



**MAIS
INFORMAÇÃO.
MAIS
COMUNICAÇÃO.**

www.appacdm-lisboa.pt



ALMOÇO CONVIVIO (COLABORADORES)
16 de Junho de 2012
Qta dos Inglesinhos

"Tudo o que é bom dura o tempo exato para que se torne inesquecível."

**Mais
Parcerias...**

Pág. 3

**Mais
Sorrisos ... a galope
Jornadas de Equitação**

Pág. 3

**Mais
Lazer...**

Pág.12

MAIS

momentos felizes...



Em comum a missão, a visão e os valores da Organização, em particular cada pessoa que a integra com a sua história de vida, as suas crenças e a sua individualidade. É a diferença que por vezes nos separa e fortalece, mas que ao mesmo tempo nos une e nos engrandece.

O almoço para os colaboradores, do passado dia 16 de Junho de 2012 na Qta dos Inglesinhos, cremos que ficará nas nossas memórias como um dia cheio de **Sorrisos**, prova disso são as 700 fotos que falam mais do que estas palavras.



Eramos perto de 120, o número suficiente para que o ambiente fosse descontraído e bem disposto.

Muitos de nós não se conheciam ou não se encontravam há muito tempo, mas apesar disso, sentia-se um espírito de unidade. Por um lado, de pertença a cada um dos Blocos e ao grupo mais próximo, com o desfile de cada equipa festejado com os aplausos entusiastas das restantes, por outro lado o sentimento de coesão da grande Instituição que somos.



A homenagem aos colaboradores de longa data e aos que agora se juntaram a nós, embora simples, expressou de modo inequívoco que são as emoções e as pequenas grandes coisas que podem fazer a diferença.

A refeição terminou num concurso de sobremesas que era uma explosão de cores e sabores, tendo o Júri a árdua tarefa de escolher o melhor entre os melhores...



O grande vencedor foi um dos bolos da Creche “A Tartaruga e a Lebre”, com o logotipo da Associação, mas a maioria das iguarias não lhe ficava atrás.

Quem permaneceu até ao fim da festa escutou os discursos sentidos de membros da Direção, de colaboradores e pais...

O programa de animação começou com as palavras do poeta José Régio no seu cântico negro declamado com Qualidade **“não sei por onde vou, não sei para onde vou, mas sei que não vou por aí!”**. Pudemos ainda tirar a “sorte” nas runas, já não houve tempo para o resto do programa, mas não faltarão oportunidades...

Uma vez mais o nosso lema dos 50 anos saiu reforçado, desta feita **“partilhámos Sorrisos”**



MAIS

parcerias...

No passado dia 12 junho a convite da Direção a obra já concluída do **novo LAR e CAO de Alapraia** foi visitada pelo nosso parceiro Ana Aeroportos representada pelos Sr. Dr. Joaquim Damas Presidente do Conselho de Responsabilidade Social e da Sustentabilidade, a Sra. Dra. Elisa Costa e o Dr. Nuno Carvalho, esteve também presente o Sr. Dr. Mário Matos anterior presidente da Direção da APPACDM de Lisboa, que foi determinante na obtenção da verba significativa, com que a ANA participou neste empreendimento. Ficaram muito agradados com o que viram e estarão novamente connosco no dia da inauguração destas novas respostas sociais e disponíveis para analisar novos apoios.

MAIS

sorrisos ... a galope

No passado, dia 1 de Junho realizaram-se as Jornadas de Equitação Adaptada inseridas nas **comemorações dos 50 anos da APPACDM de Lisboa** e no 20º aniversário da Academia Equestre João Cardiga.

Neste dia contamos com 43 atletas e respetivos acompanhantes da APERCIM, CERCÍ OEIRAS, Escola Superior Agrária da Paiã, APCL, Associação Nacional do

Turismo Equestre da Golegã, APPACDM de Lisboa e AEJC.

