O Obelisco

Boletim Informativo da ALADI n.º 18 abril/ junho 2016

Aniversário da ALADI: 29 anos a diminuir a diferença

Pág. 2

Este ano, a ALADI apostou num dia diferente para assinalar o seu aniversário. Assim, no dia em que completou 29 anos, a instituição assinalou a data com um dia aberto à comunidade.

Grupo Filinto Mota

A ALADI foi, este mês, contemplada com a doação de uma viatura pelo Grupo Filinto Mota.

Pág. 3

"Todos por uma causa"

O Multiusos de Guimarães foi palco da iniciativa "Todos por uma Causa, Todos pela Deficiência", na qual a ALADI participou.

Pág. 3

Junho: O Mês do Desporto

Na ALADI, o mês de junho foi dedicado ao desporto adaptado. Veja seis das atividades desenvolvidas.

Pág. 5

Terapia com Animais

Semanalmente, a ALADI tem a colaboração da Catariana Cascais e da Clara Cardoso que, juntamente com os seus cães, desenvolvem atividades com os nossos utentes.

Pág. 7

Arraial de São João

Como manda a tradição, a ALADI celebrou as festas joaninas com muita animação e boa disposição. Não faltaram as marchas e o rigor ao assinalar a festividade.

Pág. 7

Aniversário da ALADI
29 anos a dimunir a diferença

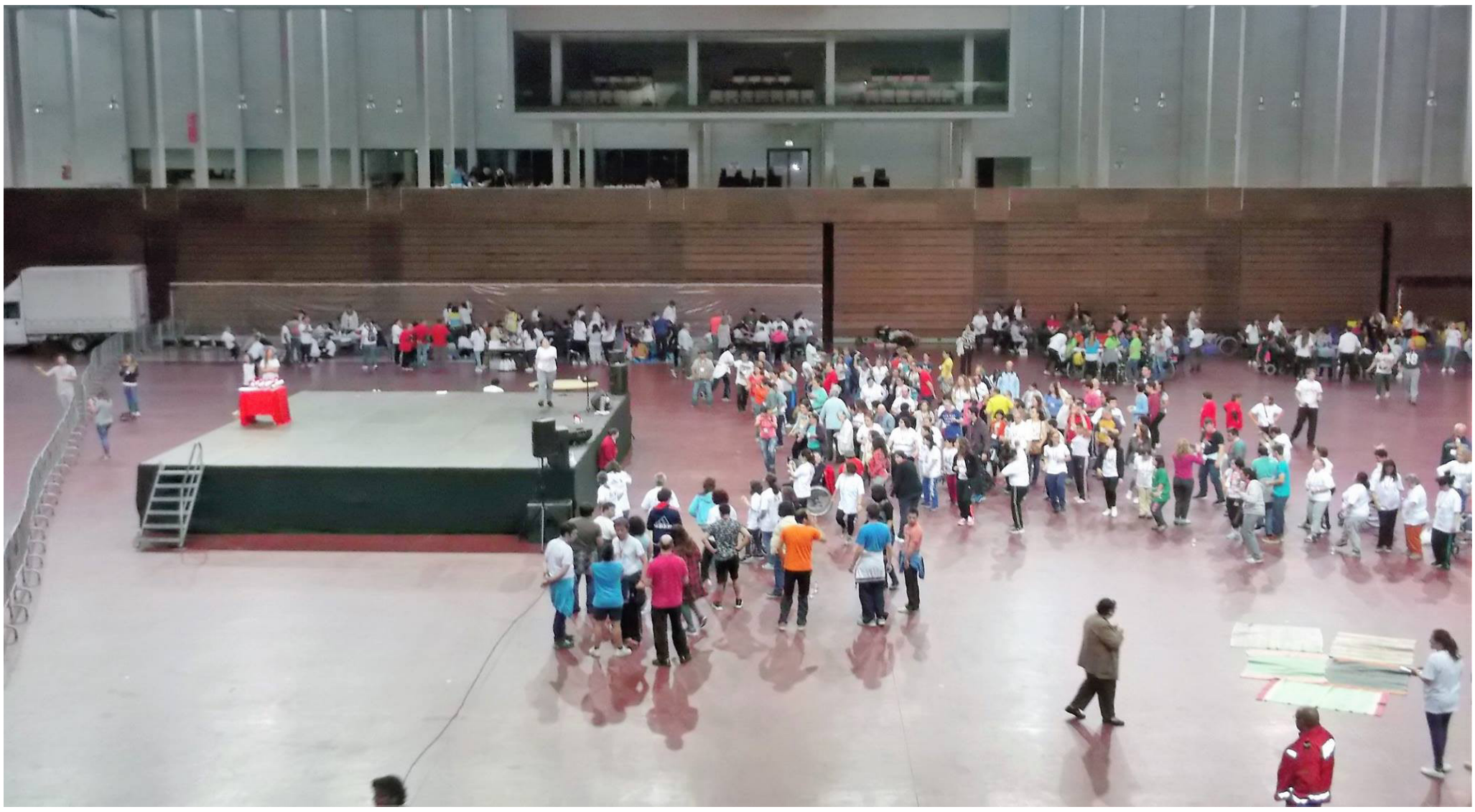
Este ano, a ALADI apostou num dia diferente para celebrar o seu aniversário. Assim, no dia em que completou 29 anos, a ALADI assinalou a data com um dia aberto a outras instituições e à comunidade.

