

Jornal

“Dá a Vez e Dá a Voz”

Grupo de Inclusão

NOVEMBRO 2024 | Nº 186



“Sinto-me muito feliz.

Foi a primeira vez que fui ao Mónaco.

Fui com a Special Olympics participar na competição de Natação no Estádio Stade Louis II – Mónaco.

Fiquei em 3º lugar em 100M costas e em 6º lugar nos 100M livres. Estou muito feliz em ganhar nas provas de Natação.

Adorei tirar fotos no Mónaco, de andar de avião. Gostei muito dos professores do Special Olympics, o Eduardo Diniz e da Inês Batista.

Gostei muito dos meus colegas: Nuno Pereira, Raquel Mendes e João Afonso.

Passeamos muito pelo Mónaco, fomos à discoteca e dancei muito. Conheci um DJ no Mónaco. Fui ao Circo e gostei muito.

A comida do Mónaco era mesmo boa.

Adorei que os meus colegas e os colaboradores da AFID fossem despedir-se e receber-me ao aeroporto de Lisboa.

Obrigada ao Special Olympics e ao professor Marco Ferraz.

Quero voltar a viajar com a Special Olympics, quero ir ao Chile 😊!”

Luís Pezinho



O nosso nadador Luís Pezinho representou o Special Olympics Portugal no Princess Charlene Special Olympics European Swimming Meeting, uma competição internacional de natação adaptada que decorreu no Principado do Mónaco entre os dias 25 e 28 de outubro.

O Luís fez parte da comitiva portuguesa de 4 nadadores de vários pontos do país.

Competiu nos 100 metros de costas e nos 100 metros livres, obtendo respetivamente o 3º e o 6º lugares, batendo em ambas o seu record pessoal!

O nosso campeão está de parabéns!

