



EDITORIAL

Luís Santos
Presidente da Direção e Docente, Nova Atena

Caros amigos associados,

Cá estamos novamente a viver mais um Natal!

Época muito querida para nós, o Natal faz-nos sentir ainda mais intensamente os sentimentos que cultivamos ao longo de todo o ano: a amizade, a tolerância, a inclusão, a solidariedade...

A alegria que sentimos por pertencermos a esta nossa Associação é também ainda maior quando chega o Natal porque se respira um ambiente de união e de relações fraternas que nos tornam ainda mais felizes. Nós temos toda a razão para nos sentirmos eufóricos por pertencermos à Nova Atena, nossa segunda casa, nossa segunda família. Devemos sentir orgulho por pertencermos a uma instituição como esta!

Meus amigos, a Nova Atena está bem, muito bem. Todos os indicadores assim o demonstram à evidência: temos uma oferta lectiva muito diversificada, abrangendo várias áreas do saber, línguas e humanidades, ciências e tecnologias, artes plásticas e artesanato, música, artes do espectáculo, exercício e saúde, crescimento pessoal e motivação, tudo plasmado numa mancha horária completa de segunda a sexta de manhã!

Também o nosso Plano de Actividades é extraordinariamente rico, abrange imensas áreas de interesse, oferece a todos inúmeras oportunidades de participação, quer na área do saber, quer na área do lazer, com actividades prazerosas em que nos sentimos bem.

É certamente por isto que há dias encontrei uma associada que frequenta a Nova Atena há relativamente pouco tempo e me disse:

- Estou muito feliz, vê-se, sente-se que a Nova Atena inspira as pessoas, atrai as pessoas, sinto-me muito bem aqui!

Quando conversamos com os novos associados e perguntamos como estão a viver a sua experiência Nova Atena, a resposta é sempre uma mensagem muitíssimo positiva, dita com todo o entusiasmo.



**NOVA ATENA- Associação para a inclusão e
bem-estar da Pessoa Séniior pela Cultura e
Arte**

Rua Almeida Garrett, 20
2795-012 Linda-a-Velha
Telef.: 214191102 / 964953207
Email: novaatenaa@gmail.com
www.novaatenaa.com

Na Nova Atena o Natal também é melhor!

Graças à generosidade dos nossos associados, nós colaboramos no enriquecimento dos cabazes de Natal que a União de Freguesias distribui pelas famílias mais carenciadas de Linda-a-Velha. É assim que se manifesta a solidariedade da Nova Atena.

Com muito entusiasmo e com o coração aberto, desejo um Natal vivido na plenitude do espírito desta época, com muita paz e muito amor.

Boas férias e bom Natal para todos, e que o espírito natalício continue bem aceso durante todo o ano de 2026. Bom Ano Novo! Boas festas!!!

Luís Santos



**NOVA ATENA- Associação para a inclusão e
bem-estar da Pessoa Séniior pela Cultura e
Arte**



Rua Almeida Garrett, 20
2795-012 Linda-a-Velha
Telef.: 214191102 / 964953207
Email: novaatenaa@gmail.com
www.novaatena.com



A AZULEJARIA NA NOVA ATENA

A azulejaria em Portugal é uma das expressões artísticas mais emblemáticas do país, reconhecida internacionalmente pela sua beleza, cor e originalidade. Introduzida pelos povos muçulmanos na Península Ibérica, ainda na Idade Média, a técnica foi progressivamente absorvida e reinterpretada pelos artesãos portugueses, que lhe deram um estilo único e profundamente ligado à identidade nacional.

A partir do século XVI, com o Renascimento e a influência italiana, os azulejos começaram a ser usados não apenas como decoração, mas também como forma de narrar histórias. Igrejas, palácios e edifícios públicos passaram a exibir grandes painéis figurativos que retratavam cenas religiosas, episódios históricos, mitológicos ou do quotidiano. Durante o período barroco, entre os séculos XVII e XVIII, a azulejaria atingiu o seu auge: multiplicaram-se os azulejos azuis e brancos inspirados na porcelana oriental, e as composições tornaram-se mais elaboradas, ricas em movimento e detalhe.

Nos séculos XIX e XX, com a industrialização, surgiram novas técnicas de produção e estilos, incluindo o uso de padrões geométricos e florais aplicados em fachadas urbanas, especialmente nas cidades do Porto e Lisboa. Apesar da industrialização, manteve-se a tradição artesanal, preservada por mestres que continuam a produzir azulejos pintados à mão, muitas vezes destinados a restauro de património.