Amanhã começou bem cedo na ALADI. O Programa de Aniversário foi composto por eventos de caráter cultural e criativo, de forma a interagir com a comunidade local. A partir de arte participativa e de manualidades, os espaços exterior e interior passaram a ser lugares de convivência, partilha, exposição, apresentação, divulgação e de experiência entre diferentes instituições, familiares e visitantes, criando assim um ambiente diferente e único para todos. O dia foi colorido com muitas atividades e desafios que puseram à prova quem participou. Desde ateliês de comida com piada, a massagens de relaxamento, os participantes tiveram direito a um dia repleto de diversão. Rotativamente, os utentes presentes foram passando de oficina em oficina, ao longo de todo o dia. Um dos nossos desafios foi criar um mural com recurso a stencil e arte urbana na parede de uma das salas. A oficina de carimbos foi também uma das muitas atividades realizadas. Nesta oficina, o desafio era criar carimbos através da técnica da batata. Marta Ambrósio veio à ALADI e trouxe o Reiky, uma antiga arte tibetana de canalização de energia vital através da imposição das mãos. E como relaxar também é importante, tivemos, ainda, uma oficina dedicada a massagens!

Os utentes durante uma aula de Reiky, uma antiga arte de canalização de energia vital através da imposição das mãos.

"Todos por uma causa"

O Multiusos de Guimarães foi palco, no dia 6 de junho, da iniciativa "Todos por uma causa, todos pela deficiência" promovida pelo Alecrim - Lar Residencial e Centro de Actividades Ocupacionais da Santa Casa da Misericórdia de Guimarães.



O Multiusos de Guimarães foi palco, no dia 6 de junho, da iniciativa "Todos por uma causa, todos pela deficiência" promovida pelo Alecrim - Lar Residencial e Centro de Actividades Ocupacionais da Santa Casa da Misericórdia de Guimarães. O tema deste ano foi o "Desporto de Aventura". Na segunda edição da iniciativa, e durante todo o dia, foram promovidas diversas atividades, nomeadamente atuações musicais, danças, ateliês e jogos. A ALADI participou no evento com sete dos seus utentes, no qual marcaram também presença instituições como a APPACDM, a MADI e a ALECRIM. No final do dia, a nossa casa recebeu um troféu e um certificado de participação. Os utentes revelaram-se animados com a diversidade de atividades e momentos de convívio proporcionados pelo evento.

Grupo Filinto Mota

A ALADI foi, este mês, contemplada com a doação de uma viatura pelo Grupo Filinto Mota, estando presente no ato de entrega os representantes das duas entidades. A ALADI enaltece o forte sentido de responsabilidade social da Filinto Mota, que respondeu afirmativamente ao apelo feito pela ALADI para beneficiar os utentes que recorrem ao serviço de transporte assegurado pela associação. O Grupo Filinto Mota juntou-se a um grupo de mecenas da ALADI que se preocupam com o apoio aos nossos concidadãos com deficiência e que procuram, com as suas ações e gestos, proporcionar a qualidade de vida que todo o ser humano merece.

ALADI: Atividades dentro de casa

Dentro da ALADI, todos os dias, levam-se a cabo várias atividades que visam desenvolver e pôr a mexer os nossos utentes. Fica aqui o registo de três realizadas ao longo destes últimos três meses.

Jardinagem

As atividades ao ar livre fazem parte do nosso dia-a-dia. Assim, é na jardinagem que os nossos utentes cultivam produtos hortícolas e dão vida à nossa instituição com o embelezamento dos nossos jardins. Estamos a desenvolver desde fevereiro uma atividade de produção de cogumelos em borras de café. Os primeiros "frutos" começam a aparecer agora.

GNR na ALADI

A 26 de abril, a GNR visitou a ALADI para elucidar os nossos utentes para a prevenção rodoviária. Foram cerca de 60 os que puderam assistir a uma pequena palestra sobre prevenção rodoviária, a importância dos cintos de segurança e das regras que devemos cumprir quando andamos na rua. Para além de tudo isto, tiveram a oportunidade de participar numa gincana com sinais de trânsito em que a maioria dos utentes percorreu um circuito de kartings a pedais. Inserida no Programa da Escola Segura da GNR, a atividade teve como objectivo fomentar uma visão diferente dos agentes, bem como proporcionar de uma forma lúdica conhecimentos na área da prevenção rodoviária. Foi uma tarde de aprendizagem e diversão, com um *feedback* bastante positivo, quer dos nossos utentes quer da GNR.

