



# O Obelisco

Boletim Informativo da ALADI n.º 25

janeiro/ março 2018



## CARNAVAL DA ALADI

Pág. 4

A 11 de fevereiro, a chuva e o frio não deram tréguas e o curso acabou por ser adiado uma semana. Ainda assim, os foliões deram luta e saíram à rua para celebrar o Carnaval em comunidade.

## CAMPO DE JOGOS E CIRCUITO DE MANUTENÇÃO

Foi assinado o contrato para a construção do Campo de Jogos e Circuito de Manutenção com a Completo & Faria, SA Engenharia e Construção.

Pág. 2

## AJUDE SEM CUSTOS

A consignação fiscal permite ao contribuinte direcionar, no momento do preenchimento da declaração de IRS, 0.5% do imposto liquidado à ALADI.

Estes 0.5% referem-se ao imposto total que o Estado vai liquidar e não ao imposto que será devolvido ao contribuinte, caso tenha direito a reembolso de IRS.

Significa que dar 0.5% do imposto liquidado à ALADI não representa qualquer custo para si.

UMA AJUDA SEM QUAISQUER ENGARGOS PARA SI!



SEJA SOLIDÁRIO

11 CONSIGNAÇÃO DE 0,5% DO IRS/CONSIGNAÇÃO DO BENEFÍCIO DE 15% DO IVA SUPOSTADO			
ENTIDADES BENEFICIÁRIAS			
Instituições Religiosas (art. 32.º, n.º 4, da Lei n.º 18/2001, de 22 de junho)	<input type="checkbox"/>		
Instituições Particulares de Solidariedade Social ou Pessoas Coletivas de Utilidade Pública (art. 32.º, n.º 6, da Lei n.º 18/2001, de 22 de junho)	<input checked="" type="checkbox"/>	1101 NIF 501984666	IRS <input checked="" type="checkbox"/> IVA <input type="checkbox"/>
Pessoas coletivas de utilidade pública de fins ambientais (art.º 14º, n.º 5 e 7, da Lei n.º 35/98, de 18 de junho)	<input type="checkbox"/>	1102 NIF	IRS <input type="checkbox"/>

# Campo de Jogos e Circuito de Manutenção

No primeiro trimestre do ano, iniciaram-se os trabalhos de construção do Campo de Jogos e Circuito de Manutenção da ALADI. A 1ª fase correspondeu ao movimento das terras.



Foi assinado o contrato para a empreitada de construção do Campo de Jogos e Circuito de Manutenção da ALADI entre a Instituição e a Completo & Faria, SA Engenharia e Construção. Este novo espaço ainda estará disponível no 1.º semestre de 2018 e permitirá alargar a oferta na área desportiva e de reabilitação física da Instituição. Paulo Pinto, presidente da direção da ALADI, deixa alguns apontamentos sobre um projeto antigo e muito desejado.

**As obras avançaram. Este era um projeto antigo e muito desejado por todos?**

De facto, assim é. Esta porção de terreno estava,

há muito, a precisar de uma intervenção que o revestisse de outra dignidade e, acima de tudo, que o dotasse de um equipamento que servisse os nossos utentes e a comunidade.

Em tempos, a ALADI dispôs de um campo de futebol, que foi destruído para dar lugar ao edifício do novo lar e serviços entretanto construído.

A antiga direção, presidida pelo Dr. Joaquim Branco, elaborou o projeto que previa a construção de um campo de jogos e um circuito de manutenção. Este projeto foi candidatado ao BPI Capacitar 2015 e contemplado com 45.000,00€.

A presente direção, acreditando também na relevância deste projeto, decidiu concretizá-lo. O complexo

desportivo vai avançar de forma faseada. Neste momento, serão construídos o campo de jogos e o circuito de manutenção, ficando em aberto, dadas as dimensões de terreno que ficam disponíveis para uma próxima oportunidade, a construção do campo de areia para as modalidades desportivas de praia.

**Este novo espaço permitirá à ALADI alargar a sua oferta. Em que valências?**

A ALADI existe para assegurar o bem-estar dos seus utentes. E o certo é que com o avançar do tempo, tal como acontece com qualquer um de nós, o envelhecimento provoca a necessidade de outros cuidados. Acresce a imobilidade a que, muitas vezes, os

nossos utentes ficam sujeitos, fruto das suas limitações. Perante este cenário, somos, então, obrigados a redefinir as nossas respostas e as nossas prioridades têm inevitavelmente de ser repensadas.

