Santa Casa da Misericórdia de Vila do Conde

Centro de Apoio e Reabilitação para Pessoas com Deficiência

TINTA FRESCA

Nº10 Maio 2012

Sumário

Editorial	02
Notícias de Touguinha	03
Desporto	11
Receitas	14
Para Divertir	15
Atividades em Agenda	16

Convívio do Dia do Pai (Pág.4)

Concurso “Quebrar Barreiras, Unir Diferença” (Pág.8)

Visita à NORPRINT (Pág. 9)

Pág. 6

CARPD

VIA SACRA AO VIVO

Ficha Técnica

Propriedade
Santa Casa da Misericórdia de Vila do Conde CARPD - Centro de Apoio e Reabilitação Para Pessoas com Deficiência (CARPD) em Touguinha

Diretor
Sérgio Pinto

Conceção Gráfica e Paginação:
Dorisa Correia
Fátima Marques
Patrícia Cunha

Produção
Alexandre Pereira
Álvaro Santos
Cristina Sousa
Emanuel Ribeiro
Emília Coelho
Francisca Morais
Ilídia Araújo
Irene Vieira
João Paulo Silva
José Carvalho
José Lamas
Jorge Pereira
Luís Simas
Orlindo Sousa
Rui Ramalho

Distribuição
CARPD - Centro de Apoio e Reabilitação Para Pessoas com Deficiência (CARPD) em Touguinha

Periocidade
Bimestral

Tiragem
500 exemplares

Sede
Rua do Abrantes, Nº 5
4480 – 500 Touguinha
Vila do Conde
Telefone: 252 290 370
Fax: 252 290 379
Email: geral.touguinha@scmvc.pt

Impressão
Norprint
A Casa do Livro

Caros Leitores:

Neste ano de 2012, a civilização Maia tem tido muito protagonismo, sobretudo devido à previsão do final do mundo para o dia 21 de Dezembro de 2012; esta "profecia" tem corrido mundo, é tema de muitas conversas e palpites e tem sido alimentada e distorcida por alguns "profetas", (maus profetas, diga-se) que medram pela conquista de corações fragilizados, tolhendo a esperança e semeando o pavor.

Diz-se que acontecimentos terríveis ditarão o fim: o alinhamento dos planetas, o choque dum cometa contra a terra, tempestades terríveis… E a destruição seria global e total, com data precisa! E se olhássemos à nossa volta? Olhai a destruição das nossas florestas, dos nossos rios e mares... Olhai a destruição das nossas paisagens, de tantas espécies de animais que são mortos sem motivo. Olhai a destruição dos homens que fazem guerra por nada! Olhai as amizades que destruímos e as barreiras que erguemos e fortificamos! Não será preciso chegar ao dia 21 de Dezembro… Tanto já foi perdido!

Não acontecerá o final do mundo em 2012! Mas acreditai: sempre que destruímos o que está à nossa volta, seja o que for, destruímo-nos a nós mesmos, pois tudo o que está ao nosso redor é parte de nós próprios, como ensina o povo maia! Se eu destruo as florestas, destruo-me a mim mesmo; se eu contamino as águas, contamino-me a mim mesmo; se eu mato de ódio, mato algo em mim mesmo.

O calendário Maia indica que em 2012 acaba um ciclo e inicia um novo, que será uma nova oportunidade para a humanidade, para implementar a harmonia e o respeito por tudo o que existe. Vem um ciclo depois do outro, num aperfeiçoamento constante do homem e do que ele é chamado a cuidar. Cada novo ciclo traz mais sabedoria, maior perfeição do homem. Isto quer dizer que, segundo o calendário Maia, o ano 2012 não é o fim do mundo, mas o início de um mundo novo, melhor, porque o homem é chamado a ser mais perfeito e a cuidar de tudo o que o rodeia com maior perfeição!

Se deixarmos o egoísmo vencer, então sim, será o fim da humanidade, mais cedo ou mais tarde, não sabemos quando! É tempo de pensar no bem comum… não só em "mim", mas tempo para pensar no "nós", numa consciência coletiva! Na verdade, "tudo ao redor é parte de nós próprios", recordai.

Como é que isto será possível? Procuremos dentro de nós, o melhor de nós, e encontraremos a resposta… O nosso coração! Ele sabe que enquanto acreditarmos no melhor de nós, na maior perfeição com que cuidaremos de tudo o que nos rodeia, não será o fim. E assim, tudo seria diferente!

Procura o melhor de ti!

Sérgio Pinto

Diretor do Centro

Dia da Protecção Civil - 01 de Março

Hoje fomos ao Centro Paroquial das Caxinas. É o Dia da Proteção Civil. Lá vimos um filme sobre fogos em florestas e em casas, desastres naturais e salvamentos de pessoas. Foi muito engraçado. É preciso ter muito cuidado com os fogos, porque são perigosos e destroem tudo. Depois vimos muitas crianças a apreender o que é ser bombeiro. Naquele dia havia muitas crianças que queriam ser bombeiras. Também contaram várias histórias divertidas sobre bombeiros.

João Ferradeira e Ilidia

Miguel, Ilídia, Ana Neves, a "Mascote", João Ferradeira, Sílvia, Albertino, Cândida M. e Laura

Hipoterapia em Balasar: Casa de Agrelos - 14 de Março e 18 de Abril

Então cavalinho… não andas?…

Aprender e ajudar não custa nada!

