

## SEPARATA: "HUMOR NOVA ATENA!!!"

O espírito Nova Atena, a alma Nova Atena são expressões com as quais os seus associados se habituaram a **conviver** e, mais do que isso, são algo que estão habituados a **viver**.

Da seriedade de uma aula formal às mais variadas formas divertidas de estar com o outro, tudo acontece ora com mais visibilidade ora mais discretamente. Das muitas formas de comunicação, destaca-se o *e.mail*, um instrumento de trabalho e informativo mas também um meio de 'convívio' que tem proporcionado contatos de proximidade entre associados.

A propósito do projeto *Ajuda de Mãe*, a nossa associada Conceição Areias cuja aptidão para a escrita, veia poética e graça já lhe vamos conhecendo, num *e.mail* de ponto da situação teve um desabafo jocoso fruto da sobrecarga de tarefas quando da oferta de bens para aquela Associação. O mesmo desencadeou uma quase 'desgarrada' entre associados ligados ao assunto que, pela boa disposição que revela e pela brincadeira, vimos partilhar com todos os associados para que usufruam connosco de momentos que, acreditamos, sejam de verdadeiro bem-estar. Ou não fosse este o lema da Nova Atena...

Paralelamente, coincidiu que se iniciou a nova atividade de *Futebol* e que também o respetivo coordenador, o nosso associado Francisco Lourenço, a cujo discreto sentido de humor já nos habituámos, espontaneamente e pela mesma via do FB, resolveu emitir 3 comunicados iniciais cuja graça merece ser espelhada perante todos nós.

Neste contexto surge esta Separata, um veículo de partilha com os associados em geral do conteúdo dos divertidos textos a que tivemos acesso e que certamente farão com que se divirtam também:

### *Sorriam e riam connosco!*



#### **A propósito do Projeto AJUDA DE MÃE (AM)**

*De como começou (5 nov.), continuou e parecia não ter fim (15 nov.)...*

##### *Amigos*

*Na sexta feira, dia 4, das 10 até à 13 horas, a Ofélia e eu, estivemos a acabar de arrumar as ofertas para a AM, para desimpedir a biblioteca.*

*Entretanto, houve uma desarticulação com a carrinha da AM e, foi arranjado um colaborador da AM que só pôde levar uma carrada e, ainda se pensou levarmos nós as tralhas restantes mas, doíam-nos as juntas todas, cruces, cadêras, artelhos, e estas duas sexagenárias, não muito musculadas, depois de carregarem os sacos todos para a sala de entrada e já apertadas pela fome (os idosos têm mais risco de hipoglicémia), pasmaram diante dos inúmeros, grandes e pesados sacos, e não conseguiram mexer-se a não ser para a 'Tasca do Nuno'.*

*Isto tudo para dizer que os ditos sacos ficaram na sala. Na 2ª feira às 10 horas vou lá estar, mais a senhora da AM, e está previsto os sacos saírem todos de seguida e rapidamente.*

*Não vá alguém chegar e ver tudo atulhado de sacos, fica aqui exposta a história dos sacos e das malogradas sexagenárias!*

*Bom fim de semana.*

Conceição Areias





Amigas

Perante tão bonita apresentação dos factos, quem é que se vai importar com a desarrumação??? Espero que as cruces, cadêras e artelhos já estejam em ordem e que a hipoglicémia não vos tenha apoquentado!!!

Um beijinho a todas e votos de bom fim de semana.

Rosa Maria

Caríssimos

Agradeço o enaltecimento da nossa dedicação.

Quanto à hipoglicemia tratámo-la com uma feijoada à transmontana.

Nunca tinha visto a São comer com tanto gosto. Trabalhari dá saúde!

Ofélia Mendes

Queridíssimas amigas,

Soubera eu de tão ciclópica tarefa e do previsível desmesurado esforço associado à mesma, que teria de bom grado trocado a minha jornada golfista pelo empenhado trabalho de voluntariado.

E de septuagenário para sexagenárias, tenho de dizer-vos que venham muitas como as minhas amigas. Bem-hajam!

Bjs

Carlos Duarte

Queridas sexagenárias

Lamento muito o vosso árduo e inglório trabalho, mas para vos fazer companhia na "desgraça" também eu e a Lena não tivemos muita sorte com a nossa ida à médica ao Hospital da Luz em Oeiras. Depois de nos levantarmos de madrugada, um engarrafamento inesperado fez-nos chegar com algum tempo de atraso e já não fomos atendidas. Fomos sim "curtir" o sucedido com um delicioso bolo da Sacolinha até abrir o Oeiras Parque onde demos largas à nossa sede de compras.

