

## EDITORIAL

Luís Santos

Presidente, Nova Atena

O Natal na Nova Atena para nós sempre teve um significado muito forte. Não podia deixar de ser assim: - o Natal é a festa da família e a Nova Atena é uma família.

Em anos anteriores, além de outras actividades, havia sempre a festa no salão paroquial, cuidadosamente decorado, centros de mesa primorosa e carinhosamente executados, muita música, jograis, teatro, discursos, bailarico, tradicional bolo rei, sorrisos, muitos sorrisos, enfim, muita alegria, convívio fraterno e descontraído que nos



proporcionava uma tarde muito reconfortante porque contribuía para o fortalecimento dos laços que nos unem.

Infelizmente, este ano não pode ser assim. A pandemia tirou-nos tudo o que de melhor nós tínhamos: - o convívio, o reforço dos laços, a partilha, enfim, forçou-nos ao isolamento, obrigou-nos a ficar em casa. Mas a Nova Atena não se deixou vencer, não desanimou, reinventou-se, manteve a sua actividade, continuou junto de todos nós, vai a nossa

casa por Videoconferência e assim continuamos a sentir-nos ligados. Temos esperança de que brevemente tudo passará.

Entretanto, não deixamos de festejar o nosso Natal, encontramos novas estratégias, mobilizamos vontades, e assim aqui estamos com todo o empenho e toda a alegria.

Organizámos uma festa de Natal em que estão presentes todos os grupos que habitualmente participavam neste evento: jograis, teatro, grupos musicais, cantus, dança, divulgamos costumes e tradições natalícias de alguns dos nossos associados, publicamos o nosso jornal A NOV'IDADE, enfim, fizemos tudo para que, embora noutros moldes, o Natal acontecesse na Nova Atena. Estamos felizes por levarmos a vossas casas a mensagem que o nosso Natal encerra.

Para além de tudo isto, e não menos importante, mantivemos bem viva a chama da SOLIDARIEDADE NOVA ATENA, entregámos às famílias mais carenciadas da nossa freguesia o tradicional cabaz de Natal, entre outras acções concretizadas. Agradecemos vivamente aos nossos associados toda a sua grande generosidade.

Este número do nosso jornal é bem elucidativo da riqueza Nova Atena: - culturalmente rico, ilustrativo daquilo que fazemos, grandemente enriquecido pela entrevista concedida pela vereadora do Desenvolvimento Social, Juventude, Cultura e Habitação, Dr.<sup>a</sup> Teresa Bacelar, da Câmara Municipal de Oeiras, que muito nos honra.

Temos também nesta edição várias rubricas que certamente vão gostar de ler. Só para citar algumas, a Hora da Escrita, a invocação de algumas Personalidades, a abordagem à temática da Saúde, as habituais Viagens no Tempo, as Notícias Nova Atena e vários outros temas do maior interesse. Não deixem de ler tudo aquilo que o nosso jornal vos oferece! Vão gostar!

Tudo é fruto do trabalho voluntário, tudo é conseguido graças à colaboração entusiástica de todos os que estão disponíveis, e os resultados estão à vista. Não há pandemia que nos enfraqueça! Obrigado a todos!

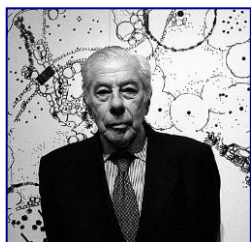
Envolvendo todos num enorme abraço, desejo-vos um Natal vivido na plenitude da riqueza do seu significado, ou seja, repleto de paz, amor e solidariedade.



## PERSONALIDADES...

### «GONÇALO RIBEIRO TELLES»

João Paulo Coelho  
Docente, Nova Atena



**Gonçalo Pereira Ribeiro Telles** (Lisboa, 25.05.1922-Lisboa, 11.11.2020), foi um eminente eng. agrónomo, arquiteto paisagista, ecologista e político. Foi discípulo de Francisco Caldeira Cabral, pioneiro da arquitetura

paisagista em Portugal. Com este professor, publicará o livro *A Árvore em Portugal*, obra de referência sobre as espécies arbóreas existentes no nosso País. Iniciou a sua vida profissional na Câmara Municipal de Lisboa e passou pelo Fundo de Fomento da Habitação como dirigente, tendo vindo a prosseguir ao longo da vida uma carreira de luta férrea pelo ambiente.

Enumerar o seu longo percurso institucional ou projetos, bem como publicações, não cabe neste escasso espaço, porém, eis um pouco do muito que se salienta da vasta herança que deixa ao país.

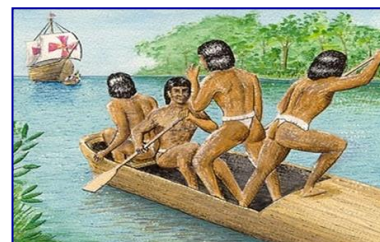
Em 1945, foi cofundador do Centro Nacional de Cultura, sendo o associado número um e Presidente da Assembleia Geral, em cujas sessões acentuou a sua oposição ao regime de Salazar. Em 1957, com Francisco Sousa Tavares, fundou o Movimento dos Monárquicos Independentes. Em 1959, foi signatário da *Carta a Salazar sobre os serviços de repressão*. Em 1967, aquando das cheias de Lisboa, impôs-se publicamente contra as políticas de urbanização vigentes. Após a Revolução de 1974, fundou o Partido Popular Monárquico. Entre 1996 e 2002 concebeu para a *Área Metropolitana de Lisboa* projetos relevantes como os do *Castelo de S. Jorge*, *Jardim Amália Rodrigues* ao Parque Eduardo VII, *Vale de Alcântara*, *Radial de Benfica*, *Vale de Chelas*, *Corredor Verde de Monsanto* e *Zona Ribeirinha Oriental e Ocidental* da cidade.

O projeto mais marcante da sua carreira é, provavelmente, o jardim da Fundação Calouste Gulbenkian, que assinou com António Viana Barreto e que lhe valeu, *ex aequo*, o Prémio Valmor de 1975. Em abril de 2013 foi galardoado com o *Prémio Sir Geoffrey Jellicoe*, a mais importante distinção internacional no âmbito da arquitetura paisagista. Criador de jardins e de partidos, Ribeiro Telles foi para a política porque tinha uma paixão — a paisagem.

