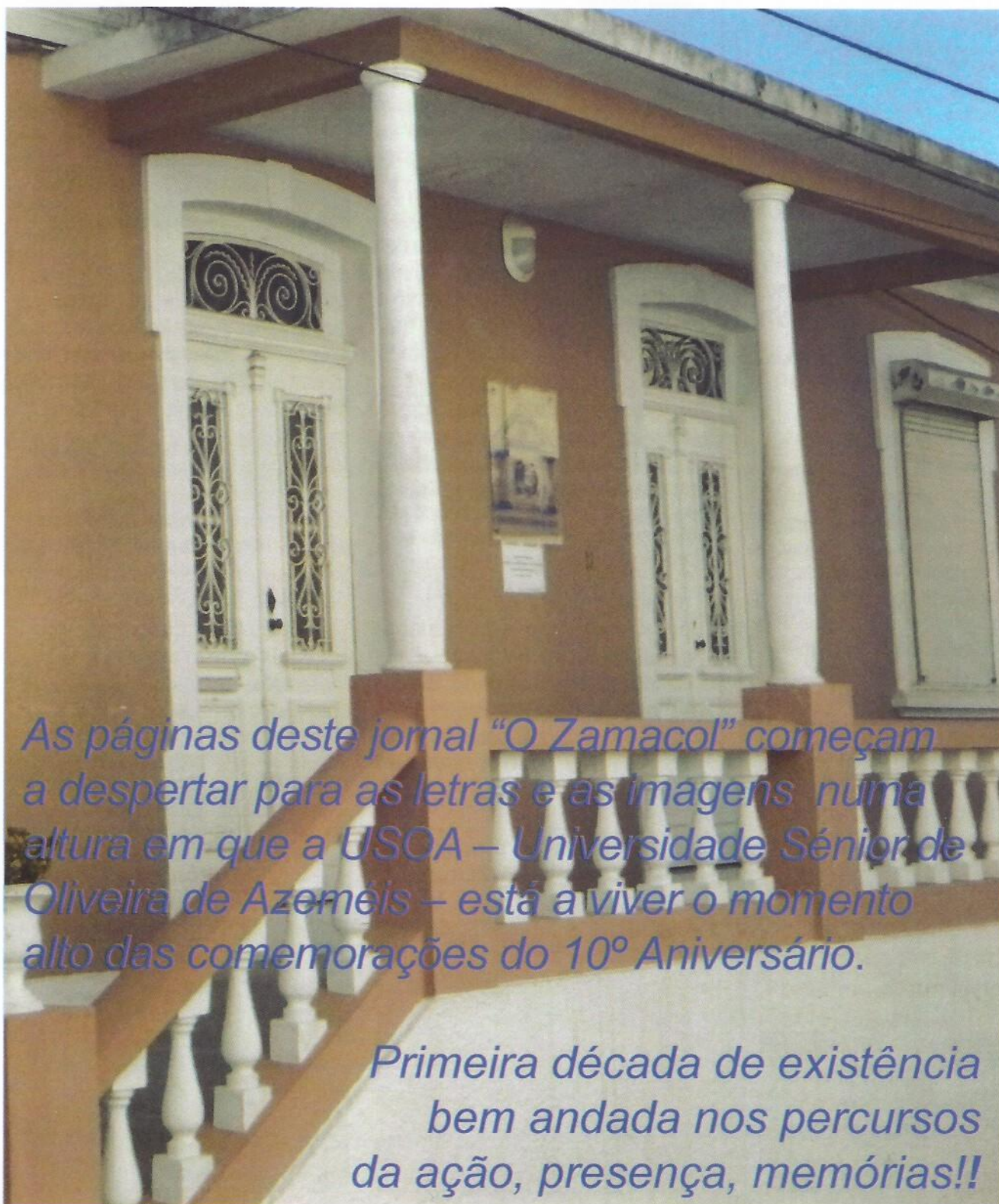


# O Zamacol

Jornal da USOA  
10 dezembro 2013  
Trimestral - Nº 1



*As páginas deste jornal "O Zamacol" começam a despertar para as letras e as imagens numa altura em que a USOA – Universidade Sénior de Oliveira de Azeméis – está a viver o momento alto das comemorações do 10º Aniversário.*

*Primeira década de existência bem andada nos percursos da ação, presença, memórias!!*

