

# na ponta do nariz



Outubro 2009 <sup>n.º</sup> 6



## ÍNDICE

Editorial .....	1
Consultório do Dr. Batota .....	2
<b>Cantinho da Inspiração</b>	
(inspira, expira, inspira, expira, inspira) .....	3
<b>Momentos infames</b> .....	3
<b>Palavra de Doutor Palhaço</b> .....	4
<b>Caixa de Correio</b> .....	4
<b>Palhaço também vai à escola</b> .....	5
<b>Centro de Estudos</b> .....	6
<b>Nos corredores do Hospital</b> .....	7
<b>Nos bastidores</b> .....	8
<b>Quem é?</b> .....	8
<b>Álbum de família</b> .....	9
<b>Muito obrigada! Muito obrigada!</b> .....	10
<b>Muito obrigada!</b>	
<b>Vamos ver quem é do Porto!</b> .....	12
<b>À procura do seu palhaço interior</b> .....	14

# EDITORIAL

### O apoucamento financeiro...

No ano passado começaram a avisar-nos que vinha aí uma grande crise financeira, que as coisas iam ficar terrivelmente difíceis e que tínhamos que estar preparados para o pior.

Como eu sou sempre do contra, resolvi que aqui na **ONV**, iríamos encarar a crise com criatividade e energia e que para começar estavam todos PROIBIDOS de dizer a palavra “crise” e que como exercício deveríamos procurar sinónimos criativos para falar dela (daí o título deste editorial). Além disso, estavam também PROIBIDOS de vir com desculpas esfarrapadas sobre a falta de apoios e sobre o triste estado da nação (sim, PROIBIDOS, porque aqui reina a ditadura da presidente palhaça).

Todos sabem que há (quase) sempre um lado positivo para tudo, e eu sou uma optimista irritante! Por isso passei a insistir num discurso monocórdio: ***“Bora lá pessoal, olhem para o lado bom da coisa, com a crise os preços vão baixar, os lugares vão estar mais vazios e as pessoas vão ficar mais sensatas! Está provado que na crise, os indivíduos ficam também mais solidários e responsáveis...”***

Já lá vamos a meio do ano e realmente sentimos aqui na **ONV** uma “ligeira apertada no cinto”. Mas continuamos optimistas e criativos. **Dentro dos hospitais vemos os pacientes e suas famílias enfrentarem com coragem e dignidade, situações muito mais graves do que qualquer crise financeira.** Por isso continuamos a repetir. **Que venha a crise! Quando trabalhamos com o que gostamos e acreditamos no que fazemos não há obstáculo que nos abata!**

O **Dr. Batota**, como sabem, é um grande homem (tem 1 metro e 85cm), além disso, é um dos mais reconhecidos *Onolarintonalingonojistas* do país (Ono de oro+ono=ono, ou seja, ouvidos de ouro, Larinto de laringe+labirinto=larinto e Nalinjonojis que significa garganta, ouvidos e macacos-do-nariz). Nos tempos vagos, o nosso querido Doutor Batota, recolhe pérolas ouvidas em seu consultório. Abaixo uma pequena amostra:

- ***Doutor, ouço mal, vejo mal, tenho a mente descaída.***
- ***Tenho a língua cheia de Áfricas.***
- ***Na voz sinto aquilo tudo embuzinado. Não tenho dores, a voz é que está muito fosforenta.***
- ***Vêm-me muitos palpites maus, assim de baixo para cima....***
- ***Metade das minhas doenças é desfalsificação dos ossos e intendência para a tensão alta. O pouco cálcio que tenho acumula-se na fractura.***
- ***O meu reumatismo é climático.***
- ***Doutor, sinto uma dor insepulcrável.***
- ***Sim fumo, sou um fumador invertebrado.***
- ***Tive três úlceras: uma macho, uma fêmea e uma de gastrina.***
- ***Tenho pedra na basílica.***
- ***Fizeram-me um exame que era uma televisão a trabalhar e eu a comer papa.***
- ***Fiz uma mamografia ao intestino.***
- ***Andei a tomar umas injeções de Esferovite – (Parenterovit).***
- ***Era um antibiótico perlim pim pim mas não me fez nada – (Piprilim).***
- ***Agora estou melhor , tomo o Bate Certo – (Betaserc).***
- ***Tomo o Sigerom e o Chico Bem – (Stugeron e Gincoben).***
- ***Mas estes comprimidos que me põem um pouco tonha.***