O nosso colega José Brandão, encontrou um amigo fiel

Rosinha num dos 2 picadeiros da Casa de Agrelos

Ana Maria em grande estilo em plena interação com o manso cavalo

Todos os meses, como se tornou habitual, rumamos em direção à Póvoa de Varzim, concretamente à Casa de Agrelos em Balasar, que é um projeto de carácter privado, onde o Monitor de Equitação Pedro Ferreira nos recebe e apoia nesta experiencia, que se tem vindo a tornar algo familiar e muito divertido para nós.
O resultado final é surpreendentemente positivo e os sorrisos nos rostos de todos são a prova disso. Não há dúvida que a Hipoterapia beneficia muitas pessoas com os mais diversos problemas. E é gratificante ver a alegria de todos. É uma aposta ganha!

A Redação

Campanha de Sensibilização para a Dádiva de Sangue - 14 de Março

Como tem sido frequente nos últimos anos, o Instituto Nacional de Sangue, deslocou-se neste dia até à Santa Casa de Misericórdia de Vila do Conde. Cada vez mais existem pessoas a colaborar nesta iniciativa. Tem-se verificado que há mais sensibilização para a importância de doar sangue. Qualquer pessoa saudável com mais de 18 anos, pode e deve fazê-lo. As mulheres de 4 em 4 meses e os homens de 3 em 3. Quem puder deve colaborar. Quem sabe se não poderemos ajudar a salvar uma vida! Que honra!

Irene, com ajuda de Manuela Oliveira

As nossas funcionárias são solidárias :) e, só por isso, merecem uma foto!

Parece que o nosso fotografo disse uma piada... ;) Hum... que terá sido…?

Aqui temos mais duas valentes: a Vera e a Graça! "Deram o litro"… com um sorriso solidário!

Dia do Pai - 19 de Março

Este dia tão especial para todos nós é dia de São José, Pai adotivo de Jesus. No qual a Igreja recorda a santidade de vida do seu padroeiro, proclamada em 1870 por Pio IX. São José, esposo da virgem Maria, modelo de pai e esposo, protetor da Sagrada Família, foi escolhido para ser o patrono de toda a igreja. O Pai, representa muito, é "ele" que nos ensina a viver e a lutar, que nós dá conselhos para que no futuro sejamos alguém na vida e que nos dá a mão quando mais necessitamos.

Este ano, como nos anteriores, houve aqui no centro um convívio entre utentes e pais, foi um encontro muito alegre . Finalizado com um lanche onde se cantaram os parabéns a todos os pais presentes. Assim se passaram umas horas de confraternização entre todos. Esperamos ansiosamente pelo próximo ano.

Jorge Pereira

O pai do Vitinho, Dr. Vitor, a explicar o que é "Ser Pai"

Lá se foi a nossa dieta... também com este bolo de chocolate que os pais do vitinho trouxeram...quem é que conseguiria resistir à doce tentação?

Alguns dos nossos colegas a rodear o "nosso" Provedor Arlindo Maia que nunca falha um "Dia do Pai", para nossa felicidade... :) obrigado

Rui Costa com o Pai Aniceto, após o lanche

O Dia do Pai representa o homem que nos deu educação, conforto no dia a dia, e que nos ajudou a ser homens. É um ser amável, compreensivo e respeitado por todos os filhos. Ser pai também é ser trabalhador, estar sempre pronto a dar a mão, é ser corajoso e responsável. Está sempre atento e vigilante com amor e lealdade. É fiel e cumpridor. Obrigado aos nossos pais por serem ou por terem sido assim; dos vossos filhos que vos amam.

Rui Ramalho, Alexandre e João Paulo Silva

Dia Mundial da Árvore – 21 de Março

Aqui no Centro plantamos sempre uma árvore com a ajuda de todos, utentes e funcionários

O Dia Mundial da Árvore celebra-se neste dia, assim como o início da Primavera.

O objetivo da sua comemoração é sensibilizar a população para a importância da preservação das árvores, do ambiente e da nossa qualidade de vida .

Neste dia é habitual plantarem-se árvores, pois são elas que nos fornecem o oxigénio, o papel, etc. Por isso, não se esqueçam de preservar as árvores e claro fazerem muitas plantações.

Lamas, com ajuda de Elisabete Gomes

Pedro José e Alice a ajudarem a plantar uma laranjeira... já com laranjas!

Estamos a dar os últimos toques... E vai ficar uma plantação perfeita!

Quem é que diz que o trabalho bem feito não dá prazer e alegria? "As laranjas demoram muito"?

Isto é que foi suar... E não faltou ninguém com vontade de ajudar!

Visita da Escola Secundária D. Afonso Sanches, de Vila do Conde - 23 de Março

Materiais

Um coração
faz de Amoras.
Uma mão
faz de galhos.
Uma flor
faz-se zumbindo.
Uma árvore
faz de ninhos.
Um cavalo
Faz de vento.
Uma nuvem
faz-se de linho.
Uma casa
Faz-se por dentro.

João Pedro Méssede

Entre outros poemas, João Pedro Méssede é autor de "O Tio da Tina" e "Números"

E para mudar um pouco... em vez de uma grande festa cheia de barulho e algazarra... partilhamos uma manhã harmoniosa onde se prestou homenagem à poesia Portuguesa... Valeu a pena!

