



OS DIAS NA ALADI

Os dias na instituição começam cedo. A par das atividades no exterior, que incluem terapias e outras atividades ocupacionais, os nossos utentes estão divididos por 12 salas. Os trabalhos que vendemos para o exterior são desenvolvidos em algumas delas.

Pág. 2 a 4

A FOTOGRAFIA COM O PRESIDENTE
No Dia Internacional da Pessoa com Deficiência, o utente Carlos Coelho rumou até Lisboa e esteve com o Presidente da República.

Pág. 5

COLÉGIO DO ROSÁRIO NA ALADI
Uma turma do Colégio do Rosário visitou a instituição. A Academia de Dança do Colégio organizou ainda um espetáculo solidário a favor da ALADI.

Pág. 6

IRS: AJUDAR SEM CUSTOS!

Entre 1 de abril e 31 de junho deverá proceder à entrega da sua declaração de IRS. Nomeie a ALADI como a instituição à qual vai consignar 0,5% do seu IRS. Basta indicar o nosso número de identificação fiscal - 501984666. É simples e sem quaisquer encargos para si.

Pág. 8

Os dias na ALADI

Os dias na instituição começam cedo. A par das atividades no exterior, que incluem terapias e outras atividades ocupacionais, os nossos utentes estão divididos por 12 salas. Os trabalhos que vendemos para o exterior são desenvolvidos em algumas delas.



Os corredores da ALADI nunca estão vazios, o silêncio não impera e a azáfama dos dias é grande. Com mais de 90 utentes e uma centena de colaboradores - distribuídos pelo gabinete psicossocial, pela administração, pelos auxiliares da ação direta e pelo gabinete de enfermagem, os dias nunca são iguais. A aposta na inovação e na criatividade são dois dos segredos para fazer face aos constantes desafios do dia a dia.

A ALADI está dividida em duas grandes áreas de atuação: o lar residencial e o centro de atividades ocupacionais (CAO), em funcionamento de segunda a sexta-feira.

Os dias começam cedo. Por volta das 7h30, os utentes de lar despertam, fazendo de seguida a sua higiene pessoal. O pequeno-almoço é servido até às 9h00, altura em que começam a chegar os utentes de CAO. A maioria chega à ALADI com recurso ao serviço de trans-

porte disponibilizado pela instituição. São três as carrinhas destinadas a esse fim, sendo que o serviço cobre toda a área geográfica de Matosinhos.

Reunidos todos os utentes, são distribuídos pelos 12 espaços de trabalho: a sala de culinária, de estimulação sensorial I e II, de expressão plástica, de escultura, de têxteis, de pintura, de cerâmica, de jardinagem, de vida diária e para séniores.

De acordo com Cláudia Nunes, monitora da ALA-

DI, são vários os critérios a ter em conta na altura de distribuir os utentes pelas salas.

“Temos sempre em conta o gosto pessoal do utente e o seu grau de capacidade. Depois, há um outro fator importante: dentro das salas, há uma mistura entre os que têm mais capacidades e os que são mais dependentes. Uns acabam por zelar pelos outros”, explica Cláudia Nunes, garantindo que a medida é “positiva”.

“É uma aposta para dar continui-

dade”, refere.

A vigilância de uma sala está a cargo de dois auxiliares. Cabe-lhes a tarefa de orientar os utentes nas tarefas que lhes estão destinadas.

“Temos salas mais produtivas e outras nem tanto. A de culinária, por exemplo, produz para o consumo da casa e para o exterior. Já as de expressão plástica e de escultura estão mais voltadas para a decoração da instituição. A sala sénior dá resposta a utentes com 65 ou mais anos e que já não gostam



destas atividades”, esclareceu Cláudia Nunes.

Felicidade

Alda Silva é uma das orientadoras a sala de estimulação sensorial I. Durante o dia, contam-se histórias e fazem-se brincadeiras para captar a atenção dos utentes mais dependentes. A auxiliar da ação direta trata ainda das mudas das fraldas e ajuda no período das refeições.

“Quando vamos para casa, eles vão no nosso pensamento. Não trocava isto por nada”,

afirma a colaboradora Alda Silva.

Na sala de culinária, o cenário é diferente. As meninas da cozinha põem as mãos na massa para confeccionar doces, salgados e licores. Alguns dos alimentos são vendidos para fora.

“Organizamos o trabalho consoante as encomendas. De vez em quando, a mãe de uma utente vem cá fazer os licores”, referiu Natália Pereira, auxiliar da ação direta, responsável pela decoração dos bolos de aniversário vendidos para o exterior.