### «PEDRO ÁLVARES CABRAL»

Pilar Encarnação  
Docente, Nova Atena

**Pedro Álvares Cabral** (Belmonte, 1467/68-Santarém, 1520), foi moço fidalgo de D. João II desde os 12 anos e fez parte da sua guarda pessoal.



Seria, pois, homem da sua inteira confiança.

Em 1500, foi nomeado capitão-mor de uma poderosa armada com destino à Índia, tendo por missão estabelecer boas relações comerciais com o Oriente. A armada partiu a 9 de Março, do Restelo, seguindo a mesma rota de Vasco da Gama mas, sem qualquer razão aparente, navegaram mais para sudoeste e a 22 de Abril avistaram terra a que Cabral deu o nome de Terra de Vera Cruz. No dia 24 desembarcaram numa larga enseada a que chamaram Porto Seguro. Por lá se demoraram oito dias, confraternizando com os indígenas e explorando a costa, partindo depois para a Índia.

Cabral enviou uma nau de regresso a Portugal, dando a notícia do achamento ao rei D. Manuel, conforme a famosa carta de Pêro Vaz de Caminha com um relato fiel e maravilhado da beleza da paisagem e sobretudo do aspeto dos nativos e da sua curiosidade amigável: «acudiram pela praia 18 ou vinte homens, pardos, todos nus, sem nenhuma cousa que lhes cobrisse suas vergonhas. [...]»

Não é de admirar que Portugal tenha participado na descoberta do Novo Mundo, já que, para além das expedições conhecidas houve muitas outras que ficaram na sombra. Por volta de 1490 predominava a convicção de que havia terras para Ocidente. Só assim se compreende a insistência de D. João II nas 370 léguas a Oeste de Cabo Verde. A Carta de Mestre João (astrónomo e médico da armada), publicada pela 1.ª vez em 1843, faz referência a um *mapa-mundi* na posse de Pero Vaz Bisagudo, onde esta terra que se julgou ser uma ilha, estava já representada antes da descoberta oficial.

Passados 500 anos sobre a sua morte, continua a mesma questão: foi o acaso ou a intenção que conduziu Cabral ao Brasil? Os historiadores argumentam nos dois sentidos, porém, enquanto não surgir uma outra informação mais precisa, a dúvida permanece.



*Teresa Bacelar*

Vereadora para a área de Desenvolvimento Social, Juventude, Cultura e Habitação  
Câmara Municipal de Oeiras (CMO)

*A Nova Atena regista com enorme agrado o empenho que a edilidade tem dedicado à nossa Associação, bem como está particularmente reconhecida pela perspetiva de um cada vez maior aprofundar da mútua colaboração, nomeadamente, no que toca ao previsto alargamento das instalações que muito contribuirá também para o maior desenvolvimento cultural ambicionado por todos. Assim, perguntamos:*

**NOVA ATENA (NA) – Da imagem e experiência que tem em relação à NA o que de relevante considera ser de referir quanto às suas atuais características e inserção na comunidade?**

**Teresa Bacelar (TB)** - A Nova Atena, sendo uma organização relativamente recente, beneficia das características da “sua tenra idade” - juventude, inovação e dinamismo. Destacaria, ainda, a génese da sua criação relacionada com a missão de contribuir para a inclusão e bem-estar da pessoa sénior, utilizando a cultura como veículo principal.

Enquanto Vereadora do Pelouro do desenvolvimento Social tenho tido a oportunidade e prazer de poder experienciar algumas das atividades desenvolvidas e que espelham, precisamente, esta que é a marca distintiva da Nova Atena.

**NA – Que sugestões/propostas teria numa linha de mais ajustamento do projeto NA à realidade sénior atual e no contexto das necessidades sentidas pela CMO, designadamente, no plano cultural?**

**TB** - A realidade sénior é, de facto, muito diversificada e não é linear que a possamos generalizar. Temos idosos ativos e participativos, temos idosos dependentes e mais vulneráveis, assim como verificamos diferentes capacidades económicas e contextos sócio culturais. Diria, no entanto, que no contexto desta diversidade, identificamos, cada vez mais, um problema comum. Relaciona-se com o crescente isolamento desta faixa etária que, no contexto urbano, se vê ainda mais privada de contactos sociais e de solidariedade ou entreajuda. Neste seguimento, e para além do importante papel que a Nova Atena já assume na comunidade, diria que o contributo poderia passar por uma intervenção junto desta população, nomeadamente através do desenvolvimento de projetos de voluntariado que minimizem as situações de isolamento, na vertente que considerem mais adequada à intervenção da NA. Levar a cultura às pessoas seria um excelente passo para as fazer sentir que não estão esquecidas e que fazem parte de algo muito maior do que a solidão da sua habitação.

**NA – Como encara o futuro da NA enquadrado no movimento sénior que se tem vindo a desenvolver intensamente a nível nacional e regional, bem como o respetivo papel enquanto parte da dinâmica social do Concelho?**

**TB** - Enquanto representante de um Município que tem como filosofia de intervenção práticas colaborativas, encaramos o futuro do tecido social concelhio, com uma consolidação deste trabalho de parceria onde sabemos que a NA terá um lugar de destaque. Não só esperamos que a NA continue a deixar a sua importante marca no contexto das Universidades Seniores que existem no território, como num âmbito mais alargado que corresponde a uma intervenção social, propriamente dita. Acreditamos que com a vossa força associativa e com o conhecimento que já detêm da comunidade local, poderão representar uma enorme mais valia no apoio aos seniores em situação de maior vulnerabilidade.

**Nota da Redação**

Os textos de *A Nova Idade* encontram-se escritos ou conforme a antiga ortografia ou em conformidade com o último *Acordo Ortográfico* consoante a opção dos respetivos autores.



---

**EM TEMPO...**

Merecia uma coluna, uma página, um jornal, continuará a ser lido e estudado, foi-se o ouvir da sua voz presencial, guardemos o eco da que ficou gravada em tantos de nós. É assim, foi assim EDUARDO LOURENÇO (23.05.1923-01.12.2020), o homem erudito, simples, afável, apaixonado pelas suas Beiras, o *emigrado não emigrante*, poeta, escritor, estudioso da identidade do país, filósofo, crítico, ensaísta!



