

Jornal

“Dá a Vez e Dá a Voz”

Grupo de Inclusão

JULHO 2024 | Nº 182



CACI | “A NOSSA OPINIÃO CONTA” – ROCK IN RIO | JUNHO 2024

No dia 22 de Junho de 2024 alguns clientes do Grupo de Inclusão do CACI da Fundação AFID Diferença foram aos 20 anos do Rock in Rio Lisboa no parque Tejo.

Fomos sozinhos e em autonomia.

Queríamos agradecer à colaboradora Sofia Pinto por toda a ajuda e empoderamento que nos deu e nos dá sempre para a realização destas saídas sejam elas entre nós colegas ou em grupo.

Obrigada à equipa do grupo de Inclusão, à direção de CACI e no fundo à Fundação AFID Diferença, também é graças a vocês que estas saídas se realizam e sem dúvida vocês são pessoas muito especiais e imprescindíveis nas nossas vidas, presente e futuro.

Obrigada à AFID por nos ter dado bilhetes. Obrigada às famílias por terem acreditado em nós.

Gostávamos de repetir.

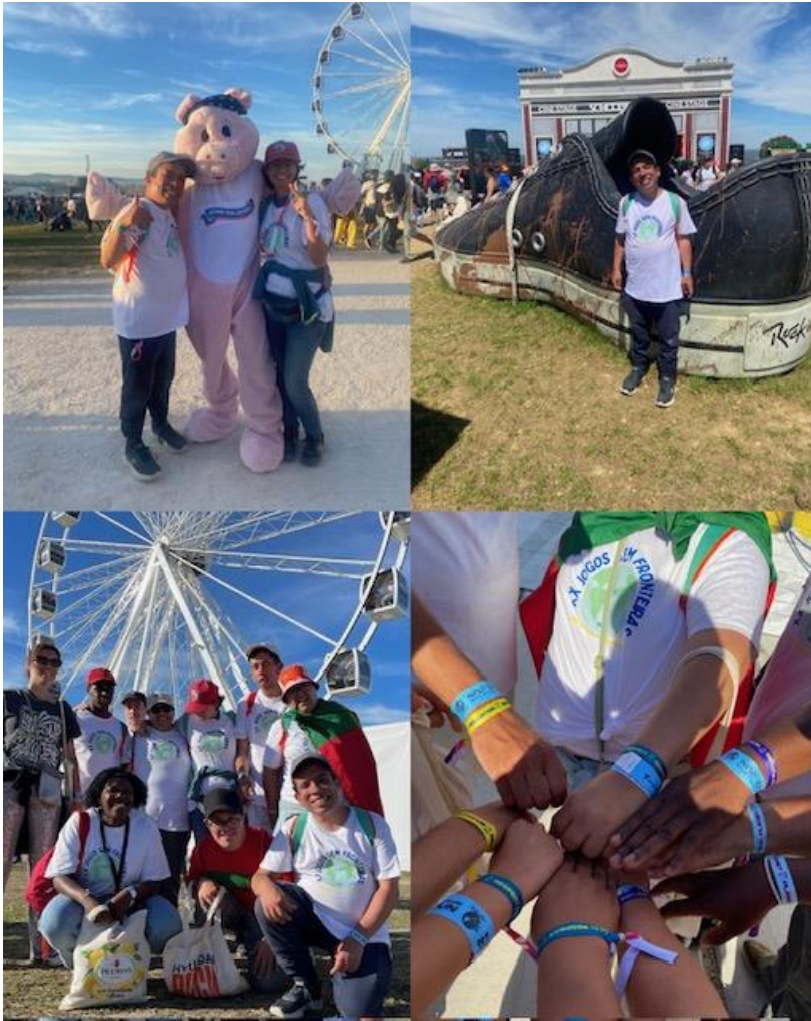
Catarina Seixo

*“Foi uma tarde bem passada, apanhámos transporte até o Rock in Rio, ouvimos muita música, convivemos com os amigos, vimos a nossa seleção, tirámos muitas fotos. Obrigada AFID por ter oferecido os bilhetes.” **Cleusa Jandira***

