

# Jornalita

folha informativa da CERCIMARCO

Número 10 | Ano III | Abril Maio Junho 2013

## EDITORIAL

Mais um trimestre passou e, este, repleto de atividades. Destaca-se um aumento significativo do envolvimento na e da comunidade, sobretudo ao nível de atividades realizadas a favor da CERCIMARCO. O apoio da população marcoense tem sido fundamental para a continuação da construção do Complexo CERCIMARCO, situado em Alpendorada. Por outro lado, durante os meses de Abril, Maio e Junho, foram proporcionadas aos jovens do Centro de Atividades Ocupacionais da instituição, diversas atividades de promoção do bem-estar, do convívio intra e interinstitucional e da inclusão social. Nesta edição da Jornalita, fazemos destaque ao Batismo de voo, realizado até ao Algarve que, para os nossos jovens, se traduziu numa experiência inesquecível. De realçar, também, a passagem da CERCIMARCO para o nível de excelência, no âmbito da certificação da qualidade, pelo EQUASS ficando, assim, ressalvadas, as suas boas práticas.

Até à próxima edição!

## FORMAÇÃO INTERNA

O dia 3 de Abril foi dedicado a formação interna, tendo sido escolhido o tema: "A pedagogia da interdependência." Esta abordagem baseia-se no reconhecimento da igualdade entre todos, no uso da não-violência e na procura de uma sociedade mais justa e respeitadora dos direitos humanos. Procura-se conseguir que as pessoas com deficiência se sintam seguras, amadas, envolvidas na vida comunitária e capazes de amar os outros. Valoriza-se o papel e o envolvimento do cuidador com as pessoas apoiadas e enfatiza-se a importância do estabelecimento de vínculos emocionais.

## INTERCÂMBIO COM O JARDIM DE INFÂNCIA DA CARREIRA EM AVESSADAS

O jardim-de-infância da Carreira, em Avesadas, foi o palco de mais um encontro interinstitucional, realizado no dia 4 de Abril, entre as crianças que frequentam o mesmo e os jovens do Centro de Atividades Ocupacionais da CERCIMARCO. Os clientes da instituição quiseram, mais uma vez, presentear as crianças com uma peça de teatro – "O pequeno trevo", na qual também dançaram e cantaram. As crianças, por sua vez, ofereceram aos visitantes uma flor reciclada feita por elas. Uma manhã bem divertida que deixou a vontade para repetir.

## VISITA AO GINÁSIO BODY STATION

Com a colaboração do Ginásio Body Station, alguns clientes da CERCIMARCO puderam experimentar algumas modalidades desportivas, o que contribuiu para que a manhã do dia 29 de Abril fosse bem divertida e cheia de ritmo. Momentos de aeróbica e de *jump* foram as sugestões apresentadas pelo professor Cristiano. Uma atividade que promoveu o bem-estar dos clientes que, por sua vez, terminaram a aula muito satisfeitos. O envolvimento da e na comunidade é algo que a CERCIMARCO considera fundamental para a participação dos seus clientes na vida social e cultural.

## DIA MUNDIAL DA DANÇA

A CERCIMARCO participou, mais uma vez, no encontro organizado pela CERCIMARANTE, no âmbito da comemoração do Dia Mundial da Dança. No VIII encontro da dança, realizado no dia 30 de Abril, estiveram presentes diversas instituições: (CERCIMARCO, Associação Bem Estar e Gondar, CERCIFAF, Santa Casa da Misericórdia de Amarante, Universidade Sénior de Amarante, APADIMP, CERCIGUI, Hospital de Dia de Amarante, CAO de Baião e CERCIMARANTE.), com o intuito de mostrar as suas capacidades artísticas mas, acima de tudo, transmitir a importância da dança e da música para o bem estar das pessoas. O convívio reinou entre todos. O grupo de expressão corporal da CERCIMARCO apresentou uma coreografia ao som de Pink (Just give me a reason).



Adquira a "LITA"

Mascote da CERCIMARCO

## MOSTRA PARA A SAÚDE

No dia 23 de Abril, enquanto decorria a mais uma Mostra para a Saúde em Marco de Canaveses, surgiu a possibilidade dos clientes do Centro de Atividades Ocupacionais mostrarem os seus dotes desportivos. Em nome da importância do desporto para a saúde e, sob a orientação do professor de ginástica da instituição, exemplificaram alguns exercícios físicos à população que assistia. Houve, ainda, a possibilidade de visitarem os stands existentes no local, onde realizaram alguns rastreios.



