

PROSAS

PROJECTO SÊNIOR DE ARTES E SABERES DE SINES

Jornal didático e informativo sobre atividades da PROSAS | Número 16 | 1º Trimestre 2017 / 2018 | Edição: PROSAS | Impressão: Câmara Municipal de Sines



Parabéns à Prosas



Feira de São Martinho



Visita à Assembleia da República



Editorial

Aí está o ano de 2017. Entramos numa nova fase, o segundo trimestre da nossa actividade escolar. É tempo de dar continuidade à nossa vida activa, às oportunidades, à mudança, corrigir erros se os houver e, superar as nossas capacidades, evitando sermos vítimas da nossa rotina, do cansaço que se acumula, nos consome e desanima. Há que procurar soluções para dias mais descontraindo, de modo a estimular a sensibilidade de todos. Assim, está no pensamento da Direcção do Prosas, ao longo do trimestre, destrancar horários e reservar, dentro das suas possibilidades, algumas novidades, com novas perspectivas de viagens e outras actividades que possam alargar novos horizontes de olhar o mundo. Para todos, os desejos de um NOVO ANO muito feliz.

A Direcção

PROSAS mais do que uma escola, um lugar de convívio onde se cultiva a amizade.

O nosso SITE foi renovado. Visite-nos em: www.prosas.org.pt

Ficha Técnica

Diretor

Carlos Lopes Paulo

Editor

Vitor Mendonça

Colaboradores

Alda Broncas
António Courelas
António Ramalheite
Cacilda Prazeres Silva
Carolina Palminha
Hortênsia Dias
João Marcelino
Joaquim Capucho
Maria do Céu Lopes Paulo
Preciosa Cardoso
Vitor Mendonça

Associação PROSAS, Projecto Sénior de Artes de Sines, IPSS
Bº 1º de Maio, Fracção B, Bloco C2
nº 117-A
7520-124 Sines

www.prosas.org.pt
associacaoprosas@gmail.com

Telefone – 269 085 570
NIF 509067336

Universidade Sénior certificada pela RUTIS, Rede das Universidades da Terceira Idade
Número 16
1º Trimestre 2016/2017

Festa de Natal da Prosas



A festa de natal da Prosas realizou-se no auditório do cas, no dia 14 de dezembro. A recepção de boas vindas foi feita pelos diretores, seguindo-se a apresentação do espetáculo. A professora Carolina Palminha e as suas alunas leram pequenos textos. No momento de poesia Teresa Palmeira leu dois poemas de sua autoria e o grupo de teatro da Prosas apresentou a peça “Os Brinquedos”. Seguiu-se um momento especial com Jorge Ganhão, canta/autor e a festa terminou com a atuação da nossa tuna.

No dia 19 de Dezembro a Tuna e o Teatro da Prosas atuaram para as crianças no Auditório do CAS. No dia 6 de Janeiro o Teatro esteve na escola da Quinta dos Passarinhos, representando a peça “Os Brinquedos”

Jantar de Natal, no dia 17 de Dezembro, no salão da SCMS.

Exposição de Pintura

Os Pintores da PROSAS.



Atividades em preparação:

Grupo de Cante Alentejano “Os Compadres da Prosas”

Dia 17 de Fevereiro

- Tarde Carnavalesca;

Dias 26, 27 e 28 de Fevereiro

- Participação no curso de Carnaval;

Dias 11 e 12 de Março

- Passeio à Serra da Estrela;

Dia 18 de Março

- Feira da Primavera;

Dia 28 de Março

- Participação da Tuna no Festival de Música em Serpa;

Abril

Um dia na Vidigueira.



No tempo e no espaço

A Rainha Jinga

Em 1583 nascia no reino da Matamba, no território de Angola, Ana de Sousa, mais conhecida por Ngola Ana Nzinga Mbande, rainha Jinga da Matamba. Em meados do séc. XVI foram encetadas alianças e guerras com os chefes locais do reino de Ngongo, aquando da tentativa da ocupação do território de Angola pelos portugueses. Em 1618, aproveitando o falecimento do rei Kiluanji, pai de Ngola Ana, os portugueses atacaram o reino de Ngongo, a rainha Jinga foi subjugada, aceitou a suserania imposta e, apesar de defender com grande intransigência o seu povo que tanto amava, não conseguiu evitar o cativeiro de inúmeros súbditos seus. Levados para Luanda, dias depois eram embarcados como escravos, com destino ao Novo Mundo. Como Portugal, na altura, estava sob o jugo da Espanha, 340 escravos, homens, mulheres e crianças, foram embarcados no navio negreiro S. João Bautista, com destino à colónia espanhola do México. Já no mar das Caraíbas, a fragata é atacada por dois navios corsários, o White Lion e o Treasurer, é abandonada, mas os

