



newsletter

## Editorial

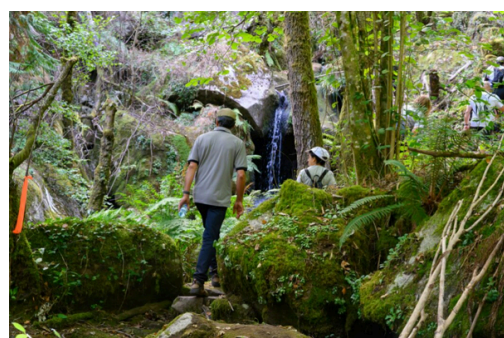
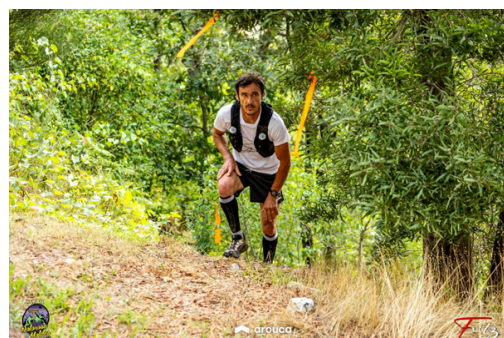
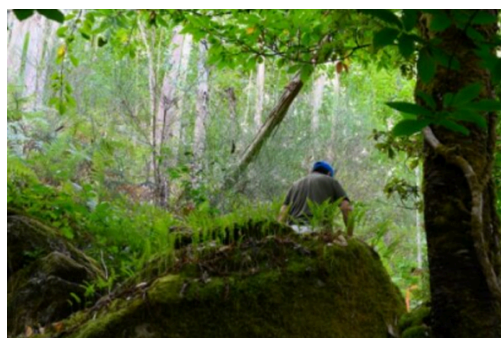
Este mês damos início às Competições Desportivas Nacionais, para o triénio 2025/2027, com a realização das 1ª e 2ª Jornadas, dedicada às modalidades de Trail e Caminhada na Serra da Freita, em Arouca e ao Karting em Vila Nova de Poiares. Até ao final do ano já temos programadas mais três jornadas dedicadas às modalidades de Tiro aos Pratos, Xadrez, Damas, Bilhar e Padel. Estas Jornadas são uma oportunidade para reunir os sócios num ambiente de saudável competição e simultaneamente de confraternização. Contamos com a Vossa participação!

*A Direção Nacional*

## Competições desportivas

### Trail e Caminhada abrem Competições Nacionais

A 1ª jornada das Competições Desportivas Nacionais 2025/2027 realizou-se a 20 de setembro, em Vila de Moldes, Arouca, com provas de Trail e Caminhada. Os atletas desafiaram os exigentes trilhos da Serra da Freita, conhecidos por nomes como Via Dolorosa e Sem dó nem Piedade. O Trail contou com 17 km e 1000 metros de desnível positivo, destacando-se Carlos Silva (<40 anos), Diamantino Gomes (40-60 anos) e António Inácio (>60 anos). A Caminhada teve 10 km e reuniu 11 participantes. O evento terminou com um almoço-convívio, onde foram entregues prémios e celebrado o espírito de camaradagem.



## Velocidade e espírito de equipa no Karting

A 2.ª Jornada das Competições Nacionais do Clube EDP decorreu a 27 de setembro, no Kartódromo de Vila Nova de Poiares, reunindo 39 atletas numa prova marcada por emoção, técnica e espírito competitivo. O grande vencedor foi Rui Tavares, da Delegação de Setúbal. O encontro terminou com a entrega de prémios e destacou-se pelo convívio e pelo fair play, valores que fortalecem estas competições e aproximam todos os participantes.



## Clube EDP reforçou laços no seu 7º Torneio de Golfe

O 7º Torneio do Circuito de Golfe realizou-se a 14 de setembro, no Belas Clube de Campo, reunindo sócios e convidados num ambiente de convívio e competição saudável. O torneio destacou-se pelo espírito de camaradagem e pelo talento em campo, com prémios entregues a vários participantes. Carlos Simões brilhou ao vencer a classificação Gross e o Longest Drive. Já os troféus por categorias foram para Mário Melo (1ª), Emídio Pires Pinheiro (2ª) e Fernando Gomes (3ª). O título de Melhor Convidado coube a Tomás Pereira, enquanto o Prémio Especial distinguiu Eduardo Caldeira Valente.