Extraído de **“A medicina na voz do povo”**

# CANTINHO DA INSPIRAÇÃO

*(INSPIRA, EXPIRA, INSPIRA, EXPIRA, INSPIRA, EXPIRA, INSPIRA, EXPIRA)*

As universidades de Harvard e Cambridge publicaram recentemente um compêndio com conselhos saudáveis para melhorar a qualidade de vida de forma prática e habitual. É sempre interessante constatar a trabalhadeira que os cientistas têm para medir, avaliar e verificar factos que de tão simples ficam esquecidos na correria do dia-a-dia. Abaixo algumas conclusões:

## **Faça refeições coloridas como o arco-íris.**

*Comer uma variedade de vermelho, laranja, amarelo, verde, roxo e branco em frutas e vegetais, cria uma melhor mistura de antioxidantes, vitaminas e minerais*

## **Realize actividades que estimulem a mente e fortaleçam a sua memória.**

*Faça alguns testes ou quebra-cabeças, palavras-cruzadas, aprenda um idioma, alguma habilidade nova... Leia um livro e memorize parágrafos.*

## **Beba um copo de sumo de laranja diariamente**

*para aumentar o ferro e repor a vitamina C.*

## **Mastigue mais tempo.**

*Isto aumenta a quantidade de químicos anticancerígenos libertos no corpo. Mastigar liberta sinigrina.*

## **AS NOSSAS DICAS PREFERIDAS:**

### **Coma chocolate**

*Duas barras por semana prolongam um ano de vida. O amargo é fonte de ferro, magnésio e potássio.*

### **Ligue para a sua mãe de vez em quando**

*Um estudo da Faculdade de Medicina de Harvard concluiu que 91% das pessoas que não mantêm um laço afectivo com os seus entes queridos, particularmente com a mãe, desenvolvem tensão alta, alcoolismo ou doenças cardíacas em idade precoce.*

### **Ria muito**

*Uma boa gargalhada é um “mini-workout”, um pequeno exercício físico: 100 a 200 gargalhadas equivalem a 10 minutos de corrida, diminuindo o stress e estimulando as células naturais de defesa e os anticorpos.*

### **Pense positivamente**

*Pessoas optimistas podem viver até 12 anos mais. Além disso, os pessimistas estão mais susceptíveis às gripes e constipações.*

# PALAVRA DE DOUTOR PALHAÇO

DRA. TUTTI FRUTTI (MARIA ZAMORA)

Quero partilhar um pequeno momento muito especial: Estávamos num quarto na obstetrícia e entrámos com delicadeza, pois uma das senhoras estava meio a dormir. Apesar de não termos feito nenhum som, ela abriu lentamente os olhos e foi então que o meu colega, o Dr. Cinho do Céu disse docemente "Não acorde. Isto é um sonho e eu quero continuar a existir!"

## CAIXA DE CORREIO

*Pedro Fabião (com a guitarra) e a equipa do Norte no Coro de Natal. Hospital Pediátrico de Coimbra.*



O nosso querido Pedro é um dos palhaços fundadores do grupo no Norte. No momento está em França a fazer um curso de dois anos com o grande mestre clown Phillip Goulie. Segue um extracto do e-mail que recebemos dele.

**Eu migrante**

*Escrevo para dar notícias. Não que as notícias sejam algo em falta hoje em dia. Na verdade estou farto de dar notícias, cheio até aos cabelos, por isso te dou algumas a ti. Para dividir o mal pelas aldeias. Não que Paris ou Lisboa sejam aldeias, longe disso: são metrópoles e cosmopolitas. Não que haja qualquer problema com as aldeias, gosto delas, principalmente para passar férias. Durante o ano, são muito pequenas e as pessoas falam muito umas das outras. Não que falar-se das outras pessoas seja mau. Bom... tu sabes o que quero dizer. Para abreviar, que a tua vida não é isto, decidi ficar na escola mais um ano lectivo. A escola só tem dois anos lectivos, portanto vou completar os meus estudos. Espero que não me despeças para sempre. Espero que quando voltar possa voltar ao grupo, nem que tenha que esperar uns tempos. Tenho muitas saudades do nosso trabalho. Lembro-me como gosto de o fazer para não desanimar nas fases piores aqui. Tenho saudades tuas e de todos os colegas e amigos do nosso grupo. Estou contente e agradecido a Deus ou a alguém que faça as coisas que eu imagino que é Deus que faz, alguém que tome conta desta trapalhada toda que é a vida. Para já não falar do Universo. Até breve, que todo o bom ou o mau momento tem um fim. Beijinhos a ti e a todos, dá-os por mim, sim?*