piratas levam consigo 75 dos mais robustos Escravos. Dirigiram-se, então, para Jamestown, primeira colónia inglesa na costa da Virgínia e aí os venderam. António, o negro, foi um dos escravos desembarcados na Virgínia. Em 1625, ele e a sua Maria, também angolana, trabalharam para Richard Bennett, mas quinze anos depois, aforrados, o casal e os filhos, exploravam já uma grande plantação de tabaco. Os angolanos foram os primeiros negros a chegar aos E.U.A. e os primeiros a residir na então Nova Amsterdão (actual Nova York). Paulo d'Angola, Simão d'Angola, Anthony Portuguese, John Francisco, Big Manuel, Anthony Portuguis, Peter Santomee, etc., etc., são alguns dos nomes perduráveis, remanescentes do passado, da cidade americana. Em 1644 todos os negros a viver na grande metrópole, passaram a cidadãos livres, enquanto no sul a escravatura continuou a ser explorada. Barack Obama, num discurso em Filadélfia, lembrou, com orgulho, àqueles que o ouviam, ser a sua mulher Michelle descendente de escravos da Carolina do Sul. Não terá

esta senhora, por acaso, umas gotículas de sangue angolano? Quem visita o museu Jamestown Settlement, fica maravilhado, ao ver numa das suas vastas salas, um painel mostrando o oceano Atlântico, com os três componentes iniciais da região da Virgínia: As tribos índias de Pocahontas, os 107 primeiros ingleses a chegar à região e os 20 primeiros negros angolanos. Jamestown, Inglaterra e Angola estão referenciados a vermelho no dito mural. Angola não esqueceu a sua rainha Jinga, homenageou-a, preservando a sua memória com uma estátua na praça Kinaxixe, em Luanda.

Vítor Mendonça





O Regresso ao Solar dos Castanheiros

Ao som dos acordes maravilhosos do «Bolero de Ravel», viajo em direção à minha ancestral casa, situada no meio de nada e de tudo. A estrada principal já ficou para trás. Entro agora numa via rural perturbando as aves no seu passeio matinal. A velha ponte está próxima e do outro lado da lezíria, ladeado por dois soberbos castanheiros, torneado e cheio de caracóis, está o mítico portão da herdade que resiste a todas as vicissitudes de muitos anos passados. É impressionante como nada mudou para estes lados!...

Ou será que as minhas memórias são tão fortes que não me deixam ver a realidade presente? Porém, para lá daquelas paredes austeras, muita coisa mudou! No branco e nobre salão não vai haver aquele pequeno e frágil pinheiro cheio de coloridas velinhas de cera, de farrapos de algodão e de sombrinhas de chocolate ... não

haverá a braseira tão sabiamente acesa e mantida sob um pedaço de prata ... não haverá a canja, com cheirinho a hortelã, feita da mais gorda galinha da ninhada, nem as loiras batatinhas acerejadas na manteiga de cor, de onde saiu o lombo e a papada do porco alimentado com milho, erva sueca e fruta ... nem o rábano acabadinho de apanhar ... Também não haverá os pastéis com recheio de batata-doce cheirando a limão e canela ... nem aquela figura majestosa que, aqui e ali, providenciava para que nada faltasse no seu reino.

Mas as portas deste Solar abrir-se-ão para todos os que comigo aqui quiserem vir passar este Natal. Da lareira virá o calor que aquecerá todos os corações; o pinheiro será grande e enfeitado de mil cores; haverá comida e doces para todos; e à meia-noite o Menino Jesus trará no seu saco o mais maravilhoso presente. Em todos os

rostos haverá sorrisos! E em cada olhar o brilho de quem tem a certeza dum amanhã melhor.

Passo a ponte, Património Monumental Romano... Já vejo o portão de ferro e bem lá no alto o imponente, majestoso e lendário Solar dos Castanheiros.

O colorido vitral da janela, existente no topo da fachada principal, difunde os raios solares parecendo sorrir-me e abrir os braços dourados para me receber.