Como vou ser eu a primeira pessoa a entrar na NA na segunda feira, podem crer que não irei assustar-me com a dita desarrumação. Já agora, e só para que a Conceição volte a deliciar-se com uma feijoada ou outro prato igualmente calórico, proponho que na próxima sexta feira voltem a envolver-se noutra trabalho da NA que puxe pelas vossas cadêras, artelhos e cruces. Valha-nos o humor.

Um grande beijinho.

Joana Canoa

Depois de tanta dedicação e perante os argumentos das duas voluntárias nada mais me resta a acrescentar. No

entanto, se as duas sexagenárias quiserem, tenho uma arrecadação a precisar dos vossos serviços.

Beijinhos  
Maria José Saraiva

Impressonada com o trabalho desenvolvido pelas minhas amigas mais nada tenho a acrescentar ao que os meus colegas todos disseram. Não estamos em idade de abusar das nossas forças... Estou em Arronches mas 2.ª feira de manhã já lá estou para ajudar se for necessário.

Beijocas  
Helena Franco



Já seguiu o raio dos sacos, de consciência fico bem; se houver por lá mais "buracos" eu cá não estou p'ra ninguém.

Desculpem mas não são lérias, são preocupações reais! Vou é tirar umas férias, NÃO QUERO TRABALHAR MAIS!!!

Bêjos  
Conceição Areias

Não quero trabalhar mais  
Não quero trabalhar mais  
Não quero trabalhar mais  
Não quero trabalhar mais

bjs  
Maria José Saraiva

Concordo!

Joana Canoa

Mas que grande desatino  
Vai lá pela Nova Atena  
São os sacos são compotas...  
Mas cá p'ra mim, vale a pena!

Os sacos já desandaram  
Por agora são compotas  
A seguir temos feirinha  
Mas que grande par de botas!  
Abreijos para todas

Rosa Maria

É só poetas  
Eu cá não tenho jeito  
Mas alombar mais também não quero!

Besos  
Ofélia Mendes

Eu hoje nao estou p'ra versos...  
tenho pena, mas a minha dança foi tão complicada que me deixou sem ideias.

Joana Canoa

As nossas lindas meninas  
Tudo puseram em polvorosa,  
Vem trabalho, mais trabalho,  
É assim mesmo, nossa Rosa.

Agora queriam balda,  
Levaram com o'vale a pena'  
Da nossa super Rosinha,  
É assim mesmo, Nova Atena!

Luisa Machado Rodrigues

Obrigada minhas amigas! Animam as  
minhas manhãs à hora do pequeno  
almoço! Já tomei, já me diverti, agora  
vou pra lá...

Joquinhas  
Helena Franco

Lena, podes ter azia  
com toda esta parvoêra;  
é só poetas e poesia.  
e muita rima folêra!...

Conceição Areias

Oh Lena toma Rennie  
Para curar a azia  
Que estas poetas folêras  
Estão com aerofagia.... (tradução:  
gases, flatulência...) LOOOOOL

Um beijo de boas noites!  
Rosa Maria

Mas que história é essa da azia?

Maria José Saraiva

Azia? Não tive... O pequeno almoço  
caiu-me muito bem...

Helena Franco

Oh Senhô Doutori Duartiii  
falou munto das cadêras;  
ê quêxo-mi dessa partiii.  
Lá pela cambra de Oêras,

calhando nam há-di haveriii  
taméim um bom endirêta?  
Se o Senhô Doutori souberiii,  
ê fico tam sastefêta!

Conceição Areias

Eu estou sem palavras! só me rio.  
Temos de publicar (se a São autorizar)  
no Face,

bjs para todos  
Maria José Saraiva

Olha, o Bob Dylan também ficou sem  
palavras... Ainda alguém se habilita a  
ganhar o Nobel!

Ofélia Mendes





Um endirêta não há  
Oêras tá pobrezinho  
E nam mesmo já te salva  
O ferrador do Altinho...  
As cadêras do Douteri  
Nam sãn essas de que falas  
As tuas sãn mais jeitosas  
Embora já esqueiqueiradas...  
Tadinha da nossa São  
Com um esqueleto tã fraquito  
Sempre com tanto trabalho  
Ainda lhe dá o fanico!

