

# Jornal

## *“Dá a Vez e Dá a Voz”*

---

**Grupo de Inclusão**

---

FEVEREIRO 2023 | Nº 165



O grupo de autorrepresentantes este ano decidiu oferecer a propósito do Dia dos Namorados um “postal de porta” às empresas onde estamos integrados e às diversas salas e gabinetes da Fundação AFID.

Este postal teve como objetivo sensibilizar para os Direitos das Pessoas com Deficiência, nomeadamente para que se reflita sobre o Artigo 23 da Convenção dos Direitos das Pessoas com Deficiência, que nos diz:

## Todas as pessoas têm de ter as mesmas oportunidades

### Artigo.º 23 – Convenção dos Direitos das Pessoas com Deficiência

Os países asseguram que as pessoas com deficiência têm o mesmo direito a casar, ter uma família e ter relações pessoais se o quiserem fazer.

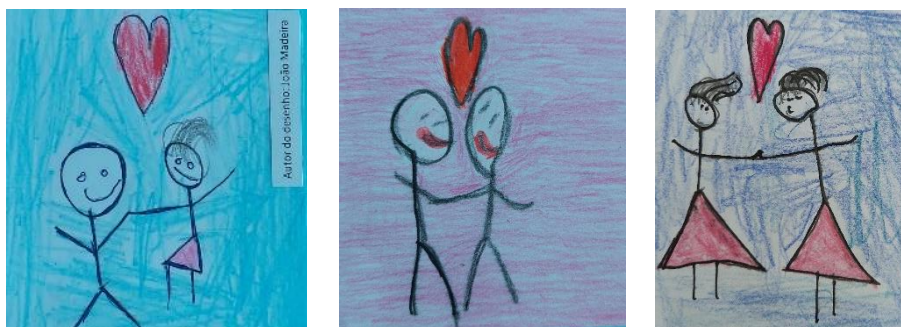


**“Nada existe sem Amor. O Amor será sempre a bússola que nos conduzirá pelo caminho da Inclusão”**  
(AR) Autorrepresentantes \_ Grupo de Inclusão

O Amor existe em várias dimensões e de variadas formas, nem todos vemos o Amor da mesma forma. Na deficiência existe muito o estereótipo e a ideia de que a pessoa com deficiência não tem Amor ou nem pensa nisso, ou que não tem sequer capacidade de levar uma relação adiante, mas isso não é verdade.

O amor é livre e espontâneo e todos temos a capacidade de Amar, assim nós queiramos e as pessoas à nossa volta o permitam e nos apoiem .

A maior parte das Famílias têm uma proteção excessiva pelas pessoas com deficiência e acabam por muitas vezes projetar para nós, os seus medos e receios, tornando-nos em pessoas receosas, desconfiadas e inseguras. **O Amor é um Direito para Todos!** Daniel Pinto



Desenhos: João Madeira

**“Nada sobre Nós sem Nós”** Romeu Kazumi Sassaki

*A melhor coisa do mundo é a Vida, ter família, ter amigos, ter saúde e ser Feliz e em todas estas pequenas coisas existe o AMOR e amizade.*

*Há muitas formas de viver o Amor. Existe o Amor por nós próprios, pela família, o Amor pelos amigos e o amor pelo namorado/a. Todos nós temos ou gostaríamos de vir a ter um namorado/a e viver junto com ele/a, casar e constituir família.*



*Mas sabemos que isso não se consegue de um dia para o outro.*

*Primeiro temos de nos conhecer, daí nasce uma grande amizade, vamos percebendo se é mesmo aquilo que ambas as partes querem. A nossa amizade continua a crescer cada vez mais e nasce um grande amor. Percebemos que ambas as partes estão a caminhar no mesmo sentido e aí começamos aos poucos a combinar encontros a dois, fins - de - semana a dois, entre outros. Depois de fazermos isto acontecer durante vários anos e percebermos que tudo continua bem, que conseguimos superar em conjunto os obstáculos e as dificuldades que vão surgindo na vida e seguir em frente, podemos começar a pensar como vai ser no Futuro a nossa Vida a dois.*