Marco Ferraz – Técnico de Desporto

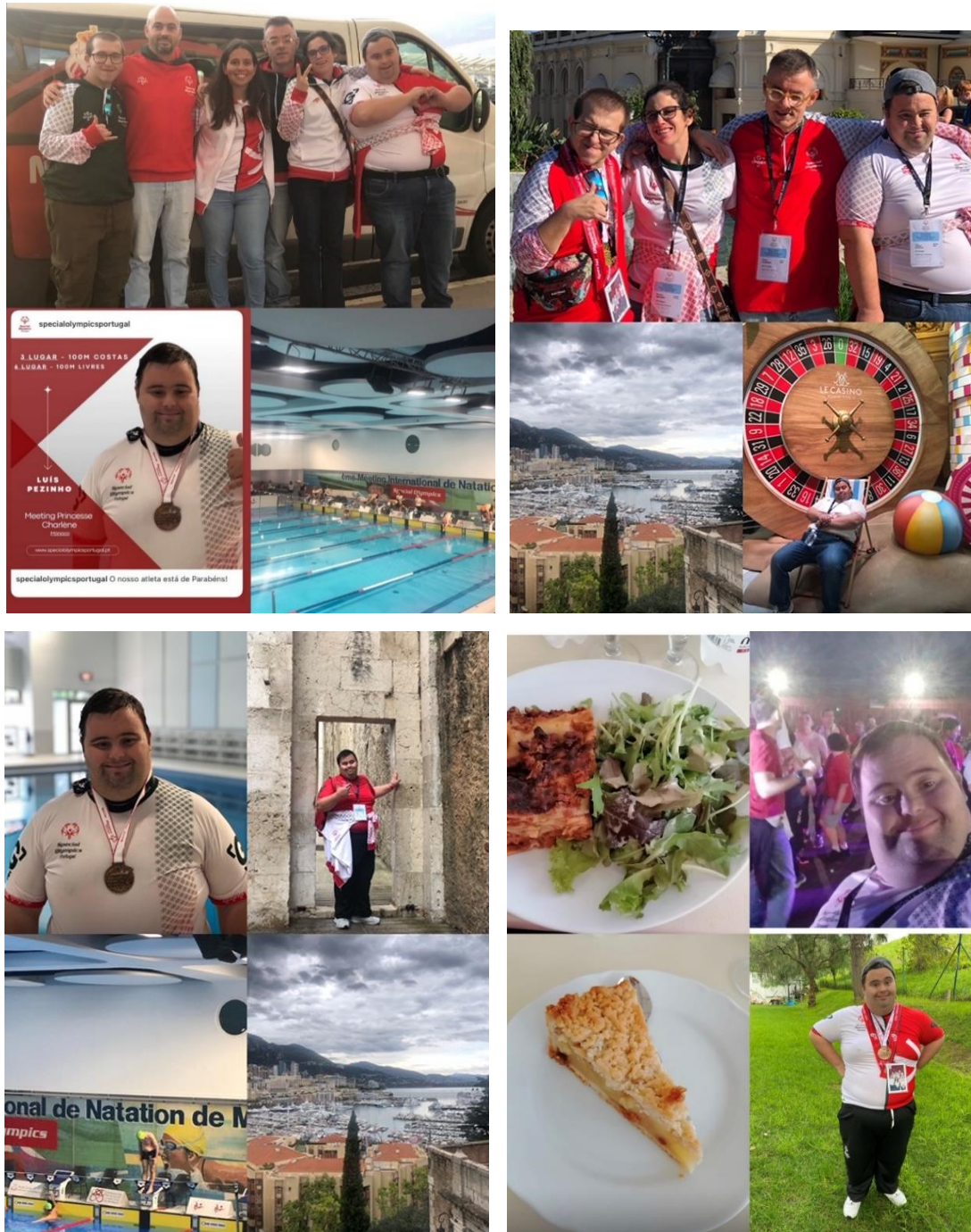


Fotos: Grupo de Inclusão

“Parabéns Pezinho, foste um grande vencedor.” **Rafael Santos**

“Parabéns Pezinho pela tua vitória e também pelo exemplo que és de força, determinação e muita resiliência.” **Daniel Pinto**

“Pezinho és um campeão e temos muito orgulho em ti. Parabéns por ultrapassares medos e barreiras. Beijinhos da tua amiga.” **Catarina Seixo**



Fotos: Luís Pezinho

“Luís Pezinho foste muito corajoso em viajar com outra instituição para o Mónaco. Estás de parabéns pelo teu esforço. Beijinhos da amiga.” **Cleusa Jandira**

“Muitos Parabéns Luís Pezinho pela tua participação na competição de natação no Mónaco. Fico contente por ti e pelo resultado da tua participação. Continua a treinar muito.” **Pedro Carvalho**

“Pezinho, foste um vencedor, parabéns ficaste em 3º lugar. Continua a nadar muito e a treinar muito para ganhares outras competições.” **Paulo Moreira**

“Luís Pezinho és um orgulho para a AFID e especialmente para o grupo de Inclusão. Estou muito orgulhosa por teres participado nesta competição no Mónaco. Realizaste um sonho, nadar em outro país. Continua a treinar para seres competitivo.” **Jéssica Boneco**

“Pezinho és um campeão da natação. És o maior, nadas muito. O Pezinho ganhou 2 medalhas de natação. Pezinho tu nadas bem e o desporto faz bem à saúde. Beijinhos da tua amiga.” **Rita Medeiros**



Fotos: Grupo de Inclusão

“Muitos Parabéns Pezinho, ganhaste tudo.” **David Miguel**

“Luís Pezinho, estou feliz por ti, porque foste fazer uma prova de natação no Mónaco.” **André Paulo**