## EFEMÉRIDES

### Em 2020

#### Prêmios atribuídos a Autores nacionais

- *Prémio Camões*: Vítor Manuel de Aguiar e Silva, professor, escritor e poeta
- *Prémio de Literatura* da Feira de Guadalajara: Lúcia Jorge, escritora
- *Prémio Estreito de Magalhães*, Fund. Imagen de Chile: Elvira Fortunato, cientista, investigadora e professora
- *Leão do Futuro e Especial do Júri*, Festival de Veneza: Filme *Listen*, Ana Sousa Lima, atriz e realizadora

#### Falecimentos

- Alfredo Tropa, cineasta, português
- Artur Portela Filho, tradutor e jornalista, português
- Cruzeiro Seixas, pintor e poeta, português
- Eduardo Lourenço, filósofo, escritor, ensaísta, português
- Ennio Morricone, compositor e maestro, italiano
- Ernesto de Melo e Castro, poeta, escritor e artista plástico, português
- Fernanda Lapa, atriz e encenadora, portuguesa
- Gonçalo Ribeiro Telles, arquiteto paisagista, ecologista e político, português
- Jorge Salavisa, bailarino e diretor artístico, português
- Juliette Gréco, cantora e atriz, francesa
- Nikias Skapinakis, pintor de origem grega, português
- Olivia de Havilland, atriz, britânico-americana
- Quino, Joaquín Salvador Lavado Tejón, gráfico, cartunista, pensador e historiador, argentino
- Sean Connery, actor, britânico
- Vicente Jorge Silva, jornalista e político, português

#### Há 20 anos

- Viragem do século XX para o século XXI

#### Há 50 anos

- Morre Charles de Gaulle, general, político e estadista, presidente da república, francês
- *A criança Selvagem*, de François Truffaut, francês
- *Love Story*, de Arthur Hiller, canadiano

#### Há 100 anos

#### Falecimentos

- W. Wundt, médico, filósofo e psicólogo, alemão
- A. Carnot, químico, francês

#### Nascimentos

- Amália Rodrigues, fadista, cantautora, portuguesa
- Artur Agostinho, jornalista, locutor e ator, português
- Clarice Lispector, jornalista e escritora, ucrânio-brasileira
- Federico Fellini, cineasta, italiano
- Adir Afonso, arquiteto e pintor, português

#### Há 150 anos

- Nasce Maria Montessori, médica e pedagoga, italiana

#### Há 250 anos

- Nasce Ludwig van Beethoven, compositor, alemão

#### Há 450 anos

- Morre Manuel da Nóbrega, missionário, português

#### Há 500 anos

- Morre Pedro Álvares Cabral, navegador, português

## «COMUNICAÇÕES SÉC. XXI»

Carlos Figueiredo

Docente, Nova Atena



Este tema que vou procurar tratar de uma forma o mais simples possível, é-me particularmente querido, pois foi nele que trabalhei durante quase 35 anos da minha carreira profissional.

Com ele evolui, pois sempre tive o cuidado de não me deixar “atrasar” relativamente ao que se ia passando pelo Mundo.

Por isso, depois de ter feito uma das primeiras transmissões, em tempo real, em Portugal, desde as Caldas da Rainha para Lisboa, para uma entidade bancária, por volta do Natal de 1975, resolvi expatriar-me, com a minha família, para estar mais perto de onde as “coisas” se passavam.

As telecomunicações e os seus serviços marcam presença no dia a dia de todos nós, sendo para muitos quase inimaginável a vida sem essa “facilidade”. É por isso natural a curiosidade em torno das tecnologias envolvidas nos sistemas e infraestruturas das redes de telecomunicações, disponíveis em todo o mundo.

Neste contexto, esta apresentação não fará sentido sem lhe ser dada continuação.

Vamos procurar despertar o interesse e atenção do leitor para estas matérias, procurando dar-lhe continuidade, ao longo do ano que vem, 2021, se para tal nos for dada oportunidade.

Nesse sentido vamos procurar dar-lhe os principais referenciais, onde o leitor poderá encontrar os principais conceitos sobre as redes de comunicações e os meios usados para podermos estar todos em contacto uns com os outros.

Chegaremos à *Internet* ou *net*, como é comumente conhecida, podendo alargar os horizontes para as metodologias usadas nas mais recentes redes de comunicação.

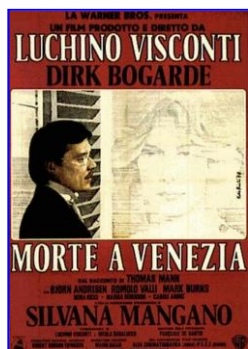
Hoje as comunicações estão e convergem em quase tudo o que fazemos, desde o Audiovisual, Cultura Participativa, Inteligência colectiva, Internet das Coisas.

A participação dos jovens deu-nos o “boost” (o impulso) necessário para se ganhar novo fôlego e continuar este caminho, difícil, mas maravilhoso.



**«CINEMANIA NOVA ATENA»***Luísa do Ó*

Docente, Nova Atena



Nenhuma forma de arte é inocente. E a sétima arte não é diferente. O que muda é o olhar.

Quando se iniciou a Cinemania, o propósito nunca foi “passar filmes”. Foi, sim, contar a história do Cinema, tratando-o como uma forma de arte. E assim foi, desde a magia de Charlie Chaplin ou o simbolismo de Eisenstein, o seu caminho no tempo: o som e a memória, a beleza do Neo Realismo italiano ou a Nova Vaga francesa, os visionários e os mestres, os inesquecíveis e as obras-primas.

Uma vez por mês, um título no cartaz chama para quinta-feira à tarde como se chamasse para uma exposição de pérolas. Nenhuma obra de arte é inocente, mas é preciso que se abram os olhos que a vêem. E eu sei disso.

Logo à entrada é entregue um folheto que fala da obra – é o primeiro contacto com o filme, indelével, físico, tão físico como é o acordar. E os olhos já se abrem para mim, que venho fisicamente fazer a apresentação, atrair a atenção para a luz ou o jogo de luz e sombra, para o technicolor ou para a pura beleza da imagem, para a paixão do realizador ou o efeito da poderosa música de Wagner. E quando se apagam as luzes e se acende a imagem no ecrã, ei-los prontos para o deslumbramento.