Perante este cenário, importa ir pensando em novas soluções. E a construção em curso é, efetivamente, acreditamos, uma resposta, porque permitirá intensificar o exercício físico e criar oportunidades na área do desporto que contribuirão para a melhoria da qualidade de vida de todos os nossos utentes.

**A comunidade terá acesso a este espaço?**

De facto, um dos nossos objetivos é abertura da ALADI à comunidade. Estamos

sempre disponíveis para cooperar, para permitir que nos visitem e conosco colaborem. Acreditamos que uma instituição desta natureza não é de ninguém, mas é de todos e da responsabilidade de todos. Foi e continua a ser o esforço de cada um, à sua medida, que possibilita a ação da ALADI.

Assim sendo, também este equipamento foi pensado para que quem dele precisar possa usufruir do que ele pode oferecer.

**Podemos contar com a empreitada pronta ainda este semestre. Para quando a inauguração?**

O nosso objetivo inicial era inaugurar este equipamento em abril para assinalar o 31.º aniversário da instituição. Contudo, questões relacionadas com a redefinição do projeto e o procedimento de escolha da empresa de construção atrasaram o início da empreitada. Acreditamos, no entanto, que durante o mês de maio possamos proceder à abertura deste novo equipamento.

**Para este ano, o que é que a família ALADI ainda pode esperar?**

Para este ano, iremos continuar a olhar para o serviço que prestamos, procurando apostar na organização interna e na redefinição das formas de trabalhar, otimizando os recursos, quer humanos quer financeiros, tendo em vista a melhoria contínua dos nossos serviços, adequando-os às exigências atuais. Ao nível de obras, concluímos o revestimento de todo o edifício, concluímos, também, a pintura do gradeamento e alargámos o espaço de trabalho da equipa técnica com a criação de uma nova sala. Remodelámos



algumas salas de trabalho e de permanência dos utentes e criámos um conjunto de armários para ararmos que possibilitaram uma nova organização da lavandaria e otimização desse espaço.

Neste momento, estamos a apostar na reestrutura-

**“Neste momento, serão construídos o campo de jogos e o circuito de manutenção, ficando em aberto, a construção do campo de areia para as modalidades desportivas de praia”**

ção da secretaria e da portaria principal, procurando melhorar o nosso atendimento ao público. Iremos, igualmente, criar um espaço para guardar as nossas viaturas, articulado com um cais de embarque.

A longo prazo, queremos lançar a 3.ª fase da Horta Pedagógica [atividade que envolve a comunidade e os nossos utentes], mas o grande projeto em que continuamos a trabalhar é a Piscina de Reabilitação. Estamos a estudar algumas possibilidades que garantam a sua sustentabilidade.

## Assembleia-geral

A 23 de março, pelas 21 horas, na ALADI, realizou-se a Assembleia-geral Ordinária com o intuito de analisar o Relatório e Contas de 2017.

## Carnaval molhado, Carnaval abençoado

A chuva e o frio teimaram em ficar, mas os foliões deram luta e saíram à rua para celebrar o Carnaval em comunidade. Mais uma vez, a ALADI fez parte do desfile, sempre com boa disposição. Dentro da instituição, também houve festa.



A chuva e o frio não deram tréguas e o desfile, que estava programado para o domingo gordo, a 11 de fevereiro, teve de ser cancelado. Contrariando a temperatura, acabou por sair à rua no domingo seguinte. Como tem sido habitual, ano após ano, a ALADI trajou a rigor e saiu em “beleza” para participar no curso da União de Freguesias de Perafita, Lavra e Santa Cruz do Bispo. Com início na Rua Padre António Francisco Ramos, junto à sede da Junta de Freguesia de Lavra, e término no antigo campo da União Desportiva do Lavrense, foi com animação que miúdos e graúdos, que

compunham os figurantes e o público, fizeram a festa que envolveu sátiras sociais, ginástica, dança e muita música.