Fora das salas

A par do trabalho desenvolvido nas salas, a ALADI elabora anualmente um plano de atividades socioculturais para os nossos utentes. Além das festas que já fazem parte da tradição da instituição, os utentes participam em vários jogos, *workshops* e convívios.

Há ainda um vasto leque de terapias disponibilizadas aos nossos utentes: terapia assistida por animais, com cavalos e cães, fisioterapia, natação, ginástica e musicoterapia.

A ALADI abriu ainda recentemente consultas de psicologia para utentes, colaboradores e familiares. As consultas, dadas pela psicóloga Cláudia Albuquerque, são gratuitas. A instituição conta também com um serviço próprio de enfermagem e uma assistente social. Se a agitação não abranda nos dias úteis, no fim de semana verifica-se o oposto. Apenas com o lar residencial a funcionar, há saídas no exterior, jogos e atividades com outras instituições.

Como encomendar?

Diariamente, nas suas salas, a ALADI produz uma série de produtos destinados à venda solidária. Fazem-se trabalhos em barro e confeccionam-se doces (bolos de aniversário incluídos) e salgados. Para encomendar, basta ligar para o 229 966 673/ 961 218 445 ou passar pela instituição, na Avenida D. Pedro IV, em Lavra.

Os testemunhos de utentes e colaboradores...



**Inês
Ramalho**
Utente

“Gosto de preparar o bacalhau e o frango para fazer os salgados. Gosto de enrolar os croquetes e de trabalhar a massa para os rissóis. Em minha a casa também ajudo na cozinha”



**Bruno
Neves**
Utente

“Gosto muito da minha sala. Fazemos muitas coisas e contamos histórias. Também vamos passear”



Lucinda
Utente

“Gosto de bordar. Para mim não é difícil. Aprendi a bordar quando estive no hospital. Para a Páscoa, já bordei uns saquinhos com uns coelhinhos. Demoro mais ou menos um dia ou dois a fazer cada saquinho”



**Filomena
Machado**
Utente

“Gosto muito de cozinhar e de limpar. Na cozinha costumo tirar tudo da dispensa para arrumar. Gosto de fazer todos os bolos e as bolhachas de canela”



**Nélson
Cerqueira**
Utente

“Gosto de mexer no barro e de trabalhar. Depois de amassado, vai ao forno. Quando sai, lixamos e pintamos. Já faço isto há muito tempo”



**Mariana
Pascoal**
Equipa técnica

“O nosso objetivo principal passa pela valorização criativa do utente, mediante a sua capacidade de trabalhar”



**Alda
Silva**
Auxiliar

“Entro às sete horas na ALADI e ajudo nos banhos. Depois venho para as salas. Há muitos anos que é assim. Quando vamos para casa, eles [os utentes] vão no nosso pensamento”



**Cláudia
Nunes**
Equipa técnica

“No CAO temos uma parte mais produtiva, destinada às vendas, e uma zona em que estão os utentes mais dependentes. Dentro das salas, apostamos na mistura dos utentes com mais e menos capacidade”



**Natália
Pereira**
Auxiliar

“Organizamos o trabalho consoante as encomendas para o dia. Fazemos bolos, salgados, e outras coisas. Normalmente, sou eu que faço a decoração dos bolos”



**Diana
Duarte**
Auxiliar

“Estou na ALADI há oito meses e dou apoio nas salas de estimulação sensorial I e II. Nestas salas estão os utentes mais dependentes. A nossa função é zelar pelo bem-estar deles”

A fotografia com o Presidente

No Dia Internacional da Pessoa com Deficiência, o nosso utente Carlos Coelho rumou até Lisboa para mostrar alguns trabalhos da sua autoria.



No Dia Internacional da Pessoa com Deficiência, assinalado no passado dia 3 de dezembro, o nosso utente Carlos Coelho rumou a Lisboa para expor alguns trabalhos da sua autoria no Instituto Nacional de Reabilitação. O utente viajou na companhia de uma equipa do Centro de Educação e Formação Profissional Integrada, onde trabalha, e esteve com o Presidente da República, Marcelo Rebelo de Sousa, tendo trazi-

do para o Porto o registo fotográfico do momento. Na bagagem, além da fotografia, vieram ainda as memórias da experiência.

Carlos, o que é que foste fazer a Lisboa?

Levei três quadros. Fui com a Augusta e o Manuel, dois colegas que também estão no Centro de Educação e Formação Profissional Integrada e com a Dra. Olga, que é a diretora. Estava lá muita gente e eu dei dois quadros ao presidente Marcelo Rebelo de Sousa.

