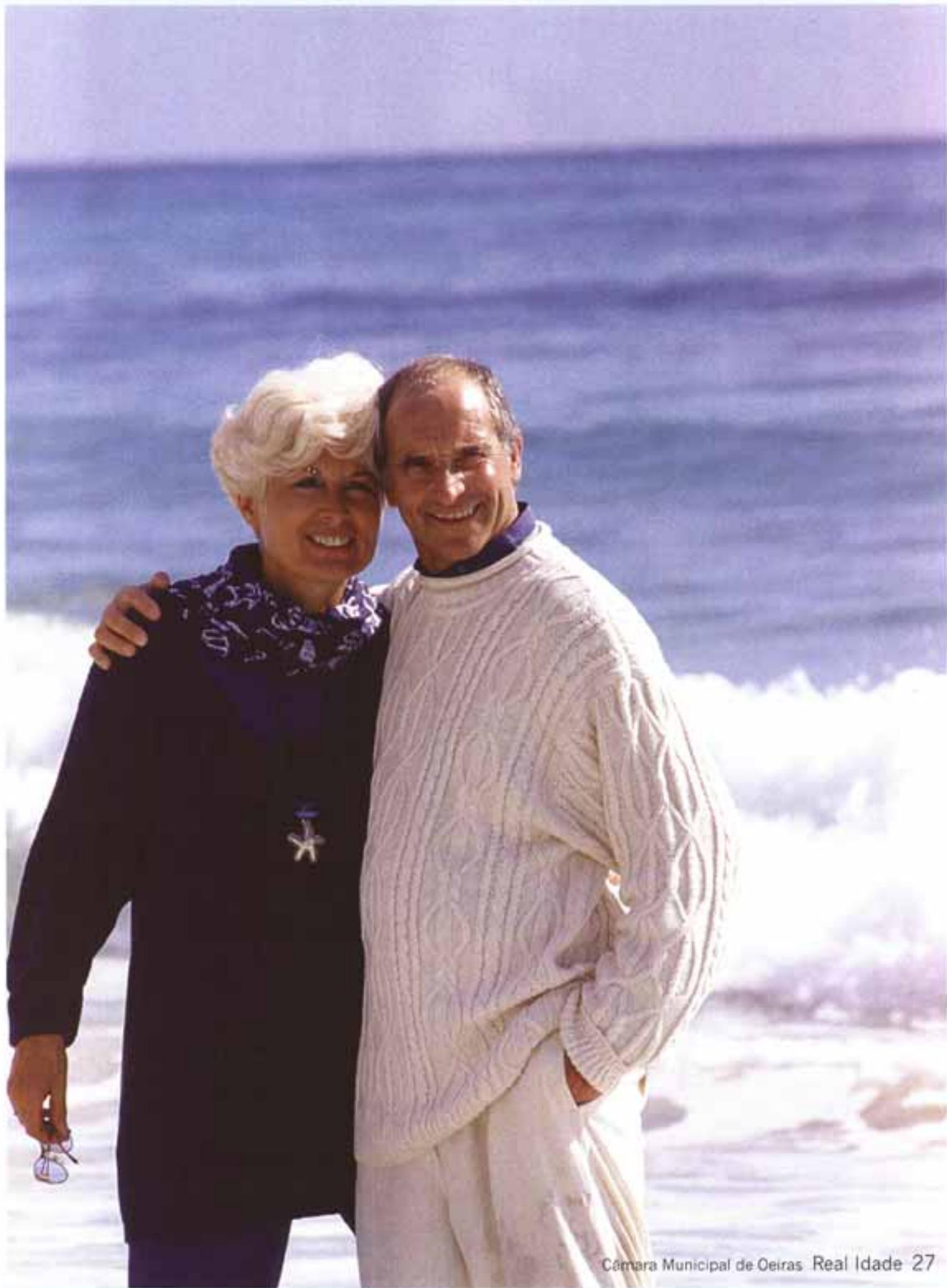
O EXERCÍCIO FÍSICO COMO FORMA DE PREVENÇÃO

O sedentarismo é uma das principais consequências das civilizações modernas e tem que ser contrariado com exercício físico regular.

A prática de exercício físico tem sido incentivada e é prescrita e utilizada como meio de prevenção e tratamento de doenças metabólicas e cardiovasculares. Na maior parte das obesidades, há um desequilíbrio calórico, em que, aos distúrbios do comportamento, se associa a inactividade física.

O exercício físico deve ser feito sempre de uma forma moderada e progressiva, tendo em conta o estado de saúde do indivíduo, idade, capacidade física e grau de obesidade. A prática de exercícios em obesos deve ser encorajada, mas o tipo de exercício a praticar tem que ser criteriosamente seleccionado.

Independentemente da perda de peso, o exercício é sempre valioso e benéfico, porque melhora a postura e a tonicidade muscular, melhora a função cardio-respiratória e tranquiliza, tendo em conta uma eficácia psicológica na modificação do comportamento alimentar. Para além disso, preserva a massa magra e é muito importante na manutenção do peso perdido.



Hobbies



Ao meio século de vida, Beatriz Felgueiras Gomes decidiu dedicar-se ao voluntariado. Ganhou amigos e conheceu histórias de vida tristes. Deu a mão aos solitários e carinho àqueles a quem a vida os fez morrer sozinhos.

A Real Idade conta-lhe, em seguida, o percurso de uma vida notável e exemplar.

VOLUNTARIADO como impulso da sua VONTADE

Foi a primeira pessoa a ir ao nosso encontro. Disponibilizou-se logo para segurar a trela do Charlie, o cão que nos acompanhou, e nunca mais o largou... Diz gostar muito de animais, mas só tem um gato porque o seu apartamento não lhe permite ter grandes animais. Olhos verdes, cabelo claro e um rosto de boneca não deixam transparecer os seus 60 anos de

vida. A sua espontaneidade e a sua energia são contagiantes. Com um discurso típico de quem gosta de comunicar, respondeu a todas as perguntas que a Real Idade tinha preparado para si, sem hesitar.

Que recordações tem da sua infância?

A minha infância foi passada na

cidade do Porto. Tive uma educação muito rigorosa, os meus pais acharam que o colégio de freiras era o ideal para estudar. Aqui, eu não tinha qualquer relacionamento com os rapazes da minha idade. Acabei o 7.º ano com 17 anos, hoje 12.º ano. Frequentei as escolas de línguas de Sorbonne e Oxford, o que me permitiu aprender correctamente o Inglês, Francês e Alemão.

Aos 15 anos comecei a namorar com Fernando Gomes, que hoje é o meu marido. Conheci-o quando ia a caminho do colégio, ele por esta altura estudava na Escola Industrial.

Que mudanças surgiram na sua vida depois do seu casamento?

Os meus 23 anos foram passados no Porto. Depois fiz as malas e fui parar à ilha Terceira, porque o meu marido concorreu para a Força Aérea da Base das Lages. Vivi lá um ano. Mais tarde, quando tudo parecia calmo, o meu marido foi colocado em África, na cidade da Beira. Para ocupar o tempo, decidi dar aulas de Inglês ao ciclo preparatório e, para além de ser professora, trabalhava numa sociedade de importação, sendo que a minha função era ser correspondente para o estrangeiro.

Engravidou com 29 anos e, por esta altura, o meu marido, continuando sempre à procura de melhores condições de vida, decidiu concorrer à TAP. Foi quando vim para Lisboa com o meu filho já a completar um ano de idade.

Qual era a sua actividade profissional em Lisboa?

O facto de andarmos sempre de um lado para o outro fez com que eu tomasse conhecimento de diferentes culturas e de outras formas de vida, mas também quebrou alguns laços de amizade, bem como todo o meu ritmo de trabalho.

Vim viver para Linda-a-Velha. Aqui abrandei o meu ritmo de trabalho e decidi dar explicações de Inglês e Francês aos alunos até ao 12.º ano. Nessa altura o mais importante era cuidar do meu filho. Era mãe, quase a tempo inteiro.

Quando e porquê decidiu fazer voluntariado?

Sempre fui uma mulher cheia de energia e com muito interesse pelo meu semelhante. Aos 50 anos, quando a minha vida passou a ser mais pacata, decidi fazer voluntariado na Irmandade de N.ª Senhora do Cabo. Depois passei para o Lar e Centro de Dia Padre Dehon. Aqui descobri uma outra realidade: idosos com grandes desequilíbrios psicológicos, aliados muitas vezes à viuvez e à solidão. Grande parte destes idosos são esquecidos pelos seus familiares, que só visitam o lar para pagarem a mensalidade, sem qualquer gesto de carinho e afecto.

Conte-nos uma história que a tenha marcado quando prestava ajuda como voluntária.