Na penumbra, observo-os um por um, cada expressão, cada olhar, cada atenção. E, quando no ecrã aparece *Fim*, a minha audiência bate palmas: não viram um filme, deixaram-se tocar pela obra de arte.

Tudo isto para dizer que o momento que atravessamos não reúne as condições para continuar neste registo. O tempo virá para retomar a Cinemania como era, sem nada de inocente.

Em 15 de Fevereiro último, prestámos homenagem a Luchino Visconti, passando “Morte em Veneza”, adaptação da obra de Thomas Mann *Death in Venice*, com música de Gustav Mahler, e brilhante interpretação de Dirk Bogarde e Silvana Mangano. Grande Prémio de Cannes (1971). Com estas assinaturas só podia ser uma obra-prima. Visconti, aristocrata, marxista, neo-realista, teve uma carreira que primou pela suma grandeza com *O Leopardo* e *Rocco e seus Irmãos*. O realizador que amava ópera, obcecado pela sua arte, cuja “paixão” pelo pormenor e pela beleza nos tocou e toca como inesquecíveis obras de arte. Nunca ganhou um Óscar, talvez por ser italiano, numa Europa dos anos 1960/70.

Outro grande nome da 7.<sup>a</sup> arte que teria tido presença na Cinemania e cujo centenário se celebra em 2020, é Federico Fellini, oscarizado, com obras-primas de sempre, tais como *Fellini 8 ½* e *La Dolce Vita*.

**«BEETHOVEN»***Vitor Paiva*

Docente, Nova Atena

**Ludwig van Beethoven** (Bona, 17.12.770 - Viena, 26.03.1827), foi um compositor alemão do período de transição entre o *Classicismo* e o *Romantismo*. É considerado um dos pilares da música ocidental, um dos compositores mais respeitados e mais influentes de todos os tempos. O resumo de sua obra é a liberdade política, a liberdade artística, de escolha, de credo e a individual em todos os aspectos da vida. Com 21 anos mudou-se para Viena. Foi aceite como aluno de Haydn. Também teve aulas com Salieri. Tornou-se um pianista virtuoso. Começou então a publicar as suas obras. Em Viena surgiram os primeiros sintomas de surdez aos 26 anos, o que lhe transtornou bastante o espírito, levando-o a isolar-se e a grandes depressões. Aos 46 anos estava praticamente surdo. A sua influência na história da música foi imensa. Em 1814, Beethoven já era reconhecido como o maior compositor do século. Foi o primeiro romântico apaixonado pelo lirismo dramático e pela liberdade de expressão. Foi sempre condicionado pelo equilíbrio, pelo amor à natureza e pelos grandes ideais humanitários. Inaugurou a tradição de compositor livre que escreve música para si sem estar vinculado a um príncipe ou a um nobre. Escreveu nove sinfonias, cinco concertos para piano, 32 sonatas para piano, 16 quartetos de cordas, canções e a ópera *Fidélio* entre outras composições. Duzentas mil pessoas enfileiraram-se nas ruas para o seu funeral.





## NOVA ATENA: Estamos ligados...

### «INSCRIÇÕES e ABERTURA do ANO LETIVO 2020/2021»

Ana Folgado

Vice-Presidente, Nova Atena

O processo de inscrições no ano letivo 2020/21 decorreu muito bem, de forma presencial e ao ar livre, aproveitando o nosso lindo jardim. Os associados foram escalonados ao longo dos 15 dias de inscrições e foram implementados procedimentos de segurança sanitária inerentes ao estado de calamidade. O processo de inscrições foi também uma oportunidade dos nossos associados se reverem e visitarem a Nova Atena, o que ficou bem patente na alegria dos seus rostos.

#### Ano letivo 2020/21: Inscrições ao ar livre em tempo de pandemia



Fotos: Maria Vidal, Nova Atena

A abertura do ano letivo (6 Outubro) foi celebrada com uma festa virtual, muito apreciada por todos, que incluiu a apresentação de vídeos com mensagens do nosso presidente, do presidente da CMO, Dr. Isaltino Morais, e de outras individualidades desta Câmara, vários depoimentos dos nossos associados sobre o que significava para eles a Nova Atena, e, por fim, alguns registos de eventos recentes e demonstrativos da atividade cultural da Nova Atena.

Agradecemos à nossa associada Maria Vidal a contribuição na preparação daqueles vídeos.

#### Abertura do Ano Letivo 2020/21 por Videoconferência



Fotos: Maria Vidal, Nova Atena

Apesar das circunstâncias adversas que o país e o mundo estão a passar, é de relevar que a adesão dos associados permanece bastante expressiva mesmo com o adiamento das aulas presenciais, em particular, as de música, ginástica, teatro e artes plásticas.



## «EXPOSIÇÕES e outras actividades CULTURAIS»

Eduarda Chaves

Vogal da Direção, Nova Atena

A Nova Atena está “à espera de melhores dias”, mas, enquanto a nossa vida não volta à normalidade, vamos fazendo o que de melhor temos e sabemos para manter o espírito de empenho, união, motivação e de dedicação de todos os associados, criando novas áreas onde a criatividade esteja sempre presente.

Continuamos com o projecto dos *Contos e Poesia “à espera de melhores dias...”*, que muito tem motivado os nossos associados escritores, e com as exposições: umas virtuais e uma ou outra presencial.

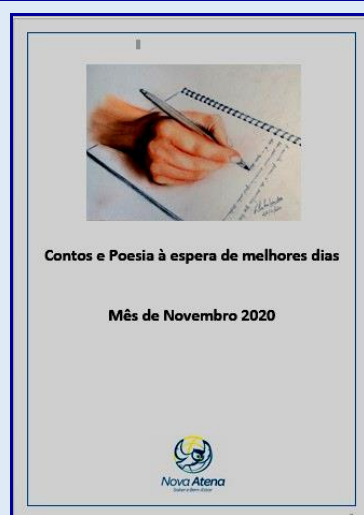
Neste início do ano, a abertura da Associação foi muito diferente. Não tivemos os nossos associados por perto, mas resolvemos fazer a exposição de fotografia *Vamos continuar a sorrir*, da Guida Santos, que tornou a vossa presença mais próxima e não tão ausente. Para além desta exposição presencial ainda organizámos uma outra com os trabalhos do Faustino Vital e outra virtual com os maravilhosos livros da Zélia Padrão, que tantos elogios mereceram.