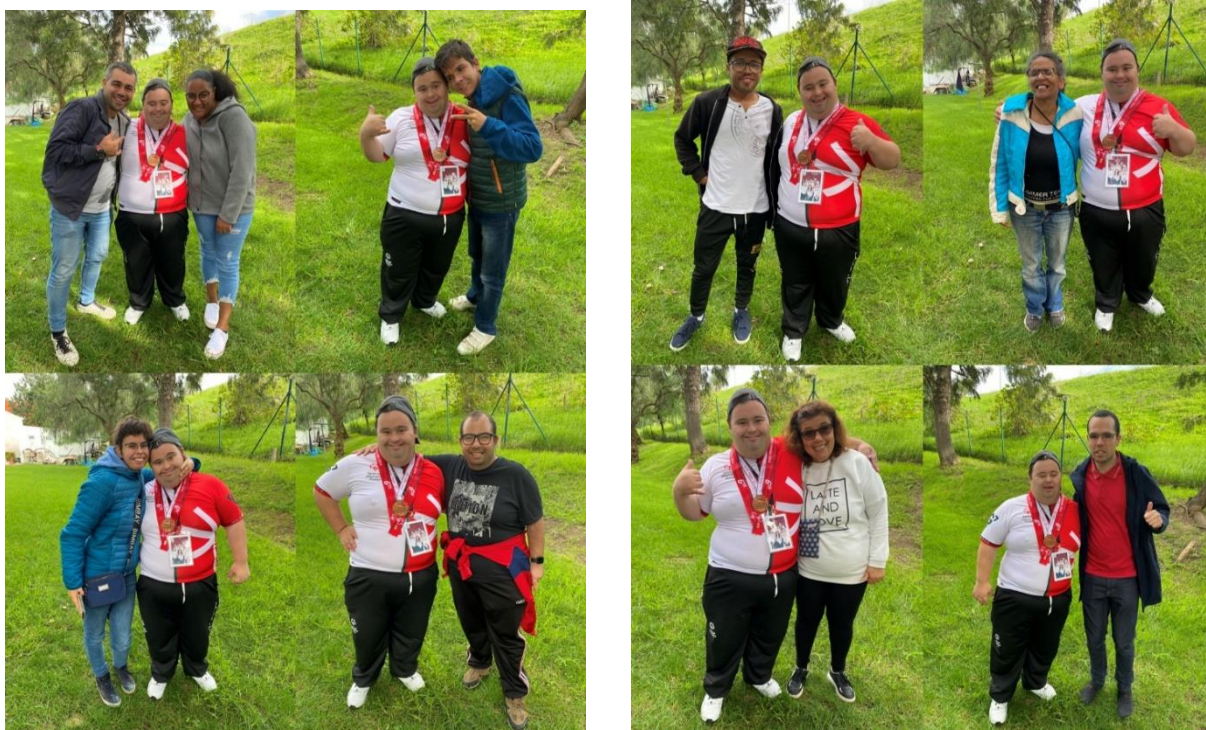
“Estou muito feliz pelo meu amigo Luís Pezinho. Ele ganhou 2 medalhas que significa que nada muito e participa em provas. Muitos Parabéns Pezinho.” **Madalena Reis**

“Tenho muito orgulho em ti Pezinho. Parabéns pela tua coragem, dedicação para participares nestas provas no Mónaco.” **Hernâni Brázia**

“Parabéns Pezinho pela tua vitória. Foste um grande atleta. Boa sorte para os próximos campeonatos.”
Nuno Libano Monteiro

“Parabéns Pezinho pela tua conquista no Mónaco. Que continues a treinar para ganhar mais medalhas.”
Cláudia Pina

“Fiquei muito feliz quando soube que o Luís ia participar no campeonato de natação no Mónaco. Mais feliz fiquei quando soube que o Luís ganhou duas medalhas. Continua a trabalhar para seres reconhecido, porque és um campeão.” **Ricardo Galante**



Fotos: Grupo de Inclusão

“Parabéns Pezinho, fizeste uma bela prova de natação. Um abraço.” **Pedro Passos**

