



# Trço de União



PUBLICAÇÃO TRIMESTRAL • Fundada em Junho de 1975 • Director: Jorge Valente



## A Estrela do 25º Acampamento Nacional Parque de Campismo da FPCM - Lagoa de Sto. André



**PROPRIEDADE DO CLUBE CAMPISMO ESTRELA**

Filiado na Federação de Campismo e Montanhismo de Portugal  
e Confederação das Colectividades de Cultura, Recreio e Desporto

# Sumário:

Editorial .....	3
38.º Aniversário do Parque .....	4
As nossas actividades desportivas e culturais .....	5
Imagens das nossas actividades .....	6
O Código Campista .....	7
25.º Acampamento Nacional .....	8
Gripe A .....	10
Prevenção contra a Gripe A .....	11
Olá Companheiros .....	12
Calendário de Actividades no Parque .....	13
O último livro que li .....	13
Passo a palavra aos sócios .....	14
Notícias da Direcção Administrativa .....	15
Notícias da Direcção Técnica .....	15
Avisos Diversos .....	14

## 22.º Aniversário da JE (15 - Set. - 1987)

### PROGRAMA

**19 de Setembro de 2009**

**10.00h.** - Jogo de Futebol

**15.30h.** - Peddy-Paper

**19.00h.** - Lanche da J. E.

- Entrega de prémios do Peddy-Paper e das actividades já realizadas

### Contactos do Clube:

**Geral:** clube.estrela@sapo.pt

**Para a Direcção:** estrela.direccao@sapo.pt

**Para a Mesa da Assembleia:** estrela.assembleia@sapo.pt

**Para o Conselho Fiscal:** estrela.fiscal@sapo.pt

**Para o Traço de União:** estrela.tracouniao@sapo.pt

**Telefone:** 261 815 525 • **Fax:** 261 813 333

**Telemóvel:** 960 107 360

### Votos de Pesar

Aos familiares e amigos de todos os companheiros falecidos

### Novo horário da Sede

A partir de 01 de Outubro, a Sede do Clube Campismo Estrela passará a abrir aos Sócios e a todos os que queiram por lá passar uma vez por mês na última quarta-feira, excepto se for feriado o que passará para o dia seguinte e no horário das das 18h00 às 20h00.

Morada: Rua Possidónio da Silva, n.º 14/16 - 1350-248 Lisboa

Serviços: Informações diversas, relacionadas com o Campismo e o Clube, propostas para admissão de sócios e carta de campista ou simplesmente uma visita à nossa sede.

**N.º 146 • Setembro/Novembro 2009  
ANO XXXIV**

Edição e Propriedade:  
**CLUBE CAMPISMO ESTRELA**  
(fundado em 14 de Maio de 1942)  
Reg. Pessoa Colectiva n.º 500988560

**INSC. na D. G. C. S. n.º 102567**

Redacção e Administração:  
**Rua Possidónio da Silva, 14/16  
1350-248 Lisboa**

**PUBLICAÇÃO TRIMESTRAL**  
Número Avulso: **25 cêntimos**  
(grátis aos sócios)

**Tiragem deste número:  
800 exemplares**

## Traço de União

**Director:**  
Jorge Valente

**Conselho de Redacção:**  
António Douro • Carlos Oliveira  
Jorge Valente • Marina Lourenço

**Colaboração Especial:**  
Adérito Graça • Ana Luisa Pinto (Anokas)  
Carlos Lourenço • Ema Borrego • Filipa Santos  
Laureano Paulo • Maria de Lurdes Costa  
Paulo Alexandre Costa • Xela

Todos os artigos assinados, bem como as ideias neles expressas, são da inteira responsabilidade dos seus autores

Fotocomposto e impresso:  
**Gráfica Sobreirense - Artes Gráficas, Lda.**  
R. 25 de Abril, N.º 10  
2640-578 Sobreiro - MAFRA  
Tel.: 261 812 044

Depósito Legal n.º 6584/91

**CLUBE CAMPISMO ESTRELA**  
é proprietário do  
**PARQUE DE CAMPISMO DO SOBREIRO**  
2640-578 MAFRA  
Telef. 261 815 525 • Fax 261 813 333  
Tlm.: 960 107 360  
(entre Mafra - 4 Km - e a Ericeira - 6 Km)

# Editorial

Com o tempo magnífico que se tem apresentado nestes últimos dias de verão que atravessamos, e embora com temperaturas excessivamente elevadas, parecem-nos de grande mérito a utilização de parques de campismo.

No nosso caso, como exemplo, é de grande envergadura a permanência no Parque para, com a devida compostura, se estabelecer uma sempre amiga confraternização entre utentes e visitantes que por vezes nos procuram.

Porque o Sobreiro é uma localidade muito atraente, é de crer que a passagem de algum tempo no nosso Parque de Campismo é muito útil e fácil porque está perto de uma bela zona de praias, quem delas se quiser utilizar não gasta muito tempo nas necessárias deslocações.