Relaxamento em Família

Entre 10 e 31 de maio, a ALADI promoveu uma atividade em família. No referido período de tempo, foram agendadas várias sessões de relaxamento com familiares e utentes, de acordo com a disponibilidade de técnicos e familiares. No total, participaram na atividade cerca de dez utentes e os respetivos famílias, juntamente com os nossos técnicos Carla Guedes e Ricardo Meneses. O objetivo foi proporcionar uma atividade relaxante e que promovesse a interação dos familiares com a instituição. Todos se mostraram muito satisfeitos com a iniciativa e até referiram que gostariam de voltar a participar em eventos similares.

Junho: o mês do desporto

Na ALADI, o mês de junho é dedicado ao desporto adaptado. Com esta iniciativa pretendemos desenvolver atividades para pessoas com deficiência, possibilitando a paridade de oportunidades no que diz respeito ao livre acesso ao desporto.

Boccia

Neste sentido, começamos este mês da melhor forma: com um torneio de Boccia, a 3 de junho. Boccia é uma modalidade de cariz universal, descendente de um jogo da antiga Grécia, que prosperou através do Império Romano, tendo dado origem a vários jogos, dos quais destacamos o Bowling e a Petanca. O objetivo deste desporto é colocar as bolas de cor – seis azuis contra seis vermelhas – o mais perto possível de uma bola alvo – bola branca –, que é atirada ardilosamente por um primeiro jogador para dentro do recinto de jogo. Nesta iniciativa, promovida pela ALADI, participam a MADI Ferreiró e a APPACDM da Maia.

Remo Indoor

A Madi organizou uma atividade de Remo, a 7 de junho, junto ao rio e ao Clube Fluvial Vilacondense. Sete dos nossos utentes marcaram presença na actividade, realizando uma prova de 1000m e disputaram a final de 500m. Presentes estiveram também as instituições MADI Azurara e de Ferreiró e a APPACDM Maia. Os nossos utentes mostraram ter gostado de participar e de conviver com os outros grupos e de conhecer sítios diferentes.

Yoga e piquenique

A ALADI foi anfitriã de um dia diferente, com muito relaxamento. O Dia Mundial do Yoga foi celebrado na nossa instituição com a APPACDM MAIA e a MAPADI. Os nossos convidados foram orientados pela professora Marta Ambrósio que os guiou num dia com muita diversão. Desde piqueniques, dança em ambiente de arraial e uma visita guiada à instituição para os grupos convidados, os utentes passaram um dia muito agradável e diferente.

Caminhada Solidária

A caminhada Solidária "Caminhar para Ajudar", promovida pela União de Freguesias - Perafita, Lavra e Santa Cruz do Bispo, contou com a presença de mais de 500 participantes, no passado dia 16 de abril. Entre eles estava a ALADI. Com ponto de encontro no Grupo desportivo da Aldeia Nova e de mochila às costas, sete dos nossos utentes, acompanhados por um técnico e uma funcionária, percorreram os 8km de passadiço que ligam a Praia de Cabo do Mundo à Praia do Corgo. Para além da caminhada, as animações não faltaram: música com aquecimento e aula de relaxamento, insufláveis para os mais pequenos e largada de balões. Parte das receitas angariadas reverteram para o fundo de emergência social da autarquia. A atividade correu muito bem e o tempo acabou por ajudar. Os nossos utentes gostaram de participar na iniciativa e de contactar com outras pessoas.

Orientação Adaptada

O Parque da Lavandeira, em Gaia, acolheu uma prova de orientação adaptada, na qual a ALADI participou. O evento, organizado pelo grupo GD4 Caminhos e ANDDI, teve início às 10 horas do dia 18 de junho. Sete dos nossos utentes, juntamente com outras instituições, desenvolveram várias atividades de Orientação e desporto adaptado. Foi um atividade nova que permitiu aos nossos utentes descobrir as suas apetências desportivas. No final do dia, o *feedback* foi muito positivo.

Milha da Misericórdia

Vinte e cinco de maio foi o dia dedicado à corrida e a ALADI não podia faltar. De mochila às costas, seis dos nossos utentes percorreram 800m. A caminhada teve início na Rua Rainha Dona Leonor, em Vila do Conde, e iniciou-se por volta das 10h. Para a prova foram convidados vários clubes e instituições da zona norte do país, numa iniciativa promovida pelo Centro de Apoio e Reabilitação para Pessoas com Deficiência e pela Santa Casa da Misericórdia de Vila do Conde. Com o objetivo de fomentar a cultura desportiva e o intercâmbio interinstitucional, a ALADI aceitou o desafio, acabando por ser um dia divertido. O *feedback* da actividade foi bastante positivo e até ficou a pergunta no ar de quando seria a próxima caminhada. Presentes estiveram mais instituições, entre elas a MADI Ferreiró e de Azurara, a CAID de Santo Tirso, a Santa casa da misericórdia, a MAPADI e o Clube de Gaia.