*Rosa Maria*

Cadêras, bancos e púfis  
e outros mimos pró trasêro  
ajudam o esquelêto intêro  
Havendo algum capitali,  
e nã nos faltando a chêta  
também se pode arranjar  
um magano dum endirêta!

Para todas um excelente fim-de-semana  
e abraços deste vosso admirador

*Carlos Duarte*

E esta alguém estava à espera?

*Joana Canoa*

A quantidade de imaginação que a  
história dos sacos já provocou! È de  
artista português!

*Helena Franco*

Meninas

Isto, as rimas, estão o máximo!!!  
Pegando na ideia da Zé, peço  
autorização à poetisa Conceição para  
publicar este folhetim, devidamente  
enquadrado, de modo a se perceber todo  
este arrazoado, que está uma graça!

*Rosa Maria*

(Perdeu-se o pio, com o espanto,  
as moças estão pasmadas!

Ou será pelo encanto,  
de rimas tão bem esgalhadas?!)  
Este doutor tesoureiro,  
afinal tem, dois tesouros;  
um é, claro, o do dinheiro,  
mas o outro...é que vale ouro!  
Anda o poeta escondido,  
na capa do dirigente,  
e a palavra tão contida,  
privando do poeta, a gente!  
E assim acabo este ciclo,  
tiro o chapéu aos talentos;  
que as palavras são o veículo  
deste bom entendimento.

*Conceição Areias*

Já tava a ficar cansado  
de puxar p'lo toutiço  
mas gostê deste bocado  
foi bonito, foi castiço  
Mas tava-me a dar o fastio  
Tã longa ia a contenda  
Mas como sou algarvio  
Dirê apenas: tal tá a moenga!

*Carlos Duarte*

É um bom entendimento  
Como diz a Conceição  
E as palavras dão o mote  
Para uma bela relação.  
Seja Alentejo ou Algarve,  
Passando até por Lisboa  
Versejamos sem parar  
Tal qual Fernando Pessoa!...  
Foi bonita esta poesia  
À conta duns belos sacos  
Que venham mais outros tantos  
E assim batemos uns "papos".

*Rosa Maria*

Já tenho o cervo quemado,  
ê cá já tou fêta em cacos.  
Nã tivesse ê carregado  
c' aquele rebanho de sacos!...

*Conceição Areias*

Vocemecês fizeram-me riri  
Cand'ê queria era chorari  
Agora já animeí  
Já me posso ir a dêtari!

*Helena Franco*

Para passar p'ro papel  
Só tem uma condição  
Que quem isto começou  
Dê a sua permissão...

*Rosa Maria*

Isto já é um romance  
Posso agora confirmá lo  
A Dra. Conceição, estou certa,  
Não vai negá lo.  
E a permissão virá  
Hoje, amanhã ou depois  
Confirmada por nós todos  
Sem precisar de alvará  
Os leitores da Nova Atena  
Vão gostar da versalhada  
Das peripécias e meandros  
Desta história meio marada!

*Helena Franco*

Tenho diretos d' autori  
mas tá bêm, ê vou dexari;  
E os outros versejadoris?  
Nã les diguem fachavori,  
aquilo qu'ê vou ganhari !!!

*Conceição Areias*

Agradeço doutorinha  
E separata vou propor  
P'ra que saia na revistinha  
Com direitos d' autor.  
Como é toda solidária  
Nova Atena confia  
Que tais lucros dispense  
Os dê noutra freguesia.  
Quiçá dará despesa  
Essa nova folhinha  
Das contas desenganada  
Que dirá da vidinha?

Pressurosa e generosa  
Dizemos todos nós  
Dos 'sacos' não desiste  
Nem do clube d'avós,  
Essas séniore dedicadas  
Que Nova Atena elogia,  
Bem como a *Ajuda de Mãe*  
Por tanta dádiva e alegria.  
Valeram as dores de costas  
E tanta 'sofrideira'  
Pela causa abraçada  
E por esta brincadeira!

Rosa Maria uma ajuda,  
Que falo mesmo a sério,  
A *Nov'Idade* alterar  
Com este novo critério.  
Se a Direção concordar,  
Uma folha a mais teremos,  
Se os textos me passar  
Tudo partilharemos,  
Os nossos associados  
Divertiremos também  
Com a 'alma' da Nova Atena  
Com a força de estar bem...