Cacilda Silva
18-12-2012





Feira de São Martinho

No dia 12 de Janeiro a Prosas e os seus parceiros organizaram a 5ª Feira de São Martinho, no Bº. 1º de Maio, que decorreu com muita participação e alegria.

Sines Quinhentista

“Sines Quinhentista”, foi um evento incluído nas Comemorações dos 500 anos da Santa Casa da Misericórdia de Sines. Tratou de uma recriação histórica da Fundação da Misericórdia no ano de 1516. O evento decorreu no Castelo e no Centro Histórico, nos dias 10, 11 e 12 de Junho. Realizou-se um desfile a pé que partiu das instalações da Santa Casa, passou pelo Centro de Artes, Largo dos antigos correios, Largo da Igreja Matriz e finalizou no Castelo. Durante os dias, 10 e 12 de junho, a PROSAS também desfilou e dançou. Animação, música, dança e figurantes vestidos a rigor, não faltaram.

Maria do Céu L.P.

SPA

Sabe o significado de SPA? Pois bem. A abreviatura que tanto está na moda e sinónimo de bem-estar é a expressão SANUS PER AQUA(a). Desde os tempos mais remotos da antiguidade a água é um elemento da natureza bem conhecido pelos seus efeitos curativos. A tradição das termas está bem enraizada na Europa, razão pela qual levou a que os primeiros SPAS do velho Continente funcionassem em estância termais. Mas trata-se, contudo, de uma simples associação entre dois processos distintos. No caso das termas há uma localização geográfica bem definida, onde existem nascentes de água sulfurosa. Reconhecida pelos especialistas, entre outros benefícios, pode ajudar a reduzir o envelhecimento das articulações e atenuar inúmeras alergias respiratórias. Para o efeito, existem, instalações possibilitando o aproveitamento do elemento curativo em forma de piscinas, banheiras ou duchas, mas se desejar respeitar a sua origem asiática, o único requisito geográfico “o autêntico espírito spa” é então o contacto mais próximo e directo com a mãe natureza, talvez o mais agradável e salutar.

(a) Cura pela água

Hortênsia Dias



CAROLINICES



OS LIVROS!

Lembrei-me!...

Lembrei-me da Ema!

A Ema, entrava pela 1ª vez na escola e vinha acompanhada da mãe.

Chorava a Ema e chorava a mãe!

Chorava tanto que resolvi (para que não me desestabilizasse a turma), pedir a uma funcionária que passeasse com ela no pátio da escola até que se acalmasse. Não conseguimos que parasse de chorar! No dia seguinte voltou novamente chorando.

Disse-lhe (com brandura, mas com alguma firmeza) - Senta-te ali naquela mesa e mostra-me lá os livros que trazes na mochila. Devem ser lindos!...

Olhou-me com olho grande e muito aberto e como se de uma torneira se tratasse "fechou as lágrimas".

Mostrou os livros e começou a falar comigo como se me conhecesse há muito tempo.

Respirei de alívio.

A "crise" estava resolvida.

A Ema parou de chorar e a mãe também!

Cativei uma aluna e arranjei uma amiga.

Hoje, o telejornal mostrava uma menina com a mãe, numa livraria, a comprar os seus livros escolares. A notícia falava dos preços, dos programas, dos professores, das colocações, etc... etc... Mas, foi aquela menina lourita que me chamou a atenção.

Teria nove anos de idade e olhava com um sorriso de encantamento e já de amizade para "os seus livros", pousados sobre o balcão. Companheiros que durante quase um ano irão fazer parte da sua vida!

Quando se começa ou recomeça a escola os livros são um tesouro para crianças.

São os amigos que levam de casa e lhes transmitem alguma segurança.

A mãe vai embora. Os colegas e a professora são ainda uns desconhecidos. Mas...eles, os livros estão ali!

E foi isso que tu fizeste, Ema.

Apresentaste-me os teus amigos e eu mostrei por eles apreço.

Resultou!

(Os amigos dos meus amigos, meus amigos são... lá diz o velho ditado!)

(carolinices)



Parabéns À Prosas

Nove anos de dedicação, de paixão, de entusiasmo e de aprendizagem. Anos que quase nos passaram ao lado sem darmos pela sua existência, não obstante os momentos alegres e felizes nas nossas actividades.