O que retratavam os quadros?

Um deles tinha um avião e as nuvens a passar; no outro pintei uma ponte com carros e, no último, desenhei a Ribeira do Porto.

Gostaste de conhecer o Presidente da República?

Gostei de tirar a fotografia com o Marcelo Rebelo de Sousa. Foi uma surpresa. Fiquei muito contente por estar lá o Presidente da República. Nem dormi à noite. Ele é bom homem. Corre todo o país. Gosto muito dele.

Cantar as janeiras

Em janeiro, os nossos utentes levaram a tradição das janeiras a vários locais de Matosinhos.

No início de cada ano, não há como escapar à tradição e, na ALADI, o cantar das janeiras é um costume para se manter. Assim, ao longo do mês, os nossos utentes levaram as cantigas da época ao Lar Centro Social Padre Ramos, à Junta de Freguesia de Lavra e ao Lar das Irmãs dos Pobres. No auditório da ALADI, recebemos ainda alguns alunos da Escola EB 2/3 de Lavra que partilharam connosco os seus cânticos.

Entusiasmados com o convívio que a atividade possibilita, os nossos utentes demonstraram uma grande alegria por manterem viva uma tradição muito portuguesa.

“De forma pedagógica, quisemos

transmitir aos nossos utentes alguns bens culturais que, normalmente, passam de geração em geração, no seio de uma comunidade”, sublinha Filipe dos Reis Teixeira, professor de música da ALADI.

Festa no Porto

No Dias dos Reis, os nossos utentes deslocaram-se ao Porto para assistir às atuações de cerca de 10 grupos de ranchos folclóricos. A atividade, intitulada “Janeiras no Porto”, é organizada pela Porto Lazer.

“A iniciativa contribuiu para melhorar o enriquecimento cultural dos nossos utentes, proporcionando-lhes momentos de lazer e de descontração. Alguns aproveitaram mesmo para dançar”, contou Ricardo Menezes, monitor da ALADI.



Colégio do Rosário na ALADI

Uma turma do Colégio do Rosário visitou a instituição e participou em várias atividades que fazem parte do nosso quotidiano.



Uma turma do ensino secundário do Colégio de Nossa Senhora do Rosário, no Porto, passou um dia na ALADI. Além de conhecerem os utentes e visitarem a instituição, os estudantes do ensino secundário participaram em várias atividades que fazem parte do nosso quotidiano. A visita terminou com um jogo de boccia. “Foi um dia bem passado, no qual os nossos utentes puderam partilhar as suas rotinas. Durante o jogo de

boccia puderam ainda partilhar alguns dos seus saberes”, diz Marlene Barros Hrin, monitora na ALADI.

Espetáculo

Esta visita não foi o único contacto dos alunos com a instituição. A 22 de março, no auditório de Lavra, a Academia de Dança do Colégio de Nossa Senhora do Rosário promoveu um espetáculo solidário, cuja receita reverteu parcialmente para a ALADI. O momento serviu ainda para assinalar os 32 anos da instituição.

Integração e fé

A ALADI participou no “Movimento Fé e Luz” a convite das paróquias de Perafita e de Lavra. O movimento tem como objetivo promover a integração da pessoa com deficiência na Igreja e na sociedade. Pretende ainda acolher as suas famílias e estimular a partilha da alegria do dom da vida.

ALADance

Sempre com boa disposição, a ALADI marcou presença no desfile de carnaval de Lavra,

Dança, muita animação e fantasia. Para a ALADI, foram estas as palavras de ordem no carnaval deste ano. Como já é habitual, a 3 de Março, a instituição participou no curso de Lavra. “Houve boa disposição com a ALADance, um grupo de dança constituído por utentes, alguns dos seus familiares e colaboradores da ALADI, num total de 50 foliões.

O tema para o carro alegórico deste ano, que demorou cerca de um mês a ser preparado, foi escolhido após terem sido ouvidas e analisadas várias sugestões dos colaboradores e utentes.

O desfile percorreu a avenida de Angeiras e contou com mais de 15 carros alegóricos. No antigo campo da União Despor-

tiva do Lavrense foi entregue a todos os grupos participantes uma lembrança pela presidente da União de Freguesias de Lavra, Perafita e Santa Cruz do Bispo, a Dra. Lurdes Queirós.

“Houve boa disposição e convívio entre todos. Para o ano lá estaremos novamente”, garantiu a terapeuta ocupacional Susana Soares.