O evento teve início com uma sessão de abertura onde podemos contar com a intervenção dos representantes das seguintes entidades: Federação Equestre Portuguesa (Presidente e Secretário Geral), Escola Nacional de Equitação (Presidente), Comissão técnica de Dressage e Paradréssage (Presidente), Federação

Desporto para Deficientes (Presidente), Confederação Portuguesa de Voluntariado (Presidente), Fundação liga, Junta de Freguesia de Barcarena, Porto salvo e Oeiras (Presidentes e Vice-Presidente respetivamente), APPACDM (Presidente e Diretores) e AEJC (Presidente) e com a figura pública Bibá Pitta que foi a madrinha deste evento, seguida por uma apresentação de Paradressage, pelo conjunto Para-olímpico Sara Duarte e Neapolitano Morella.

As provas de Volteio Nível I A, IB e II e duas provas de Paradressage decorreram durante a manhã onde participaram um total de 40 atletas. Depois desta manhã cheia de sorrisos e aplausos passamos para o almoço, onde todos puderam disfrutaram de um almoço fresco, oferecido pela Eurest.

À tarde decorreram as de gincana de Nível I e II.

No final os sorrisos multiplicaram-se na entrega dos prémios, onde o sucesso foi premiado com taças e medalhas, oferecidas pela Diversey. Contámos ainda com as diferentes entidades presentes e juizes para fazer a entrega dos mesmos e com a alegria e as emoções partilhadas pelos pais, amigos e educadores dos atletas.

Volteio II

7º Lugar Rui Cortiço

Gincana I

11º Lugar Maria da Luz

Gincana II

5º Lugar Rui Cortiço

6º Lugar António Filipe

As jornadas terminaram com as intervenções do Presidente da APPACDM de Lisboa, da Presidente da Academia Equestre e da madrinha das Jornadas – Bibá Pitta .Os atletas da APPACDM de Lisboa estiveram à altura da competição, conseguindo alcançar bons resultados nas provas em que participaram:

Volteio IA

1º Lugar Hugo Coelho

2º Lugar Rodolfo Morgado

3º Lugar António Frofe

4º Lugar Maria da Luz

5º Lugar Fernando Araújo

6º Lugar Paulo Ribeiro

7º Lugar Francisco Carvalho

Volteio IB

8º Lugar António Filipe

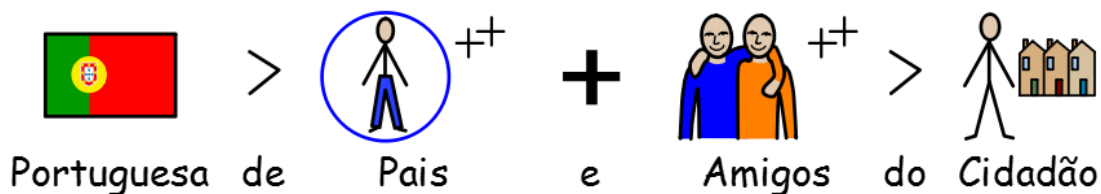
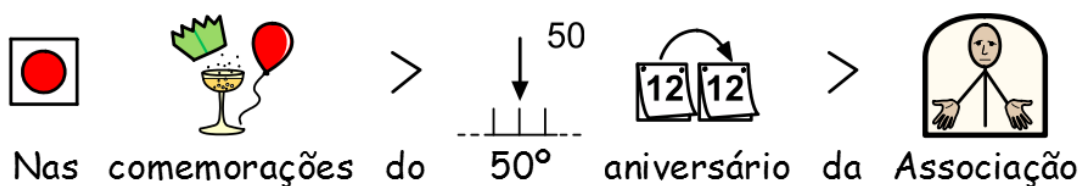
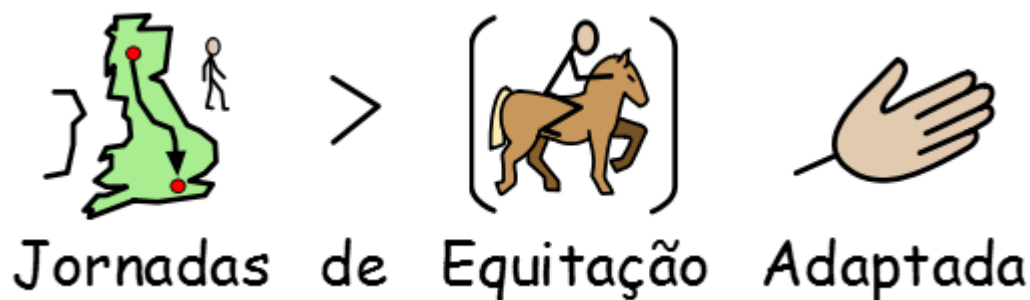