Pedro Fabião (Dr. Bata Man)

# PALHAÇO TAMBÉM VAI À ESCOLA

## AULAS DE MÚSICA

Nos últimos meses temos afinado as nossas cordas vocais com o **mestre Jaime Bacharel**. Jaime é um **músico profissional e canta no coro da Gulbenkian**. As aulas são óptimas e estão a dar excelentes resultados que já conquistaram elogios no hospital. O problema maior dá-se com a afinação das notas. Cantar em **“Lá”** é muito longe, e não conseguimos decidir entre o **“Ré maior”**, o **“Ré menor”** e o **“Ré médio”**.



## EU E TU SOMOS TRÊS

Em Junho recebemos a nobre visita de **Sérgio Claramunt**, director do **PayaSOSpital** em Valência. Sérgio veio fazer connosco um workshop intensivo de trabalho de dupla: **“Eu e você somos Três”**. (O mestre aparentemente é bom como palhaço mas é mau na matemática!).

No caso, a intenção do trabalho é focar-se na escuta da dupla (eu e você) sem nunca esquecer o público. O **PayaSOSpital** tem sido incansável em colaborar com a **Operação Nariz Vermelho** e já é a terceira vez que recebemos a visita do Sérgio ao nosso grupo.

## CIRQUE DU SOLEIL

Para inspirar ainda mais o trabalho dos nossos artistas fomos dar uma olhadela ao fantástico **Cirque du Soleil**. Os bilhetes foram uma oferta da produção do Circo e tiveram o apoio do BPI.



# CENTRO DE ESTUDOS

## “O EFEITO DA PRESENÇA DOS PALHAÇOS NO PRÉ E PÓS-OPERATÓRIO”

Fomos alvo de uma pesquisa que teve como base perceber os efeitos da presença de palhaços no pré e pós-operatório pediátrico. O estudo foi realizado no serviço de cirurgia do **Hospital de Santa Maria** e foi muito importante para a validação do nosso trabalho em meios científicos. **O nosso muito obrigado à Dra. Sara Fernandes**, psicóloga responsável pela pesquisa, **ao Dr. Jaime Mendes**, director do serviço **e a todas as nossas amigas enfermeiras (especialmente a Enf. Vera)** que foram imprescindíveis na realização desse trabalho.

## AULAS PARA OS HERDEIROS DE FLORENCE NIGHTINGALE



Dentro do protocolo assinado com a **ESEL** em Lisboa, **continuamos a trocar saberes e sorrisos** com os nossos queridos alunos de Enfermagem. Esta é uma relação que vem crescendo com os anos e da qual nos orgulhamos muito!

*Para quem não sabe, Florence foi uma enfermeira britânica que ficou famosa por ser pioneira no tratamento a feridos de guerra, durante a Guerra da Criméia. Brillante e impetuosa, rebelou-se contra o papel convencional para as mulheres da época, e decidiu dedicar-se aos outros, encontrando o seu caminho na enfermagem.*

## O HUMOR NOS CUIDADOS DE ENFERMAGEM

A nossa querida **Enfermeira Rita Gentil Martins** escolheu como tema da sua especialização **“Compreender a importância do humor nos cuidados de enfermagem”**.

Na foto as enfermeiras da UCIN e das Urgências do hospital D. Estefânia na apresentação do trabalho. E, para comemorar o final do estágio, um fantástico bolo de enfermeiro com nariz de palhaço!





Durante algum tempo a porta da sala de actividades no Centro de Reabilitação de Alcoitão esteve partida. Bastava abrir mais do que a metade para a porta saltar das dobradiças. É claro que esta dificuldade para os Doutores Palhaços tornou-se logo motivo de grande embrulhada. Não houve maneira dos doutores apanharem o jeitinho, e semana após semana atropalhavam-se na entrada do serviço. As crianças, obviamente, adoravam! De tal forma que, quando a porta foi arranjada, as Educadoras do serviço tiveram a brilhante ideia de convidar os Doutores para inaugurarem oficialmente a porta.

