

Jornalita

folha informativa da CERCIMARCO

Ano – 1 | Número 4 | Out. | Nov. | Dez.

EDITORIAL

Os dias foram passando, o verão terminou, o outono chegou e já foi embora, deixando o Inverno e o frio. Mas nem este último, impediu as muitas actividades e iniciativas realizadas na CERCIMARCO.

Durante estes últimos três meses, as actividades foram bastante diversificadas, temos por exemplo a Hora do Conto, o sexto ano consecutivo do concurso Mãos com Arte, o Festival de Danças de Salão, de forma angariar fundos para o complexo da CERCIMARCO em Alpendurada, a Festa e o almoço de Natal com os clientes do CAO e as crianças do CATL de Vila Boa de Quires entre muitas outras actividades.

O melhor será ler a nossa Jornalita e deixar-se envolver pelo entusiasmo que as actividades despertaram nos nossos clientes.

E como a nossa instituição esta de Parabéns este mês, teríamos o maior prazer em que estivesse presente no dia 14 de Janeiro de 2012 no lançamento da primeira pedra do Complexo Residencial de Alpendurada e no jantar a realizar-se no restaurante o Plátano, de forma a comemorar os 25 anos da CERCIMARCO.

DIA DA ALIMENTAÇÃO

No dia 17 de Outubro comemorou-se o Dia Mundial da Alimentação. A tarde iniciou-se com uma apresentação da Roda dos Alimentos e com um jogo no qual os clientes tinham de ir ao encontro de alguns alimentos para, posteriormente, colocá-los numa nova roda dos alimentos. De seguida, jogaram um “Quiz” relativo à temática deste dia e no qual, mostraram como tinham estado atentos à explicação fornecida anteriormente. Por fim, realizaram uma adaptação do jogo de cadeiras com frutas, fazendo jus ao dia em questão, sendo que a grande vencedora foi a Alice.

Facebook.com/CERCIMARCO



**Colabore com a CERCIMARCO
Adquira o porta-chaves da Lita
por apenas 2,00€**

HORA DO CONTO

Num dia chuvoso como o 26 de Outubro de 2011, o CAO recebeu pela primeira vez a visita de uma professora de teatro, a professora Anabela Alvea que se voluntariou a vir até às nossas instalações realizar uma sessão da Hora do Conto. A história que trouxe chamava-se “TANTO, TANTO”, que ilustrava e



narrava a história de um bebé moçambicano. Após a alegria e a euforia que a professora Anabela deixou, voltou a visitar-nos mas desta vez com uma nova história, intitulada de “Quando eu nasci...”, de Isabel Martins. A história aborda as primeiras descobertas infantis em que a criança começa a perceber o significado dos cheiros, dos sons, das cores, dos gostos e das figuras do mundo, onde ia percebendo que não conhecia nada disso antes de nascer, na barriga da sua mãe e que o mundo é um lugar cheio de surpresas que apelava à sua curiosidade. Após esta interpretação, a professora Anabela proporcionou um conjunto de experiências sensoriais nas quais os clientes tinham de identificar os objectos fornecidos através do tacto e do olfacto. Mais uma vez, todos apreciaram este momento transmitindo muita alegria e satisfação.

DIA MUNDIAL DA TELEVISÃO

Na sequência da comemoração do Dia Mundial da Televisão, no dia 21 de Novembro, foi proporcionada uma “tarde de cinema”, onde puderam ver o filme de animação “Entrelaçados” com direito a pipocas. Todos gostaram muito da escolha do filme baseado no conto da Rapunzel, numa adaptação da Disney bem divertida.

MÃOS COM ARTE VI – FLOR (E) ARTE

No dia 18 de Novembro de 2011, pelas 15h30, no Museu Cármen Miranda decorreu a entrega dos prémios do concurso Mãos com Arte VI – Flor (e) Arte, em 1º Lugar ficou classificada Associação de Solidariedade Social de Espadanedo, com o trabalho “Flores de Luz”, em 2º Lugar ficou classificado a o Centro de Actividades Ocupacionais – Latino Coelho do Porto, com o trabalho “Flores de silêncio” e em 3º e último lugar tivemos a APPACDM de Vila Nova de Gaia, com o trabalho “Jardim de Flores”, empatando assim com a CERCIMARCO, com o trabalho “Flores da Esperança”. Contudo ficou acordado entre a organização ceder o Lugar a APPACDM de Vila Nova de Gaia, uma vez que foi a CERCIMARCO a entidade organizadora, fazendo com que não houvesse necessidade de realizar uma nova avaliação. A opinião era unânime, todos os visitantes da exposição e júri afirmaram que os trabalhos desta sexta edição, do concurso Mãos com Arte VI – “Flor (e) Arte, estavam todos fantásticos e com grande qualidade, tendo sido dito pelos elementos de júri que foi bastante difícil realizar a avaliação. Os objectivos do concurso foram cumpridos tendo existido troca de ideias e convívio entre os clientes e técnicos das várias instituições participantes, bem como a criatividade e o empenho dos clientes nos variados trabalhos manuais. A vontade de repetir a iniciativa ficou juntamente com novas ideias, tendo o Senhor Presidente da Câmara Municipal mostrado interesse em realizar uma exposição itinerante, com os trabalhos referentes ao concurso, pelas várias freguesias do concelho, onde a CERCIMARCO aceitou o desafio com grande entusiasmo.



