

Jornal

“Dá a Vez e Dá a Voz”

Grupo de Inclusão

JUNHO 2025 | Nº 193



No passado dia 24 de maio , um grupo de CACI participou numa ida ao Santuário de Fátima, juntamente com os idosos do Centro de Recursos do Zambujal (CRZ) e da Estrutura Residencial para Idosos (ERPI).

Obrigada a todos que tornam este dia possível!

“ Gostei de ver a Nossa Senhora de Fátima. Fui com a monitora Paula Lança e com os colegas da Afid Diferença. Almoçámos lá, sandes com alface e atum e croquetes, batatas fritas e sumo. Estivemos a tirar fotografias no Santuário e a seguir fomos ao café comer um gelado. Acendemos uma velinha e fomos comprar uns terços. Gostei muito deste dia.” **Humberto Ferreira**

“ Gostei muito, foi a primeira vez que fui a Fátima, vi o Santuário de Fátima, vi a Igreja, gostei de acender a vela e de fazer um piquenique com os colegas.

Gostei muito da experiência de ir ver o Santuário de Fátima e gostava de ir lá outra vez.” **Joana Lopes**

“ Ir a Fátima com os idosos é poder ter Fé, estar com os colegas e com a Equipa, é saber acreditar na Fé que nós temos ao longo da vida e poder aproveitar os bons momentos. Foi um passeio calmo e de reflexão, foram momentos bem passados e divertidos, fizemos um piquenique e tiramos muitas fotos.

Foi um dia inesquecível e memorável, todos nós devemos acreditar na Fé, naquilo que move o nosso coração e olhar o próximo.” **Hernâni Brázia**

“ Eu gostei de ir a Fátima passear com os meus colegas, tirar fotos, do almoço e também do convívio. Gostei de comprar uma lembrança para o Dr.Domingos.” **Rafael Santos**



Foto: Grupo de Inclusão

Inserido nas celebrações da Semana Europeia do Futebol, participamos na sexta feira 23 de maio no torneio Low Levels organizado pelo Special Olympics Portugal.

Foi um dia repleto de emoção, muitos jogos, muita diversão e muito convívio.

No final e após a cerimónia de entrega de medalhas, celebramos a data com um bolo.

Marco Ferraz

“ Gostei muito dos jogos do Futsal, marquei um golito. O Marco deu-nos os parabéns e festejamos a nossa vitória.”

Pedro Passos



Fotos: Marco Ferraz

“ Eu adorei aquilo, também fiz amizades e também gostei de jogar futebol.” **André Cabral**

“ Eu gosto muito disto, da equipa, eu sou um marcador, marco muitos golos, foi fixe e tive uma medalha.” **Tomás Gonçalves**

“ Correu bem tirando o resultado que não foi bom, recebemos uma medalha, tinha muitas instituições que também eram boas e bem treinadas. Foi bom participar e gostei, gostava de repetir mas com equipas diferentes e mais fortes para estarmos ao nível deles e passarmos e também gostava que fosse num local diferente para variar. Temos de estar bem preparados.” **Carlos Dias**

“ Aqui na Fundação AFID, o amor pelo Sporting CP passa de coração para coração!”



Os Sportinguistas ainda ficaram mais contentes porque fizeram a dobradinha e a taça também é nossa. E como não podia deixar de ser no dia 26 de Maio de 2025 a nossa Família AFID Sportinguista voltou equipada a rigor para festejar a dobradinha.

Foi muito divertido e queremos repetir.

Catarina Seixo

“ Merecemos ganhar a Taça de Portugal, já não ganhávamos uma dobradinha há 22 anos. Que na próxima época que seja para ganhar tudo outra vez! Viva o Sporting.” **Otto Cruz**



Fotos: Equipa de Inclusão

“ Eu vi o jogo do Sporting – Benfica e acreditei que o Sporting ia ganhar e fizemos a Dobradinha.” **Pedro Passos**

“ Adorei a vitória do Sporting, também ganhámos a taça, fiz amizades, foi a minha primeira vez que tirei fotografias com os Sportinguistas da Afid.” **André Cabral**

“ O Sporting Clube de Portugal fez a dobradinha ao vencer a Liga Portuguesa e a Taça de Portugal, que a dobradinha já nos escapava há 23 anos.

Eu fiquei muito contente e muito orgulhoso pelo Sporting ter feito a dobradinha.

Eu quero que para a próxima época o Sporting, ganhe a Liga dos Campeões, a primeira Liga e a Taça de Portugal.”

