



NEWS

52

EDITORIAL

AUTO-REPRESENTANTES

Carlos Ferreira e Ana Filipa Moreira

VIVA AS FÉRIAS!

FINAL DE JULHO...FÉRIAS...PARA MUITOS DOS NOSSOS COLEGAS ISTO SIGNIFICA IR PARA CASA COM AS FAMÍLIAS.

No entanto, esta não é a realidade de todos nós, residentes na Unidade Residencial da CERCIOEIRAS.

Por isso, no último dia de julho, ver as famílias a chegar, os colegas a partir e a dizer até setembro, aperta um pouco o nosso coração. E pensamos....também queria ir!

Mas depois, arranca o primeiro dia de agosto e o cenário muda. A nossa família CERCIOEIRAS dá-nos um plano de férias maravilhoso.

Ouviram-nos e escolheram um programa de atividades que se ajusta a todos nós, mais autónomos e colegas mais dependentes.

Foram dias cheios de animação, diversão e convívio. Foram tantas, mas tantas as atividades, que nem pensávamos nas saudades.

E o mais interessante é quando as férias acabaram e encontramos todos os colegas em setembro. Começamos a trocar experiências do que fizemos no mês de agosto e que diferença!

Nesse momento, percebemos que temos muita sorte, porque tivemos um mês de férias recheado de experiências diferentes, nunca parámos a diversão!

Viva a Família da Unidade Residencial...

Viva as Férias...



ACONTECEU

JUL

18
Formação sobre Primeiros Socorros

SET

01
Reabertura CACI, CRI, IP e AAAF

07
Formação em SBV e DAE

21
Dia Mundial da Gratidão (Ação RH)

25 e 26
Auditoria Externa APCER (certificação)

COLÓNIA DE FÉRIAS DE AGOSTO DO CACI

SOFIA CATALÃO

Diretora Técnica CACI



NA PRIMEIRA QUINZENA DO MÊS DE AGOSTO, UM TOTAL DE 16 CLIENTES EXTERNOS PARTICIPARAM NA COLÓNIA DE FÉRIAS DO CACI, APROVEITANDO UM CONJUNTO DIVERSIFICADO DE ATIVIDADES, FORA DAS SUAS ROTINAS HABITUAIS.

Dentro da diversidade de atividades, as saídas para a comunidade foram as preferidas dos nossos clientes. Os piqueniques em Jardins e os dias passados nas Piscinas Oceânicas de Oeiras e da Praia das Maças foram os prediletos mas, no decorrer da colónia, também visitaram o Parque Marechal Carmona em Cascais, o Centro Histórico da Vila de Sintra, tivemos momentos de relaxamento no nosso pátio, fizemos sessões de dança e movimento, ateliers de culinária e de expressão plástica.

Para os ateliers de culinária acontecerem organizamos uma saída ao supermercado. Da lista faziam parte ingredientes escolhidos pelos participantes que originaram uns maravilhosos salames de chocolate e pizzas variadas.

Nos dias de maior calor contarmos com os espaços internos da CERCIOEIRAS foi fundamental, como a horta, o pomar e o pátio, onde os participantes puderam relaxar e dar uns bons mergulhos na piscina.

A Colónia de Férias do CACI terminou em festa, com um grande convívio com os clientes da Unidade Residencial, com muita música, animação e ainda com direito a um churrasco. Todos os participantes tiveram a oportunidade de avaliar a Colónia de Férias e foi com enorme alegria que obtivemos resultados muito positivos e com um elevado número de participantes a quererem repetir.

"Gostei de tudo. O que gostei mais foi o churrasco e os dias das piscinas. Gostava de repetir"
CLIENTE MARCO CORREIA



Em Julho a Equipa de Intervenção Precoce (ELI) de Oeiras e a Equipa de Intervenção Precoce (ELI) do Seixal encontraram-se para uma ação de benchmarking. Este momento de reflexão e de análise crítica entre serviços teve como objetivo melhorar as práticas do serviço (tantas vezes instrumentalizadas e rotinizadas no dia a dia) de forma a dar às crianças e famílias uma resposta mais eficaz, eficiente e concertada possível.