O tempo passa e nós continuamos a pensar que é importante continuarmos a melhorar os nossos conhecimentos, porque a vida é um livro aberto para as realidades que o mundo nos propõe.

Todos os dias aprendemos, todos os dias nos aproximamos do ser humano e com ele novas páginas da vida nos alimentam no sentido de sermos melhores, mais justos e fieis aos nossos ideais.

A nossa escola (PROSAS) é um poema que sentimos a cada dia que passa, porque vale a pena nos juntarmos para darmos a nós próprios paz, tranquilidade e o alcance de sermos melhores.

Parabéns para o nono aniversário da nossa escola e que a PROSAS seja um poema vivo nas nossas vidas.

A. Courelas
01/01/2017





Hippotrip, Museu dos Coches, Jangada de São Torpes

Cedo, numa manhã fresca de Outubro, a tranquilidade habitual do Parque do Município é quebrada por um aglomerado de pessoas junto de um autocarro.

A Associação Prosas agendou para o local o ponto de partida para mais um passeio turístico / cultural e de convívio. Os conhecidos cumprimentam-se, efusivamente os que têm mais afinidade entre si, inquire-se de quem se esperava encontrar. O regozijo é geral por mais uma vez se encontrarem na agradável perspectiva de convívio fraterno, perspectiva dada como certa perante a lembrança de outros passeios bem-sucedidos.

Mas a coordenação não tem contemplações. Cada um tem o lugar marcado, todos têm horário a cumprir.

Em breve rolamos a caminho de Lisboa, com paragem programada para o pequeno-almoço que acabou por ser, com acordo geral, em Alcácer do Sal por Grândola estar superlotada. Depois só paramos na Doca de Santo Amaro, nosso local de destino.

Cumpridas as formalidades, tomamos lugar num autocarro que se distinguia dos outros por ter as janelas mais altas e formas arredondadas na frente e no fundo, era o Hippo. A nossa viagem “trip” em inglês, o nosso “Hippotrip” ia começar com viajantes suspensos e curiosos da novidade que se seguiria. A expectativa durou pouco, estávamos a circular pelas avenidas de Lisboa como em qualquer outro autocarro percorrendo um circuito que incluía a Avenida da Liberdade, salientando aqui que o Hippo não receia a confusão de trânsito das artérias mais concorridas.

Em todo o percurso fomos acompanhados por uma animadora muito competente contando histórias pitorescas ou até factos históricos relacionados com lugares por onde passávamos ou com figuras lá exibidas, sempre com um excelente humor que dispunha bem.

Havia vários Hippos a circular no itinerário. Segundo a animadora, havia que cumprir a praxe de gritar a plenos pulmões “Hippo” “Hippo” “Hurra”, cada vez que se cruzavam dois Hippos, sendo motivo de orgulho a antecipação e a intensidade do grito. Cumprimos com entusiasmo, devemos ter ganho. E voltamos às docas.

O Hippo faz uma curva, aponta a uma rampa e sem alteração de velocidade ou ritmo desce até à água, provoca grande cachão com água projetada sobre o para brisas e alguns salpicos para dentro, surpreendendo-nos de seguida com a suavidade da suspensão. Estávamos a flutuar e o nosso condutor de auto carro era agora o comandante e piloto do barco.

Tínhamos visto Lisboa por terra agora íamos conhecer uma parte a partir da água. Sempre acompanhados pelos comentários da nossa guia, ante nós deslisou a Torre de Belém, o Centro de Investigação para o Desconhecido da Fundação Champalimaud, a Doca de Pedrouços e a Torre de Controlo para o Tráfego Marítimo, junto da qual saímos da água numa rampa de acesso dos barcos, numa transição água-terra apenas denunciada pela vibração da suspensão.

Seguiu-se o almoço livre nas docas.

Almoçados, cada um a seu gosto e apetite, seguimos para a visita ao museu dos Coches, ali perto.

Foi um encanto passear por entre aquelas viaturas, a maior parte ricas joias de engenho e arte, guiados e instruídos pelo Sr. Arquiteto Ricardo que amavelmente nos conduziu, sala a sala, coche a coche e incansável explicou pormenores da construção, da arte e da história de cada preciosidade. A maior parte foi usada em manifestações aparatosas, muitas associadas a casamentos reais, cortejos e eventos sumptuosos de variada natureza. Até o regicídio é ali lembrado pela presença do landau onde foram assassinados o rei D Carlos I e o príncipe herdeiro D. Luís Filipe.