## Ficha Técnica

### Propriedade

USOA – Universidade Sénior de Oliveira de Azeméis  
Sede: Travessa Soares de Basto Nº 11  
3720 – 519 OLIVEIRA DE AZEMÉIS  
Telef. 256 673 081;  
Telem. 916 915 385  
E-mail – [usoazemeis@gmail.com](mailto:usoazemeis@gmail.com)

### Grafismo e Layout

Caima Press – Edições  
R. Prof. Elisa Castro Costa  
137 – 1º Dtº  
3720 – 274 Oliveira de Azeméis

### Coordenação

Tavares Ribeiro

### Redação e Colaboradores

António A. Oliveira, António Sampaio, Arminda Santos, Eulália Barbosa, Florimundo Carvalho, Manuel Lima, Pinho Costa, Otilia Magalhães, Tavares Ribeiro, Turma – Iniciação Inglês

### Tiragem

400 exemplares

### Periodicidade

Trimestral

## EDITORIAL

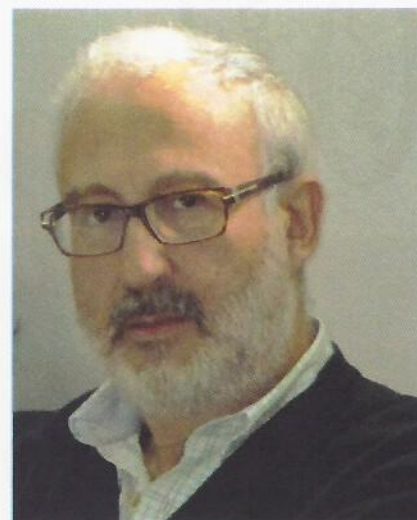
A Direção da Universidade Sénior de Oliveira de Azeméis, por mim presidida, apareceu com novas ideias, projetos e quereres. Como elo de ligação, partilha e de união entre todos os elementos da USOA.

Estamos a viver um dos marcos mais significativos da história da nossa instituição.

Quando há 10 anos, a nossa Universidade dava os primeiros passos na concretização de um sonho, foi preciso trilhar o caminho, degrau a degrau, que nos trouxe até aqui. Chegamos com os contributos valiosos e insubstituíveis, da Câmara Municipal de Oliveira de Azeméis e de muitos amigos da USOA. A que estamos imensamente gratos.

A concretização deste sonho resulta também do querer, da dedicação e do envolvimento construtivo de muitos membros da nossa Universidade Sénior – esses companheiros(as) que, num excelente espírito construtivo, se envolveram neste projeto comum.

O lançamento do 1º número do nosso Jornal, “O Zamacol”,



é um sonho antigo, pretende ser um veículo de informação, cultura e lazer, um espaço aberto de partilha de conhecimentos e ideias entre todos os elementos da USOA, nunca descuidando as memórias e os valores fundamentais.

Na firme convicção de que estamos no caminho certo, reafirmamos os nossos votos de que estas comemorações permaneçam como registo histórico marcante desta instituição. Bem Haja!

Nesta época festiva, desejo a todos um Santo Natal.

O Presidente  
**António A. Oliveira**



## Azeméis e Azémolas

Por: Joaquim Pinho Costa

Quando o tema é a origem do topónimo Oliveira de Azeméis, ocorrem à nossa memória relatos de lendas e tradições orais, rocambolísticas algumas, românticas outras, inverosímeis quase todas.

A mais recorrente refere-nos a existência, *in illo tempore*, de uma ou muitas oliveiras a cuja sombra retemperadora descansaria o pobre almocreve (*azemel*) e a rédua de bestas de carga (*azémolas*), por si penosamente conduzida por caminhos polvorosos, léguas em barda. E, para enfeitar o ramalhete, menciona-se que estes almocreves eram (também) edonatos do Mosteiro de Arouca, ocupados na recolha dos bens com que os “emprazadores” cumpriam os seus aforamentos.

Quanto ao topónimo Oliveira, na verdade, os romanos tinham por hábito muito frequente usar como topónimos os nomes das árvores e, etimologicamente, Oliveira provém do latim *Olivária* ou *Olibária*, aliás, referidos em documentação antiga do séc. X; passando a usar-se mais tarde, as designações *Ulvária* ou *Uliveira*, até se fixar, definitivamente, na Oliveira atual...