Pedro Carvalho

No dia 30 de Maio de 2025, realizaram-se nos jardins da nossa Fundação AFID Diferença os: “XXI Jogos sem Fronteiras” desta vez com o tema do Circo.

Foi um dia muito animado, quente, com muitas surpresas e ainda comemos pipocas e cachorros.

Fiquei muito contente quando vi alguns dos meus colegas do: “ El Corte Inglês” de Lisboa pois eu não estava à espera e para mim foi uma surpresa muito boa. Também aproveitei para tirar fotografias com eles.

Foi muito bom e em 2026 queremos repetir.

Catarina Seixo



A Sofia Fonseca é a colaboradora responsável pela organização dos Jogos Sem Fronteiras.

Mais uma vez está de Parabéns pela liderança neste maravilhoso evento.

Obrigada Sofia Fonseca!

“ Foi giro, gostei, foi divertido, ouvimos música e tiramos fotos.” **Andreia Clemente**

“ Gostei dos Jogos sem Fronteiras, gostei de dançar, gostei de comer cachorros, beber sumo e comer fruta. Foi um dia bem passado e para o ano quero comer outra vez cachorros.” **Alexandra Tavares**

“ Gostei dos jogos, diverti-me muito, comi cachorros, participei na Afidance e ouvi as músicas dos Dj’s Luís Pezinho e Hernâni Brázia.” **David Miguel**



Fotos: Equipa de Inclusão

“ Gostei de dançar, gostei de almoçar nos jogos sem fronteiras, gostei de refrescar o meu corpo, comer o meio da manhã, comer gelados e pipocas.” **Humberto Ferreira**

“ Foi engraçado estes jogos, estava um belíssimo dia, tive uma atuação, depois houve um almoço e também estiveram cá outras instituições. Depois houve música.” **André Paulo**

“ Foi mais um ano dos “Jogos sem Fronteiras”, gostei muito, dançei para os colegas que estavam a assistir, foi muito bom, convivi e almocei com o grupo todo de Inclusão este ano cachorros e batatas fritas e também havia ketchup, vi umas meninas a fazer acrobacias aéreas e gostei muito dos apresentadores. Pintei a minha cara e obrigada pelo almoço. Para o ano quero repetir outra vez.” **Cleusa Jandira**

“ Gostei muito de jogar os “Jogos sem Fronteiras” com os colegas da Inclusão.” **Pedro Passos**

“ Correu muito bem e quero repetir esta atividade para o ano. Gostei da AfidRitmo e da Afidance e gostei muito do almoço.” **Nuno Líbano**

“ Gostei de tocar na AfidRitmo para as escolas, fazer jogos e gostei de fazer piquenique com todas as escolas.”
Joana Lopes



Fotos: Equipa de Inclusão

“ Foi muito importante participar nesta atividade dos “Jogos sem Fronteiras”, fui bom Dj, meti boas músicas na festa, gostei muito do Nuno Lacerda e da Carina, tiramos fotografias todos juntos e queremos mais Jogos sem Fronteiras para o ano 2026. Gostei do almoço e gostava de aprender a ligar os aparelhos do Dj com o Hernâni.” **Luís Pezinho**

“ Eu gostei muito dos “Jogos sem Fronteiras 2025”, houve muita música, gostei muito do tema que foi o “Circo” e do almoço que foram Hot-Dogs porque é uma forma mais prática de comer nos jardins do que comer comida de prato.” **Pedro Carvalho**

“ Gostei da atividade dos Jogos sem Fronteiras, gostei da minha atividade da AfidRitmo, gostei de ver os meus colegas da AfidDance, gostei do almoço de convívio e espero que em 2026 se volte a realizar esta actividade porque eu gostei muito.” **João Medeiros**

“ Eu Gostei muito dos Jogos sem Fronteiras, este ano com muitas novidades e com o tema do Circo, esteve imenso calor mas foi ótimo existir uma zona a onde nos podíamos refrescar, e uma zona também a onde podíamos ir buscar ou encher aguas e nos hidratar. Pois estava um dia imensamente quente e foi muito útil e refrescante.

Os cachorros estavam ótimos e eram leves. Foi espetacular ver na AFID tantas instituições e os jogos estavam muito divertidos e diversificados e eu consegui tirar umas fotos espetaculares.

A inclusão fez-se sentir nos jogos sem Fronteiras a onde todos participaram de algum modo, continuemos a luta por uma sociedade e um mundo mais equitativo e inclusivo para todos, a onde todos das diferentes formas e expressões, tenham sempre voz, vez e lugar.