Entre muitas outras actividades, houve a teleconferência inaugural do ano letivo pelo Dr. Jorge Xavier da CMO sobre *Cidadania e Cultura em Oeiras* e duas palestras virtuais sobre saúde, ambas asseguradas por excelentes médicas: *Demências*, pela Dra. Élia Baeta e *Anemias*, pela Dra. Manuela Bernardo. Estas iniciativas foram um sucesso, como o demonstra a elevada participação de cerca de uma centena de associados. De realçar também que ocorreram duas apresentações virtuais de livros de associados: *Viagens no Tempo*, de Constantino Ferreira e *Sons do Tempo*, de Jorge Proença.

Agradecemos a todos o esforço que fazem para nos acompanhar. Fiquem atentos aos novos desafios!



Vamos continuar a sorrir..., Guida Santos



Contos e Poesia, Vários Autores



Os livros maravilhosos da Zélia, Zélia Padrão



Em tempo de pandemia, Faustino Vital

Fotos: Eduarda Chaves, Nova Atena



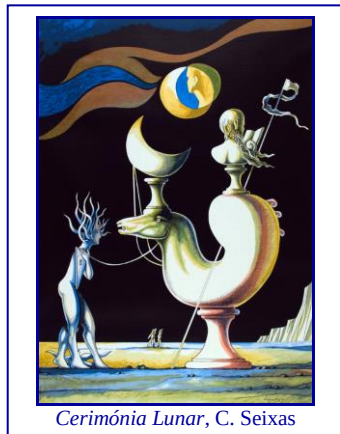


## «HORA DAS ARTES PLÁSTICAS...»

Conceição Gonçalves

Docente, Nova Atena

Na presente situação, o país e o mundo têm estado focalizados na atual pandemia e têm escasseado a divulgação e a celebração de factos assinaláveis a todos os níveis, incluindo na Arte. Assim, não podemos deixar de aqui evocar o recente falecimento não de um, como é habitual neste nosso jornal, mas de dois relevantes artistas da arte contemporânea.



**Artur Cruzeiro Seixas** (1920-2020), deixou-nos no passado dia 8 de novembro. Começou este artista e poeta por uma arte inspirada na corrente expressionista, alinou depois pela inspiração neorrealista, mas, tal como outros artistas do seu tempo, o ambiente repressivo em relação às artes encaminhou-o para a opção pelo surrealismo, integrando o grupo de *Mário Cesariny*, *António Maria Lisboa*, *Carlos Calvet*, *Pedro Oom* e *Mário Henrique*, entre outros. Chegou a considerar o surrealismo a única revolução nas artes. Pintura, escultura e poesia constituem o seu legado à humanidade. Através dos seus quadros entramos num universo imaginário, estranho e cruel em atmosferas negras, menos vezes coloridas. Locais misteriosos à maneira de *De Chirico*, contrastes entre pretos e brancos, imagens que fazem lembrar *Dali*.

Os poemas, em reedição, constituem uma admirável “Obra Poética”.

Referindo-se à sua obra artística escreveu Emília Ferreira: “Edifica um mundo desolador em que a face onírica e literária não esconde a violência do conjunto, destruindo toda a possibilidade de quietude”

As suas obras de arte ainda que patentes em vários museus, podem ser sobretudo conhecidas no Museu do Surrealismo em Vila Nova de Famalicão que o artista fez nascer ao doar com essa finalidade a sua obra. Sensibiliza hoje a modéstia das suas palavras “*Perfiz uma obra que não é genial. Da minha vida nada vai ficar em definitivo*”.

**Nikias Skapinakis** (1931-2020), faleceu no passado dia 26 de agosto. Nascido em Lisboa, de ascendência grega, interrompeu o curso de arquitetura para se dedicar inteiramente à pintura que concretizou em quadros a óleo, litografias, serigrafias, ilustração de livros e elaboração de cartazes para grandes eventos. Em 1971, realizou o painel para enriquecer as pinturas do café “A brasileira do Chiado” e em 2005 concebeu o painel cerâmico para a estação do metropolitano de Arroios.

No caminho do modernismo é um “*mestre da cor*” conhecido pela multiplicidade de linguagens artísticas. Dele se tem afirmado ser um pintor que não rejeita nenhum dos géneros, o desenho, o nu, a paisagem, o retrato ou a natureza morta. Observar a sua obra é viajar por um universo meticuloso, intenso, intransigente, obstinado e livre, chegando esta a ser cognominada de *multimoda e única*.

Caraterizou a vida de Nikias uma estreita simbiose entre ideais e trabalho. Afirmou: “*a minha atividade política subversiva na época (Estado Novo) emprestava-me uma motivação que influenciou a minha capacidade de resistência ao ambiente que defrontava*.”

A sua obra foi mostrada em muitos locais de Portugal e estrangeiro. Hoje pode conhecer-se parte no Museu Gulbenkian.



Encontro de Natália Correia com Fernanda Botelho e M.ª João Pires, N. Skapinakis



### Passamento

Tão pouco tempo esteve connosco o Mário Freire, mas com ele leva a nossa profunda saudação pela sua efémera e interessada passagem pela Nova Atena. Em contrapartida, a nossa querida Maria José Ruiz teve uma presença longa, participativa, afetuosa e dedicada e é tanta a saudade que nos deixa. Que estejam em Paz!



## «CLARICE LISPECTOR»

Elisabete Castel-Branco  
Docente, Nova Atena



Clarice Lispector nasceu na Ucrânia em 10 de Dezembro de 1920, terceira filha de pais de origem judaica, com o nome de Chaya. Vítima de perseguições e pogrom, a família fugiu da Ucrânia, primeiro em 1921 para a Moldávia e em 1922 para a cidade de Maceió no Brasil. Foi aí que Chaya adoptou o nome de Clarice e foi aí que se tornou a grande escritora que é.

Aos dez anos ficou órfã de mãe e o pai decidiu viver no Rio de Janeiro, onde Clarice ingressou na Universidade, Faculdade de Direito, o que nessa data não era vulgar para uma rapariga, para mais de origem judaica. Só havia três mulheres e nenhum judeu. Apesar da sua origem e do curso que tirou, não foi como ucraniana ou jurista que se distinguiu. Foi nas letras como jornalista e escritora que Clarice ganhou o justo lugar que lhe compete como uma das grandes escritoras do modernismo brasileiro da segunda metade do séc. XX.