### Convívio no auditório da ALADI

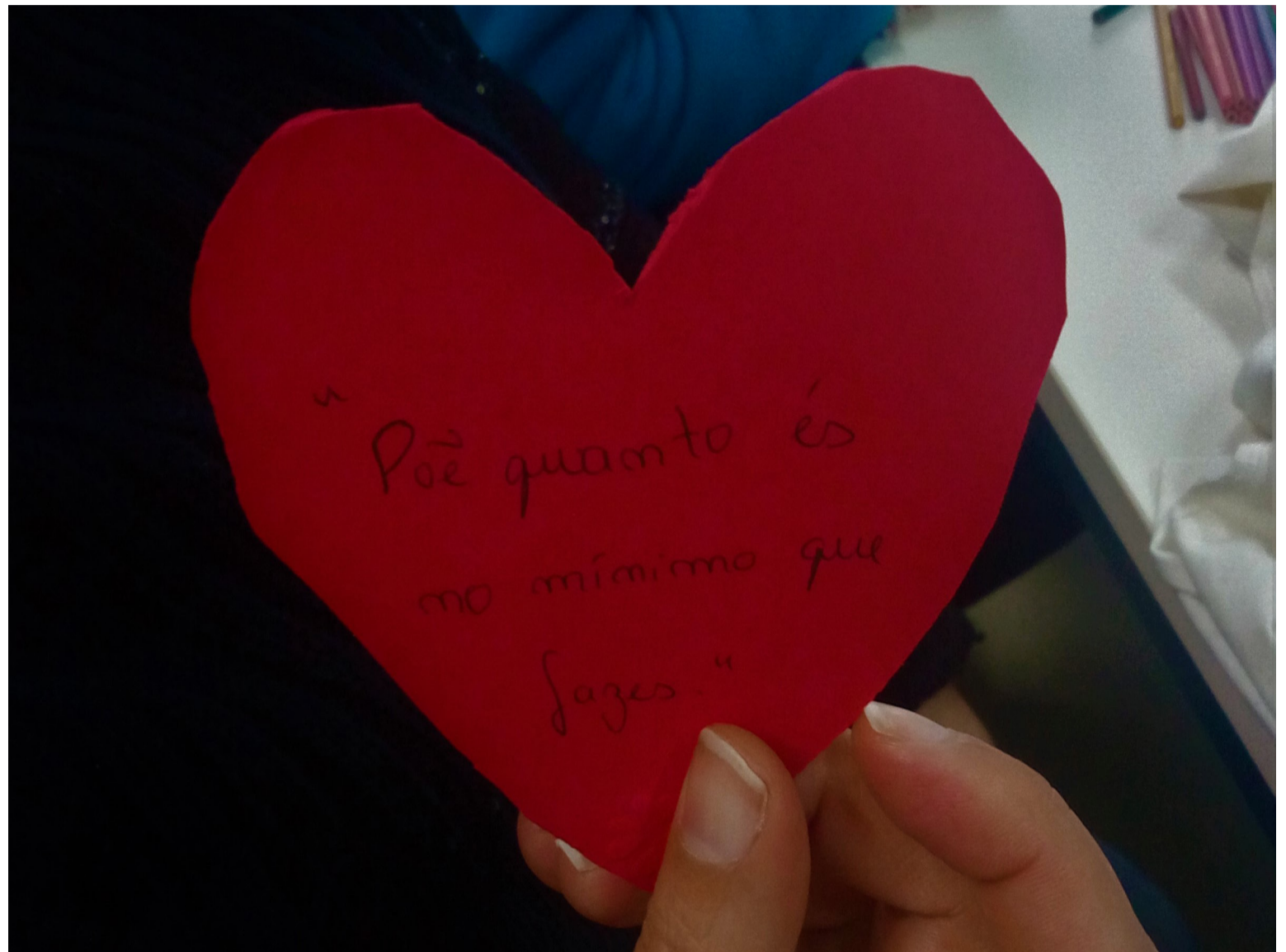
Entre os utentes da ALADI, a energia e a boa disposição foram uma constante. O espírito carnavalesco manteve-se dentro das quatro paredes da instituição e, na segunda-feira gorda, os nossos utentes voltaram a mascarar-se para, em pleno auditório, dançarem e se divertirem. Ao convívio seguiu-se um lanche junto ao átrio da entrada principal.