Passou-se no dia 5 de Fevereiro de 1997. Eu tinha começado a minha acção de voluntariado no Lar e Centro de Dia Padre Dehon, quando me deparei com uma situação um tanto ou quanto insólita e bastante triste. A primeira pessoa a entrar neste lar foi uma senhora para quem a vida foi bastante madrastra. Chamava-se Patrone e vivia

sozinha em condições sub-humanas, tinha algumas dificuldades em andar e a sua casa, na altura, era uma pequena garagem que ela tinha alugado. Tudo o que ela tinha cabia em cinco sacos de supermercado. São estas situações que nos fazem pensar nas coisas boas que a vida nos dá!

Quais são as suas tarefas como voluntária?

Eu gosto muito de comunicar e sou uma pessoa bastante enérgica, não gosto de estar parada. Actualmente, sou a principal responsável pela roupa dos idosos. Muitas vezes, vou com eles às consultas médicas nos hospitais e ajudo sempre nas horas das refeições. Mas, na realidade, estas pessoas só precisam de um carinho e de ouvir uma palavra amiga. Para além de mim existem outras voluntárias com funções diversas: a Fernanda ocupa o seu tempo na sala de costura; a Eugénia é a cabeleireira; a Irene cose a roupa dos idosos; a Odete transporta as pessoas sempre que é necessário; a Constança decora a Igreja com os seus bonitos arranjos florais, e a Maria Delfina coordena todas as acções culturais, tais como ginástica, dança e grupo coral.

Quais são as recompensas ao nível emocional?

É muito gratificante chegar ao fim do dia e pensar que ajudei alguém. Estas pessoas são muito

carentes, muitas não têm família. Nós somos a família deles.

Há uns tempos atrás fui ao Hospital Egaz Moniz, onde estava internada uma senhora residente do lar, que sofria de graves perturbações psicológicas. Quando ela me avistou, sorriu e disse: "Que bom, vais levar-me para casa?" São estas pequenas coisas que nos fazem sentir bem. As pessoas ficam sempre gratas pela nossa ajuda.

O que pensa da população idosa em Portugal?

A solidão é o que mais me impressiona na terceira idade. Muitos idosos são deixados aqui e os seus familiares esquecem-se completamente deles. As pessoas ficam muito debilitadas quando atingem a terceira idade e tornam-se, muitas vezes, dependentes de terceiros. Nestas alturas as doenças são, quase sempre, uma constante e difíceis de aniquilar. Em Portugal é necessário mudar as mentalidades, no sentido de criar estruturas onde se desenvolvam diversas actividades culturais e artísticas para que os idosos de amanhã possam ocupar o seu tempo sem cair na solidão.



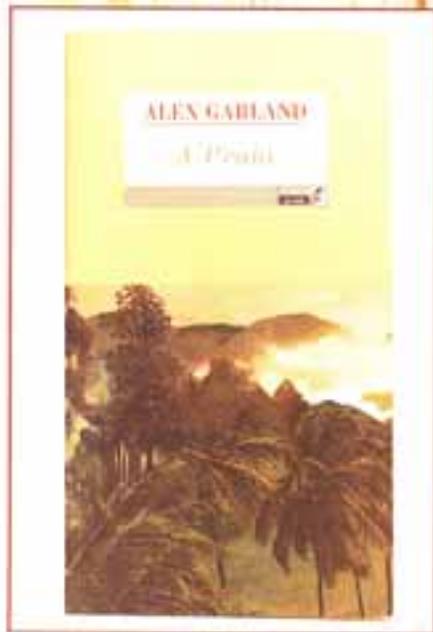
Ler, ver e ir

Por **Teresa Torres**
Fotos **Artur Henriques**

Título: A Praia
Autor: Alex Garland
Colecção: Romance
Editora: Quetzal Editores

O "Washington Post" descreveu este livro como sendo "um primeiro romance furiosamente inteligente (...) um livro que evolui com um ritmo e uma graça que muitos escritores mais velhos sonhariam alcançar...".

"Quem procure uma descarga de adrenalina literária deve ler prioritariamente este livro", foi a opinião de Punch ao referir-se ao livro "A Praia".



Margarida Bessa
Género: Fado
Música e letra: Maria Helena Bota Guerreiro e Jaime Santos
Editora: Movieplay

MOURARIA

Porque será que não canto
Como canta a cotovia

O meu cantar nem é pranto
É gemer numa agonia

Chora sim, meu coração
Tens razão para o fazer

Matou a vida a ilusão
Que não tornas a viver

Sofrer fez-me diferente
Dizes tu e tens razão

Pois não é impunemente
Que se tem um coração

Ando a cumprir uma pena
Mas crime não cometi

Só sei que ela me condena
A viver longe de ti



Lenita Gentil
Género: Fado
Letra e música: António Campos e Joaquim Pimentel
Editora: Movieplay

DÁ TEMPO AO TEMPO

Nunca pensei, depois de tanta
amizade

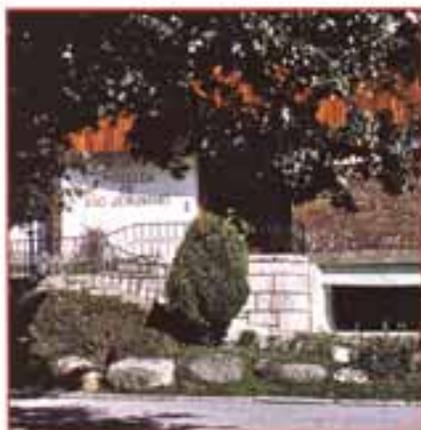
Ficasse tanta maldade
Escondida no teu peito
Nunca pensei, mas teu dia há-
-de chegar

E por certo hás-de pagar
Todo o mal que me tens feito

Dá tempo ao tempo
Rí enquanto tens vontade
Talvez um dia a saudade
Não te deixe rir assim

Dá tempo ao tempo
Que o tempo corre e não cansa
E eu não perdi a esperança
De te ver chorar por mim

Pouco me importa o que dizes
e o que pensas
Não faço caso às ofensas
Que vives fazendo à toa
Tenho a certeza que esse teu
riso atrevido
Há-de um dia ser vencido
Porque o tempo não perdoa



Pousada de São Jerónimo – Caramulo

Situada em plena serra do Caramulo, esta pousada é o local ideal para uma estada tranquila e saudável, em ambiente quase familiar e descontraído. Agradáveis passeios pela frondosa serra, ou uma visita ao célebre Museu do Automóvel, fazem apreciar melhor a excelente gastronomia local.

Localização

A pousada encontra-se na estrada que liga Águeda a Tondela, a 38 km da vila do Caramulinho.

Contactos

Tel: 232 861 291/087

Fax: 232 861 640

Pousada de São Bento – Gerês

Com uma localização única, em pleno Parque Nacional da Peneda-Gêres, a pousada permite desfrutar uma deslumbrante vista sobre o rio Cávado e a repoussante albufeira da Caniçada. Paisagens que permanecem na memória de quem, da esplanada da pousada, teve o privilégio de apreciar os tons de fogo do pôr-do-sol projectados nas águas da albufeira.

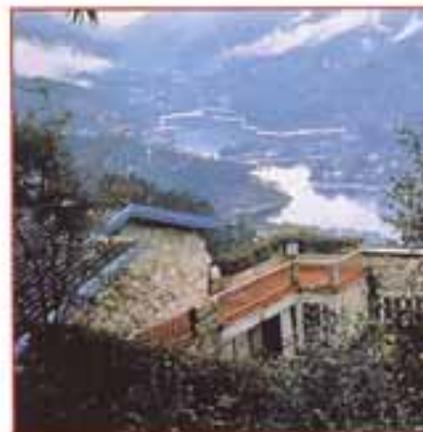
Localização

A pousada está situada no coração do Parque Nacional da Peneda-Gêres, no noroeste de Portugal, perto do Porto e de Espanha.

Contactos

Tel: 253 647 190/1

Fax: 253 647 367



Pousada do Infante – Sagres

Debruçada sobre o Atlântico profundo, a pousada localiza-se em Sagres, no Algarve, vila de enorme significado histórico e marítimo, de onde, há 500 anos, D. Henrique fez sair as caravelas portuguesas à demanda de novos rumos.

Localização

Sagres fica localizada no extremo sudoeste do Algarve, distando 116 km de Faro.

Contactos

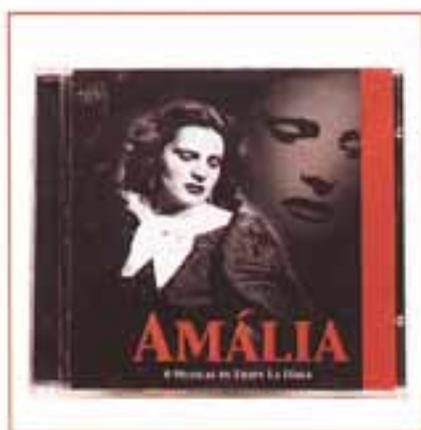
Tel: 282 624 222/3

Fax: 282 624 225

Para qualquer esclarecimento adicional contacte:

Enatur

Tel: 218 442 000



Amália

O musical de Filipe La Féria

Género: Fado

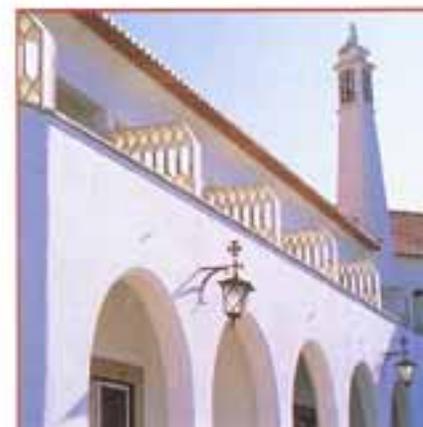
Editora: Movieplay

“... É uma gravação ao vivo de uma das noites deste espectáculo que este CD guarda a memória...”

