

Jornal

“Dá a Vez e Dá a Voz”

Grupo de Inclusão

MAIO 2026 | Nº 204



“No dia 7 de maio de 2026, durante a tarde, tive a oportunidade de participar numa ação de doações, no Auchan do Centro Comercial Alegro de Alfragide, em representação da Fundação AFID Diferença, uma instituição que me acolhe, acompanha e apoia há 12 anos.

Para mim, a AFID não é apenas uma instituição.

A AFID é uma casa. É um lugar onde cresci, e a onde me redescobri e onde fui aprendendo, onde fui ganhando confiança, onde fui descobrindo capacidades e onde me foram dando oportunidades para participar, para ter voz e para mostrar quem sou.

Participar numa ação de doações para Fundação AFID Diferença foi muito importante para mim, porque senti que também estava a contribuir para ajudar outras pessoas e outras vidas. Muitas vezes, as pessoas com deficiência intelectual são vistas apenas como pessoas que precisam de apoio e de ajuda, mas também nós podemos apoiar, ajudar, participar e fazer parte da sociedade de forma ativa.

Estar presente nessa ação fez-me sentir útil, incluído e valorizado. Fez-me sentir que a minha presença também importa e que o meu contributo também tem valor. Obrigada.”

Daniel Pinto



“Gostei muito de participar nesta iniciativa de recolha de bens essenciais, a convite do Auchan de Alfragide. Também gostei de estar com os meus colegas, o que tornou esta experiência ainda mais enriquecedora.

Para mim, foi uma experiência muito importante e que me permitiu viver momentos muito felizes e sentir o verdadeiro espírito de solidariedade. Foi uma ação que me encheu o coração e que certamente ficará na minha memória.

*Quero agradecer à Rita Martins por toda ajuda,apoio e acompanhamento ao longo desta iniciativa tão importante”. **Diogo Silva***

Fotos: Rita Martins

“No dia 8 de maio de 2026, estive presente no ISEG, em Lisboa, na inauguração da exposição da Fundação AFID Diferença.

Fui para lá com duas colegas minhas do Grupo de Inclusão e fomos de transportes públicos, em autonomia. Mesmo não conhecendo o espaço, fomos perguntando pelo caminho e acabámos por chegar, com confiança e determinação.

Gostei muito dos quadros e da exposição, que estava muito bonita. Mas gostei especialmente de ouvir os meus três colegas do Grupo de Inclusão a cantar, com vozes e interpretações espetaculares.

A Catarina Seixo interpretou e cantou um fado da Amália Rodrigues, chamado “Cheira a Lisboa”, e o Rafael Santos e a Ana Clara interpretaram e cantaram a música “Aqui ao Luar”, dos Xutos & Pontapés.

Foi um momento muito bonito, de arte, música, inclusão e autonomia. Mais uma prova de que, com apoio, coragem e vontade, conseguimos estar presentes, participar e viver estes momentos tão importantes”. **Daniel Pinto**

“No dia 08 de Maio de 2026, fui convidada para ir cantar na Inauguração da Exposição do ISEG.

Foi bom ouvir o Rafa a cantar mas o melhor foi a companhia”. **Catarina Seixo**

“ Gostei muito de assistir aos meus colegas, gostei muito da exposição, gostei muito de ouvir a Carolina a cantar e de ouvir as palavras do Doutor Domingos. Depois fomos lanchar, tiramos fotografias e para a próxima gostava de ir outra vez.” **Cleusa Jandira**

“ Foi fixe.” **Luís Rosa**

“ Gostei e gostei de ver os meus quadros, gostei de ir à festa do ISEG e gostei de ir à festa do Auditório do ISEG. Gostei de ver muitos dos quadros dos colegas, gostei de ver os desenhos animados da Disneyland Paris: “ o Pateta, o Mickey e o Pato Donald” nos quadros e gostei da festa de musicoterapia no auditório do ISEG.” **Humberto Ferreira**



Fotos: Ana Carvalho

“No dia 13 de maio de 2026, um dia antes do meu aniversário, tive a oportunidade de viver mais uma experiência muito importante para mim. Fui, com a Fundação AFID Diferença, aos escritórios da Bolt, em Lisboa, através da Margarida Paulino, que endereçou o convite, da Andreia Brito, monitora do Atelier de Papel do CACI da Fundação AFID Diferença, e de mais duas colegas minhas do CACI, do Grupo Artístico.

Com o apoio da Margarida Paulino, tive a oportunidade de falar sobre inclusão sociolaboral e de partilhar um pouco da minha experiência de vida enquanto pessoa com deficiência intelectual, mas também enquanto utilizador da aplicação Bolt Portugal e Bolt Food Portugal. Para mim, foi muito importante poder estar presente, falar, dar o meu testemunho e mostrar que a inclusão também se constrói quando as pessoas com deficiência intelectual têm espaço para participar, comunicar, partilhar experiências e serem escutadas.

A Andreia Brito, juntamente com as minhas duas colegas do Grupo Artístico, dinamizou um workshop com a técnica da pasta de papel. Apesar de não fazer parte da minha realidade diária, juntei-me a elas e adorei a experiência. Foi um momento de aprendizagem, partilha, criatividade, inclusão e presença.

Quero também agradecer, de coração, todo o apoio e empoderamento da Sofia Pinto, Técnica Orientadora do Grupo de Autorrepresentação, que me tem ajudado a participar, a ter voz e a sentir que também posso ser parte.

Cada oportunidade destas mostra-me que a inclusão não é apenas uma palavra bonita. A inclusão acontece quando nos deixam estar, quando nos deixam falar, quando acreditam em nós e quando nos dão espaço para mostrar quem somos, o que sentimos, o que vivemos e aquilo que também temos para oferecer.

Esta ida aos escritórios da Bolt foi mais do que uma visita. Foi uma oportunidade de mostrar que as pessoas com deficiência intelectual têm voz, têm experiência, têm opinião e têm muito para dar à sociedade.