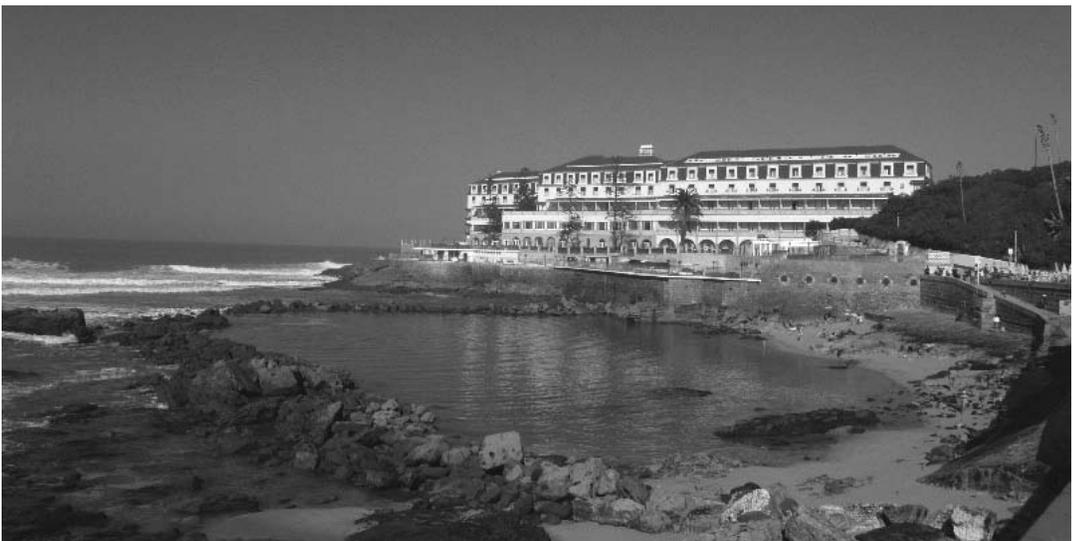
Muito arborizado, o Sobreiro, é um local muito agradável para a prática do campismo, e até para passagem de algum tempo muito atractivo. Por exemplo uma vista às instalações muito curiosas do que foi nosso associado José Silva Franco, é motivo para a passagem de algum tempo, que supomos nos enriquece pela nossa curiosidade.

É um bom pedaço de tempo que ali gastamos muito ultimamente e que com certeza não deixaremos de recomendar a outros campistas.

Mas nem só esta visita é recomendável. Uma visita à Ericeira e às suas belas praias são também motivo de muita satisfação e de óptima passagem de tempo. O percurso é bonito e pequeno mas muito aprazível por todo o seu trajecto.

Se assim proceder ficará com a certeza que muito ganhará para si e para o seu saber.

Jorge Valente



## 38º Aniversário do Parque Campismo Sobreiro

O dia começou com uma futebolada entre duas equipas mistas de companheiros novos e alguns mais velhotes mas não menos ágeis. Foram os equipamentos Azuis contra os Brancos e alguns golitos bem marcados. Alguns jogadores sentiram uma grande vontade de ir ao banco por diversas vezes mas devido à escassez de jogadores suplentes, tiveram mesmo de aguentar até ao fim. Foram minutos de pura actividade física.

A hora do almoço estava a chegar e a sala já estava pronta para o belo banquete. Bem alimentados de corpo e alma, todos os presentes puderam desfrutar de fotos e vídeos de outros tempos e outras actividades. Foram momentos de boas recordações mesmo durante a tarde fora. Uma boa ideia para os mais saudosistas e também para os mais recentes companheiros campistas.



**As mesas prontas para serem ocupadas, pois estava na hora.**



**A boa confraternização entre os companheiros e amigos.**



**A companheira América alegre e bem divertida.**

A noite foi então a parte da festa mais esperada pois os “Fados” estavam prestes a começar. Organizados pelo companheiro e Fadista Leonel Silva o som da guitarra e da viola começaram a soar aos ouvidos dos mais apaixonados pelo Fado. Apresentados e muito bem pelo companheiro Leonel, o elenco artístico era constituído por José Manuel Castro na guitarra portuguesa e na viola Chico do Carmo. As fadistas Vanessa, Conceição Ribeiro, América (a nossa América) e os fadistas José Manuel, Zé Manel Castro, Leonel Silva nosso companheiro, entre outros, fizeram da noite uma grande estrela que não parou de brilhar. Chegou a hora da prata da casa e vários foram os companheiros e companheiras que se fizeram ouvir como verdadeiros artistas. Houve aplausos com bastante calor ao longo de toda a noite.

O companheiro Leonel Silva que também apresentou todo o espectáculo, não se poupou a esforços para que tudo estivesse à altura de um bom espectáculo.

A Direcção do Clube Estrela agradece todo o seu esforço e dedicação. Um muito obrigado!



**A prata da casa já conhecida de todos nós, Zé Merdinhas.**



**O elenco com artistas de renome.**

**Sala cheia e bastante atenta às vozes do fado.**

# As nossas Actividades Desportivas e Culturais

## Torneio de Snooker

No fim de semana a seguir, em 11 e 12 de Julho fez-se um torneio de Snooker à maior de 3, tal como estava planeado no Calendário de Actividades, uma boa maneira de estarem entretidos todos os que gostam deste jogo. Uma tarde de sábado e um domingo bem passados. Ganhou o companheiro Carlos Torres, em 2º lugar ficou o Carlitos Lourenço e em 3º lugar em exéquo os companheiros António Silva e José Calado.

## Passeio de BTT e Bailarico

Foram mais de meia dúzia os companheiros que no dia 25 de Julho logo pela manhã se quiseram associar num belo passeio de BTT pela zona do Sobreiro.

À noite, o bailarico com o “Ivo Electrónico”, sempre a cantar e a dançar, sim porque ele também dança, e põe toda a gente a ginastacar. Foi giro, e uma noite bem passada, ficámos até tarde e todos nos fartamos de dançar.

## Corrida de Carrinhos Telecomandados

Nos dias 1 e 2 de Agosto houve mais uma corrida de “Carrinhos Telecomandados”. Desta vez decorreu na nossa Sala de Convívio, porque o tempo não ajudou e choveu toda a manhã. Resolveu a organização fazê-la em espaço fechado e nada melhor do que a nossa Sala onde estão os companheiros quando está mau tempo.