Estas jornadas tiveram o apoio de Eurest, Oriflame, Gracil, Neves de Almeida, Nuno Matos Cabral e Diversey.

MAIS

acessível...



Academia
 Equestre
 João
 Cardiga
 realizou-se
 no

dia
 1
 de Junho
 as jornadas
 de equitação

adaptada.
 Participaram
 43
 atletas
 e
 foi

um dia
 muito
 divertido
 e
 de
 grandes
 emoções.

MAIS

dia da criança ...



Porque “...o melhor do mundo são as crianças ...” e na **Creche** todos os dias são dias para **criar sorrisos**, neste dia tão especial os “Os 3 Porquinhos e o Lobo Mau” visitaram-nos e a todos encantaram...

MAIS

Santos Populares ... (Ieh! Ieh! Ieh! , as Pedralvas é que é !!)

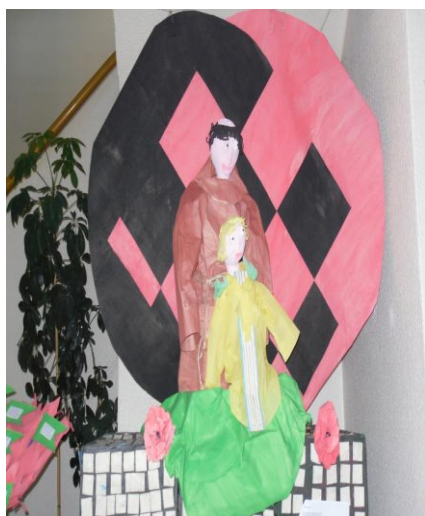
Por toda a nossa Lisboa,

Sto António é folião

em cada centro um altar

tem a nossa devoção.

Trabalho elaborado no ateliê de expressão plástica



*Ó meu rico Stº António
És um santo Popular
Na tua festa não falta
Sardinha para assar
Esperamos pelo S. João
Para irmos festejar
Dessa falam os que lá vão
Só depois de celebrar!*

(Festa de Verão nas Pedralvas a 22 de Junho

daremos notícias)

MAIS

associativismo e solidariedade...

"Uma grande atitude faz muito mais que acender as luzes no nosso mundo; parece que ela magicamente nos conecta a todos os tipos de oportunidades casuais, que estavam de alguma forma ausentes antes da mudança."

Earl Nightingale





Os quartos do lar residencial da **Penha de França**, há já algum tempo que precisavam de uma pintura...

Pusemos mãos à obra, pedimos as tintas aos amigos da comunidade e as empresas FIOBRA e Sociedade de Construções Lda. e a I.E. Central da Penha de França), disponibilizaram-nas prontamente tornando mais fácil a concretização da nossa ação.

Tintas já tínhamos, vontade também, só precisávamos de mais uma ajudinha, apelámos a mais amigos e aos familiares. Não falharam...

No dia 23 de Junho pela manhã éramos perto de 20, cheios de boa vontade para pintar e assim animar "a casa" dos nossos clientes.

Quem não pôde pintar, ofereceu uma poderosa feijoada, comida de sustância, que bem precisávamos para a jornada, que ainda estava no início ...



"Mãe Odete", obrigada pelo almoço! Lurdes essa mousse não tem adjetivos!

Final do dia, 22horas ...

