



UNIVERSIDADE SÉNIOR

As Mestras de Ranatus

BOLETIM Nº 3 * MARÇO 2026

Por terras de Penalva

No dia 7 de fevereiro, a **Universidade Sénior As Mestras de Ranatus**, em Ranhados, realizou uma visita de estudo a Penalva do Castelo.



O grupo foi recebido pela Autarquia, na pessoa do Dr. Pedro Monteiro, Paula Loureiro e a incansável Sandra Marinho, do Turismo, que guiou o grupo na visita à Igreja da Misericórdia e seu núcleo museológico, acompanhada pelo sr. Nestório, um voluntário do espaço. Visitámos a Banda Filarmónica, onde fomos acolhidos pela jovem música Rosa Sales, e a Biblioteca Municipal, pelo Dr. Manuel Luís Ferreira. A gastronomia local foi apreciada ao sabor dos “castendinhos”. Depois de almoço, foi a vez da Casa da Ínsua e do seu núcleo museológico, guiados pelo diretor, Dr. Miguel Couto.

No regresso, na Adega da Corga o Sr. Fausto e esposa conduziram uma prova de vinhos.

Apesar da meteorologia adversa, a boa disposição reinou. O passeio e o contacto com o património cultural, histórico e natural colmatam os objetivos desta viagem.



O dom dos anos

Talvez a tarefa mais importante da vida nesta fase seja simplesmente não ter medo do medo. Cada sinal de mudança que deteto em mim, as próprias coisas que temo perder, são um apelo a um novo começo. Se perdi, por exemplo, a energia, a mobilidade, para caminhar longas distâncias, tenho de encontrar alguma atividade alternativa que possa amar tão apaixonadamente, algo com que possa aprender com a mesma profundidade. Talvez seja reunir todos os meus concertos favoritos num CD. Ou aprender uma nova língua como preparação para uma viagem a outra parte do mundo. Ou contemplar os pássaros num comedouro na minha janela. Talvez seja hora de descobrir realmente o que são os computadores. Ou talvez seja prestar atenção à parte do meu ser que está além do físico, que é mais do que o físico, que está livre do físico.

(Joan Chittister. *The Gift of Years*)



m **atrículas** abertas ao longo de todo o ano; pode optar por assistir às aulas que entender mais do seu interesse

Boia de amor

Cristina Cardoso *

Das duas primeiras viagens não tenho memória. Desta, já tinha 7 anos e saía do Rio de Janeiro.

O Pai falava várias vezes que viríamos para Portugal. Conversava com amigos e tios sobre as razões que o moviam a essa decisão. Não dizia quando ia acontecer. Eu não me preocupava, desde que atravessássemos juntos e que eu pudesse ir à escola...!

Um dia, o Pai foi ao colégio e avisou que na semana seguinte iríamos viajar. Em casa foi um frenesim a arrumar as malas e, no primeiro de outubro, fomos para o cais. Recordo-me de ver um navio branco, e enorme, que nem conseguia imaginar que pudesse ser tão grande.

Senti medo e quis que o Pai me desse a mão.

Mais pavor tive, enquanto subia as escadas, pois tudo baloiçava. Felizmente, trazia, também, comigo a minha boneca e o chocolate que alguém me dera. Chegada ao convés, em bicos de pés, encostei-me à balaustrada e vi, em terra, tão pequeninos os meus familiares a acenar em despedida, com muita tristeza no rosto e no coração. Também eu chorava, pelo que o Pai me levou pela mão para dentro do paquete francês. Os dias que se seguiram não foram bons...

Apenas me agarro à memória da mão do meu pai que não me largou. Era a minha boia de segurança, a minha boia de amor.

[Memória de outubro de 1967]

*Aluna

(realizado na Oficina de Escrita de Literatura)

A Solidez da Noção

No dia 31 de janeiro de 2026, teve lugar na **Galeria Venha a Nós a Boa Morte** a inauguração da exposição *A Solidez da Noção*, de José M. Rodrigues, prémio Pessoa em 1999, professor, fotógrafo e artista visual.

A exposição resultou de um trabalho colaborativo do artista com os alunos do 3.º Ano do Curso de Arte e Multimédia da ESEV/IPV, centrado no trabalho de campo fotográfico e na aprendizagem de técnicas de impressão.

Nesta exposição participou também o nosso aluno Abel Santos, como resultado de uma parceria entre a Galeria e a **Universidade Sénior As Mestras de Ranatus**.



No âmbito desta parceria colabora connosco a professora Ana Sampaio, que leciona a disciplina de **Arte e Técnicas de Pintura Contemporânea**, quinzenalmente, às **terças, das 15h30 às 17h30**.

