

MAIS.

MAIS INFORMAÇÃO. MAIS COMUNICAÇÃO.

2017 | EDIÇÃO TRIMESTRAL



Os sonhos no início parecem impossíveis, depois improváveis mas, quando nos comprometemos, tornam-se inevitáveis!

C. Reeves

55º ANIVERSÁRIO

APPACDM de Lisboa | Juntos Criamos Sorrisos

ASSOCIAÇÃO PORTUGUESA DE PAIS E AMIGOS DO CIDADÃO DEFICIENTE MENTAL DE LISBOA

Editorial

Estimados Amigos,

Congratulamo-nos pela participação, envolvimento e dinamismo num semestre que faz jus aos 55 anos que comemoramos, número mestre que segundo a numerologia representa o rumo ao futuro e muita energia. Não, não nos filiamos nos adeptos da numerologia, acreditamos sim na autodeterminação e na vontade.

Mas que há números mágicos, parece que há!

Vem isto a propósito da influência que este nosso 55º aniversário exerceu, não só sobre os que têm por função representar a Instituição, mas também sobre um alargado conjunto de pessoas que se nos juntaram e tornaram possível a realização das inúmeras iniciativas que merecem o nosso reconhecimento.

É essa energia e entusiasmo que podemos testemunhar num "MAIS" repleto de iniciativas que nos orgulham e nos estimulam a prosseguir a nossa missão.

Permitam-nos no entanto, referir a Gala Solidária que conseguiu juntar a diversidade de autores, intérpretes, e expressões artísticas a que assistimos.

De permitir aos nossos artistas a possibilidade de partilharem com artistas consagrados a expressão da sua arte, e de a realizarem numa sala com a dignidade da que tivemos o privilégio de usar.

De serem apreciados e aplaudidos.

De proporcionar uma verdadeira reunião de Amigos porque foi também o que aconteceu na noite de 20 de Junho, no magnífico auditório da Fundação Champalimaud.

O nosso imenso agradecimento:

A todos os que nos antecederam e permitiram que aqui chegássemos,
Aos Artistas que tão afectuosamente se envolveram,
Aos Nossos Artistas pela sua entrega e pelo prazer que nos proporcionaram,
Às Famílias que nos acompanharam,
À dedicação dos nossos Colaboradores,

Ao entusiasmo dos nossos Amigos, porque sem eles este espectáculo não teria sido possível.

Ao empenho dos nossos colaboradores cujo entusiasmo se reflete nos sorrisos que juntos criamos!

MUITO OBRIGADO!

A Direção

MAIS... formação

Polimedicação e Polisuplementação

No dia 09 de maio realizou-se mais uma ação de formação promovida pela Residência da Penha de França em parceria com a Farmácia DIMAR, sob o tema **“Polimedicação e Polisuplementação”**. Participaram na ação 13 colaboradores da APPACDM de Lisboa.

Contámos uma vez mais com a colaboração e amizade da Dra Fátima Frazão da Farmácia “DIMAR” sempre disponível para nos ajudar e partilhar os seus conhecimentos.



Formação para Famílias | Segurança na Internet

No passado dia 20 maio realizou-se na Quinta dos Inglesinhos uma ação de formação para significativos/familiares sobre segurança na Internet.

Esta ação foi realizada pelos nossos parceiros da GNR - Escola Segura - que têm realizado várias ações sobre o mesmo tema para os nossos utentes e formandos. As famílias avaliaram esta ação como muito positiva pela temática tão atual e importante para os ajudar na orientação dos filhos.



MAIS... intercâmbio

Visita de Associação congénere de Macau

No dia 7 de Junho a nossa Instituição recebeu a visita de um grupo de 25 membros da Associação dos Familiares Encarregados dos Deficientes Mentais de Macau, constituído por dirigentes, familiares, técnicos e utentes. Iniciativa promovida por um operador turístico a quem tinha sido solicitado dar a conhecer as nossas práticas no âmbito da deficiência.

Apesar da barreira da língua ter sido uma condicionante, o facto de termos a mesma Missão foi motivo suficiente para se criarem sinergias e uma forte empatia que gerou um ambiente de partilha.

A visita iniciou-se na Quinta dos Inglesinhos onde a comitiva teve oportunidade de ver *in loco* os nossos utentes/formandos em contexto de formação e emprego. De seguida deu-se a conhecer o CAO da Ajuda e as várias atividades realizadas nesta resposta social. A visita foi encerrada no Lar das Pedralvas onde se mostraram as instalações e divulgaram atividades e rotinas em contexto de Lar Residencial. Seguiu-se um debate em que se fez um balanço da visita e reflexão sobre as diferentes realidades, práticas e possíveis ações de melhoria.



Foi uma experiência enriquecedora para ambas as instituições e despedimo-nos com um até já pois certamente voltaremos a encontrar-nos.