Para mim, falar de inclusão é também lutar contra preconceitos, abrir caminhos e mostrar que a inclusão não se faz apenas com palavras. Faz-se com presença, com escuta, com respeito e com oportunidades reais. Porque a pessoa não se define pela sua limitação. A Pessoa define-se pela sua Luta.” Daniel Pinto



Fotos: Daniel Pinto

“ Nada sobre Nós, sem Nós. Nada sem Nós”

A atividade **Formação para a Inclusão** é muito mais do que um espaço de partilha e aprendizagem. É um lugar onde os clientes refletem sobre os seus interesses, desenvolvem competências, fortalecem a sua autonomia e descobrem que os seus sonhos podem transformar-se em objetivos concretos.

Foi neste contexto que há alguns anos nasceu o Projeto “**Realização de Sonhos**”, este ano este projeto leva-nos a França uma viagem à Disneyland Paris 2026 e a um tour pela cidade de Paris. Uma das etapas já se realizou falta a outra viagem que se realizará no mês de outubro deste ano.

Tudo começou com uma pergunta simples: “*Para onde gostarias de viajar com os colegas?*” As respostas foram surgindo, as ideias foram sendo partilhadas e discutidas até que se destacou um desejo comum:

Viajar para Paris(realizar um tour), viajar até à Disneyland-Paris (viver a magia da Disney).

A partir desse sonho coletivo iniciou-se um percurso de preparação com os clientes de toda a viagem, envolvimento das famílias, planeamento e aprendizagem, que culminou numa experiência única e transformadora.

Para um dos participantes, foi a primeira viagem de avião, a primeira experiência noutra país e a oportunidade de viver momentos que, até então, pareciam inalcançáveis.

Mais do que visitar um parque temático, os clientes tiveram a oportunidade de superar medos, lidar com desafios, tomar decisões, desenvolver autonomia, fortalecer relações e descobrir capacidades que alguns dos clientes nem sabiam possuir.

Ao longo da viagem, testemunhámos momentos de verdadeira entajuda, amizade, superação e felicidade. Vimos clientes a apoiar colegas em momentos de maior dificuldade, celebrar conquistas uns dos outros e viver intensamente cada experiência. Foram criadas memórias que permanecerão para sempre, não apenas nos participantes, mas também nas famílias e profissionais envolvidos.

Este projeto reforça que a inclusão acontece quando são criadas oportunidades reais para participar, experimentar, sonhar e concretizar. Demonstrou também que, com planeamento, compromisso e trabalho em parceria, é possível proporcionar experiências extraordinárias que têm impacto duradouro na vida das pessoas.

Porque os sonhos não devem ter limites nem destinatários exclusivos. Sonhar, participar e pertencer deve ser um direito de todos.

Acreditamos que este é um projeto com potencial, inspirando outros a criar experiências significativas que promovam autonomia, inclusão, cidadania e qualidade de vida.

Por vezes, aquilo que para muitos é apenas uma viagem, para outros representa uma conquista, uma oportunidade e uma memória para toda a vida. Porque incluir é acreditar no potencial de cada pessoa. “ **Sofia Pinto**



Fotos: Equipa e clientes

“Nos dias 13, 14 e 15 de maio, um grupo do CACI da Inclusão teve a oportunidade de realizar um verdadeiro sonho. Não foi apenas uma simples viagem, mas sim uma experiência única e inesquecível até à Disneyland Paris. Ao longo deste caminho, construído durante a Formação para a Inclusão, conseguimos concretizar muitos sonhos de vários jovens, incluindo o meu próprio sonho de conhecer a Disney.

A Disneyland Paris representa um mundo diferente da realidade, cheio de fantasia, magia e encanto. Ficámos hospedados no Hotel Santa Fé, e tive o prazer de partilhar o quarto com a Rita Martins, a Rita Medeiros e a Madalena, as minhas companheiras nesta aventura.

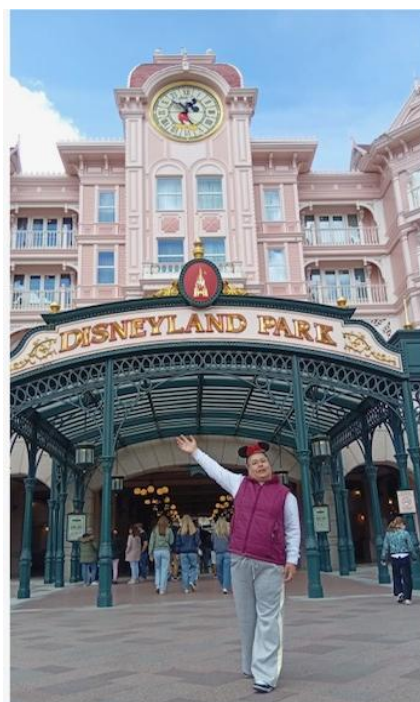
Durante esta viagem, também percebemos que ainda existe um longo caminho a percorrer no que diz respeito à acessibilidade e à verdadeira inclusão. Apesar de toda a magia existente, vimos que a Disney ainda não está totalmente adaptada a todas as necessidades, o que nos faz refletir sobre a importância de continuar a lutar por um mundo mais inclusivo.

Mesmo assim, sorrimos, cantámos, tirámos muitas fotografias e vivemos experiências inesquecíveis. Tivemos a oportunidade de experimentar atrações muito divertidas e radicais, como o Elevador do Terror, o Space Mountain, o Frozen, o Peter Pan, o Nemo e muitas outras.

Foram também dias de muita chuva, mas isso nunca impediu o grupo de aproveitar cada momento. Assistimos a dois momentos muito especiais: a parada à noite e ao espetáculo noturno de fogo de artifício, acompanhado por vários filmes da Disney. Foi um momento mágico e emocionante.

Um dos momentos mais marcantes para mim aconteceu na atração Piratas das Caraíbas, porque a atração avariou enquanto estávamos no barco. Ficámos cerca de 40 minutos à espera que nos viessem ajudar, no meio da água. Apesar do susto, acabou por ser um momento inesquecível.

Este projeto foi construído com muito trabalho, dedicação, desafios e conquistas. Um projeto do CACI da Inclusão que fala sobre sonhos, superação e a importância de dar voz a todos. Porque a inclusão constrói-se todos os dias, através das pequenas e grandes conquistas.