“Fiquei muito contente por ti, Pezinho; pela tua participação na competição no Mónaco. Muitos parabéns e que continues no Specialy Olympics a dar o teu melhor.” **Otto Cruz**

“Pezinho, foste incrível em tudo o que fizeste muitos parabéns. Que o teu futuro seja ainda melhor. Beijinhos da tua amiga.” **Ana Clara**

“Parabéns Pezinho, realizaste esta atividade do teu sonho e és um campeão da AFID. Espero que todos os anos possas competir em outros países. Nós estamos sempre no teu coração. És um campeão.” **João Medeiros**

No dia 30 de Outubro de 2024, realizou-se a fase regional do Torneio de Corfebol adaptado 2024 no Pavilhão Multiusos de Moscovide – Oriente.

Jogámos todos muito bem, passámos à fase final e estamos todos de parabéns.

A equipa que nos foi acompanhar, foi espectacular, deu-nos muito apoio e muita força e isso também ajudou no resultado final.

Parabéns à nossa Mister Sofia Fonseca pelo resultado e por tudo o que faz pela equipa.

Gostávamos muito que na fase final, não podendo ir a Equipa toda, pudessem ir as duas colaboradoras que foram desta vez. Precisamos cada vez mais de pessoas que nos dêem esta força e este apoio.

Muito Obrigada de Coração às colaboradoras que nos acompanharam no dia de ontem: Rita Martins, Paula Lança e Sofia Fonseca



Catarina Seixo

*“Adorei voltar à equipa de novo, deu-me gozo de jogar e deu show de bola. Percebi que chegar a 1º lugar foi muito fácil, tirámos fotos, tivemos uma claque maravilhosa, gostámos do almoço e espero que dia 18 de Novembro continuaremos a vencer.” **Rafael Santos***

*“Joguei muito, mandei a bola para os colegas, marquei um cesto, estou contente, a equipa está de parabéns e eu esforcei-me muito para ajudar a equipa a ficar em 1º lugar. Agora vamos continuar a treinar para dia 18 de Novembro e eu sinto que estou mais forte. Este ano nós queremos ficar em 1º lugar e trazer a taça. Parabéns à nossa Treinadora Sofia Fonseca. Obrigada à Rita Martins e à Paula Lança.” **Cleusa Jandira***



Fotos: Equipa de Inclusão

“Para mim foi muito importante voltar a jogar corfebol na fase regional de Lisboa no Oriente. Foi muito bom voltar a jogar com os meus colegas. Foram momentos incríveis e muito felizes, com os repetivos adversários de cada associação. Foram jogos muito bons, fiquei muito feliz e contente por termos ficado em 1º lugar do nosso grupo e também por termos passado à fase final.

Obrigada Sofia Fonseca pelo exelente trabalho que tens feito connosco e é com dedicação, esforço e garra que conseguimos bons resultados rumo à final. Agradeço também à Rita e à Paula por nos terem acompanhado nesta aventura.” **Diogo Silva**

“Foi muito importante ganhar na final. Marquei 6 cestos e gostámos muito, senti-me muito feliz, almoçámos juntos e também gostei que o Rafa me tivesse passado a bola. Passei a bola à equipa e eu preciso de muito tempo para jogar mais. Gostava muito de repetir para o ano 2025 com a equipa de corfebol.” **Luís Pezinho**



Fotos: Equipa de Inclusão

“Gostei muito de participar no dia das bruxas. Fui o DJ que colocou às músicas. Dançámos muito no jardim, tirámos fotografias e lanchámos. Para o ano quero repetir.” **Luis Pezinho**

“O dia de Halloween foi divertido, pusemos música para dançar, lanchamos no jardim e quem quis fez pintura faciais.” **Paulo Moreira**

“Foi uma tarde bem passada, com música e alegria. Tirámos fotos e tivemos chocolate quente para beber.” **Cleusa Jandira**



Fotos: Equipa de Inclusão

SALA ALMAS PERDIDAS



Nos dias 29 e 30 de outubro o grupo Ocupacional não quis deixar passar em branco o *Halloween* e tornou a sua sala uma verdadeira casa assombrada, à qual chamamos de “Sala das Almas Perdidas”. Um cenário horripilante e atores muito especiais e, principalmente, assustadores, tornaram a comemoração do *Halloween* Única.