MAIS... voluntariado

Fomos conhecer Regina Traut



Fomos conversar com Regina Traut, que é voluntária na Creche há quase um ano, estando todas as manhãs a apoiar as atividades das crianças dos 12 aos 36 meses da Sala Verde.

Esta Terapeuta da Fala é alemã e veio para Portugal a acompanhar o marido, que é Diretor Geral numa multinacional, sendo uma oportunidade excelente para aprender a língua portuguesa.

Como trabalha há quase 20 anos numa escola de crianças com deficiência, procurou várias instituições quando chegou a Portugal e candidatou-se como voluntária.

A **APPACDM de Lisboa** foi a única que respondeu ao seu mail e os contactos iniciaram-se através do Departamento de Recursos Humanos, com uma entrevista na Sede e o encaminhamento para a Creche, devido à sua experiência profissional anterior.

Atualmente, está com uma licença sem vencimento em Berlim, mas não quis deixar de procurar uma ocupação, para poder treinar a língua e continuar a apoiar crianças com necessidades educativas especiais.

Pretendia apenas uma colaboração em regime de part-time, pois também preenche o seu tempo na organização de diversos eventos recreativos e turísticos, uma vez que se apaixonou pelo nosso país e até já fala de 'saudades'...

Sente-se muito grata pelo modo como foi integrada por toda a equipa da Creche e gosta do ambiente e do temperamento das pessoas, que são diferentes das alemãs – mais sérias e formais. Aqui, encontrou uma grande energia, simpatia e alegria, por isso considera ser o local ideal para prestar o seu voluntariado, de forma dedicada e assídua.

Considera que esta experiência tem sido útil, essencialmente, para acompanhar de forma individualizada as crianças com NEE's e todos os dias sai da Creche com um sentimento de realização, porque o ambiente a faz vibrar, considerando-se muito bem acolhida por todos.

Tem dois filhos e um neto, em Potsdam. É animada, meiga e empenhada. Gosta de ler e de caminhar, ouvir música, sabe tocar piano e viola e adora cantar (participa num coro na Alemanha). Passeia muito e conhece vários países tais como México, Brasil, Tanzânia, Uganda, Cambodja e todos os países da Europa do leste. Em Portugal tem feito inúmeras viagens e considera o nosso país muito belo.

De Portugal vai levar os costumes, as paisagens, o vinho rosé e a forma afetuosa como as pessoas comunicam entre si. Acredita que fez amigos para a vida e, quando regressar à Alemanha, nunca esquecerá a sua experiência como voluntária na **Creche "A Tartaruga e a Lebre"**.

Gestão de Recursos Humanos

MAIS... responsabilidade social

Celebramos 55 anos!

"O que está em causa é deixarmos aos nossos filhos, netos e gerações futuras **um mundo onde valha a pena viver, com uma sociedade mais justa e um ambiente mais saudável e limpo.** Trata-se de um dever a que não podemos faltar."

Romano Prodi ⁽¹⁾

Quando se fala em responsabilidade social (RS), relaciona-se, de imediato, a empresas. E com razão, pois foi em 1953, nos EUA, com o livro Responsabilidades Social do Empresário (Social Responsibilities of the Businessman), de Howard Bowen que se começou a expandir este conceito.

Em 2001, a Comissão Europeia, no seu Livro Verde, definiu responsabilidade social "como a integração voluntária de preocupações sociais e ambientais por parte das empresas nas suas operações e na sua interação com outras partes interessadas". ⁽¹⁾

Em 2002, clarificou que a "...existência de uma política de responsabilidade social implica necessariamente, uma política que abranja três pilares: social (pessoas), ambiental (Planeta) e económico (lucro)." ⁽¹⁾

"A responsabilidade social de uma organização prestadora de serviços sociais é considerada como um conceito importante a que deve ser dada atenção especial, indo mais além do que as necessidades dos seus utentes. O seu envolvimento na comunidade / sociedade traz-lhe valor acrescentado."

EQUASS ASSURANCE | 2012

Mas, poder-se-á perguntar: afinal, qual a relação entre RS e nós, APPACDM de Lisboa, uma IPSS?

Como Instituição Privada de Solidariedade Social (IPSS), é cada vez mais necessária uma gestão qualificada tal como nas empresas!

Como tal, podemos (e devemos): incentivar a concretização de ações, internas e externas, que permitam demonstrar as nossas preocupações sociais, ambientais e de sustentabilidade, e que reforcem a visibilidade da nossa importância como agente social e económico.

Como IPSS, cuja Missão é "Promover a inclusão das pessoas com deficiência ou incapacidade na sociedade, com qualidade de vida no respeito pelos princípios que consagram o direito ao exercício de plena cidadania" devemos continuar a ter uma atuação que promova a partilha de boas práticas entre o mundo lucrativo, económico, e o mundo social, em que nos posicionamos.

E como poderemos fazê-lo?