Fotos: Equipa e clientes

Quero deixar um agradecimento muito especial à Técnica de Autorrepresentação Sofia Pinto, ao Técnico de Desporto Marco Ferraz, aos Monitores Rita Martins, Silvano e ao Ajudante de Lar Eldair, por acompanharem os jovens nesta viagem inesquecível e por deixarem as suas famílias para estarem connosco, tornando cada momento ainda mais especial e significativo.

Quero também agradecer à Dra. Ana Carvalho, do CACI, que esteve por detrás desta viagem e que, em tão pouco tempo, lutou para que este sonho se tornasse realidade. O seu empenho e dedicação fizeram toda a diferença.

Por fim, quero agradecer à Fundação AFID Diferença pela oportunidade, pelo apoio e por acreditar na inclusão e nos sonhos de todos nós. **“Nada sobre nós, sem nós.”**

Porque os sonhos não têm limites quando existe inclusão, união e vontade de fazer acontecer.”

Jéssica Boneco



Fotos: Equipa e clientes

“No dia 13 de maio de 2026, fiz a minha primeira viagem internacional com a AFID que foi até ao aeroporto de Paris, Orly, foi um bocadinho cansativa, porque tive de alterar as minhas rotinas, mas de vez em quando faz bem alterar as rotinas.

Gostei muito da equipa de funcionários e dos meus colegas que foram comigo à Disneyland Paris.

Nós ficámos hospedados, no Hotel Santa Fé, o hotel era muito bom e o pequeno almoço era excelente.

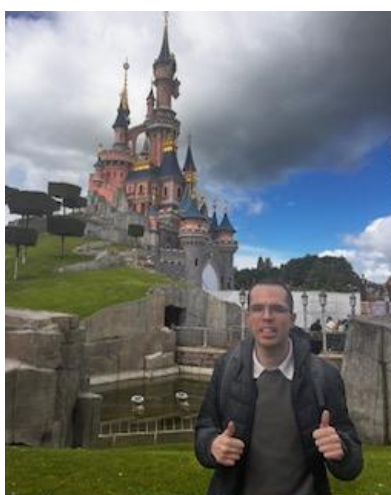
Também gostei da comida dos restaurantes da Disney e do jantar do Hotel Cheyenne

Na Disneyland Paris, gostei muito de todas as atrações que eu andei, as atrações que eu gostei mais foram a atração do Star Wars, o Ratatouills, a casa assombrada e também gostei de ver o espetáculo da noite.

No dia 15 de maio de 2026, voltámos para o aeroporto de Lisboa e soube bem regressar a casa.

Nesta viagem foi bom conseguir superar as minhas emoções.”

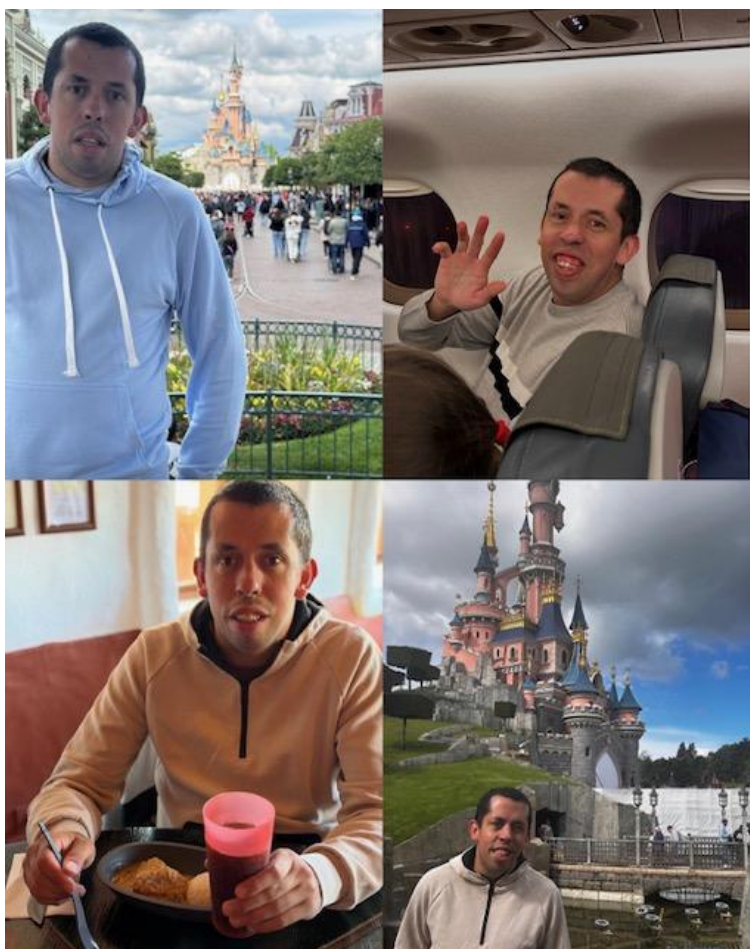
Pedro Carvalho



Fotos: Equipa e clientes

“Foi uma experiência boa andar de avião, foi a primeira vez e quero repetir outra vez. Senti-me bem, gostei das atrações todas menos da “Torre do Terror”. Gostei das paradas, fomos aos dois parques, gostei do castelo das princesas e do outro só foi pena porque estava a chover. Gostei de alguns restaurantes que nós fomos, gostei do “Big Thunder Mountain”, do “Ratatoille”, do “Peter Pan” e do “Buzz Light Year”.

André Paulo



Fotos: Equipa e clientes

CACI | “A NOSSA OPINIÃO CONTA” – VIAGEM À DISNEYLAND | MAIO 2026

“Foi bom ir à Disney, gostei de ver a Minnie, o que gostei mais foi de andar de avião e gostei de ver o Rei Leão.”

João Domingues



Fotos: Equipa e clientes

“Foi a primeira vez que eu fui à Disney. Fomos fazer atividades lá. Gostei de ver a Frozen, andei com o grupo na “Frozen”. Também fomos ver lojas lá e comprar presentes. Comprei duas prendas para dar aos pais e à minha namorada Isabel Silva. Gostei de dormir no quarto com o Silvano, com o Luís Rosa e com o Otto Cruz.