## IRS Ajude-nos a ajudar

Com o aproximar de mais um momento de entrega da Declaração Anual de IRS, anexamos o nosso folheto com o habitual apelo à consignação de 0,5% do seu imposto. Trata-se de uma forma simples de ajudar a ALADI sem quaisquer encargos para si e que corresponde a uma receita muito significativa no reforço do nosso FAS – Fundo de Apoio Solidário, fundo que possibilita aos mais carenciados a frequência dos nossos serviços. Vimos, por isso, solicitar o seu apoio também na divulgação desta excelente forma de ajudar sem gastar junto dos seus amigos e conhecidos.

## Dia de São Valentim

Em dia de São Valentim há que celebrar o amor, seja como casal ou entre amigos. Assim, no dia 14 de fevereiro, na ALADI, realizou-se uma “troca de afetos” através da distribuição de um coração. Cada utente e funcionário da instituição foi convidado a elaborar o seu coração, que deveria ser alusivo à época, e escrever uma mensagem para o destinatário. Depois de misturados numa caixa, cada participante retirou um “bilhete de afetos”.



## Confecionar biscoitos



Confecionar biscoitos. Foi este o desafio lançado aos nossos utentes no ateliê de culinária “Da mó ao biscoito de milho”, realizado na Biblioteca Florbela Espanca, em Matosinhos, durante a manhã do passado dia 27 de fevereiro. Depois de mostrarem as suas habilidades na cozinha e enquanto coziam os doces, sobrou tempo para visitar a exposição “Tesouros do MuMa”, no mesmo local. No final, a caminho da ALADI, os “chefes de cozinha” puderam provar os biscoitos.

## Promover a inclusão através do canto

Em janeiro, cerca de 20 dos nossos utentes levaram as janeiras a diversos locais da freguesia, sempre felizes e cantando a tradição que tentam manter viva.



A tradição é antiga e deve ser cantada de porta em porta durante todo o mês de janeiro. A ALADI não deixou escapar a data e fez-se à estrada para manter vivo o legado. Com as orientações do professor de música, Filipe Reis, cerca de 20 dos nossos utentes cantaram em diferentes locais da freguesia, levando canções tradicionais de janeiras e outras adaptadas à temática. A Junta de Freguesia de Lavra e o Centro Social Padre Ramos receberam o grupo que cantou e encantou os menos novos do lar e os mais novos do infantário. Seguiu-se a escola EB 2,3 de Lavra que, mais uma vez, visitou a

instituição. No auditório da ALADI, o grupo de estudantes cantou para os utentes e funcionários da nossa instituição e, como forma de agradecimento, puderam ouvir o repertório ensaiado. Estas são sempre experiências muito ricas que recebem comentários francamente positivos. “Receberam-nos muito bem, como já tem sido habitual. De salientar as palavras, na recepção do grupo, da Presidente de Junta que referiu a importância dos apoios sociais prestados na área da deficiência intelectual, louvando o trabalho que tem sido desenvolvido, no sentido de promover a inclusão social desta população”, garantiu o professor Filipe.



## ANIVERSÁRIO DA ALADI ESPETÁCULO SOLIDÁRIO

Auditório de Lavra  
8 de abril  
15 horas

## JORAC volta aos corredores da ALADI

O grupo de jovens de Lavra, JORAC, veio à ALADI para mais uma iniciativa de voluntariado, apoiando o momento do jantar dos utentes.



Participaram no Festival de Danças e Cantares da ALADI e na Missa Campal, ajudaram a remodelar uma das salas de atividades e voltaram, a 12 janeiro e a 16 de março, a pisar os corredores da instituição para servir o jantar aos nossos utentes. Foram cerca de 15 os jovens e animadores do Grupo de Jovens Rumo ao Amor de Cristo (JORAC) que aceitaram o desafio de ajudar a diminuir a diferença.

“O desafio foi proposto pelas animadores e alegremente aceite por todos, visto que fizemos boas memórias nas últimas atividades realizadas”, explicou José Cunha, um dos jovens do grupo pa-

roquial que, juntamente com os colegas, passou uma noite na instituição.

“Servimos os utentes durante a hora de jantar. A nossa companhia estendeu-se até à hora de recolher. Depois realizamos a nossa tardia Ceia de Reis que decorreu num espaço que ajudamos a requalificar no verão passado”, contou José.