Simples:

- Mostrar ao coletivo que as nossas competências poderão ser maximizadas com a sua colaboração.
- Retribuir com boas práticas de partilha, contribuindo para a melhoria da qualidade de vida de cidadãos que se encontram em situação de fragilidade.

É, apenas, por em prática a génese da nossa Visão "...desenvolver... capacidades, partilhar lugares comuns, fazer escolhas, ter um papel socialmente valorizado e crescer nas relações."

(1) Disponível em: http://www.eurocid.pt/pls/wsd/wsdwcot0.detalhe?p_cot_id=9194#principios/

Texto elaborado pela D. Técnica da Penha de França - Carla Lopes

MAIS... solidariedade Dia Solidário no Colégio Moderno

É com gratidão e satisfação que trazemos ao vosso conhecimento a realização do "DIA SOLIDARIO" anual do Colégio Moderno, com um concerto no Teatro Nacional de S. Carlos, no passado dia 18 de junho, cuja receita de € 11.000, foi integralmente doada à APPACDM de Lisboa. Contudo não menos importante é a distinção que para nós deve representar esta escolha por parte de uma Instituição tão prestigiada na área da educação e da pedagogia, como o Colégio Moderno.

Também porque tal decisão teve por base a interação de um dos nossos Centros de Atividades Ocupacionais com técnicos daquele Colégio no âmbito da procura de caminhos de transição no final do percurso educacional de alunos que o frequentam.

O gesto solidário desta iniciativa da Sra. Dra. Isabel Soares e o que ele representa de reconhecimento pelo trabalho que desenvolvemos são factos que, com prazer, nos cumpre divulgar.



colégio **moderno**
OBRIGADO!
juntos criamos sorrisos



Dia Solidário na Penha de França

No dia 31 de maio, o Lar Residencial da Penha de França participou na Caminhada Solidária promovida pela Junta de Freguesia da Penha de França. Contribuindo com boa disposição e espírito de solidariedade com a Loja Solidária, para a qual ofereceram produtos alimentares, fizeram o percurso entre o mercado de Sapadores e a Alameda D. Afonso Henriques.

Uma experiência saudável e de valor!



MAIS... reconhecimento Appacdm Lisboa homenageada na 1.ª semana social



A APPACDM de Lisboa, participou ativamente na **1.ª Semana Social – Almada Somos Nós**, organizada pela Câmara Municipal de Almada em parceria com as instituições da rede de solidariedade social do concelho, teve lugar em diferentes equipamentos e espaços públicos da cidade.

A iniciativa teve como objetivo divulgar as atividades desenvolvidas pelas organizações de cariz social, socioeducativo e de solidariedade social.

Desde os fóruns temáticos que privilegiaram a reflexão sobre os problemas sociais locais, às exposições, ao teatro e à dança esta foi uma oportunidade única para divulgar o trabalho da nossa instituição.

A semana culminou na homenagem feita ao trabalho desenvolvido pelas diferentes instituições no concelho, no âmbito da Solidariedade, da Inclusão e dos Direitos Sociais. Uma vez mais o trabalho levado a cabo pela instituição foi reconhecido publicamente pelo executivo da autarquia.

O reconhecimento dos parceiros e da comunidade constitui por um lado um estímulo para continuarmos a fazer um trabalho com a qualidade que nos distingue e por outro uma responsabilidade cada vez maior para estar à altura das atuais exigências e expectativas.

Os nossos sinceros agradecimentos à Câmara Municipal de Almada.

MAIS... ambiente

Reciclar na Creche

"Nada se perde, tudo se transforma"

Quem se lembra, no almoço de aniversário, da recolha de taças de sopa das colaboradoras da Creche?

Transformaram-se em prendas cheias de simbolismo para as prendas do dia da mãe.

Queremos deixar o mundo melhor para as gerações futuras!



Dia do ambiente na Quinta dos Inglesinhos

No passado dia 5 de Junho, comemorou-se o **Dia do Ambiente**, a convite da GNR – Escola Segura, alguns dos nossos utentes de CAO, participaram numa caminhada na Arriba Fóssil da Costa de Caparica.

Fizeram uma pequena caminhada de 2,5Km e durante o percurso ouviram uma breve explicação acerca da Paisagem Protegida da Arriba Fóssil e cuidados a ter com a Natureza.



MAIS... Creche A Tartaruga e a Lebre

Dia Mundial da Criança

Na creche foi um dia com muitas surpresas. Todas as crianças pintaram *t-shirts* e chapéus para estrear neste dia com a impressão de mãos e pés, formando um grupo muito colorido.

Todos juntos assistiram no jardim à dramatização da história da Carochinha, protagonizado pela equipa de colaboradores.

A festa continuou no jardim com muita música, balões, bolas de sabão e muita alegria.