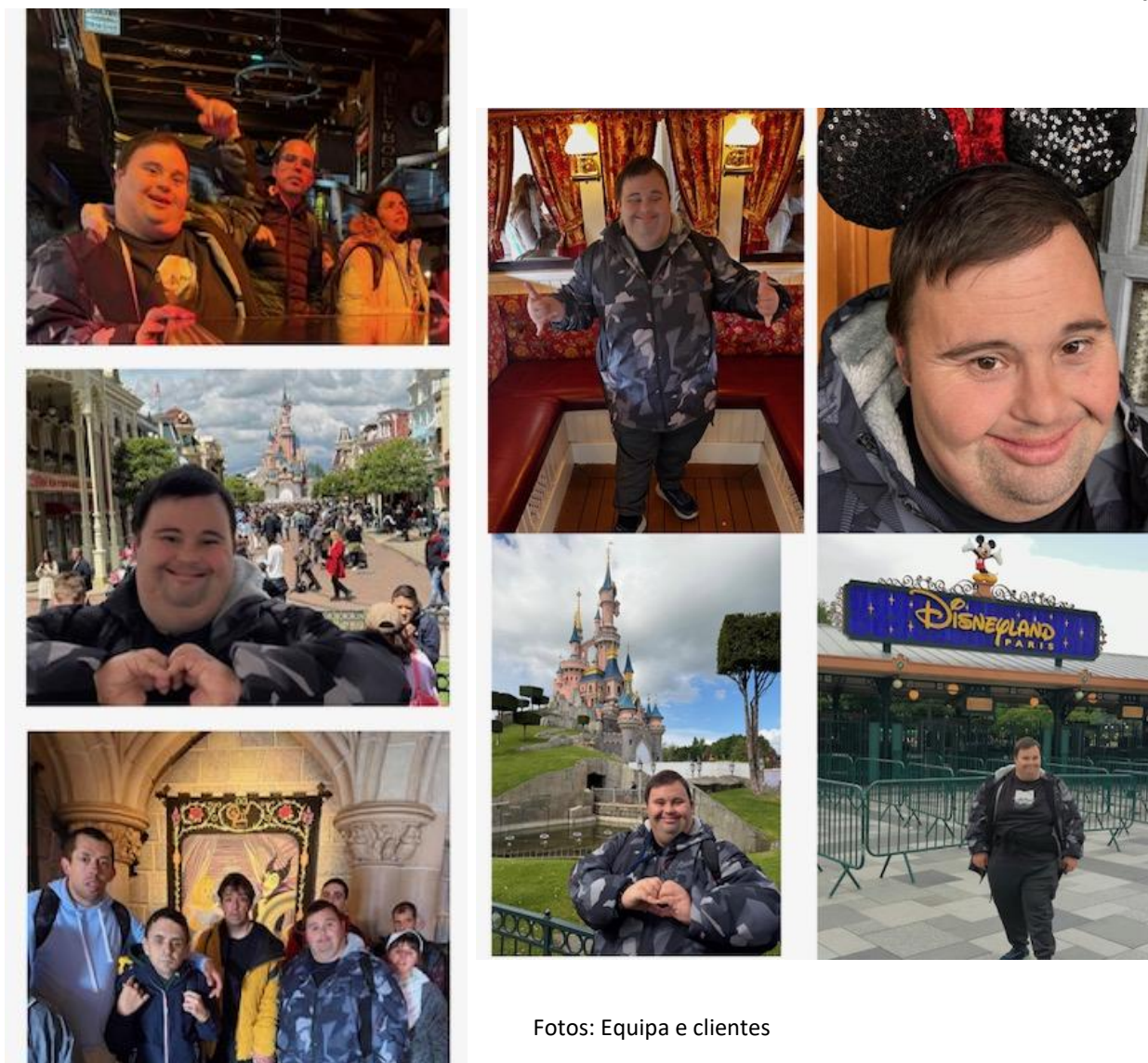
Andei no carrossel do “Peter Pan”, no carrossel do “Aladino”, no barco da Disney, no “Star Wars”, nos Carros de corrida, no “Pinóquio”, no “Buzz Lightyear” na “Casa Assombrada” nos “Piratas das Caraíbas” ficamos lá presos. Fomos andar no carrossel do “Ratatoille” e também fomos ao Castelo das Princesas, e andar no carrossel do “Rato Mickey”.

Os almoços foram muito divertidos, na sexta-feira fomos almoçar no restaurante e lanchámos no “Hotel Santa Fé”.

Fomos jantar e a Sofia Pinto filmou-me a dançar na Discoteca. Vi a minha namorada Isabel Silva na Disney e tirámos uma fotografia.

Foi muito importante irmos à Disney com o nosso grupo. Gostei muito de andar com o Marco Ferraz, fomos ver o espetáculo à noite e ficamos muito felizes. Gosto muito deste grupo. Gostava de repetir outra vez esta viagem!”

Luís Pezinho



Fotos: Equipa e clientes

“Foi fixe, gostei muito de ir à Disneyland, diverti muito, gostei de andar de avião, outra vez, gostei do hotel, do almoço, do jantar, mas não gostei do clima, chovia muito. Andei em muita coisa, tive muita coragem de ir ao Elevador do Terror, fui aos Piratas das Caraíbas e ficamos um bocado parados à espera de ajuda, enquanto ficamos parados comemos no barco e tiramos fotos e ainda ficamos um pouco assustados, mais ou menos 45 minutos presos. Depois começou a chover e tivemos que fazer o caminho todo à chuva. Depois fomos ao Buzz Light Year e foi disso que eu gostei mais porque foi a parte que foi mais calma, não é como o elevador do Terror que foi com força. O Elevador é muito mau, nunca mais vou ao elevador! Só fui para experimentar e para ver como é que era.