## Royal Óbidos recebe o 8º Torneio de Golfe

O Clube EDP realiza no próximo dia 19 de outubro o 8º Torneio do Circuito de Golfe, no prestigiado Royal Óbidos, um dos campos mais reconhecidos do país. Esta etapa promete uma jornada de desporto e confraternização, reunindo sócios e convidados num ambiente de saudável competição, marcado pelo convívio e pela partilha. Como já é tradição, serão entregues prémios em várias categorias, distinguindo os melhores desempenhos. As inscrições estão abertas até 17 de outubro, através da plataforma online disponível. Um momento especial para celebrar o golfe, a amizade e os valores do Clube.



## Medalhística



Apresentamos a quarta medalha da coleção Clube EDP.

4 – Aproveitamento Hidroelétrico da Aguieira

O aproveitamento hidroelétrico da Aguieira, com o da Raiva estão integrados num vasto plano, de fins múltiplos,

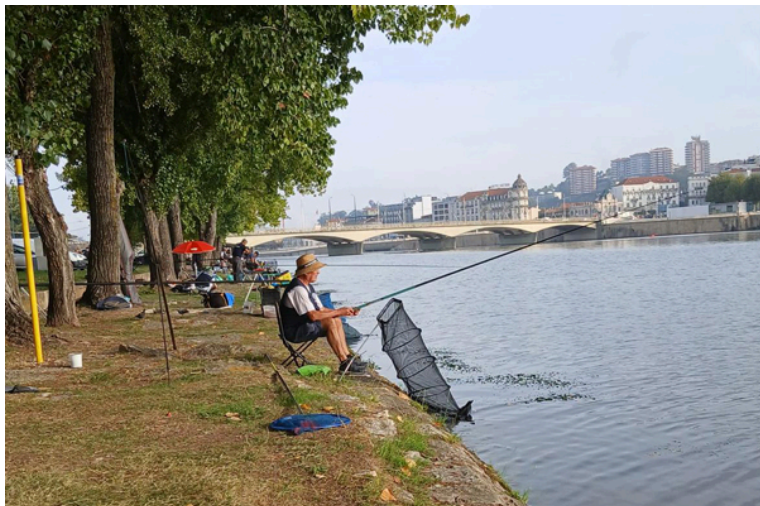
designado por Plano Geral de Aproveitamento da Bacia do Mondego. Para além da produção de energia elétrica, este aproveitamento destina-se também a garantir o armazenamento de água para rega e regularização dos caudais de cheias. A sua localização fica a cerca de 1,7 kms da Foz do Dão e 35 kms a montante de Coimbra. Nos dias 21, 22, 23 e 24 de novembro de 1991 efetuou-se nas suas imediações as Finais das Competições Culturais e Desportivas 1990/91.

## **Destaque**

### **Secção de Pesca da Delegação do Porto**

A equipa de Pesca da Delegação do Porto é composta por sete atletas, sob a liderança de Guilherme Ferreira. Ao longo do ano, o grupo participa em várias provas, tanto organizadas pelas Delegações do Clube EDP como em competições externas. O grande momento da época é, no entanto, a presença nas Competições Desportivas Nacionais promovidas pelo Clube. Para além dos desafios desportivos, a pesca proporciona um ambiente de forte camaradagem, incentivando o convívio entre colaboradores e reformados da empresa.





## Notícias

### Parque Social Ribeira do Tomão

## Encontro anual do ASTA juntou 60 colaboradores da E-REDES

O encontro anual do Departamento ASTA, da E-REDES, no Parque Social de Castelo de Bode (18 de setembro), juntou sessenta colaboradores num dia de convívio, partilha e atividades ao ar livre e no Salão de Convívio. A hospitalidade do clube de pessoal — do café da manhã ao almoço — ajudou a reforçar os laços de uma equipa geograficamente dispersa.

Como resume a Eng.<sup>a</sup> Anabela Gonçalves:

*“No dia 18 de setembro a Área de Serviços Transversais aos Ativos (ASTA), realizou o seu encontro anual no Parque Social de Castelo do Bode, onde usufruiu da boa estadia nos bungalows para os colegas que tiveram de se deslocar de mais longe, de uma excelente receção por parte dos colegas do clube de pessoal com um café da manhã muito recheadinho. O dia decorreu com várias atividades, umas ao ar livre, outras no interior do Salão de Convívio do Parque e o almoço também preparado pelos nossos colegas do clube de pessoal foi um momento importante. Sem dúvida que foi uma excelente opção a escolha deste espaço para a realização do encontro de uma Equipa que se encontra espalhada pelo país e que adora estar junta. Um grande bem haja aos colegas do clube de pessoal”.*





## Delegação de Braga

### Braga celebra tradição minhota em Viana do Castelo

A Delegação de Braga promoveu, no dia 13 de setembro, um passeio a Viana do Castelo, que reuniu 70 associados e familiares no animado Arraial Minhoto da Quinta do Santoínho. Num ambiente de grande convívio e boa disposição, os participantes puderam desfrutar da música, da gastronomia e da animação típicas do Minho. A iniciativa foi uma oportunidade para reforçar laços de amizade e valorizar a riqueza da tradição minhota. O sucesso desta atividade confirma o compromisso do Clube EDP em promover experiências que aproximam os associados e celebram a cultura das diferentes regiões do país.