Excellence  
in Social Services

EQUASS Excellence has been awarded to

CERCIMARCO, C.R.L.

Portugal

for the following services/departments:

Centro de Atividades Ocupacionais

for the period from 26 April 2013 to 26 April 2016

In recognition of its proven  
Excellence  
in the provision of social services.

Mark Blaney

Mr. Frank Flannery,  
Chairman of the EQUASS Awarding Committee

## CERTIFICAÇÃO DE EXCELÊNCIA

O dia 29 de Abril ficou marcado pela confirmação oficial de que a CERCIMARCO, para além de manter a sua certificação ao nível da qualidade, elevou o patamar para um nível de excelência no âmbito do EQUASS – European Quality Assurance for Social Services (Certificação da Qualidade dos Serviços Sociais) destacando-se, assim, as suas boas práticas.

## DIA DA MÃE

Após apresentadas algumas sugestões, cada cliente escolheu a prenda a elaborar para o dia da mãe. Assim, a semana que antecedeu o dia 5 de Maio foi de muita criatividade e dedicação. Enquanto uns optaram por fazer uma flor reciclada, outros elaboraram um cesto para as molas da roupa.



## ESPÉTACULO DE VARIEDADES EM SANTO ISIDORO

Com o intuito de organizar um evento que revertesse a favor do Complexo CERCIMARCO, o grupo de amigos da instituição preparou, no dia 4 de Maio, um espetáculo de variedades que incluiu momentos musicais e um baile solidário. Para a concretização da iniciativa, que decorreu no Centro Cultural de Santo Isidoro, contou-se com a colaboração da Junta de Freguesia de Santo Isidoro, da Tuna Sénior de Constance e da Câmara Municipal de Marco de Canaveses.

## I TORNEIO REMO INDOOR ADAPTADO

Foi na cidade de Amarante que se realizou o I Torneio de Remo Indoor Adaptado, no dia 11 de Maio. Mais uma vez, alguns dos clientes da CERCIMARCO trouxeram, orgulhosos, medalhas. Atingiram, ainda, um primeiro lugar, conseguido pelo Manuel Armando Monteiro. A iniciativa partiu da Delegação da Associação Portuguesa de Deficientes (APD) e decorreu no Pavilhão Municipal dessa cidade. O evento contou com cerca de 50 pessoas com deficiência, em representação de 6 instituições nacionais. A presença da atleta Rosa Mota alegrou todos os participantes.

## ESPAÇO VOLUNTÁRIO

Quer ser voluntário da CERCIMARCO? Envie a sua mensagem para geral@cercimarco.pt.



## IDA AO ALGARVE - BATISMO DE VOO

O dia 7 de Maio foi inesquecível para os jovens da CERCIMARCO. Para a maioria, foi um dia marcado pela experiência de andar pela primeira vez de avião. Uma viagem até ao Algarve, que entusiasmou bastante todos os participantes e que, deixou a vontade de repetir. O dia foi passado no Zoo Marine, onde disfrutaram de diversões variadas e assistiram a alguns espetáculos com golfinhos, entre outros animais marinhos. Uma iniciativa que contou com o apoio do INR (Instituto Nacional de Reabilitação), da Orial Viagens e dos familiares dos clientes.

Projeto cofinanciado pelo programa de financiamento a projetos pelo INR, IP.



## DIA INTERNACIONAL DAS FAMÍLIAS

A CERCIMARCO não deixou passar ao lado o Dia Internacional das famílias. Aproveitou o mote e, no dia 15 de Maio, juntou nas suas instalações os familiares dos seus clientes para uma tarde de convívio. Alguns jogos e momentos de dança, bem como um lanche partilhado, proporcionaram momentos de alegria entre todos.

## VISITA A EXPOSIÇÃO

No dia 16 de Maio, os clientes do CAO dirigiram-se até ao Porto, para uma visita à exposição “O automóvel no espaço e no tempo”, patente no Edifício Alfândega. Uma visita que todos apreciaram bastante. A parte da manhã foi passada no Shopping Parque Nascente, onde também almoçaram.

## SESSÃO DE INFORMAÇÃO SOBRE INTERDIÇÃO E INABILITAÇÃO

No dia 26 de Maio, a CERCIMARCO organizou uma sessão informativa, dirigida aos pais e familiares dos clientes do Centro de Atividades Ocupacionais, relacionada com o tema “Interdição e Inabilitação”. Uma iniciativa que decorreu com a colaboração da Procuradora da República Dra. Paula Oliveira, do Tribunal Judicial de Penafiel.

