

Jornal

“Dá a Vez e Dá a Voz”

Grupo de Inclusão



Novembro 2022 | Nº 162

Atividade: 5º Jogos de Portugal

Data: 2, 3 e 4 de Novembro 2022

Local: Loures

Organização: Special Olympics Portugal

Nos dias 2, 3 e 4 de novembro decorreram os Jogos Nacionais do Special Olympics Portugal em Loures. A última edição dos Jogos Nacionais remonta a 2018, daí o nosso entusiasmo em participarmos novamente nestes jogos de dimensão nacional. Por se realizar em Loures, permitiu-nos aumentar o tamanho da nossa comitiva. Ao todo representaram a AFID 13 clientes distribuídos por quatro modalidades. Por se tratar de um evento nacional haviam muitas modalidades a decorrer e estivemos presentes no atletismo, que decorreu no Estádio Nacional no Jamor, na natação, no futebol e no basquetebol, todos estes em Loures. Os nossos clientes tiveram em destaque, alcançando bons resultados quer individualmente quer em termos coletivos. Um orgulho para todos nós!

Marco Ferraz

“No dia 3 de Novembro fui com alguns colegas, com o Prof. Marco Ferraz e com a Andreia Costa participar no Special Olympics em Loures, onde fiz natação e joguei basquetebol. Eu gosto muito de fazer natação e ainda mais quando vou com os meus amigos.

Na natação nadei 25m costas e 25m livres e fiz umas boas provas. Os meus colegas também fizeram boas provas, apoiem-os, gostei de ver como eles tem evoluído na natação. No final fiquei contente com o meu resultado e com o dos meus colegas. Todos ganhámos uma medalha. Eu fiquei em 3º lugar em 25m costas e em 2º lugar em 25 m livres.

Estamos todos de parabéns pelo nosso esforço e por darmos o nosso melhor, porque “ganhar ou perder é desporto”.

Da parte da tarde joguei basquetebol; o jogo não correu assim tão bem, porque eu não estou habituada a jogar basquetebol, mas sim corfebool e as regras são diferentes. Para além disso eu já não jogava desde os meus tempos de escola. Mesmo assim conseguimos ficar em 3º lugar. Gostei muito de ter participado nesta atividade e gostava de participar em mais atividades do Special Olympics.”

Catarina Seixo



Foto: Marco Ferraz

*“Particpei pela primeira vez nas atividades organizadas pelo Special Olympics no concelho de Loures. Gostei muito de participar nestas atividades, principalmente nas provas de natação. Ganhei a prova, o primeiro lugar/medalha de ouro de 25 m livres e de 25 m de bruços. A AFID ficou em 3º lugar na atividade de estafetas - natação. O basquetebol foi mais para desfrutar da modalidade desportiva, uma vez que eu jogo e estou mais habituado à prática de corfebol.” – **Pedro Carvalho***

*“Correu bem; joguei basquetebol; fiz atletismo; corri no campo; fiz ginástica; levei fato de treino e ténis; levei a toalha; fiz alongamentos; joguei à bola; joguei andebol e joguei hóquei em patins. Gostei muito e gostava de voltar a fazer esta atividade.” – **André Diniz***

*“Eu gostei muito de ir às provas de natação. Correu muito bem; almoçámos por lá; ganhámos medalhas e tirámos fotos com a bandeira da AFID. Diverti-me muito.” – **Pedro Passos***

*“Foi bom esses dias; pratiquei muito desporto e gostava de repetir esses dois primeiros dias este ano em Novembro.” – **João Madeira***



Foto: Marco Ferraz



Foto: Marco Ferraz

*“Gostei de participar nas atividades de Loures. Joguei futsal, basquetebol e nadei 50 m de crawl, 4 voltas à piscina. Ganhei 2 medalhas de ouro; primeiro lugar no estilo de crawl e 2 medalhas de ouro no estilo de costas . Fiquei em 4º lugar no lançamento do peso. No basquetebol ficámos em 3º lugar. Foram dias espetaculares, ganhei muitas medalhas.” – **Luís Pezinho***

*“Foi excelente. Fiquei 2 vezes em primeiro lugar, uma em segundo lugar e uma em terceiro lugar. Também gostei de jogar futebol, basquetebol, natação e atletismo. Também adorava repetir esta excelente e maravilhosa experiência.” – **Rafael Santos***

*“Gostei de treinar; correr muito; joguei melhor futebol. Ficámos em 3º lugar; correu bem; fomos mais fortes; ficámos felizes. Gostei muito de ir; fomos bons; fiquei na defesa; fui o melhor do mundo e joguei pouco.” – **David Miguel***



Fotos: Luís Pezinho



“No dia 10 de novembro a equipa de corfebol do grupo de inclusão da Fundação AFID Diferença foi a Cortes – Leiria, onde se realizou a fase final do torneio de corfebol adaptado.