Depois andamos no barco e também gostei desse porque foi calmo, tiramos fotos nesse barco, depois cantamos os parabéns nesse barco a uma pessoa do nosso grupo, o Daniel Pinto que fazia anos no dia 14 de maio e fizemos um vídeo para enviar-lhe. Depois fomos ao Alladin e também gostei desse. Depois fomos para a Carapaça da tartaruga, tinha quatro lugares (dois para a frente e dois para trás), depois tinha uma parte escura e eu não gostei da atração da Carapaça. Depois fomos ao Ratattouile e eu gostei desse, cheirava a comida e levei com água da esfregona, mas essa água não tinha cheiro nenhum! Depois vimos o desfile na rua, vimos todos os bonecos da Disney e eu gostei mais da “Vaiana”. Depois fomos ao Star Wars, aquilo era em 3D e eu não gostei, era assustador. Depois fomos ao Frozen e ao Big Thunder Mountain. Depois fomos ao Space Mountain e eu não gostei desse porque passei mal quando saí de lá. É preciso muita coragem para andar no Space Mountain.

Gostava de repetir esta viagem”!

Carlos Dias



Fotos: Equipa e clientes

“Foi bom, andei no barco, nos carros pequenos, andei no Pinóquio, no Peter Pan, no Tapete, tirei muitas fotos, andei no Star Wars, depois fomos ver a parada, eu vi o Pluto e o Pateta. Fomos ao Castelo da Bela Adormecida e tiramos fotos. andei no Ratatouille com o Silvano.

Fiquei a dormir no hotel 2 noites, fomos almoçar no Restaurante “Woody” com eles lá. Gostei muito de ir à Disneyland com os meus colegas.

Depois fomos arrumar as coisas ao hotel e fomos para o avião. Estava lá o meu pai e a minha mãe à minha espera e fui de carro para casa com o meu pai e com a minha mãe.”

Rita Medeiros



Fotos: Equipa e clientes

“Gostei muito, muito, muito de andar de avião, de barco, nos Carrinhos, no Ratatouille e de dormir no hotel. Gosto muito de tudo. Gostei de ver o pateta o pato Donald e a Margarida. Gostei de andar no Aladin. O Pedro comprou 2 prendas. Choveu muito e tinha uma capa amarela. Fiquei no quarto do Marco, Pedro Carvalho e do Henrique. Gostei muito, muito. “

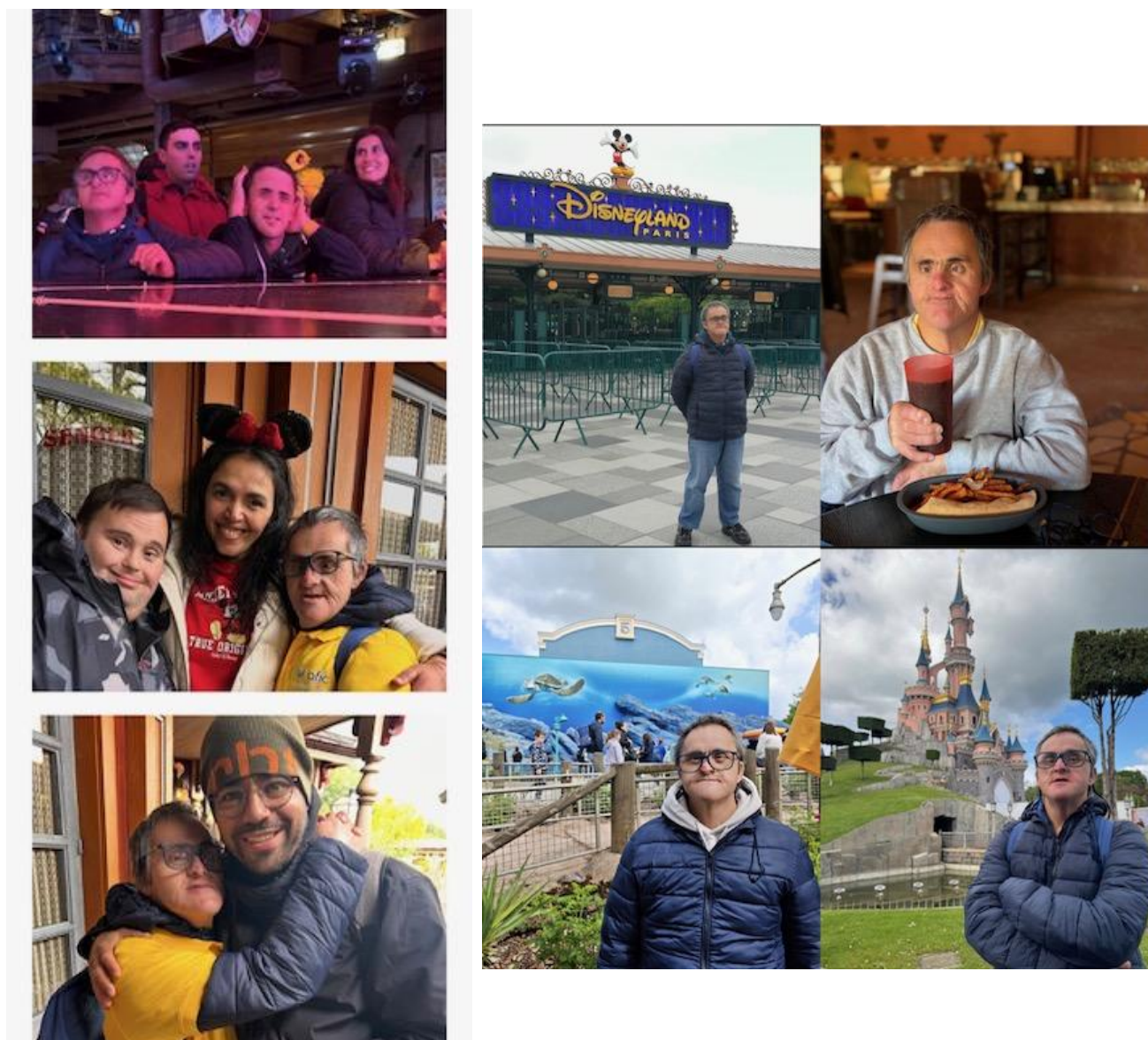
Pedro Mendes



Fotos: Equipa e clientes

“É mais fixe, eu gosto de ir passear, aquilo é muito fixe. Gostei de dar tiros no Buzz Light Year.
O nosso quarto tem camas de casal, tem televisão e tem tudo. Fomos sair à noite para a discoteca gostei de curtir, beber uma bejeca, tivemos um jantar de gala, aquilo é muita bom! A Disneyland é muita fixe para ir almoçar e jantar com vocês. Adorei comer a Pizza, as sobremesas era pudim, molotof, não havia bolo de bolacha que eu adoro.
Gostei de andar no barco, mas ficamos presos e molhados, eu e a Sofia.
Gostei de ver o filme sempre a andar, tive que colocar uns óculos escuros.
Lá era espetacular, fizemos uma granda festa.
A gente quer ir outra vez.
Para a próxima vez vamos ao Real Madrid, tem um restaurante espetacular mesmo bom.”