Neste dia, durante a manhã, ocorreu uma sessão de declamação de poemas pelos alunos do 10º ano, do Curso Profissional Técnico de Apoio Psicossocial da Escola Secundária D. Afonso Sanches, no decorrer da semana da Leitura.

A sessão foi um sucesso porque os poemas eram muito bonitos, formidáveis, com muito sentido humano. No final, uma utente do centro (Rosa Aleixo) declamou de forma clara e agradável o poema "Balada da Neve" de Augusto Gil, em Luar de Janeiro 1909.

Gostei muito de os ouvir e poder experimentar algo novo.

Emanuel e Rui Ramalho

Cerimónia Oficial para a assinatura de Protocolos - 24 de Março

Com muita alegria para a nossa Instituição, particularmente para o nosso Centro, foram assinados Protocolos de Cooperação com várias entidades, entre as quais: a Junta de Freguesia, a Associação Recreativa e Cultural, o Centro Social e Paroquial, a Escola Primária, os Jardins de Infância "A Estrada" e "Medados", todos de Touguinha; a Câmara Municipal de Vila do Conde, a Paróquia de Vila do Conde, o Ginásio Vilacondense, o Motoclube de Vila do Conde, a Casa d'Agrelos, a Norprint "Casa do Livro", a Óptica da Matriz, o Grande Colégio da Póvoa, o Colégio Jardim das Cores e a ANDDI-Portugal. Brevemente outros protocolos serão formalizados. Estamos certos que, juntos, serviremos melhor os nossos utentes e a nossa comunidade .

A Redação

O Presidente da Junta de Freguesia de Touguinha, Ilídio Gomes, falando em nome de todos os parceiros. Com esta equipa, todos sairemos a ganhar!

Dia Mundial do Teatro - 27 de Março

O Teatro nasceu de uma civilização antiga, em Atenas, tendo origem no culto prestado a Dionísio, Deus do vinho e das festividades. Inicialmente as peças teatrais eram apresentadas em recintos ao ar livre e havia dois géneros de representações: as tragédias e as comédias. As tragédias eram peças que tentavam levar os espectadores a refletirem nos valores e no sentido da existência humana. As comédias eram, por sua vez, peças de crítica social a figuras e a acontecimentos da sociedade da época ridicularizando defeitos e limitações da atuação dos homens, provocando o riso na assistência. Em cada peça só atuavam três atores do sexo masculino que desempenhavam, entre si, vários papéis (incluindo os papéis femininos). Todos tinham o rosto coberto por máscaras.

Gil Vicente é considerado o fundador da teatro Português, no século XVI. Viva o Teatro!!!

Francisca Morais, com ajuda de Paula Pereira

Dia do Funcionário: "Vamos Relaxar" - 01 de Abril

Como era de prever e tendo em consideração o excelente desempenho dos nossos funcionários, estes tiveram direito a uma massagem individual de relaxamento, tipo SPA, para proporcionar uma sensação de calma e bem estar podendo, desta forma, aplicar este estado de espírito nos cuidados aos nossos utentes. A massagem foi tão bem recebida por todos que pediram, sem exceção, que fosse uma iniciativa a repetir, nem que seja no dia 01 de Abril...

A Redação

Festa da Páscoa no Centro: Via Sacra ao Vivo - 03 de Abril

Utentes, funcionários e convidados, durante a celebração da Eucaristia presidida pelo Sr. Padre José Gonçalves

Hum... será que estão todos à espera do cabritinho...?! Quem espera sempre alcança :)))) Era o que diziam os nossos avozinhos...

Jorge Ferreira, Manuel C, João Paulo Faria, Sr. Domingos e Vitor durante a representação da Via Sacra: "Jesus cai pela 1ª. vez"

Jorge, Brandão e Vitor, muito concentrados. "Jesus é ajudado pelo Cireneu"

Por volta das 11 horas da manhã deu-se início à Eucaristia, que foi celebrada pelo Sr. Padre José, onde eu participei no coro, cantando várias músicas da época Pascal. Depois da eucaristia foi o almoço, onde se juntaram os utentes, os funcionários e todos os convidados. Foi servido um bom cabrito e como sobremesa alguns doces tradicionais desta época festiva. Às 14 horas, como de costume, fizemos a Via Sacra. Eu e os meus colegas fomos as personagens principais. Eu fiz de Apóstolo Pedro. Gosto muito de participar na Via Sacra, é muito importante ajudar a representar o percurso que Jesus fez a caminho do calvário e a sua Ressureição. A Festa terminou da melhor maneira, com um rico lanche na companhia de familiares e amigos e outras Instituições . Esperamos que todos tenham passado um bom dia na nossa companhia e desejamos que continuem a ter uma Santa Páscoa.

João Paulo Silva, com ajuda de Lúcia

"A ressurreição de Cristo é mais uma prova de que o amor e a vida são eternos" .

Geraldo M. C. Bebiano

Festa da Páscoa no Centro: Via Sacra ao Vivo - 03 de Abril (cont.)

"Jesus leva a cruz às costas para o Calvário"

"Jesus nos braços de Maria, Sua Mãe"

O nosso ginásio foi pequeno para acolher tantas pessoas. "Valeu a pena, valeu mesmo a pena", diziam.

Momento final da Via Sacra ao Vivo. Foram horas de muitos ensaios e sacrifícios, mas valeu a pena. Estiveram em palco 50 pessoas: 38 utentes, 10 funcionários e 2 familiares. Todos estão de parabéns. Foi muito bom!