A brincadeira correu bem e no meio de tantos Carros, Jipes, Carrinhos de todos os feitios, grandes e pequenos, entre tantos participantes houve os vencedores.

Então, foram assim as classificações:

Até aos 12 anos ficou em 1º lugar o Henrique Douro, em 2º lugar o Rodrigo Moitas e em 3º lugar o Diogo. Nos concorrentes maiores de 12 anos ficou em 1º lugar o Micael Silva, em 2º lugar o Carlos Lourenço e em 3º lugar o Carlitos Lourenço.

Mais uma oportunidade para brincarem juntos pequenos e grandes.

Carlos Lourenço

## Torneio de Ping-Pong

Dividido em dois grupos de idades, menores de 16 anos e maiores de 16, realizou-se no passado dia 8 de Agosto mais um torneio de ping-pong onde a competição e amizade, claro, ficaram bem patentes nos rostos dos participantes.

Classificações: Menores de 16 anos; 1º Lugar – Rodrigo Moitas, 2º Lugar – Micael Silva, 3º Lugar – João Pedro e 4º Lugar – Alexandre Silva. Maiores de 16 anos; 1º Lugar – José Quitério, 2º Lugar – Daniel Prazeres e 3º Lugar – Paulo Rodrigues.

## Noite de Karaoke

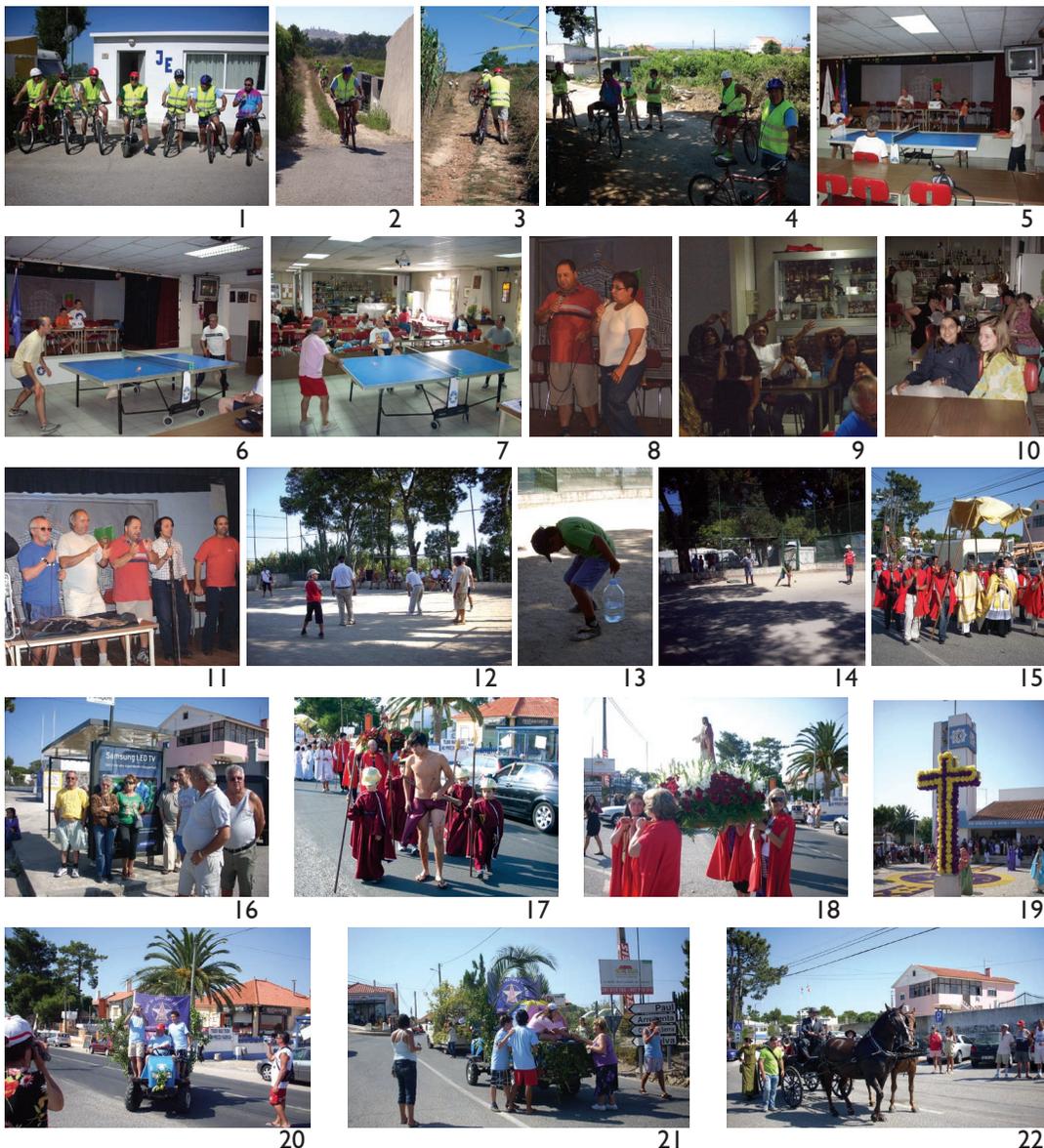
Dez da noite e começa a festa!

Música, muita música, e animação pela noite dentro onde mais uma vez a prata da casa mostrou os seus belos dotes vocais.

Obrigado ao amigo César que com a sua bela voz também ajudou à festa da música.