## Delegação de Lisboa

### Lisboa conquista 4º lugar no Torneio de Ténis de Mesa

A Delegação de Lisboa marcou presença no Torneio de Equipas C.I.R do Laranjeiro, através da sua equipa de Ténis de Mesa. Num ambiente competitivo e de grande fair play, os atletas demonstraram empenho e qualidade, alcançando o 4º lugar da classificação. Este resultado reflete o esforço coletivo e o espírito desportivo da equipa, que continua a representar o Clube EDP com dedicação, reforçando a importância da modalidade nas atividades

desportivas da Delegação.



## Delegação do Porto

### Coro Busca-Pólos deu voz ao Concerto da Avenida

A Delegação do Porto participou no Concerto da Avenida, realizado a 5 de setembro, na Avenida dos Aliados. O Coro Busca-Pólos, do Espaço Cultural Thomas, integrou o grande coro do espetáculo organizado pela Casa da Música e pela Câmara Municipal do Porto. Esta edição especial do projeto Som da Rua reuniu centenas de pessoas e destacou-se pela emoção, diversidade e inclusão, reforçando o compromisso da EDP com a cultura e a coesão social.



## Delegação de Sacavém

### **Associados viveram dois dias de partilha no Alqueva**

A Delegação de Sacavém organizou, a 20 e 21 de setembro, um passeio que levou 60 participantes a descobrir o Alentejo. O programa incluiu visita à fábrica de cortiça Cortiçarte, alojamento no Évora Hotel, cruzeiro pela albufeira do Alqueva e visitas à Aldeia da Luz, Monsaraz e São Pedro do Corval. Dois dias marcados por cultura, tradição e convívio, que terminaram em ambiente de grande entusiasmo, deixando todos ansiosos pela próxima iniciativa.





## Delegação de Vila Nova

### 2.º Torneio de Futebol promove desporto e convívio

No dia 26 de julho, a Delegação, em parceria com a Associação Amigos de Vila Nova, organizou o 2.º Torneio de Futebol, que contou com a participação de oito equipas. Num ambiente marcado pelo fair-play e pela amizade, os jogadores demonstraram empenho e espírito desportivo ao longo da competição. A classificação final destacou o Clube de Pessoal EDP – Delegação de Vila Nova em 1.º lugar, seguido do Pause Café em 2.º e dos Rapazes de Cabril em 3.º. O torneio reforçou a ligação entre os participantes e promoveu a comunidade local.



### Festa do Emigrante & Sunset junta 70 participantes

A Delegação de Vila Nova promoveu, no dia 16 de agosto, a atividade “Festa do Emigrante & Sunset”, que contou com a presença de cerca de 70 participantes.

O encontro foi marcado por música, animação e momentos de convívio, proporcionando um ambiente descontraído onde associados, familiares e amigos reforçaram laços de amizade e partilha. Mais do que um evento festivo, esta iniciativa destacou o espírito de proximidade que caracteriza a Delegação e reafirmou o seu compromisso em dinamizar experiências que unem a comunidade.



## Vila Nova celebra comunidade no Churrasco dos Diabos

O tradicional “Churrasco dos Diabos” voltou a animar a comunidade no dia 23 de agosto, reunindo 83 participantes em Vila Nova. A iniciativa foi organizada pela Delegação em parceria com a Associação Amigos de Vila Nova. A grande procura levou ao encerramento antecipado das inscrições, confirmando o sucesso do evento. Num ambiente marcado pelo convívio, pela animação e pelo espírito comunitário, associados e amigos reforçaram laços e celebraram juntos mais um momento especial.

### Delegação de Viseu

## Viseu leva sócios à pista de Karting

A Delegação de Viseu reuniu sócios e familiares em Vila Nova de Paiva para uma prova de karting com segurança, treinos e corridas cronometradas. Entre fair play e convívio, o evento reforçou laços e incentivou a atividade física, abrindo caminho a novas iniciativas.