Luís Rosa



Fotos: Equipa e clientes

“Correu bem, fui ver o Pateta, senti-me bem, fui ver o Donald, estive a subir e a descer a roda. Gostei de ir ao restaurante, fui dormir no hotel,

Fui tomar o pequeno almoço no café, comi pão com manteiga, queijo e fiambre e bebi leite com café. Fui andar de autocarro, fui almoçar, comi as sandes com salada e atum e bebi ice tea e comi banana.

Fui ver o Mickey, fui ver o Pluto, o que gostei mais foi de comprar a garrafa de água da Disney e um íman da Disneyland Paris.

Eu gostei de ir ao “Elevador do Terror” e não tive medo, fui à “Casa do Terror” e eu subi e desci para o aeroporto de Lisboa.”

André Diniz



Fotos: Equipa e clientes

“A viagem foi um bocado cansativa, tive um bocado de medo de algumas atrações que andei com o Silvano como o: “Peter Pan” porque o barco andava no escuro.

Também tive medo do “Pirata das Caraíbas”, mas aqui era diferente porque não era um barco voador, era um barco normal que andava na água e o que metia medo eram as subidas e descidas.

No “Frozen” só a parte da música da Elsa é que me meteu medo porque o barco andou para trás.

O “Buzz Light Year” também meteu um bocadinho de medo.

O “Ratattoille” não me custou tanto como as outras.

A “Casa Assombrada” também mete medo e o “Star Wars” é como se tivesses dentro do filme, mas mete um bocado de medo.

Também gostei de andar de avião e da parada que eles fizeram.”

Otto Cruz



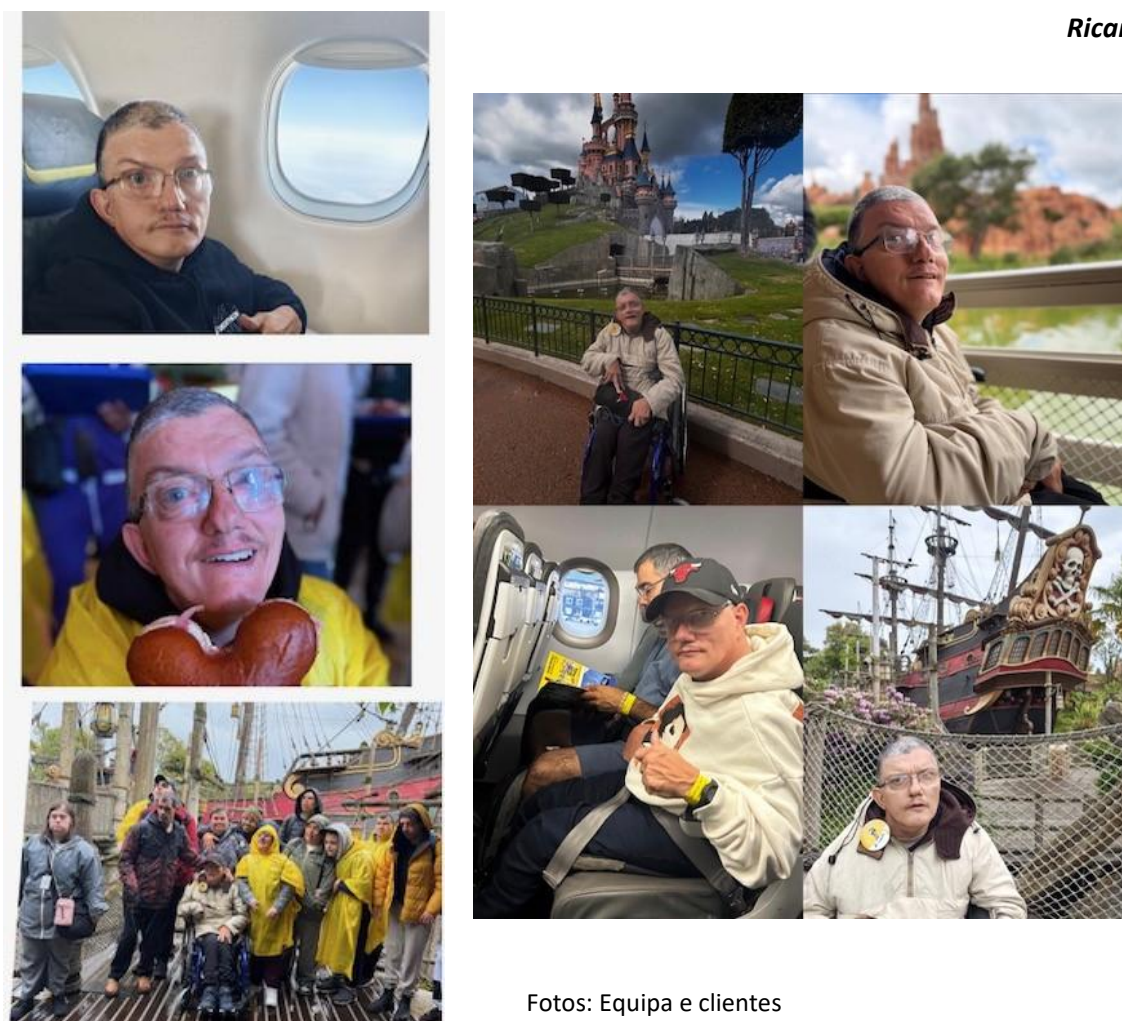
Fotos: Equipa e clientes

“No dia 13 de maio de 2026, eu fiz uma viagem de avião para a Disneylândia. Saímos de Portugal por volta das 5 e tal da manhã, a viagem foi tranquila, fui à janela e deu para ver o nosso país por cima durante algum tempo. Já não andava de avião há 10 anos. Eu fui com algumas expectativas, a primeira foi conhecer o parque de diversões da Disneylândia sabendo que não poderia andar em todas as atrações por causa da minha limitação física. Quando chegamos por volta das 9h30 a Paris, gostei muito da receção do hotel que se chamava: “Santa Fé” (hotel dos Cars) mas não gostei do hotel porque não têm acessibilidades para nós que andamos em cadeiras de rodas nas casas de banho. Depois fomos para o Parque da Disney Land para andarmos nas diversões, eu fiquei um pouco revoltado porque quando era para eu andar em alguma diversão era logo um “Não”. A explicação que nos davam era que tinha que ter alguma mobilidade, não total, mas tinha que ter alguma, conseguir entrar e sair das atrações. Isso para mim e para a equipa foi um pouco revoltante.