Museus, como o Museu Nacional do Azulejo, preservam peças históricas e promovem o estudo de uma tradição que atravessa séculos e continua em evolução.

Hoje, a azulejaria portuguesa é simultaneamente um símbolo histórico e um campo de inovação artística contemporânea. Encontrada em estações de metro, espaços públicos e obras de artistas modernos, representa a continuidade de uma arte que, ao longo de séculos, soube reinventar-se sem perder a ligação às suas raízes culturais.

Sendo a Nova Atena uma Associação assente na preservação da cultura e da arte, não podia deixar de haver uma disciplina dedicada à Pintura em Azulejos. Tem sido, ao longo dos anos, uma aula muito procurada pelos associados é muito gratificante podermos expor esses trabalhos, contribuindo, também, para a continuidade desta arte, símbolo identitário português.

O Dia Nacional do Azulejo comemora-se dia 6 de Maio, data instituída pelo projeto SOS Azulejo, dedicada à proteção do património azulejar português. É nesta data que faremos a exposição de trabalhos para assinalar a efeméride.

Elvira Vidigal

05/12/2025



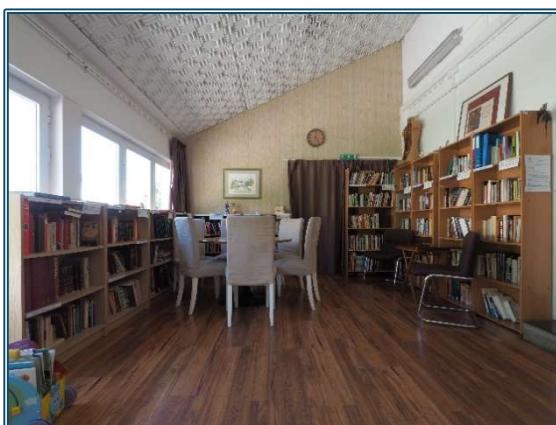
NOVA ATENA- Associação para a inclusão e bem-estar da Pessoa Séniior pela Cultura e Arte

Rua Almeida Garrett, 20
2795-012 Linda-a-Velha
Telef.: 214191102 / 964953207
Email: novaatenaa@gmail.com
www.novaatenaa.com

A BIBLIOTECA DA NOVA ATENA

A Biblioteca da Nova Atena renasceu em 2015, com um acervo inicial de 316 livros, todos generosamente doados pelos associados. Foi então formada uma pequena equipa de dois elementos, que criou uma base de dados indispensável para o inventário e para a catalogação das obras, recorrendo ao Sistema de Classificação Universal. Implementou-se também um registo de empréstimos, permitindo uma gestão mais organizada e eficaz.

As estantes existentes, apesar de igualmente doadas, apresentavam estilos muito distintos, criando um ambiente pouco harmonioso. Para melhorar o espaço e acolher o crescente número de livros que continuavam a chegar por doação, foram adquiridas novas estantes, garantindo maior funcionalidade e uniformidade.



Todos os nossos livros foram doados - temos verdadeiras preciosidades que podem ser consultadas, como por exemplo, a coleção encadernada da Seara Nova desde 1966 a 1977.

Paralelamente ao trabalho na biblioteca, tornou-se necessário organizar a Coleção de Mochos, até então dispersa e pouco tratada. Criou-se uma base de dados própria, contendo fotografias, descrições, dimensões, materiais, técnicas, proveniência, registos de doações e localização. Esta coleção conta hoje com 363 objetos.

Ao longo dos anos foram também promovidas diversas atividades literárias, lançando desafios aos associados para a criação de textos em prosa e poesia sobre temáticas variadas. Estes desafios iniciaram-se em 2020, em plena pandemia, com a publicação mensal *online* dos textos dos participantes, mais tarde compilados em livros digitais.