Obrigada a espetacular equipa de inclusão que teve conosco este dia e obrigada por todo o seu trabalho para que tudo corresse bem.” **Daniel Pinto**



Fotos: Equipa de Inclusão

“ Foi um momento bem passado entre as equipas, jogos e boas músicas. Este ano gostei muito que houvesse espaço entre as atuações e os jogos porque houve outras instituições a ver o nosso espectáculo. Foi uma manhã e uma tarde divertida com muitas risadas e muitos jogos. Gostaria que esta forma de organização do dia em si continuasse para o próximo ano.” **Hernâni Brázia**

“ Eu adorei os Jogos sem Fronteiras 2025, foi a primeira vez que participei, gostei das tarefas, havia vários jogos e também fiz amizades.” **André Cabral**

“ Eu gostei muito dos Jogos sem Fronteiras 2025, estava muito calor, as músicas eram muito bonitas, os jogos foram bons mas eu gostei mais do: “ Refresca-te”. A comida era boa e as pipocas também.” **Madalena Reis**

“ Foi dos que gostei mais, gostei de estar com os meus colegas e parceiros que nos visitaram. Foi um dia muito divertido, vivemos momentos muito felizes e incríveis de inclusão. Foi uma festa muito boa e espero que no próximo ano possamos cá estar todos juntos para vivermos coisas espetaculares como esta festa.” **Diogo Silva**

A convite da APPACDM de Castelo Branco participámos no IV Torneio de Futsal Adaptado organizado em parceria com a Associação de Futebol de Castelo Branco.

Foram dois dias de muita diversão e competição que deixaram os nossos jovens radiantes e muito felizes.

Para além da competição de futebol tivemos o privilégio de conhecer o Museu da Seda na Quinta da Carapalha. Foi um momento cultural muito interessante, em que ficamos a conhecer todas as etapas da transformação da seda, desde as folhas da amoreira até aos famosos bordados de Castelo Branco.

Para encerrar com chave de ouro o jantar convívio foi ao estilo arraial de verão. Um grande churrasco, com música ao vivo e um ecrã gigante onde vimos a vitória de Portugal frente à Alemanha.

Foram dois dias de muito desporto e muito convívio!

Marco Ferraz

“ Lá é muito fixe, gosto muito da comida e de tudo. Jogamos à bola, saímos à noite e depois viemos embora.”

Tomás Gonçalves

“ Eu adorei, foi bem organizado, foi a minha 1ª vez, também gostei do futebol e das amizades.”

André Cabral

“ Gostei muito de ir a Castelo Branco com os colegas da Inclusão e com o monitor Marco ferraz.”

Pedro Passos

“ Gostei muito de jogar Futsal, de ir à Queijaria comprar queijo e de almoçar fora.”

Nuno Libano

“ Foi fixe, gostei de jogar, no primeiro dia perdemos com o Sporting, depois fomos ao café, no segundo dia ganhámos, depois apareceram duas mascotes e uma menina que os vinha a acompanhar, uma das mascotes chamava-se João e a outra Bia. Tiramos fotos com eles porque a seleção ia jogar naquele dia e nós vimos todos o jogo depois do jantar. A comida estava fria, a festa correu bem, dançámos o apita o comboio e demos a volta ao parque, conheci e fiz alguns amigos sem vergonha e gostei de tudo tirando a comida fria.”

Carlos Dias



No dia 04 de Junho de 2025, alguns clientes do CACI 1 e 2 da Fundação AFID Diferença, participaram no dia aberto da Fundação Decathlon. Foi uma manhã diferente e muito divertida, fizemos escalada, caminhada, andámos de bicicleta, estafetas, fizemos cestos de basket, estivemos com o nosso colega Ricardo Galante e com mais alguns colegas da equipa da Decathlon. Tirámos algumas fotografias e no final tirámos uma foto de grupo e a Decathlon deu uma toalha a cada um de nós.

Obrigada pela oportunidade, adorámos esta manhã incrível!



Em 2026 queremos repetir.

Catarina Seixo

“ Gostei muito da atividade da Decathlon, fiz muitos jogos, fiz uma caminhada e adorei muito. Espero voltar outra vez em 2026.” João Medeiros

“ Eu gostei muito de jogar Basket e de andar de bicicleta.” Florbela Rochinha



“ Gostei muito do dia porque tivemos várias iniciativas desportivas, adorei de ver lá mais uma vez a Afid a participar nas nossas actividades que se realizaram.