## 8ª MILHA INTEGRADA DO NORTE

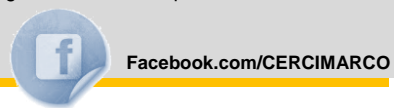
No dia 30 de Maio, alguns dos clientes do Centro de Atividades Ocupacionais da CERCIMARCO, participaram em mais uma prova de atletismo: a 8ª milha integrada do norte – Milha das Misericórdias (aproximadamente 1600 m). A mesma, realizou-se em Vila do Conde e foi organizada pela ANDDI, com o apoio do CARPD – Touguinha. Simultaneamente, realizou-se a meia milha (aproximadamente 800 m), bem como uma caminhada aberta a todos os participantes (atletas e técnicos). Ao nível do programa de provas, a CERCIMARCO participou na prova adaptada, na atividade adaptada e na caminhada. Mais uma iniciativa promotora do convívio interinstitucional e da prática desportiva.

## S. JOÃO NA CERCIMARCO

Todos os anos a CERCIMARCO festeja o S. João de forma divertida e, este ano, não foi exceção. A parte da manhã do dia 20 de Junho, foi passada a decorar o espaço para mais uma festa que, começou com um almoço que juntou clientes e colaboradores. Não faltou o caldo verde e a sardinha. Da parte da tarde, a boa disposição do Grupo de Cavaquinhos da Fundação de Santo António alegrou a todos, tendo promovido um fantástico bailarico. Cada cliente pintou um vaso onde plantou um manjerico, tendo levado o mesmo para casa.

## SESSÃO FOTOGRÁFICA

Para mais tarde recordar, a CERCIMARCO, em parceria com a City Lab, organizou uma sessão fotográfica com os jovens da instituição. No dia 5 de Junho, todos se divertiram bastante, criando momentos engraçados nas suas poses fotográficas. No final, cada um pôde levar para casa um “pack” de fotografias bem diversificado.



## ESPETÁCULO SOLIDÁRIO EM SANDE

Em parceria com a Junta de Freguesia de Sande, foi organizado um espetáculo de angariação de fundos a favor do Complexo CERCIMARCO, em Alpendorada. Uma iniciativa que contou com momentos de moda, alternados com momentos musicais, apresentaram todos os que assistiram, com muita animação. Para a concretização desse evento, a instituição contou com a colaboração de algumas lojas: Dr. Kid (Alpendorada), Maniadamoda, Guma Sport, ZeroDezoito, Naty Naty, Laugy, Violeta, Zita Estilista e A. Moura. A CERCIMARCO agradece, ainda, a: Escola EB 2/3 de Sande, Câmara Municipal de Marco de Canaveses, Junta de Freguesia de Sande, Foto Rui Comunicações, Grupo Coral Clave de Sol, padaria Marcoense, padaria Anjo Doce, padaria Copacabana, padaria A. Moreira, padaria Elantei, padarias Reunidas, talhos Sousa da Feira Nova e Alpendorada, cabeleireiros Miguel/Ermelinda e Jacinta, Gémeos Ferreira, Casa do Povo de Vila Boa do Bispo, fábrica de confeções de Sande, professor Henrique, Presidente da Junta de freguesia de Ariz, Condomínio do Shopping Memorial (Alpendorada), Sr. Filipe Ferreira, Raquel Silva, D. Graça, clientes e colaboradores da CERCIMARCO.

## FESTAS DE SÃO JOÃO EM ALPENDORADA

Como já tem sido habitual nos últimos anos, a CERCIMARCO voltou a participar nas festas de S. João realizadas em Alpendorada. Após convite da Junta da Freguesia, o Centro de Atividades Ocupacionais da instituição preparou mais um espetáculo, em conjunto com o ATL de Vila Boa de Quires. O evento realizou-se no Largo da Feira de Alpendorada, na noite de 21 de Junho. Uma festa que contou com muita música, dança e diversão. O famoso desfile de moda não faltou, tendo tido o apoio de algumas lojas de pronto a vestir: Barão, Casa Remate, Tamis Jeans, The Best e Sport Center, bem como das cabeleireiras Sofia (Várzea do Douro), Marisa e Estela (Alpendorada).



## ENCONTRO DE HIPOTERAPIA EM BAIÃO

A convite da Câmara Municipal de Baião, a CERCIMARCO, bem como a CERCIMARANTE e os Centros de Atividades Ocupacionais da MISERICÓRDIA DE BAIÃO participaram, na manhã do dia 26 de Junho, num encontro de Hipoterapia. A iniciativa realizou-se no Centro Hípico de Baião e foi do agrado de todos. Importa referir que a Hipoterapia é um método terapêutico e educacional que utiliza os andamentos do cavalo com o objetivo de promover o desenvolvimento psicossocial. Um método muito utilizado em crianças e indivíduos com necessidades educativas especiais e que traz benefícios a nível do sistema vestibular, do controlo de movimentos, da consciência do espaço, dos tempos, etc.