Já o determinativo “Azeméis” foi-lhe acrescentado muito mais tarde, para melhor identificação dentre as numerosas localidades com o nome Oliveira.

E ... donde provem?

“Aparece já *Oliveira de Azeméis* no “*Censual do Cabido*” da Sé do Porto (cerca de 1185) e noutros documentos que o Dr. Maurício Fernandes indica...”

(Alberto Pardinhas – UL-VÁRIA – Tomo II – Museu Regional O. Azeméis – 1995 – pág. 186)

Esta afirmação que merece todo o crédito, avalizado na erudição e na idoneidade intelectual intocáveis de ambas as figuras referidas, deita por terra a poética versão dos azeméis de Arouca serem os involuntários “culpados” da nossa terra se chamar como se chama... porque, o Mosteiro de Arouca foi um pequeno e pobre cenóbio que pôde crescer e revigorar-se a partir do padroado da Beata

Mafalda de Portugal, efémera Rainha de Castela, filha do D. Sancho I de Portugal, a quem o pai, em 1220, doou o Mosteiro e largas terras em redor ...quando Oliveira, a esse tempo e pelo acima dito, já se chamava “de Azeméis”!

“Azeméis” é claro plural de *Azemel* (do árabe *az-ammal*): s.m. condutor de azémolas; almocreve 2. – Tratador de azémolas – sendo, “Azémola” – (do árabe *az-gamila*) – s.f. – Besta de carga 2. Cavalgadura velha e trôpega; mas também o pode ser de um outro substantivo “Azemel”, (também do árabe *az-zamla* significando “*família e pertences de um chefe*” que se pode traduzir na nossa língua por abarracamento, acampamento 2. – povoação mourisca.

Recorrendo-nos, novamente, do ilustre historiador Dr. Maurício Fernandes, este, nos estudos profundos que desenvolveu sobre a origem do nosso topónimo, na obra “*Geografia da Península*” de autoria do célebre geógrafo árabe *Edrisi* (1099-1164) deparou-se com referências à existência aqui, no séc. XII, de um aglomerado populacional moçárabe, ou seja, de cristãos que aceitaram submeter-se aos árabes, então potência ocupante, vivendo entre eles mas mantendo a sua língua, religião e costumes visigóticos e uma “alçaria” (no árabe, *al-quariá*; aldeia, vila) (s.f. – armazém de alfaías agrícolas) cuja evolução terá conduzido ao agregado urbano dos nossos tempos.

Assim, parece certo que a origem do nosso topónimo não tem raiz na fantástica lenda dos almocreves e das bestas de carga, antes, e muito prosaicamente, nas tendas e nos rústicos locais de guarda dos utensílios agrícolas dos pobres moçárabes rendidos à hostilidade mourisca.

Apetece dizer, como o saudoso Fernando Pessa:

“- E esta, hein?!!”

### Bibliografia:

“ANNAES DO MUNICÍPIO DE OLIVEIRA DE AZEMÉIS” – 1909 – Liv. Chardon – Porto  
PARDINHAS, Albertino – Artigo “*Oliveira de Azeméis – A origem do seu nome*” . – UL-VARIA Tomo II – pág. 185 – 1995  
“OLIVEIRA DE AZEMÉIS – DOIS SÉCULOS DE HISTÓRIA” – 2ª edição – pág. 20 - CMOAZ – Março/2001  
“GRANDE ENCICLOPÉDIA UNIVERSAL” – Durclub. S.A. –

## Órgãos Sociais do Instituto de Cultura e Cooperação Intergeracional Universidade Sénior de Oliveira de Azeméis Triénio 2013/2016

### Assembleia-Geral

**Presidente:** Manuel Ribeiro de Lima

**Vice-Presidente:** Manuel Soares Ribeiro dos Santos

**Secretário:** Alice Maria Pereira Barbosa Mateiro Santos

### Direção

**Presidente:** António Almeida Oliveira

**Vice-Presidente:** Maria Manuela Andrade Cruz Ferreira

**Vice-Presidente:** João Carlos Guimarães Boges de Almeida

**Secretário:** Luís Manuel Correia Matos

**Tesoureiro:** Joaquim Correia Teixeira

**1º Vogal:** Maria Eulália Nunes Barbosa

**2º Vogal:** Maria Arminda Gomes Santos

### Conselho Fiscal

**Presidente:** Aureliano Cabral Soares

**Secretário Relator:** José Manuel Agrelos

**2º Secretário:** António Ernesto Matos Pereira da Silva

## “Minha Pátria é a minha Língua Portuguesa”

FERNANDO PESSOA

Por: Manuel Lima

Na qualidade de Professor da disciplina de Língua Portuguesa, não posso deixar de me congratular com a experiência vivida ao longo de dez anos de leccionação. O ensino da disciplina é uma forma de me realizar e de não esquecer o exercício da minha profissão.