A assistência, emocionada, envolveu-se na Via Sacra ao Vivo, com fé e devoção

No final, foi tempo para retemperar as energias

O cuidado humanizado dos nossos utentes, em todas as suas dimensões, é preocupação constante de todos os profissionais deste Centro. Por isso, pensamos que este tema seria o indicado para a nossa via sacra ao vivo: **"Se quiseres ser perfeito ama como Jesus nos amou"**. Sem adulterar o sentido original da via sacra, fomos fazendo um paralelismo entre o caminho de Jesus, com o caminho dos nossos utentes. Em cada estação, um utente diferente representava Jesus e os textos por nós elaborados, ajudavam-nos a refletir no caminho de Jesus e no caminho dos nossos utentes no modo como cuidamos deles, no modo como os olhamos.

Aqui fica o exemplo da 3ª estação: "Jesus cai pela primeira vez":
Tu estás hoje presente, Jesus, no rosto dos nossos utentes. Muitos dele também "caem", desanimados, porque não sou capaz de os olhar nos olhos, porque não sou capaz de os fazer sentir-se importantes, porque não vejo neles o teu rosto, Jesus. Porém, hoje quero viver o dom de mim mesmo, colocando-me inteiramente ao serviço dos utentes, numa relação de amor e responsabilidade: com o olhar acolhedor de Jesus, com o toque das suas mãos que transformam, com o brilho do seu coração que ama.

Estás diante de nós, Jesus, caído, na pessoa dos nossos utentes... E quantas vezes ignorei o peso da sua cruz, quantas vezes questionei o sentido da sua cruz... Mas hoje ensinas-me, Jesus, que cais com o peso da tua cruz porque ela está carregada de amor por mim. Jesus, dá-me força e responsabilidade para que eu não me acomode e não deixe os nossos utentes desanimarem, esmagados pelo peso das suas cruzes! No final, Jesus, deixava-nos esta mensagem: "Eu estou convosco no rosto daqueles que estão ao vosso lado: sempre que matais a sede, sempre que vestis, sempre que tratais de um doente, sempre que dais atenção a alguém, é a mim que o fazeis. Se Eu vos abraço, abraçai os meus irmãos; se Eu vos amei, amai casa utente que vos foi confiado; se Eu dei a vida por vós, dai a vida por eles! E cada gesto se transformará em riachos de amor e juntos construiremos um grande oceano de misericórdia".

A Redação

Dia de Páscoa - 08 de Abril

Grupo de Utentes à espera do Compasso Pascal

Início da Visita Pascal

José Carlos, com fé, beija a cruz de Jesus

Esta é a maior festa dos Cristãos, em que fazemos um memorial da Morte e Ressureição de Jesus Cristo. Para anunciar a alegria da Ressureição de Jesus realiza-se a visita Pascal, onde as pessoas que a desejam receber colocam flores à entrada das portas. A chegada do compasso Pascal é assinalada através do toque das campainhas. As famílias dentro das suas casas beijam a cruz de Cristo que, neste dia é ornamentada com lindas flores. Os jardins são arranjados, as casas são limpas com mais esmero e melhor decoradas para esse dia tão especial que é o Dia de Páscoa. Como dia especial, o almoço inclui para sobremesa, ovos cozidos pintados à mão, pão-de-ló, folar, amêndoas e outros doces variados de tradição.

Irene Vieira, com ajuda de Fátima Marques

Santa Isabelinha - 09 de Abril

Alguns utentes do Centro foram ver uma corrida de Cavalos que decorreu na Festa de Santa Isabelinha, no dia a seguir à Páscoa. Os cavalos antes das provas foram escovados, limpos e só depois montados. Todas as provas correram bem, exceto um Joker que caiu do cavalo... mas não se magoou. Houve uma grande adesão de pessoas e muita animação.

Ilídia, com ajuda de Jorge Pereira

Esperamos que não estejam a pensar andar todos no mesmo cavalo...

Tudo a postos? Vamos lá começar... que a malta daqui a nada quer ir comer...

O cavalinho todo consolado com os miminhos dos nossos utentes... o melhor é arranjar uns cavalinhos aqui para o Centro!

"Quebrar Barreiras, Unir Diferenças" - Concurso inter-escolas, Biblioteca Municipal - 16 a 30 de Abril

Neste dia, eu e mais alguns colegas fomos à Biblioteca Municipal ver a exposição "Quebrar Barreiras, Unir Diferenças". Nesta iniciativa participaram várias escolas E.B. 1, infantários e Centros Sociais. Todos os participantes utilizaram materiais recicláveis na realização dos seus trabalhos. O do nosso centro foi uma cadeira de rodas com CD´s, muito bonita.

Rui Ramalho

Salete, Cândida M., Rui R. e Sílvia a pousarem à frente do trabalho executado aqui no Centro para a exposição

Cândida M. a ver todos os trabalhos expostos

É preciso unirmo-nos em prol desta nobre causa, vamos fazer a diferença e quebrar preconceitos, estereótipos assim como ajudar a mudar mentalidades.