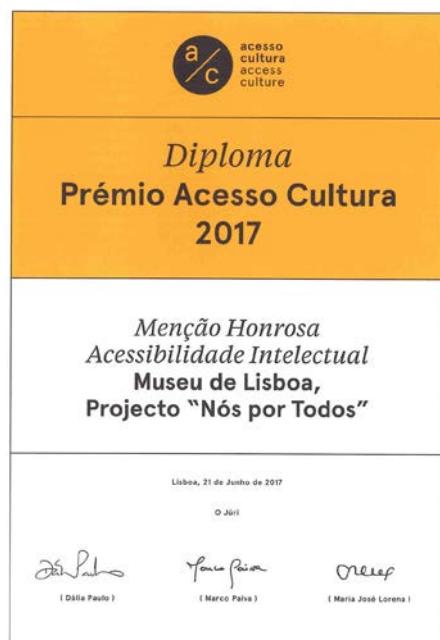
O almoço e o lanche também reservaram várias surpresas: ao almoço foi servido creme de beterraba, douradinhos do mar com arroz azul, e para sobremesa mini cornetas de vários sabores.

Ao lanche as crianças deliciaram-se com sumo de melancia, frutas variadas em pratos divertidos, pipocas e línguas de gato, bem como, com bolachas e gomas de gelatina feitas pelas crianças nas salas.

Foi um dia bem divertido que certamente será recordado por todos com muito carinho.



Menção Honrosa à parceria APPACDM de Lisboa | Museu de Lisboa Grupo de Teatro Nós



Menção Honrosa Museu de Lisboa, Projeto "Nós por Todos". Um projeto que envolve uma parceria duradoura entre a APPACDM Lisboa e o Museu de Lisboa, e que capacita partindo da história da cidade, da identidade e envolvendo as artes performativas, nomeadamente o teatro, com um duplo sentido: conferir competências sociais e profissionais aos utentes daquela IPSS e educar para a diferença. Através deste, proporciona-se aos alunos dos três primeiros anos do 1º ciclo, de forma inclusiva e completamente integradora e integrada, o contacto com os atores do Grupo de Teatro "Nós".

Como refere o candidato, este projeto tem permitido junto dos membros do grupo de teatro Nós "um aumento de auto-estima e de exigência profissional e social", assim como uma adaptação ao público e a vários espaços, uma vez que se trata de um projecto também realizado fora de portas (entenda-se fora do Museu).

Por outro lado, tem permitido junto dos públicos uma maior abertura perante a diferença e tolerância, concorrendo para a eliminação de preconceitos.

Nesse sentido, deliberou o júri por unanimidade atribuir ao Museu de Lisboa a Menção Honrosa do Prémio Acesso Cultura -Acessibilidade Intelectual.

O Júri: Dália Paulo–Museóloga, Presidente da Direcção da Acesso Cultura Marco Paiva – Ator, Encenador, CRINABEL Teatro Maria José Lorena – Fundação LIGA

O grupo de Teatro Nós terminou a temporada de espetáculos até julho, destacando-se um total de 19 atuações em diferentes espaços da comunidade, em particular no Museu da Cidade (Lisboa).

Aos cerca de 910 espetadores, crianças e jovens das escolas e instituições OBRIGADO PELO VOSSO APLAUSO!

A partilha de lugares comuns são sempre oportunidades únicas para que as pessoas com deficiência tenham um papel socialmente valorizado.

Um agradecimento especial à Direção e Coordenação do Museu de Lisboa, à Coordenação do Serviço Educativo e à nossa amiga de sempre, a Dra Ana Paula Antunes.

O grupo de teatro retoma as atuações em setembro...

www.acessocultura.org

MAIS... Grupo de Teatro Nós



31 de Maio, na 1ª Semana Social-Almada Somos Nós, apresentação da coreografia "**PIRATAS**".

1 de Junho, dia Mundial da Criança, ante estreia da peça "**A LENDA DE COIMBRA**" no Externato Tão Balalão em Oeiras.

8 de Junho, na escola básica nº 54 do Condado em Chelas para 250 crianças com "**A LENDA DE COIMBRA**".

9 de Junho, Cerci Top em Sintra, com a peça "**A Crise de 1383-1385 em Portugal**".

MAIS... participação

Não Discriminação + Ação Positiva = Inclusão"

A deficiência é uma questão de Direitos Humanos, pois logo no seu artigo primeiro, a Declaração Universal dos Direitos do Homem diz que: "**todos os seres humanos são iguais em dignidade e direitos**".

Congresso Europeu sobre Deficiência no ano de 2003, Ano Europeu das Pessoas com Deficiência (Madrid)

Para alcançar este objetivo, todos as comunidades devem celebrar a sua diversidade intrínseca e devem assegurar que as pessoas com deficiência possam desfrutar integralmente dos direitos humanos reconhecidos nas diversas Convenções Internacionais, no Tratado da União Europeia e nas Constituições Nacionais.