Partilhamos que o entusiasmo dos jovens durante os treinos foi contagiante e do mais divertido que possam imaginar. Depois, todos os grupos foram convidados a visitar a



nossa sala, mas apenas os mais corajosos aceitaram o nosso convite. Ao entrarem na sala das Almas Perdidas apenas poderiam sair aqueles que encontrassem a caixa de docuras, mas dizem as almas que por lá andam que existem pessoas que de lá nunca mais saíram. Aproveitamos este espaço para agradecer a todos os que aceitaram participar neste desafio e permitiram proporcionar uma experiência diferente a cada um dos nossos jovens.



Foram dois dias especialmente incríveis que o grupo ocupacional adorou e no final, apesar do cansaço, os sorrisos eram gigantes e genuínos. Agora ficou o desafio e para o ano manteremos o início desta tradição e prometemos uma “Sala das Almas Perdidas” cada vez mais assustadora! Tenham medo, tenham muito medo!



Rita Pereira – Grupo Ocupacional

“Os colegas do grupo ocupacional fizeram uma grande atividade.

Gostei muito de ver a morta. Gostei de ver as monitoras mascaradas.” André Paulo

“Gostei bastante da atividade, estava super real, assustei-me um pouco.

A parte da morta estava bastante real mesmo, a colega estava a cumprir bem o personagem. Para o ano têm que voltar a repetir.” Jéssica Boneco

“Tive um pouco de medo da sala do terror, até tive que me agarrar ao braço da minha monitora Paula Lança. Para o ano quero voltar a participar. Os colegas e monitores estão de parabéns pelo seu trabalho”.

Nuno Líbano Monteiro

“Gostei muito da atividade de terror. Não tive medo, mas estava muito bem feita as decorações. Para o ano queremos mais. Parabéns a todos que prepararam esta atividade.” Cláudia Pina



No dia 12 de Novembro de 2024 alguns clientes do Grupo de Autorrepresentantes da AFID foram participar num Encontro de Autorrepresentantes Interinstitucional, onde esteve presente as seguintes instituições Amorama, a Cerciamma e a AFID no Edifício da Biblioteca Piteira Santos, na Amadora.

Este encontro deu seguimento aos trabalhos desenvolvidos anteriormente sobre as diversas acessibilidades. Este encontro teve como objetivo específico a reflexão sobre as dificuldades que as Pessoas com Deficiência têm no acesso à cultura.

Foi muito importante as partilhas deste dia e estamos juntos para melhorar o que for preciso e fazer a Amadora uma cidade mais Inclusiva e Adaptada para todas as pessoas.

“Juntos vamos fazer da Amadora, uma cidade mais Inclusiva e Adaptada para todos” Catarina Seixo

“Eu gostei muito de participar neste encontro, onde se falou e se debateu com o sentido de tornar a cultura mais acessível e adaptada para todas as pessoas, no Concelho da Amadora. Também foi falado da importância da informação se tornar inclusiva, perceptível, equitativa e adaptada a todos, nomeadamente as pessoas com deficiência intelectual. A informação não necessita se tornar excessiva se ela conseguir chegar às pessoas.”

Daniel Pinto

“Gostei muito, foi muito bom termos conversado sobre o tema do acesso à cultura e sobre as barreiras que há no acesso à cultura. Gostei de ouvir as opiniões das outras pessoas e gostei de dar a minha opinião. Gostei do debate e também gostei do lanche.” **Henrique Matias**

“Para mim foi importante ter participado nesta sessão de acesso à cultura. Falou-se de coisas muito importantes onde a sociedade tem que pensar que o acesso à cultura é para todos.