## Torneio de Jogos Tradicionais

Agosto, dias 29 e 30. Realizou-se no campo de jogos do nosso parque mais um Torneio de Jogos Tradicionais. Desde o Prego na Garrafa, Corrida de Sacos, Bolicha, Jogo do Burro, Malha entre outros, pequenos e graúdos foram prestando as suas provas que mal ou bem iam concluindo com agrado. As classificações encontram-se disponíveis no quadro de actividades na Sala de Convívio. Um obrigado aos companheiros que deram a sua ajuda para a realização deste evento.



**Passeio de BTT e Bailarico:** 1 – A partida dos participantes devidamente equipados • 2 – A pedalada dos mais forte • 3 – Nem todos têm a mesma pedalada • 4 – O descanso a meio do percurso sabe mesmo bem • **Torneio de Ping-pong:** 5 – O nosso júri sempre muito atento às jogadas • 6 – Um debate difícil... • 7 – Dois concorrentes ao nível dos melhores. • **Noite de Karaoke:** 8 – Aí está um dos pares famosos desta noite de música, Ema e Rui! • 9 – A animação era total! • 10 – Duas Caras bem giraças assistiam ao grande espectáculo • 11 – No fim da noite e para acabar, ei-los... com muita vontade, mas... • **Torneio de Jogos Tradicionais:** 12 – Os homens da “Malha” no seu melhor! • 13 – A coisa estava difícil, o prego não entrava no garrafão. • 14 – Os mais pequenos fizeram ver aos grandes como se joga. • **Procissão em honra de S. Sebastião e N. Sra. da Saúde:** 15 – O cortejo debaixo da Vara de Palio à passagem pela porta do nosso parque 16 – Os companheiros que vieram assistir à procissão • 17 – S. Sebastião • 18 – O Senhor levado em ombros por Senhoras do Sobreiro • 19 – A Cruz do adro da Igreja enfeitada com lindas flores • **21.º Cortejo do Limão:** 20 – O nosso belo carro Alegórico a representar o Estrela • 21 – A passagem pelo parque ficou marcada por algumas ofertas • 22 – Um belo carro sem motor desfilando com elegância.

### **Procissão em honra de S. Sebastião e Nossa Senhora da Saúde**

Mais um ano e eis as festas em honra de S. Sebastião e Nossa Senhora da Saúde na bela localidade do Sobreiro onde se encontra o nosso Parque de Campismo. Como sempre, nós campistas, não deixamos de nos associar a estas celebrações em honra do Santo Padroeiro do Sobreiro e devoção à Nossa Senhora da Saúde. A procissão percorreu as principais ruas e passou à nossa porta como é habitual, nela participavam também alguns companheiros mais devotos enquanto outros assistiam ao cortejo, com o devido respeito que a ocasião merece.

### **21º Cortejo do Limão**

Realizou-se no passado dia 30 de Agosto, o tradicional Cortejo do Limão, percorrendo as principais ruas do Sobreiro e como já é habitual também passou mesmo à nossa porta onde eram muitos os curiosos que assistiam.

O Estrela marcou a sua presença mais uma vez com o seu tractor devidamente ornamentado e bem conduzido pelos companheiros Adérito Graça e Paulo Alexandre.

A nossa Juventude Estrela fez parte integrante do desfile acompanhando o nosso tractor presenteando os assistentes com doces, autocolantes e palavras simpáticas.

À nossa passagem, muitas eram as manifestações de simpatia.

No final, foram entregues as nossas lembranças em géneros alimentícios e em dinheiro os quais foram oferecidos por utentes do nosso Parque.

Paulo Alexandre

## **O Código Campista**

- Usa sempre da maior correcção e afabilidade para com os habitantes das regiões que visita e para com os Companheiros de acampamento, respeitando a natureza e os animais;
- Não caminha por terrenos cultivados, não parte nem arranca plantas, flores ou frutos, não danifica árvores, tem sempre o cuidado de não conspurcar a água das fontes e dos poços e respeita as vedações;
- Tem o máximo cuidado com o fogo, pelo que não deverá utilizar qualquer espécie de lume em condições de insegurança, tomando todas as precauções para evitar o risco de incêndio;
- Mantém sempre a mais perfeita limpeza do local onde está acampado e nos terrenos vizinhos, depositando os detritos nos locais para isso designado ou enterrando-os em local afastado do acampamento e ao abandonar o terreno deixa-o perfeitamente limpo;
- Respeita as instalações que utilizam, bem como os equipamentos colectivos;
- Com Veículo, circula nos locais de acampamento a velocidade reduzida, tendo em vista a segurança das pessoas e do material, respeitando o sossego e não provocando ruídos desnecessários;
- Obriga-se ao cumprimento rigoroso das normas regulamentares e de civismo, próprias de qualquer cidadão responsável interessado na defesa ecológica do meio ambiente, evitando qualquer forma de poluição;
- Quando abandona o material deverá certificar-se que todas as fontes de energia estão desligadas.

Saudações Campistas

# “A Estrela do 25º Acampamento Nacional”

10 a 14 de Junho, Lagoa de Santo André

Foi na Lagoa de Santo André em Melides, no Parque de Campismo da Federação que se realizou o 25º Acampamento Nacional de 10 a 14 de Junho com a organização conjunta do Clube de Campismo da Amadora e da Federação de Campismo e Montanhismo de Portugal.

Depois de uma viagem rumo ao litoral Alentejano, o check-in é feito à entrada do campo e as inscrições nos jogos e actividades também. É tempo de montagem e arrumos do material e de reler o programa do acampamento para os dias que aí viriam. Uns vão reconhecer o local e cumprimentar os companheiros amigos de sempre e outros aproveitam para dar uns mergulhos na Lagoa e no mar. O tempo estava muito quente e proporcionava-se uns belos dias de acampamento.