Infelizmente, constatamos que em toda a parte há graves lacunas na prática da Língua Portuguesa, área em que se regista um elevado grau de analfabetismo. Eu próprio, mais letrado, deparo-me, por vezes, com dúvidas sobre a melhor forma de escrever. Assim se justifica a existência da disciplina, para tentar superar muitas incorrecções, com mais acuidade nos mais idosos. No seu ensino, tem sido prioritário motivar os alunos

para recordar e exercitar a correcção linguística, tendo como ponto de partida as carências e os interesses dos mesmos e trabalhando textos da máxima actualidade, de todo o género, de autores consagrados ou não, alguns dos quais são sugeridos por eles próprios. Qualquer que seja o texto, ele é o pretexto para a análise, para o debate, para a reflexão e enriquecimento vocabular. Evitamos textos barrocos de mais difícil interpretação e optamos por aqueles de carácter crítico, irónico, humorístico, motivadores do riso e da jovialidade na aula. Assim, os alunos mais facilmente aderem à melhor construção frásica, à correcção ortográfica, à melhor pontuação e à eventual elaboração de novos textos. É um aprender brincando e rindo, excelente terapia em tempos

de crise.

Não nos preocupamos com o novo Acordo/Desacordo Ortográfico, que não altera substancialmente as regras da Linguística vigente.

Para mim e para os alunos, o ensino da disciplina não pode ser encarado com o rigor e a exigência tradicionais, pelo contrário, a selecção dos textos é feita de acordo com a massa crítica e com as idades, abordando problemas do dia-a-dia.

Tomemos consciência das nossas incorrecções linguísticas; e exercitemos a Língua Portuguesa. Nunca é tarde para o fazer.

Assim, rememoraremos a aprendizagem do passado, corrigiremos incorrecções do presente, exercitaremos a reflexão, combateremos a iliteracia, praticando melhor a Língua que nos identifica como bons portugueses.

*(Não adopto o Acordo Ortográfico)*

Oliveira de Azeméis, 2013-11-11

## Testemunho

Por: Manuel Lima

Decorridos 10 anos desde a sua fundação, a USOA continua cada vez mais pujante com novos e dinâmicos corpos gerentes. As sucessivas direcções, lideradas pelo Dr. Hespanha, com a colaboração prestimosa de alguns sócios, estruturaram e consolidaram o funcionamento da USOA que, apesar de ventos e marés inesperados, souberam superá-los, no cumprimento dos objectivos para que foi fundada.

Foi uma tarefa por vezes titânica merecedora de sentidos elogios. Como componente da Comissão Instaladora da USOA, não posso deixar de rememorar o seu nascimento e o seu desenvolvimento e de me sentir feliz e realizado por ter contribuído para a sua continuidade e consolidação, num clima de diálogo, de compreensão e de pacificidade. Feliz, ainda, porque, quer como Professor, quer como aluno, posso experimentar outras vivências, criar novas amizades e praticar actividades altamente valorizadoras e que nos preenchem eventuais vazios. Como é salutar poder viver o ritmo

da USOA, com uma multiplicidade de disciplinas nas áreas das ciências, das artes, das letras e da saúde, cujos Professores, em regime de voluntariado, têm dado o seu melhor na valorização dos seus alunos para uma superior qualidade de vida!

“Valeu a pena...” pugnar por uma **“mens sana in corpore sano”** (mente sã em corpo são).

*(Não adopto o Acordo Ortográfico)*

## Aumento da esperança média de vida em Portugal

### Causas e Consequências Sociais

Por: Arminda Santos

Envelhecer é um processo natural, gradual e contínuo, que começa no nascimento e se prolonga por todas as fases da vida.