*“No dia 22 de junho fui ao Rock in Rio Lisboa com os meus colegas do grupo de inclusão em autonomia, foi um momento incrível e de espírito e de união de grupo e estarmos num evento com a dimensão deste foi fantástico, agradeço a colaboradora Sofia Pinto por ter despendido do seu fim de semana para nos poder ajudar e apoiar e por ter estado sempre em contacto connosco. Um enorme obrigado à fantástica e extraordinária equipa do grupo de Inclusão por trabalharem arduamente e de forma dedicada todos os dias. É graças a todo um grande trabalho da equipa que se proporcionam também atividades como estas que tão importantes e fundamentais são para nós e para o nosso desenvolvimento enquanto pessoas. Obrigada à Fundação AFID Diferença por ter dado os bilhetes e que momentos assim se repitam muitas mais vezes!” **Daniel Pinto***



Fotos: Daniel Pinto



Fotos: Daniel Pinto

“Para mim foi muito importante ter participado neste festival de música do Rock in Rio Lisboa 2024.

Vivemos momentos muito bons e incríveis, muito especiais e inesquecíveis. Gostei muito, foi um dia bastante diferente e bem passado, foi muito fixe e diverti-me muito. Aproveitei bastante junto dos meus colegas da AFID adorei o concerto da Carolina Deslandes. Ela é uma excelente cantora e uma grande mulher. Tivemos também a oportunidade de assistir ao jogo da nossa seleção portuguesa.

Obrigado; fico muito feliz e agradeço à Fundação AFID Diferença por esta grande oportunidade.” **Diogo Silva**

“Eu gostei muito de ir ao Rock in Rio; também adorei ouvir a Ivete Sangalo e a Carolina Deslandes. Foi uma maravilha ir a esta experiência, de jogar playstation 5 e também de ver o jogo da seleção portuguesa na televisão gigante. Também tirei muitas fotos. Depois fui para a AFID descansar.” **Rafael Santos**

“Foi a primeira vez que eu fui ao Rock In Rio. Tive a oportunidade de poder festejar os 20 anos do #rockinrio em Lisboa, o melhor festival do ano que acontece de dois em dois anos. Fui com os meus amigos, a melhor companhia que podia ter no melhor festival de sempre 😊. Esta atividade contribui também para ganharmos autonomias.

Tinha muita música, muita diversão e claro tirámos muitas fotos. E, ainda vimos o nosso Portugal a ganhar!

Obrigada Fundação AFID pela oportunidade.” **Jéssica Boneco**

“Gostei de ir a Tondela, gostei de almoçar lá, gostei de jogar jogos e do jantar. Também gostei de conviver com as outras associações.” **Joana Lopes**

“Correu muito bem, gostei do jantar e ficámos em 1º lugar no grupo.” **Nuno Monteiro**

“Eu gostei de ir a Tondela e também dos espaços dos quartos joguei ténis de me fiquei em 2º lugar; depois foi o jantar de gala; depois na sexta-feira jogámos futebol e ficámos em 1º lugar. Gostava de repetir a experiência no ténis de mesa; foi um espetáculo.” **Rafael Santos**

“Foi mau por causa do tempo, na discoteca ouvimos relâmpagos e estavam quase em cima de nós, ficámos em primeiro lugar, o jantar estava bom, demorámos muitas horas a chegar lá, mas chegámos antes de almoço, era meio dia e tal, tirámos muitas fotos na festa, fizemos amigos, visitámos duas igrejas e eu rezei pela minha irmã que faleceu. Também conheci uma pessoa que mora lá, foi simpática, dançámos duas vezes e ela dança bem. No jantar o Nuno foi engraçado. Comemos sopa, bacalhau à Brás, havia vinho, coca-cola, a sobremesa foi bolo, gelado e morangos. É comida fina. Lá tinha carros clássicos, parecia um casamento. O hotel é grande, no meio do mato e tinha uma piscina, mas era pequena.” **Carlos Dias**

“Jogámos com outros grupos, joguei com a minha equipa, almocei, comi arroz com salada e frango, chegámos mais tarde, fiquei num hotel e dormi com o Paulo. Fomos a um jantar de gala e fomos à igreja com a Dra. Marta.”