CONCURSO POSTAIS DE NATAL

À semelhança do ano anterior, os meninos e meninas do CATL de Vila Boa de Quires participaram no concurso de postais de Natal realizados a partir de materiais reciclados. Foram utilizados materiais como, cartão de caixotes, revistas velhas, sementes, folhas, flores, papel higiénico...Fica aqui um exemplo.



DIA INTERNACIONAL DA PESSOA COM DEFICIÊNCIA

Na Segunda-feira, dia 5 de Dezembro de 2011, os clientes da CERCIMARCO comemoraram o Dia Internacional da Pessoa com Deficiência, visto que o dia oficial (dia 3) coincidiu com um Sábado. Da parte da manhã, os clientes foram à Escola de Sobretâmega apresentar duas coreografias, assistir à história “O Pequeno Trevo” narrada por uma professora desta escola. Esta narrativa incidia num trevo que nasceu diferente, com quatro folhas e um coração. As pessoas que passavam por ele ignoravam-no por ser diferente e ele tinha só um amigo: o vento. Até que um dia um menino passou e ficou cativado pelo trevo, levando-o para todo o lado com ele e assim o trevo ganhou outro amigo. De seguida, todos cantaram uma música de João Portugal “Somos iguais, diferentes”. Foi um convívio muito divertido, onde confraternizaram com os alunos da escola, tendo havido no final das actividades, uma troca de presentes.



Pela parte da tarde, e no âmbito da mesma comemoração, os clientes dirigiram-se à Escola do Cruzeiro em Alpendorada, onde ouviram a música “Amigos para sempre” cantada pelos alunos desta escola para, de seguida, apresentarem duas coreografias, assim como, os alunos da escola que também haviam preparado uma. No fim realizou-se um lanche-convívio para todos os presentes. Foi uma iniciativa muito agradável, na qual também se celebrou o aniversário de um dos clientes da instituição: o Pedro Manuel.

ILHA DO TESOURO

Em época natalícia os clientes do Centro de Actividades Ocupacionais, assistiram a um Musical “A Ilha do Tesouro”, no Rivoli, no Porto. Todos se mostraram muito interessados e encantados com o musical cheio cor, alegria e animação.

VISITA DO EMBAIXADOR DA MCDONALD'S

Para a delícia dos clientes do Centro de Actividades Ocupacionais, no passado dia 9 de Dezembro de 2011, o Ronald McDonald, embaixador da McDonald's, visitou a cidade do Marco de Canaveses de forma a proporcionar um espectáculo para os mais pequenos e também para os mais crescidos. O espectáculo decorreu no salão dos Bombeiros Voluntários do Marco de Canaveses e onde alegria, diversão e muitas gargalhadas estiveram presentes durante todos os minutos de espectáculo. No final, todos tiveram direito a brindes oferecidos pela McDonald's de Penafiel.



FESTIVAL DE DANÇAS DE SALÃO

A CERCIMARCO organizou, no passado dia 10 de Dezembro de 2011, sábado, no Pavilhão Bernardino Coutinho, um Festival de Danças de Salão com vista a angariar fundos para a construção do Complexo em Alpendorada. O espectáculo teve a presença de

alguns dos melhores pares de bailarinos nacionais e internacionais que se disponibilizaram para participar nesta iniciativa de cariz social e solidário. O evento foi bastante animado e



no final era notória a satisfação de todos os presentes. A adesão ao evento aliada à solidariedade da comunidade levou a que de cerca de 400 pessoas assistissem ao espectáculo e desfrutassem de bons momentos, a todos eles o nosso muito obrigado, pois com ajuda de todos foi possível fazer a diferença e angariar 2600 euros.

ANO INTERNACIONAL DAS FLORESTAS

A convite da Câmara Municipal do Marco de Canaveses, os clientes do Centro de Actividades Ocupacionais da CERCIMARCO, estiveram presentes numa iniciativa de cariz ambiental inserida nas comemorações do Ano Internacional das Florestas.

A iniciativa promovida pela CMMC em parceria com a Associação Florestal entre Douro e Tâmega consistiu na plantação de cerca de 200 árvores, na zona envolvente do Parque de Montedeiras.

FESTA DE NATAL

A Festa de Natal da CERCIMARCO realizou-se no dia 22 de Dezembro de 2011, o espectáculo contou com a presença dos clientes do Centro de Actividades Ocupacionais e com as crianças do Centro de Actividades de Tempos Livres de Vila Boa de Quires. Com muitas músicas de Natal e teatros encenados pelos nossos clientes e crianças, a festa de Natal esteve cheia de alegria e boa disposição, contamos também com a presença de alguns familiares.