Apesar de não haver um momento específico que defina uma pessoa como idosa, a idade de 65 anos tem sido tradicionalmente associada a essa fase da vida por sinalizar o momento em que, nas sociedades industrializadas, as pessoas geralmente deixam a força de trabalho. Ou deixavam, porque essa prática está sendo revista na maioria dos países.

De acordo com (Assis, M. 2004) o envelhecimento humano é um facto reconhecidamente heterogéneo, influenciado por aspetos socioculturais, políticos e económicos, em interação dinâmica e permanente com a dimensão biológica e subjetiva dos indivíduos.

O envelhecimento demográfico

é cada vez mais um problema social e económico uma vez que afeta todas as gerações. Com o envelhecimento da população existe um conseqüente aumento da dependência de idosos.

**Os fatores que mais têm contribuído para a curva acentuada do envelhecimento são:**

Redução da taxa de natalidade, redução da taxa de mortalidade e o aumento da esperança média de vida. A taxa da natalidade que era 28 nascimentos por mil habitantes em 1935, passou para 9,5 por mil habitantes em 2010. Ou seja, praticamente três vezes menos.

A esperança média de vida em Portugal em 1960 era de apenas 61 anos para homens e 67 anos para mulheres. Em 2011 a taxa passou a ser de 76.8 para homens e 82.6 para mulheres. Fonte: INE (Instituto Nacional de Estatística, Maio de 2013).

Este acréscimo da esperança média de vida resultou, entre outras razões, da melhoria das

condições de vida, dos progressos da medicina, da melhoria da assistência na saúde, do alargamento dos sistemas de proteção social, das condições de habitabilidade, das alterações dos hábitos alimentares, entre outros.

Estes fatores têm consequências tais como: risco de insustentabilidade de sistemas financeiros, maior taxa de abandono de idosos pelas famílias, baixa produtividade, diminuição do espírito empreendedor, fraca inovação tecnológica...

Face a este problema do envelhecimento que enfrentamos, é necessário que se tomem algumas medidas, sendo que, o envelhecimento dinâmico poderá e deverá ser uma delas.

***“Envelhecer é natural. Já o modo de envelhecer, não o é. A forma como se envelhece é uma marca da sociedade de referência, da comunidade de pertença e da condição de vida que se tem”.*** (Tomás, 2012).

No próximo número iremos abordar o tema: “Envelhecimento Dinâmico”. Até lá. Fiquem bem e sejam felizes!

## Christmas

By: TURMA - INICIAÇÃO INGLÊS

For many, Christmas is the celebration of the birth of Jesus Christ.

This is really a miraculous event but the central truth of Christmas story is that the child represented in “The Crib” as a baby in a manger is God.

However Christmas also means a time of fun, reconciliation, solidarity, peace and love. On Christmas Eve the family gets together at home.

Instead of the Christmas Crib, the majority of families decorate the house with holly and prepare a Christmas tree with many psychedelic lamps and beautiful pictures.

Traditionally, on Christmas Eve Santa Claus is supposed to come and put presents in the

stockings. So, children and adults receive presents.

Not only on Christmas Eve but also on Christmas Day there is a long table with sweets cakes, stuffed turkey and codfish boiled with cabbage and potatoes.

People usually sing Christmas Carols and send Christmas Cards to one another.

The students who are just beginning to learn English language at USOA wish everybody a Merry Christmas and a Happy New Year.

## Tributo à USOA

A nossa Universidade com dez  
aninhos apenas  
Tem muitas disciplinas  
Promove festas, passeios, tudo bem  
organizado  
Foi criado o seu jornal pra ser tudo  
divulgado  
Tem seu grupo de teatro com peças  
bem elaboradas  
Quando estão a atuar é só rir às  
gargalhadas  
Tem mais grupos que atuam em  
eventos culturais  
Que são o coral, a tuna, cavaquinhos  
e madrigais  
Têm ido a muitos lados e são bem  
aplaudidos  
Para animar lares e centros de dia  
São muitas vezes escolhidos  
Tem também outras valências  
Tais como pintura, artes decorativas,  
jardinagem natação,  
Um sem fim de coisas para transmitir  
A esta gente boa, que hoje frequenta  
a nossa USOA  
Quem anda na instituição e não tem  
nada para aprender  
Ou ensinar e, na USOA não tem brio,  
É melhor que vá embora e deixe o  
lugar vazio  
Parabéns a toda a gente que fundou  
a instituição  
A todos que por lá passaram e à  
nova direção.