As pessoas com deficiência querem igualdade de oportunidades e de acesso a todos os recursos da sociedade, a saber: educação inclusiva, novas tecnologias, trabalho, saúde, serviços sociais, desporto, atividades de lazer, bens e serviços.

Todos nós somos seres únicos. Na diferença de cada um está a riqueza pessoal que é composta pelas suas características diferenças e capacidades.

As medidas visando originalmente a reabilitação do indivíduo de forma a "adaptá-lo" à sociedade tendem a evoluir para uma conceção global que reclama a mudança da mesma, de forma a torná-la inclusiva e onde cada um tenha o seu lugar e o seu papel, que se adapte às necessidades de todos os cidadãos, incluindo as pessoas com deficiência. Podemos dizer que esta visão beneficiará não só as pessoas com deficiência, mas também o seu conjunto, pois uma sociedade que exclui é uma sociedade mais pobre.

A educação e o emprego são os instrumentos fundamentais de luta contra a exclusão social das pessoas com deficiência, de promoção da sua independência assim como da sua dignidade.

Em Portugal as políticas de apoio à contratação de pessoas com deficiência, têm vindo a sofrer algumas alterações ao longo dos anos, tendo sido criadas medidas ativas de emprego para a população em geral assim como medidas específicas para as pessoas com deficiência.

Com o número de ativos a diminuir, devido à baixa taxa de natalidade e ao aumento da esperança de vida, é urgente que as medidas para a integração destas pessoas sejam consonantes com o mercado atual.

A integração das pessoas com deficiência no mercado de trabalho não é só uma questão social, mas passou a ser uma necessidade política e económica.

Atualmente, estamos perante o desafio de preparar o cidadão com deficiência para a participação no mundo do laboral, sensibilizar e conscientizar a sociedade e os órgãos públicos sobre a capacidade e os direitos do cidadão com necessidades especiais de exercer o seu direito ao trabalho, de forma independente, através de uma modalidade que assegure o apoio e as adaptações adequadas.

As políticas de inclusão numa empresa, são sempre políticas *win-win*, **ganha a empresa que integra**, podendo ter ganhos na sua imagem perante o público, assim como ao nível do clima organizacional.

Ganha a pessoa com deficiência ao nível da qualidade de vida, no domínio da inclusão social e na conquista da sua autonomia.

Excerto da Comunicação apresentada pela Dir. Técnica Ana Silvestre (Quinta dos Inglesinhos)
no Fórum Temático sobre empregabilidade

Júlia Moreira

A exemplo dos anos anteriores decorreu no dia 31 de maio, a reunião anual do núcleo de representantes dos significativos da Júlia Moreira, tendo contado com **31** participantes.



No âmbito da apresentação dos resultados dos **Inquéritos de Satisfação dos Significativos**, surgiu como ponto de reflexão o encerramento do CAO durante o mês de agosto, sendo referido que os utentes em casa o mês inteiro é muito difícil para as famílias. As propostas de melhoria apontam para a necessidade de criação de um regime eventual em lar, como factor promotor de bem-estar e qualidade de vida dos cuidadores.

Foi ainda analisado o **Plano de Atividades de 2017**, e mencionadas as atividades do centro, as ações realizadas e as previstas realizar no próximo semestre. Muitas delas contam com a participação ativa das famílias.

Procedeu-se à eleição dos representantes dos significativos/ familiares que resultou na reeleição dos mesmos elementos. Foi igualmente solicitada a sua participação para apresentação de sugestões relativamente à revisão das Políticas de Ética e Confidencialidade e de Participação.

Na sequência desta ação ficou definido que a mesma será alargada a outros familiares, devendo a documentação ser enviada para as restantes famílias.

Contribuímos assim para reforçar o princípio da participação, tenho por base o modelo associativo que se pretende estimular, requerendo da instituição um compromisso com o envolvimento dos familiares e utentes nos diferentes níveis da organização e da comunidade,... *"considerando-os como membros ativos das suas próprias equipas de trabalho. Com vista ao aumento da participação e inclusão equitativa as organizações devem facilitar o empowerment dos utentes. No trabalho em rede participam com entidades e grupos representativos de apoio à defesa, eliminação de barreiras, ensino público e promoção da igualdade de oportunidades..."* das pessoas com deficiência.

((PRINCIPIO DA PARTICIPAÇÃO -EQUASS ASSURANCE)

Empowerment (empoderamento) ação que se propõe atribuir poderes e capacidades aos nossos utentes no sentido de diminuir a sua vulnerabilidade à exclusão, fazendo-as encontrar respostas e soluções para os seus próprios problemas, numa base de autonomia e participação. As teorias do empowerment embora recentes, podem contribuir para potenciar/abrir caminhos para a cidadania plena.