Para mim, foi importante demonstrar o trabalho que realizo nestas atividades desportivas que temos para o público, ser responsável pela atividade do Boccia e a dedicação que dou para que tudo corra bem e que todos gostem.

Sinto-me feliz por ter essa responsabilidade do Desporto que foi criado para Pessoas com Deficiência onde eu joguei durante 37 anos de Boccia, onde participei em centenas de campeonatos por equipa e individual, ganhei medalhas por equipa e algumas individuais e sinto-me feliz pelo caminho percorrido.” Ricardo Galante



Fotos: grupo de Inclusão

No dia 20 de Junho de 2025 alguns clientes do Grupo de Inclusão da Fundação AFID Diferença, foram em autonomia ao Meo Kalorama no Parque da Bela Vista. Foi uma tarde muito boa, diferente, em boa companhia, tivemos muitos brindes, tiramos muitas fotografias, ouvimos música... Foi uma oportunidade incrível.

Muito obrigada à colaboradora Sofia Pinto pelo empoderamento que nos dá, pelo seu apoio e disponibilidade.

Um Obrigada de Coração à Equipa de Inclusão pois são todos/as pessoas muito especiais e imprescindíveis na nossa Vida e no nosso Futuro.

Obrigada aos nossos Pais por terem confiado em nós.

Obrigada à AFID por nos ter dado os bilhetes.

Adorámos e queremos repetir.



Catarina Seixo

“ Foi muito bom estar com os amigos, ouvimos música, deram brindes, dançámos, tiramos fotografias e convivi muito com os meus amigos, ouvimos os cantores e foi muito animado.

Obrigada à AFID.” Cleusa Jandira

“ No dia 20 de junho de 2025, um grupo de clientes e amigos do CACi — Centro de Atividades e Capacitação para a Inclusão da Fundação AFID Diferença — teve a oportunidade de estar presente no MEO Kalorama, vivendo uma experiência única e inesquecível, em autonomia, na comunidade.

Foi um momento marcante onde trabalhámos a autonomia em conjunto — e foi simplesmente incrível!

Um agradecimento muito especial à colaboradora Sofia Pinto, por acreditar, mais uma vez, em nós. Por estar sempre disponível, seja por uma chamada ou uma mensagem, e por nos apoiar incondicionalmente. Muito obrigada por acreditar na verdadeira inclusão, que se constrói passo a passo.

Obrigada também à equipa da Inclusão por confiar em nós.

Agradecemos ainda às famílias, por estarem cada vez mais próximas dos nossos sonhos e por nos ajudarem a realizá-los.

E, claro, o nosso obrigado à Fundação AFID Diferença pelos bilhetes e por nos terem proporcionado esta experiência inesquecível” Jéssica Boneco



Fotos: Daniel Pinto

“ No dia 20 de junho, fui ao Meo Kalorama com os meus colegas do Grupo de inclusão da fundação AFID diferença, fomos e estivemos todo o tempo em autonomia e foi espectacular, agradeço muito por esta oportunidade sensacional que de outra forma seria difícil vivenciar este momento tão incrível e alegre que me encheu o peito e o coração de alegria, felicidade e boa disposição.

Adoro estes momentos felizes e descontraídos e de convívio e de INCLUSÃO com os meus colegas e amigos.

INCLUSÃO SEMPRE! Obrigada a todos! Obrigada Marta Rodrigues pela oportunidade!” **Daniel Pinto**

“ Eu gostei muito, para mim foi muito importante de participar num festival de música como MEO Kalorama junto com os meus colegas da inclusão. Vivemos momentos muito felizes e incríveis, foi um dia bastante diferente e bem passado. Obrigada à equipa da inclusão e Dra. Marta por esta oportunidade.”
Diogo Silva



“ Fui com os colegas, adorei muito ir, gostei de ouvir as músicas que havia, gostei de ver as barracas, gostei de ver o sapo, gostei de ir à bancada do El Corte Inglés e gostei de ir à bancada do San Miguel e de ver os colegas a andar na prancha.” **André Paulo**

“ Foi uma tarde bem passada em autonomia entre os colegas, ouvimos música, tiramos fotos, ganhámos brindes e estes bons momentos vão ficar guardados nas nossas memórias.” **Hernâni Brázia**



Fotos: Daniel Pinto

No dia 26 de Junho de 2025, alguns clientes do Grupo de Inclusão do CACI 1, da Fundação AFID Diferença, foram em autonomia ao Festival: “ RFM – Sem olhar a quem” no Campo pequeno.