A noite foi de festa com um grupo local, “Os Afluentes do Sado”.

A primeira noite terminou cedo para os mais cansados das longas viagens, e para os mais corajosos a festa foi até à meia-noite quando chegou a hora do silêncio.

No segundo dia, o despertar chegou às 8 da manhã com gaita-de-foles, pandeireta e muita animação. Para começar o dia, depois do pequeno-almoço, decorreu a abertura oficial do acampamento com o desfraldar das bandeiras, o desfile dos trajes tradicionais, troca de galhardetes e lembranças. Era a cerimónia de abertura do 25º Acampamento Nacional.



A tarde parecia fazer-se longa com jogos tradicionais, passeios e ainda tempo para ir à praia dar um mergulho. A noite chegava depois de mais um apressado jantar com teatro e cordofones do grupo PT.

No dia seguinte, mais uma alvorada pelas 8 da manhã, o dia não podia esperar, vinha o passeio aos moinhos, museus e a Santiago do Cacém e mais jogos tradicionais pela tarde.

Para festejar os Santos Populares, o programa incluía uma sardinhada, com marchas populares e tudo. À noite bailarico com música popular portuguesa para os menos envergonhados, e muita animação para todos. Foi uma noite muito dançante.

No dia 13, deu-se a penúltima alvorada também às 8 da manhã e o dia



começou com um passeio pedestre para os mais aventureiros ou uma relaxada manhã para quem não estava disposto a fazer um percurso de 9 km pela Reserva Natural da Lagoa de Santo André. De tarde, para os mais interessados, houve uma visita às ruínas de Miróbriga e para os outros, uma tarde de praia ou de sesta enquanto o calor apertava.

Ao fim da tarde decorreram os últimos jogos tradicionais para apurar os melhores dos melhores.



Caros amigos e companheiros, o Estrela esteve à altura da amigável e saudável competição. Foram ganhas a maior parte das provas, ou seja, cerca de 70% das medalhas. Para esta fantástica participação e empenho de todos os “Estrelas” participantes nos jogos, deixo um grande aplauso.

À noite, o já conhecido fogo de campo, onde cada um mostra o seu melhor, cantar, dançar, contar piadas, cada um à sua maneira pois o que mais interessava era estar presente e dar animação à festa embora os participantes se tenham acanhado nas suas representações.

No último dia, pelas 8 da manhã, soaram os últimos sons da já famosa gaita-de-foles, da pandeireta e do tambor. A manhã era de pressa para os que tinham pela frente uma longa viagem de regresso a casa. Outros, pacientemente esperaram pela hora do adeus, da canção da despedida, do baixar das bandeiras e da entrega de medalhas aos melhores, ao clube mais representado, o Estrela que mais uma vez Brilhou no meio de tantos clubes e ao mais recente e antigo campista. O último até breve, planear o próximo reencontro no próximo acampamento. Um até breve Irmão, Companheiro, Campista, Amigo de sempre e para sempre, Amigo de hoje mas para sempre. Lá estaremos todos em peso no 26º Acampamento Nacional, com o espírito de união e fraternidade como manda o código campista.

Gostaria de referir cinco coisas apenas a todos os Campistas deste tão grandioso Clube, do qual me orgulho de vestir a camisola:

Aos campistas que participaram neste acampamento, queria transmitir que foi com um grande sorriso e satisfação que recebi os “Parabéns” dados por alguns clubes como o Torres Vedras, Marinha Grande, Clube Campismo do Porto, Barcelos, Barreiro, enfim, muitos mais que ficaram muito felizes pelo reaparecimento e participação em massa do nosso Clube, o Estrela!

Gostava de pedir a todos para não deixarem morrer o espírito campista. A uns, que voltem a aparecer nestes eventos pois por certo haverá muita gente amiga que gostarão de reencontrar, e a outros, que se iniciem nestas andanças, pois muitas amizades irão travar. Espero assim, um maior sucesso e número de participantes nos próximos encontros, porque o sucesso depende de todos nós!

Um agradecimento agora público à organização deste evento que não se cansou de dar os parabéns ao Clube Estrela pela sua participação.

Ao Presidente da Federação de Campismo e Montanhismo de Portugal que elogiou por diversas vezes o Presidente do Estrela, ou seja o Clube Campismo Estrela pela sua participação.

O Clube Estrela agradece também à organização de tão especial evento, o esforço e dedicação pelo sucesso obtido apesar das dificuldades do caminho. Parabéns!

A todos os campistas deste clube deixo o desejo de vos ver em breve num próximo acampamento! Até à vista!



## **Medidas de protecção individual contra a Gripe A (H1N1)**

### **Evite o contacto próximo com pessoas com gripe!**

Procure não estar na presença de pessoas com gripe. Se ficar doente, mantenha-se afastado dos outros, pelo menos a 1 metro de distância, para protegê-los de adoecer também.

### **Se ficar doente, permaneça em casa!**

Se estiver com sintomas de gripe, fique em casa e contacte a Linha Saúde 24, pelo número 808 24 24 24, de forma a proteger-se e evitar o contágio a outras pessoas.

### **Se tossir ou espirrar, cubra a boca e o nariz com um lenço de papel!**

Para impedir que outras pessoas venham a adoecer, é muito importante, quando tossir ou espirrar, que cubra a boca e o nariz com um lenço de papel ou com o antebraço, mas nunca com a mão! De imediato, deposite no lixo o lenço utilizado.

### **Lave as mãos frequentemente com água e sabão!**

É fundamental lavar as mãos com frequência, com água e sabão em abundância, durante 20 segundos, pelo menos, em particular depois de tossir ou espirrar. Em alternativa, pode usar toalhetes à base de álcool.