ALMOÇO DE NATAL

No dia 23 de Dezembro de 2011, foi organizado um almoço de Natal que contou com a presença de todos os colaboradores da CERCIMARCO, assim como os clientes do CAO e as crianças do CATL. O almoço não poderia deixar de ser o tradicional bacalhau acompanhado das batatas cozidas e legumes.

Mais uma vez era notória a cumplicidade entre todos os intervenientes da instituição, o espírito natalício



reinou, tendo-se, no final de almoço, entregue as prendas

de Natal com a presença do Pai Natal.

As crianças do CATL ainda tiveram oportunidade de visitar a exposição dos postais de Natal, uma ida à pista de gelo e também assistir a uma sessão de cinema, com o filme do Gato das Botas.

A PSICOMOTRICIDADE E ESTIMULAÇÃO SENSORIAL NA CERCIMARCO

A Psicomotricidade dedica-se ao estudo do ser humano, encarando-o de forma holística, através do seu corpo em movimento. Incorpora as relações entre as várias componentes de cada indivíduo, tais como: as funções cognitivas, emocionais, simbólicas e motoras, daí que a mesma esteja presente no nosso quotidiano, nas várias acções que realizamos, ainda que nem sempre as interpretemos como um acto psicomotor. O trabalho em Psicomotricidade privilegia o acto físico, associado ao trabalho mental, onde se aprende a interpretar, imaginar, organizar, ou seja passa-se da ideia ao acto, do abstracto ao concreto, agindo fundamentalmente nos sete factores psicomotores do indivíduo: a Tonicidade, a Equilibração, a Lateralização, a Noção do Corpo, a Estruturação Espaço-Temporal, a Praxia Global e a Praxia Fina. Os campos de actuação desta área podem ser ao nível da educação, da reeducação e da terapia psicomotora.

De uma forma muito sucinta, os objectivos de uma intervenção psicomotora no Centro de Actividades Ocupacionais incidem sobre: melhorar a actividade mental que preside à elaboração, execução e controlo do movimento, reconhecer as direcções e proporções, obter uma “harmonia” do tónus muscular, facilitar as reacções adaptativas, afirmar a lateralidade, inibir a impulsividade motora; melhorar a representação do movimento; verificar a integração da noção do corpo, valorizar o aspecto simbólico e expressivo do movimento e aperfeiçoar a vertente afectiva e relacional.

Na CERCIMARCO, os clientes usufruem regularmente de sessões de Psicomotricidade integradas e realizadas na Sala de Estimulação Sensorial. Este ambiente oferece uma variedade de estímulos, essenciais para a exploração dos vários sentidos de cada cliente, tais como o sentido vestibular (relacionado com a sensação de movimento), o sentido tátil e o sentido proprioceptivo. Trata-se de um ambiente que proporciona elevados níveis de bem-estar e onde predominam sensações de confiança e satisfação nos seus utilizadores.

Como a maioria dos nossos clientes possuem vontades e gostos diversificados cada objectivo de trabalho é definido tendo em conta as expectativas e necessidades de cada um. No final de cada sessão e para promover um retorno à calma, depois do trabalho efectuado, geralmente, os clientes usufruem de um breve momento de relaxamento que, por norma, tendem a apreciar bastante!



COMPLEXO CERCIMARCO EM ALPENDORADA

A CASA DAS PESSOAS COM DEFICIÊNCIA DO NOSSO CONCELHO

A CERCIMARCO, com o apoio do POPH – Programa Operacional Potencial Humano, medida 6.12 – Apoio ao Investimento em Respostas Integradas de Apoio Social, pretende dar início à construção de um Complexo Social em Alpendorada e Matos, Para que tal seja possível, a CERCIMARCO necessita de angariar cerca de **270.000,00€**.

Valências a Instalar:

Lar Residencial
Centro de Actividades Ocupacionais
Serviço de Apoio Domiciliário

FAÇA PARTE DESTE SONHO...

Quem já contribuiu:

Cycle Portugais Neuchatel	6.360,00€
OVAL – Gab. de Arq., Plan. e Eng., Lda	7.000,00€
OLV – Est. Serv. Téc. Gest. Fisc. Obras, Lda	3.000,00€
Junta de Freguesia de Toutosa	100,00€
Junta de Freguesia de Penha Longa	100,00€
Festa Remember Naif	260,00€
Festival de Danças de Salão	2.585,00€
Outros Donativos e Iniciativas	7.887,00€

O “todo” é um pouco de cada um.

Deposite o seu donativo numa das seguintes Contas Bancárias:

C.G.D.: 0035 0438 00022022 530 38

MONTEPIO: 0076 0000 39526864 101 21

Ou envie o seu donativo para:

APARTADO 45 – 4634-909 MCN.

A si, o nosso muito obrigado.