Terminada esta visita passámos à seguinte “A jangada de São Torpes” que naturalmente excita a nossa curiosidade pela referência ao local. A muitos trará à memória lembranças de um homem em pé em equilíbrio precário sobre o que parecia ser um monte de canas mal-amanhadas, recurso de gente pobre, apanhando aparelhos de pesca entre as rochas.

Pois ficamos a saber que a jangada de São Torpes tem raízes ancestrais, que a sua conceção terá colhido inspiração em exemplares semelhantes existentes em várias partes do mundo e usados desde épocas muito recuadas e ainda que é considerada segura pois as canas de que é feita são leves e ocas servindo como bons flutuadores.

Com esta excelente informação termina o roteiro programado e iniciamos o regresso, tranquilos, talvez um pouco cansados, mas com muitos motivos de satisfação por mais esta jornada cultural e de convívio.

.J. C. Capucho



Eu sou a PROSAS

Olá boa noite!

Eu sou a PROSAS e venho abrir - vos o meu coração e deixar fluir o sentimento que considero dos mais nobres “ a minha gratidão”.

Gratidão aos meus Órgãos Sociais: Assembleia geral, Conselho Fiscal e direcção.

Gratidão aos meus professores.

Gratidão aos meus alunos.

Gratidão a todos os sócios, que formaram uma grande Família.

Gratidão aos presentes que puderam associar-se ao nosso “Jantar de Natal”.

Sermos gratos é termos uma visão capaz de valorizar as coisas boas, de conseguirmos sair do nosso mundo pequenino e fechado, darmos conta de que há pessoas em situações muito piores que as nossas.

Sermos gratos é pensar positivo.

Sermos gratos é reconhecermos os benefícios que usufruímos.

Sermos gratos é sermos sensíveis, humildes, amáveis, doces ...

Sermos gratos é dizer Bom dia e não voltar a cara.

Sermos gratos é valorizarmos esta oportunidade de fazerem parte de mim...

EU SOU A PROSAS! Um Bom, feliz e santo natal a todos!

Maria do Céu Lopes Paulo



Natal no Largo

Natal no Largo, um mercado tradicional de Natal que veio para ficar e alegrar o Centro Histórico de Sines.

Muitos expositores com seus produtos alimentares e de artesanato. Muitos visitantes e muita animação pelas ruas, cheias de cor e luz; bandas, concertos, desfiles, Pai Natal, sessões de contos, oficina dos doces, lançamento de neve...

“PROSAS”, esteve presente e realizou um sorteio de quatro “Cabazes de Natal”. Os produtos foram oferecidos pelos alunos e professores.

Dias 10 e 11 de dezembro 2016, houve “Natal no Largo”, houve Magia do Natal.

Maria do Céu Lopes Paulo



Já é Natal!

*Esboça um sorriso
Dá um abraço
Fala com siso
Esquece o cansaço
Guarda o paraíso
No teu regaço
Quebra a solidão
Sê fonte de esperança
Reparte teu pão
Espalha a bonança
Consola o aflito
A tristeza alivia
Seja o teu grito
Hino de alegria
Sê humilde, sê honesto
Semeia a paz
Em cada gesto
Da justiça dá manifesto
Cultiva o perdão
O amor que faz
Do outro um irmão
Sejam teus braços
Abrigo e ternura
Cadeias e laços
De afecto e doçura*

*Da tua boca jorre a água pura
Em tuas mãos o calor e a calma
O consolo da alma
Em teu olhar
Em cada palavra uma flor
A desabrochar
Refrigério da dor
Perfume de amor
De ti a exalar.*

*Então...
Não precisas de esperar
Por esse dia especial
Convencional
Em que p'ra nos ensinar a amar
Deus feito homem vai chegar
Não precisas de esperar...
Porque em teu coração,
Meu irmão,
JÁ É NATAL!*

Maria Alda Broncas

Visita à Assembleia da República

A 16 de novembro o grupo Prosas realizou uma visita à Assembleia da República para conhecer a instituição que representa todos os cidadãos. Uma organização de todos nós mas aparentemente inalcançável elevou o interesse e as

expectativas de todos. O edifício apresenta-se imponente e de beleza extrema fascinando todos os visitantes. A disponibilidade e simpatia de quem nos acolheu tornaram a visita ainda mais agradável.

Preciosa Cardoso