*Beijinhos*

*Luisa Machado Rodrigues*

Ê cá sô da Direção  
E concordo desde já  
Faça-se lá a folhinha  
Que irá p'rá publicação  
E tenho mesmo a certeza  
Que o pessoal vai gostari  
Das ideias e das rimas  
Que lá vã figurari...

*Helena Franco*



## De como decorreram os 3 primeiros jogos de FUTEBOL...

Francisco Lourenço, Diretor Técnico

10.11.2016 - Comunicado n.º1 aos Sócios Nova Atena

Cumpra a esta Direcção Técnica informar os sócios da NA da execução dos trabalhos do Plano de Treinos dos Krakes do Reumático que representam a Nossa Equipa. No treino de hoje destacaram-se pelas suas qualidades técnico-tácticas os seguintes elementos:

Vitor El Peresidente - Muito rápido no ataque e senhor de um " Pé Canhão " que faz golos e assusta qualquer " leão ";

Dino Maravilhas - Execução técnica de alto gabarito, consistente a defender e jogo seguro com um pé, ficando o outro a descansar;

Paulo Barrigote - Excelente qualidade de passe a tabelar e a desmarcar os avançados, boa visão periférica;

Manel Guardião - Boa colocação na baliza, grande espírito de equipa e dores musculares que o impediram de dar o seu melhor;



Luís Pés de Santo - Pé esquerdo maravilhoso, o direito nem tanto, boa disciplina táctica e boa leitura de jogo;

Francisco Vai a Todas - Sempre disposto a defender e a atacar, boa dinâmica de jogo e goleador de serviço.

Faltaram vários elementos fundamentais o que impediu o bom desenrolar do plano e da estratégia de jogo.

As duas Pontas de Lança foram vistas a plantar árvores de grande porte, abandonando a " Redondinha " pelo

que foi levantado um inquérito disciplinar às duas talentosas avançadas, com cortes nos chorudos salários. O

Pé Esquerdo Madeirense faltou mais uma vez aos treinos pelo que já se iniciaram negociações para a sua

ausência para uma equipa universitária açoriana. António Pintainho e Carlos Moedas justificaram a sua

ausência com antecedência, pelo que vão ter direito ao Prémio de jogo e sem descontos salariais nos

vencimentos. Todos os jogadores que estiveram presentes na sessão de treino de hoje foram convocados para

os 23 da Selecção Nacional da Quarta Idade, a tal do Bem Estar e da Felicidade.

17.11.2016 - Comunicado n.º 2 aos Sócios Nova Atena

No jogo de hoje compareceram 7 jogadores de elevado nível técnico e duas avançadas de raiz, todos com movimentações tácticas importadas do

" Cálcio " Italiano. Para completar a Equipa da NA foram requisitados, por empréstimo, um Brinca na Areia brasileiro e um Zé das Fintas africano

que nos deliciaram com o seu jogo virtuoso. A nossa Fabulosa Equipa baseou o seu jogo num sistema de contra-ataque organizado, dando primazia à

posse de bola, com passes de surpresa para o meio campo contrário, aproveitando a velocidade das duas pontas de lança que, mais uma vez,

demonstraram grande agressividade competitiva e capacidade de finalização. A Equipa contrária foi apanhada de surpresa, tendo sido completamente

cilindrada pela organização defensiva e ofensiva da Nossa Fabulosa Equipa. A este desempenho colectivo não é estranho o reforço do ataque com

Mota de Perna Curta que com desmarcações em diagonal facilitou o trabalho das duas avançadas. A Fabulosa Equipa alinhou com: Na Baliza - dupla

de Guarda Redes - Rosa sem Espinhos e Joana vai de Canoa (que com frequência se infiltravam no ataque para baralhar o jogo adversário). Na defesa -

Carlos Moedas, Dino Maravilhas e Mota de Perna Curta. No Meio-Campo: Paulo Barrigote, António Pintainho e Brinca na Areia. No ataque - El

Presidente Pé Canhão, Francisco Vai a Todas e Zé das Fintas. Neste jogo o destaque vai para o desempenho colectivo e para a estrondosa vitória

sobre a Equipa Contrária. Não divulgamos o resultado para não diminuirmos o Super Ego dos vencidos que se bateram como leões. O jogo realizou-

se à porta fechada para cumprimento do castigo motivado pelo bom comportamento da assistência afecta à Fabulosa. Não foram convocados Manuel

Guardião, Tony Cantorias, Luís Pés de Santo e o Esquerdino Madeirense por se encontrarem a realizar exames médicos no Centro de Medicina dos

Kraques do Reumático. Este jogo foi observado Pelo Seleccionador Fernando dos Cantos, com vista à formação da Selecção da Quarta Idade, a tal da

Felicidade.

