

CERCIOEIRAS 50 ANOS
1975-2025



NEWS

60

EDITORIAL

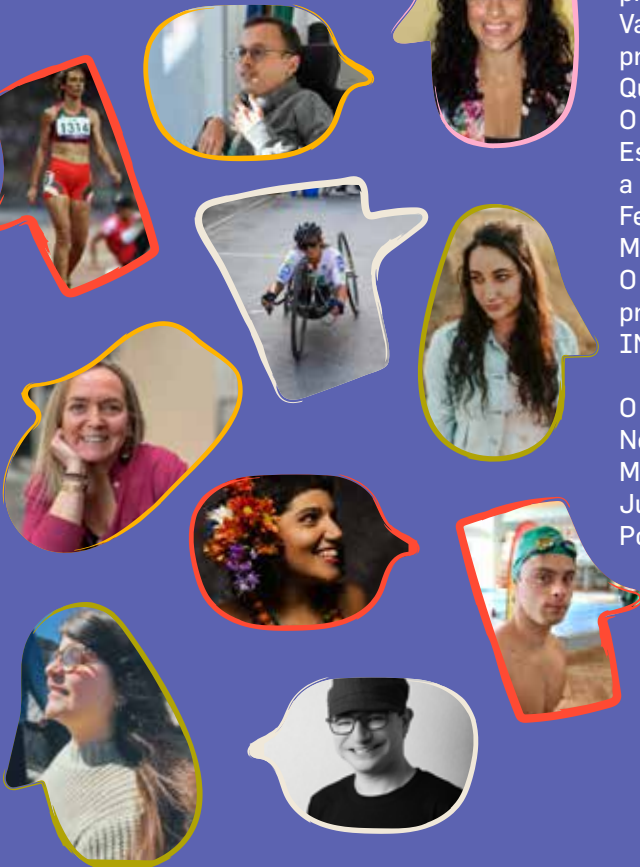
INcluir

SEMINÁRIO 2025

**Vozes Ativas,
Mudanças Reais,
Nada sobre Nós sem Nós**

ORADORES

Moderadora



A CERCIOEIRAS celebra, no próximo dia **13 de outubro de 2025**, o seu **50.º aniversário**, um marco significativo na nossa missão de promover a inclusão e os direitos das Pessoas com Deficiência. Ao longo de cinco décadas, temos trabalhado para garantir a sua participação ativa em todas as esferas da sociedade, construindo oportunidades de autonomia, dignidade e cidadania plena.

Para assinalar esta data tão especial, estamos a organizar um conjunto de eventos comemorativos, entre os quais a realização do Seminário “INcluir: Vozes Ativas, Mudanças Reais – Nada sobre Nós sem Nós”, que terá lugar no dia 14 de outubro de 2025, entre as 9h30 e as 16h, no Lagoas Park Hotel, em Oeiras. Um evento único em Portugal, conduzido e protagonizado exclusivamente por Pessoas com Deficiência, para **TODAS** as pessoas, que promete provocar reflexão e gerar impacto social.

Vamos falar de cultura/comunicação, desporto e vida independente, na primeira pessoa, com quem faz acontecer e impulsiona a mudança. Quem vai encontrar?

O Seminário será moderado pela **Catarina Oliveira** (Fundadora do projeto Espécie Rara Sobre Rodas | Ativista | Consultora em Acessibilidade), com a presença de Sofia Martins, Joana Reais, Marta Vitorino, Odete Fiúza, Felismina Simões, Vicente Pereira, Diogo Martins, Mariana Bártole e Pedro Manso.

O INcluir é dirigido a cidadãos, decisores, entidades, media e organizações, promovendo o encontro entre diferentes vozes e perspetivas. **INSCRIÇÕES** Garanta o seu lugar através do QR Code.

O Seminário “INcluir: Vozes Ativas, Mudanças Reais – Nada sobre Nós sem Nós” é organizado pela CERCIOEIRAS, com o apoio do Município de Oeiras, MSD e Auchan.

Junte-se a nós para dar força às vozes que constroem mudanças reais! Porque incluir é escutar. É dar palco. É fazer com.

INSCREVA-SE AQUI:



PARCEIROS



ACONTECEU

JUN

19 jun
Atividade de Voluntariado da LG Electronics Portugal S.A. na CERCIOEIRAS

SET

2 e 5 set
Projeto “Brincar+” apresentado na Conferência Internacional sobre Intervenção Precoce

19 set
Notas de Contato – a OCPsolidária na Fundação Calouste Gulbenkian



CAMINHANDO COM O CORAÇÃO: A EXPERIÊNCIA SOLIDÁRIA DO GRUPO DE AUTO REPRESENTANTES DA CERCIOEIRAS

NO MÊS DE JUNHO, O GRUPO DE AUTO REPRESENTANTES DA CERCIOEIRAS (GAR) PARTICIPOU NUMA AÇÃO DE VOLUNTARIADO PROMOVIDA PELA ORGANIZAÇÃO NOOR'FATIMA, DEDICADA À DISTRIBUIÇÃO DE REFEIÇÕES A PESSOAS EM SITUAÇÃO DE SEM-ABRIGO NAS RUAS DE LISBOA.

A iniciativa partiu da vontade genuína do grupo em apoiar quem mais precisa, refletindo o espírito solidário e de participação ativa que caracteriza o GAR da CERCIOEIRAS, habituado a desenvolver anualmente ações de responsabilidade social e ambiental na comunidade. Mais do que entregar refeições quentes, esta ação foi um testemunho claro de que a solidariedade tem um papel transformador na comunidade, promovendo empatia, proximidade e quebrando barreiras de indiferença.