A festa foi um sucesso, com direito a uma fita inaugural e a uma chave gigante. **Isto é o que podemos chamar de uma abertura em grande.**



## NOS BASTIDORES

Na foto, **os amigos do Internamento Pediátrico do HPP Hospital de Cascais**. Como já foi divulgado, o Hospital está de mudança marcada para 2010. Estamos todos muito animados com a ideia de continuar a nossa alegre parceria numa casa nova em folha! **Com o apoio da Câmara Municipal de Cascais a Operação Nariz Vermelho faz visitas semanais a este hospital desde 2007.**

## QUEM É? MÓNICA FRANCO

**A Mónica é responsável pela angariação de fundos, imagem e comunicação aqui na ONV.**

Trabalhando incansavelmente nos bastidores da Associação, presta um serviço essencial para a saúde financeira do nosso projecto. Aliás, sem ela e a sua equipa fantástica, não poderíamos ter todas as semanas os nossos Doutores nos hospitais. Além disso, é responsabilidade da sua área proteger a nossa imagem institucional, e fazer com que levem a “sério” o trabalho de um grupo de “palhaços”, tarefa nem sempre fácil de cumprir. A Mónica, trabalha na Operação Nariz Vermelho desde a sua génese e sendo super discreta, faz questão de não aparecer. Por isso, só para contrariar, resolvemos fazer no nosso jornal esta devida e tardia homenagem.

**Viva a Mónica e a equipa de Patrocínios, Imagem e Comunicação!**





# ÁLBUM DE FAMÍLIA

## PRÉMIO SAPO

Prémios Publicidade Online Sapo  
*Como um príncipe de contos de fada o SAPO veio mais uma vez em nosso auxílio, renovando por mais um ano o apoio ao nosso projecto!*



## DOCES MOTARDS

*A nossa presidente foi pessoalmente agradecer ao clube de Motards, que fizeram uma doação para a nossa Associação. Fomos recebidos no almoço anual por uma malta fantástica, generosa e querida! Viva o grupo de Motards da Hornet Portugal.*



## HAJA CIRCO

*A Junta de Freguesia de Carnide presenteou-nos com um evento fantástico, uma exposição das fotos do Fotógrafo Paulo Maria sobre o trabalho da ONV. A festa foi o máximo e celebrou o circo na comunidade.*