Jogámos 3 jogos: perdemos 2 e ganhamos 1. Na fase final de 5º e 6º lugares jogámos contra uma equipa e ganhámos.

Alguns dos jogos, principalmente o 1º e o 3º, foram muito complicados, as equipas eram muito fortes e principalmente a primeira com quem jogámos de Vila do Conde era muito agressiva na sua forma de jogar.

Mas o importante é que demos o nosso melhor e estamos entre as oito melhores equipas a nível nacional, pois são pelo menos, 50 equipas em Portugal a jogar corfebol.

Em 8 equipas que participaram no torneio nós conseguimos ficar em 5º lugar.

Estamos todos de parabéns pelo nosso trabalho e pelo resultado conseguido

Queremos fazer um especial agradecimento à nossa Mister Sofia Fonseca pelo excelente trabalho que faz connosco e dar-lhe os parabéns pelo resultado conseguido.” – **Catarina Seixo**

“A equipa do corfebol esteve no campeonato de corfebol, onde estavam equipas muito renhidas. Não conseguimos ficar em primeiro lugar, com muita pena nossa. Mas conseguimos a melhor posição no 5º lugar. Foi muito sofrido, mas o nosso objetivo foi alcançado. A equipa esta de parabéns com um grande sorriso pensando que o próximo ano será melhor.” - **Hernâni Brazia**



Fotos: Rita Martins

“Gostei muito. Sei que isso foi importante para mim. Estive com os meus colegas; jogámos muito e recebemos uma medalha. Obrigada à treinadora Sofia Fonseca” – **Cleusa Jandira**

“Gostei muito de ver os colegas a jogar corfebol; fizeram um bom torneio. Diverti-me; almoçámos por lá. Os meus colegas receberam as medalhas e ficaram em 5º lugar.” – **Pedro Passos**

“No dia 10 de novembr, realizou-se a fase final a nível nacional do torneio de corfebol, em Leiria. Gostei muito de participar neste torneio. Demos o nosso máximo e ficámos em 5º lugar a nível nacional. Foi pena algumas equipas adversárias terem jogadores agressivos e brutos a jogar, desrespeitando algumas regras do corfebol, nomeadamente a do contacto físico. No Corfebol não há contacto físico entre os jogadores, o que fez com que prejudicassem a nossa prestação. Por fim, tirámos muitas fotografias e cumprimentámos os adversários. Sinto que dei o meu melhor à equipa e marquei muitos cestos.” – **Pedro Carvalho**



Fotos: Rita Martins

“Hoje dia 10 novembro 2022 fomos até a cidade de Cortes em Leiria para despotar a fase final do campeonato nacional de corfebol adaptado, porque ficámos apurados para a grande final. Foi muito bom jogar corfebol; apanhamos adversários muito fortes e complicados. Independentemente do lugar que ficámos, temos de ficar gratos e felizes por termos chegado à final e pelo fantástico 5º lugar. Estamos todos de parabéns. Temos que trabalhar para que para o ano possamos ficar num melhor lugar.” – **Diogo Silva**

“Gostei de participar na final do jogo de corfebol em Leiria. A nossa equipa deu o melhor em campo. Ficámos em 5º lugar e estamos de parabéns. Almoçámos umas sandes boas, batatas fritas e sumo. Tirámos muitas fotos. Para o ano queremos participar em mais torneios de corfebol.” – **Luís Pezinho**

A história de São Martinho



Foto: Grupo de Inclusão

“São Martinho é um dia associado às castanhas e no dia 11 de novembro é o dia de comer castanhas e beber vinho. São Sartinho foi um cavaleiro que andava de cavalo. Ele cortou metade da capa e deu a segunda parte a um mendigo.

A lenda de São Martinho:

Certo dia, um soldado romano chamado Martinho estava a caminho da sua terra natal. O tempo estava muito frio e Martinho encontrou um mendigo cheio de frio que lhe pediu esmola. Martinho rasgou a sua capa em dois e deu uma metade ao mendigo. De repente o frio parou e o tempo aqueceu. Este acontecimento acredita-se que tenha sido a recompensa por Martinho ter sido bom para com o mendigo.

São Martinho, ou Martinho de Tours, nasceu em cerca de 316 na antiga cidade de Savaria na Panónia, uma antiga província na fronteira do Império romano, na atual Hungria.

Filho de um comandante romano, cresceu na região de Pavia, em Itália, no seio de uma família pagã.

Foi criado para seguir a carreira militar, tendo sido convocado para o exército romano aos 15 anos.