Daqui nasceram várias edições em papel:

Contos e Poesia em Tempo de Quarentena (2020), Contos e Poesia à Espera de Melhores Dias (2021); Contos e Poesia em Tempo de Esperança (2022); Vamos Trazer a Palavra Escrita aos Nossos Dias (2023); Desafiando o Fio da Escrita (2024–2025); Entre Palavras (2025) publicado no blog <https://novaatena-entre-palavras.blogspot.com/>

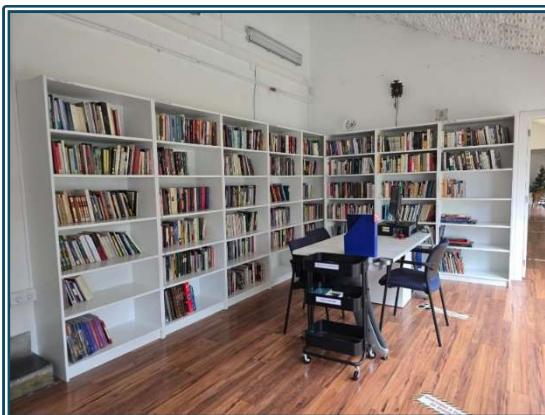


**NOVA ATENA- Associação para a inclusão e
bem-estar da Pessoa Séniior pela Cultura e
Arte**
Rua Almeida Garrett, 20
2795-012 Linda-a-Velha
Telef.: 214191102 / 964953207
Email: novaatena@gmail.com
www.novaatena.com



No âmbito artístico, organizámos exposições individuais e coletivas de associados da Nova Atena, abrangendo artes plásticas, fotografia e literatura. Para melhorar as condições de exposição, adaptámos vários espaços e equipámos-los com estruturas adequadas, criando áreas expositivas permanentes que permitiram realizar mostras com periodicidade quase mensal. Com a ampliação da Escola surgiu ainda “A Galeria de Arte”, um novo espaço dedicado às artes.

Em 19 de agosto de 2024, com o início das obras de ampliação, iniciou-se o árduo processo de encaixotamento de cerca de 3.900 livros, um trabalho exigente pela sua dimensão. Após meses de beneficiação, regressámos ao espaço, em outubro, para reinstalar a biblioteca, agora equipada com estantes novas e transformada num ambiente mais acolhedor e funcional.



A inauguração teve lugar a 23 de novembro, já com uma equipa reforçada por mais dois elementos. Com espírito de empenho e dedicação, concluímos a reorganização do acervo, a revisão completa da base de catalogação e a limpeza e seleção de obras, retirando livros danificados ou desadequados, muitos dos quais foram doados.

Concluímos também o catálogo de DVD (filmes, documentários e espetáculos), CD (música) e livros, que totalizam agora 4 145 obras. Toda a base de dados está disponível para consulta e requisição *online* através do site oficial da Nova Atena, <https://www.novaatena.pt/>

Apesar de muito trabalho estar feito, ainda temos vários projetos para desenvolver, que esperamos que despertem a vossa atenção.

Midá Sá Chaves

1/12/2025



NOVA ATENA- Associação para a inclusão e bem-estar da Pessoa Séniior pela Cultura e Arte

Rua Almeida Garrett, 20
2795-012 Linda-a-Velha
Telef.: 214191102 / 964953207
Email: novaatena@gmail.com
www.novaatena.com

SER VOLUNTÁRIO NA NOVA ATENA

Ser voluntário, mais que colaborar na entrega de alimentos, roupas, refeições prontas a comer, é ouvir e entender as razões que levaram aqueles Seres a estar numa situação de carência.

Quem desce a Avenida da Liberdade até à Praça do Comércio ou desce a Avenida Almirante Reis e chega ao Martim Moniz encontra a dor, a desorientação, de quem deixou a casa e não tem coragem de voltar, ou se desviou e seguiu as pegadas do vício.



Fazer voluntariado numa loja Solidária, colaborar em peditórios, ajudar a preparar cabazes de alimentos, para além dessa experiência, é o constatar a realidade daqueles, que nada têm no frigorífico para dar aos filhos, é sentir a angústia, a ansiedade e o desespero.

Quando cheguei à Nova Atena surgiu a oportunidade de colaborar na Biblioteca, mais tarde, na Missão “Nova Atena, Madrinha do Leite” que na época natalícia se estende à doação de bacalhau e azeite que não podem faltar na “Ceia de Natal Tradicional Portuguesa”, um Projeto da Nova Atena com a Junta de Freguesia de Linda-a-Velha.

Colaborar em várias atividades, ou integrar a Direção numa Associação como a Nova Atena, são formas de voluntariado muito enriquecedoras.

O Voluntariado ajuda-nos a encontrar o lado melhor que existe em cada um de nós, levando-nos à consciencialização dos problemas sociais no nosso País e no Mundo. Pode também ser uma forma de agradecimento e retribuição pela oportunidade de nos enriquecermos pelo conhecimento e cultura que adquirimos, pelo convívio, afetividade e companheirismo que desenvolvemos, e pelas Amizades que construímos.