Os temas da sua escrita, maioritariamente femininos, como a maternidade, os filhos, o cuidado da casa, apesar de já anteriormente abordados nunca o tinham sido na linguagem que utilizou. Ao lermos Clarice Lispector deparamo-nos com formas gramaticais fora do comum e uma linguagem buscando incessantemente um novo estilo, não sendo por isso uma leitura fácil, que nos obriga a atenção redobrada da leitura. Partindo de temas do quotidiano como encontrar uma barata do armário da empregada, consegue prender-nos com uma escrita de renovação total, o que aconteceu em *A Paixão de G.H.* que foi considerada a sua maior obra. Escreveu romances, poesia e artigos de jornal. Em 1949 recebeu o prémio “Graça Aranha” com o romance *Perto do Coração Selvagem*.

Clarice Lispector nunca foi mulher de se expor publicamente, mas fá-lo através da sua maravilhosa e inovadora escrita. Hoje em dia está publicada em diversos países e reconhecida como grande escritora que é.

Faleceu em 9 de Dezembro de 1977, véspera de completar 57 anos, vítima de cancro. Sua despedida no hospital em que se encontrava foi: “Morre meu personagem”.

## «ESCRITA CRIATIVA na NOVA ATENA»

*A chuva cai*

É penoso não ter luz, nem canto das aves, nem cores brilhantes a encantar os olhos.

A tristeza e a nostalgia espreitam, prontas a ocupar o nosso espaço interior assim que baixamos a guarda. O corpo parece mais pesado, o espírito está lento e descontente, tudo custa e é sombrio.

Mas... e se parássemos, por momentos, de sentir e ficássemos só a olhar para entender, deixando o pensamento livre fluir?

Aquela chuva incómoda e a cor cinzenta da Natureza são vitais para o renascer da luz, das flores, do cantar das aves. Sem ela não haveria riachos, gotas brilhantes nas folhas, o poder matar da sede em água fresca, murmurando pelas pedras da nascente para engrossar mais além, ganhando força. O entardecer com chuva promete um novo renascer de dias luminosos e cheios de vida.

Os pássaros deixam de jubilar porque entendem e respeitam este momento de choro morno da terra que antecede o recomeço. Porque não sair abrigados, apanhar um pouco de chuva, molhar os pés nas poças de água, inspirar o ar fresco, fechar os olhos e sentir a promessa de alegria e luz a envolver-nos?

Vão nascer-nos asas, que manteremos prudentemente fechadas até ao momento certo de conquistar o espaço iluminado... como os pássaros.

Maria Amélia Mendes, Associada, Nova Atena

*A minha hora*

A hora marcada pela ansiedade,  
Antevendo momento feliz do reencontro, da saudade...  
A hora que se deseja para absorver a realidade.  
A hora de repor a felicidade  
Num momento que já vem tarde,  
Ou cedo demais que marca a vida para sempre,  
Num lamento de dor e saudade  
A hora da manhã que com fragor desfaz uma vida  
E mata os sonhos de um inocente  
A hora do recomeço forçado e do nada  
Hora da incerteza consumada.  
Da letargia que não pode durar,  
Da fraqueza de onde se fez força  
Hora do ímpeto de onde a alma se ergue  
Hora do luar que não ilumina a noite ventosa e de frio cortante  
Onde o caminho se galga ofegante  
Porque em sonhos já não se acredita  
Hora do desânimo que contamina o espírito  
E impõe outro rumo, porque já é tarde.  
Chegaste e marcaste o destino!  
De ti, hora, louvo a bênção de, na tua versão feliz,  
chegares cedo uma vez!...

Nuno Vieira, Associado, Nova Atena





No envelhecimento, os idosos saudáveis conseguem completar com igual eficácia tarefas de indivíduos de 30 anos, apenas com maior lentidão. Contudo, as consequências da inércia cerebral comparam-se às musculares, degenerando e atrofiando. Se diminui significativamente a atividade, perdemos progressivamente capacidades mentais (demência).

A degenerescência cerebral é multifatorial e o seu principal fator de risco é a idade. Portanto, quanto mais vivemos maior o risco. No entanto, quem, durante a vida, mantém constante motivação de aprender, alcançar e treinar mais conhecimentos, adquire maior «reserva cognitiva» usando mais e melhores estratégias no funcionamento cerebral. Tem assim, maior resistência às perdas causadas por todos os tipos de agressões que têm como alvo este órgão.

Até há poucos anos acreditava-se que neurónios que morressem não regeneravam. Hoje, sabe-se que até certo grau de lesão, outros podem substituir os não funcionantes. Essa capacidade é maior na juventude, em menores graus de lesão e em cérebros com maior reserva cognitiva. Além da idade e da genética, imutáveis, o controlo de outros fatores de risco pode permitir redução (até 40%) na probabilidade de demência. São eles hipertensão arterial, diabetes, dislipidemia e obesidade, consumo de tóxicos (bebidas alcoólicas, tabaco e/ou drogas ilícitas), inatividade física e mental, disfunção cerebral prévia consequente a traumatismo, doença psiquiátrica ou neurológica.

Quando o processo degenerativo se inicia, nem o próprio nota a sintomatologia pois, discretamente, insinua-se nas tarefas diárias como pequenas falhas, sem implicar necessidade de ajudas externas, constituindo «Defeito Cognitivo Ligeiro» (DCL). Nem todos os DCL resultam em demência. O DCL mnésico é o que mais preocupa os médicos, pois mais frequentemente evolui para Doença de Alzheimer. Nesta demência, a diminuição da memória recente é a característica proeminente. Também o é na Demência de Corpos de Lewy, mas nesta sobrepõem-se outros sintomas como alterações das capacidades de perceber e processar informação visual, alterações motoras com quedas e flutuação dos sintomas. As lesões vasculares podem também

originar demência, mais frequentemente no início o doente parece mais lento e posteriormente assemelha-se à Doença de Alzheimer. Existem outros tipos de demência menos frequentes, devendo ser realçada a Demência Frontotemporal, bem diferente da maior parte e em que os sintomas comportamentais com repercussão social contribuem para serem, por vezes, confundida com doenças psiquiátricas. Para atenuar as repercussões importa identificar, precocemente, a «modificação» do modo prévio de ser da pessoa. Em breve, poderemos detetar a doença em fase assintomática.