*Depois de passarmos por este processo todo, só mais tarde então podemos pensar em viver juntos (unidos de facto) ou então casar e constituir família.*

*Mas todos sabemos que nem sempre é fácil e ainda há muito caminho a percorrer principalmente quando falamos na Sexualidade das Pessoas com Deficiência que ainda é Tabu na sociedade hoje em dia. Queremos sensibilizar a sociedade que as Pessoas com Deficiência também tem desejos tal e qual como todas as outras pessoas, assim diz na Convenção dos Direitos das Pessoas com Deficiência.*

*As Pessoas com deficiência também tem direito a ter relações sexuais, viver junto com o seu/a namorado/a, casar e constituir família. Alguns gostavam de ter filhos mas apesar de não ser impossível sabemos que para as Pessoas com Deficiência é um risco ter filhos, pois há bastante probabilidade de a criança nascer com deficiência para além de sabermos que não temos possibilidades financeiras nem psicológicas para tomar conta de uma criança.*

*Tudo isto é Amor, o Amor pelo que fazemos, o amor que tenho por mim próprio, o amor pelas pessoas que gostamos e principalmente quando se fala na Pessoa com Deficiência o Amor que tens em aceites-te tal como és e perceberes que a tua deficiência não te limita em nada e que és Feliz.*

*Muitos de nós nem sequer ganhamos remuneração financeira pelo trabalho que fazemos, apesar de termos capacidades para isso mas muitas vezes a Sociedade não nos dá essas oportunidades e isso também não facilita nada o nosso trabalho, as nossas autonomias, a nossa Inclusão, a nossa Autorrepresentação e o trabalho de quem nos ajuda todos os dias na AFID a trabalhar estas competências e faz com que todos juntos façamos a Diferença e possamos ter uma Inclusão Plena. **Catarina Seixo***

**“A Sexualidade não são só Afetos, também é Sexo!” - Catarina Seixo**



No dia 14 de Fevereiro foi preparado e decorado a nossa tenda para um almoço especial de namorados, participaram os clientes que têm namorado/a e que quiseram almoçar num clima mais romântico!

*“Gostei de almoçar com o meu namorado na tenda que estava muito bonita. Ouvimos música durante o almoço e trocámos prendas.”* **Ana Sofia Pires**

*“Gostei muito deste dia foi muito importante para mim ter almoçado com a minha namorada num ambiente romântico. Para o ano gostaríamos de repetir este momento, mas a ementa tem que ser carne e não peixe.”* **Hernâni Brázia**

*“Foi um almoço muito importante para os casais lindos da Afid. Gostei muito dessa atividade do dia dos namorados. Gostava muito de repetir.”* **Luís Pezinho**

*“Gostei muito de almoçar com a minha namorada.”* **Pedro Passos**

*“Foi bom almoçar com a minha namorada, Alexandra.”* **Ivo Barata**



Fotos: Luís Pezinho e Hernâni Brázia



## CACI | “A NOSSA OPINIÃO CONTA” – AIMOÇO DE AMIGOS | FEVEREIRO 2023

No dia 15 de Fevereiro de 2023 os homens do Grupo de Inclusão foram almoçar à comunidade para podermos estar com os colegas e colaboradores em ambiente masculino 😊. Esta atividade permitiu-nos trabalhar autonomias de transporte e de gestão do dinheiro.

Almoçámos no restaurante Kasanova que é de um amigo do colaborador Domingos Semedo. Fomos bem recebidos e comemos muito bem, estava tudo espetacular.