CONSEGUIMOS... Missão cumprida ...quartos cor-de-rosa, azuis, brancos nem faltaram os frisos verdes... uma obra à altura de quem neles dorme todos os dias."... ***o meu quarto está lindo de cor de rosa, é de princesa..."***

Para quem participou, o cansaço foi compensado uma vez mais pelos ***sorrisos que criámos...*** De todas as cores é seguramente a certeza de quando nos juntamos fazemos a diferença, na vida de quem realmente importa...

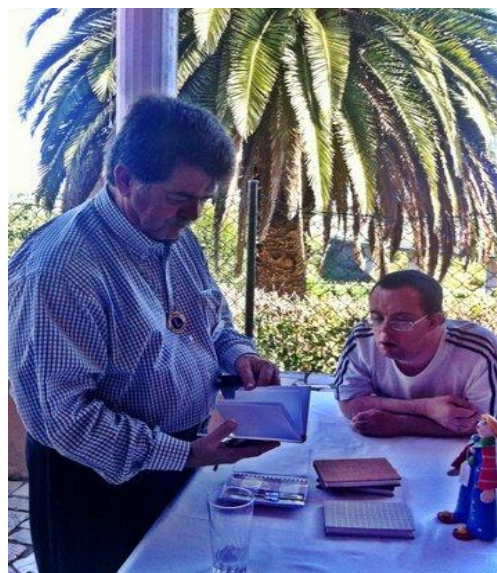
A todos sem exceção um IMENSO OBRIGADA !

Contamos convosco em Setembro, para mais uma jornada

MAIS

solidariedade ...

No dia 23 de Junho teve lugar no centro Qta dos Inglesinhos, a já tradicional sardinhada, dos Lions (LC Lisboa Mater e LC Sete Colinas) para além do convívio, com a participação dos nossos clientes, realizou-se também um leilão e venda de produtos dos nossos centros de atividades ocupacionais Ajuda e Júlia Moreira. As verbas apuradas reverteram a favor da APPACDM de Lisboa.



MAIS

Empoderamento...

De acordo com o referencial de qualidade EQUASS e o (P.E. 10.02), *“As competências para a auto representação devem ser ensinadas e praticadas desde cedo, em todos os contextos e atividades em que o cliente esteja inserido, na Instituição”*.

Neste sentido o **CAO Ajuda/Pátio do Seabra** tem utilizado diversas estratégias para promover a auto determinação dos seus clientes, entre elas: reuniões semanais de sala, Espaços Voz Ativa, programas de rádio, organização e dinamização de eventos pelos clientes, experimentação de papéis que implicam tomadas de decisão (ex. Sou chefe por um dia), reuniões do grupo de representantes dos clientes, etc.

Com o objetivo de compreender a perceção que os representantes dos clientes têm do seu papel, alguns

jovens que frequentam as Atividades Académicas Funcionais, prepararam a entrevista que se segue.

Helena Isabel: Sabes definir o que é um Representante dos Clientes?

Mariana Pinheiro: *É a pessoa que representa os clientes, como se fosse o porta-voz do seu grupo.*

Fátima Castro: *São as pessoas que estão nas reuniões e falam com a direção sobre o que se passa com os clientes, os pais e os filhos.*

Inês Lopes: Qual é o tema das vossas conversas nas reuniões de Representantes dos Clientes?

Mariana Pinheiro: *Falamos dos problemas de comportamento que possam existir nos grupos e tentamos arranjar soluções, damos sugestões para as*

festas do Centro e falamos de qualquer assunto que seja sugerido por um colega da nossa sala.