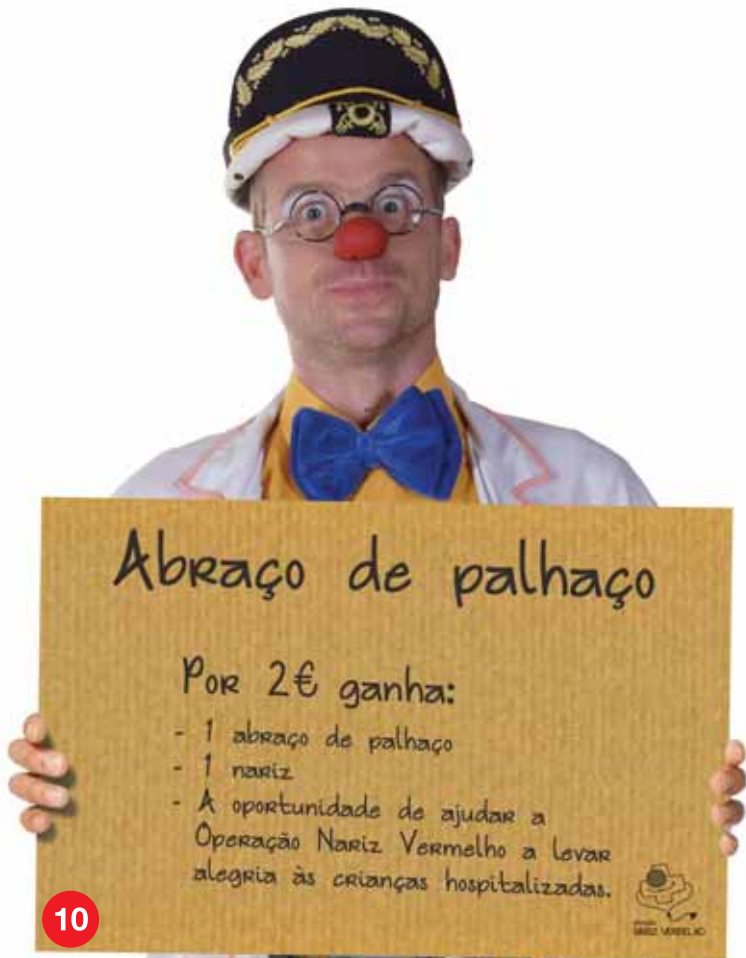


# MUITO OBRIGADA! MUITO OBRIGADA!

## É UMA CASA PORTUGUESA COM CERTEZA! É, COM CERTEZA, UMA CASA PORTUGUESA!

Com a ajuda dos amigos e apoio incondicional da **Fundação EDP**, a **Operação Nariz Vermelho** mudou-se “de malas e bagagens” para a sua nova sede à beira rio. Estamos muito bem alojados num espaço fantástico no **Museu da Electricidade**. Obrigado a todos pela colaboração... Limpeza: **Iberlim**; Móveis: **IKEA**; Transporte dos móveis: **TNB – Numerbox**; Chão: **Intergrau**; Novos monitores: **MCorporate**; Electrodomésticos: **Ponto Frio / Orima / Sonicel / Montilétrica**.

**ATENÇÃO**, aproveitamos para agradecer à *Fonte Viva* que oferece água e café para o pessoal do escritório! (não há vida sem água... não há ânimo sem café!)



## É IMPORTANTE “OBRIGADAR”

Para estrear a casa nova resolvemos convidar os amigos e empresas que nos apoiam para uma pequena cerimónia de “Obrigado”. A festa uniu aliados importantes ao nosso projecto, sem os quais não conseguiríamos alcançar um décimo do sucesso que hoje temos. Como diz a canção... **“Amigo é coisa de se guardar no lado esquerdo do peito, dentro do coração.”**

## QUEM QUER UM ABRAÇO DE PALHAÇO?

No **Mercado Mundo Mix** participámos com uma banca onde vendíamos narizes e se ofereciam os abraços... **FOI UM SUCESSO!**

# BRIGADA! MUITO OBRIGADA!



## INAUGURAÇÃO GALERIAS MIGUEL BOMBARDA (PORTO)

Foi no **passado dia 6 de Junho, na Baixa do Porto**. A Rua Miguel Bombarda é uma rua antiga e tinha até há pouco tempo imensos espaços abandonados: lojas, armazéns fechados, etc. Ao longo dos últimos 3 anos conseguiu-se atrair cerca de 20 das melhores galerias de Arte Contemporânea para essa zona onde desde o ano passado as galerias acordaram um calendário de inaugurações colectivas de dois em dois meses. As aberturas ocorrem aos sábados e aproveita-se a festa para fazer acções engraçadas e diferentes. Estivemos presentes com a nossa bicicleta fantástica a fazer publicidade, a vender narizes e a oferecer abraços.

**FOI UM SUCESSO!**

## RECEITAMOS ALEGRIA

Este é o tema para a **Campanha de Verão** que **reverte a favor da ONV nas lojas SONAE**. As **t-shirts** estão à venda nas lojas **Zippy, Modelo, Continente e na Sportzone** e ajudam a **Operação Nariz Vermelho** a continuar o seu trabalho nos hospitais de Portugal.



Desde 2004 a ONV visita semanalmente o hospital Pediátrico de Coimbra e o IPO no Porto. Este ano as consultas alargaram-se para o São João. Para isso contamos com uma equipa fantástica, que trabalha incansavelmente para espalhar sorrisos pelas enfermarias do Centro e Norte do país. As fotos foram tiradas na nossa última reunião de coordenação.



(Na sala das Educadoras do IPO... com o Panda!)

- **Escolhe a alternativa que julgas ser a correcta: Se alguém grita, "tens um foguete na perna!", isso significa que:**
  - a) *Vislumbrou um sinal de nascença no teu tornozelo;*
  - b) *És primo da Dra. Foguete;*
  - c) *Acha que andas muito depressa;*
  - d) *Tens uma malha no collant.*
- **Pouco antes da hora do jantar alguém afirma que lhe apetece um moléte. Isso quer dizer que:**
  - a) *é disléxico e queria dizer que está louco para comer uma omolete;*
  - b) *quer dar-lhe um beijo na boca;*
  - c) *está a convidá-lo para ir a uma padaria comprar um papo-seco;*
  - d) *deseja deliciar-se com um cocktail típico da Ribeira.*