*“Gostei de ir almoçar com os colegas e os monitores. Tirámos fotografias e diverti-me.”* **Pedro Passos**

*“Fomos almoçar ao restaurante da Damaia. Comi batatas fritas, arroz e bife e uma mousse de chocolate. Diverti-me com os colegas.”* **Humberto Ferreira**

*“Gostei muito do nosso almoço de homens. Gostei do restaurante da comida e da companhia.”* **André Paulo**

*“O almoço dos homens foi fixe, tive só com os homens. Almocei um bitoque que estava mesmo bom. O professor Marco Ferraz emprestou-me uma batatinha para eu comer e eu não lhe devolvi.”* **João Madeira**

*“Gostei muito de participar neste almoço. Foi muito importante para os homens. Comi entremeadas grelhadas, bebi uma garrafa de água fresca e comi uma baba de camelo. Tirámos fotos. Gostava de repetir este almoço agora com as mulheres!”* **Luís Pezinho**

*“Eu gostei do meu almoço de homens. Foi muito bom, gostei da minha comida e bebida. Gostei de tirar fotografia com o grupo todo. Gostei muito e fiquei muito contente e feliz porque o Ivo Félix participou na nossa atividade. Em 2024 quero repetir o almoço com todos.”* **João Medeiros**



Foto: Grupo de Inclusão

## CACI | “A NOSSA OPINIÃO CONTA” – FESTA DE CARNAVAL | FEVEREIRO 2023

Na tarde do dia 20 de fevereiro realizou-se o nosso Baile de Carnaval. Foi uma tarde muito divertida com boa música. Os nossos DJ’s foram o Luís Pezinho e o Hernâni Brazia. Dançámos muito e tirámos muitas fotografias.

Ainda tivemos um lanche partilhado maravilhoso.

**Obrigada a todas as famílias que contribuíram para o nosso lanche 😊**

Fotos: Grupo de Inclusão



*“Foi um belo dia e estive no baile ouvi música e dancei com os colegas. Mascarei-me de Shrek.”* **João Madeira**

*“Foi bom o dia de Carnaval. Mascarei-me de árbitro e dancei muito com os meus colegas.”* **David Miguel**

*“O Carnaval foi muito fixe e divertido. Comemos muitos bolos e bebemos sumos. Conversei e dancei com os meus colegas. Foi uma festa de Carnaval espetacular.”* **Paulo Moreira**

*“O Carnaval foi giro. Eu mascarei de Homem Aranha. A Andreia Brito e a Jandira pintaram-me de homem aranha. Dançei muito e bebi coca-cola”.* **Ivo Barata**



Fotos: Grupo de Inclusão



## CACI | “A NOSSA OPINIÃO CONTA” – FESTA DE CARNAVAL | FEVEREIRO 2023

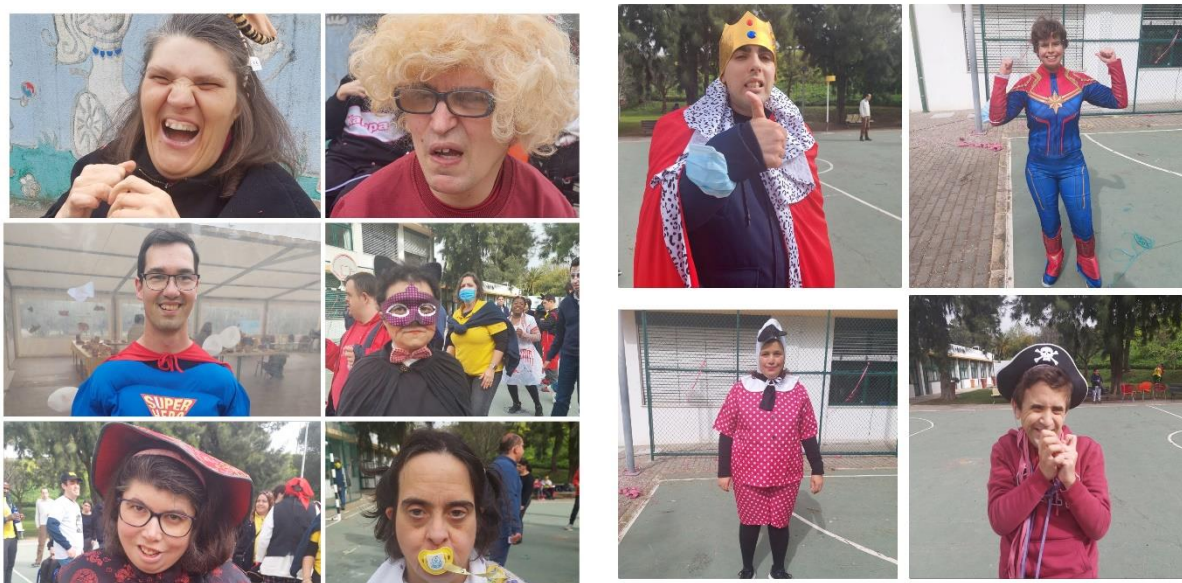
“Eu gostei muito da nossa festa de Carnaval. Simplesmente diverti-me muito com os meus colegas. Gostei de brincar com as serpentinas e papelinhos. Gostei de tirar fotos com os meus colegas e do lanche maravilhoso. Foi uma tarde bem passada. Gostava de repetir várias vezes esta magnífica experiência.” **Rafael Santos**