Cristina Magos: *Também damos ideias de coisas para fazermos nos tempos livres.*

Helena Isabel: **Qual é a função do Representante dos Clientes?**

Melissa Alminha: *É ter uma opinião correta sobre as coisas que se passam no Centro e ajudar os colegas a darem a sua opinião também.*

Fátima Castro: *É defender os direitos dos clientes, quando alguém lhes falta ao respeito.*

Inês Lopes: **Para que servem estas reuniões de Representantes?**

Melissa Alminha: *Servem para estarmos todos juntos a debater temas do nosso interesse, com ajuda da Rita e da Sandra.*

José Pedro T. Feio: *É para defendermos os direitos e os deveres dos nossos colegas de sala.*

Helena Isabel: **Quais são os problemas que mais aparecem nas reuniões?**

Mariana Pinheiro: *São os problemas dos clientes que têm dificuldade em aceitar as regras e as decisões do grupo.*

Inês Lopes: **Quais são as soluções que arranjam para estes problemas?**

Mariana Pinheiro: *Reunimo-nos com os colegas da sala e a respetiva monitora da área e tentamos que o colega que está a levantar problemas, reconheça o que está a fazer de errado e pense no que quer para a sua vida. Se quer continuar assim ou se quer ter um comportamento adequado, de pessoa crescida. Depois ajudamos o colega, damos miminhos, lembramos-lhe que tem que mudar o seu comportamento e não o pomos de parte.*

Paula Mexia: *Pedimos ajuda a alguém do grupo.*

Fátima Castro: *Eu só concordo com isso em parte, porque há coisas que não dizem respeito a todos e por isso devemos tentar resolver sozinhos, a pensar pela nossa cabeça.*

Helena Isabel: **Fazem apontamentos dos temas que tratam nas reuniões?**

Melissa Alminha: *Sim, escrevemos nos nossos cadernos para não nos esquecermos e depois há sempre um representante que faz a ata da reunião.*

Helena Isabel: **Como foram escolhidos esses representantes dos grupos?**

Melissa Alminha: *Foram eleitos pelos colegas do grupo, com ajuda da Rita e da monitora da sala.*

Isabel Sousa: **Gostaste de ser escolhido/a para representante do teu grupo?**

Cristina Magos: *Primeiro tive receio que alguns colegas se virassem contra mim mas depois a Sandra falou comigo e eu fiquei mais descansada e resolvi experimentar. Agora gosto de fazer parte deste grupo e acho o meu papel muito importante.*

José Pedro T. Feio: *Gostei de ter sido escolhido, porque assim posso proteger as pessoas que mais gosto.*

Paula Mexia: *Sim, porque concordo com as coisas que falamos.*

Catarina Lapa: **O que acham de criarmos aqui no Centro, um grupo de apoio à nossa Seleção?**

Paula Mexia: *Boa! Acho que sim! Vou combinar com os meus colegas!*

José Pedro T. Feio: *Eu concordo com isso! Nós podemos vir todos de cachecol e fazer cartazes de apoio à nossa seleção.*

MAIS

divulgação ...



No mês em que se celebram os Stos Populares, esta festa já é uma tradição e é sempre uma oportunidade de aprender de uma forma divertida e animada nos Jardins do Solar.

No dia 30 de Junho a equipa da Qta dos Inglesinhos garantiu, com a sua já habitual presença neste evento, apetitosos pratos que fizeram as delícias dos visitantes, em que se destacaram os espetaculares caracóis muito apreciados por todos...

As verbas resultantes desta ação reverteram para a APPACDM de Lisboa.

MAIS

comunicação social...



No dia 22 de Junho o **Lar Casa de Alapraia** participou no Programa da RTP 1 "Portugal no Coração" com a presença de 5 clientes, 3 na assistência e 2 em trabalho artesanal ao vivo.

No âmbito da marca "Toma lá", foi lançado em 1ª mão o novo artigo realizado no CAO de Alapraia, que estará disponível para venda a partir do dia 27 de Junho na Casa das Histórias Paula Rego em Cascais, e na FIA a partir do dia 29. O programa decorreu com muita animação e participação ativa de todos os presentes.

MAIS

lazer...



No dia 2 de Junho muitos dos residentes da **Júlia Moreira**, participaram no passeio ao Jardim da Paz também conhecido como a Quinta dos Lóridos. A pé ou num agradável passeio de comboio, valeu bem a pena visitar este jardim magnífico onde pudemos apreciar as grandiosas estátuas expostas por todo o espaço. A chuva que teimou em cair na hora do picnic, fez que voltássemos mais cedo e almoçássemos no Centro. Mesmo assim foi uma manhã de sábado diferente e muito bem passada.

lazer...sugestões

Nesta altura de sol e de algum calor, apetece sair de casa. Aqui ficam algumas propostas divertidas para todas as idades, de norte a sul.

