

É PRIMAVERA...

sabia que...

As viagens não foram de todo esquecidas e já fizemos algumas, fomos a Cabo Verde (sem sair de Lisboa), fizemo-nos ao mar pelo Tejo de canoa, estamos prestes a partir para um Safari, e continuamos a ultimar os preparativos para embarcar no Cruzeiro e já sabe, tem de estar atento...



nesta publicação...

Passeio por Belém	2
Jantar na Associação de Cabo Verde	2
Workshop de Improviso	2
Torneio Futebol Masculino	3
Núcleos: BTT, caminhada e futebol feminino	3
Protocolos	4
Próximas atividades	4
Cantinho do Sócio	4

A NOVA DIREÇÃO DO CLUBE ANA LISBOA

TRIÉNIO 2012 - 2014

Pertencer à Direção do Clube ANA Lisboa, é ter a grande oportunidade de conhecer as pessoas para além do colega de trabalho. É trabalhar em equipa com pessoas de áreas, competências e motivações pessoais diferentes. É poder participar, planejar, organizar e fazer acontecer momentos de descontração, alegria e convívio a favor de outros. A receita para realizar este trabalho de cariz voluntário é muito simples e económica, basta juntar a gosto e q.b.,



Nélia Parreira Presidente do Clube ANA Lisboa

"...juntar a gosto quantidades de vontade, energia e paixão."

quantidades de vontade, energia e paixão.

Na Direção do Clube, somos uma equipa composta por doze elementos, seis de nós continuamos e seis entraram de novo para substituir os que de livre vontade entenderam dar lugar a outros na Direção. Continuamos a contar com o apoio e saber acumulado dos

colegas que saíram da anterior Direção em algumas atividades. Cada um de nós sugere aquelas atividades que mais gosta, damos de nós o que somos num contexto que sendo na área ANA, apoiados pela ANA *não é de trabalho*.

Sejam momentos de cultura ou práticas desportivas, atividades recreativas ou sociais, pontuais ou continuadas, o conjunto de atividades planeadas é bastante abrangente e muito diversificado, queremos que todos os sócios possam participar nas atividades do Clube ANA Lisboa.

Programámos o nascimento desta *newsletter para a Primavera*, com a qual se pretende estar ainda mais próximo dos sócios.

Obrigada pelo seu apoio. Esperamos por si, sempre !



A DIREÇÃO DO CLUBE ANA

Nélia Parreira PRESIDENTE (DRH)

Miguel Lopes VICE PRESIDENTE e TESOUREIRO (DPCG)

Ana Lúcia Teixeira VOGAL (DALs)

Helder Ferreira VOGAL (DALs)

Helena Veiga VOGAL (GD)

Inês Relvas VOGAL (CSP)

Isabel Pina VOGAL (DIMO)

Manuel Norte VOGAL (DEMA)

Vanda Fiuza VOGAL (DALs)

Gisela Padre VOGAL Suplente (DALs)

João Gavrishancar VOGAL Suplente (DALs)

Luís Cruz VOGAL Suplente (DSTIC)

ASSEMBLEIA GERAL

Carlos Barata PRESIDENTE (GQ)

Cláudia Mesquita 1º SECRETÁRIO (GD)

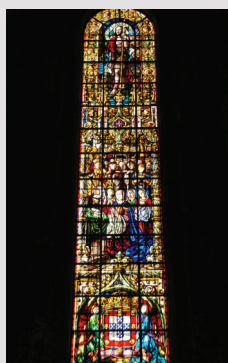
Rui Morgado 2º SECRETÁRIO (DJUCON)

CONSELHO FISCAL

Pedro Amaro PRESIDENTE (DEMA)

Pedro Rodrigues RELATOR (DFIN)

Miguel Brás VOGAL (DRET)



Mosteiro de Belém

Património da
Humanidade

Cada vez que realizamos uma atividade, temos sempre um sócio que pela 1ª vez se junta às iniciativas do Clube!

Nas atividades realizadas e já divulgadas para 2012 tivemos uma adesão de **342** sócios!

Somos apoiados pela empresa e por sócios que nos ajudam na organização de algumas atividades!



O improviso cada vez mais faz parte dos hábitos quotidianos.



BELÉM E OS SEUS ENCANTOS

Demos início ao programa de atividades do Clube ANA Lisboa para este triénio com os passeios por Lisboa. Desta vez fomos a Belém. Este passeio esgotou nas 50 participações previstas. Era sábado e bem cedinho marcámos encontro na centenária casa dos pastéis de Belém. Daí, já com as energias



bem adoçadas, caminhámos pela ruelas de Belém numa visita cultural guiada, pela guia Isabel Burnay. Visitámos a Igreja do Mosteiro dos Jerónimos o Museu e Palácio da Presidência. E, entre tudo o que pudemos ver (ou rever) ficaram-nos na memória, a sempre espetacular paisagem do Tejo vista das varandas do palácio, a grandiosidade do conjunto de telas da autoria de Paula Rego, expostas na minúscula e linda capela do palácio. A capela fora objeto de restauro pelo arquiteto João Nascimento.