Fotos: Grupo de Inclusão

“Participar nesta atividade de carnaval foi muito importante para todos. Eu fui um dos DJ’s: meti as músicas na festa de Carnaval. Gostei muito desta atividade e quero muito repetir para o ano. Eu quero esta festa de Carnaval. Tirámos muitas fotos .Gostei muito do lanche. Na parte da manhã estive com o grupo do Silvano e meti música. Este dia foi muito importante para a nossa vida.” **Luís Pezinho**

“O Carnaval deste ano foi diferente tivemos música e lanche. Tivemos direito a 2 bebidas e pudemos levantar no bar. Tivemos uma sessão de fotos . Não faltou a diversão e eu diverti-me bastante.” **Jéssica Boneco**



Fotos: Grupo de Inclusão

“Foi giro! Gostei muito; foi muito engraçado.” **Marcelo Durão**

“Gostei muito; adorei.” **Patrícia Branco**

“Gostei muito da festa e gostei de estar mascarado.” **Victor Estevão**

## CACI | “A NOSSA OPINIÃO CONTA” – FESTA DE CARNAVAL | FEVEREIRO 2023



Fotos: Grupo de Inclusão

*“Gostei da festa de Carnaval. Dançámos muito. A decoração estava muito bonita. As pessoas estavam bem-dispostas. Estava um dia bonito. Gostava de repetir esta festa.” Cleusa Jandira*

*“Gostei muito da festa de Carnaval. Mascarei-me de Mulher Maravilha. Houve um bar onde tivemos direito a pedir duas bebidas. Foi uma tarde de muita Animação, Música, Inclusão, Autonomias, Partilhas, Sorrisos e Brincadeiras. Para o ano gostava de repetir esta festa.” Catarina Seixo*



Fotos: Grupo de Inclusão

*“Foi bom. Comi um lanche muito bom. Gostei muito da festa.” Luís Ferreira*

*“Foi bom achei gira a festa.” Tomás Garrão*

*“Foi bom, eu gostei muito da Festa do Carnaval”. Carla Santos*

*“Muito bom, brinquei muito ao Carnaval.” Nuno Lopes*

*“Achei muito divertido. Dancei com os meus colegas. Não comi muitos doces.” Rita Granadeiro*

*“Eu gostei da atividade do Carnaval foi muito divertido porque juntamos os dois grupos do CACI 1 e 2. Comemos um lanche maravilhoso.” Rita Pimenta*



No dia 28 de Fevereiro de 2023 tive o enorme privilégio de começar a estagiar na empresa Leroy Merlin do Centro Comercial Colombo. Fui bem recebida pela equipa e pelo chefe João Moreno. Foram muito atenciosos comigo e explicaram-me as tarefas que tinha de fazer.

Trabalhar numa empresa como a Leroy Merlin do Colombo, onde serei renumerada pelo meu esforço e pela minha dedicação, era um sonho que eu tinha há bastante tempo e do qual nunca desisti de lutar, porque sempre tive esperança que um dia ia conseguir estagiar/trabalhar e receber dinheiro pelo meu esforço.

Senti-me feliz e confiante por ser tão bem recebida pela equipa do Colombo e pela empresa Leroy que já me está a valorizar pelo que sou. Está a dar-me oportunidade de demonstrar que consigo fazer muitas tarefas como as outras pessoas.