## ESPAÇO PARCEIRO – PARCEIRO EM DESTAQUE

A Padaria A. Moreira, com gerência de Sónia Moreira, filha dos seus fundadores António Moreira e Maria Benvinda Moreira é, desde 2009 uma das mais conceituadas do Concelho do Marco, com rotas de distribuição na quase totalidade das suas freguesias. Tem a sua sede em Favões e filiais em Vila Boa do Bispo, Feira Nova, Alpendorada e Matos (2 lojas), Várzea do Douro, Avessadas e Fornos.

A Padaria A. Moreira é parceira da CERCIMARCO desde 2011 ao nível das atividades socialmente úteis, acolhendo diariamente jovens do Centro de Atividades Ocupacionais da Instituição na sua filial de Avessadas para realização de tarefas de copa e bar, limpeza das instalações e atendimento ao público. Recebe ainda um jovem, uma vez por semana, na sua sede em Favões, para apoio na confeção do pão.

Além desta parceria formal, a Padaria tem ainda contribuído, generosamente, para as iniciativas e eventos organizados pela CERCIMARCO com pão e artigos de pastelaria.

## DIREITO À INCLUSÃO SOCIAL

- As pessoas com deficiência têm o direito a viver de forma independente e a participar na sociedade.
- Se a pessoa com deficiência precisar de alguém que fale e/ou decida por si, têm de existir regras para que isto seja bem feito.
- Ninguém pode tirar a liberdade a uma pessoa por causa da sua deficiência.
- As pessoas com deficiência devem estar protegidas, como as outras pessoas, contra trabalhos forçados ou obrigatórios.
- As pessoas com deficiência têm o direito a participar na vida pública e política, tal como as outras pessoas.

*A Convenção das Nações Unidas sobre os Direitos das Pessoas com Deficiência — Agora fácil de ler e entender.*

## VISITA À RESINORTE

O dia 6 de Junho foi de aprendizagem para os clientes do CAO da CERCIMARCO. Tendo-se comemorado, no dia anterior, o dia mundial do ambiente, a instituição procurou sensibilizar os jovens para determinadas questões relacionadas com o meio ambiente, através de uma visita realizada à RESINORTE, em Celorico de Basto. No local, foi possível dar a conhecer os processos de valorização e tratamento dos resíduos, desde a recolha até ao destino final. Parte da manhã foi aproveitada para convívio entre todos, num parque da região, tendo-se realizado um piquenique.

## IDA AO PORTO

Os jovens que frequentam o Centro de Atividades Ocupacionais da CERCIMARCO, não quiseram perder a oportunidade de visitar a exposição de dinossauros que esteve patente no Edifício Alfândega, no Porto. Uma “viagem” até ao mundo pré-histórico que causou muito entusiasmo a todos, no dia 12 de Junho. Um dia, que terminou em grande, após um almoço no McDonald’s do centro comercial Parque Nascente onde todos puderam, ainda, comprar algumas prendas para si. Uns optaram por uma t-shirt, outros preferiram uns óculos de sol ou, até mesmo, uma bolsa. Um passeio que terminou em alegria e satisfação por parte de todos.

## DIA SOLIDÁRIO

No dia 9 de Junho, o grupo de amigos da CERCIMARCO, em parceria com a Fundação de Santo António e o Futebol Clube de Vila Boa do Bispo, realizaram um dia de iniciativas diversas com o intuito de angariar fundos a favor do Complexo FENACERCI / INR CERCIMARCO.



## FAÇA PARTE DESTE SONHO

A CERCIMARCO, com o apoio do POPH – Programa Operacional Potencial Humano, medida 6.12 – Apoio ao Investimento em Respostas Integradas de Apoio Social, do POPH, encontra-se já a contruir o “Complexo Social em Alpendorada”. No entanto, para que seja integralmente concretizado, a CERCIMARCO necessita de angariar cerca de **270.000,00€**.

O “Complexo CERCIMARCO de Alpendorada” será um equipamento ao serviço de todo o concelho e integrará as seguintes valências:

**Lar Residencial** – para 16 pessoas

**Centro de Atividades Ocupacionais** – para 30 pessoas

**Serviço de Apoio Domiciliário** – para 15 pessoas

O “TODO” é um pouco se cada um.