David Miguel



Fotos: Marco Ferraz e Marta Rodrigues

CACI | “A NOSSA OPINIÃO CONTA” – FESTA VERÃO IKEA | JUNHO 2024

No dia 30 de Junho aconteceu a Festa de verão dos 20 anos da IKEA em Portugal no espaço Monsantos. Eu gostei muito de ir a Festa do IKEA. É sempre muito bom e divertido estar com os meus colegas da AFID num ambiente diferente e de rever os colegas, uns que estão mais a noite que já não os vejo ou até os que já estão noutras lojas. Estas festas são sempre o momento de nos revermos todos, de brincar e nos divertirmos num clima divertido e alegre e recheado de verão.

Dancei muito e diverti-me, gostei muito de ouvir e ver pessoalmente o Dino Santiago pela primeira vez e tirei uma foto com ele. É para mim um exemplo de pessoa e de ser humano.

Obrigada ao IKEA por me terem convidado que para o ano lá estejamos novamente a partilhar bons momentos e alegres momentos de verão!

Daniel Pinto

*“Gostei da festa com os colegas, convivi e dancei muito, gostei de ver o cantor Dino Santiago. Obrigada por me terem me convidado e para o próximo ano mais festas assim.” **Cleusa Jandira***

*“É importante ter este momento com os colegas do IKEA, foi um jantar com muitas entradas de comida, músicas, DJ e um cantor que a gente conhece. Foi um clima bem agradável para mim, convivi com os colegas de todos os IKEA’s. Gostava de voltar a repetir.” **Hernâni Brázia***

*“Foi bom, havia muita gente, tiramos fotos de grupo com o IKEA, havia um cantor, havia um DJ, dancei muito e tirei uma fotografia a uma frase que apareceu no ecrã a dar os parabéns ao IKEA.” **David Miguel***

*“Para mim foi muito importante, foi um dia muito fixe estar nesta festa de verão do IKEA e estar junto com os meus colegas. Diverti-me, convivi, tive momentos muito bons, dancei muito, aproveitei ao máximo. Fiquei muito feliz, porque tivemos a presença do cantor Dino Santiago e foi uma festa espetacular. Adorei e espero voltar a repetir nos próximos anos. Obrigada IKEA por esta grande festa, que para o ano seja ainda melhor.” **Diogo Silva***



Fotos: Daniel Pinto

CACI | “A NOSSA OPINIÃO CONTA” – VISITA À ESQUADRA DE ALFRAGIDE | JUNHO 2024

No dia 4 de Junho de 2024 alguns dos clientes do Grupo de Inclusão visitaram a Esquadra da PSP de Alfragide, onde conheceram as instalações, os agentes, os chefes e o funcionamento da Esquadra. Obrigada à PSP por nos receber nas suas instalações 😊

“Foi fixe, tinha lá uma senhora polícia, mas de resto é tudo homens. Fizeram-nos várias perguntas, entrámos no carro, na mota e tocámos as sirenes. Tirámos fotografias, vi lá um polícia conhecido e estava calor lá dentro. Perguntei a eles se tinham um ginásio, porque o polícia era musculado.” **Carlos Dias**

“Foi ótimo, foi bom e fui conversar com os senhores polícias.” **André Diniz**

“Ensaiei a visita do carro, experimentei a mota e visitei os escritórios dos polícias.” **Humberto Ferreira**



Fotos: Grupo Inclusão



Fotos: Grupo Inclusão

“Fui à esquadra com os colegas com a Paula e a Rita fazer uma visita no âmbito da parceria com a AFID. A esquadra que é nossa parceira disponibilizou-se para ajudar os jovens a atravessar estradas.” **Otto Cruz**



Fotos: Grupo Inclusão

Na primeira semana de Julho de 2024 realizou-se a última semana de Colónia Aberta do Grupo de Inclusão do CACI. Foram dias muito divertidos, com praia, piscina, bolas de Berlim, McDonald's, pizzas, cachorros, gelados, fotos e mergulhos e não faltaram sorrisos. Foi uma semana maravilhosa, em boa companhia e com sol.