Amália, tenho a certeza que gostaria de a ter vivido, ela que não viveu a vida, que deixou sabiamente a vida viver na sua voz feita de mar e de solidão, no nosso coração português.”

“Eu sei, meu amor, que não chegaste a partir”

Filipe La Féria



Histórias da Vida

Por Carla Rocha
Fotos Fototeca

O Pastor de Oeiras

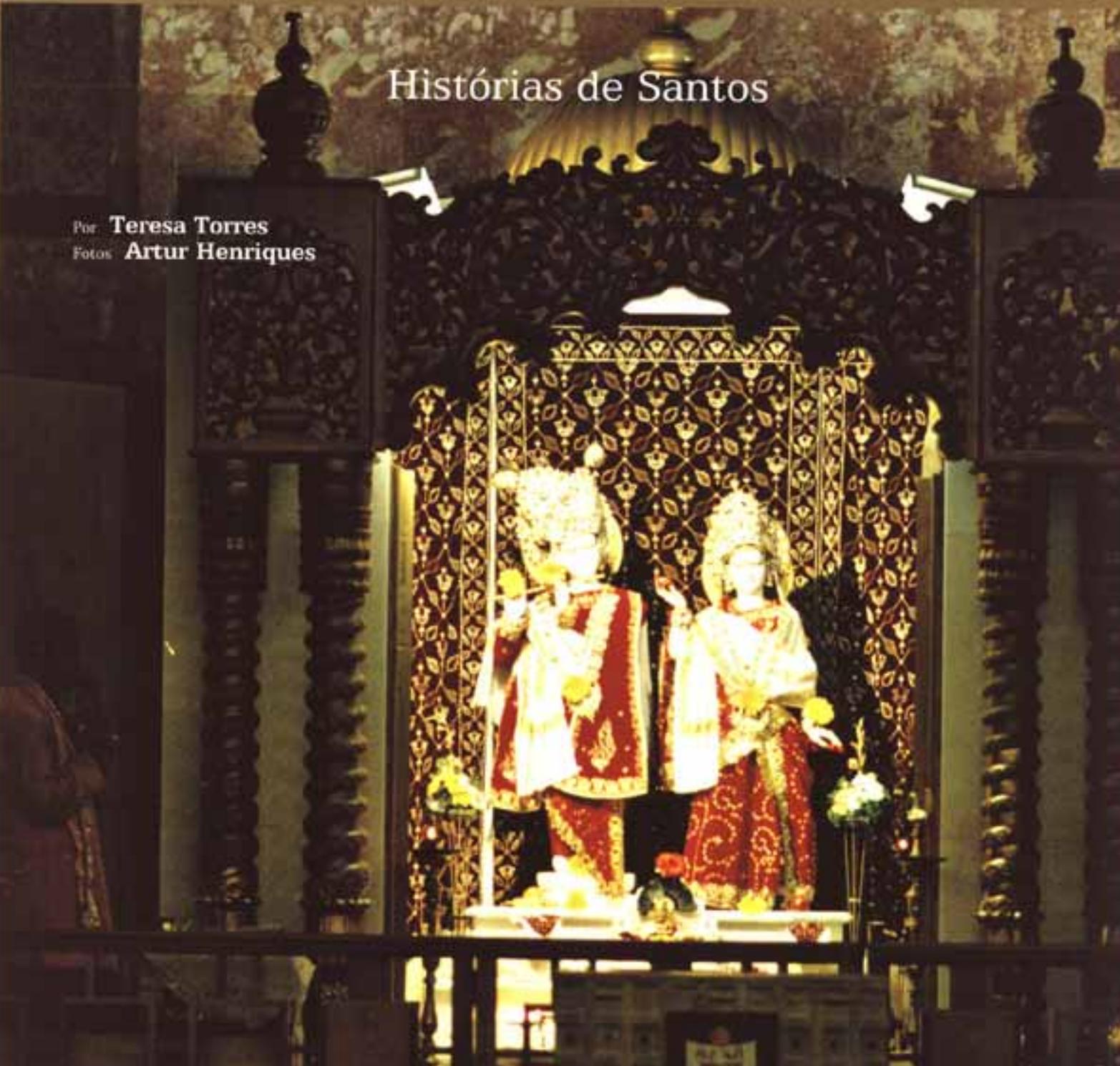
Sentado numa pedra, “esta pedra já me conhece”, o Sr. Joaquim, “Muletas”, como gosta de ser chamado e como é conhecido, está indiferente ao Tagusparque, bem à sua frente. Nas costas tem o aglomerado de casas de Porto Salvo e, bem naquele nicho à sua volta, naqueles metros quadrados, o “Muletas” só tem olhos para as suas ovelhas. A sua vida não foi fácil, mas “não me queixo. Queixar para quê? De que me adianta? Os meus filhos estão sempre a queixar-se. Porque querem isto ou aquilo... uma miséria. A gente quanto mais tem, pior”. Casou antes de ir para a tropa. Depois foi para a Guiné, de onde veio, “meio abalado da tola”, teve 6 filhos, “um já morreu, mas era como se já tivesse morrido antes de morrer, percebe? Andava metido na droga... não percebo que raio de coisa é aquela que dá cabo de uma pessoa. Morreu e foi o melhor que lhe podia ter acontecido. Os outros trabalham, são honestos. Isso foi o que sempre lhes ensinei, a serem honestos. Vejo muitos doutores que não são sinceros. Que vale mais? Prefiro ver os meus filhos em trabalhos mais custosos, mas com palavra”. Viúvo há já algum tempo, “tenho sempre de fazer as contas... hum!, a minha Noémia morreu há 11 anos. Coitada, sofreu muito. Cancro. Uma tristeza. Foi melhor Nosso Senhor levá-la”. Fala, mas sem tirar os olhos das suas ovelhas, “elas são a minha companhia”. Trabalhou na lavoura, depois foi operário fabril,

um dia comprou uma mota com um atrelado e resolveu montar o seu próprio negócio. “Foi uma época muito feliz. Pegava na minha Zundap e ia de madrugada comprar peixe. Depois, corria estas terrinhas todas a vendê-lo. Gostava muito, mas era muito cansativo. E já tinha clientes muito certinhos.” Um negócio que durou 3 anos, mais coisa, menos coisa, “não sou bom com datas”. Depois, num fatídico dia, teve um acidente. Teve o acidente e pronto!, acordou no hospital com a perna direita em muito mau estado. A piorar a situação, estão a diabetes de que sofre. Foi um calvário. Operações sem fim. Consultas e mais consultas. Meses que se transformaram em anos. O dinheiro escasseava, “nunca tive muito dinheiro, mas naquela altura, com os miúdos ainda em casa e a mulher já meia doente, foi muito difícil. Tive vizinhos que ajudavam, mas custou-me sempre muito aceitar ajuda”. A perna nunca ficou boa. Começou a andar de canadianas, que nunca mais largou. Começaram a chamar-lhe “Muletas”. “Eu até gosto. A gente habitua-se. Às vezes dizem: ‘Óh Joaquim’ e eu nem ligo, mas se me chamam ‘Muletas’, ah!, olho logo.” Ri, muito timidamente. Diz que foi sempre assim. Depois do acidente, ficou com uma reforma por invalidez. Comprou uma e outra ovelha. Os filhos iam saindo de casa, “uns casaram, como deve de ser, mas tenho dois que, enfim, juntaram-se. Mas isso tem alguma piléria?!”, e as ovelhas iam entrando. Hoje tem 7, são poucas,

mas já lhe dão para a sua vida pacata. Gosta de passar horas e horas a olhar para elas. Já as conhece como as suas próprias mãos. Mãos calejadas e doridas. De vez em quando, dá um berro para uma ovelha mais afoita que resolve tentar o mundo, mas tenta muito a medo, ali bem perto, pois deve saber que, longe do olhar do “Muletas” a vida ser-lhe-á bem mais complicada. Quanto ao Oeirasparque, “aquele prédio redondo sem janelas ao pé do lago? Ah! Nunca lá fui. Aquilo deve ser pior que uma prisão. Sem sol, sem nada. Não fui lá nem quero ir. Acho essas coisas muito esquisitas”. Está quase a fazer 64 anos. As rugas já se instalaram na face escura do sol. Na boca, um palito que anda de canto para canto. Roda e roda. Um hábito que apanhou quando decidiu deixar de fumar. E quanto a medos do futuro, “mas que futuro? O meu futuro é isto, as minhas ovelhas. Um dia, tento acordar e não consigo, ou caio para o lado e nunca mais abro os olhos. A vida é assim, simples”. E quando lhe perguntei no que pensava durante o tempo em que estava sentado na “sua” pedra, Muletas olhou-me nos olhos, creio que pela primeira vez durante a nossa conversa, virou a face, muito devagar para o horizonte e, pausadamente, disse: “Penso no que gostaria de ter feito, no que não fiz. Imagino-me diferente. Sei lá, esta coisa da vida ainda não percebi muito bem.” E não revê o passado: “Para quê? Já bastou vivê-lo.”