FAÇA PARTE DESTE SONHO... Deposite o seu donativo numa das seguintes Contas Bancárias:

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

**Crédito Agrícola:** 0045 1346 40250863 756 30

**Montepio:** 0036 0485 99103952 688 21



### Quem já contribuiu:

1ª Concentração Motard - Moto clube Várzea do Douro	688,96 €	Junta de Freguesia de Alpendorada e Matos	700,00 €
80 e Tal - TRENÓ Caffé Bar	164,50 €	Junta de Freguesia de Avedasadas	1.000,00 €
Adão Adriano T. de Freitas	200,00 €	Junta de Freguesia de Banho e Carvalhosa	100,00 €
Alberto de Sousa Viaturas Com Interesse, Unipessoal, Lda.	50,00 €	Junta de Freguesia de Constance	100,00 €
António Monteiro	65,00 €	Junta de Freguesia do Freixo	100,00 €
Arraial Minhoto – Feira Nova – Ariz	3.993,01 €	Junta de Freguesia de Paços de Gaiolo	100,00 €
Baile Solidário - Magrelos	3.492,20 €	Junta de Freguesia de Penha Longa	100,00 €
Barraquinha Festas em honra Sta. Eulália – Ariz	588,37 €	Junta de Freguesia de Toutosa	100,00 €
Caminhada Solidária – “Caminhar pela CERCIMARCO”	845,03 €	Junta de Freguesia de Tuias	250,00 €
Carlos Artur Ferraz V. Borges	670,00 €	Junta de Freguesia de Vila Boa do Bispo	300,00 €
Carlos Moreira Monteiro	200,00 €	Laurinda M.S. Monteiro / Jerónimo T. Monteiro	500,00 €
Cycle Portugais Neuchatel	6.360,00 €	Laurinda Pereira Silva	50,00 €
CRIAMONTEX - Malhas e Confecções, Lda.	216,00 €	Margadureira - Contabilidade e Gestão, Lda.	50,00 €
Desfile Vestido de Noivas - Alpendorada	5.423,94 €	Maria da Conceição Leite Pinto	100,00 €
Farmácia Confiança - Ariz	500,00 €	Maria Francisca T. e Pinho R.	5,00 €
Farmácia Martins	350,00 €	MEDIMARCO – Serviços Médicos, Lda	1.104,00 €
Farmácia Nova	800,00 €	Moto Pai Natal - MOTOREPARADORA	202,50 €
Festa Remember Naif	260,00 €	Noite de Fados	3.591,36 €
Festival de Danças de Salão	2.585,00 €	Noite de Variedades - Casa do Povo de Soalhões	544,12 €
Filomena Gisela Silva Monteiro	50,00 €	Noite Solidária – Festas da Cidade do Marco	766,00 €
FotoRui, Unipessoal, Lda.	301,00 €	Noite Solidária – Festas S. João de Alpendorada	916,28 €
Fundação Manuel António da Mota	5.000,00 €	O Malmequer – Inf. e Centro de Estudos, Lda.	250,00 €
Granitos Irmãos Soares, Lda.	1.000,00 €	OLV – Estudos e Serv. Téc. de Gest. e Fisc. de Obras, Lda	3.000,00 €
Grupo de Jovens de Ariz	394,79 €	OVAL – Gab. de Arquitectura, Planeamento e Engenharia, Lda	7.000,00 €
Hélio Monteiro da Rocha	485,00 €	Papelaria Tropical	400,00 €
Ilda Natividade Ferreira	250,00 €	Participação FAEMARCO 2012	1.514,53 €
Jantar 25 Anos CERCIMARCO	636,50 €	PE. Domingos de Lima Milheiro Leite	10.000,00 €
J. Silva Moreira & Irmãos, Lda.	250,00 €	Portonatural, Lda.	50,00 €
Joaquim Jesus Andrade	500,00 €	PreCur - Saúde, Higiene e Segurança, Lda.	100,00 €
José Manuel Vieira Soares	500,00 €	Quermesse - Festas Sta. Maria Maior de Penhalonga	300,26 €
José Monteiro Moreira	5.000,00 €	TRENÓ Caffé Bar	228,50 €
José Pinto de Sousa	1.000,00 €	ZUCOTEC - Sociedade de Construções, Unipessoal, Lda.	1.250,00 €
José Vieira Pinheiro	100,00 €	OUTROS DONATIVOS E INICIATIVAS	10.556,72 €
		<b>TOTAL</b>	<b>88.248,57 €</b>