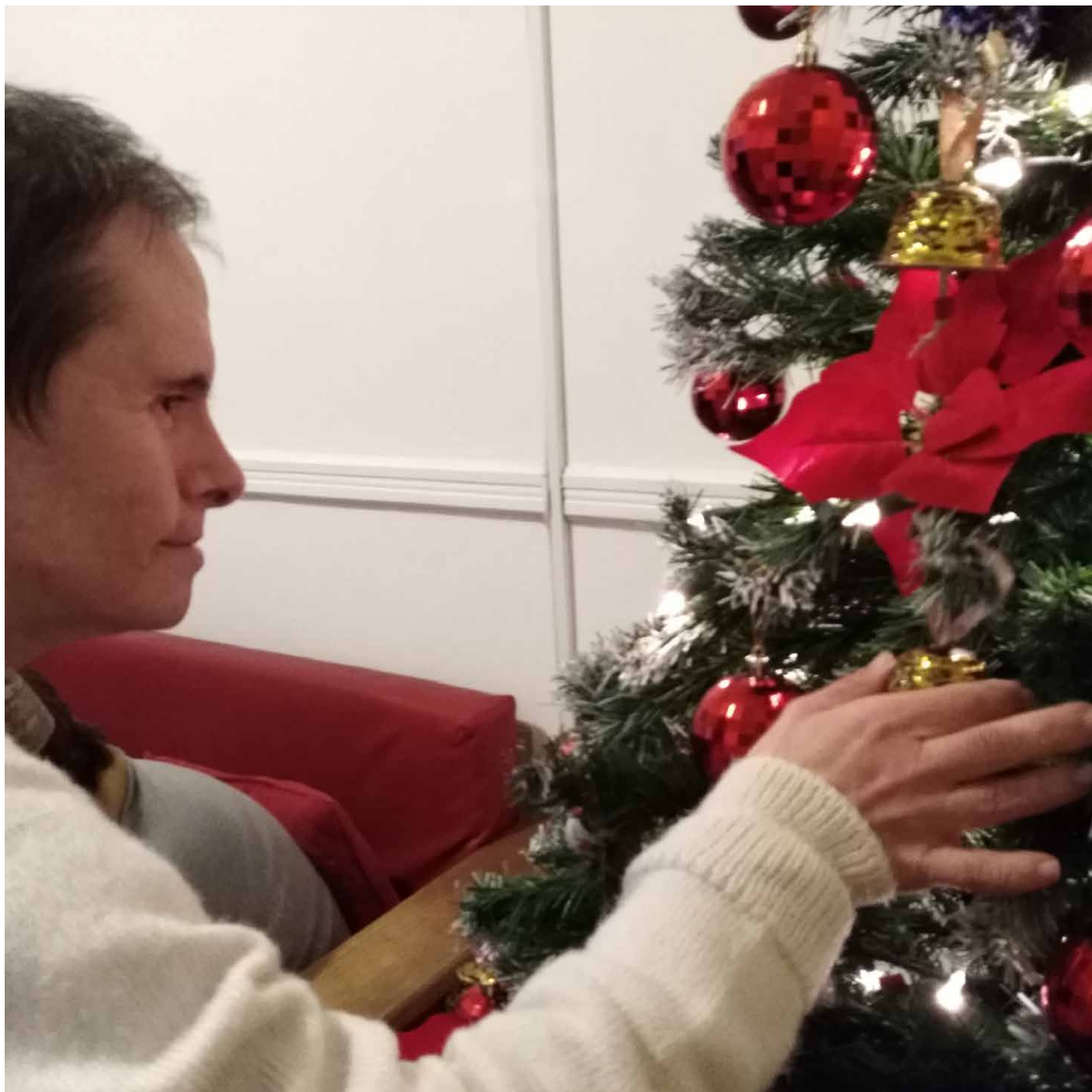


MAIS.

MAIS INFORMAÇÃO. MAIS COMUNICAÇÃO.

2017 | EDIÇÃO TRIMESTRAL



FESTAS FELIZES

APPACDM de Lisboa | Juntos Criamos Sorrisos

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

MAIS... reflexão

Caros Amigos,

A época do ano que atravessamos suscita, e quase limita, que o tema natalício ocupe as mensagens que neste período dirigimos aos nossos Amigos, em especial, Associados, Utentes, Colaboradores.

Sem prejuízo de gostosamente vos endereçarmos os nossos votos, não podemos deixar de trazer à vossa atenção aspetos da vida da Instituição, que pela sua oportunidade nos devem preocupar a todos.

Comemorámos este ano o 55º aniversário, o que também significa que o tempo não decorreu apenas para a organização, mas que, nesta sua vida, muitos aniversários foram também comemorados pelos que, no seu dia-a-dia, estão connosco. Muitos juntaram-se-nos jovens, mas hoje, já o não serão tanto.

O envelhecimento dos nossos utentes, e também de colaboradores, é um facto que nos coloca novas necessidades e o desafio de as satisfazer. As limitações orçamentais impostas pelos acordos de cooperação com o Estado e a capacidade das famílias são constrangimentos a superar.

Porque da vida se trata, partilhámos momentos de alegria e regozijo, mas também de preocupação e tristeza. Durante o ano de 2017, em particular nas residências, perdemos bons amigos, e as famílias os seus entes queridos tão especiais. Para elas o nosso sentido voto de pesar.

Também aos nossos Colaboradores são exigidos esforços adicionais, não só de natureza física, mas também emocional, pela perda de pessoas que durante anos, dia a dia, acompanharam. Pelas dádivas pessoais de muitos de vós no cumprimento da nossa Missão, aqui fica o reconhecimento da Direção.

Outro motivo de reflexão, que devemos partilhar, tem a ver com a participação na vida associativa que, a avaliar pela presença das famílias nas assembleias, também apresenta sinais muito preocupantes.

Acontecimentos recentes, profusamente noticiados, dão conta da importância do escrutínio dos Associados sobre as decisões dos que elegeram, para que a organização se mantenha saudável.

Também para nós, dirigentes, é estimulante o vosso envolvimento no esforço para o qual nos voluntariámos.

Porque o Natal é vivido neste mundo real, mas também com breves momentos pairando um pouco sobre ele, e um Novo Ano deve admitir toda a esperança, é chegado o momento de vos desejar a todos, Associados, Utentes e Colaboradores, Boas Festas e o Melhor 2018.

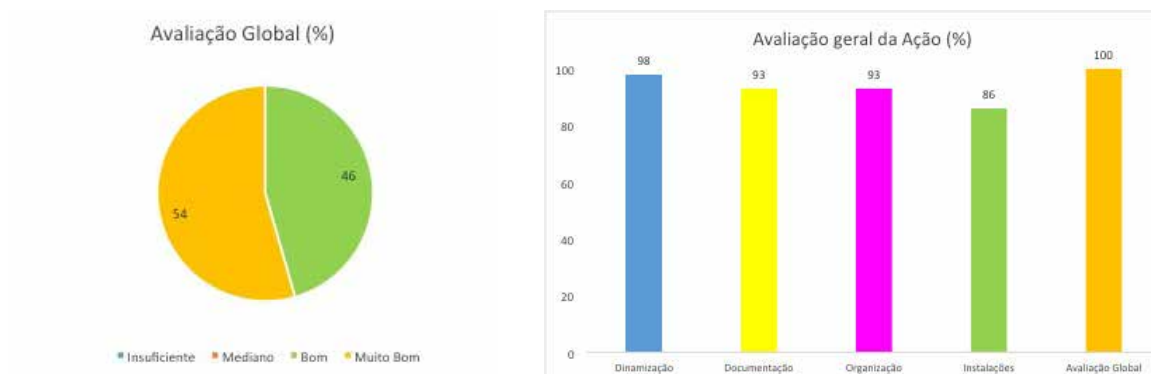
A Direção

MAIS... formação e desenvolvimento

“Educação para a Morte”

Nos passados meses de outubro e novembro, a Associação promoveu uma ação de formação sobre “Educação para a Morte”, em cinco sessões nos diversos Centros, ministrada pelo Dr. Mário Madrigal, da AMARA – Associação pela Dignidade na Vida e na Morte. Esta ação contou com um total de 93 participantes, de várias funções, mas todos direta ou indiretamente ligados aos cuidados prestados aos nossos utentes.

O grau de satisfação global foi extremamente elevado, com a classificação de “Muito bom” por 54% e de “Bom” por 46% de participantes. Globalmente e em termos médios, manifestaram 98% de satisfação com a Dinamização, 93% com a Documentação, 93% com a Organização, 86% com as Instalações e 100% em termos de Avaliação Global.



Considera-se que esta ação foi uma oportunidade única de recolha de ensinamentos sobre um tema que visa defrontar o sentido e intensidade da vida, com uma sensibilização que pretende contribuir para capacitar as pessoas sobre este assunto, uma vez que existe falta de informação e de preparação. As intervenções proporcionaram um espaço de desenvolvimento e de reflexão, onde todos puderam tomar consciência dos seus receios perante a vida e a morte, de modo a encontrar formas de viver com mais plenitude e, conseqüentemente, encarar o fim da vida de forma mais natural e com menos ansiedade.



MAIS... desporto

Judo na Quinta dos Inglesinhos

O último trimestre de 2017 foi fértil em atividades de Judo na Quinta dos Inglesinhos.

No dia 19 de novembro estivemos presentes no torneio do XVII Aniversário do CCD Pragal, torneio organizado pelo CCD Pragal e pela Associação de Judo de Setúbal.

Já em dezembro, foi a vez do tradicional torneio da Associação Distrital de Judo de Castelo Branco, organizado em Alcains (Castelo Branco) pela Escola de Judo Ana Hormigo.

Os nossos judocas mostraram bem a sua competência e bravura.

Para memória ficam algumas fotos dos eventos...



MAIS... responsabilidade social

Magusto do Lions Clube Lisboa Mater na Quinta dos Inglesinhos

Decorreu no passado dia 16 de novembro o já tradicional Magusto do Lions Clube Lisboa Mater na Quinta dos Inglesinhos.

A par com a Sardinhada no Verão, são sempre momentos de um ótimo convívio entre os companheiros do Clube e os nossos residentes, cuja receita reverte a favor da APPACDM de Lisboa.

Este ano com as duas iniciativas conseguiu-se angariar a quantia de 1.260,00€ que servirá para proporcionar aos nossos residentes algumas melhorias no seu Lar.



Fundação Oriente | Penha de França

O Lar Residencial da Penha de França recebeu da Fundação Oriente um donativo de produtos de higiene e conforto. O nosso agradecimento pelos mesmos que irão, certamente, contribuir na prestação dos cuidados aos nossos utentes. Votos de um Próspero Ano Novo a toda equipa da Fundação Oriente.

Gostamos de dar e ajudar os outros| Júlia Moreira

A Júlia Moreira, contando com a ajuda de colaboradores, significativos e dos Lares de Alapraia e Pedralvas, contribuiu para duas causas sociais: A Mercearia Social da Penha de França e A Casa de Acolhimento Temporário Quinta de São Miguel.

A recolha de bens essenciais foi o ponto de honra e toda a ajuda foi preciosa.

Para a Mercearia Social recolhemos três cabazes que serão entregues no início de janeiro pelos nossos utentes.



A Quinta de São Miguel, tem como objetivo o funcionamento de diversas valências, nomeadamente o Serviço de Apoio Domiciliário, o Centro Comunitário Intergeracional e o Centro de Acolhimento Temporário para crianças em risco.

O Centro Júlia Moreira, parceira do Centro de Acolhimento Temporário desde o ano passado, realizou um ação solidária que decorreu entre 20 de novembro de 18 de dezembro de 2017 tendo em vista suprir algumas das necessidades existentes.

Este ano apelámos aos nossos amigos, colaboradores, famílias e utentes para contribuírem com cereais para o pequeno-almoço e toalhetas.

Um outro apelo, visava a angariação de fundos para a aquisição de uns ténis com sola adaptada, para um menino com necessidades educativas especiais, que deles necessita para ter melhor mobilidade e conforto no dia-a-dia.

Recolhidos os diferentes gestos de solidariedade e boa vontade, no dia 18 de Dezembro entregámos quatros cabazes com géneros alimentares, e um donativo no valor de 140€ para ajudar a comprar os ténis com sola adaptada.

Nesse dia, as crianças que visitaram o centro Júlia Moreira, puderam passar uma manhã bastante animada no nosso atelier de pintura, onde juntos criámos sorrisos!



MUITO OBRIGADO A TODOS OS QUE, DE FORMA SOLIDÁRIA, SE JUNTARAM A NÓS!

MAIS... autodeterminação

VIII Encontro Anual de Representantes

No âmbito do trabalho desenvolvido pelos Departamentos de Psicologia e de Serviço Social, no sentido de promover a autodeterminação dos utentes da APPACDM de Lisboa, foi organizado o VIII Encontro de Representantes dos Utes reunindo todas as estruturas da APPACDM de Lisboa.

Este ano o encontro realizou-se no dia 8 de Novembro nas "Casas de Alapraia" em S. João do Estoril tendo contado com a participação de 18 representantes das diferentes estruturas.

O tema apresentado foi "**Valores para uma boa convivência**". Dos muitos valores que existem para a convivência foram seleccionadas, pelos nossos utentes, 15 dos quais passamos a nomear: Ordem, Liberdade, Amizade, Justiça, Cooperação, Sinceridade, Responsabilidade, Confiança, Tolerância, Paciência, Dialogo, Paz, Civismo, Alegria e Respeito.

Cada estrutura teve à sua responsabilidade entre dois a quatro valores. Todo o trabalho de explicação e recolha de informação, bem como das respetivas imagens foi realizado pelos utentes com a mediação do responsável por cada

grupo. Todos ajudaram a construir o painel que aqui partilhamos convosco.

Da parte da tarde a dinâmica de grupo permitiu vivenciar, observar os valores que foram expostos da parte da manhã, não tendo sido necessário esforço para se arranjar 10 voluntários que participaram com entusiasmo e empenho nesta atividade.

Foi um dia muito bem passado onde se observou uma participação cada vez mais alargada por parte dos utentes.

Um agradecimento muito especial à PAPIRO visava a angariação de fundos.



MAIS... partilha de lugares comuns

Dia Internacional da Pessoa com Deficiência | "Lisboa Sem Limites"



A Câmara Municipal de Lisboa desafiou os seus parceiros na área da reabilitação para a comemoração conjunta do Dia Internacional da Pessoa com Deficiência. Sob o lema "Lisboa Sem Limites", realizaram-se, no dia 3 de dezembro várias atividades: desportivas, no Complexo Desportivo Municipal do Casal Vistoso, e artísticas, no Centro Comercial Colombo. A APPACDM de Lisboa participou com a atuação do Grupo "Pé de Dança", com o tema o «Pica do 7» que recebeu as palmas, bem merecidas, do público no qual se encontravam dois

utentes do Lar Residencial da Penha de França. Estão de parabéns todos os participantes que tiveram a oportunidade de demonstrar que... «Limites?... Temos Todos».

Dia Internacional da Pessoa com Deficiência 2017 | Almada somos Nós

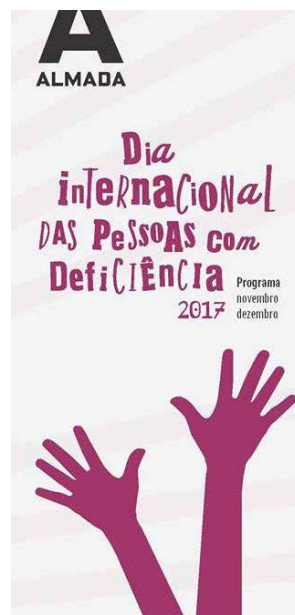
Em Almada um vasto programa, promovido pela Câmara Municipal de Almada e pelo Grupo Concelhio para a Deficiência teve início a 18 de Novembro e terminou a 6 de dezembro.

Tiveram lugar, vários espetáculos, ações de formação e workshops.

No dia de 19 de novembro tivemos oportunidade de participar no DANÇA COM TODOS, com "GRUPO PÉ DE DANÇA".

Destacamos ainda a nossa participação, no workshop de dia 22 de Novembro, "**RESPOSTAS E RECURSOS LOCAIS PARA PESSOAS COM DEFICIÊNCIA: DO DIAGNÓSTICO ÀS BOAS PRÁTICAS**", onde apresentámos o nosso Projeto "CAI na Real", candidato ao PROCOOP, bem como os resultados da caracterização da população com deficiência atendida e em lista de espera para CAO e Lar Residencial, das várias instituições do Concelho, devolvendo assim a informação sobre o diagnóstico e respostas locais para pessoas com deficiência, dados que fazem parte da bateria de indicadores do Diagnóstico Social de Almada.

De salientar que as instituições do concelho atendem atualmente 120 pessoas em Centro de Atividades Ocupacionais e 44 em Lar Residencial oriundas principalmente dos concelhos de Almada e Seixal e que a lista de espera para estas respostas sociais é o dobro das atendidas, corroborando assim a carência de respostas a esta população.



MAIS... movimento

Vai ...Um Pé De Dança

O grupo "Pé de Dança" andou numa roda-viva neste último trimestre do ano.

Em cada exibição partilharam com os vários públicos a alegria, ternura e beleza que a todos conquista.

A maturidade do grupo é visível e reconhecida por todos! É o resultado da persistência e do esforço, mas essencialmente da paixão que todos sentem pela dança!

É de realçar também o envolvimento das famílias, que nunca deixaram de acompanhar os nossos bailarinos, apoiando-os em cada atuação.

Onde atuámos,, muitos foram os aplausos e os gestos de carinho e incentivo,

- 29 de Outubro – Auditório do Liceu Camões a convite do Éden Ballet
- 14 de Novembro – Jogos Florais – Casa do Artista – Auditório Armando Cortês
- 19 de Novembro – "Danças com Todos" – Dia Internacional da Pessoa com Deficiência – Academia Almadense (C.M.A.)
- 3 de Dezembro – Dia da Pessoa com deficiência – Centro Comercial Colombo (C.M.L.)
- 13 de Dezembro – Festa de Natal – Creche "A Tartaruga e a Lebre"



A TODOS MUITO OBRIGADO!

MAIS... valorização

CAO Ajuda

O CAO Ajuda, teve a oportunidade de ver reconhecido de diferentes formas o talento dos seus utentes, talento aplicado nos diversos artigos confeccionados nas atividades ocupacionais.

O trabalho de um ano, realizado com carinho, esmero, dedicação e entusiasmo, tem como habitualmente o seu ponto alto a época de Natal, mas...este ano, o "brilho" foi mais intenso e desde as vendas em locais, alguns para nós já conhecidos e que nos são muito queridos, como a Rádio Renascença, tivemos o convite para estar presentes na Europ Assistance, e na TVI.

Estivemos ainda:

- no programa da Maia, no Correio da Manhã TV. Foi muito giro, com alguns nervos, mas a "tia Maia" foi muito simpática e ajudou-nos a acalmar;
- no Dia Internacional da Pessoa com Deficiência, estivemos na TVI 24 e na SIC para o programa "Faz Sentido" com a Ana Rita Clara, onde fomos muito bem recebidos e os nossos trabalhos muito elogiados.

Recebemos ainda a visita da jornalista Isabel Moicó da TVI, que fez uma reportagem onde mostramos as nossas decorações de Natal.

Segundo os participantes,"... foi uma experiência maravilhosa."

"...Foi o máximo! As pessoas gostaram de nós e das coisas que fazemos". *Inês Lopes*

"Gostei muito de estar nas vendas, gostava de ter mais e ir mais vezes" *Filipa Serrano*

No dia 12 de Dezembro, no âmbito da parceria com a Impactrip, recebemos um grupo de 22 colaboradores do Jornal Destak, que realizaram uma ação de "teambuilding", tendo como objetivo a "desconstrução de estereótipos que a sociedade impõe a pessoas com deficiência", promovendo a sua inclusão social.



MAIS... natal

Invadidos pelo espírito Natalício nas Casas de Alapraia

No dia 13 de Dezembro um grupo de 5 adolescentes da Unidade de Ensino Estruturado da Escola EB2-3 de Alapraia vieram presentear os nossos utentes com prendas feitas por eles.

Durante a tarde realizaram uma atividade conjunta de artes plásticas de onde surgiu uma pequena Árvore de Natal que ficou como recordação da sua visita bem como a partilha de bons momentos.

No final, foi feito um pequeno lanche que foi do agrado de todos.



No dia 15 de dezembro, voltamos a ser invadidos pelo espírito Natalício nas Casas de Alapraia.

A N. THEIAS, empresa que cria e produz Mascotes e Figuras Animadas, trouxe o Pai Natal e a Rena "Rodolfa", que foram recebidos com alegria por utentes, famílias, direção e colaboradores, e ajudaram na distribuição das prendas aos nossos utentes.

Como sempre, foi um momento muito alegre e afetivo, que, como não podia deixar de ser, terminou com alguns discursos de agradecimento por parte dos nossos representantes dos utentes.

Não faltou o tão esperado jantar-convívio, pois após tanta festa e emoção, todos necessitavam de repor energias. Degustou-se boa e variada comida, assim como os docinhos, tão apreciados nesta época.

Mais um Natal que passou, como já vem sendo hábito, com muitos afetos e sorrisos e que venham os próximos. Uma vez mais, foi um momento agradável, de convívio entre todos.



Luz Em Pedralvas

Este Natal chegou com todo o seu encanto mas também com a sua vertente triste de recordações de quem partiu, para o Céu do Pai Natal, sem pedir nem despedir.

A vida continua para os que ficam e há que proporcionar conforto, carinho e momentos de alegria que os sorrisos dos nossos utentes tão bem espelham.

A família Pedralvas quis disfrutar de momentos de alegria e assim passeamos na baixa da nossa cidade, que cintilava na sua decoração, e assistimos ao espectáculo no gelo a "Bela e o Monstro" que os deixou felizes.

Como sempre tivemos a nossa Brigada das Famílias e amigos bem como a festa de Natal com uma forte presença das nossas famílias onde foi transparente a onda de amor que nos acompanhou.

Terminamos com toda a equipa reunida num jantar natalício, de convívio mas também de companheirismo, com quem dia a dia luta e vence as adversidades para que o Sol não deixe de brilhar.

"Natal em Família" | Penha de França

No passado dia 15, realizamos no Lar Residencial da Penha de França o nosso habitual jantar com as famílias. Para além da degustação, foi uma noite ainda mais animada com a chegada do Pai Natal e da Mãe Natal. Prendas para todos, não faltando o miminho que cada utente fez para oferecer à sua família. Obrigada a todos pelos momentos de partilha de sorrisos e de afetos. Bom Ano de 2018.



CRECHE "A Tartaruga e a Lebre" O "Natal da avó Olívia" com o grupo "Pé de Dança"

No dia 13 de Dezembro, mais uma festa de Natal da "Tartaruga e a Lebre", em que contámos uma vez mais com a simpática colaboração da Junta de Freguesia de Alvalade, através da cedência do seu excelente auditório.

A história **"O NATAL da AVÓ OLÍVIA"** com músicas e coreografias preparadas e integradas num projeto criativo coletivo – isto é com muito entusiasmo de todos – e excelente desempenho artístico das nossas crianças, foi apreciada com manifesto agrado por um público, quase totalmente constituído por pais, avós e irmãos! Um sucesso! Mas como um sucesso nunca vem só, tivemos também a presença do grupo de "Pé de Dança", alguns dos quais frequentaram a Creche - interpretando o "Pica do Sete". Também eles deram brilho à nossa festa tendo sido muito aplaudidos e apreciados.

Foi um momento de muita alegria e de partilha em que demos a conhecer o potencial artístico dos utentes que frequentam as restantes respostas sociais da nossa Instituição.



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