A diversidade de conteúdos programáticos disponibilizados pela Nova Atena, nomeadamente a Pintura, a Música, a Dança, o Teatro, a Poesia, entre outras, são o fio que nos liga, que é tecido por inúmeros voluntários que põe à nossa disposição o seu saber, o seu tempo, bem como a sua criatividade.

Ser voluntário é dar com o coração, é dar com Amor.

Clarisse Freixo

26/11/2025



NOVA ATENA- Associação para a inclusão e bem-estar da Pessoa Séniior pela Cultura e Arte
Rua Almeida Garrett, 20
2795-012 Linda-a-Velha
Telef.: 214191102 / 964953207
Email: novaatenaa@gmail.com
www.novaatena.com



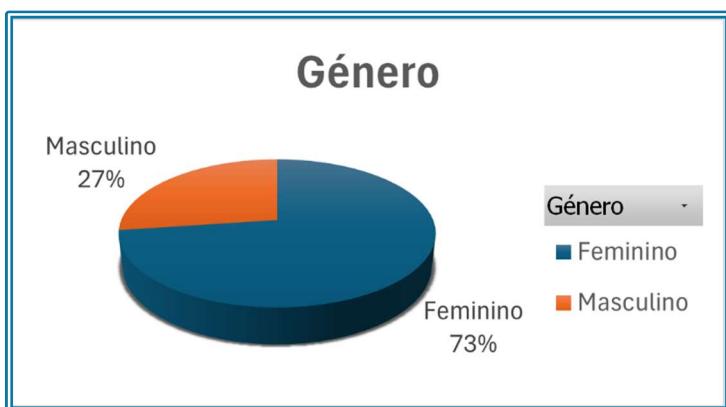
O INÍCIO DO ANO LECTIVO 2025/2026 NA NOVA ATENA

O Ano Lectivo na Nova Atena teve início a 6 de Outubro com uma mensagem de Boas Vindas do Presidente desta Associação, Professor Luís Santos.

Desde o início de Julho até à presente data inscreveram-se 71 novos associados, perfazendo um total de 581.



Análise gráfica global por Habilidades Literárias e Género dos Associados da Nova Atena



NOVA ATENA- Associação para a inclusão e bem-estar da Pessoa Séniior pela Cultura e Arte
Rua Almeida Garrett, 20
2795-012 Linda-a-Velha
Telef.: 214191102 / 964953207
Email: novaatenaa@gmail.com
www.novaatenaa.com



ASSEMBLEIA GERAL

Realizou-se no dia 13 Novembro de 2025, pelas 14:30 horas, a Assembleia Geral Ordinária da Associação NOVA ATENA – Associação para a Inclusão e bem-estar de Pessoa Séniior pela Plano de Atividades e Orçamento para 2026, que decorreu no Salão Paroquial da Igreja de Nossa Senhora do Cabo, em Linda-a-Velha, cuja convocatória foi enviada a todos os associados em 28 de Outubro de 2025.



A TRADIÇÃO NA NOVA ATENA NO ANO LECTIVO 2025/2026



ACTIVIDADES DE VERÃO 2025 DA NOVA ATENA

8 de Julho - TAÇAS TIBETANAS pelo Prof. Eugénio Ramos



17 de Julho - DANÇA pela Profª. Carmo Prazeres



Nova Atena
Saber e Bem-Estar

NOVA ATENA- Associação para a inclusão e
bem-estar da Pessoa Sénior pela Cultura e
Arte

Rua Almeida Garrett, 20
2795-012 Linda-a-Velha
Telef.: 214191102 / 964953207
Email: novaatenaa@gmail.com
www.novaatena.com



23 de Julho – A VOZ DOS POETAS pelas Prof. Teresa Melo, Helena Franco e Regina Ferreira Prazeres



11 de Setembro – CHI KUNG pela Prof. Ana Bento Rodrigues



16 de Setembro – CAMINHADA CIRCULAR POR LINDA-A-VELHA, pela Prof. Arlete Medina



**NOVA ATENA- Associação para a inclusão e
bem-estar da Pessoa Sénior pela Cultura e
Arte**

Rua Almeida Garrett, 20
2795-012 Linda-a-Velha
Telef.: 214191102 / 964953207
Email: novaatena@gmail.com
www.novaatena.com



24 de Setembro – CONCURSO DE SOPAS, pelas Prof. Maria Augusta Vilão e Manuela Ramalhete