Histórias de Santos

Por **Teresa Torres**
Fotos **Artur Henriques**



O mar desperta todos os nossos sentidos e veste-nos de tranquilidade e calma. Serve de inspiração a escritores e pintores pela sua misticidade. Para aqueles que fazem do mar a sua vida, este é encarado como um modo de subsistência. Pessoas sofridas e angustiadas que vivem “ao sabor da maré”. O Senhor Jesus dos Navegantes protege os destemidos e aventureiros do mar. A Real Idade selecionou algumas referências importantes deste patrono de Paço de Arcos.

Senhor Jesus dos Navegantes

A capela do Senhor Jesus dos Navegantes

A devoção local ao Senhor Jesus dos Navegantes perde-se no tempo, sendo provavelmente anterior à existência do modesto templo, construído na parte mais baixa do povoado, isto porque a enseada de Paço de Arcos oferecia protecção aos navegantes que ali acorriam, procurando abrigo das intempéries do mar.

A capela remonta ao séc. XVII, mais precisamente à data de 1698, tendo sido reconstruída no ano de 1873, sendo consagrada em 20 de Setembro de 1873. Este pequeno templo fica situado no centro histórico de Paço de Arcos, sendo um importante monumento histórico e arquitectónico deste concelho. Este pequeno templo transpira simplicidade e é enriquecido por elementos do período barroco, nomeadamente o altar. Na zona central deste, deparamo-nos com uma bonita imagem da vila – Senhor Jesus dos Navegantes. Um dos ex-libris deste monumento

são os azulejos que revestem o rodapé desta capela e que datam provavelmente do séc. XVII.

As festas em louvor ao Senhor Jesus dos Navegantes

As festas religiosas são heranças deixadas pelas gerações anteriores e que muito contribuem para a identidade e cultura do nosso país.

O concelho de Oeiras celebra as festas em honra do Nosso Senhor Jesus dos Navegantes, na última semana de Agosto e primeira semana de Setembro. Esta festa celebra-se em Paço de Arcos e é constituída por duas vertentes: uma religiosa – missa e procissão – e outra pagã – festa popular com feira e animação.

Há 129 anos atrás...

No dia 20 de Setembro de 1873, coincidindo com a bênção da capela, celebrou-se a festa em honra do Senhor Jesus dos Navegantes.

Foi realizada a primeira procissão,

que ocorreu depois da missa solene. A procissão levava uma imagem recém-adquirida de São Sebastião. Seguiu-se o andor da Senhora das Ondas, que foi conduzido por quatro companheiros do patrão Joaquim Lopes. Precedendo este andor iam alguns anjinhos que espalhavam flores e logo atrás duas irmandades de fora da terra. E finalmente ia então a irmandade do Senhor Jesus dos Navegantes, com o respectivo andor, também ele antecipado por anjos, junto do qual se postava o patrão Joaquim Lopes.

A procissão era acompanhada pela “banda marcial dos homens do mar todos vestidos de branco”. No decorrer da noite houve um concorrido arraial, onde tocou a Banda de Infantaria n.º 1; destaque ainda para as lindas iluminações, fogueiras, e excelente fogo-de-artifício.

“Foram dias de sumo regozijo e de pomposas festas para este bom povo.”



Quem pode dizer que nunca jogou a alguma coisa? Dos enérgicos jogos da cabra-cega à apanhada, passando pelos sofisticados jogos de bingo e do casino, a vontade de jogar parece inerente ao ser humano. Chegada a reforma, há mais tempo para dedicar às partidas eternamente adiadas....

Por **Isabel Ventura**
Fotos **Artur Henriques**

Há algum tempo que os baralhos de cartas fazem parte do quotidiano de Manuel Gonçalves, de 72 anos, reformado da indústria da panificação. Desde que trocou os fornos pelo jardim, já perdeu a conta ao número certo de anos em que se lembra de se sentar e dar as cartas. “Isto já vem muito de trás... quando havia umas mesas à beira-rio... já lá vão dez anos. Era aí que a malta se juntava para jogar umas

JOGOS de RUA

Os senhores das CARTAS

cartadas.” Aqui, no jardim do Palácio dos Anjos, o hábito remonta há “quatro, cinco anos”. Porém, só após a reforma se tornou jogador assíduo, uma vez que antes “não tinha tempo para dormir quanto mais para jogar”, lembra, entre risos.

É pela tarde, a partir das 14 horas, que se juntam, pois de manhã há outros afazeres. Às dezasseis já o recinto está repleto de ávidos jogadores e há sempre alguém que traz um baralho. Os observadores (que aguardam pacientemente a sua vez) seguem com olhar atento o desenrolar do jogo e permanecem, de pé, à volta dos que jogam.

Nem todos vivem próximo do jardim – o que não constitui qualquer impeditivo, uma vez que a perspectiva de umas horas bem passadas é incentivo suficiente para os que residem mais longe. Leopoldino Simões,

reformado de uma fábrica de Lanifícios de Leiria, está a passar uma temporada em casa de um familiar em Algés e durante as tardes junta-se ao grupo. A resistência de cada um varia, mas há quem fique quatro ou cinco horas nas copas, na sueca ou na soneca – os jogos que reúnem mais adeptos. Ao fim de algum tempo, não espanta que, por vezes, os ânimos se exaltem: “Há quem se irrite e não goste de perder”, explica Arnaldo Vieira, de 74 anos, que antes da reforma tirava do mar o seu sustento, mas no final todos acabam por se reconciliar, aliás, é unânime que já se fizeram novos amigos no grupo das cartas.

Uma minoria traz um tabuleiro e investe nas damas, ou nas pintas do dominó – para variar, mas o que domina é, sem dúvida, o jogo de cartas. É uma actividade claramente masculina. As mulheres que se

encontram nas proximidades dedicam-se a rendas e bordados: “As donas de casa não podem vir cedo e, quando chegam, têm as mesas todas ocupadas”, queixa-se a Ti Lurdes, frequentadora do jardim. Algumas dizem até que a solução passaria por ter mesas para homens e para mulheres em separado – uma vez que, segundo elas, não lhes resta qualquer hipótese... senão deixar as mesas para os senhores dos baralhos.

Segundo os testemunhos locais, nem a chuva os demove, e, nos dias mais frios, as mesas cobertas com os telheiros têm como únicos ocupantes os “Senhores das Cartas”. Se os quiser ver passe por lá, leve um baralho, boa disposição e divirta-se!

Água na Boca

a moda do
casal



por Rita Almeida Dias



ouradas à moda do Ribatejo e um leite-creme queimado são as receitas propostas por António e Mariana Antunes. Um casal rendido a uma pacata e tranquila vida em Paço de Arcos, que mata saudades da sua terra natal com as iguarias que a seguir apresentamos.

Mariana Gil Antunes tem 63 anos. O seu marido, António Antunes, 70. Vivem em Paço de Arcos há mais de 20 anos, depois de a vida os ter feito regressar de terras africanas. E, apesar de nenhum dos dois ter aí nascido, ir viver para um outro local esteve sempre

fora de hipótese. “Sempre gostámos muito de Paço de Arcos. É um sítio calmo, onde nos sentimos muito bem, sobretudo por a nossa casa nos dar, como companhia, a tranquilidade e a beleza do Tejo.” E é com o rio como cenário que Mariana prepara, diariamente, as iguarias para si e para o marido, um bom garfo que não dispensa uma mesa bem guarnecida. Para a Real Idade seleccionaram um prato de peixe que os ajuda a matar as saudades do Ribatejo, terra natal de António. Como sobremesa, um delicioso leite-creme. Para comer e chorar por mais.

Douradas à moda do Ribatejo

Ingredientes
Para 4 pessoas

Douradas (1 por pessoa)
3 cebolas
3 dentes de alho
2 folhas de louro
Azeite
1 colher de sopa de massa de pimentão
Batatas para acompanhar
150 g. de tiras de presunto
Salsa para enfeitar

Corte as douradas e tempere-as de véspera com sal. No tabuleiro de ir ao forno, coloque 3 cebolas cortadas em rodelas, 3 dentes de alho cortados e 2 folhas de louro cortadas ao meio sobre as douradas. Regue tudo com azeite e 1 colher de sopa de massa de pimentão. Corte as batatas aos quadrados pequenos e coloque-as ao lado das douradas. Leve ao forno alto durante hora e meia. A meio da cozedura, introduza as tiras de presunto no corte das douradas. Enfeite, quando estiver pronto, com uns raminhos de salsa.