Esta terça-feira tive a primeira sensação de poder trabalhar numa empresa fantástica que me acolheu muito bem e que sei que estarão sempre disponíveis para me ajudarem.

Para já as minhas tarefas são repor material, colocar etiquetas nos sítios certos, colocar os cestos no lugar correto e trabalhar na seção das plantas. Também faço tarefas de reciclagem.

Muito obrigada pela oportunidade! Vou dar sempre o meu melhor!

Obrigada ao André e à Patricia por me acompanharem neste novo desafio! Obrigada ao João Moreno que estava de folga e fazia anos e levantou-se muito cedo para me receber na Leroy de braços abertos.

**Obrigada, Leroy Merlin - Colombo 😊**

**Jéssica Boneco**



Fotos: Jéssica Boneco

**Fevereiro 2023**

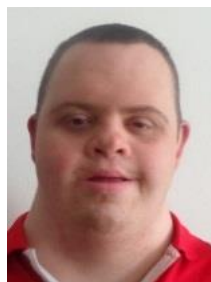
*Os nossos parabéns a todos os aniversariantes!*



**Marta Duarte**



**Bruno Lopes**



**Tomás Oliveira**



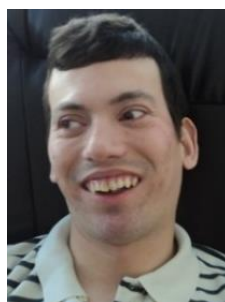
**Otto Cruz**



**Cleusa Jandira**



**Afonso Mendes**



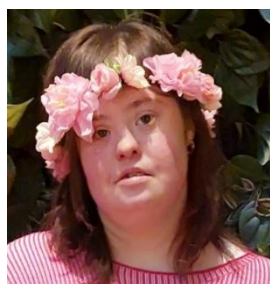
**Pedro Leote**



**Catarina Seixo**



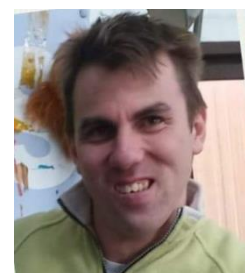
**Ana Isabel Jesus**



**Madalena Reis**



**Paulo Moreira**



**Luís Ferreira**



## ÍNDICE

CACI   “A NOSSA OPINIÃO CONTA” – AR CONVERSAS COM AMOR   FEVEREIRO 2023	02
CACI   “A NOSSA OPINIÃO CONTA” – ALMOÇO DIA DOS NAMORADOS   FEVEREIRO 2023	04
CACI   “A NOSSA OPINIÃO CONTA” – ALMOÇO DE AMIGOS   FEVEREIRO 2023	05
CACI   “A NOSSA OPINIÃO CONTA” – FESTA DE CARNAVAL   FEVEREIRO 2023	06
CACI   “A NOSSA OPINIÃO CONTA” – LEROY MERLIN   FEVEREIRO 2023	09
CACI   “ANIVERSÁRIOS”   FEVEREIRO 2023	10
CACI   “ÍNDICE”	11
CACI   “FICHA TÉCNICA”	11

## FICHA TÉCNICA

---

<b>Propriedade:</b>	Fundação AFID Diferença
<b>Direção:</b>	Catarina Seixo, Sofia Pinto e Marta Rodrigues
<b>Edição/ Redação:</b>	Daniel Pinto, Diogo Silva, Catarina Seixo, Otto Cruz , Rafael Santos e Sofia Pinto
<b>Revisão:</b>	Catarina Seixo, Pedro Carvalho, Sofia Pinto e Marta Rodrigues
<b>Fotografia:</b>	Cientes e Colaboradores da Fundação AFID Diferença
<b>Jornalistas:</b>	Daniel Pinto, Luís Pezinho, Hernâni Brázia, Cleusa Jandira, Jéssica Boneco, Pedro Carvalho, Ivo Barata, Rafael Santos, Diogo Silva, Catarina Seixo e Otto Cruz
<b>Ilustração:</b>	Cientes da Fundação AFID Diferença
<b>Tiragem:</b>	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](https://www.facebook.com/fundacaoafid)