Foi um dia muito produtivo e de convívio!

LANÇANDO FIOS,
 CONSTRUÍMOS TEIAS
 ENTRE NÓS

ALEXANDRA MENDES

Psicóloga

AGOSTO O MÊS QUE NÃO DEVEIA ACABAR...

MAFALDA MALVEIRO

Diretora Técnica UR

ESTA É A OPINIÃO DE ALGUNS CLIENTES RELATIVAMENTE AO MÊS DE AGOSTO, POIS A EQUIPA QUE ESTÁ NO TERRENO DÁ O SEU MELHOR PARA QUE OS NOSSOS JOVENS/ADULTOS DESFRUTEM AO MÁXIMO DE TODAS AS ATIVIDADES PROPOSTAS PARA ELES.

O mês de agosto é um mês de muito trabalho, mas também é um mês muito gratificante para toda a equipa que une esforços e dá o seu máximo para ver os sorrisos de alegria e satisfação dos nossos clientes.

Este é um trabalho que começa em março e que conta com a participação dos nossos clientes. As atividades são pensadas em conjunto pelos técnicos da UR com as sugestões do grupo dos Auto Representantes, que deram algumas ideias de atividades como: uma saída até ao Portinho da Arrábida, ir às Festas de Cascais, fazer Jogos Tradicionais ou visitas culturais. Depois de reunir todas as propostas é elaborado um Plano de Atividades, com programas dentro e fora de "casa", e como em todos os anos, das diversas atividades desenvolvidas há algumas com mais destaque.

Este mês foi giro...

Gostei de ir à praia, ir à piscina oceânica, às Festas de Cascais, ao Portinho da Arrábida, ir às compras com a Joana, do almoço temático, das sessões de spa e relaxamento, dos jogos tradicionais, do 3D Fun Art Museum com o Nuno, também gostei dos jogos de água, do jardim zoológico e de andar no teleférico com o Carlos. Gostei também dos almoços da Fátima e da Camila, do cinema em casa, os momentos que tive com a Joana, Mafalda e Nuno que estão no meu coração.

NELSON MONTEIRO

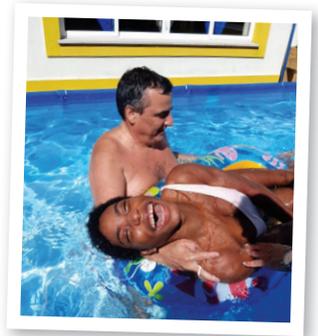


Foi um mês fora de série... Gostei de tudo, gostei da ida ao Portinho da Arrábida, das idas à praia, da piscina Oceânica do convívio com os mês colegas da expressão plástica e gostei em especial do Bowling.

CARLOS FERREIRA

Foi memorável... Eu gostei de ir ao Bowling, à piscina oceânica, à Tratólixo Magic Garden Aladin de ir à praia, também gostei do cinema em casa, gostei de ir ao Portinho da Arrábida, e das Festas de Cascais

VÍTOR BORGES



Foi um mês divertido Gostei da piscina que estava montada no Pátio, da visita ao 3D Fun Art Museum, Magical Garden Aladdin e de ir às Festas de Cascais.

ANA FILIPA MOREIRA

Para o ano voltamos com mais novidades!!!
Obrigada a todos...

Não nos podemos esquecer de toda a dedicação e empenho total da equipa sem eles nada disto era possível!

MUITO OBRIGADO!



AAAF COLÓNIA FÉRIAS JULHO

FOI COM MUITA ALEGRIA E ANIMAÇÃO QUE AS NOSSAS CRIANÇAS PARTICIPARAM NA COLÓNIA DAS AAAF NO MÊS DE JULHO.