A Redação

Dia do Livro: Visita à NORPRINT "Casa do Livro", em Santo Tirso - 23 de Abril

Neste dia a equipa do "Tinta Fresca" foi de manhã por volta das 9h30m à Empresa Gráfica Norprint onde é impresso o nosso jornal.
Para o **Luís Simas**, a forma como foi recebido pelo Dr. Lopes de Castro, foi simpática uma vez que nos explicou todo o processo de impressão.
Segundo o **João Paulo Silva**, foi uma visita que valeu a pena porque deu a conhecer como se imprime de várias maneiras os Livros, além dos jornais e também foram explicando as funções de cada máquina.
Já para o **Rui Ramalho**, foi a primeira vez que teve oportunidade de ver como se trabalha numa tipografia. Gostou igualmente das pessoas que lá trabalhavam, eram realmente muito simpáticas e afáveis, e isso foi bem visível na forma como nos receberam.
Por sua vez, a **Cristina Sousa**, gostou da visita em grupo, pois teve a possibilidade de ver várias máquinas e de ouvir atentamente a explicação sobre a função de cada uma. A **Emília Coelho** diz que gostou da forma como os livros eram cortados, na guilhotina, de várias maneiras.
Segundo a **Ilidia**, o que mais gostou foi o modo como as capas duras e as capas moles dos livros eram feitas.
O **Orlindo** também quis deixar a sua opinião, referindo que também foi a primeira vez que visitou uma gráfica e ficou admirado com as máquinas e com os trabalhadores.

Dados recolhidos pelo Jorge Pereira

Uma das máquinas da Norprint

José Lamas a ser "provocado" pelo Sr. Domingos

Todos atentos à impressão e aos resultados

Como forma de agradecimento e para matarmos um pouco a curiosidade, entrevistamos o ilustre Dr. Lopes de Castro, responsável pela Norprint, com quem temos o privilégio de ter formalizado um protocolo de parceria.

Os nossos repórteres com o entusiasmo não quiseram deixar passar nada em branco. Aqui fica um trecho dessa entrevista.

Rui Ramalho (RR): Há quanto tempo surgiu a empresa e quem a fundou?
Dr. Lopes de Castro (LC): Há cerca de 20 anos e quem a fundou foi um grupo de pessoas com muito mérito: Rosa Maria, Jorge Moreira e eu próprio, Lopes de Castro, ajudados por muitos outros.

RR: Em que circunstancia esta foi fundada?
LC: Foi devido a um sonho de gente que gosta disto. Quando se gosta, é normal sonhar e quando se tem um sonho, procuramos realizá-lo. E quando esse sonho é o mesmo de várias pessoas, então ainda é mais fácil torna-lo realidade. E foi assim que surgiu a Norprint.

RR: Quais as principais funções da empresa?
LC: Como não podia deixar de ser, é produzir Livros; até por isso se chama "Casa do Livro"; outra função importante, de que nós nos orgulhamos é ajudar os amigos, como vós.

Dr. Lopes de Castro no momento da entrevista

Visita guiada de luxo

Equipa do Tinta Fresca e técnicos da Norprint

Viajei até Santo Tirso, no autocarro do centro, onde é impresso o jornal "Tinta Fresca". Foi divertido porque o Dr. Sérgio, a Terapeuta Dorisa e a Terapeuta Patrícia apoiaram-nos e assim todos os colaboradores do jornal gostaram de apreciar as máquinas e tudo o que vimos. Fomos recebidos por uma senhora muito sorridente que distribuiu livros aos utentes.

Irene Vieira

Gostei de tudo o que vi, principalmente da forma como trabalham as máquinas que imprimem nas chapas e dão várias cores às páginas que são impressas. Também, apreciei porque foi a primeira vez que vi ao vivo uma tipografia por dentro e como eram feitos os jornais, as revistas e os livros.
Valeu a pena a visita à Norprint porque através do que vimos passamos a dar outra importância ao trabalho que existe até o jornal voltar para nós.

José Lamas

Aniversário do Dr. Sérgio - 23 de Abril

Os dois aniversariantes: a Cândida e o Sérgio

Manuel C. e Francisca a entregarem a prenda

Querem um bocadinho de bolo? Pergunta a Cândida!

Neste dia foi celebrado o aniversário do Dr. Sérgio e como não podia deixar de ser, tivemos um lanche e no final cantamos-lhe os parabéns e à Cândida Manuela. O bolo estava uma delícia e todos o saborearam. Para terminar, o aniversariante recebeu uma prenda: uma telha feita no CAO; mas antes, teve direito a uma brincadeira. Sendo claramente um Benfiquista "ferrenho" oferecemos-lhe um livro dos Dragões, que nos tinha sido dado durante a visita à Norprint, a sua reação foi muito engraçada e a todos fez rir com o seu desportivismo. Desejamos que o Dr. Sérgio continue connosco durante muitos anos, a cuidar e a olhar por nós. Parabéns!!!

Francisca e Jorge Pereira

Concurso de Dança: Escola Frei João, em Vila Do Conde - 24 de Abril

Decorreu na Escola Frei João um concurso de dança; e, como o prometido, foi um concurso extremamente apelativo. Os concorrentes foram aplaudidos de forma entusiasta e os nossos representantes Pedro José e Isa; eles foram, sem dúvida, uma das grandes surpresas. Com uma dança graciosa lá encantaram miúdos e graúdos. O friozinho na barriga, logo que começou a apresentação passou e como já haviam demonstrado nos ensaios, brilharam uma vez mais.
Fica aqui o nosso agradecimento à Escola Frei João pelo convite. Estaremos sempre abertos a estas iniciativas.