Obrigada a todos 😊

Catarina Seixo

*“Adorei a colónia, gostei muito da praia e da piscina, gostei muito da comida, gostei muito de estar na água e gostei das mascotes da piscina.” **Henrique Matias***

*“Correu muito bem a colónia e gostei muito da pizza.” **Nuno Monteiro***

*“Correu bem a colónia, gostei da colónia, comi McDonald's, pizza, fui à praia e na piscina não correu muito bem, porque me desentendi com o David.” **Ivo Barata***

*“A praia foi fixe, comemos bola de Berlim. Na piscina fui poucas vezes à água por causa do cloro, tinha muito e fiquei com os olhos vermelhos. Lá tinha a mascote da baleia para fazer animação para os miúdos, estavam lá muitas escolas, de norte a sul. O mar da praia estava sujo, o que vale é que não tinha alforrecas nem peixe-aranha.” **Carlos Dias***



Fotos: Grupo Inclusão

“Gostei de tudo, tive praia, mergulhei, depois comi bola de Berlim, depois almoçámos, comi McDonald's, comi Big Mc e bebi coca-cola, tirei fotos e corri na praia.” **David Miguel**

“Gostei muito da colónia, divertimo-nos muito, o tempo esteve espectacular desde o princípio até ao fim, adorámos conversar com os colegas, com a Sofia e com a Paula. Ajudei muito as duas monitoras nos almoços, a trazer, a levar e a distribuir aos colegas. Encontrámos o André Sardet, fomos ter com ele ao McDonald's e eu e o David tirámos uma foto.” **Ana Clara Cruz**

“Gostei de ir à praia, à piscina, ao McDonald's, de comer gelados e pizza. Aproveitei muito bem; pena que foram só 3 dias.” **Joana Lopes**



Fotos: Grupo Inclusão

No dia 10 de Julho de 2024 eu fui com alguns colegas do Grupo de Inclusão e de Autorrepresentação à Escola Primária Alto do Moinho em Alfragide.

Fomos ler uma história às crianças do pré-escolar e do 1º, 2º, 3º e 4º anos. Não era uma história de príncipes, princesas, fadas nem dragões, mas sim uma história de heróis reais que acontece muito com as crianças que andam na escola.

A história que ontem fomos contar é uma história que gostávamos que nos tivessem contado quando andávamos na escola.

Estas ações de sensibilização são muito importantes serem feitas em muitas escolas principalmente com as crianças. As crianças são pequenas e se desde cedo forem ensinadas e empoderadas sobre esta temática é muito mais fácil. Esta educação tem que começar em casa.

É importante as crianças perceberem que ter deficiência intelectual, física, etc... não tem mal é apenas uma forma diferente de estar na Vida e nós não temos culpa de ter nascido assim.

Por isso devemos-nos aceitar e aceitar os outros tal como eles são. Temos que ser todos amigos uns dos outros!

“A Amizade, a Partilha e o Amor fazem toda a Diferença nas nossas Vidas”



Catarina Seixo



Fotos : Grupo de Inclusão

*“Foi muito bom ir à escola, estar com as crianças e mostrar os desenhos, eles estavam felizes, nós cantámos, eles perceberam as imagens, tirámos fotografias e foi uma tarde bem passada. É importante ir à escola falar com as crianças para elas aceitarem a deficiência. É algo normal, nós nascemos com uma deficiência, não tem nada para esconder.” **Cleusa Jandira***

*“Gostei muito, gostei de animar os miúdos e gostei de fazer de mascote.” **Henrique Matias***

“No dia 10 de Julho fui à escola Alto do Moinho ler a história: ‘Etiqueta para crianças e como ser amigo de todos’.