Mais ... a Norte



Parque Aquático Scorpio (Guimarães)

☎ 252 320 900

www.cm-famalicao.pt

Complexo de Piscinas situado em Guimarães. O Scorpio é constituído por duas piscinas (uma para utilização geral de 650 m² e outra para bebés), pela Fantasilândia e Waterslide.

Parque Biológico de Gaia

☎ 227 878 120

www.parquebiologico.pt

Reserva protegida em que alberga uma enorme quantidade de [fauna](#) e [flora](#) ao longo dos seus 34 hectares de extensão.

Quinta Pedagógica do Seixo

São Mamede de Recesinhos - Penafiel

☎ 255 734 089

☎ 91 692 72 92

www.quintadoseixo.com

Situada no limite dos concelhos de Penafiel e Amarante, a Quinta Pedagógica do Seixo é uma propriedade agrícola cuja casa principal data do século XVII.

Atividades lúdicas e pedagógicas, especialmente para as crianças

Mais ... ao Centro

Jardim Botânico de Coimbra

☎ 239 855 233

www.uc.pt/jardimbotanico

O Jardim Botânico de Coimbra promove programas de educação ambiental e cultural, sensibilizando os cidadãos para questões ligadas às temáticas ambientais e à adoção de comportamentos cívicos.

O Jardim é também um espaço de tranquilidade, repleto de recantos que nos convidam simplesmente a um passeio.

Portugal dos Pequenitos Coimbra

☎ 239 801 170/1

www.portugaldospequenitos.pt

Portugal dos Pequenitos é um jardim temático onde podem ser apreciadas miniaturas à escala de monumentos de Portugal.

Passeios de Burro no Magoito

Sintra

☎ 92 775 87 57

www.burrosdomagoito.webs.com

Esta atividade pretende promover o contacto das crianças com os animais, a natureza e a preservação e valorização da espécie Asinina.

Quinta da Paiva

Miranda do Corvo

Parque Biológico da Serra da Lousã

☎ 239 538 444

www.quintadapaiva.pt

Situada em Miranda do Corvo, possui 12 hectares, sendo 7 de área florestal e 5 de área agrícola. Localiza-se próximo da EN 17-1 e da Estrada Nacional 342, a alguns minutos do centro da vila.

, roseiral), Parque Desportivo (centro hípico, campos de jogos em areia e circuito de manutenção) e de Lazer

Oceanário de Lisboa

☎ 21 891 70 02/06

www.oceanario.pt

O Oceanário é um [aquário público](#) e instituição de pesquisa sobre [Biologia marinha](#) e [Oceanografia](#). É o segundo maior oceanário do Mundo e contém uma extensa coleção de [espécies](#) — [aves](#), [mamíferos](#), [peixes](#) e outros habitantes [marinhos](#)

Cobre, Cascais

☎ 93 250 06 00

www.quintadovillar.com

É a primeira Quinta Pedagógica Biológica do País, e tem como objetivo mostrar às crianças como é a vida numa quinta, e alertá-las para a importância da preservação do planeta e em especial da água, não utilizando produtos químicos.

Podem aqui experimentar-se os engenhos tradicionais de captação de água (Picota, Nora e moinho de vento), assim como observar sistemas de rega tradicionais, pomares, hortas, e os animais autóctones presentes na quinta, dando-nos a sensação de estarmos no século passado.

Integra um Centro de Informação, Parque Biológico da Serra da Lousã (parque de vida selvagem, quinta pedagógica, labirinto

(piscina ao ar livre, parque de merendas e parque infantil), e infraestruturas Turísticas e Culturais.