MAIS... inclusão

Marchas Casas de Alapraia

"Em Cascais somos todos iguais" | SIC-Presidente da Câmara Municipal de Cascais

No dia 10 de Junho, um grupo de utentes das "Casas de Alapraia" juntou-se às 370 pessoas que participaram no desfile de marchas populares do Concelho de Cascais.



Após meses de muito trabalho, planeamento, criação de adereços, treinos, e o empenho e dedicação dos colaboradores, de parceiros e amigos, marchámos no Mercado da Vila e mostrámos que as "Marchas" são para TODOS.



Acompanhou-nos no desfile o Sr. Presidente da Câmara Municipal de Cascais, os padrinhos, Biba Pitta e o Nuno Aleixo da APPACDM de Lisboa (CAO Júlia Moreira), fizeram furor e abrilhantaram o desfile que em nada e em tudo destoou dos outros marchantes.

Muitos foram os elogios e os aplausos, pela criatividade dos arcos e fatos, desenhados por um amigo muito, muito especial, pelo rigor e ritmo dos marchantes e a voz inconfundível da nossa querida "ANA". Aos que tornaram possível esta iniciativa que a todos enche de orgulho, **MUITO OBRIGADO!**

À Câmara Municipal de Cascais, um reconhecido agradecimento pelo apoio de sempre e pelo contributo, para a construção de uma sociedade cada vez mais inclusiva, onde as pessoas com deficiência são cidadãos de pleno direito.

www.youtube.com/watch?v=P7wK8S8bb3E | 1:47 Marcha das Casas de Alapraia | APPACDM-Lisboa

MAIS... desporto

Quinta dos Inglesinhos

20 de abril | Jogos da Primavera nas instalações da Associação Almadense Rumo ao Futuro e com os Jogos a Girar.



26 de abril | provas de competição, Complexo Municipal dos Desportos do Feijó.



03 de maio | a equipa de Judo deslocou-se a Castelo Branco para o 2º Open de Judo da Escola de Judo Ana Hormigo.



06 de maio | participação da equipa de futebol, no Torneio de Futsal, do Aventur.Arte, que teve lugar no Complexo Municipal dos Desportos do Feijó.



11 de maio | a equipa de basquetebol a deslocou-se à Cruz Quebrada, para o torneio de basquetebol 4x4 da Associação de Estabelecimentos de Ensino Particular e Cooperativo.



19 de maio | torneio de Futsal da Wurth, organizado pelo Special Olympics Portugal, na Abrunheira ,em Sintra. Para terminar um mês de Maio cheio de atividade, no dia 26 de maio, foi, de novo, a equipa de futebol a participar no Torneio da Futsal da Associação de Estabelecimentos de Ensino Particular e Cooperativo.



02 de junho | os atletas de Boccia estiveram no Seixal num torneio organizado pela Associação de Paralisia Cerebral de Almada Seixal.



03 de junho | os nossos judocas mostraram credenciais no Torneio de Judo do Pinhal Novo, organizado pela Associação Distrital de Judo de Setúbal.



03/04 de junho | torneios de Boccia e de Judo integrados nos Jogos do Futuro da Península de Setúbal.



08 de junho | participação de 30 atletas, nas modalidades de atletismos, futebol, boccia e judo no Encontro Special Ludus 2017, organizado pela Divisão de Desporto da Câmara Municipal de Almada.



MAIS... testemunhos

Pedralvas

Há quanto anos conhece a APPACDM e como começou a sua relação com a instituição?

Quando o meu irmão Mário tinha 3 meses, há cerca de 49 anos, percebemos que ele era diferente e uma médica para quem o nosso pai trabalhava conhecia a Dra. Alice Mello Tavares. E foi aí que começou se iniciou a nossa relação com a Instituição. O meu irmão começou a ser acompanhado pela Dra. Alice. E ingressou no antigo Guarda Jóias (Jardim de Infância na Ajuda).

Que memória guarda/destaca do tempo em que a sua relação com a instituição teve início?

As pessoas! Memória que perdura, se mantém pois o meu irmão continua na instituição. Agora numa nova etapa da vida. E a instituição tem acompanhado todas as etapas da sua vida. Passou por vários centros e experiências ao longo da sua vida.

Lembro-me em particular de uma situação em que a Prof. Lurdes, tinha ele 5/6 anos, lhe mostrou um livro que tinha cavalos e o meu irmão começou a chorar. Lembrou-se da sua infância na quinta onde cresceu.

Que relação tem actualmente com a APPACDM de Lisboa?

A APPACDM continua a acompanhar o meu irmão na sua jornada da vida. Neste momento encontra-se no Lar das Pedralvas. Colocar um familiar em lar é uma decisão muito difícil. Muito mesmo. Mas se acreditarmos que é mais uma etapa e que o estar em Lar não vem substituir a família mas sim ajudar a família, ajuda. Estou e estarei sempre com o meu irmão. Continuo a acompanhar o seu dia a dia, a sua vida.