Vidas que inspiram

Aníbal Sousa *

Aos 84 anos, **D. Zezinha** - Maria José Martins de Oliveira – é a prova de que a idade nunca é um limite para quem mantém viva a curiosidade. Inscrita como número dois na Universidade Sénior As Mestras de Ranatus, regressou às salas de aprendizagem motivada pela importância do convívio e por uma vontade de aprender, ou reaprender, como ela própria gosta de dizer. Apaixonada por História, encontra nela uma forma de compreender melhor o mundo.

Tem dois filhos e três netos e uma existência rica de vivências. Natural de Vila Real de Santo António, a sua vida foi marcada desde cedo por desafios que a tornaram determinada e persistente. A morte prematura do pai marcou-a tão profundamente que ainda hoje se emociona ao lembrá-la. Foi funcionária pública no notariado em Olhão e viveu, depois, em Angola e na África do Sul, em Joanesburgo, onde o contacto direto com o apartheid a impressionou pela injustiça que gerava. Reside, agora, em Viseu.



Gosta de café, de livros, sobretudo de História, e de pessoas. Prefere a energia e as conversas dos mais novos, evitando as companhias pessimistas que reduzem a idade “às doenças e aos comprimidos”. Atenta ao mundo atual, que considera conturbado, valoriza o acesso generalizado à educação e ao sistema de saúde como coisas boas do progresso. Entristece-a a falta de educação e de respeito e lamenta o facto de as crianças não brincarem livremente como antigamente.

Utiliza a internet para satisfazer a sua curiosidade e gosta muito de contar histórias.

A D. Zezinha, com a sua boa disposição, sorriso aberto e simpatia contagiante, é um exemplo inspirador de que o interesse pela vida, pelo convívio e pelo conhecimento não envelhece. Quando muito, apenas se transforma!

**Professor*

Solidários com Leiria

Por causa das chuvas intensas e das inundações severas que assolaram várias regiões do país, muitas pessoas perderam tudo. Motivados por essas situações, lançámos uma campanha de angariação de bens essenciais urgentes para bebés e de outros produtos, designadamente lanternas, abrangendo mais camadas de populações afetadas, em particular da região de Leiria.



Entregámos à Junta de Freguesia de Ranhados os bens conseguidos, a fim de os fazer chegar a quem verdadeiramente precisa.

A fundação

Aníbal Siciliani *

Há cerca de dez anos, conversando com a minha avó, Isaura Dias, feirante, residente há décadas na travessa das Escadinhas da Sé, na vetusta casa onde hoje se perpetua a memória do escritor Aquilino Ribeiro, em mural evocativo, ouvia dela os desabafos tristes de quem, ao fim de uma vida de trabalho árduo, mas de convívio vivificador, se encontrava só, entre quatro paredes, convivendo a esparsos com a vizinha, comerciante da casa das solas. Falávamos de solidão, uma solidão sombria que corroía aos poucos.

Indagando junto dos serviços sociais da Câmara Municipal de Viseu, percebi que os apoios então prestados não seriam de molde a realizar a minha avó! Pensei então propor algo diferente: criar, de base, um espaço de partilha de saberes, onde cada um se sentisse valorizado, ouvido e reconhecido, no período malduro das suas vidas!

Tutelado pelo exemplo das Mestras de Ranhados, juntei amigos, estabeleci contactos, buscámos apoios! Apresentado o projeto ao então presidente da Junta De Freguesia de Ranhados, o estimado amigo Professor Luís Filipe, bem como ao então presidente da

Câmara Municipal de Viseu, o saudoso Dr. Almeida Henriques, o projeto da Universidade Sénior viu a luz do dia!

Hoje, por vicissitudes profissionais, não posso contribuir com a minha presença física para prestar o contributo efetivo que gostaria e que a instituição merecia. Sei, porém, que enquanto continuar a vigorar a matriz da entrega desinteressada, da generosidade, da amizade e do amor partilhados, de quem constrói a Universidade Sénior, este projeto perdurará por muitos anos!

A todos os que passaram pela Universidade Sénior dando o seu contributo generoso, àqueles que, confrontados com a minha saída souberam imprimir uma liderança ainda mais forte, acolhedora e frutífera, presto a minha sentida homenagem!

A minha avó não foi a tempo de ver nascer este projeto, mas esta foi a forma singela de homenagear a pessoa mais trabalhadora, íntegra e autêntica que conheci em toda a minha vida.

** Fundador da Universidade*



Sócrates (c. 470 a.C. – 399 a.C.), na véspera da sua morte, estava a aprender a tocar uma peça com a flauta. «De que te servirá isso?», perguntaram-lhe. «Servirá para eu saber tocar esta peça antes de morrer».

Encontre-nos...

<https://unisemestrasderanatus.pt/>

[f/unise.mestrasderanatus/](https://www.facebook.com/unise.mestrasderanatus/)

<https://aps.unisemestrasderanatus.pt/>

unise.mestrasderanatus@gmail.com

📍 Sede: EB1 Ranhados

Largo do Carvalho

3500-615 **Ranhados** – Viseu

📞 928 250 989 / 918 164 630