Festa na 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. Os nossos utentes voltaram a mascarar-se para, no auditório, dançarem e se divertirem. Ao convívio seguiu-se o lanche no átrio de entrada.



Artes e desporto no arranque de 2019

No primeiro trimestre de 2019, os nossos utentes participaram em diversos *workshops*, oficinas e provas desportivas. Fica o registo de algumas “brincadeiras” desenvolvidas desde o início do ano!



Convívio desportivo

A 7 de fevereiro, o parque desportivo da ALADI encheu-se para um dia dedicado ao convívio e à atividade física. Cerca de 30 utentes, acompanhados por 135 alunos da Escola de Agudela e por 60 utentes da AP-PACDM do Porto e da Maia, da MAPADI e da MADi, percorreram um circuito com diversos jogos. Além de fomentar o intercâmbio com escolas e instituições, a atividade teve

como objetivos dar a conhecer os jogos adaptados existentes.

Técnicas individuais

Desafiados pela MADi, sete utentes deslocaram-se até Vila do Conde para participar em várias atividades desportivas. No pavilhão, exercitaram diferentes técnicas individuais de basquetebol.

”Há música no Parque”

Construir e decorar instrumentos

musicais. Foi este o desafio da oficina “Há Música no Parque”, que decorreu na Fundação de Serralves. Esta atividade faz parte de um vasto leque de propostas da instituição destinadas a pessoas com necessidades especiais. Os nossos utentes fizeram maracas, paus de chuva, tambores.

”Caixa de Ritmos”

Os nossos utentes participaram no *workshop* “Caixa de Ritmos”, promo-

vido pela Casa da Música. Graças ao sensor de movimentos Kinect, quando os nossos jovens se movimentavam pela sala, diferentes sons eram ativados. Ouviam-se distintas batidas e instrumentos de percussão. Antes de regressarem à instituição, os nossos utentes conheceram o bar da Casa da Música, onde beberam algo quente.

”As emoções nas quatro estações”

A 13 de março, os

nossos utentes voltaram à Fundação Serralves para participar na oficina “As emoções nas 4 estações”. O grupo associou as quatro estações a diferentes emoções, enquanto visitavam as diversas galerias do museu e do jardim da Fundação Serralves. No final da atividade foram ainda desafiados a verbalizar o que sentiam ao ouvir e visualizar os trabalhos dos artistas Joana Vasconcelos e Tacita Dean, expostos na Fundação Serralves.

IRS: ajudar sem custos!

Entre os dias 1 de abril e 31 de junho deverá proceder à entrega da sua declaração de IRS. Nomeie a ALADI como a instituição que beneficiará de 0,5% do seu IRS. Basta indicar o nosso número de identificação fiscal - 501984666. É simples e sem quaisquer encargos para si.



Com o solicitar o seu apoio também na aproximação de divulgação desta excelente e simples forma de ajudar junto dos seus amigos, familiares e conhecidos. momento de entrega da declaração Anual de IRS, apelamos 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 Fundo de Apoio Solidário, fundo que possibilita aos mais carenciados os nossos serviços. Vimos, por isso,

Datas a reter

Entre os dias 1 de abril e 31 de junho pode aceder ao portal das finanças para proceder à entrega da sua declaração de IRS. Nessa altura, poderá nomear a ALADI como a instituição à qual vai consignar o seu IRS. Basta indicar o nosso número de identificação fiscal - 501984666.

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 ENCARGOS PARA SI!



SEJA SOLIDÁRIO

Entidade a Consignar IRS

Pode indicar previamente ao prazo de entrega da declaração de rendimentos modelo 3 e do IRS Automático, a entidade à qual pretende consignar o IRS.

Dados da Entidade

NIF	Denominação
501984666	ALADI-ASSOCIAÇÃO LAVRENSE DE APOIO AO DIMINUIDO INTELECTUAL

Dar sem gastar...

O que ambicionamos...

- Aumentar o Fundo de Apoio Social da ALADI.

Porque Precisamos de si...?

- O Fundo de Apoio Social da ALADI auxilia os Utentes que se encontrem com dificuldades financeiras para frequentar a instituição.

Não podemos deixar ninguém de fora.

O vosso contributo ajudar-nos-á a diminuir a diferença!

Associação Lavrense de Apoio ao Diminuído Intelectual

Avenida D. Pedro IV, 420 - 4455 - 184 Lavra
Tel: (+351) 22 996 6673 - Fax: (+351) 22 996 7146 - Tlm: (+351) 96 121 84 45 - E-mail: geral@aladi.pt
Visite-nos aladi.associacao - www.aladi.pt