Leite-creme queimado

Ingredientes

1/2 litro de leite
1 colher de farinha de maizena
3 ovos
2 colheres de sopa de açúcar

Dissolva a maizena com um pouco de leite frio. Junte o resto dos ingredientes e leve-os a lume brando até engrossar. Bata as gemas com um garfo e junte ao preparado anterior. Deixe arrefecer. Polvilhe com açúcar e queime com um ferro próprio bem quente.



A Vida

A vida é um espaço
Entre nascer e morrer
Há quem morra porque quer
Outros só quando tem que ser

A vida é mesmo assim
Não vale a pena chorar
Uns são filhos da sorte
Outros são filhos do azar

Tudo o que nasce morre
Seja Homem ou uma planta
Uma mulher ou uma flor
Enquanto há vida há Esperança
de Paz, Carinho e Amor

No seu caminho da vida
Nem todos encontram esse amor
Há quem só encontre espinhos
Outros colhem a flor

A vida é assim mesmo
Uns a rir, outros a chorar
Uns nascem para o prazer
Outros só para trabalhar

Se um dia no teu caminho
Encontrares um velhinho
Não zombes, nem rias dele
Dá-lhe conversa um bocadinho
E não te esqueças
Todos seguimos o mesmo
caminho

João de Oliveira Rodrigues

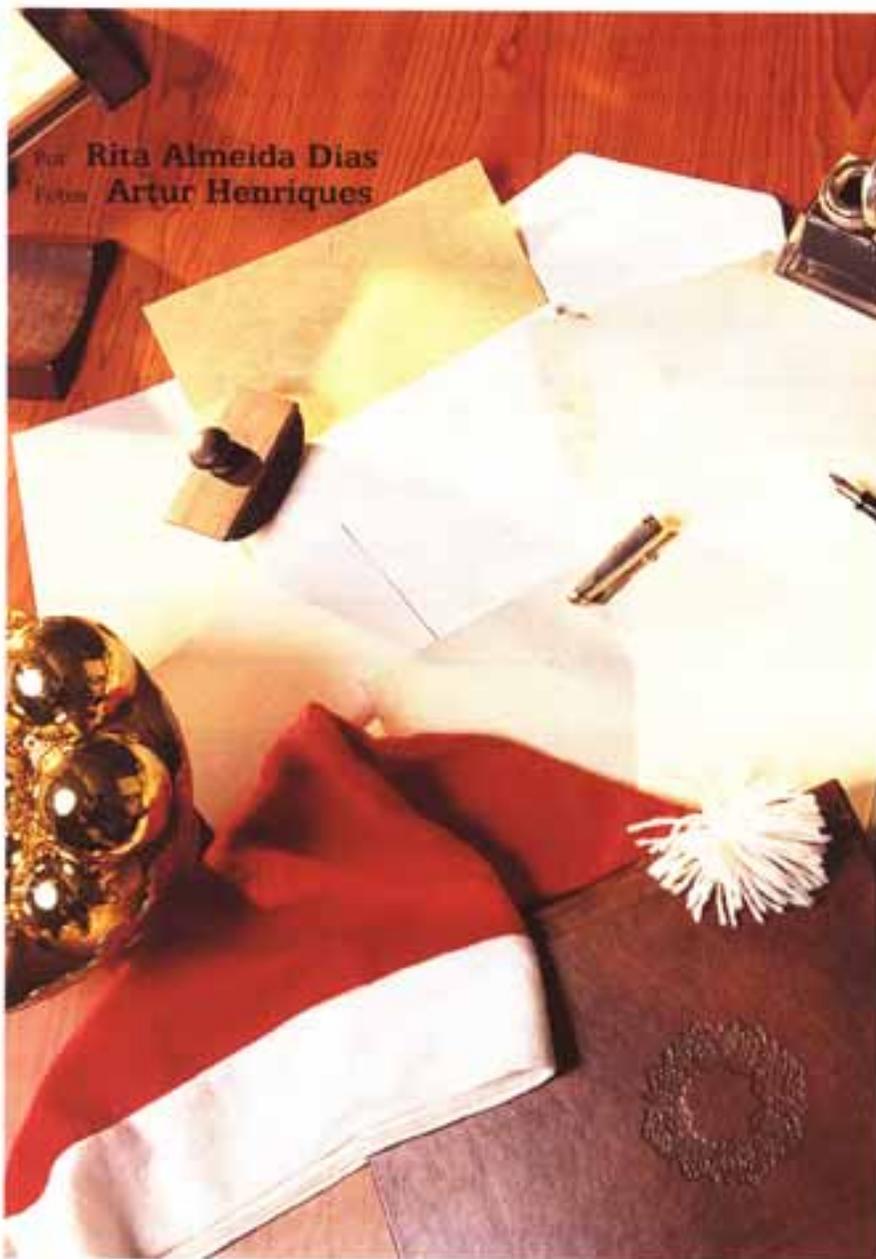
O Caminho

Comecei o meu caminho
Eu não sabia andar
Eu era pequenino
Comecei a gatinhar
Agarrava-me a qualquer coisa
P'ra me conseguir levantar
Mas não conseguia andar.
Entre cair, agarrar e levantar
Comecei a tactear
Foi assim que aprendi a andar
Mas devagar
Então já não queria parar.
Um dia ouvi dizer "Parar é
morrer"
Ainda sem perceber
Deixei de andar para correr
A correr ou a andar
Continuei a caminhar
E à escola fui parar

Mas não deixei de andar
Parei foi de estudar
Porque tinha de trabalhar
E porque "Parar é morrer"
Eu quero andar até poder
Quando não puder correr nem
andar
Então, terei de me sentar
Para descansar.
E para ver o que me falta
acontecer
Mas porque "Parar é morrer"
Eu já nem quero saber
O que possa acontecer
Eu tenho que sair daqui
A andar ou a correr
Se não conseguir correr nem
andar
Eu tenho que sair daqui
Nem que seja a gatinhar

João de Oliveira Rodrigues

Por Rita Almeida Dias
Fotografia Artur Henriques



PAI NATAL

Uma longa e asseada barba branca assalta-lhe o rosto largo, cúmplice no tamanho da bondade que apregoa. O corpo, alto, grande, não lhe desfaz o olhar risonho, doce e transparente. Da boca rosada, gretada pelo convívio com o frio gélido, saem palavras que vão queimando um mito que se julgava eterno. Desta vez, não trouxe presentes. Deve ter sido a única. Do saco vermelho, de que nunca se separa, retirou apenas a história do menino que, aos dez anos, descobriu que o mundo inteiro o esperava para sempre como o Pai Natal.

Foi de uma grande janela voltada para a serra da Estrela, na gélida residência do embaixador da Lapónia em Portugal, que conheci a famosa personagem. Tão nobre visita ao nosso país tinha sido motivo para um faustoso jantar em casa de Hans Barbenich, o dito diplomata. Cinquenta anos cravados num corpo alto e enxuto, a dar forma ao previsível fato cinzento, desta vez acompanhado, insolitamente, por uma gravata colorida com bandeirinhas do seu país. Foi o próprio que me recebeu quando,

com hora e meia de atraso provocada por uma atribulada viagem no IP5, toquei freneticamente ao batente da sua vistosa residência: um solar de pedra rodeado por um imenso jardim, ornamentado com fontes e animais construídos em gelo. Quando a porta se abriu, e a medo me apresentei, hesitei se o homem que afavelmente respondera – Estávamos à sua espera – seria ou não o mordomo. Mas o olhar altivo, encabeçando um nariz afilado e um sorriso forçado, embora bem conseguido, desfizeram todas as dúvidas. Era o embaixador. No longo e escuro corredor que percorremos até ao salão, o barulho fazia antever que a noite era de festa. E, por sinal, da rija. Três dezenas de cabeças voltaram-se, com uma discrição falhada, sobre a minha invulgar figura: cabelo molhado pelo nevão, um bloco de apontamentos numa mão, na outra um velho mas estimado gravador, herdado de um amigo de profissão. Salvou-me o embaixador. Sabia ao que vinha e, sem rodeios, levou-me ao canto da sala, onde um grupo de homens escondidos pelo fumo dos charutos cubanos gastava o riso com as últimas anedotas aprendidas. No meio deles, sentado numa poltrona de veludo encarnado, estava o objecto da causa da minha tão longa viagem. De ar visivelmente bem-disposto dava, como todos os outros, longas passas num charuto que prometia durar mais um bom par de horas. Invulgar e curioso era o apertado fato de cetim vermelho, com sapatos forrados na mesma cor de tecido, que havia posto. O

rosto, rodeado por uma farta e comprida barba, sabia a bondade, própria de quem vem ao mundo tendo como destino único zelar pela alegria dos outros. Não foram necessárias muitas palavras para que pedisse licença para se retirar ao grupo de cavalheiros orgulhosos com a presença de tão rara companhia.