Para cumprirem a sua Missão, acha que as organizações devem exigir um maior apoio do estado, ou devem ser elas a criar as suas ferramentas de modo a conseguirem aumentar as suas receitas?

O estado deveria dar mais apoio. Assim as famílias e as instituições poderiam dar mais respostas às necessidades das pessoas com deficiência.

Neste 55º aniversário, qual a mensagem que gostaria de deixar?

"Continuem a criar mais sorrisos!"

Obrigada à irmã do Mário, uma das mais antigas associadas da Instituição.

MAIS... 55 anos

Gala Solidária APPACDM de Lisboa | 20 junho 2017



"Há momentos na vida que nos marcam para sempre. Um desses momentos foi para mim seguramente a Gala Solidária de terça feira última: uma emoção muito grande e um inefável sentimento de partilha! A verdadeira lição de vida que vivi, a emoção de dividir a minha música com quem tanto merece, não é descritível por palavras.

Este testemunho é o meu muito pessoal. MUITO OBRIGADO!"

Adriano Jordão





No dia 20 de Junho, no tão esperado dia da Gala, na Fundação Champalimaud, já a azafama estava pega, os bailarinos do Grupo Pé de Dança passavam por mim com sorrisos rasgados e com a adrenalina à flor da pele, nem deram pela minha presença durante uns breves instantes...

Quando me viram, correram para mim! Abraços, beijos e sorrisos com o meu nome à mistura, Moisés, Moisés!

São estes pormenores que nos enchem o coração. Vi no rosto deles que se sentiam muito importantes e felizes, felizes eles são, isso podem acreditar! À maneira deles, mas são!

Estes jovens vivem para nos agradar e tornar os dias felizes, sem pedir nada em troca, devíamos aprender mais com eles, com estes gestos!

A máquina fotográfica, fez o trabalho dela, apenas o meu olho clínico ditou o que queria sair,... sorrisos, e a luz que eles têm dentro! É algo difícil de descrever, testemunhar, é como uma montanha russa de emoções.

Todos eles, o Grupo Pé de Dança, demonstraram que são uns autênticos profissionais e que levam os seus projetos a sério.

O auditório da Fundação Champalimaud tem uma luz própria, localizado num sítio magnífico com uma disposição solar estratégica, que faz toda a diferença.

Quando entrei, senti paz, harmonia, onde o branco é a cor predominante e a sua grande janela oval nos prende a olhar para o Tejo.

Por detrás da minha objectiva vi nervosismo nas pessoas, o que é normal nestes dias, mas acima de tudo vi felicidade e muita alegria de todos, de todos que colaboraram de uma maneira ou de outra para que esta Gala tenha sido um verdadeiro sucesso.

Gostei da dupla de apresentadoras da Filomena Barros onde demonstrou o seu profissionalismo demonstrando mais uma vez que falar para o público é o seu mundo.

A Ana Teresa, ai... essa miúda, adorei! Sem filtros, diz o que os outros pensam, mas que não se atrevem a falar, muito bom mesmo. Grande miúda!

O nervosismo da sala vai diminuindo com as notas saídas do piano do Adriano Jordão, o silêncio das pessoas e o som do piano tornam-se os reis do Auditório.

Entra a vaidosa e talentosa bailarina Carina Fumega e o emotivo Filipe, a dançarem e... foi mágico! por aqueles instantes desviei o olhar do monitor da máquina fotográfica que estava a registar aquele momento e deixei me complementar por aquele bailado, foi lindo!

Elizabeth Davis, uma senhora! A sua personalidade é como os seus instrumentos, fazem eco dentro de nós.

Teve a amabilidade de convidar alguns dos jovens a fazer parte do seu grupo dando um verdadeiro espetáculo musical no Gameão de Java.

Podia estar aqui a relatar todo o espetáculo, mas seria demasiado extenso.

Senti-me honrado por ter feito parte deste projeto, onde contribui com o coração, para que estes jovens tenham uma vida melhor.

Entrei na vida deles para ficar, porque eles, já fazem parte da minha vida! Um enorme abraço e beijo.

Moisés Romão





"De coração cheio, com todo o Amor que envolveu todos os que participaram, todos os que contribuíram e todos os que assistiram à Gala Solidária da APPACDM. Um espectáculo maravilhoso, verdadeiramente emocionante. Obrigada."