24.11.2016 - Comunicado n.º 3 aos Sócios Nova Atena

Mais uma vez, como de costume, o Estádio Relvado da A. M. B. 25 de Abril registou uma grande ausência de adeptos nas bancadas, o que

permitiu aos Kraques da Fabulosa Equipa dos Reumáticos, evoluírem no terreno de jogo sem grande pressão e assim demonstrarem as suas

qualidades físicas, técnicas e tácticas sem quaisquer constrangimentos. Tivemos a grata surpresa e a grande honra de termos na assistência, a

Directora do Departamento Clínico, Dr.<sup>a</sup> Areias Curadora e a sua Assistente, Natércia Bem Disposta, ambas sócias históricas da NA. Estas presenças

vieram colmatar as ausências, não justificadas, das pontas de lança, Joana vai de Canoa e de Rosa sem Espinhos e ainda da repórter fotográfica, Lena

Perna Longa ( os nossos "olheiros" informaram que foram vistas em festas e em eventos gastronómicos nas redondezas). Outras ausências notadas

foram as dos Kraques Carlos Moedas, António Pintainho, Manuel Guardião , Esquerdino Madeirense, Américo Hortaliças e Tony das Cantorias, aos

quais vai ser aplicado o Regulamento Disciplinar, acrescido de multas pecuniárias. Todas estas ausências prejudicaram grandemente o

desenvolvimento do treino previsto, o que obrigou a Direcção técnica a contratar novos reforços, felizmente a custo zero! A Fabulosa foi reforçada

com Ilídio Verduras, Henrique Serrabolas e Jorge Pés de Crença, todos jogadores de elevada craveira técnica. Após o aquecimento e depois do treino

técnico o nosso "Mister" organizou duas equipas com a seguinte constituição:

SEM COLETES - Guarda-Redes, Natércia Bem Disposta; Trinco, Dino Maravilhas; Médio Centro,

Paulo Barrigote; Médio Ala Esquerdo, Henrique Serrabolas e Médio Ala Direito, Francisco Vai a Todas.

COLETES LARANJAS - Guarda-Redes, Mota Perna Curta; Defesa Direito, Jorge Pés de Crença;

Defesa Esquerdo, Ilídio Verduras; Extremo Direito, El Peresidente; Extremo Esquerdo, Luís Pés de

Santo.

A formação SEM COLETES desenvolveu o seu jogo baseado no sistema 1-1-3, com apoio permanente

dos médios ala nas acções defensivas e ofensivas, apanhando a equipa contrária em contra pé,

espreitando sempre o contra-ataque, o que deu origem a jogadas muito rápidas e a golos de belo efeito.

A Guarda-Redes, Natércia Bem Disposta, mostrou bons reflexos, boa colocação na baliza e segurança

na reposição da bola em jogo.

A Formação COM COLETES assentou o seu jogo no sistema 1-2-2, com infiltrações alternadas dos defesas em missões ofensivas, apostando nos

remates de meia distância quer de El Peresidente, quer de Luís Pés de Santo, dos quais resultaram golos para todos os gostos. O Guarda-Redes, Mota

de Perna Curta, efectuou excelentes defesas, com "golpes de rins" (a fazer lembrar os famosos Carlos Gomes, Carvalho, Bento e Damas), evitando

assim que a sua equipa fosse goleada.

Ambas as formações estiveram ao seu melhor nível, com jogadas ao 1º toque, triangulações, cruzamentos, pontapés de bicilceta e de trotineta, tendo

justificado a tão numerosa ausência de adeptos nas bancadas. As duas equipas registaram grande evolução no jogo aéreo. O bloco de notas do árbitro,

ZéZé Fraco da Vista, não foi suficiente para registar tantos golos, não se conseguindo por isso apurar a equipa vencedora deste derby local. A NA vai

apresentar protesto junto da Associação de Futebol das Universidades Seniores. A Directora Clínica, Dr.<sup>a</sup> Areias Curadora, aconselhou a aquisição de

Sprays Analgésicos para tratamento de pequenas lesões de esforço ou traumáticas, durante os jogos.

Por compromissos internacionais da Selecção da Quarta Idade, a tal da Felicidade, os treinos são interrompidos. Recomeçam após as férias natalícias.

Boas férias e boas festas.