De braço dado atravessámos o salão, perante o deslumbrado olhar de outros convidados intimidados com tanta familiaridade. No escritório contíguo, dois orelhudos de pele gasta pelo tempo, junto a uma lareira larga de fogo bem posto, serviram de cenário à nossa conversa. Duas horas de cavaqueira com uma personagem que daria tudo para que a ordem natural do mundo fosse outra.

Não sei se comece por falar do seu passado...

Por que não pelo futuro?

Seja. A sua imortalidade é mesmo real?

Começo a acreditar que sim. Há uns anos atrás tive até um princípio de uma depressão, quando vocês se deixaram apoderar de tal forma pelas novas tecnologias da comunicação. Julguei até que já tivessem encontrado um clonêto adequado à vossa actualidade, que me reciclassem de uma só vez, sem pedir licença...

Se tivesse acontecido, de que é que sentiria mais saudades?

Do meu velho e único amigo, Joseph Ball, que todos os anos me ajuda a empacotar milhões de presentes. Mas sobretudo do riso

das crianças que, na manhã de 25, ouço ressoar entre estrelas.

Essas palavras ressoam a solidão. Vive solitariamente?

Vivo num dos locais mais bonitos do mundo inteiro, entre segredos incontáveis. Revelá-los seria arruinar as surpresas que ainda surpreenderão a humanidade.

Mas tem, com certeza, histórias que o marcaram na sua longa vida de Pai Natal que pode contar...

Há muitas... e inesquecíveis. Uma delas aconteceu durante a II Guerra Mundial, com um jovem casal de judeus alemães, com dois filhos. A família estava dispersa, dividida entre diferentes e distantes campos de concentração. Durante dois anos recebi mensalmente cartas de crianças a pedirem o reencontro da família. Foi um presente difícil de concretizar. O fim da guerra ajudou, mas, mesmo assim, tive muito trabalho. Acabei por conseguir que se encontrassem todos em Estugarda, a sua terra natal. Assistir ao seu reencontro foi, provavelmente, uma das cenas mais emocionantes de toda a minha vida.

As suas histórias têm sempre finais felizes?

É obvio que não. Há presentes que nunca serão dados, há pedidos que são automaticamente recusados, e há remetentes que nunca verão os seus desejos cumpridos por mim.

Afinal, a sua bondade não é absoluta, como se supõe...

Nunca foi absoluta, já foi maior... mas, depois de ter cometido alguns

erros, aprendi que até a bondade do Pai Natal tem de ser justa.

Ser Pai Natal foi uma escolha, ou uma imposição?

Há muitos e muitos anos, era ainda um jovem rapaz de dez anos, perguntei a uma estrela minha amiga, conhecida pela sua bondade e sabedoria, porque tinha nascido para ser Pai Natal. Ela riu-se à gargalhada, depois recompôs-se, e, num tom solene, respondeu: há seres que nascem para cumprir nobres funções. Tu foste um deles. Talvez agora não percebas a importância que tens... mas um dia, mais tarde, verás que tenho razão. Nessa noite, tive a minha primeira insónia. Por mais que me esforçasse, aquelas palavras carregadas de emoção não faziam qualquer sentido. Tive de crescer, de cumprir a primeira missão natalícia para saber quem era e o que significava para o mundo inteiro.

Nunca mais se voltou a pôr em causa?

Algumas vezes, sobretudo em alturas em que não me sentia devidamente recompensado pelo meu exercício.

Ganhava pouco?

Não. Não tinha era as prendas necessárias para responder a todos os pedidos que recebia.

Hoje, o seu patrocinador já não lhe impõe tantos limites?

É mais ou menos isso. Com o tempo, conseguí convencê-lo de que uma missão como esta não poderia estar sujeita a qualquer tipo de contabilidade. Mas foi a

gratidão do mundo que o decidiu deixar-me actuar sem qualquer tipo de limites.

As suas viagens são muito cansativas?

Eram mais no tempo em que viajava à velocidade da luz. Há uns anos atrás, deram-me bilhetes expresso. Sabe como é, quando a idade começa a pesar...

É assustador viver-se perante a imortalidade?

O assustador é pensar que, um dia destes, já não poderei ter forças para aguentar todo o serviço. As minhas renas já não correm o que corriam, a madeira do trenó já não desliza tão bem e, até a mim, já me custa passar as noites de Dezembro em claro.

Se a sua imortalidade amanhã fosse violada, haveria alguém que garantisse a continuidade da sua missão?

Não me faltam propostas. Sabe, cheguei inclusivamente a dar estágios a alguns dos candidatos que me parecem mais dotados para a missão. Mas nenhum para honrar este trabalho.

O mundo teria de aprender a existir sem Pai Natal...

Não sejamos tão dramáticos. Alguma solução se haveria de arranjar.

Já alguma vez recebeu um presente de alguém?

Já... se a convidasse para tomar chá em minha casa veria, pendurados na parede, os presentes maravilhosos que tenho recebido ao longo de todos estes

anos. Já para não falar dos doces que muita gente me deixa, todos os anos, junto à lareira.

E se pudéssemos inverter a ordem das coisas... o que é que pediria de prenda numa carta a um outro Pai Natal?

Seria com certeza uma longa carta cheia de recordações e de segredos, que só a ele poderia contar. Um presente? Pelos anos que já vivi, teria direito a uma lista interminável. Mas, em primeiro lugar, pedir-lhe-ia que numa outra vida me deixasse ser um homem comum.

E se, de repente, lhe oferecessem mesmo isso, o que é que faria? Procuraria compensar a solidão em que tenho vivido. Apaixonar-

-me-ia várias vezes pelas mulheres mais belas que tenho encontrado nas minhas viagens.

Faz-lhe falta um outro tipo de amor?

Mentiria se não lhe falasse nas declarações de amor que já me atrevi a escrever. Mas sinto que a todas elas lhes falta a verdade de quem já corou ao sentir o coração bater mais depressa.

A nossa conversa, obviamente, não acabou por aqui. Um copo de vinho tinto acompanhou-nos madrugada fora. Falámos das mais atribuladas descidas de chaminé, das brincadeiras das renas, dos poemas que ele escreveu ao mundo, do Verão que não suporta, dos jantares predilectos. O

embaixador, tal como meia dúzia dos seus convidados, aborrecidos pela demorada ausência do seu convidado de honra, conseguiram, diplomaticamente, que me viesse embora. Mas tive tempo de me despedir. Saí apressada, com pressa de encontrar lugar para um merecido descanso. À noite, já deitada, lembro-me de ter voado com ele numa viagem que todos os anos faz, em tom de preparação, para a grande viagem do Natal. Salpicados pela música dos cometas, entre a sorridente luz estelar, não parámos de conversar. Esta não foi a última vez que falámos. Sempre que a imaginação deixa, o homem sem idade atravessa o firmamento. E, docemente, vai-me contando histórias de embalar...

Acreditamos que o saber científico é para todos.

Então não deverá vir de **todos** também ?



gastrointestinal

infecciologia

oncologia

respiratória

sistema nervoso central

anestesiologia

cardiovascular

AstraZeneca 

As últimas novidades em investigação biomédica, conseguidas por cerca de 10 mil investigadores e uma rede de centros de investigação espalhada por todo o mundo, abarcando algumas universidades, são apenas uma parte do trabalho de investigação e desenvolvimento promovido pela AstraZeneca.

Na AstraZeneca procuramos também trabalhar directamente com os médicos e com os doentes, não só para garantir que os nossos fármacos

melhoem a sua saúde, mas também para que sejam de fácil administração e que ofereçam vantagens na relação custo-benefício.

Em parceria com a comunidade científica, temos desenvolvido importantes medicamentos para a comunidade.

E graças à nossa posição de liderança em várias áreas terapêuticas, eles chegam todos os dias a milhares de doentes espalhados por todo o mundo, representando a garantia de uma vida mais saudável.