A experiência, de acordo com o jovem, enriqueceu o grupo. “Saímos sempre destas iniciativas mais fortes e, sobretudo, mais unidos e mais felizes”, garantiu, acrescentando: “Além disso, os utentes já nos reconhecem e gostam sempre de nos ver por lá, até perguntam se voltamos logo

no dia a seguir. Criamos ao longo das várias atividades realizadas pelo JORAC na ALADI um grande carinho pelos utentes e eles por nós. Encontramos algumas vezes alguns deles fora da instituição e é sempre muito agradável o carinho que eles nos demonstram. É sempre gratificante os momentos que passamos com os utentes”, salientou.

Dos momentos que lhe ficaram na memória, José Cunha destaca um: “Nesta última visita, tivemos um momento que nos aqueceu o coração. Um utente que estava mal disposto naquele dia, assim que nos viu, esboçou um sorriso de orelha a orelha e deu-nos um

forte abraço. Foi um momento que nos tocou particularmente”, revelou, sublinhando que os encontros se vão manter e, inclusive, já há uma data agendada para o regresso, em março e abril.

“Crescemos enquanto pessoas ao longo destas passagens pela ALADI onde tomamos como nosso lema da instituição. Estas atividades ajudam-nos a ser pessoas melhores e a estar atentos ao outro”, rematou o jovem.

Na imagem, captada a 16 de março, António Ramos, um dos membros do JORAC, faz companhia a duas das nossas utentes durante a hora do jantar.

# II CICLO DE CONFERÊNCIAS DA ALADI

*"FAMÍLIA: APROXIMAR PARA REFORÇAR LAÇOS"*



## 18 de abril

09h30 |

Sessão de abertura

Dr.ª Luísa Salgueiro, Presidente da CMM  
Dr.ª Lurdes Queirós, Presidente da União de Freguesias de Perafita,  
Lavra e Santa Cruz do Bispo  
Representante da Direção, ALADI

10h00 |

### Conferência **"Saúde Mental e Física na Deficiência Intelectual"**

Dr.ª Raquel Correia, Psiquiatra USLLP, HPH  
Dr.ª Alexandra Cardoso, Psicóloga, Associação Alzheimer Portugal  
Dr.ª Teresa Alves, Assistente Social, Psicogeriatría, HML

14h00 |

### Workshop **"Sexualidade"**

Dr.ª Elda Sá, MDC Psicologia & Formação

## 02 de maio

10h00 |

### Conferência **"Apoios Sociais na Deficiência Intelectual na área de Matosinhos"**

Dr.ª Adília Sousa, Diretora do Núcleo de Prestações de Solidariedade,  
Instituto de Segurança Social  
Dra. Sílvia Ricardo, Diretora do Núcleo de Prestações Familiares,  
Instituto de Segurança Social  
Assistente Social da Câmara Municipal de Matosinhos  
Dr.ª Fátima Brandão, Educação Especial, Agrupamento de Escolas Dr.  
José Domingues Dos Santos, Lavra

15h00 |

### Workshop **"Defesa Pessoal"**

Associação de Defesa Pessoal de Portugal

## 24 de abril

10h00 |

### Conferência **"Terapias Complementares na Deficiência Intelectual"**

Dr.ª Clara Cardoso, Psicóloga, Terapia Assistida por Animais "Ladra Comigo"

Dr.ª Joana Pereira, Psicóloga, Hipoterapia, Centro Hípico Porto e Matosinhos

Dr.ª Margarida Rocha, Musicoterapia, Instituto Benenzon

Dr.ª Marlene Barros Hrin, Atividade Física/Desporto Adaptado, ALADI

14h00 |

### Workshop **"Mindfulness"**

Dr.ª Filipa Morais Soares, Psicóloga

## 05 de maio

10h00 |

### Conferência **"O impacto da Deficiência Intelectual na Família"**

Equipa Psicossocial, ALADI

Testemunhos de Familiares de utentes ALADI



Inscrições para:

[conferencias.aladi@gmail.com](mailto:conferencias.aladi@gmail.com)

+351 229 966 673

Avenida D. Pedro IV, 420, Lavra

[www.aladi.pt](http://www.aladi.pt)