## Agenda

### Delegação de Lisboa



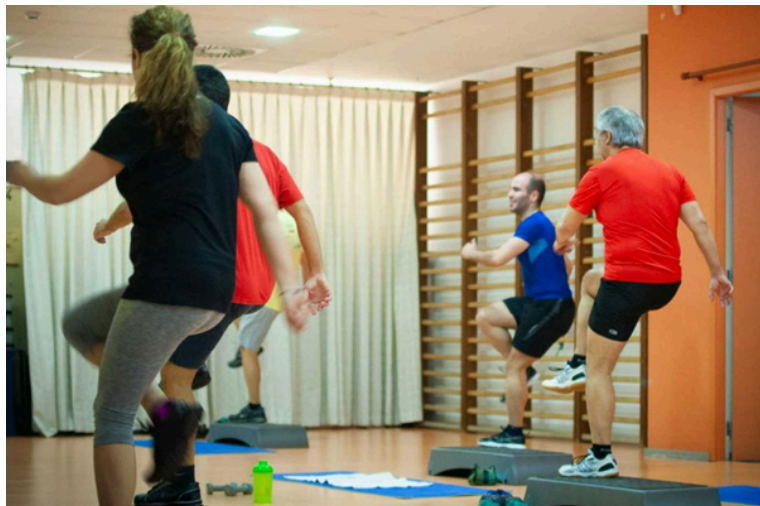
## Aulas de Viola começam a 6 de outubro

As aulas de Viola estão de regresso a partir do dia 6 de outubro. Este ano, o Clube disponibiliza 5 turmas nas instalações da Av. Defensores de Chaves, 52A, e 2 turmas no edifício da REN, Av. EUA, 55. Uma oportunidade para aprender ou aprofundar conhecimentos musicais num ambiente dinâmico e motivador. As inscrições já estão abertas – contacte a Delegação e garanta o seu lugar!



## Inscrições abertas para Danças de Salão e Afrolatinas

As Aulas de Danças de Salão e Afrolatinas regressam no ano letivo 2025/2026 ao Clube EDP Lisboa. Às quintas-feiras, das 14h30 às 16h, o ginásio transforma-se num espaço de ritmo e convívio. Uma oportunidade para aprender novos passos, manter-se ativo e partilhar bons momentos. Inscrições abertas na Delegação.



## Movimento e bem-estar no regresso da Ginástica

As aulas de Ginástica regressam a 1 de outubro, com sessões às quartas-feiras, das 18h às 18h45, orientadas pelo Prof. João Melo. Uma excelente forma de cuidar da saúde, ganhar energia e terminar o dia de forma ativa. Inscrições abertas – contacte a Delegação e garanta o seu lugar!

### Delegação do Porto

## Cuidar do corpo e da mente com Yoga, Pilates e Ginástica

A Delegação do Porto volta a abrir as portas às suas atividades de saúde e bem-estar. As aulas de Yoga/Pilates recomeçam a 1 de outubro, com sessões às segundas e quartas-feiras, das 12h45 às 13h45, ideais para promover equilíbrio, concentração e harmonia entre corpo e mente. Já a Ginástica de Manutenção arranca a 2 de outubro, às terças e quintas-feiras, no mesmo horário, oferecendo vitalidade, energia e movimento para o dia a dia. Participe nestas atividades e invista na sua qualidade de vida!

## Aprendizagem e criatividade no Espaço Cultural Thomas Edison

A Delegação convida todos os associados a integrar o Espaço Cultural Thomas Edison no ano letivo 2025/2026. As aulas têm início a 6 de outubro e oferecem uma ampla variedade de disciplinas, pensadas para estimular a aprendizagem, a criatividade e a partilha de conhecimentos. Entre as áreas disponíveis estão: Inglês, Música/Canto, Literatura, Danças do Mundo, Cidadania, Psicologia, Francês, Fotografia/Vídeo e Pintura. Para mais informações e inscrições, contacte a Secretaria da Delegação.

## Competições Nacionais



# Competições de Tiro aos Pratos, Xadrez e Damas

O desafio está lançado: no dia 11 de outubro realizam-se as competições de Tiro aos Pratos, Xadrez e Damas. Uma oportunidade para testar a sua pontaria e colocar à prova a sua estratégia em ambiente de saudável competição. As inscrições estão abertas na sua Delegação. Não deixe escapar esta oportunidade de participar num momento único de convívio e desporto!



## Braga recebe Bilhar (Bola 8) das Competições Nacionais

O Bilhar (Bola 8) está de regresso às Competições Nacionais do Clube EDP. No dia 25 de outubro, em Braga, espera-se um dia cheio de estratégia, pontaria e boa disposição, reunindo participantes num ambiente de convívio e competição saudável. As inscrições estão abertas até 15 de outubro – garanta já a sua presença na sua Delegação e não perca esta oportunidade de representar o Clube!



Rua Sá da Bandeira, 562, 2 Esq, 4000-431, Porto

Este e-mail foi enviado para {{contact.EMAIL}}.

Recebeu este e-mail porque se inscreveu para receber o boletim informativo.

**Cancelar subscrição**