AstraZenecaPortugal

PRIMEIROS PELA INOVAÇÃO E VALOR

Moradas Úteis

Instituições Particulares de Solidariedade Social que prestam apoio domiciliário

Apoio, Algés – Tel: 214 120 257

Associação de Assistência a Idosos e Deficientes de Oeiras – Tel: 214 414 879

Associação Médica de Gerontologia Social em Algés – Tel: 214 102 354

Centro Comunitário de N.ª Sra. das Dores, Caxias – Tel: 214 424 539

Centro Social Paroquial de Oeiras – Tel: 214 406 940

Centro Social Paroquial de Barcarena – Tel: 214 387 250

Centro Social Paroquial de N.ª Sra. do Cabo em Linda-a-Velha – Tel: 214 144 582

Centro Social Paroquial de São Miguel de Queijas – Tel: 214 254 100

Centro Social Sr. Jesus dos Aflitos na Cruz Quebrada – Tel: 214 197 377

Obra Social Madre Maria Clara em Algés – Tel: 214 115 250

Santa Casa da Misericórdia em Paço de Arcos – Tel: 214 228 692

Calendário

1 de Outubro

Difusão da mensagem da Exma. Senhora Presidente da CMO nas rádios e Jornais locais
Lançamento do 7 número da Revista Real Idade

4 de Outubro, 15 horas

Barca da Glória

Espectáculo apresentado pelo Grupo de Teatro de Seniores de Queijas
Local – Centro Social Paroquial de Queijas

9 de Outubro, 15 horas

Portugal de Corpo Inteiro

Espectáculo apresentado pelo Grupo de Teatro de Seniores de Queijas
Local – Auditório Municipal Eunice Munõz, Oeiras

14 de Outubro, 15 horas

Espectáculo musical apresentado pelo maestro Ilie Diordiev

Local – Centro Social Paroquial S.º Romão de Carnaxide

14 a 18 de Outubro

Semana do Xadrez e Palavras Cruzadas*

Final: Hotel Amazónia – Jamor, 18 de Outubro

16 de Outubro, 15 horas

Espectáculo musical apresentado pelo maestro Ilie Diordiev

Local – Centro Social Paroquial N.ª Senhora do Cabo, Linda-a-Velha

17 a 20 de Outubro, 14 às 19 horas

VI Mostra de Artistas Seniores*

Local – Palácio Anjos, Algés

23 de Outubro, 15.30 horas

Opereta “As Madamas do Bolhão”

Local – Auditório Municipal Eunice Munõz, Oeiras

23 e 24 de Outubro, 10 às 17 horas

III Curso de Preparação para a Reforma*

Local – Auditório da Biblioteca Municipal de Oeiras

25 de Outubro, 15 horas

Contrastes

Espectáculo apresentado pelo Grupo de Teatro de Seniores da Obra Social Madre Maria Clara
Local – Teatro Municipal Amélia Rey Colaço, Algés

31 de Outubro, 15 horas

Baile de Encerramento

Local – AERLIS (frente ao C.C. Oeiras Parque)

Sessão de Cinema

Serão distribuídos 250 cupões que poderão ser trocados por bilhete no Cine Tropical (Linda-a-Velha), Cine Palmeiras (Oeiras) e Warner Lusomundo (Oeiras Parque). Os Cupões podem ser levantados na Câmara Municipal de Oeiras – Divisão de Assuntos Sociais, até dia 18 de Outubro.

Programa gratuito dirigido a munícipes com mais de 50 anos.

O programa é sujeito a alterações.

*Inscrições: Divisão de Assuntos Sociais, tel. 21 440 85 07 / 50

MÉRIDA FIM DO ANO

30 de Dezembro 2002 a 01 de Janeiro 2003

1º DIA - LISBOA / MÉRIDA

Concentração às 08H00 em local a determinar. Saída em direcção a Mérida pela A6 passando por Évora, Elvas e Badajoz. Tempo livre para almoço livre. Continuação para Mérida. Chegada ao princípio da tarde. Jantar e alojamento no Hotel.

2º DIA - MÉRIDA / TRUJILLO / GUADALUPE / MÉRIDA

Pequeno almoço no hotel. A hora a determinar, saída em direcção a Trujillo. Tempo livre para visita livre. Trujillo tem bairros medievais. Não deixe de ver a Plaza Mayor e a igreja de Sta. Maria la Mayor, que contém vários sarcófagos. No topo da colina está uma fortaleza islâmica que defendeu a cidade contra o avanço dos cristãos durante a Reconquista, mas que em 1232 foi tomada por Fernando III. Trujillo foi berço de vários conquistadores, como é o caso de Francisco Pizarro e cuja estátua está na praça principal. Continuação para Guadalupe. Tempo livre para visita livre. Esta vila cresceu à volta do Monasterio de Guadalupe, fundado em 1340. Peças de cobre e cerâmica feita à mão são aqui produzidas como recuerdos. As torres do mosteiro dão-lhe um ar de conto de fadas. Segundo a lenda um pastor do Séc. XIV encontrou aqui uma imagem queimada da virgem Maria. Nasce o Mosteiro que ganha esplendor com o patrocínio real. Foram criadas escolas de gramática, medicina, três hospitais, uma importante farmácia e uma das maiores bibliotecas de Espanha. Não deixe de passear por aqui e descobrir os seus encantos. Almoço em restaurante local. Após o almoço, saída em direcção a Mérida.

Chegada ao fim da tarde. Tempo livre. Ceia de fim de ano e muita música para dançar e bar aberto. Alojamento no hotel.

3º DIA - MÉRIDA / LISBOA

Pequeno almoço e almoço no hotel. A hora a determinar, início da viagem de regresso passando por Badajoz, Elvas, Évora e chegada a Lisboa ao fim do dia. Fim da viagem e dos nossos serviços.

PREÇO POR PESSOA:

HOTEL DE 4 ****

em quarto duplo **376,00 €**

Supl. quarto individual **60,00 €**

Todas as taxas de hotelaria, turismo, serviços e IVA

O PREÇO INCLUI:

Transporte em autocarro de turismo no percurso indicado;

Alojamento em hotel de 4**** em quartos duplos ou singles com casa de banho privativa

Todas as refeições desde o jantar do 1º dia ao almoço do último dia, com água e vinho incluídos;

Seguro de assistência em viagem;

Acompanhamento por delegado da nossa organização durante a viagem;

Todas as taxas de hotelaria, turismo, serviços e IVA

BOLETIM DE CONCURSO

Preencha correctamente o boletim, acerte na resposta, envie o boletim e ganhe como prémio esta viagem.

VALOR DO PRÉMIO: 376,00 €

NOME: _____

MORADA: _____

_____ CÔD. POSTAL: _____ - _____ LOCALIDADE _____

TEL: _____ TELEMÓVEL: _____

DATA DE NASCIMENTO: _____ / _____ / _____

ESTADO CIVIL: _____

Assinale com uma cruz a resposta que considera certa:

QUEM NASCEU EM TRUJILLO E QUE FOI O CONQUISTADOR DO PERÚ?

A – Antonio Jarillo

B – Francisco Pizarro

C – Juan Rodriguez

Os boletins deverão ser enviados até 31 de Outubro de 2002 para :

Viagens Sénior, Lda

Av. Liberdade, 1 – C.C. Palladium Lj. 27 / 30 - 1250-139 Lisboa

O meu avô e o sabor do cheiro dos pêssegos



Não tenho muitas recordações do meu avô e, às vezes sinto-me até um bocado culpabilizada por essa falta de memórias e por não termos tido uma maior ligação.

Mas agora, a esta distância no tempo e nos lugares, sei que foi a ligação que ambos pudémos viver.

E afinal, ainda que às vezes pareça imperceptível, há um fio de memória que me conduz a um presente que o meu avô me deu, talvez até sem ele próprio perceber que essa dádiva teria tanta importância para mim. Não, não foi no Natal, nem no dia dos meus anos...

Foi... há muito tempo, nas férias grandes... E para sempre me deixou deslumbrada.

Não foi nenhum objecto a sua oferta, nem mesmo algum que já possuísse e fizesse parte de tesouros seus.

Afinal, deu-me o gozo de poder percorrer com ele o caminho da casa onde vivíamos na vila, até às vinhas.

Eu não sabia nada do caminho e não me lembro de o meu avô me dar grandes indicações, ou

fazer grandes reparos; e eu, com uma timidez que me prendia, não podia mostrar efusivamente o quanto aquele caminho me inebriava, me enchia de luz, de vida, de perfume, de ar... Não foram muitas as vezes em que saí do apastelamento da cama, em que tenho a ideia que aprendi a ficar porque a minha irmã lá ficava (possivelmente para se refazer das saudades da casa, porque no resto do ano estava distante no colégio em Tomar)...

Mas essas saídas estão impressas no meu coração e no gosto que ainda hoje tenho por perscrutar as manhãs de cada dia...