Para mim, ver um parque de diversões e não haver inclusão para todos não é inclusivo. Não é para todos... é só para alguns. Eu agradeço muito à equipa e ao Marco por termos ido mudar a cor do raio do cartão que nos identificava, a partir daí já pude andar no “Ratatouille”, no “Peter Pan”, andei nos Carrinhos com o Marco, no “Star Wars” e pronto a partir daí fiquei mais feliz por ter oportunidade de experienciar o parque. “Mas atenção, as coisas que nos dizem por vezes não é a realidade.” Eu imagino, se na DisneyLand é assim então como será o resto do país. Nós fomos por uma agência que deixou muito a desejar nesta organização, tivemos problemas para entrar e sair do avião porque não estava marcado, o meu quarto e casa de banho não era adaptado, e isso limitou as minhas autonomias.

“Isso não é aceitável nos tempos de hoje porque assim a Inclusão não é para todos, e estão a fazer exclusão. Todos os cidadãos deveriam ter oportunidade de usufruir de tudo por igual!”

Ricardo Galante

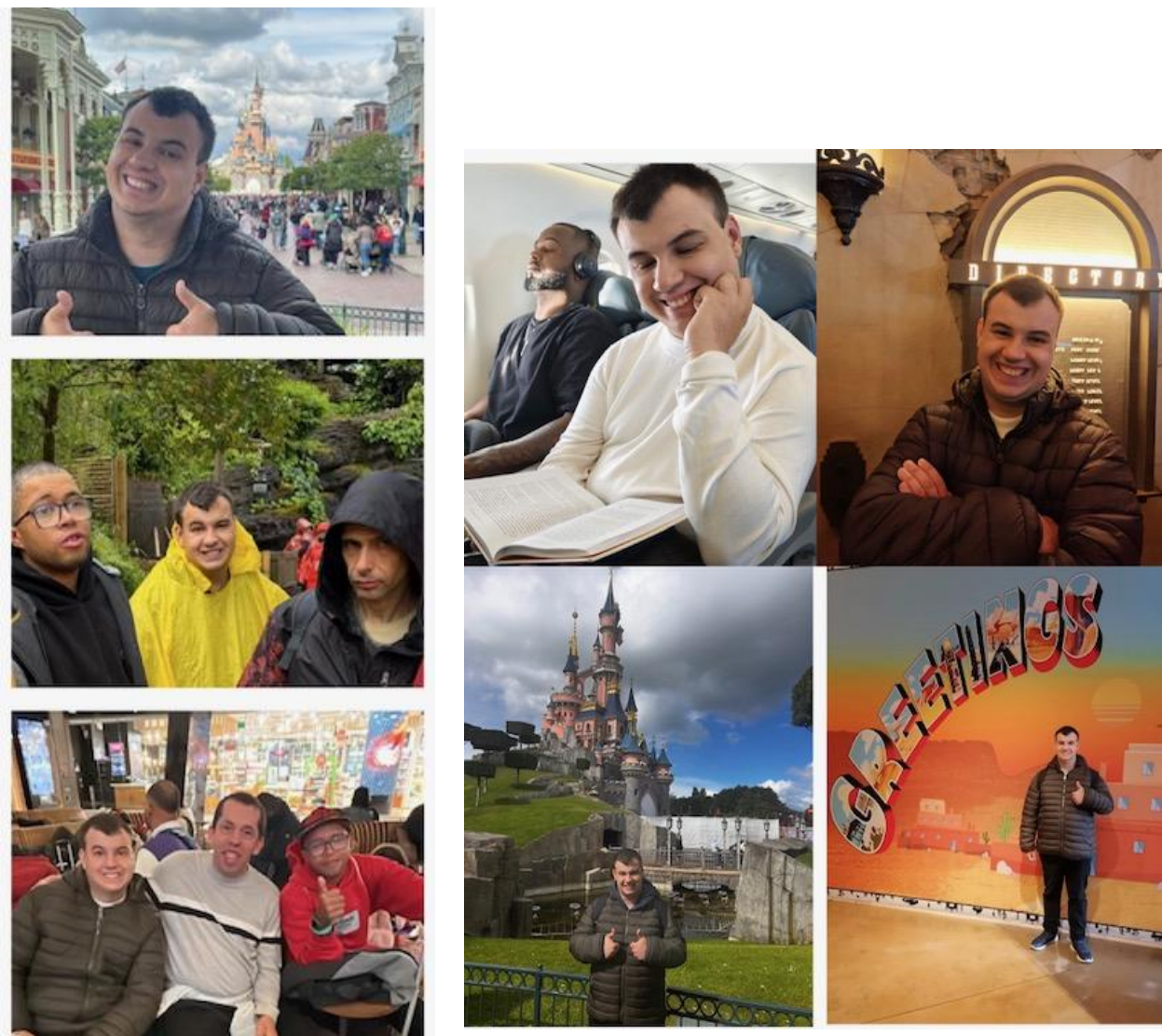


Fotos: Equipa e clientes

“No dia 13 de maio de 2026, chegamos ao aeroporto e fomos para o lugar de embarque. A segurança correu bem, às 5:30 estávamos a embarcar no avião e a viagem correu muito bem. Chegámos a Paris às 10:30 e estavam à nossa espera umas carrinhas para nos levar para a Disney. Quando chegamos ao hotel deixamos as malas guardadas e fomos para o parque, onde andamos no elevador do terror que foi muito divertido, vimos a parada que foi muito giro e eu até preguei uma partida à “Vaiana”. “Ela ficou tão chateada!” No segundo dia fui à “Casa do Terror” (Phantom Manor), fomos a uma atração do Peter Pan que foi muito divertido e foi uma das que eu mais gostei. Nesse dia também vimos o espetáculo de encerramento.”.