*Desta vez fomos ler a história ao ATL e a alguns alunos do 1º ciclo. As crianças adoraram bastante, elas já sabiam o que era Inclusão e já estavam sensibilizadas. Eu adorei quando as crianças falaram: ‘Eu tenho autismo, asma ou mesmo hiperatividade’. No fim da história eles fizeram um desenho onde desenharam como podem ajudar os amigos e houve um dos desenhos que me marcou, porque o menino desenhou-se a ajudar uma criança em cadeira de rodas.” **Jéssica Boneco***

“No dia 10 julho foi um grupo de auto representantes à escola do Alto do Moinho, escola onde eu estive 17 anos como telefonista. Fomos contar uma história aos meninos do pré-escolar.

Aconteceu uma coisa que me marcou muito que foi o carinho que tive das crianças. Uma que não tive nos primeiros anos e que também marcou a minha fraqueza foi também as saudades dos bons momentos que tive.

É bom voltar onde não começámos bem porque a escola não estava preparada para receber as pessoas com deficiência.

Mas depois foram os melhores...

E viu-se isso ontem nas crianças, com outra mente e isso marcou-me muito. Foi muito bom essa mudança.”

Ricardo Galante

“Foi muito importante, gostei de ver os colegas a ler a história e também filmei os colegas a falar. Eu gostava de ir a mais escolas, estou muito feliz, porque a Sofia convidou-me para eu pôr as músicas na escola do Ricardo Galante. A Sofia disse que eu sou DJ, porque sou bom a meter as músicas.” **Luís Pezinho**



Fotos: Grupo de Inclusão

Julho 2024

Os nossos parabéns a todos os aniversariantes!



Rafael Santos



João de Deus



Ivo Barata



João Nabais



João Madeira



ÍNDICE

CACI "A NOSSA OPINIÃO CONTA" – ROCK IN RIO JULHO 2024	02
CACI "A NOSSA OPINIÃO CONTA" – TONDELA JULHO 2024	04
CACI "A NOSSA OPINIÃO CONTA" – FESTA VERÃO IKEA JULHO 2024	05
CACI "A NOSSA OPINIÃO CONTA" – VISITA À ESQUADRA ALFRAGIDE JULHO 2024	06
CACI "A NOSSA OPINIÃO CONTA" – COLÓNIA INCLUSÃO JULHO 2024	08
CACI "A NOSSA OPINIÃO CONTA" – AR ESCOLA ALTO DO MOINHO JULHO 2024	10
CACI "ANIVERSÁRIOS" JULHO 2024	12
CACI "ÍNDICE"	13
CACI "FICHA TÉCNICA"	13

FICHA TÉCNICA

Propriedade:	Fundação AFID Diferença
Direção:	Catarina Seixo, Sofia Pinto, e Marta Rodrigues
Edição/ Redação:	Daniel Pinto, Diogo Silva, Catarina Seixo, Otto Cruz , Rafael Santos e Sofia Pinto
Revisão:	Catarina Seixo, Pedro Carvalho, Sofia Pinto e Marta Rodrigues
Fotografia:	Clientes e Colaboradores da Fundação AFID Diferença
Jornalistas:	Daniel Pinto, Luís Pezinho, Hernâni Brázia, Cleusa Jandira, Jéssica Boneco, Pedro Carvalho, Ivo Barata, Rafael Santos, Diogo Silva, Catarina Seixo e Otto Cruz.
Ilustração:	Clientes da Fundação AFID Diferença
Tiragem:	190 Exemplares (suporte digital)

CONTACTOS

Fundação AFID Diferença | Rua Quinta do Paraíso - Alto Moinho 2610-316 Amadora- Portugal
TEL: +351 214 724 040 | FAX: +351 214 724 041 | E-MAIL: fundacao@fundacaoafid.pt
www.afid.pt/ | www.facebook.com/fundacaoafid