A Redação

Isa e Pedro José, durante o emocionante número de dança

Jogo no Estádio do Varzim - 29 de Abril

Aquando da visita à Norprint, o Dr. Lopes de Castro convidou-nos a assistir a um jogo de futebol do Varzim. Como adeptos fervorosos de futebol, aceitamos o convite com muito gosto, com uma presença de utentes oriundos da Póvoa. Queremos aqui deixar, também, um agradecimento especial à direção do Rio Ave pelos convites que nos são disponibilizados para assistirmos aos seus jogos. É com enorme prazer que aplaudimos o clube durante a época.

A Redação

O estádio não estava cheio mas isso não diminuiu em nada o nosso entusiasmo :)

Dr. Lopes de Castro com o nosso grupo de utentes. Chegaram a casa radiantes com a experiência. Obrigado!

Elaboração de Prendas para o Dia da Mãe

Os preparativos para o dia da mãe são algo essencial para os nossos utentes que, carinhosamente elaboram os seus trabalhos com o objetivo de um resultado final o mais prefeito possível para poderem presentar as suas mães. Pretendem desta forma, demostrar o seu carinho na entrega da recordação e em simultâneo matar as saudades.
Para aqueles cujas mães já descansam no céu, a recordação é entregue a alguém próximo e acima de tudo muito significativo para o utente.
Para todos os leitores fica aqui uma pequena amostra deste trabalho. Não nos pode escapar nada e esperamos que gostem da pequena surpresa. E que neste dia, as mães de todo o mundo tenham o que de melhor existe, o carinho dos seus filhos.

A Redação

A Mané está a controlar os trabalhos...

Duarte, Fátima Lopes e João Bernardo, empenhados

As lembranças estão a sair perfeitas!

DESPORTO

Campeonato Regional de Boccia (BC3), em Felgueiras - 03 e 04 de Março

O campeonato decorreu em Felgueiras. Existiam várias equipas entre as quais do F.C.P. e Guimarães. Não correu como o previsto, pois houve muita distração e nervosismo da nossa parte... e, por isso, não conseguimos o melhor resultado. Fomos eliminados e, como tal ,não passamos à fase seguinte. Do que mais gostamos foi o convívio com os utentes das outras instituições. Já por isso valeu a pena.

João Paulo Silva e Jorge Pereira

Campeonato de Natação Adaptado, em Felgueiras - 07 de Março

Como muitas outras, o Campeonato de Natação de Felgueiras foi uma iniciativa promovida pela ANDDI-Portugal, com a colaboração da Cercifel e Câmara Municipal de Felgueiras.
O Sr. Presidente da Câmara, Dr. Inácio Ribeiro deu início às provas, onde participaram os nossos atletas: Miguel Macedo, Bruno Magalhães, Cândida e Manuel Carvalho.
No final foi entregue a cada Instituição um troféu e lembranças alusivas ao concelho. A entrega dos prémios teve a presença da Sra. Vereadora, Dra. Carla Meireles. As seguintes fotos espelham a boa organização e o espírito competitivo de todos os atletas.

Jorge Pereira, com a ajuda de Miguel Rodrigues

Os troféus tão desejados

Todos atentos que vai ser dada a partida!

Os atletas concentradíssimos!

O Miguel vai ser o primeiro

Corta Mato em Cabeceira de Bastos - 13 de Março

DESPORTO

A viagem com saída de manhã levou-nos até cabeceira de Bastos, onde se realizou uma prova de Corta-Mato no qual participaram os utentes do Centro de Touguinha, juntamente com outras Instituições. A classificação foi a seguinte: Manuel Carvalho 2º lugar, Ilídia e Pedro 3º lugar, Joaquim 1º lugar, Sérgio 2º lugar e João Paulo 4º lugar. O João Paulo lesionou-se e foi assistido pelos bombeiros locais. Por volta das 12h30 houve um almoço, seguindo-se a viagem de regresso, onde chegamos por volta das 16 horas, cansados mas felizes.

Alexandre, Jorge Ferreira e Ilidia

Ilídia (2ª à esquerda) prontíssima para a prova

Joaquim, Sérgio, Pedro e João Paulo

Prof. Miguel com os atletas a reconhecerem o percurso

Torneio Regional do Norte da Primavera, em Natação, em Penafiel - 28 de Março

Despois de uma viagem tranquila, chegamos a Penafiel por volta das 10 horas; após o aquecimento seguiu-se a prova. Os nossos atletas participaram em três provas. Foram eles o Miguel, o Bruno, a Cândida M. e o Manuel Carvalho. O Miguel e o Bruno participaram em 25 m livres na atividade adaptada. O Manuel C. e a Cândida M. participaram nos 25 m livres costas. Conseguiram um honroso 2ª lugar e tiveram direito a um diploma de participação.

Alexandre e Rui Ramalho

Campeonato Regional em Ténis de Mesa, (3ª Jornada), em Gaia - 11 de Abril

Os nossos jogadores Jorge Pereira e Manuel Carvalho, procuraram afincadamente o melhor resultado neste torneio. Os adversários eram competentes e mais uma vez foi um jogo difícil. O resultado não foi o esperado, mas o convívio é sem dúvida a melhor recompensa.