Um beijinho grande

Ana Carrilho (Radio Renascença)



O concerto de celebração dos 55 anos da APPACDM, que decorreu no auditório da Fundação Champalimaud no passado dia 20 de Junho, resultou numa noite magnífica. Sempre bem recebidos por gente linda (hoje com especial esmero), entramos num espaço muito agradável com uma surpreendente enorme janela em elipse sobre o Tejo. Depois, introduzidos no feliz programa por duas senhoras competentíssimas e muito simpáticas foi só disfrutar da noite na companhia de pessoas com muitíssimo mérito (profissional e pessoal) – Adriano Jordão, Elisabeth Davies com o gupo Yogistragong, João Barradas e o grupo Pé de Dança, com o contributo de Cifrão. Não podia ter sido melhor celebrada a feliz e permanente conjugação de esforços que teve início há 55 anos. É uma honra contar com o apoio e disponibilidade de todos os que participaram nesta celebração. Por tudo o que se alcançou nestes 55 anos e, acima de tudo, pelo resultado espelhado na cara de todos os jovens – estivemos, estamos, juntas por eles – que são pessoas genuínas, autênticas. Por todos nós, nós e os que vierem depois de nós, tentaremos sempre fazer melhor para podermos sempre celebrar.

A todos, muito obrigada.

Antonieta Fonseca (mãe de utente CAO Ajuda)



Quando se faz as coisas com amor e vontade, tudo se torna possível!

A Gala foi uma lição de vida. Uma noite mágica, cheia de emoções de amor, alegria, ternura, orgulho, humildade e gratidão.

Da minha parte e do grupo Yogistragong, foi um privilégio e um prazer enorme de fazer parte deste projeto tão nobre.

Elizabeth Davis

Foi um dia especial...fiquei muito contente, o meu coração bateu mais forte.

Vitor Pina (Bailarino)

Adorei. Eu gosto de dançar e também canto. Gostei do filme, gostei do Cifrão. Adorei dançar a "O Pica do 7" e da Sofia que nos ensaiou.

Maria Figueiredo (Bailarina)

A coisa que mais gostei foi da presença do Cifrão, que me deu muita energia positiva, ele mexe muito comigo.

A Gala foi linda, espetacular, fantástica, a mais linda do mundo. Gostei que a minha família estivesse presente e visse do que eu sou capaz.

Marta Teixeira (Bailarina)

Gostei de dançar com a Carina Fumega e que a minha família estivesse a ver-me.

Filipe Correia (Bailarino)

Pequena mas Grande a nossa Gala Solidária....chegou depressa ao fim!

Era tão bom que houvesse mais eventos como este pela nossa vida fora!

Uma razão de ser destes "Artistas" existirem, é e pode continuar a ser uma mais valia para a APPACDM.

Obrigada a todas as Grandes Pessoas, que se juntaram anos e nos ajudam a crescer.

....Mesmo depois de me reformar ainda gostava de ver muitos espetáculos com esta "gente gira"

Isabel Domingues (colaboradora CAO Ajuda)



Sonhámos com a Gala... e o sonho tornou-se realidade! Ainda tenho o sorriso dos momentos vividos na Gala Solidária, na noite do dia 20 de Junho. Ainda sinto a emoção dos jovens, os aplausos do público, entre eles familiares e amigos. Ainda oiço o riso perante os desabafo sinceros e engraçados da Ana Teresa, com quem tive a honra de partilhar o palco.

Ainda me lembro de como tudo isto começou...

...
E assim foi...na noite da Gala, à mistura com nervos e emoções, tudo correu de uma forma mágica... como tudo o que fazem aqueles jovens.

Sinto-me abençoada por partilhar tudo isto com eles. Por ser abraçada no palco por todos. Por estar acompanhada pela Catarina Valente, enquanto me maquilhava no camarim, e ouvi-la dizer "estás muito bem, gosto..." sem sair de ao pé de mim.

Sinto o calor de cada sorriso que me dirigem, e das palavras que me dizem alguns dos familiares.

É por eles e para eles que eu faço o que faço pela APPACDM de Lisboa! Desde o primeiro momento...

Grata pela confiança, Dr. Mário Matos!

Grata pela tua amizade, Filomena Abraços, que me acompanha e me faz crescer! Sem dúvida que fazemos um bom par de "Filomenas"!

Obrigado Moisés Romão por captares nas tuas fotos e nos vídeos tanta ternura.

Obrigado José Rodrigues, amigo e compadre, pela tua mestria e disponibilidade.

Obrigada a todos que tornaram possível esta Gala.

Para "viver no olhar", o momento tem de ficar guardado no nosso coração. Para recordarmos o que se passou e o que sentimos.

Foi assim com a Gala Solidária... ainda tenho o sorriso que me transporta para aquele momento de tanta alegria e partilha. De exemplo e solidariedade. De profissionalismo e bondade.

O sorriso de quem acredita que estes jovens merecem tudo isto e muito mais!

Filomena Barros



APPACDM Lisboa

Av. 5 de outubro n.º 104 | 5.º andar

1050-060 Lisboa

Telefone 21 792 87 20

Fax 21 792 87 49

E-Mail geral@appacdm-lisboa.pt

www.appacdm-lisboa.pt



Siga-nos no facebook em:
www.facebook.com/APPACDM.Lx

Mais Apoio.

Com a Ajuda de todos criamos mais sorrisos. Obrigado.

Nib: 0010 0000 12745970001 32