Apesar da sua educação pagã em adolescente, Martinho descobriu o Cristianismo tendo sido batizado em 356. Foi monge e bispo”.

João Madeira



Atividade: 9º Jogos Adaptados da Cova da Beira

Data: 21, 22 e 23 de Novembro de 2022

Local: Covilhã

Organização: APPACDM da Covilhã
Special Olympics Portugal

“Após uma interrupção de dois anos, regressámos à Covilhã para os 9º Jogos Adaptados da Cova da Beira. Este regresso era muito aguardado pelos nossos clientes, pois para além do lado desportivo, tem uma componente sociocultural muito forte.

Apesar da muita chuva e do frio característico desta altura do ano que se fizeram sentir, nada demoveu a comitiva de ir até à Torre que se encontrava coberta de neve e de passear pelo centro da cidade na zona do Pelourinho. Houve também tempo para comprar umas lembranças. No meio desta agenda complexa tivemos ainda tempo para praticar desporto, nomeadamente, futebol, basquetebol e natação. Para além dos resultados, houve muita superação pessoal e muita dedicação.

*Foram três dias de muita alegria que de certeza ficarão na memória dos que participaram.” - **Marco Ferraz***

“Gostei de ir à Covilhã com os meus colegas, com a Inês Marques e com o Marco Ferraz. Fiz a prova de natação e diverti-me. Particpei no basquetebol e no futebol. O Rafael marcou 6 golos; perdemos 6 jogos de futebol e ganhámos um. Jantei lá, dancei com os colegas e recebemos as medalhas.”

Pedro Passos

“Gostei muito que o prof. Marco Ferraz me convidasse para participar nas atividades da Covilhã .

Primeiro fomos levar as malas para o hotel e depois fomos passear pela neve. Tirámos muitas fotos. A comida do hotel era muito boa. Jogámos futebol, basquetebol e fizemos natação.

*Ganhei algumas provas e recebi medalhas. Gostava de repetir em 2023.” – **Luís Pezinho***



Foto: Marco Ferraz

“Gostei de ir à Covilha com o professor Marco, com a Inês e com os meus colegas. Partilhei o quarto com a Inês e com a Isabelinha. Joguei basquetebol e joguei à bola. Foram dias bons, gostava de voltar lá. A comida era muito boa. O pequeno almoço era bom.” – **Florabela Rochinha**

“Gostei da viagem à Covilha. Gostei de ir à neve, sair da carrinha, ver a paisagem e sentir o frio na cara. Gostei de jogar futebol e de marcar golos. Gostei de jogar basquetebol e de participar na competição de natação. Os quartos de hotel eram muito bem equipados, eram quentinhos, tínhamos televisão e uma casa de banho no quarto, bem limpinha. A comida do hotel era ótima e apetitosa. Tirámos muitas fotos nas paisagens com neve. Passeámos muito. Recebemos medalhas das competições” – **Rafael Santos**



Novembro

Os nossos parabéns a todos os aniversariantes!



Luís Fernando



Filipa Sobral



Cristina Almeida



Bruno Ramadas



Marina Capela



Humberto Ferreira



ÍNDICE

CAO "A NOSSA OPINIÃO CONTA"- SPECIAL OLYMPICS LOURES NOVEMBRO 2022 -----	02
CAO "A NOSSA OPINIÃO CONTA"- TORNEIO DE CORFEBOL FASE FINAL NOVEMBRO 2022 -----	05
CAO "A NOSSA OPINIÃO CONTA" – DIA DE SÃO MARTINHO NOVEMBRO 2022 -----	07
CAO "A NOSSA OPINIÃO CONTA" - SPECIAL OLYMPICS COVILHÃ NOVEMBRO 2022-----	08
CAO "ANIVERSÁRIOS" NOVEMBRO 2022-----	10
CAO "ÍNDICE" -----	11
CAO "FICHA TÉCNICA"-----	11

FICHA TÉCNICA

Propriedade:	Fundação AFID Diferença
Direção:	Catarina Seixo, Sofia Pinto e Marta Rodrigues
Edição/Redação:	Sofia Pinto, Daniel Pinto, Diogo Silva, Catarina Seixo, Otto Cruz e Rafael Santos
Revisão:	Catarina Seixo, Pedro Carvalho, Ivo Barata, Diogo Silva, Sofia Pinto e Marta Rodrigues
Fotografia:	Cientes e Colaboradores da Fundação AFID Diferença
Jornalistas:	Daniel Pinto, Luís Pezinho, Hernâni Brázia, Cleusa Jandira, Pedro Carvalho, 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@fund-afid.org.pt
www.fund-afid.org.pt | www.facebook.com/fundacaoafid