A Redação

De branco o nosso colega Manuel Carvalho

Aqui o Jorge Ferreira

Manuel e Jorge a jogar a pares

Campeonato Regional em Ténis de Mesa (4ª Jornada), em Gaia - 21 de Abril

Jorge e Rui Ramalho formam uma equipa neste jogo

Rui R. concentrado no jogo enquanto espera pelo adversário

CENTRO DE ATIVIDADES OCUPACIONAIS

O Centro de Atividades Ocupacionais (CAO), é uma valência do CARPD e tem como objetivo apoiar, reabilitar e proporcionar condições para um aumento da qualidade de vida dos nossos utentes. Acolhe utentes com variadas patologias, verificando-se maior homogeneização na área da deficiência mental. As suas idades estão compreendidas entre os 18 e os 70 anos e a resposta abrange 115 utentes. Neste contexto o CAO encontra-se dividido em três áreas: CAO bem-estar, CAO Socialmente Útil e CAO Produtivo; os utentes são avaliados e inseridos de acordo com as suas competências e necessidades. No CAO bem-estar o seu objetivo é quebrar o isolamento social, uma vez que é estas salas são constituídos essencialmente por utentes dependentes, procurando-se estimular a sociabilização e o equilíbrio das várias dimensões da sua vida (física, afetiva e social). Com o CAO socialmente útil – pretende-se aumentar a auto-estima e a valorização pessoal e social, no sentido da promoção da sua autonomia e das suas potencialidades. Por fim o CAO o produtivo objetiva o envolvimento em atividades significativas com perspetivas de produção e compensação monetária.

A Redação

A sala dos Golfinhos é uma sala que está inserida no CAO de bem-estar e é constituída por 12 utentes. Procura, tal como o nome indica, promover o bem-estar e manter as competências que os utentes apresentam. As atividades que lá se desenvolvem são variadas: pinturas, puzzles, construções, desenhos, atividades de estimulação sensitiva.
É sem dúvida uma sala essencial que estes utentes podem usufruir e identificar como sua.

A Redação

Sala dos Golfinhos

Filipe e Carla Cruz , sempre ativos

A Carla Cruz adora puzzles a Aninhas pintura, o Filipe observar

Nelinho, sempre atento

Trabalhos realizados na Sala

Ana Paula e Deolinda cassistindo a Ana Cristina e o Augusto

Aninhas a trabalhar e o Filipe não lhe fica atrás, com a ajuda da Ana Paula

Nada escapa à Sofia Raquel, com “saídas” muito engraçadas

Dia 6 é Dia da Mãe, que tal tirar a sua mãe da cozinha e surpreendê-la com uma refeição deliciosa

PRATO PRINCIPAL

Camarão com Requeijão

Ingredientes: (4 a 6 pessoas)

- uma cebola grande picada
- três tomates picados
- dois dentes de alho amassados
- um pote de requeijão
- uma lata de molho de tomate
- duas folhas de louro
- cebolinha, salsinha, pimenta e sal a gosto
- um quilo de camarão sem casca

Preparação:

Frite rapidamente o camarão e reserve (não deixar o camarão muito tempo no lume). Refogue bem a cebola e o alho, junte o tomate e as folhas de louro e deixe cozinhar durante 20 minutos - acrescente água aos poucos para não queimar. Depois junte o molho de tomate, a cebolinha, a salsinha e a pimenta, cozinhe durante mais 5 minutos. Acrescente o camarão e o requeijão, desligue assim que ferver.

Sirva com arroz branco, batatas e salada.

Redação

SOBREMESA

Bolo de Bolacha

Ingredientes:

- 2 embalagens de bolacha Maria
- 4 gemas de ovo
- 125g de manteiga
- 200gr de açúcar
- 1 caneca de café muito forte
- bolacha Maria ralada

Preparação:

1. Bater as gemas, o açúcar e a manteiga muito bem até a mistura ficar cremosa.
2. Fazer café forte e passe as bolachas, uma a uma pelo café, não muito quente, e deixam-se arrefecer.
3. Coloca-se uma primeira fiada de bolachas num prato, como por exemplo em forma de flor, e depois barra-se com o creme.
4. Depois volta-se a colocar outra fiada de bolachas embebidas em café e depois o creme, e assim sucessivamente.
5. Por fim barra-se o bolo por fora e polvilha-se com bolacha ralada.

Quem quiser pode por coco ralado por cima do Bolo, fica ao gosto de cada um.

Este que fiz não tem coco e ficou uma delícia.

Ana Maria Ferreira (irmã do José Vale)

O meu tem travão de mão.....

Era um carro tão velho, tão velho, tão velho...
Que em vez de ter travão de disco
tinha travão de cassete!

Gato preto dá azar... hehehe

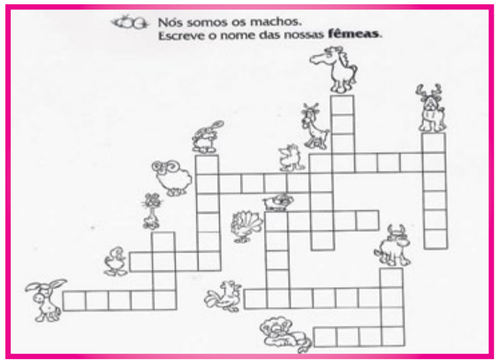
Ai os Homens!!! Ou os gatos...

Cucu:)

Ai que medinho...

Vamos lá para a festa!!!