Presentemente, o célere encaminhamento aos serviços de saúde depende muito da atenção daqueles que convivem com o doente. Um plano nacional de demências seria fundamental para a pronta abordagem pelos cuidados de saúde e confirmação/exclusão de diagnóstico e, nos casos indicados, instituição dos cuidados adequados, farmacológicos e não farmacológicos, ao doente e cuidador em todas as fases da doença. Devem ainda ser acautelados os direitos dos doentes, relativos ao esclarecimento do prognóstico, necessidade de acompanhamento nas decisões por terceiros, complementos sociais. Devem também ser consideradas e, se possível, prevenidas as complicações das fases mais avançadas. À medida que progressivamente se perturbam as várias funções cognitivas (linguagem, cálculo, memória, capacidades práticas e visuoespaciais), comportamentais e emocionais, surgem reações que não existiam previamente, como agressividade, delírio (por exemplo de ciúme ou de roubo). Por fim, o sono é muito perturbado, surge incontinência de esfíncteres, perda da marcha, incapacidade de deglutição, facilitando infeções, aumentando o risco de desnutrição e desidratação. Nesta altura, dificilmente uma única pessoa será capaz de tratar do doente e por isso as famílias recorrem a centros de dia e, por último, a lares. Faltam ainda, em Portugal, Cuidados Paliativos específicos e apoios a cuidadores, assim como entidades reguladoras e fiscalizadoras das instituições.

- *Socialize. Fale diariamente com um familiar ou amigo, discuta as novidades e opiniões pessoais, da família, da terra, do país ou do mundo.*
- *Planeie o dia seguinte ou um dia importante como o domingo.*
- *Anote mensagens e tarefas, leia-as e memorize. Tenha num local fixo da casa e «à mão», uma caneta e caderno.*
- *Memorize mais números de telefone dos familiares e amigos. Tente uma, duas, três ... dez vezes.*
- *Caminhe. Os estudos científicos mostram melhor desempenho cognitivo depois de exercício físico moderado.*
- *Use caminhos diferentes para ir às compras ou ao trabalho. Use e aprenda novas formas de resolver tarefas de rotina ou novas atividades.*
- *Faça voluntariado. Seja ele de que tipo for, o trabalho voluntário é excelente para contrariar a rotina, conhecer novas pessoas e aprender.*



## «SAÚDE: MENSAGEM DE NATAL»

*Conceição Areias e Felicidade Dias*

*Médicas, Associadas Nova Atena*



Gostaríamos de deixar uma mensagem reconfortante aos nossos colegas e amigos da Nova Atena.

Este Natal poderá ser diferente, mas, será só este! Todos vamos ter consciência de que os encontros são propícios aos contágios e nós todos somos um grupo de risco para doença grave.

Voltando à mensagem reconfortante, depois dos alertas que nos competem, a todos desejamos um Bom Natal, com saúde!!! Ter saúde já é ter um bom Natal, no contexto em que estamos!

Para o ano, haverá a almejada vacina e, aos poucos, juntando os recuperados da doença que ganharam imunidade, a epidemia abrandará e poderemos voltar aos nossos encontros e convívios.

Aproveitamos ainda, para lembrar que é importante renovar a vacina da gripe sazonal e fazer ou renovar a vacina da pneumonia.

A ideia que gostaríamos de deixar seria: protejam-se, protejam-se, protejam-se!!!

Haja esperança! Será só este ano um Natal atípico, quanto mais e melhor cumprirmos as regras de proteção, mais depressa nos libertaremos da pandemia!

Boas Festas e um abraço amigo.



## VIAGEM NO TEMPO...

### «HÁ 20 ANOS: A passagem do MILÉNIO

*Constantino Ferreira*

*Associado, Nova Atena*

Estamos a um passo de saltar o Milénio.

Hoje, 31 de Dezembro de 1999, temos ainda uma hora para viver neste último dia do Milénio.

Passeamos lentamente pela Rua 46.<sup>a</sup> de *New York*. Acabámos de jantar no Restaurante Português do meu amigo Alfredo. Jantámos e ceámos, que o Alfredo fez questão disso mesmo. Também pagámos bem, mas dividido por toda a tripulação da TAP na qual estou inserido, mais uns tantos familiares e, como foi a última refeição do Milénio, foi muito bom. Somos mais de vinte Portugueses, a maioria tripulantes da TAP como eu, mas os familiares são quase outro tanto.



Atravessamos agora a 5.<sup>a</sup> Avenida e, lá ao fundo, na *Times Square* o barulho das luzes já se faz notar. Com esforço, através da multidão atravessamos a 7.<sup>a</sup> Avenida, mais conhecida como a Avenida das Américas. Agora queremos chegar à grande praça da passagem do Milénio, à famosa *Times Square*!

Parece impossível progredir por esta mole humana compacta, excitada e barulhenta. Conseguimos chegar à almejada esquina com a 46.<sup>a</sup> Rua. Ficamos surpresos, o relógio lá em cima “Bate as 24 Horas” deste último dia do velho Milénio. O ano de 1999 fica para trás!

O Ano 2000 entra em *Times Square* ensurdecedor, aos saltos, aos gritos, a cantar, de braços levantados, com os *confetti* a estalar e os papelinhos no ar! Toda esta multidão heterogénea, de todas as cores e de todos os credos, se cumprimenta e abraça. Parece que somos todos Amigos!

Nós, os tripulantes da TAP e familiares, entramos em êxtase, é uma alegria enorme estarmos juntos nestes primeiros minutos do novo Milénio.

Tenho nos braços a Elsa e a nossa filha Mariana, que neste ano 2000, dentro de onze dias, vai fazer 14 anos! Estamos felizes, toda esta multidão grita de felicidade, alegria, e esperança neste novo Milénio, que aqui entrou em estrondo de luz e alegria.

Ele aqui está para nos ter como parceiros durante mais umas boas décadas, jovem, promissor e de grande esperança para todo o Mundo.