### **Evite o contacto das mãos com os olhos, nariz e boca!**

Procure não tocar nos olhos, nariz e boca sem ter lavado as mãos, porque o contacto destas com superfícies ou objectos contaminados é uma forma frequente de transmissão da doença.

### **Limpe frequentemente as superfícies ou objectos mais sujeitos a contacto com as mãos!**

É necessário manter limpas, com um produto de limpeza comum, as superfícies sujeitas a contacto manual muito frequente, tais como mesas de trabalho e maçanetas das portas.

### **Estas medidas são também muito importantes nas crianças!**

Na prevenção do contágio nas crianças, é muito importante assegurarmo-nos de que estas medidas também são respeitadas por elas.

### **Se adoecer, assegure-se de que terá o apoio de outras pessoas!**

É importante saber a quem poderá pedir ajuda, em caso de necessidade.

Fonte:

Direcção-Geral da Saúde, 12 de Maio de 2009

# Gripe A (H1N1)

## Como se pode proteger a si e aos outros



Sempre que tossir ou espirrar tape o nariz e a boca com lenço de papel



Deite no caixote do lixo os lenços de papel usados



Lave as mãos frequentemente com água e sabão



Se tiver sintomas de gripe, ligue para a linha

**Saúde 24:**  
**808 24 24 24**



Se tiver sintomas de gripe guarde uma distância de, pelo menos, um metro, quando falar com outras pessoas



Se tiver sintomas de gripe fique em casa, não vá trabalhar, nem à escola e evite locais com muitas pessoas



Se tiver sintomas de gripe, evite cumprimentar com abraços, beijos ou apertos de mão



Se não tiver as mãos lavadas, evite mexer nos olhos, no nariz e na boca

Mais informação em:  
Direcção-Geral da Saúde: [www.dgs.pt](http://www.dgs.pt)  
Portal da Saúde: [www.portaldasaude.pt](http://www.portaldasaude.pt)

# Olá Companheiros!

Com este pequeno texto vou tentar vos pôr a sorrir ao lembrar alguns bons momentos que aqui vou relatar. A cerca de 11 anos eu, os meus pais e uns casais amigos chegámos a este Parque. A princípio seria apenas de passagem, pois o Parque de onde vínhamos fechava nos meses de Inverno, e a ideia seria, quando o "nosso Parque" reabrisse, voltaríamos para lá, como nos anos anteriores. Mas não foi isso que aconteceu ...

Pois desta vez viemos parar a um Parque, para todos nós novo, e o que encontramos neste Clube, fez-nos ficar.

O que encontramos foi um Clube vivo, cheio de alegria, onde sabia bem estar, o convívio era fabuloso e o ambiente fantástico.

Quem não se lembra dos concursos, dos peddy papers, das peças de teatro, canções e musicas coreografadas, tudo isto iniciativas dos Sócios deste Clube. Não era preciso muito, para de repente surgir uma festa improvisada com uns simples cd's a tocar para nos pôr a dançar noite dentro. Muita animação havia naquela sala de convívio. E quem não se lembra dos ensaios dos SPR na pequena "garagem" alguns dos elementos da JE da altura, agora já casados e com filhotes. A Juventude Estrela (JE) da altura era bastante participativa nas festas e qualquer tipo de evento do Clube, eu própria participei e organizei alguns destes eventos, como a festa Caribe, onde alguns companheiros se juntaram para angariar fundos para o "nosso clube".

Decorámos a sala de convívio a rigor com toda a decoração feita por nós, aquela sala virou uma ilha paradisíaca, e depois cada um ajudou com uma coisa, uns com feijão, carnes, enchidos, limas, cachaça, e muitas outras coisas, mas todos nos entregámos ao trabalho.

Foi oferecido aos outros companheiros, colares festivos, feijoada brasileira, caipirinhas para os adultos e muita alegria com todos os participantes, organizadores vestidos a rigor para a ocasião, o belo fato de banho.

Depois do almoço seguiram-se alguns jogos e alguns de nós, pequenos e graúdos, preparamos uma pequena surpresa, dançámos algumas músicas do Caribe devidamente trajados e digo-vos como foram divertidos os ensaios improvisados. No fundo, e falando por mim, mas com a certeza que muitos companheiros concordam comigo, foi uma bela festa e bem animada, desde a organização até as limpezas e arrumações finais.

Eu como JE da altura, digo, não tínhamos muitas condições, mas imaginação não faltava, claro, destacando o apoio da Direcção e a participação de todos os companheiros em todas as brincadeiras que se organizavam.

Com isto posso parecer uma "velhinha", mas não sou, sou uma jovem de 25 anos que há 11 anos está neste Clube, que já viu e viveu muitos bons momentos no nosso Parque e que acha que este Clube perdeu o seu encanto, tornando-se num simples parque de campismo onde os companheiros vão para fugir à rotina de uma semana de trabalho e conviver. Mas este Clube é muito mais que isso, por isso deixo aqui um pedido à nova Direcção, com a certeza que vai ser ouvido e atendido com carinho.

Voltem a dar vida ao nosso Parque, voltem a fazer sorrir o nosso "Clube Estrela".

Bem haja a todos aqueles que já o fizeram, que fazem e que vão fazer o CLUBE ESTRELA.