No Museu da Presidência,

relembámos a história; os nomes e fotos dos nossos Presidentes da República e a coleção dos presentes de Estado deixados à Presidência.



No final da manhã, ali mesmo ao lado do Palácio, no Rosa dos Mares, continuámos Belém e os seus Encantos comodamente sentados a degustar um almoço, em pleno convívio!

ESCUTAR A MORNA E OS CLÁSSICOS

Jantar na Associação de Cabo Verde

Uma viagem imaginada com cheiros, sabores, histórias e sons de Cabo Verde.



Num voo esgotado, 58 sócios embarcaram no centro da cidade de Lisboa e vislumbraram

um pedaço de Cabo Verde. No 8º andar de um prédio encontramos uma porta para a voz embaladora de Celina Pereira, as histórias do Prof. Jorge Castro Ribeiro e o acompanhamento improvisado da sócia Francine Côrte-Real.

Mesmo com o ruído de fundo, a iluminação excessiva e a má acústica, o brilho lá esteve e presenciamos uma leve e agradável noite de mornas. Nota máxima à Celina Pereira, à boa disposição dos sócios e à cachupa: 5*!

A Companhia Nacional de Bailado (CNB) promove ensaios solidários cujas receitas

revertem para diferentes associações. Assim foi no passado mês de fevereiro

com o Ensaio Solidário Romeu e Julieta a favor da Associação Abraço ao qual o CAL se associou permitindo que 40 sócios disfrutassem de uma noite solidária e cultural.



WORKSHOP DE IMPROVISO

Decorre no museu ANA desde o passado dia 6 de Março, o workshop de Improviso, com a duração de 2 meses, na 1ª edição deste ano. Este workshop tem por base a sua orientação assente num Role-playing game. Trata-se de um jogo onde os jogadores assumem os papéis de várias personagens e criam narrativas, no qual as escolhas feitas pelos jogadores determinam a direção que o jogo irá tomar.

Têm chegado ao Clube ANA

Lisboa, ecos da satisfação dos participantes, que consideram sobretudo que para além de aprenderem um pouco, este espaço proporciona alívio à sobrecarga das tarefas diárias.

O Formador: Telmo Ramalho

Em Setembro de 2009 integra a companhia Casa dos Afectos. Ainda em 2009, descobre o workshop de Teatro Desporto lecionado por Sanne Leijenaar, e é convidado a integrar o grupo profissional de teatro de

improviso "Os Improváveis".

Divide a sua vida entre os palcos, a televisão e o cinema.





TORNEIO DE FUTEBOL MASCULINO

IV Torneio Futebol CAL

Durante os próximos meses irá decorrer a competição mais esperada dos últimos tempos...

Ano após ano a competitividade aumenta. Este ano fica marcado por um ativo mercado de transferências, com as equipas a reforçarem-se com oito jogadores e dispensarem os serviços de 6 jogadores.



Equipa muito ativa foi a **Só Sucesso**, que após a baixa prestação nas Olimpíadas de Faro, decidiu fazer a “limpeza do balneário” apresentando seis movimentações, e a equipa que menos alterações fez à sua estrutura foi a **Chelsea** com 1 entrada e 1 saída. **Asas de Portugal** aposta tudo para a

época que se avizinha tendo contratado dois antigos cam-pões da Equipa **Só Sucesso**, utilizando como moeda de troca o experiente Artur Arnedo.



A **United das Bejecas** apresenta 3 reforços e continua a apostar na experiência a formar um plantel com uma média de idades superior a 40 anos.



esférico já rola na erva...

Visite o site do torneio em:

<https://sites.google.com/site/futecal/>

NÚCLEOS: BTT E CAMINHADA

Núcleo de BTT Realizou-se no passado Domingo entre Santarém e Fátima, o 5º passeio do núcleo de BTT. O núcleo na pessoa do seu sócio dinamizador **Miguel Brás**, endereça os seus agradecimentos à Direção do CAL, ANA/CSP e Sr. **António**



Ferreira, por todo o apoio dado na logística deste evento.

Núcleo da Caminhada

Sob a orientação do sócio caminheiro **Jose Maurício**, iniciámos um novo núcleo: o da caminhada, de acordo com



algumas sugestões dos sócios. E foi no mês de fevereiro, no Parque das Nações, que demos literalmente os nossos primeiros passos. Tivemos dois grupos distintos: os atletas da frente e o que passeiam lá atrás! E até uma

“cãominheira” - a Mel.

Em Março fomos até à romântica Sintra, com mais paisagem e história, esta caminhada foi muito divertida, cheia de



estórias, queijadas e travesseiros.