Terapia assistida por animais

A Terapia Assistida por Animais é uma intervenção dirigida por objetivos, na qual um animal obedece a critérios específicos e é parte integrante do processo de tratamento de um doente. A Clara Cardoso e a Catarina Cascais juntaram-se à ALADI e agora os nossos utentes beneficiam desta terapia.

A Terapia Assistida por Animais é uma intervenção médica dirigida com objetivos, na qual um animal obedece a critérios específicos e é parte integrante do processo de tratamento do doente. É efetuada ou dirigida por um profissional da área da saúde, com conhecimentos especializados no âmbito da prática. Catarina Cascais e Clara Cardoso conheceram-se na faculdade e a vontade de trabalhar com animais levou-as a fazer diferente. "Ladra comigo" procura promover o desenvolvimento de competências sociais, emocionais, físicas e cognitivas, através do uso de animais. A Clara Cardoso e a Catarina Cascais, juntamente com os cães Lika, Safira, Milu e Miles fazem agora parte da equipa da ALADI e, todas as quartas-feiras, desenvolvem atividades com os nossos utentes. Catarina Cascais explica que a terapia com animais é "uma óptima forma de trabalhar porque os utentes não sabem que estão a trabalhar, eles pensam que estão a brincar com os animais. Esta terapia proporciona um aumento da autoestima e da autoconfiança, reforçando a dinâmica de equipa". "Através de brincadeiras com os cães, nós conseguimos trabalhar dimensões de que eles não se apercebem, sejam dificuldades motoras ou relacionais", explica a terapeuta. O *feedback* tem sido bastante positivo e o à-vontade dos nossos utentes com os amiguinhos de quatro patas é bem visível!

Arraial de São João

Quadras,manjerico, alho porro e sardinhas. Manda a tradição que assim se comemore o São João do Porto. E na ALADI não podia ser diferente. Assim, a 22 Junho, alguns clientes e funcionários da ALADI foram convidados para participar com as suas marchas no Arraial Cascata Leceira, na Quinta de Santiago. No dia 23, o Arraial de São João continuou na nossa instituição com muita festa, música, marchas sanjoaninas e com a presença de um novo amigo da Terapia Assistida por Animais.

ALADI: Atividades de verão

O calor do verão já se sente na ALADI. É tempo de estar cá fora e celebrar a chegada de mais uma estação com os amigos. Seja a fazer arte, a caminhar ou a observar, na ALADI, tudo nos ajuda a crescer, a aprender e a ser felizes!

Cozer o Pão

Do cereal se faz o pão é o nome da oficina na qual os nossos utentes participaram. Foi na Fundação de Serralves que aprenderam a fazer pão. Enquanto se esperava que o pão acabasse de cozer, os utentes aprenderam como se faz farinha. Estes estiveram a triturar cereais e observaram-no a transformar-se em farinha. Depois disso, tiveram a oportunidade de conhecer os diferentes tipos de cereais que existem, como o trigo, a cevada e o milho. No final, e depois de o pão estar cozido, foi tempo de o provar. Os utentes puderam, ainda, visitar a horta e ver o desenvolvimento dos cereais, conhecendo os seus ciclos de produção e observando as cores e texturas diferentes.

Exposição de Olaria

Os nossos utentes marcaram presença na Exposição de Olaria, dinamizada pela Câmara Municipal de Matosinhos, a 11 de maio. A exposição, inserida nas Festa do Senhor de Matosinhos, contou com cerca de 60 peças da coleção de olaria reunida pelo fotógrafo José Cristóvão Dias. Nesta mostra, sete dos nossos utentes puderam ver como o sagrado e o profano, o familiar e o exótico se tocam. As bilhas de Estremoz, os presépios de Barcelos ou os pratos de São Pedro do Corval foram algumas das peças que ali encontraram. A exposição em causa foi oferecida à autarquia, por um oleiro após a sua morte.

Dia Mundial da Criança

No Mundial da Criança, os nossos utentes decidiram preparar uma surpresa aos mais novos. Durante a tarde, sete utentes vestiram-se a rigor e estiveram na Escola Primária de Agudela, a contar uma história aos alunos. Para além de assinalar o dia, a atividade teve como objetivo sensibilizar a comunidade infantil para a problemática da deficiência. Os pequenitos gostaram da surpresa e as educadoras mostraram-se participativas e satisfeitas com a nossa visita.