NOKAS (Ana Luisa Pinto)

## CALENDÁRIO DE ACTIVIDADES DESPORTIVAS E CULTURAIS

ACTIVIDADE	DATA	LOCAL	IDADES	INSC.
<b>22.º Aniversário da JE - Juventude Estrela</b>				
- Manhã: Jogo de Futebol - Tarde: Peddy-paper Lanche da J. E. Entrega de Prémios	19 Set	Parque Sobreiro	Todas	Sim
<b>Gincana de Bicicletas</b>	10 Out	Parque Sobreiro	Todas	Sim
<b>S. Martinho</b>				
- Tarde: Castanhada e Água-Pé - Noite: Fados	14 Nov	Parque Sobreiro	Todas	Não
<b>Natal dos Estrelinhas</b>	12 Dez	Parque Sobreiro		Sim
<b>Passagem de Ano</b>	31 Dez	Parque Sobreiro	Todas	Sim

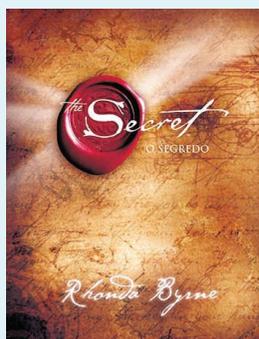
Nota: Qualquer alteração ao presente programa de actividades desportivas e culturais é da responsabilidade da Direcção

O Sector Cultural

### O Último Livro que li...

Desde pequena adorava ler, li vários livros de autores estrangeiros e portugueses, tais como Eça de Queirós, Cesário Verde, mas ultimamente li um livro que achei maravilhoso, chama-se "O segredo". É um livro que nos faz pensar na vida, cheio de afirmações positivas e que na minha opinião todos deviam ler. Faz-nos pensar na nossa maneira de ser e estar e também na nossa relação com os outros. Peço desculpa aos companheiros pela maneira de me exprimir, mas muitas vezes não conseguimos dizer com palavras, o que sentimos com o coração.

Maria de Lurdes Costa



Gráfica  
**Sobreirense**  
ARTES GRÁFICAS

dê mais cor  
ao seu negócio

Rua 25 de Abril, 10  
SOBREIRO - 2640-578 MAFRA  
grafica.sobreirense@mail.telepac.pt  
Telefone: 261 812 044  
Fax: 261 854 302

# Passo a palavra aos Sócios

## Os representantes do Clube Estrela nos acampamentos

No almoço do 67º Aniversário do Estrela, estiveram presentes os companheiros que ao longo dos anos têm representado o Clube em diversos acampamentos comemorativos.

O pioneiro desta incumbência foi o companheiro Rogério Lourenço, também conhecido pelo Lagarto, que com a sua presença animou muitos fogos de campo. Recordo aqui as muitas vezes que reclamou por não ter uma bandeira disponível para exhibir.

José Castanheira foi o companheiro que o continuou nestas funções enquanto a saúde o permitiu. Também ele esteve presente na festa do 67º Aniversário e ambos recordaram momentos passados. Será Ilídio Espada, Vice-Presidente da Assembleia Geral um dos próximos a desempenhar estas funções? Se assim for, apresento desde já a este velho companheiro os meus parabéns.

Laureano Paulo

## Alertas para prevenir a saúde

Sabia que:

Os acidentes vasculares cerebrais são a primeira causa de morte em Portugal e o principal motivo de incapacidade.

Tente evita-lo fazendo uma vida saudável praticando exercício físico e fazendo caminhadas. Controle o seu peso seguindo uma alimentação saudável, privilegiando os legumes, a fruta, as carnes magras e o peixe. As gorduras não saturadas, como o azeite. Modere o consumo de sal e de álcool. Não fume.

Em Borrego

## As minhas Quadras para todos (parte II)

Como dizia o grande poeta Silvestre,  
mais tarde ou mais cedo pagarás  
todo o mal que aos outros fizeste.

Disseram que trabalhavam sem interesse,  
mas só por amor ao parque,  
esses que assim falaram não sabem o que é o amor  
mas sim o têm é muita manha e má arte.

Não cortes na casaca dos outros,  
isso é perigoso e feio.  
Podem fazer-te um cerco  
e meter-te lá no meio.

Não és mas queres parecer  
um santinho no altar,  
mostras ao mundo sem querer  
o que pretendes tapar.

Se tens dificuldade em ser sincero  
com os utentes deste parque,  
compra uns patins e desliza  
rápido para outra parte.

Deixam-me sempre confuso  
as tuas palavras boas,  
por não te ver fazer uso  
da moral que apregoas.

Não vás contar a ninguém  
aquilo que não sabes,  
nem assim entrarás  
no lugar onde não cabes.

Mal de mim se tu quiseres  
fazer-me o bem que eu não queria.  
O bem que tu me fizesses  
Pior mal para mim seria.

Para triunfares depressa,  
cala contigo o que vejas  
e finge que não te interessa  
aquilo que mais desejas.

Enquanto um homem pensar  
que vale mais que outro homem,  
são como cães a ladrar,  
nem deixam comer, nem comem.

Xela

## **Noticias da Direcção Administrativa**

Encontra-se em fase de execução a construção de um Site do nosso Clube.

Em plena época de expansão tecnológica, temos a certeza de que este Site vai ter grande importância na informação e divulgação do Clube Estrela tanto aos nossos associados como a todos quantos queiram obter informações na área associativa campista. Está prevista ainda para este ano a sua apresentação aos Sócios cuja data será anunciada oportunamente.

Carlos Lourenço

## **Noticias da Direcção Técnica**

Estamos a melhorar o sistema de rede de água potável executando algumas alterações na central de bombagem.

Está em estudo a reparação do telhado da Sala de Convívio para colmatar a entrada de água quando chove.

Foi reparada a antiga casa de controlo à entrada do parque para ser utilizada como arquivo dos serviços de contabilidade e recepção.