JOGOS



Sudoku - Fácil

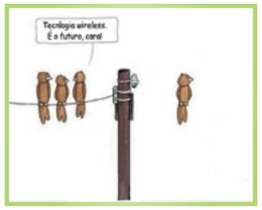
	6	3		2	7	5		
8			4					7
		4			3	8		6
	8	7	2	9			1	
6								4
	5			3	4	7	8	
3		1	5			4		
5					6			9
		6	9	1		3	2	

Descubra 10 diferenças

Soluções do nº anterior: 1. O pato; 2. A corneta; 3. Um pum do Hulk; 4.Você minhoquece; 5. Há um ciumento entre nós ; 6. Por sua causa perdi a cabeça ; 7. Massa; 8. O selo; 9. A chaves; 10. A lagarta; 11. O Oceano Pacífico; 12. O vento; 13. As Estrelas

Ai a crise.....

Isto é evolução



Anedotas

- O Joãozinho entra em casa a correr e mostra ao pai um canivete novo que achou na rua. - Mas tens a certeza que foi perdido? - Pergunta o pai. - Foi perdido foi, que eu bem vi o homem à procura dele.

- Num quartel uma noite estava um alentejano de sentinela. Aproxima-se um jipe. O alentejano muito aflito pega na espingarda, aponta para o jipe e pergunta: - Sabe a senha? - Sei. - Respondeu o condutor. - Ah, tá bem, então pode entrar ...

- Sabem como é que se distingue um pirata alentejano no meio de vários piratas? O pirata alentejano é o que tem pala nos dois olhos.

- O alentejano bate à porta e abre uma senhora: "Bom dia minha senhora. Vim arranjar a sua campainha". - "Então? Estava à sua espera ontem". - "Eu sei, mas ontem toquei à campainha e ninguém atendeu"...

- Qual é a coisa mais parecida com uma metade de uma bola de queijo? A outra metade!

- A professora pergunta ao aluno: Onde é que fica a Inglaterra?
R: Na página 46!

- O que é um pontinho dourado no Céu? É um mosquito com um dente de ouro.

Completa a Sequência

2
10
12
16
17
18
19
____

Adivinhas:

1. O que consegue subir e descer sem se mexer?

2. Duas raparigas têm os mesmos pais, nasceram na mesma hora, no mesmo dia, no mesmo mês. Porém, não são gémeas. Como pode isto ser possível?

3. Pela lei, é possível um homem casar com a irmã da sua viúva?

4. Quem o faz não precisa dele. Quem o compra não o usa. Quem o usa não vê nem o sente. O que é?

Soluções:

1. A escada; 2. Não nasceram no mesmo ano; 3. Não porque ele está morto; 4. O Caixão.

Nos próximos meses...

Atividades MAIO

Dia 1: Dia do Trabalhador (Feriado)

Dias 06: Dia da Mãe

Dia 07: Lanche do Dia da Mãe (16h00)

Dia 09: Campeonato Regional Adaptado em Ténis de Mesa (5ª Jornada), na Póvoa de Varzim

Dia 10: 7º Meeting de Atletismo, em Fafe

Dia 16: Hipoterapia, em Balasar

Dia 18: Espetáculo no Cine-Teatro de Vila do Conde:
UM OUTRO OLHAR 2012 (21h30)
Participação em Exposição com trabalho alusivo à Deficiência

Dia 23: Campeonato Regional de Natação, em Espinho

Dia 24: Treino de Futebol no Estádio do Rio Ave

Dia 26 e 27: Participação nos Jogos de Portugal (BC1) em Viseu

Dia 31: Dia da Misericórdia
Organização da VII Milha da Misericórdia de Vila do Conde

Aniversários MAIO

Dia 02: Alice Campos

Dia 02: Raquel Marisa

Dia 03: Nené Ribeiro

Dia 04: Jorge Ferreira

Dia 11: Feliciano Maia

Dia 11: Zézinha Silva

Dia 15: Francisca Morais

Dia 18: José Carvalho

Dia 25: Artur Magalhães

Dia 25: Raquel Ribeiro

Dia 29: Francisco José

Dia 30: José Lata

Dia 30: Sílvia Costa

Atividades JUNHO

Dia 01: Dia da Criança: atividades

Dia 05: Dia Mundial do Ambiente

Dia 07: Dia do Corpo de Deus

Dia 09: Campeonato da Europa de Futebol:
PORTUGAL - Alemanha

Dias 10: Dia de Portugal

Dia 13: Campeonato da Europa de Futebol:
PORTUGAL – Dinamarca

Dias 16: Final do Campeonato Regional Adaptado do Norte em Ténis de Mesa, em Penafiel

Dia 17: Campeonato da Europa de Futebol:
PORTUGAL - Holanda

Dia 22: Final do Campeonato da Europa em Futebol:
UTENTES – FUNCIONÁRIOS
Sardinhada com caldo verde
Entrega dos Prémios das Quadras de S. João

Dia 24: Festa de S. João

Dia 27: Dia Olímpico: "Olimpíadas Touguilândia 2012"

Dia 29: Festa de S. Pedro

Aniversários JUNHO

Dia 05: Manuela Oliveira

Dia 07: Vera Ferreira

Dia 13: Duarte Pereira

Dia 14: Jorge Almeida

Dia 15: Teresa Moura

Dia 17: José Francisco

Dia 23: Carlos Loureiro

Dia 26: António Moura

Dia 29: La Salete