Vamos continuar a andar por aí, esteja atento!

O próximo passeio do Núcleo de

BTT será a 6/5.



A próxima caminhada será em Oeiras, no dia 28 de abril.

NÚCLEOS: FUTEBOL FEMININO

Desporto Rei praticado por Rainhas

A vontade de vencer e de competir, permanece no Núcleo de Futebol Feminino do CAL.

Se inicialmente começou como uma brincadeira, a verdade é que depois de duas vitórias consecutivas nas Olimpíadas da ANA, a equipa feminina de Futebol e o seu treinador voltaram aos treinos de forma muito séria.

Todas as 5ª feiras, às 18.30, o

Mister **Helder Ferreira** coordena o treino das atletas **Ana Cristina Rocha, Ana Isabel Cardoso, Ana Lúcia Teixeira, Ana Maria Oliveira, Célia Macieira, Claudia Caillaud, Isabel Pereira, Paula Guimarães, Paula Simões e Vanda Fiuza**, que não podiam estar mais motivadas.



O “clima de balneário” deixa antever bons resultados, quer

futebolísticos, e também em termos humorísticos.





É PRIMAVERA...

Colaboraram nesta edição:

Ana Lúcia Teixeira, Gisela Padre, Helder Ferreira Helena Veiga, Inês Relvas, Isabel Pina, João Gavrishancar, Manuel Norte, Miguel Brás, Miguel Lopes, Nélia Parreira, Vanda Fiuza e Vicente.

Formatação:

Isabel Pina

Imagem:

Isabel Pina

Inês Relvas

Revisão de conteúdos:

Isabel Pina

Helena Veiga

Ana Lúcia Teixeira

O clube ANA Lisboa desenvolveu protocolos com diversas entidades com o objetivo de responder aos interesses dos nossos associados.

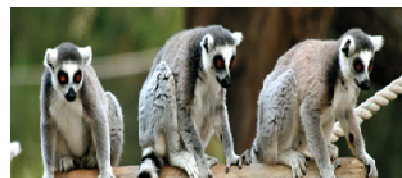
O que procurámos foi oferecer aos sócios benefícios na utilização dos serviços dessas empresas, sendo dada preferência a protocolos com entidades que beneficiem a maior quantidade de associados ou se encontrem na proximidade do aeroporto de Lisboa, ou das zonas de residência.

Neste momento existem protocolos com operadoras de TV por Cabo, aldeamentos turísticos, serviços apoio familiar, serviços de beleza, serviços médicos, ginásios, entre outros.

PRÓXIMAS ATIVIDADES

Um dia na selva...

No próximo dia 14 de Abril, realiza-se a visita ao Badoca Park, onde poderá disfrutar de diversas atividades de um Safari, sem precisar de ir até ao Quénia!



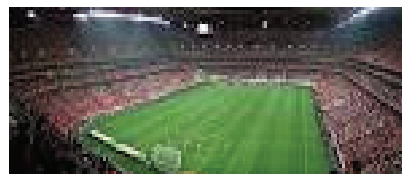
Torneio de Ping Pong



Está previsto no início em Abril, o torneio de ténis de mesa, do CAL, no edf. 156.

Visita oficial ao SLB

O CAL aguarda o acerto do calendário desportivo do SLB, para visitar a "Catedral"!



Passeio com a Marinha do Tejo

CANTINHO DO SÓCIO

Passeio com a marinha do Tejo:

Organização do Sócio Paulo Andrade.

O nosso sócio Paulo Andrade, convidou a todos quantos quiseram experimentar os prazeres de um passeio de canoa, a bordo de uma típica embarcação do Tejo.

Foram disponibilizadas 5 Canoas na Marina do Parque das Nações, e os passeios tiveram a duração de cerca de uma hora, entre as 10:00 e as 17:00, nos passados dias 11 e 12 de fevereiro, os convivas para além

de terem disfrutado das belezas do Tejo e viagem ainda foram brindados com pastéis de nata.

Bem haja Paulo Andrade!

Novos Sócios

Já somos 547 no Clube ANA Lisboa: 402 sócios efetivos e 145 sócios não efetivos.

Desde Janeiro de 2012 já se associaram mais 20 novos sócios, 10 efetivos e 10 não efetivos. Somos cada vez mais de muitos.

Patrocínios

Este ano já concedemos patrocínios a sócios que se distinguem a realizar atividades tão diversificadas como o Radio Modelismo (António José Silva), Rallys de Regularidade (Joana Nascimento), Jiu-Jitsu (Paula Almeida) e a Fotografia (Pedro Miguel).

Por cada patrocínio concedido, cada sócio está já a organizar um momento para demonstrar e ensinar os seus hobbies a sócios do Clube.

Estamos a analisar outros pedidos...