Chamamos à atenção para qualquer anomalia de ordem técnica detectada pelos utentes que agradecemos que informem os serviços ou o sector técnico.

Adérito Graça

## **COMUNICADO**

### **“INTERDIÇÃO DE UTILIZAÇÃO DE GARRAFAS DE GÁS DE 13 KG NO PARQUE”**

**FAZ-SE CONHECER A TODOS OS UTENTES QUE FICOU DELIBERADO EM REUNIÃO DE DIRECÇÃO QUE A TROCA DAS GARRAFAS DE GÁS DE 13 KG PELAS DE 6 KG TEM COMO DATA LIMITE DIA 30 DE SETEMBRO DE 2009. DE ACORDO COM O REGULAMENTO DO PARQUE, NO ART. 53 ALINEA f) É INTERDITA A UTILIZAÇÃO DE GARRAFAS DE GÁS SUPERIORES A 6 KG.**

**A Direcção  
Sobreiro, 21 de Agosto de 2009**

## **COMUNICADO**

### **“NOVO SISTEMA DE REGISTO DE ENTRADA NO PARQUE”**

**FAZ-SE CONHECER A TODOS OS UTENTES QUE A PARTIR DE 01 DE OUTUBRO DE 2009 O REGISTO DE ENTRADA NO PARQUE PARA OS POSSUIDORES DE INSTALAÇÕES FIXAS PASSARÃO A SER EFECTUADAS ATRAVÉS DO CARTÃO DE SÓCIO FICANDO SEM EFEITO O CARTÃO DE UTENTE EXISTENTE ATÉ AO MOMENTO. ASSIM APELAMOS À ATENÇÃO DE TODOS OS UTENTES DE POSSUIR O CARTÃO DE SÓCIO NO ACTO DA ENTRADA NO PARQUE PARA QUE A SUA ENTRADA SEJA VÁLIDA DIRIGINDO-SE À RECEPÇÃO PARA O EFEITO.**

**A Direcção  
Sobreiro, 02 de Setembro de 2009**

# roteiro campista

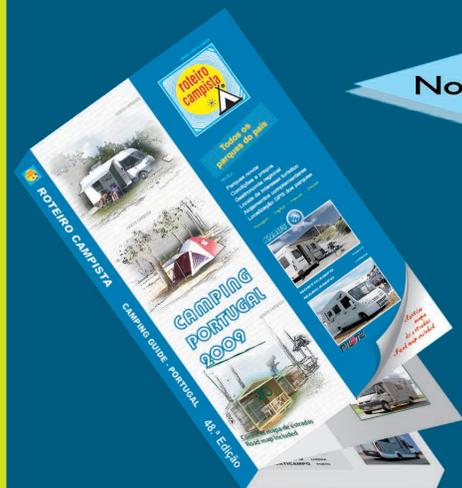


No seu clube é + **barato 20% desc.**

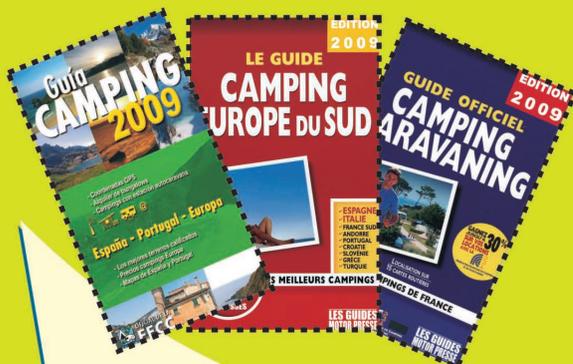
# 2009

## NOVIDADES

Novos Parques      Planta de Localização  
Parques Fechados      Sinalética / GPS  
Parques Reabertos      Mapa de Estradas



## À VENDA NO CLUBE ESTRELA - PARQUE DE CAMPISMO DO SOBREIRO



10% de desconto  
no seu clube

### Roteiro Campista

Todos os parques de campismo portugueses com taxas e características. Secção de alojamento complementar  
Inclui mapa de estradas

P.V.P. .... 6,50€  
Na F.C.M.P. ou Clube.... 5,20€

### Guia de Camping FECC

Inclui todos os parques espanhóis e uma selecção de cerca de 1.000 parques europeus e mapa de estradas da Península Ibérica

P.V.P. .... 16,90€  
Na F.C.M.P. Ou Clube... 15,21€

### Camping Europe du Sud

Cerca de 3.000 parques seleccionados do Sul de França, Espanha, Itália, Grécia, Portugal, Eslovénia, Croácia, Turquia e Andorra.

P.V.P. .... 13,90€  
Na F.C.M.P. ou Clube... 12,51€

### Guide Officiel de France

Todos os parques de França (cerca de 11.000). Mapa de estradas com a localização dos parques.

P.V.P. .... 16,20€  
Na F.C.M.P. ou Clube... 14,58€

ENVIO GRATUITO PELO CORREIO  
NÃO FAZEMOS ENVIOS À COBRANÇA

Envie-nos o custo do(s) guia(s) que desejar (P.V.P) em cheque ou vale de correio à ordem de Roteiro Campista e receba-o(s) em sua casa.

Pedidos para: **ROTEIRO CAMPISTA** APARTADO 3168 1301-902 LISBOA

Tel. 21 364 23 70 Fax 21 361 92 84

[www.roteiro-campista.pt](http://www.roteiro-campista.pt) [info@roteiro-campista.pt](mailto:info@roteiro-campista.pt)

PARQUES DE CAMPISMO - CARAVANAS - AUTOCARAVANAS - TENDAS  
RESIDENCIAIS - ACESSÓRIOS - ALUGUERES

**O PORTAL PARA AS SUAS FÉRIAS**