*Aos associados, parceiros e amigos da Nova Atena desejamos*  
**BOAS FESTAS e FELIZ 2021**  
A Redação



## ACONTECEU...

*Um ano diferente devido à pandemia pela COVID 19, uma doença contagiosa pelo vírus SARS-CoV-2, a qual limita as atividades de grupo que têm predominado por via virtual com ênfase para a teleconferência.*

### Visitas Culturais (Zoom)

- “Central Tejo - Museu da Eletricidade”, Fundação EDP, Lisboa
- “MAAT”, Fundação EDP, Lisboa
- “Museu Arpad Szenes - Vieira da Silva e Zona circundante: arqueologia industrial da produção da seda”, Lisboa
- “René Lalique e a Idade do Vidro”, Fundação Calouste Gulbenkian, Lisboa

### Conferências/Palestras (Zoom)

- “Ciclo *Uma palavra sobre saúde*”, Élia Baeta, coordenadora
- “Anemias”, Manuela Bernardo
- “Demências”, Élia Baeta
- “Cidadania e Cultura em Oeiras”, conferência inaugural do ano letivo 2020/21, Jorge Barreto Xavier

### Lançamento de livros (Zoom)

- “Sons do Tempo”, Poesia, Jorge Proença
- “Viagens no Tempo”, Prosa, Constantino Ferreira

### Dinamização cultural - Coordenação: Eduarda Sá Chaves (presencial e/ou virtual)

- “Contos e Poesia à espera de melhores dias”, escrita mensal, associados NA
- “Em tempo de pandemia”, quadros com materiais do quotidiano, Faustino Vital
- “E vamos continuar a sorrir...”, duas exposições de fotografia, Guida Santos
- “Ler em Casa”, requisição online de livros da Biblioteca NA
- “Os livros maravilhosos da Zélia”, arte aplicada, Zélia Padrão

### Caminhadas - Coordenação: Arlete Medina

- “Jamor/Belém/Jamor”, Dia do Desporto Sénior, Semana Europeia do Desporto
- “Caxias/Barcarena/Caxias”
- “Corredor Verde de Monsanto/Bairro do Calhau”
- “Luzes de Natal”, Baixa de Lisboa

### Clube de Tricot - Coordenação: Luísa Contino

- “Confeção de vestidos de criança e outros donativos”, para Moçambique no âmbito do Projeto Mão Solidária

### Jograis - Coordenação: M.ª José Saraiva

- “Natal NA 2020: Poemas de Filipa Leal, José Luís Peixoto, Jorge de Sena, Manuel Alegre, Maria Rosário Pedreira e da associada decana da NA, Maria Eduarda Galhoz
- “Sessões semanais 2020/21: Poesia de vários Autores”

### Teatro - Coordenação: Ricardo Correia

- “Teatro Radiofónico” (Facebook NA)

### Festas Virtuais - Produção Audiovisual: Maria Vidal

- “Festa de Natal NA 2020” (Zoom)
- “Festa inaugural do ano letivo NA 2020/21” (Zoom)

*Sessões virtuais quer com participações em direto, quer com gravações prévias expressamente para o efeito, quer com recolha de material pré-existente, nomeadamente, reportado à atividade dos grupos NA de âmbito cultural, a saber:*

### Dança - Coordenação: Carmo Prazeres

**Grupos Musicais** - Coordenação: António Matos e Margarida Almeida e Souza

- **Cantares Nova Atena, Oficina da Música, Quinteto**

**Cantus Nova Atena** - Coordenação: Vitor Paiva

**Jograis** - Coordenação: M.ª José Saraiva

**Teatro** - Coordenação: Ricardo Correia

### Outras Atividades

- “Assembleia Geral NA” (Zoom)

➢ “Cabaz de Natal NA”, para as famílias carenciadas apoiadas pela UF-ALCD

➢ “Conselho Geral NA: para reflexão sobre o funcionamento do ano letivo NA 2020/21”, Presidido por Vitor Carvalho e com a participação de sócios fundadores, da Direção NA e das associadas médicas Maria da Conceição Areias e Felicidade Dias

➢ “Férias de verão NA” Obras de manutenção e obras de adaptação segundo as normas da DGS

➢ “Mensagem de Sufrágio NA”, pelos associados NA e familiares falecidos” (virtual)

➢ “NA, Madrinha do Leite” para as famílias carenciadas apoiadas pela UF-ALCD

➢ “Poesia e Prosa nos Afetos, CMO, 2.ª Edição”, candidaturas NA

➢ “Postal de Natal NA” p/ associados e parceiros NA (virtual)

➢ “Recolha de bens até 3 anos de idade”, p/ Associação *Ajuda de Mãe*

➢ “Reunião RUTIS”, abertura do ano letivo 2020/21 das Universidades Seniores, participação da Direção da NA (Zoom)

➢ “Site NA”, em reestruturação

➢ “*Somos Portugal*”, Programa da TVI, participação da NA, entrevista ao Presidente da Direção, Luís Santos, e mostra de trabalhos de associados NA (presencial)

➢ “Vídeos NA”, produções diversas em curso por Carlos Lopes e Maria Vidal

➢ “Visita de cortesia” dos recém-eleitos representantes dos Órgãos Sociais da NA ao Sr. Presidente da edilidade

➢ “Yoga” nas férias de verão, Florinda Grave (Zoom)



### Ficha Técnica

**Título** - A NOV'IDADE

**Propriedade e Edição** - NOVA ATENA, R. Almeida Garrett, n.º 20, 2795-012 Linda-a-Velha, Tel. 210939623, Tm. 964953207, email: novaatenaa@gmail.com

**Direção** - Luís Santos

**Coordenação** - L. M. Rodrigues

**Redação** - C. Gonçalves, E. Castel-Branco, L. M. Rodrigues, L. Santos

**Cabeçalho** - M. Botas

**Revisão** - M. A. Vilão

**Fotografia e Imagens** - [www.grupoescolar.com/pesquisa/a-chegada-de-cabral-ao-brasil.html](http://www.grupoescolar.com/pesquisa/a-chegada-de-cabral-ao-brasil.html), [www.pesquisa.por.palavra-chave.com](http://www.pesquisa.por.palavra-chave.com), Sócios NA

**Depósito Legal** - 309675/10

**Composição** - L. M. Rodrigues

**Impressão** - GRÁFICA DIGITAL, R. dos Anjos, 7-B