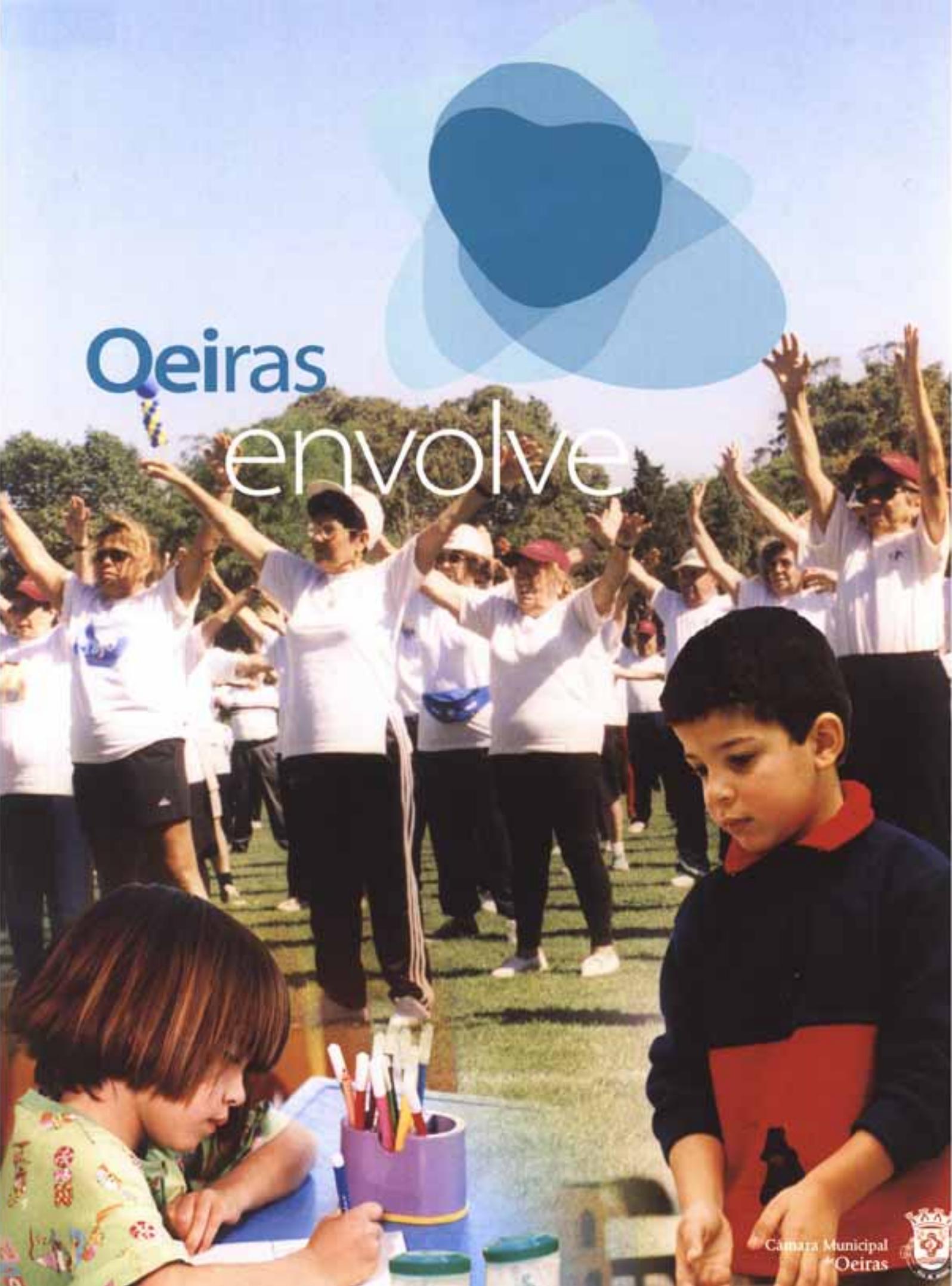
E depois, já nas vinhas, era o cheiro dos pêssegos, rijos, rosados e aveludados – o aspecto macio e acetinado das maçãs riscadas e ácidas, com um toquezinho de doce... e fazíamos a vindima.

Eu sentia o prazer de fazer parte daquele grupo alegre e divertido, que conversava animadamente e me incluía nas suas conversas sobre a vida, sobre a vila – sentia-me a fazer parte de um todo que alargava o meu

horizonte e o deixava mais claro... Ao meio-dia, quando se parava para comer, sabia bem descansar, comer e encostar o corpo, para que a sombra refrescasse um pouco o nosso afogueamento...

No caminho ainda, havia árvores – o meu avô lá dizia que aquela era uma azinheira, a outra era um sobreiro... e havia também os pinheiros que me pareciam bem altos... o ar tinha uma profundidade que me tomava mais leve e me maravilhava... Esses cheiros, esse caminho, essas descobertas, a existência de outro mundo para além da vila e da casa de todos os dias, ficaram para sempre na minha memória e dão à minha infância o toque de milagre e deslumbramento de todas as infâncias... Afinal o meu avô, ao partilhar comigo um pouco da sua vida habitual, deu-me esse presente grande que me deixa impregnar de forma indelével, de sabor e perfume, os dias da vida da sua menina.

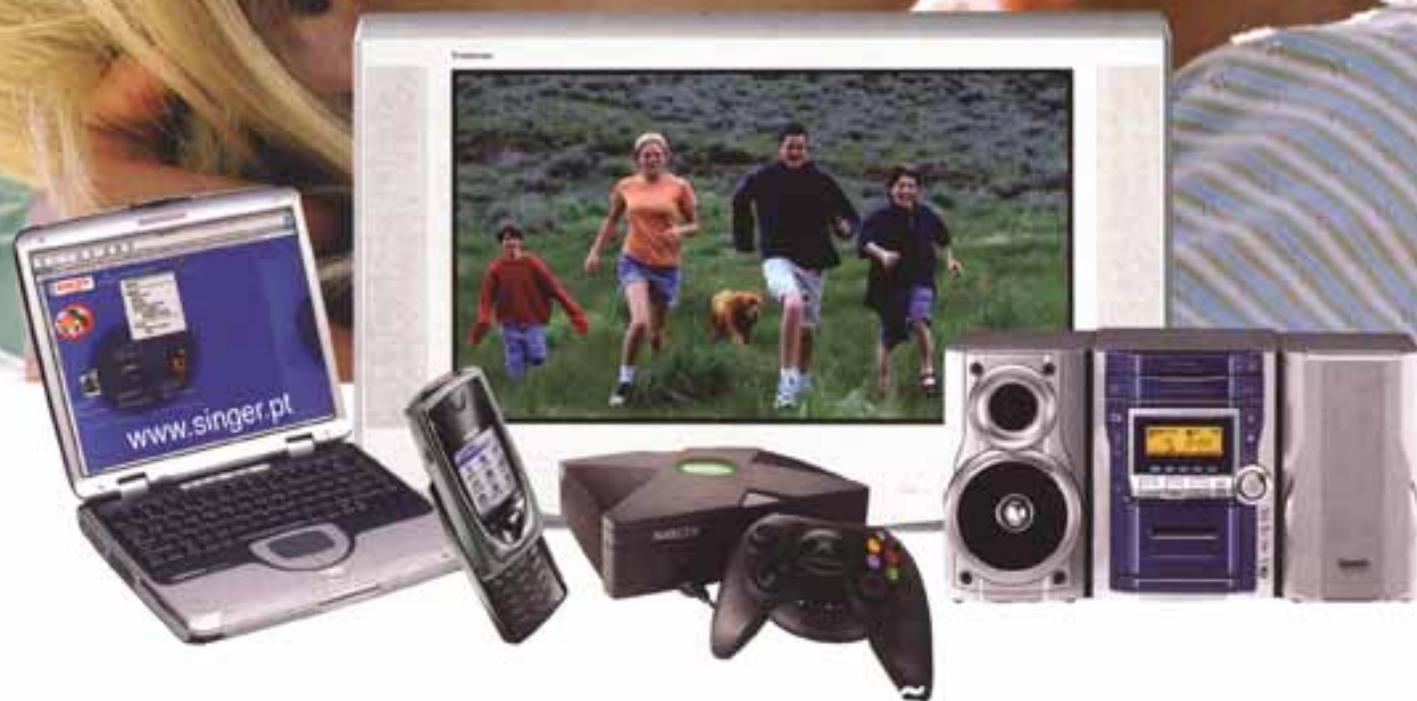
Por **Amélia Cravidão**



Oeiras

envolve





LOJAS **SINGER**

VISITE-NOS NOS CENTROS COMERCIAIS DE NORTE A SUL DO PAÍS:

Lisboa – Pingo Doce
Alfragide – Jumbo
Almada – Almada Forum
Averca – Jumbo
Amadora – Continente
Aveiro – Feira Nova
Aveiro – Fórum
Aveiro – Glícinias
Barroiro – Feira Nova
Braga – Feira Nova
Braga – MinhoCenter
Cascais – CascaisShopping

Cascais – Jumbo
Coimbra – CoimbraShopping
Figueira da Foz – Foz Plaza
Funchal – MadeiraShopping
Guia – Algarve Shopping
Guimarães – GuimarãesShopping
Leiria – Continente
Linda-a-Velha – Pingo Doce
Lisboa – Amoreiras
Lisboa – Carrefour de Teižeiras
Lisboa – Feira Nova Bela Vista
Lisboa – OlivaisShopping

Lisboa – Shopping Colombo
Lisboa – Shopping Vasco da Gama
Loures – Pingo Doce
Maia – Jumbo
Maia – MaiaShopping
Massamá – ShoppingMassamá
Mem Martins – Feira Nova
Oeiras – OeirasParque
Oeiras – Torre das Palmeiras
Pombal – PombalShopping
Portimão – Modelo
Porto – NorteShopping

Povoas de Varzim – Feira Nova
Seixal – Continente
Setúbal – Jumbo
Sta Maria da Feira – Feira Nova
V. N. Gaia – Arrábida Shopping
Vila Nova de Gaia – Carrefour
Vila Nova de Gaia – GaiaShopping
Vila Nova de Gaia – Pingo Doce
Viseu – Modelo