- **Na discoteca “Indústria” alguém lhe jura que dava tudo para deliciar-se com uma francesinha. Ou seja, o que essa pessoa pretende é:**

- a) *convidar a sua prima que é emigrante em Paris para dançar;*
- b) *pedir ao dj para passar uma música francesa;*
- c) *comer uma especialidade do Porto que à primeira vista, mais parece um croque monsieur;*
- d) *dançar com aquela rapariga loura que termina cada frase com “mon Dieu”.*

- **Depois de fazerem as malas para uma viagem ele/a pergunta-lhe se você tem um aloquete. O que ele/a quer é:**

- a) *um cadeado para fechar um dos sacos;*
- b) *saber se você tem o bilhete de avião;*
- c) *um isqueiro para acender um cigarro;*
- d) *a chave da mala.*

- **Em plena Rua de Santa Catarina ele/a dirige-se a uma loja e pede ajuda para comprar um testo.**

- a) *você ouviu mal e ele/a está decido a adquirir um cesto;*
- b) *ele/a procura a tampa de uma panela;*
- c) *você vai ajudá-lo/a a escolher uma cama;*
- d) *a sua opinião vai ser importante na escolha do tapete para a sala.*

## O nosso agradecimento especial:

- Hotel Tryp Coimbra pela oferta de estadia e estacionamento aos Doutores Palhaços nas visitas ao Pediátrico;
  - Hotel Meliá Gaia Porto e Hotel Dom Henrique por receberem nossos formadores, coordenadores e directores em suas visitas ao Porto.
- Podemos sempre contar com a simpatia e a generosidade da malta do Centro Norte!

# VAMOS VER QUEM É DO PORTO!

- **Dizem-lhe, franzindo o sobrolho: “Tens aí uma catota!”. Você tem:**

- a) *um resto de comida no dente;*
- b) *um risco de caneta na cara;*
- c) *um macaco no nariz;*
- d) *uma linha pendurada no casaco.*

- **Quando ouve dizer que fica muito mais giro com repas, estão a falar da:**

- a) *sua roupa interior;*
- b) *pulseira que os seus pais lhe ofereceram;*
- c) *franja;*
- d) *saía.*

- **No bar “O Meu Mercedes é Maior que o Teu” ouve pedir um fino. À mesa chegará:**

- a) *uma linguiça assada;*
- b) *uma cigarilha;*
- c) *um lápis;*
- d) *uma imperial.*

- **A sua tia pede-lhe que coloque o seu primo no pote. Você põe o miúdo:**

- a) *à janela;*
- b) *dentro da banheira;*
- c) *no bacio;*
- d) *a ver televisão.*

# A PROCURA DO SEU

Workshop com Mark Mekelburg.  
Director de formação (e Dr. P. P. P. Pipoca)



*Na foto os amigos enfermeiros do IPO de Lisboa.*

# PALHAÇO INTERIOR

Eles foram o primeiro grupo de profissionais de saúde convidados para fazer o workshop na nossa sede. Foi uma honra abrir a nossa casa pela primeira vez para receber esta malta fantástica. As fotos mostram a transformação.



## TOTAL MAKEOVER!

**SEJAM  
BEM-VINDOS  
AO CLUBE  
MAIS SELECTO**

**E DIVERTIDO DO PAÍS:  
O CLUBE DO NARIZ VERMELHO!**

**ATENÇÃO!**

Para ser admitido como integrante pleno desta sociedade,  
tem que concordar inteiramente com o artigo do estatuto abaixo:  
Artigo primeiro e único do Clube do Nariz Vermelho:

**PROMETO NÃO TORNAR-ME UMA PESSOA SÉRIA E MAL DISPOSTA!**

**SÓCIO GARGALHADA**

Sage • Sopsa • ShowOff  
AtlanticQ (Geddes & Gillmore)  
The Boston Consulting Group  
InterMoney Portugal, SFC, AS

**SÓCIO SORRISO**

Farmácia Carvalho  
Martifer Group • Selco

**NIB 0010.0000.36564270001.70 • CHAMADA DE VALOR ACRESCENTADO LIGUE 760 305 505  
(Custo da chamada 0,60 euros + IVA) • [www.narizvermelho.pt](http://www.narizvermelho.pt) • TEL. 21 361 8256**

Parceiros para a vida:

