

MAIS.

MAIS INFORMAÇÃO. MAIS COMUNICAÇÃO.

2016 | EDIÇÃO TRIMESTRAL



APPACDM de Lisboa | Juntos Criamos Sorrisos

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

Direção: os primeiros 6 meses

Embora o mais importante deva ser o tempo que há-de vir, não vivemos sem o tempo que passou.

E a verdade é que se passaram cerca de 6 meses, 180 dias, sobre o dia em que assumimos a responsabilidade, que nos foi por vós atribuída, de dirigir a instituição.

Neste momento achamos oportuno dar-vos alguma informação sobre o que nos tem ocupado, algumas realizações e certamente apenas uma pequena parte das preocupações.

A nossa atividade ganha expressão nas reuniões semanais de direção, que temos mantido, para apreciar os diversos temas, correntes ou mais estruturantes, e deliberar sobre aqueles que se tornaram exequíveis.

No âmbito artístico e comemorativo, salientamos a estreia do espetáculo de dança *2feet* - projeto que encontrámos em curso - e a comemoração do 54º aniversário da APPACDM de Lisboa, que incluiu a apresentação das conclusões de um estudo sobre o envelhecimento na trissomia 21, desenvolvido por uma equipa de técnicos da instituição, estudo esse que temos vindo a divulgar junto de instituições congéneres, e que tem sido com recebo com reconhecimento estimulante.

Para dar continuidade a iniciativas desta natureza foi criada uma **área de "inovação e desenvolvimento"**, que se dedicará à identificação de oportunidades e à promoção de iniciativas que melhorem as práticas e a notoriedade da instituição no âmbito do conhecimento.

No âmbito da coesão social, envolvendo trabalhadores, familiares e utentes, realizou-se o **4º Rally Paper**, que proporcionou agradáveis momentos de convívio e informalidade, a par de um melhor conhecimento do concelho de Almada, onde temos importante presença através da estrutura Quinta dos Inglesinhos.

E claro, alguns simpáticos prémios para os vencedores, oferecidos por não menos simpáticos patrocinadores.

Na promoção da participação, a direção teve **encontros com os representantes** dos utentes e com os das famílias, onde se partilharam preocupações e aspirações.

A este propósito, um apelo às famílias: sabemos que poderá não ser fácil ter disponibilidade, mas a instituição necessita mesmo da vossa presença!

Ao nível da gestão interna temos mantido contactos regulares, individuais e coletivos, com as diretoras técnicas dos centros, gestores e diretores de serviços e departamentos.

Também no que diz respeito à **inclusão, através do "Centro de Recursos para a Inclusão"**, continuamos - com cada vez mais restritivas condições do Ministério da Educação - a nossa intervenção junto das crianças e jovens nas escolas, com a prestação de apoios, que queremos sejam os mais adequados às suas necessidades.

Nesse sentido salientamos a reflexão, promovida pela nossa equipa do "Centro de Recursos para a Inclusão", em dois **encontros com os representantes** dos agrupamentos escolares.

A rentabilização do património existente, o esforço na procura de parcerias mutuamente vantajosas, e a renegociação de iniciativas na utilização de energias renováveis, tem ocupado grande parte da nossa atenção.

O recente investimento na **aquisição dos painéis solares** instalados na Alapraia, Pedralvas e Penha de França, a partir da necessidade de regularização e posterior renegociação de contrato existente, concluiu parte desses esforços.

Como as novidades menos boas são uma constante, há que dizer que no horizonte próximo se avistam dificuldades significativas em áreas como:

- redução do valor do financiamento da Segurança Social,
- reestruturação do financiamento do serviço de "formação profissional",
- aplicação de nova legislação emanada da Segurança Social relativa ao cálculo das comparticipações familiares,
- a previsível suspensão do valência de "sócio educativo" por falta de inscrições e dificuldade de destacamentos do Ministério da Educação,

entre outras, não antecipadas no orçamento aprovado para 2016.

São desafios que encaramos com responsabilidade, mas também com a determinação necessária.

Cá estaremos para procurar as soluções que nos parecerem as melhores, no interesse da nossa instituição, e depois, obviamente para vos prestar contas e sujeitarmo-nos ao vosso escrutínio.

Contamos com a colaboração de TODOS!

Saudações associativas

Participação e Proximidade

O associativismo deve ser um dos pilares desta instituição.

Constatamos no entanto, o baixo índice de participação dos associados nas diferentes iniciativas levadas a cabo pela instituição, muito em particular nas assembleias gerais, onde a tomada de decisão acerca dos instrumentos fundamentais de gestão, deveria ser, sem dúvida, mais participada.

Não nos compete, julgar os fatores ou os motivos que estão na origem desta ausência. Compete-nos sim, estimular a participação dos associados nas mais diversas formas, apostando na proximidade com os “grupos de representantes”, por bloco, os quais são uma importante expressão da vontade de participar na vida da instituição.

Foi o caso da reunião agendada pela direção, que decorreu no passado dia 12 de maio, no centro Júlia Moreira, onde estiveram presentes 11 familiares das diferentes estruturas de CAO, Lar e Formação Profissional a qual decorreu em linha com o objetivo de auscultar preocupações e anseios, tendo sido mencionadas oportunidades de melhoria ao nível,

- da organização e funcionamento das estruturas (melhoria de serviços e atividades)
- das participações familiares
- da criação de novos serviços para responder ao desgaste das famílias (psiquiatria/ regime eventual em lar residencial)
- do estabelecimento de novas parcerias
- da angariação de fundos
- da angariação de sócios
- da divulgação da Instituição



temas a que prestaremos toda a atenção e realizaremos de acordo com as nossas capacidades.

Também os grupos de representantes dos utentes, criados há cerca de 6 anos, têm como objetivo dar voz às suas necessidades e expectativas, junto dos colegas, colaboradores, familiares e de quem tem responsabilidades de gestão, como forma de influenciar e gerar mudanças, porque a “plena participação”,

“É saber que tenho uma vida e o que desejo atingir. É a sociedade aceitar-me pelo que sou e não esperar que eu seja o mesmo que todos os outros, porque cada pessoa é diferente e assim deve ser aceite.”

Desejamos viver numa sociedade onde as organizações que nos apoiam assegurem que podemos participar plenamente em decisões sobre assuntos que afetam o nosso bem-estar ou a maneira como os serviços são prestados.”
(Robert Martin, na 16ª Conferência Asiática sobre Deficiência Intelectual em 2003)

Participar é um aprendizado que exige tempo, prática e incentivo, como as demais aprendizagens que vem sendo trabalhado nos planos de desenvolvimento individual e nas diferentes ações e oportunidades criadas para o efeito.

Neste contexto, a direção realizou uma reunião no passado dia 11 de maio, na sede da APPACDM de Lisboa, em que estiveram presentes 14 utentes das diferentes estruturas de CAO, LAR e Formação Profissional.

Feitas as apresentações, os participantes deram expressão a assuntos do interesse dos colegas, que ali representam, em particular o grau de satisfação com:

- as atividades que são dinamizadas nos seus “centros”
- os serviços de transportes e nutrição
- as instalações, equipamentos e materiais

Também aqui devemos destacar as sugestões de melhoria que remetem para uma avaliação da direção no sentido de decidir sobre os meios para ir ao encontro do que são as suas expectativas.

“...Tive que aprender muitas palavras e saber o significado das palavras “empoderamento” e “plena participação” significavam. Não foi fácil, porque eram muitas palavras que eu não ouvi antes.”

Tal como o Robert Martin, acima citado, também nós queremos e temos que aprender mais sobre o significado efetivo destas palavras junto dos nossos utentes.



Inovação e Desenvolvimento

Para que, de forma mais sistematizada, nos foquemos nas oportunidades de inovação ou de melhoria dos nossos serviços, como contributo para o desenvolvimento da instituição, foi constituído o departamento de **"Inovação e Desenvolvimento"** e subscrevemos a recém- criada plataforma **GEOfundos**, ferramenta que disponibiliza acesso a informação, geral e segmentada, sobre a sustentabilidade e o financiamento das entidades da economia social.

Apresentámos candidatura à **Fundação Montepio – Frota Solidária**, no âmbito do transporte adaptado e está em curso, a do **BPI CAPACITAR | 2016** com vista a melhorar o espaço terapêutico, SNOEZELEN, existente em Pedralvas.

Ainda na procura de oportunidades que respondam a necessidades existentes, merecem destaque os seguintes financiamentos conseguidos através do **"Programa Nacional de Financiamento a Projetos pelo INR, I.P"**, para:



- Centro Júlia Moreira, que contou com uma verba de 810,72€, para a realização do **Passeio aos Açores**, noticiado nesta edição;
- Lar Residencial Casas de Alapraia, em que o projeto **Música para todos** contou com uma verba total 3.098,74€;
- Centro Quinta dos Inglesinhos, no que se refere ao **Banco de Empréstimo de Produtos de Apoio - BEPA**, em que foi atribuída a verba de 4.774,91€, para a implementação do Sistema de Informação Digital.

"Síndrome de Down – Envelhecer com Saúde"

Sobre o **"envelhecimento e prestação de cuidados"**, fomos convidados pelo Centro de Reabilitação e Integração de Deficientes – **CRID, em Cascais**, para apresentar o estudo "Síndrome de Down – Envelhecer com Saúde", no âmbito do seu Projeto (In)Formação Parental. Esta ação decorreu no passado dia 19 de abril e estiveram presentes cerca de 30 pessoas.



A convite da **APECI**, no passado dia 19 de maio no auditório da Câmara Municipal de Torres Vedras, o estudo foi uma vez mais apresentado e estiveram presentes cerca de 50 pessoas.

Agradecemos a ambas as instituições o convite feito, bem como a forma como nos acolheram.

Soluções com Valor | empreendedorismo

Novo Contrato

A **empresa de Jardinagem - FLOR DA QUINTA**, mantendo o seu objectivo de crescimento, conseguiu mais um contrato de manutenção de espaços verdes, desta feita com o Arsenal do Alfeite, entidade com a qual já havia trabalhado em anos anteriores e cuja interrupção se deveu à alteração legislativa.

Foi pois com satisfação que recebemos o convite para apresentar proposta e que, com o empenho da equipa, a vimos seleccionada e objecto de contrato, assinado no passado mês de abril. De realçar as componentes social e financeira desta concretização.



Eventos APPACDM de Lisboa

4º Rally Paper

O **4º Rally Paper da APPACDM de Lisboa** realizou-se no passado dia 4 de junho, com partida na creche "A Tartaruga e a Lebre" em Lisboa e com destino ao Centro de Formação da "Quinta dos Inglesinhos" na Caparica.

Ao longo do percurso os participantes tiveram oportunidade de se divertirem, apreciarem a paisagem e descobrirem diversos locais. À chegada ao destino, todos foram recebidos com um almoço convívio, seguido da entrega dos prémios, bem merecidos.

1º Prémio – Viagem a Paris para 2 pessoas

2º Prémio – "Noite e SPA" no Hotel Aldeia dos Capuchos, para duas pessoas

3º Prémio – Troféu Atlantis

Como forma de reconhecer o esforço de todos os participantes, foram entregues prémios de participação, elaborados pelos utentes da Quinta dos Inglesinhos e Júlia Moreira.

Obrigado a todos os que tornaram possível este evento nomeadamente aos participantes, colaboradores e patrocinadores.



Contamos voltar a encontrar-nos na próxima edição!



4º Festival da Ponte

A convite do **projeto "O nosso Km2"**, a APPACDM de Lisboa participou no **3º Festival da Ponte**, que decorreu na freguesia das Avenidas Novas, entre 9 e 15 de maio.

O Festival da Ponte surge em 2014, tendo como mote a ponte pedonal sobre a linha de caminho-de-ferro existente no Bairro de Santos ao Rego e é um verdadeiro ensaio da metodologia de governação integrada, participativa e colaborativa, de construção de trabalho em rede, paradigma deste projeto.

Apesar da chuva não ter ajudado no dia da inauguração do Festival, as Casas de Alapraia participaram neste dia, na decoração da ponte com balões criados na área de expressão plástica.

Durante o decorrer da iniciativa, estivemos presentes na banca 22 do Mercado do Bairro de Santos, com os habituais Doces & Temperos e produtos artesanais, com a qualidade da marca Soluções com Valor. Inserido no programa "há vida no mercado", o Grupo de Teatro "Nós", fez uma brilhante atuação, com uma das suas coreografias Jazz.

Exposição 2Feet no Espaço Santa Casa

Durante o mês de abril, decorreu no **Espaço Santa Casa, com o apoio da Santa Casa da Misericórdia de Lisboa, a exposição de fotografia Two Feet**, documentadas por Luís Rua, João Dias e Moisés Romão.

Foram retratados os momentos mais simbólicos/emblemáticos deste projeto de dança, desde os ensaios, à estreia do espetáculo do passado dia 1 de Fevereiro.

Entre os visitantes, pudemos contar com a presença de caras conhecidas que encheram de alegria os nossos utentes e que se disponibilizaram para entrevistas com os nossos **"repórteres" da Rádio Acreditar**, com a preciosa ajuda da nossa amiga Filomena Barros.

O **cantor João Só**, interpretou para todos as suas músicas mais conhecidas, o ator **Ricardo Carriço** espalhou por todos a sua boa disposição, cantou e encantou. Contámos ainda com "as táticas" do **"Mister" Tony** que atraíram todos os Benfiquistas, e não só!

Para encerrar a exposição, esteve connosco o Senhor Vice Provedor da Santa Casa, Dr. Edmundo Martinho que, com simpatia, respondeu a algumas questões "difíceis" que lhe foram colocadas.



Rádio Acreditar entrevista voluntária da Quinta dos Inglesinhos

A **Rádio Acreditar**, no âmbito do tema sobre o voluntariado na nossa instituição, foi entrevistar a Prof.a Rita, voluntária na Quinta dos Inglesinhos a quem agradecemos a disponibilidade.

Ser voluntária é ...

"...Fazer algo sem receber dinheiro, não é nada difícil. O fitness adaptado, é uma atividade que não existia no centro, e como acredito nos seus benefícios para estes utentes, tenho todo o gosto em desenvolvê-la aqui no centro."

Como é trabalhar com os utentes deste centro?

"Gosto muito de fazer atividades desportivas com eles, por vezes chegam "maldispostos" e depois da atividade ficam mais bem-dispostos(...)"

Conte-nos uma coisa divertida ou que mais gostou de fazer?

"São vários os momentos divertidos, são momentos... Não consigo dizer um, porque são muitos, há sempre surpresas...todos os dias".

O que é mais gratificante nesta atividade ?

"É muito gratificante trabalhar aqui, venho uma vez por semana, porque a vida não permite mais, mas fico mesmo muito contente (...) há cerca de 4 anos sensivelmente, conheci a instituição através do Prof. Pedro Viegas, fui aqui estagiária, (...) e estou encantada e feliz por esta oportunidade. Saio daqui sempre a sorrir, eles fazem-me sentir bem, por exemplo, no Inverno, os dias estão tristonhos, chego cá e fico alegre, quando me vou embora vou mais bem-disposta e sempre a sorrir. Este trabalho tem tido muito sucesso, temos tido agradáveis surpresas (...) com a adesão dos utentes à atividade, nunca imaginámos que aderissem de forma tão positiva (...), o que se torna muito gratificante e muito engraçado (...)"



Repórteres: Carina Fumega – Fátima Castro – Inês Lopes e José Pedro T. Feio

MAIS atividades

Reflexão sobre a parceria entre o CRI e os Agrupamentos de Escolas

No passado dia 18 de Maio, o **CRI da APPACDM de Lisboa**, promoveu dois encontros, um em Almada e outro em Lisboa, com todos os seus parceiros.

O objetivo foi proporcionar um **momento de reflexão** sobre as alterações que se têm assistido nos últimos anos, analisando, de forma crítica, o seu impacto na qualidade da resposta educativa dada aos alunos com necessidades educativas especiais. Pretendeu-se alertar para a necessidade de se acordarem os pressupostos de intervenção para que, independentemente do montante financiado seja implementado o modelo considerado mais adequado às características e necessidades de cada aluno.

Em ambos os encontros a presença dos Diretores dos Agrupamentos de Escolas e Coordenadores de Educação Especial foi muito expressiva e a reunião muito participada.

Embora não seja possível retirar dos diferentes contributos um modelo de intervenção, pelo menos estamos todos conscientes que os atuais pressupostos baseados apenas na intervenção direta com o aluno, não são os mais adequados, nem eficazes. Para que os resultados tenham impacto no processo de aprendizagem do aluno, devem ser consideradas também as intervenções com a família, com os docentes e a restante comunidade educativa. Esta é a convicção de todos os presentes, embora a expectativa face à mudança num futuro próximo não seja tão consensual.

Teremos de aguardar pelo próximo ano letivo!



Ação de formação em parceria

A **Farmácia DIMAR** é um parceiro de longa data, não só no fornecimento da medicação administrada na Residência da Penha de França, mas também no apoio aos utentes, na realização de tarefas no âmbito das autonomias. Consolidando ainda mais esta parceria, a Dra. Fátima Frazão e a Dra. Ana Corceiro, disponibilizaram-se para, no passado dia 24 de maio, levar a cabo uma ação de sensibilização subordinada ao tema **"Boas Práticas na Administração de Medicamentos"**.

Sendo esta uma tarefa complexa, que requer dos colaboradores responsabilidade acrescida e atenção redobrada, é importante a realização de ações que permitam sistematizar as diferentes etapas de todo o processo desde a prescrição à toma e esclarecer dúvidas ou partilhar e aprender estratégias que permitam desempenhá-la com eficácia.

Estiveram presentes cerca de **16 colaboradores** das várias estruturas - Júlia Moreira (3) Quinta dos Inglesinhos (2), Penha de França (8), Ajuda (1), Pedralvas (1) e Serviços Centrais (1) que, globalmente, consideraram que a ação teve um nível de satisfação global de 94% e deixaram, para futuras ações temáticas, sugestões como: Nutrição/ Alimentação Saudável, Estabilidade Emocional/ Física e Combate ao Envelhecimento. Ambas as "formadoras" se mostraram disponíveis para partilhar conhecimentos noutras áreas, o que desde já agradecemos.

Boas Práticas na Administração de Medicamentos

COMO TORNAR A ADMINISTRAÇÃO DE MEDICAMENTOS SEGURA??



“6^{as} Feiras diferentes” na Residência da Penha de França

Começámos o mês de abril com mais uma das “6^{as} feiras diferentes” mas, por ter sido dia 1, não pensem que foi mentira! A verdade é que tivemos um jantar que adorámos – Cachupa. Estava deliciosa. Recebemos para jantar alguns “Amigos da Penha” que já não víamos há algum tempo. É muito bom estar com quem gostamos!

No âmbito das “residências inclusivas”, que pretende ser momento de convívio e partilha, recebemos durante uma semana, utentes das Casas de Alapraia e da Quinta dos Inglesinhos.

Estas (con)vivências têm sido bastante enriquecedoras para todos os envolvidos.



Fados na Severa



O significado de SER FELIZ, é sempre conjugado com a possibilidade de tornar os outros FELIZES.

No passado dia 22 de abril, concretizámos um desejo antigo do Luís Fernandes, utente da Penha de França e fomos a uma noite fados no restaurante “A Severa”. Para nos acompanhar nesta iniciativa, convidámos o José Taborda da Residência Júlia Moreira.

Para além do animado convívio entre amigos de diferentes estruturas, pudemos sentir e partilhar as emoções do fado, bem como acompanhar em alguns acordes os fadistas, que fizeram desta noite mais uma noite especial, do vasto programa recreativo da Penha de França, que visa a partilha de lugares comuns.

Dia Internacional das Famílias

No dia 14 de maio comemorou-se, no **Lar Júlia Moreira**, o **Dia Internacional das Famílias com um almoço convívio** entre as famílias dos utentes e colaboradores. Convidámos para esta iniciativa os utentes e famílias do Lar da Penha de França.

Para além da alegria e animação deste almoço, as famílias pintaram uma tela que será exposta no Lar da Júlia Moreira para assinalar o momento.



Atuação do Grupo de Teatro “NÓS”

No âmbito das comemorações **Dia Mundial da Criança**, no dia 1 de junho, o **Grupo de Teatro “Nós”**, apresentou o espetáculo “Os Piratas”, para as crianças da Creche da Santa Casa da Misericórdia de Lisboa.

As crianças adoraram o espetáculo, dançando e acompanhando com entusiasmo as coreografias.



Passeio das Famílias à Ilha de São Miguel, Açores

Nos dias 27, 28 e 29 de maio, realizou-se mais um **passeio anual das famílias da Júlia Moreira**. O grupo contou com 55 participantes, entre utentes, famílias e colaboradores da APPACDM de Lisboa.

Visitámos os principais pontos de interesse turístico desta Ilha e confirmámos a sua beleza, através dos testemunhos das famílias:

“Foi uma viagem de sonho na companhia de pessoas muito especiais”

“Adorei conhecer os Açores e ver as vacas nos campos a pastarem, parece um postal ou uma pintura na tela”

“Obrigada por me terem dado a oportunidade de andar de avião... com 78 anos já não pensava ter esta oportunidade, e ainda por cima para visitar um sítio tão bonito!”

Esta iniciativa contou com o apoio do INR, I.P. – Instituto Nacional para a Reabilitação, no que respeita às despesas dos utentes.



Escola Profissional de Educação para o Desenvolvimento

A convite da **EPED**, o Centro **Quinta dos Inglesinhos** visitou, no dia 4 de maio, a **Mostra de Cursos e Profissões 2016**, na qual participaram 26 formandos com escolaridade a partir do 9º ano.

À chegada fomos recebidos pela Dra. Maria João Vicente e pelos alunos, que nos acompanharam nesta visita. Visitamos os diversos stands informativos e demonstrativos referentes aos cursos ministrados na EPED.

Foi uma visita esclarecedora, onde pudemos tirar algumas dúvidas sobre os cursos profissionais.

Muito obrigada aos alunos que nos acompanharam na visita, à Dra. Maria João e a todos os professores.



Feira das Profissões

Ainda no âmbito das oportunidades de inclusão no mercado de trabalho, o Centro Quinta dos Inglesinhos, recebeu o convite de duas escolas do Distrito de Setúbal – o Agrupamento de Escolas Vale de Milhaços e o Agrupamento de Escolas Nun'Álvares – Arrentela, para participar na **Mostra e Feira das Profissões**, que se realizou a 14 e 15 de abril, respetivamente.

Na mostra duas das áreas, executaram ao vivo algumas tarefas e houve ainda uma sessão de esclarecimento que permitiu a alunos, professores e visitantes conhecerem qual a oferta formativa do Centro Quinta dos Inglesinhos para os alunos com necessidades educacionais especiais - NEE. Foi gratificante verificar a adesão que esta iniciativa teve. Muito obrigado aos nossos formandos e colaboradores, que representaram o centro.



Fim-de-Semana na Tocha

Nos dias 29, 30 de abril e 1 de maio, realizou-se mais um fim-de-semana diferente na **Quinta da Fonte Quente – Tocha**, para **jovens e adultos com necessidades educacionais especiais - NEE**, onde participaram Anabela, Carlos, Ilda, Jacob, Joana, José Araújo, Lucinda, Mónica e Orlando.

Tratou-se de uma iniciativa promovida pela Câmara Municipal de Almada, tendo como objetivo promover experiências de aprendizagem e lazer a estes jovens, das diferentes instituições do Concelho.

As atividades foram vividas com entusiasmo e todos participaram nas caminhadas, degustaram deliciosos petiscos, dançaram na discoteca da Tocha, culminando com um espetáculo, onde todos puderam exibir os seus talentos.

"Que rica paisagem"

"Estava lá a Luísa"

"Vimos os bombeiros"

"Vimos as casas velhas"

"Vimos a Lavandaria"

"Passeamos..."

"Passamos por Coimbra, cidade onde eu nasci"

"As nossas atuações foram o canto, a dança e o teatro"

"O apresentador foi o Luís Flamino"

"Encontramos lugares especiais para tirar fotografias"



Pé de Dança - Sempre a dançar, sempre a encantar.



O nosso grupo de dança não tem descansado... tem sido convidado para diversas atuações nas escolas, que nas suas festas e atividades várias, solicitam a sua participação. A convite do **Grupo de Dança Eden Ballet**, participamos no **evento solidário** para apoio à Casa Sol, que se realizou no Auditório do Liceu Camões no dia 5 de junho. Tratou-se de um momento de pura inclusão, onde com a coreografia "Concierto Aranjuez", os bailarinos Carina Fumega e Filipe Correia emocionaram os presentes com o seu empenho e talento.

Rock in Rio

Com o apoio da **SIC Esperança**, os utentes do **CAO Ajuda** tiveram a oportunidade de viver as emoções do **Rock in Rio**, no passado dia 27 de maio.

Sempre muito bem acompanhados dos amigos que se juntaram ao grupo, disfrutaram da roda gigante, dançaram e encantaram a plateia que se juntou, animaram a tenda electrónica e ainda receberam um prémio das mãos do Cifráo.

Foram momentos muito animados, divertidos, uma experiência única!

No final do dia, já pela noite dentro, a Carina confidenciou com um grande sorriso que tinha realizado um sonho...



Rock Rendez Vous

Os utentes das **Casas de Alapraia** tiveram oportunidade de participar no **ROCK RENDEZ VOUS**, uma noite integrada na semana do Festival da Ponte. O espaço do refeitório da Faculdade de Ciências Sociais e Humanas tornou-se palco de uma reedição das grandes noites do extinto Rock Rendez Vous, um marco incontornável dos anos 80 e da explosão do rock português. Ao espírito da época, viveram uma noite de dança e música rock com atuações ao vivo.

Passeios de fim-de-semana

Com a chegada dos dias quentes e solarengos, nada melhor do que aproveitar para passear. Os utentes das Casas de Alapraia têm aproveitado bem os fins-de-semana para caminhar e usufruir dos espaços verdes que o concelho de Cascais nos oferece.

Porque falamos de sol e calor, aproveitamos para deixar aqui uma notícia "fresquinha"! A nossa piscina está a ficar como nova, e este verão vai ser fantástico poder receber todas as visitas com uma piscina renovada! Apareçam!



Animação em Alapraia

Nas Casas de Alapraia continuamos muito animados. Este trimestre participámos nas atividades de intercentros no **Elo Social - Jogos da Primavera e Afid - XVI Jogos Sem Fronteiras**, onde encontrámos alguns dos nossos colegas de outros centros. Conhecemos um pouco mais sobre o que é a alimentação saudável e divertimo-nos muito. Participámos também em atividades no concelho de Cascais - Hidroginástica na CERCI Quinta do Pisão onde fomos ver os Burros Lanudos.



Dia Mundial da Criança na Creche

No passado dia 1 de Junho, comemorámos na Creche o DIA MUNDIAL da CRIANÇA e convidámos as famílias a partilhar os momentos do dia-a-dia das suas crianças. De manhã, crianças e famílias estiveram juntas no jardim para participar na sessão semanal de expressão musical. Tocámos instrumentos musicais, cantámos e acompanhámos canções com gestos... foi muito divertido. Como o tempo estava óptimo, almoçámos e lanchámos no jardim, com uma ementa divertida e deliciosa. As crianças usaram os presentes feitos nas salas - chapéus e lenços pintados, que ficarão como recordação desse dia tão especial. Durante a tarde fizemos massa de cores e divertimo-nos com as famílias no jardim. Foi um dia em cheio!



Informação relevante

O “**Glifosato**”, é um herbicida - muito usado no nosso país, inicialmente na agricultura mas, há algum tempo, também nos espaços públicos urbanos - que tem estado no centro de polémica, devido a análises realizadas em Portugal. Perante relatórios de organismos internacionais, aparentemente contraditórios, diferentes organizações pedem mais estudos sobre o impacto deste químico, não só na saúde pública mas também pelo seu impacto ambiental. É por isso muito importante, para a saúde pública, que as autoridades regulamentem e controlem, de forma eficaz e no imediato, a sua utilização.



INFORMAÇÃO AO CONSUMIDOR

EM CASO DE LITÍGIO DE CONSUMO, O CONSUMIDOR PODE RECORRER À SEGUINTE ENTIDADE DE RESOLUÇÃO ALTERNATIVA DE LITÍGIOS DE CONSUMO:



Centro de Arbitragem de Conflitos de Consumo de Lisboa

Tel.: 21 880 70 30

E-mail: juridico@centroarbitragemlisboa.pt | diretor@centroarbitragemlisboa.pt

Web: www.centroarbitragemlisboa.pt

PARA ATUALIZAÇÕES E MAIS INFORMAÇÕES, CONSULTE O PORTAL DO CONSUMIDOR EM

WWW.CONSUMIDOR.PT

(ao abrigo do artigo 18.º da Lei n.º 144/2015, de 8 de setembro)



50 anos
a criar sorrisos

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

Instagram – @twofeetapp

Mais Apoio.

Com a Ajuda de todos criamos mais sorrisos. Obrigado.

Nib: 0010 0000 12745970001 32