E que atividades...Sabemos que gostaram de todas, mas as suas preferidas metem água! "Falamos dos jogos e brincadeiras com água, da praia e, não podia deixar de ser, a novidade deste ano: o adorado insuflável de espuma! Além dos jogos com água, também houve tempo para festas com Zumba Kids, concursos de dança e talentos, as tão adoradas pinturas faciais e body painting, gincanas de jogos, circuitos desportivos, o Dia Radical (também um dos seus favoritos), e claro...a tão solicitada 2ª Festa Famílias AAAF, com muitos com muitos jogos divertidos para pais, filhos e monitores." Foram tantos os sorrisos, as gargalhadas e os "desabafos" dos nossos pequenotes. Os dias terminavam com comentários como "foi um dia muito feliz" ou até mesmo "foi dia mais feliz da mi-



SÓNIA VIEIRA

Coordenadora AAAF

nha vida". É isto que nos deixa de coração cheio e com a certeza de que demos o nosso melhor. Cumprimos com aquilo com que nos comprometemos e fizemos as nossas crianças FELIZES!

Saímos revigorados e GRATIDÃO é a palavra de ordem...

Obrigada a todas as famílias AAAF pelo carinho e confiança!

PRAIA ACESSÍVEL 2023

O Programa "Praia Acessível - Praia para Todos" esteve novamente disponível na Praia de Santo Amaro de Oeiras entre os meses de junho e setembro.

Esta é uma iniciativa promotora de inclusão social e de promoção da equidade de oportunidades para todos do Município de Oeiras, em parceria com a Associação Humanitária dos Bombeiros Voluntários de Oeiras e da ProAtlântico - Associação Juvenil, que visa possibilitar o acesso à praia e a banhos de mar de pessoas com mobilidade condicionada, pessoas com necessidades especiais (intelectuais, emocionais, sensoriais, físicas ou comunicacionais) e pessoas idosas. No decorrer do mês de julho, clientes do CACI e UR tiveram a oportunidade de participar na atividade. Aqui ficam alguns dos testemunhos

"A praia foi boa, deu mergulhos e comeu bola de Berlim. A água estava boa, não estava fria. Fui com a Mafalda e os amigos."
(CLIENTE JOÃO MARIA ANDRADE)

"A minha experiência foi boa, a praia estava boa. Estavam lá os bombeiros que ajudaram com os colegas em cadeira de rodas, eu não precisei de ajuda. A água estava fria, mas naquela praia está sempre, que eu vou para lá desde que nasci."
(CLIENTE ARTUR NUNES)

"A Kika gostou mas não vai na cadeira (tiraló) à água porque está fria. Gosta do calor."
(CLIENTE CATARINA VIDIGAL)



"Só consigo ir mergulhar com a cadeira (tiraló). A praia foi boa, quero ir mais."
(CLIENTE RAFAEL CUNHA)

PROJETO ERASMUS MOVE IT - CERCIOEIRAS ORGANIZA O 4º ENCONTRO DE PARCEIROS

A CERCIOEIRAS recebeu os parceiros do Projeto ERASMUS Move It - Desenvolvimento de um programa de treino para melhoria do exercício físico de pessoas com deficiência intelectual (PDI) por meio de exergames e tecnologia, no âmbito do 4º encontro de desenvolvimento do projeto.

A CERCIOEIRAS esteve representada pela equipa de Psicomotricistas do CACI, Duarte Correia, Ana Isabel Dias e Mafalda Roque e que acolheu os parceiros Universitat Politècnica de València (UPV), Espanha; Instituto Valenciano de Atención Social-Sanitaria (IVASS), Espanha; Universitet Tromsøe-Norges Arktiske Universitet (UiT), Noruega e Ospedale Riabilitativo di Alta



moIT



Cofinanciado pela União Europeia

Specializzazione (ORA), Itália.

O MOVE IT tem como objetivo sensibilizar as Pessoas com Deficiência Intelectual (PDI) para a importância de realizar e manter um estilo de vida ativo por meio da implementação de rotinas de exercícios físicos, incluindo exemplos práticos e programas para realizar atividade física adaptada; e introduzir as PDI na utilização de tecnologias na forma de exergames, com exemplos práticos e links

para soluções disponíveis para implementar rotinas de atividade física apoiadas por TICs.

Em breve o jogo digital Sorterius Luzi estará disponível a todos, para promover uma vida mais saudável com a prática de exercício.