26 de Setembro – VISITA DE ESTUDO AO PÁLACIO ANJOS, pela Prof. Conceição Gonçalves



Julho, Agosto e Setembro – INFORMÁTICA, pelo Prof. Paulo Folgado

As aulas online tiveram uma periodicidade semanal



**NOVA ATENA- Associação para a inclusão e
bem-estar da Pessoa Sénior pela Cultura e
Arte**

Rua Almeida Garrett, 20
2795-012 Linda-a-Velha
Telef.: 214191102 / 964953207
Email: novaatena@gmail.com
www.novaatena.com

VIAGENS DE LAZER E CULTURA NO INÍCIO DO ANO LECTIVO 2025/2026

➤ De 09/09 a 11/09/2025 – Rota dos Escritores do Sul



➤ De 23/10 a 03/11/2025 – Cruzeiro na Atlântico



➤ De 06/12 a 08/12/2025 – Viagem de lazer a Sevilha para visitar os tradicionais Mercadinhos de Natal e viver a atmosfera da época natalícia na capital da Andaluzia



ATIVIDADES DA NOVA ATENA NO ANO LECTIVO 2025/2026

Atividades Pedagógicas

- Aulas diárias no âmbito das áreas: Artes Plásticas e Artesanato, Artes do Espetáculo, Ciências e Tecnologias, Crescimento Pessoal e Motivação, Línguas e Humanidades, Exercício e Saúde e Música

Visitas de Estudo

- **21/10/2025** – No âmbito das actividades da disciplina de Literatura Portuguesa , Cesário Verde em Lisboa, seguido de almoço de convívio
- **24/10/2025** – No âmbito das actividades ARTE EM DIRECTO, visita guiada ao Museu Nacional da Resistência e Liberdade de Peniche, almoço do grupo. De tarde, visita a outros lugares, incluindo a Quinta dos Loridos Buddha Eden, também referida como Jardim Oriental e Quinta da Paz, situada no Carvalhal (Bombarral)
- **31/10/2025** – Visita de Estudo a Setúbal dos membros de "A Voz dos Poetas", com o tema "Bocage, Poeta Satírico"
- **11/11/2025** – Visita ao Museu José Malhoa I em Caldas da Rainha, seguida da festa de São Martinho
- **21/11/2025** – No âmbito das actividades ARTE EM DIRECTO , visita de estudo à Exposição da Galeria do Pintor Eduardo Luís e também obras do Pintor Eduardo Batarda
- **04/12/2025** – No âmbito das actividades ARTE EM DIRECTO , visita de estudo à Exposição WORLD PRESS CARTOON no Palácio Anjos em Algés

Teatro

- **11/10/2025** – Atuação do Grupo de Teatro Nova Atena no Teatro Talaíde, em Talaíde, com a peça "Ralações Conjugais"
- **08/11/2025** – Participação do Grupo de Teatro Nova Atena na Mostra de Teatro de Oeiras, com a peça "Ralações Conjugais". A representação teve lugar na Sala do Teatro Nova Morada, em Paço de Arcos

Exposições

- **03/10/2025** – No Dia Mundial do Sorriso uma exposição com fotografias apresentadas pelos nossos associados, nos vários concursos da NA. Coordenação de Midá
- **08/10/2025** – Abertura da exposição de pintura da nossa associada Teresa Costa, até dia 17. Coordenação de Midá



- **04/11/2025** – Abertura da exposição de trabalhos dos alunos da Prof. Gioconda. Coordenação de Midá
- **18/11/2025** – Abertura de Exposição de Pintura da Mitú Branco. Coordenação de Midá
- **03/12/2025** – Exposição de trabalhos dos alunos da Prof. Benilde. Coordenação de Midá

Palestras / Conferências

- **14/10/2025** – Conferência inaugural do ano letivo 2025-2026 pelo Dr. António Júlio Rebelo. Palestra com o tema: "Ver cinema - o gosto e a memória"
- **06/11/2025** – Palestra da Professora Dra. Cristina Salgado sobre “A pessoa humana num mundo de incerteza - Trincheiras de esperança”

Atuações dos Grupos Musicais

- **06/09/2025** – Atuação do Grupo "Oficina da Música" nas festas de Linda-a-Velha, em honra de Nossa Senhora do Cabo
- **25/10/2025** – Participação do nosso Grupo Coral CANTUS no Festival Coral organizado pelo Intemporal Chorus, no Palácio dos Arciprestes, maestro Vítor Paiva
- **28/10/2025** – Atuação do Grupo Coral CANTUS no Festival "Canto pela Paz - Oeiras 2025", no Auditório Ruy de Carvalho, com direção do maestro Vítor Paiva
- **10/12/2025** – Apresentação de Natal aberta a todos os associados , pelo Grupo Coral CANTUS e pelo Grupo de Cante Alentejanando, nas instalações da Nova Atena