Foi uma tarde diferente, em boa companhia, ouvimos música, dançámos, cantámos, tirámos fotografias com os artistas, tivemos brindes e eu ainda cantei ao microfone.

Muito obrigada à Ana Margarida Menezes da Fundação Ageas, pela oportunidade e pelo apoio que nos deu para podermos participar neste festival inclusivo a todas as pessoas e por nos ter dado um lugar de frente para o palco 😊.

Um Obrigada muito especial à Equipa de Inclusão porque sem ela nada disto era possível!

Obrigada à Dra. Marta pela oportunidade que nos deu.

Queremos voltar a repetir.



Catarina Seixo

“ Ouvimos música, ainda chegámos a ver a Carolina Deslandes, tiramos uma fotografia em grupo com a Carolina Deslandes, ouvimos vários cantores, o Matias Damásio, tirei fotografia com ele, dançei muito, tirei uma fotografia com o Helder e com a Catarina Moreira da RFM e foi uma tarde bem passada.

Obrigada à Equipa.” Cleusa Jandira

“ Gostei do que vi no Campo Pequeno, estava muito calor, não havia quase sombras, gostei de ouvir o Matias Damásio a cantar, gostei daquela barraquinha onde estavam a dar sacos e de tirar fotografias.” André Paulo

“ Foi uma tarde divertida com os colegas, tiramos fotos e ouvimos boas músicas. Convivemos com outras instituições e ganhámos brindes. Gostei de ouvir o Matias Damásio e de tirar uma foto com ele.” Hernâni Brázia

“ Gostei muito dos cantores e também gostei muito de tirar fotos com eles.” Florbela Rochinha



Fotos: Daniel Pinto e Diogo Silva

“ Na Quinta-feira dia 26 de junho de 2025, estive juntamente com os meus colegas e amigos do grupo de inclusão no evento “O RFM Sem olhar a quem” de uma parceria com a RFM com o Grupo Ageas Portugal Ageas e a fundação Ageas, sendo esta a sua 3ª edição, Vivemos esta experiência em autonomia e fomos recebidos pela Ana Margarida Azevedo Pereira da Fundação Ageas e ficamos na Área VIP do evento mesmo junto ao palco e foi incrível porque consegui sentir mesmo a vibração do Palco, além de ter também experimentado o colete sensorial pela primeira vez e adorei a experiência, a união do grupo sentiu-se os sorrisos e a felicidade, partilhada entre todos.

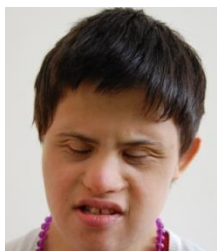
Obrigada de coração Marta Rodrigues e fundação AFID diferença pela oportunidade de puder aproveitar, desfrutar e vivenciar esta atividade tão incrível!” **Daniel Pinto**



Fotos: Daniel Pinto e Diogo Silva

Junho 2025

Os nossos parabéns a todos os aniversariantes!



Susana Margarida



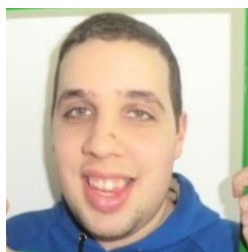
João Medeiros



Miguel Tintas



Vítor Estevão



André Rodrigues



Pedro Rebelo



Ana Lúcia



Rita Medeiros



Sofia Pimenta



ÍNDICE

CACI "A NOSSA OPINIÃO CONTA" – SANTUÁRIO FÁTIMA JUNHO 2025	02
CACI "A NOSSA OPINIÃO CONTA" – FUTSAL CASAL VISTOSO JUNHO 2025	03
CACI "A NOSSA OPINIÃO CONTA" – SPORTING - DOBRADINHA JUNHO 2025	04
CACI "A NOSSA OPINIÃO CONTA" – JOGOS SEM FRONTEIRAS JUNHO 2025	05
CACI "A NOSSA OPINIÃO CONTA" – CASTELO BRANCO JUNHO 2025	08
CACI "A NOSSA OPINIÃO CONTA" – DECATHLON JUNHO 2025	09
CACI "A NOSSA OPINIÃO CONTA" – MEO KALORAMA JUNHO 2025	10
CACI "A NOSSA OPINIÃO CONTA" – RFM - SEM OLHAR A QUEM JUNHO 2025	12
CACI "ANIVERSÁRIOS" JUNHO 2025	14
CACI "ÍNDICE	15
CACI "FICHA TÉCNICA	15

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