Para mim esta viagem foi a melhor viagem de sempre adorei as experiências como a torre do terror, o frozen, a casa do terror, a thunder montain e a big space montain foram as melhores experiencias da minha vida. Gostei muito dos jantares nos restaurantes e os pequenos almoços no hotel e também gostei o almoço no Rei Leão e no sitio dos cowboys. Aquilo que eu senti durante a viagem foi felicidade e entusiasmo e alegria, e o que eu trago da viagem são as belas memórias e a diversão destes dias e gostava de um dia voltar lá.

Henrique Matias



Fotos: Equipa e clientes

“Gostei muito de ir à viagem da Disneyland Paris. Gostei de ver o Mickey e a Minie na parada, no desfile das personagens. Gostei de ver o espetáculo da noite com fogo de artifício. Gostei de tirar fotos com a Sofia Pinto. Andamos de autocarro do hotel para os parques.

Almoçamos em diferentes restaurantes, almoçamos no restaurante Hakunamatata.

Uma noite tivemos na discoteca, jantamos no restaurante Billy Bobs, que é muito bonito e tem boa comida.

Fiquei muita cansada porque tinha que andar muito e chovia muito, fiquei com dores nos pés mas não desisti.

Andei em muitas diversões, gostei muito mas ficamos presos muito tempo nos Piratas das Caraibas.

Gostei da Frozen, Casa do terror, Peter Pan, Buzz lightyear, Aladin, Castelo da bela Adormecida, Ratatouille e assisti com óculos escuros ao filme do Star Wars, que meteu medo.

Partilhei o meu quarto, com a Rita Martins, Jéssica e Rita Medeiros. Gostei muito dos pequenos almoços do Hotel Santa Fe, comi croassaints com nutela, queijo e fiambre, bebi sumo de laranja natural e comi fruta.

O tempo não esteve muito bom, porque às vezes ficava sol e depois muita chuva.

É muito importante para nós participar nesta atividade porque somos adultos e podemos estar todos juntos. Acho que nos portamos muito bem. Para mim foi muito importante nesta atividade à Disneyland.

Madalena Reis



Fotos: Equipa e clientes

CACI | “A NOSSA OPINIÃO CONTA” – VIAGEM À DISNEYLAND | MAIO 2026

“Esta viagem foi uma experiência muito boa e fixe, gostei de estar com os meus colegas e colaboradores. Senti-me muito bem e adorava voltar à Disneyland Paris. Aquilo foi bombástico, ir a uma cena destas e gostava de repetir esta viagem se fosse possível. É pena que esteve a chover os três dias.

Os quartos eram muito fixes, eram da fãisca mcqueen, as casas de banho eram muito limpinhas, as camas eram quentinhas. Adorei partilhar o meu quarto com o Diniz, Ricardo Galante e o Eldair brincamos e rimos muito foi muito divertido. Gostei muito de andar nas atrações, adorei ir à nave da star wars, foi giro porque tive de usar uns óculos para vermos o filme. Também adorei a velocidade da nave. Foi a minha atração preferida, também a sensação foi muita boa e andei duas vezes na nave da star wars. No filme vi as baleias e os robots com as espadas. Fomos ao espetáculo da noite e gostei muito.

A alimentação foi muito boa, comi buffet, podíamos comer tudo o que houvesse, também podíamos repetir quantas vezes que a gente quisesse e a comida era espetacular. Depois ao sair do restaurante houve música e tiramos muitas fotos, vimos o espetáculo na rua das personagens da Disneyland e depois comemos uma grande sandes e um pacote de batatas fritas. Esta experiência fez sentir-me bem e alegre, foi uma maravilha, se dependesse de mim, eu ainda ficava mais uns diazinhos porque adorei estar lá na Disneyland Paris. Não percebi a lingua dos franceses.

Gostei de ir no último dia à loja para comprar as lembranças. Trouxe cinco portas chaves, um da nave da star wars, outro do homem aranha, outro do homem de ferro, o escudo do capitão américa e martelo do thor. Eu adorei muito as minhas lembranças, liguei a minha irmã várias vezes a dizer que realizei a minha viagem de sonho. E senti-me bem foi uma coisa que eu queria desde pequenino.”

Rafael Santos

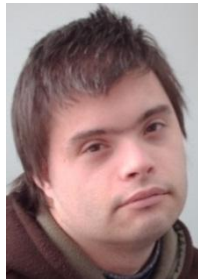


MAIO 2026

Os nossos parabéns a todos os aniversariantes!



Daniel Pinto



Ricardo Magalhães



David Miguel



Pedro Mendes



Joana Lopes



ÍNDICE

CACI "A NOSSA OPINIÃO CONTA" - BANCO ALIMENTAR MAIO 2026	02
CACI "A NOSSA OPINIÃO CONTA" - INAUGURAÇÃO EXPOSIÇÃO NO ISEG MAIO 2026	03
CACI "A NOSSA OPINIÃO CONTA" - FORMAÇÃO NA BOLT MAIO 2026	04
CACI "A NOSSA OPINIÃO CONTA" - VIAGEM À DISNEYLAND MAIO 2026	05
CACI "ANIVERSÁRIOS" MAIO 2026	22
CACI "ÍNDICE"	23
CACI "FICHA TÉCNICA"	23

FICHA TÉCNICA

Propriedade:	Fundação AFID Diferença
Direção:	Catarina Seixo, Sofia Pinto e Ana Carvalho
Edição/ Redação:	Daniel Pinto, Diogo Silva, Catarina Seixo, Jéssica Boneco e Sofia Pinto
Revisão:	Catarina Seixo, Pedro Carvalho, Sofia Pinto e Ana Carvalho
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:

www.afid.pt | www.facebook.com/fundacaoafid