Buddha Eden

Quinta dos Loridos

Carvalhal – Bombarral

☎ 262 605 240-www.buddhaeden.com

O Buddha Eden Garden é um espaço com cerca de 35 hectares, idealizado e concebido pelo Comendador José Berardo, em resposta à destruição dos Budas Gigantes de Bamyán, naquele que foi, um dos maiores atos de barbárie cultural, apagando da memória obras primas, do período tardio da Arte de Gandhara.

Excelente espaço para um dia bem passado, onde se poderá realizar um piquenique neste extenso jardim.

VII Mostra de Gastronomia do Concelho de Cascais

São Domingos de Rana

29 de junho a 8 de Julho

Planetário Calouste Gulbenkian

Centro Ciência Viva - Lisboa

☎ 21 362 00 02

www.planetario.marinha.pt**Museu do Brinquedo**

Sintra

☎ 219 242 171

m-brinquedo@museu-do-brinquedo.pt

No planetário são realizadas projeções panorâmicas diárias relativas aos temas da astrofísica e exploração do espaço.

Com a apresentação de um novo sistema de projeção astronómica que permite ao público uma experiência única de simulação do céu noturno, sendo possível observar até 9.000 estrelas e a Via Láctea. O Planetário começou a funcionar em 1965, no edifício que foi projetado pelo arquiteto Frederico George.

Este museu está instalado no antigo Quartel de Bombeiros de Sintra, desde 1997 e possui uma interessante coleção de brinquedos, de várias épocas e materiais, recolhidos ao longo de mais de 50 anos.

Mais...**a Sul****Badoca Safari Park**

Santiago do Cacém

☎ 269 708 850

www.badoca.com

Concelho de Santiago do Cacém, onde poderá encontrar No Badoca Park, poderá também participar num pequeno "safari", beneficiando da beleza natural da paisagem Alentejana e do convívio com uma fauna rica e variada.

O Castelo de Silves fica situado no Algarve, na freguesia, cidade e concelho de Silves, distrito de Faro. Este castelo encontra-se em posição dominante sobre o rio Arade e é o maior castelo de toda a região algarvia. Além disso, o Castelo de Silves é considerado por muitos como o mais belo exemplo das construções militares islâmicas em Portugal.

Castelo de Silves

☎ 282 440 800

www.cm-silves.pt**Zoo de Lagos**

☎ 282 680 100

www.zoolagos.com

O Parque Zoológico de Lagos, com uma dimensão relativamente grande torna-se numa excelente opção para miúdos e graúdos.

Infraestruturas paralelas como zona de restauração, parque de merendas e parque com baloiços e outras atividades para crianças, não pode deixar de ser visitado

Zoomarine
Albufeira
☎289 560 300
www.zoomarine.com

Localizado na Guia, a poucos quilómetros de Albufeira, poderás assistir a apresentações com golfinhos, focas e leões-marinhos, com aves tropicais e aves de rapina

conta ainda com outras diversões e piscinas, que farão sem dúvida da sua visita um dia inesquecível

Até

Sempre... “Paulinho” (Paulo Luzia_ CAO AJUDA)

No dia 16 de junho de 2012, recebemos a notícia que tinhas partido misturaram-se os sentimentos de tristeza e de revolta, pois partiste de repente, mas ao mesmo tempo regozijamo-nos por teres feito parte das nossas vidas e por nos teres agraciado com a tua bondade e simplicidade únicas, características das GRANDES PESSOAS.

Nenhuma palavra é suficiente para adjetivar pessoas como tu ... mais uma vez o céu ganhou um sorriso e nós por cá, seguramente ficámos mais pobres...

A ti, “Paulinho” o abraço de sempre, à família e em particular ao Sr. Alfredo as nossas sentidas condolências...

APPACDM de Lisboa

Av. 05 de Outubro, n.º 104,5.º andar

Tel: 21 792 8720

e-mail: sedeapplx@mail.telepac.pt

www.appacdm-lisboa.org

Siga no facebook

[Página:APPACDM Lisboa](#)

<http://facebook.com/APPACDM Lx>

Mais Apoio.

VAMOS CRIAR SORRISOS!

Obrigado

Nib: 0010 0000 12745970001 32