**Otilia Magalhães**

## “Envelheço”

Envelheço mas,  
sempre,  
todos os dias,  
te quero ter,  
possuir teu corpo macio,  
acetinado  
e, junto dele, adormecer!...

Numa sarabanda de membros,  
de ósculos,  
de carícias mil,  
quero ter-te, todos os dias,  
sempre... sempre...  
até morrer!

**A. P. Sampaio 06/06/06**

## PERCURSO SÉNIOR

Com vida profissional acabada  
Mas com muita atividade  
Não quis ser só aposentada  
Pois era jovem na idade

Tento algum tempo dedicar  
A cultivar meu quintal  
Como é bom cozinhar  
Sabendo não fazer mal

Com gosto pelas artes  
Esta área abracei  
Por exclusão de partes  
Muitas técnicas aperfeiçoei

Foi por pouco tempo  
Que a vida foi assim  
Pois em dado momento  
Vieram-lhe pôr fim.

Convite me foi feito  
Para um grupo integrar  
Com acordeão ao peito  
Pus-me logo a andar.

Ao projeto me dedico  
Com alma e coração  
E mais contente fico  
Por aliviar a solidão.

Agora também na direção  
Mais me falta o tempo  
Mas é com muita satisfação  
Que vivo cada momento.

**Eulália Barbosa 19 NOV 2013**

## Poema

Quando olham para os idosos  
Julgam-nos acabados  
Somos demasiado vaidosos  
Para ficar acobardados.

E para melhorar a nossa vida  
Viemos para a Universidade aprender  
A vida só é vivida  
Quando se tem algo para dizer.

O nosso cabelo branqueado  
É fruto de maturidade  
E também algum pecado  
Cometido ao longo da vida.

Pra manter o corpo são e mente  
Temos de exercitar  
Assim teremos certamente  
Menos remédios para pagar.

Aqui na UNI há sã convivência  
Vontade de aprender  
Lá fora fica a maledicência  
Recuperamos a alegria de viver.

Há trinta anos que vivo  
Dentro desta cidade  
Só agora me sinto inserido  
Dentro desta comunidade

A esta UNI agradeço  
Do fundo do coração  
E aos amigos que agora conheço  
São a minha inspiração.

Amigos vamos sorrir  
E a vida desfrutar  
Quem é que pensa em desistir  
Se só agora estamos a começar.

**Florimundo Carvalho**

## Entardecer

Entardeceu...

e a noite  
não se adia  
se quando foi dia  
aqueceu  
brilhou...

Acolher o poente  
significa, na verdade,  
caminhar tranquilamente  
quando a vida foi luz,  
clareza.

**Tavares Ribeiro**

## Curiosidades

Por: Eulália Barbosa

Os chineses acrescentam um ano à idade, porque consideram que no momento em que nasceram já têm um ano de Vida.

O caracol gasta quarenta e dois dias para andar cinco kms.

O ulmeiro produz cerca de sete milhões de folhas em cada ano.

A água do mar contém ouro, mas em proporção diminuta - somente quatro miligramas por cada metro

## Assembleia Geral da USOA

Por: Tavares Ribeiro

Na tarde de sexta-feira, dia 25 de outubro, perante elevado número de presenças que literalmente ocupou todo o espaço disponível na sala principal das antigas instalações da Escola Superior de Enfermagem, decorreu a sessão ordinária da Assembleia Geral da Universidade Sénior de Oliveira de Azeméis; que nos seus pontos da ordem do dia propôs a apresentação e debate do Plano de Atividades (aprovado por unanimidade) e da Proposta de Orçamento desta instituição para 2013/2014 (aprovado por maioria). Inscrita no 2º ponto da ordem de trabalhos, a proposta para distinguir a Câmara Municipal como sócio honorário foi, também, aprovada por maioria.



cúbico.

Quando o sol está no zênite, as sombras tanto de um anão, com de um gigante são iguais.

Só cinquenta anos depois, acabou de arder na China uma mina de carvão, que se tinha incendiado em 1850.

Antigamente, chamava-se ao chocolate "licor divino" em resultado de se preparar de joelhos, se mexer com as mãos juntas e de se beber com os olhos no céu.

## Convívio de S. Martinho e recepção aos caloiros

Por: Tavares Ribeiro

Durante a tarde de sexta-feira, dia 15 de novembro, a Estalagem S. Miguel (Parque de La Salette) franqueou espaço para aí ser promovido o convívio de S. Martinho e a recepção aos caloiros da Universidade Sénior de Oliveira de Azeméis, entidade que promoveu o evento.

Os dirigentes da USOA assumiram que era uma iniciativa em que todos os seus alunos – e especialmente os caloiros – não deveriam justificar ausência. E motivaram, e fartaram-se de motivar à participação. E fizeram bem – porque, efetivamente, registou adesão muito, muito significativa, envolvendo elevado número de animadas presenças, que no decurso do convívio e da recepção aos caloiros, mostraram bem presente como encaram esta fase da sua existência, na certeza que a vida ainda tem muita coisa para lhes dar!



## USOA promoveu Desfolhada à Moda Antiga

Por: Tavares Ribeiro



Numa dinâmica de valorização de atividades "extracurriculares" e em novo trabalho de animação cultural, desenvolvido pela USOA, na noite de sexta-feira, 11 de outubro, as instalações exteriores da universidade sénior deram "eira" a uma rima de espigas à roda das quais se acomodou um ror de gente (mais de duas centenas de pessoas, era uma multidão!...) pronta para a ocupação de reviver uma desfolhada à moda antiga, simulando o que nela acontecia num tempo passado que foi parte da vida real no mundo rústico das nossas aldeias.

Na verdade, na desfolhada à moda antiga, reconta-se uma fase das colheitas, que constitui memória ainda muito viva, dando-se à representação com os mesmos fios com que, na prática, a própria vida de outrora se entreteceu, profundamente ligada à terra e hoje (re)apresentada como exemplo, ou lição, de tarefa a seu tempo importante das gentes rurais!



## USOA é a maior do distrito em termos de número de alunos



Segundo a nova direção da USOA, o arranque deste ano letivo "está a correr bem"

Das filiadas da RUTIS (Associação Rede de Universidades da Terceira Idade), a Universidade Sénior de Oliveira de Azeméis é a maior do distrito em termos de número de alunos, que, neste momento, ronda os 350.

Segundo a nova direção da USOA, o arranque deste ano letivo "está a correr bem". "De uma maneira geral, as pessoas vêm dar-nos os parabéns e reconhecem o facto de estarmos com vontade de elevar a USOA", afirmou

a vice-presidente, Maria Manuela Cruz Ferreira, acrescentando que, na realidade, "todos nós temos uma vontade muito grande de tornar a nossa instituição prestigiada, não só na própria cidade, como também

ao nível nacional".

Para que conste, neste ano letivo, são 48 as turmas e 31

relação a 2012/2013), estando estas a cargo de 38 professores, que trabalham a título



## Programa das Comemorações do 10º Aniversário da USOA

A Universidade Sénior de Oliveira de Azeméis, no programa de comemorações do seu 10º Aniversário, que vão decorrer de 04 a 14 de dezembro, integra vários eventos, contemplando:

**04/12** – Abertura da exposição retrospectiva dos 10 anos da USOA, pelas 15.00 horas, no edifício sede.

– Missa, na Igreja Matriz, pelas 19 horas.

**6/12** – 3ª Sessão "Psicologia Para Uma Vida Melhor" no Salão Paroquial

– 1ª Sessão "Venha Tomar Café Connosco", pelas 21.00 horas, no Edifício II.

**10/12** – Colóquio "A Vida das Universidades Seniores", pelo palestrante Dr. Hugo Carvalho,

às 21.00 horas, na Biblioteca Municipal Ferreira de Castro. – Lançamento do Livro "10 Anos da USOA" e do primeiro número do Jornal "O Zamacol".

**14/12** – Sessão solene de Encerramento das Comemorações, no Salão Nobre do antigo Quartel dos Bombeiros, pelas 11.00 horas. – 13 horas – O tradicional "Almoço de Encerramento das Comemorações e de Natal", na Quinta de Santiago, em Santiago de Riba-Ul, num convívio que se pretende de união entre Diretores, Professores, Alunos, Entidades, Amigos e Colaboradores, que tanto têm contribuído para o engrandecimento da Instituição.