O envolvimento do GAR nesta causa está alinhado com a sua

VOZES QUE FIZERAM A DIFERENÇA

Ao longo da noite, os auto-representantes partilharam sentimentos e reflexões que revelam o impacto humano desta ação:

CARLOS FERREIRA: "Gostei de ajudar as pessoas sem-abrigo e gostava de ajudar mais. Vi que eles precisam de muitas coisas, como roupa e camas limpas. As que têm estão todas sujas."

ANA FILIPA: "O que eu gostei mais foi dar comida aos sem-abrigo. Foi incrível poder ajudar pessoas que precisam tanto de comida para sobreviver."

JACINTO NUNES: "Vi duas pessoas sem-abrigo a discutirem com os voluntários porque queriam mais comida. A comida tinha de dar para todos. Não é justo alguém viver assim."

INÊS KUIT: "Fiquei muito sensibilizada ao ver como eles dormem na rua. Fiquei triste por perceber que vivem em tendas, sem condições, e sem uma casa para morar."

VÍTOR BORGES: "Não gostei de ver as condições em que vivem, com colchões sujos e sem proteção para a comida por causa dos ratos. Fiquei a pensar muito nisso, porque nós temos cama lavada, roupa quente e comida, e eles não têm nada. Ninguém devia viver na rua."

UM CAMINHO QUE CONTINUA

A participação nesta ação reforçou a importância de dar visibilidade à voz dos auto-representantes e ao seu contributo para uma sociedade mais justa e solidária. O GAR demonstrou que, com força de vontade e união, é possível transformar realidades e promover inclusão.

Foi, sem dúvida, uma experiência de coração aberto, que ficará na memória de todos os participantes e que inspira a continuar a caminhar lado a lado com quem mais precisa.

Testemunho conjunto do Grupo de Auto-Representantes com o apoio da TASC Joana Espernega

COLÓNIA DE VERÃO UR 2025: UM AGOSTO CHEIO DE ALEGRIA, PARTILHA E NOVAS DESCOBERTAS

O MÊS DE AGOSTO NA UNIDADE RESIDENCIAL (UR) FOI VIVIDO COM INTENSIDADE E EMOÇÃO.

A nossa Colónia de Verão voltou a transformar as férias num tempo especial para todos as pessoas que aqui residem, sobretudo para aqueles que não podem passar o mês com as suas famílias e que encontram na UR um espaço seguro, inclusivo e cheio de vida. A colónia arrancou com uma viagem inesquecível ao Algarve, onde o sol, o mar e a boa disposição marcaram o ritmo de um dia memorável. Depois, cada semana trouxe uma nova aventura: dias de praia e piscina, momentos de descontração e bem-estar, ateliers de culinária cheios de aromas e sabores, e sessões de cinema temático que despertaram sorrisos e conversas animadas. As saídas culturais e de lazer deram ainda mais cor ao programa: desde o Parque Anjo e o Jardim Quinta Alagoa, até à experiência única no Museu Quake e à energia contagiante das Festas de Cascais. E porque a diversão também se faz de criatividade e música, houve espaço para karaoke, bowling e ateliers, sempre com o objetivo de estimular a autonomia e dar voz ao talento de cada participante.

Mais do que férias, esta colónia foi uma oportunidade para criar memórias felizes e celebrar a diversidade, num ambiente de cuidado, segurança e proximidade.





COLÓNIA DE VERÃO CACI 2025: AGOSTO CHEIO DE ALEGRIA, DESCOBERTAS E AMIZADE

ESTE MÊS DE AGOSTO FOI ESPECIAL! ENTRE OS DIAS 1 E 14, A COLÓNIA DE VERÃO DO CACI TRANSFORMOU-SE NUM ESPAÇO DE PARTILHA, DIVERSÃO E MUITAS CONQUISTAS. FORAM DUAS SEMANAS INTENSAS, ONDE CADA ATIVIDADE SE TORNOU NUMA OPORTUNIDADE PARA CRIAR MEMÓRIAS, REFORÇAR AMIZADES E VIVER EXPERIÊNCIAS ÚNICAS NUM AMBIENTE INCLUSIVO E ACOLHEDOR.

Desde o Passeio Marítimo de Algés até à grande festa de abertura, cada dia trouxe uma nova aventura. Houve criatividade sem limites nas oficinas de expressão plástica, onde as máscaras de gesso ganharam vida e cor, e muita animação na cozinha, com o cheirinho irresistível de pão com chouriço acabado de fazer. Os finais de tarde ficaram mais doces com sessões de cinema e pipocas, que juntaram todos em momentos de descontração e alegria.

As visitas foram momentos altos desta colónia: o encanto do Parque Marechal Carmona, o piquenique em Monsanto, a curiosidade despertada no Quartel dos Bombeiros de Barcarena e a magia inesquecível de um dia inteiro no Jardim Zoológico, sem dúvida, um dos grandes destaques desta edição.

Mas também houve tempo para cuidar do corpo e da mente, com sessões de SPA & Relaxamento, que ajudaram a recarregar energias e trazer equilíbrio aos dias cheios de movimento.

Esta colónia mostrou, mais uma vez, que a diversidade de experiências faz toda a diferença: promove bem-estar, reforça a autonomia, estimula a criatividade e, acima de tudo, cria memórias felizes para participantes e famílias que confiam no CACI para tornar o verão mais especial.