Caminhadas / Atividades Físicas

- Caminhadas semanais no Jamor, Prof. Arlete Medina
- **25/09/2025** – 6ª Caminhada Nacional da Universidades Seniores RUTIS – Passeio Marítimo / Quinta Real de Caxias, com organização da Prof. Arlete Medina
- **22/11/2025** – Caminhada mensal do Jamor à Quinta da Moura, com organização da Prof. Arlete Medina
- **12/12/2025** – Caminhada mensal “Luzes de Natal”, organizada pela Prof. Arlete Medina

Outras Atividades / Tardes de cinema

- Sessões semanais de Cinema
- Publicações mensais “Desfiando o Fio da Escrita”
- **10/10/2025** – Participação da Nova Atena na Mesa Redonda Promoção da Saúde Mental Séniior, evidências e boas práticas, no auditório do Templo da Poesia, professor Luís Santos
- **05/11/2025** – Comemoração do Dia Mundial do Cinema, evento do Prof. Jorge Barata Preto. Coordenação de Midá



- **20/11/2025** – Missa por alma dos associados falecidos da Nova Atena, na Igreja Nossa Senhora do Cabo, com a atuação do grupo "Cantus"
- **29/11/2025** – Workshop de Mesas de Natal, pela colega Mitú Branco
- **13/11/2025** – Assembleia Geral para Aprovação do Plano de Atividades e Orçamento para 2026
- **02/12/2025** – Lançamento do novo livro de poesia “Antes de Mais”, do nosso associado Jorge Proença, pelo professor Luís Santos
- **02/12/2025** – No âmbito da disciplina A Voz dos Poetas, "Interlúdio Poético", em homenagem a alguns poetas modernos de língua portuguesa, com acompanhamento musical
- **05/12/2025** – Comemoração do Dia Mundial do Voluntariado. Mesa Redonda moderada pelo associado Oscar Zuluaga com voluntários da Nova Antena e de outras Instituições. Coordenação da Equipa da Biblioteca
- **15/12/2025** – Festa de Natal, no Salão Paroquial da Igreja de Nossa Senhora do Cabo. Participação dos nossos Grupos Musicais Oficina da Música, Músicas do Mundo, Alunos do Prof. Fernando Botas e Cantares. Lanche partilhado.
- **17/12/2025** – O Sr. Bispo D. Rui Gouveia vem à Nova Atena, no âmbito da Visita Pastoral à nossa Paróquia

Solidariedade NOVA ATENA – Coord. Conceição Areias e Clarisse Freixo

- “Ajuda de Mãe”, doação de bens para crianças até 3 anos
- “Canil Torres Vedras”, disponibilizados agasalhos para animais
- “NA-Madrinha do Leite”, para famílias carenciadas e apoiadas pela UJF-ALVCD, com oferta mensal de leite e, em dezembro, oferta de cabaz de Natal



NOVA ATENA- Associação para a inclusão e bem-estar da Pessoa Séniior pela Cultura e Arte



Rua Almeida Garrett, 20
2795-012 Linda-a-Velha
Telef.: 214191102 / 964953207
Email: novaatenaa@gmail.com
www.novaatenacom





**A NOVA ATENA
DESEJA A TODOS OS
ASSOCIADOS UM
FELIZ NATAL
E
PRÓSPERO ANO
NOVO DE 2026**

Ficha Técnica

Título – A NOV'IDADE

Propriedade e Edição – NOVA ATENA, Rua Almeida Garrett, n.º 20, 2795-012 Linda-a-Velha
Tel. 210939623, email: novaatena@gmail.com

Site – <https://www.novaatena.pt/>

Direção – Luís Santos

Coordenação – Teresa Menezes

Logotipo – Madalena Botas

Fotografias e Imagens – Associados NA

Depósito Legal - 309675/10

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



**NOVA ATENA- Associação para a inclusão e
bem-estar da Pessoa Séniior pela Cultura e
Arte**

Rua Almeida Garrett, 20
2795-012 Linda-a-Velha
Telef.: 214191102 / 964953207
Email: novaatena@gmail.com
www.novaatena.com