Gostei muito desta sessão e gostava de participar mais vezes neste tipo de sessões e gostei do lanche.” **Diogo Silva**



Fotos: Grupo de Inclusão

No dia 18 de Novembro de 2024 a equipa de Corfebol da Fundação AFID Diferença foi ao Pavilhão Carlos Queirós em Carnaxide à Fase Final de Corfebol Adaptado 2024. Foi um dia diferente e muito divertido. Jogámos muito bem, as equipas eram boas e estamos todos de parabéns pelo nosso merecido 2º lugar. A taça veio para a nossa “casa” (AFID), ficámos todos muito contentes e tirámos muitas fotografias.

Parabéns à nossa Mister Sofia Fonseca pelo resultado final e obrigada por tudo!

Muito Obrigada às duas colaboradoras do Grupo de Inclusão que nos foram acompanhar neste dia: Rita Martins e Paula Lança 😊 ❤️

Catarina Seixo

“Estamos de parabéns, a equipa esforçou-se muito, eu estou contente de estar no 2º lugar e continuar a treinar. Recebemos a taça e queria agradecer à Sofia Fonseca por nos estar a treinar e cada vez estamos mais longe.”

Cleusa Jandira

“Foi bom, vi os jogos, ficámos em segundo lugar, havia sandes, maçã e chocolate. Temos que ter muita garra para ficar em primeiro lugar.” **David Miguel**

“Foi bom, participámos nesta atividade de Corfebol, ficámos em segundo lugar, gostei do almoço, de tirar muitas fotos, senti-me muito feliz, porque gosto de jogar e gostava de jogar mais tempo.” **Luís Pezinho**

“O torneio da fase final a nível nacional de Corfebol adaptado correu muito bem à nossa equipa. Ganhámos os três jogos da fase de grupos, que nos permitiu disputar o 1º e 2º lugar a nível nacional. Foi bom regressarmos aos lugares de pódio, a nível nacional, porque ficámos em 2º lugar. Eu sou o capitão da nossa equipa de Corfebol da AFID, tive muito orgulho em levantar a taça e também me tiraram fotografias com a taça.” **Pedro Carvalho**

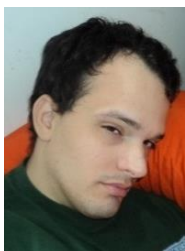
“Gostei muito de assistir ao Corfebol e do almoço que foi sandes de carne, sumo e fruta. E para o ano espero que possa jogar.” **Alexandra Tavares**



Fotos: Equipa de Inclusão

Novembro 2024

Os nossos parabéns a todos os aniversariantes!



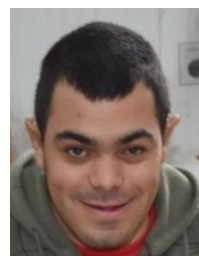
Luís Fernando



Filipa Sobral



Cristina Almeida



Bruno Ramadas



Marina Capela



Humberto Ferreira



ÍNDICE

CACI "A NOSSA OPINIÃO CONTA" – SPECIAL OLYMPICS - MÓNACO NOVEMBRO 2024	02
CACI "A NOSSA OPINIÃO CONTA" – FASE REGIONAL CORFEBOL NOVEMBRO 2024	06
CACI "A NOSSA OPINIÃO CONTA" – HALLOWEEN NOVEMBRO 2024	08
CACI "A NOSSA OPINIÃO CONTA" – GRUPO OCUPACIONAL NOVEMBRO 2024	09
CACI "A NOSSA OPINIÃO CONTA" – ENCONTRO AUTORREPRESENTANTES AMADORA NOVEMBRO 2024	10
CACI "A NOSSA OPINIÃO CONTA" – FASE FINAL CORFEBOL NOVEMBRO 2024	11
CACI "ANIVERSÁRIOS" NOVEMBRO 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:	Cientes 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:	Cientes 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